लुम्बिनी प्रदेशका

अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा

Intangible Cultural Heritage of Lumbini Province



लुम्बिनी प्रदेश सरकार
उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

लुम्बिनी प्रदेशका केही पर्यटकीय क्षेत्रहरू


तिलौराकोट


बागेश्वरी मन्दिर


जगदिशपुर ताल


मायादेवी मन्दिर, लुम्बिनी


जलजला रोल्पा


ऐतिहासिक बम्घाकोट, रूरूक्षेत्र


पाल्पा भैरवस्थान मन्दिर


ऋषिकेश मन्दिर

लुम्बिनी प्रदेशका

अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा

Intangible Cultural Heritage of Lumbini Province

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

पुस्तक :
लुम्बिनी प्रदेशका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा-२०८२

प्रमुख संरक्षक :
मा. प्रचण्ड विक्रम न्यौपाने, मन्त्री

संरक्षक :
नारद गौतम, प्रदेश सचिव

सम्पादन मण्डल
रमेश गौतम, उप-सचिव
डा. गोविन्द आचार्य, संस्कृतिविद्
गणेश घिमिरे, वरिष्ठ शाखा अधिकृत
कृष्णचन्द्र गिरी, अधिकृत

प्रकाशक
लुम्बिनी प्रदेश सरकार
उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

ISSN Print :
ISSN Online :

आवरण चित्र : कुलदिप न्यौपाने (घोराहीमा प्रर्दशित रूकुम पूर्वको भूम्या नाच)

प्रकाशन मिति: २०८२ साल आषाढ

प्रकाशन प्रति : ५००

मुद्रक :
आइडिया डिजाइनर्स एण्ड अफसेट प्रेस, बुटवल-६, पुरानो बसपार्क
फोन नं.: ०७१-५५०२९३, ९८५७०३५३८०, E-mail: ideapressbtl@gmail.com

प्रस्तुत लेखहरूमा व्यक्त भएका विचार लुम्बिनी प्रदेश सरकारको नीति वा यस मन्त्रालयको आधिकारिक धारणा नभई लेखकका नितान्त व्यक्तिगत धारणा वा विचार हुन्।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार

राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

मुख्यमन्त्री



शुभकामना

हाम्रा पूर्वजहरूले ज्ञान, संस्कार, रीतिथिति, मूल्य, सृजना, दर्शन र चिन्तनको निरन्तर अभ्यासमार्फत नेपाली समाजलाई अनुपम सांस्कृतिक सम्पदाको धरोहर सुम्पेका छन्। यो सम्पदा हाम्रो पहिचान हो, आत्माभिमान हो, र राष्ट्रिय गौरवको आधार पनि हो। संस्कृतिले समाजलाई एकीकृत गर्ने, नागरिकलाई मूल्य र मर्यादामा बाँध्ने, तथा समावेशी भविष्यको बाटो देखाउने काम गर्दै आएको छ।

नेपालको संविधानले प्रत्येक समुदायलाई आफ्नै भाषा, लिपि, संस्कृति, परम्परा र सम्पदाको संरक्षण एवम् प्रवर्द्धन गर्ने स्पष्ट हक प्रत्यायोजन गरेको छ। यस संवैधानिक मर्मअनुरूप लुम्बिनी प्रदेश सरकारले आफ्नो सांस्कृतिक धरोहरको संरक्षण, अभिलेखिकरण र पुस्तान्तरणका विविध पहलहरूलाई प्राथमिकताका साथ अघि बढाउँदै आएको छ।

अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा हाम्रो आत्मासँग जोडिएको पहिचान हो। परम्परागत मौखिक परम्परा, सामाजिक अनुष्ठान, जात्रापर्व, सांगीतिक एवं अभिनय कला, परम्परागत सीप, लोकज्ञान, खानपिन, पहिरन, कलाकौशल तथा जीवनशैलीका विविध पक्षहरूमा हाम्रो इतिहास र सभ्यताको विम्ब लुकेको हुन्छ। यी सम्पदाहरूको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्दै यिनलाई व्यवस्थितरूपमा दस्तावेजीकरण गर्न लुम्बिनी प्रदेश सरकारद्वारा सुरु गरिएको **लुम्बिनी प्रदेशका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा** (A Journal of Intangible Cultural Heritage of Lumbini Province) को प्रकाशन एक महत्त्वपूर्ण पहलकदमी हो।

म यस ऐतिहासिक प्रयासमा योगदान पुऱ्याउनु भएका सम्पूर्ण विद्वान लेखकहरू, अनुसन्धानकर्मी, सम्पादकीय टिम तथा यस अभियानमा समर्पित राष्ट्रसेवक कर्मचारीहरूप्रति हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु। यो प्रकाशनले शिक्षाविद्, शोधकर्तासमेत सम्पूर्ण सरोकारवाला वर्गलाई अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाबारे जानकारी प्राप्त गर्न सहयोग पुग्ने विश्वास लिएको छु।

लुम्बिनी प्रदेश सरकारले पर्यटन, कला, संस्कृति, भाषा र परम्पराहरूको संरक्षण र प्रवर्द्धनलाई विकासको मेरुदण्डका रूपमा लिएको छ। प्रदेश समृद्ध बनाउने हाम्रो लक्ष्य साझा हो र यो लक्ष्य एकल प्रयासले सम्भव छैन। सरकारी, निजी, सामुदायिक, शैक्षिक तथा अन्तर्राष्ट्रिय साझेदारहरूको सक्रिय सहकार्यबाट मात्र हामीले समृद्धिको अभिष्ट प्राप्त गर्न सक्नेछौं।

अन्तमा, **लुम्बिनी प्रदेशका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा** (A Journal of Intangible Cultural Heritage of Lumbini Province) को सफल प्रकाशनप्रति हार्दिक बधाई एवं आगामी दिनमा यस्ता सकारात्मक पहलहरू निरन्तरता पाउँदै जाउन् भन्ने शुभकामना व्यक्त गर्दछु।

चेतनारायण आचार्य
मुख्यमन्त्री

१७ असार, २०८२

"समृद्ध लुम्बिनी: खुसी नागरिक"

लुम्बिनी प्रदेश सरकार

उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय

राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल



शुभकामना सन्देश

लुम्बिनी प्रदेश भगवान् बुद्धको जन्मस्थलका अतिरिक्त समृद्ध सांस्कृतिक, धार्मिक र सभ्यतामूलक सम्पदाहरूको धरोहर हो । यस प्रदेशमा बर्सेनि मनाइने जात्रा, पर्व, लोक परम्परा, मौखिक इतिहास, विश्वास र व्यवहारजन्य संस्कृतिहरूले नेपाली समाजको आत्मा झल्काउँछन् । यी अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरू केवल विगतको स्मृति होइनन्, ती हाम्रो वर्तमानको पहिचान र भविष्यको सम्पत्ती समेत हुन् । "लुम्बिनी प्रदेशका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरू (Intangible Cultural Heritage of Lumbini Province)" नामक पुस्तकले प्रदेशभरि फैलिएका मौलिक परम्परा र जीवन्त संस्कृतिलाई समेटन, अभिलेखीकरण तथा संरक्षण गर्ने उद्देश्यले तयार गरिएको यो प्रयास अत्यन्त सराहनीय छ । यसले पर्यटन प्रवर्द्धनमा नवीन सम्भावनाहरूको खोजी गर्दै स्थानीय संस्कृतिलाई विश्वसामु चिनाउने माध्यम बन्ने पूर्ण विश्वास लिएको छु।

सांस्कृतिक पर्यटन प्रवर्द्धन, समुदायमा आधारित संरक्षण तथा दिगो विकासका दृष्टिले अभौतिक सम्पदाहरूको भूमिका अत्यन्त महत्त्पूर्ण छ । अतः यस्ता पुस्तकहरूले नीति निर्माणदेखि शैक्षिक, अनुसन्धान र स्थानीय तहसम्म बहुआयामिक उपयोगिता प्रदान गर्नेछन् ।

यस महत्त्वपूर्ण कार्यमा संलग्न सम्पूर्ण विज्ञ, लेखक, अनुसन्धानकर्ता, समन्वयकर्ता तथा सम्पादन मण्डललाई हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु । यस पुस्तकले पाठकहरूलाई लुम्बिनी प्रदेशको सांस्कृतिक समृद्धिको विस्तृत जानकारी गराउनेछ र सम्पदाको संरक्षणमा प्रेरणा प्रदान गर्नेछ भन्ने विश्वासका साथ शुभकामना व्यक्त गर्दछु।

१९ असार, २०८२

प्रचण्ड विक्रम न्यौपाने
मन्त्री

"समृद्ध लुम्बिनी: खुसी नागरिक"

लुम्बिनी प्रदेश सरकार

मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय

राप्ती उपत्यका (दाङ्खुरी), नेपाल



मन्तव्य

लुम्बिनी प्रदेशका सबै भाषाभाषी, धर्म-धर्मावलम्वी एवं जातजातीहरूका समग्र कला, संस्कृति, रहनसहन, प्रथा, प्रचलन, भेषभूषा, भाषा, साहित्य, जात्रा, पर्व, अभिनय, मञ्चनकला, सामाजिक व्यवहार लगायतका अभौतिक सम्पदाहरू हाम्रा मौलिक पहिचान र सांस्कृतिक स्रोतका धरोहरका रूपमा रहेका छन।

भौतिक अभौतिक सम्पदाहरूको बारेमा आम जनसमुदायहरूलाई प्रयाप्त जानकारी प्रदान गरी संरक्षण र विकास गर्ने, समुदायको सम्पदाप्रतिको सम्मान सुनिश्चित गर्ने तथा अभिलेख व्यवस्थापन गर्ने लगायतका कार्य गरी सम्पदाहरूको संरक्षण तथा व्यवस्थापनमा सबै सरोकारवालाहरूको भूमिका अभिवृद्धि गरी पुस्तान्तरणमा प्रोत्साहन गराउने जिम्मेवारी हामी सबैको हो।

नेपाल भौगोलिक र जनसाङ्खिक रूपले सानो मुलुक भएता पनि भौतिक तथा अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको दृष्टिले सम्पन्न मुलुक भएकोले यसको संरक्षण तथा सम्वर्द्धनको माध्यमबाट पर्यटन प्रवर्द्धन गरी आर्थिक सामाजिक विकासमा महत्त्वपूर्ण उपलब्धि हासिल गर्न सकिने संभावना रहेको छ।

सामाजिक न्याय र समावेशिता अभिवृद्धि गर्न विविधताको पहिचान र संरक्षण गर्दै समाजिक एकता र सद्भाव कायम गरी राष्ट्र निर्माणमा सबै पक्षको योगदान सुनिश्चित गर्न तथा हाम्रो संस्कृति संरक्षणमा हाल देखा परेका चुनौतिहरू न्यूनीकरण गर्नको लागि समेत जागरण फैलाउनु पर्ने आवश्यकता महसुस भएको छ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार, उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालयले लुम्बिनी प्रदेशमा रहेका विभिन्न अभौतिक सम्पदाहरुको अध्ययन, संकलन तथा अभिलेखन कार्यमार्फत संगालोको रूपमा पुस्तक प्रकाशन गर्न लागेकोमा खुसी व्यक्त गर्दछु। यस पुस्तकको प्रकाशनबाट अभौतिक सम्पदाहरुको खोज तथा अनुसन्धान कार्यमा रूची राख्ने महानुभावहरुलाई थप अध्ययनको लागि महत्त्वपूर्ण सामग्री हुनेछ भन्ने विश्वास लिएको छु।

यस पुस्तक प्रकाशनको निमित्त लेख रचना उपलब्ध गराउनुहुने सबै महानुभावहरु तथा उक्त मन्त्रालयको तर्फबाट योगदान गर्नुहुने सबै राष्ट्रसेवक कर्मचारीहरूलाई विशेष धन्यवाद् ज्ञापन गर्दछु।

बाबुराम अधिकारी
प्रमुख सचिव

"समृद्ध लुम्बिनी: खुसी नागरिक"

लुम्बिनी प्रदेश सरकार

उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय

राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल



मन्तव्य

लुम्बिनी प्रदेश ऐतिहासिक, धार्मिक, सांस्कृतिक भौतिक तथा अभौतिक सम्पदाहरूले भरिपूर्ण प्रदेश हो । यस प्रदेशमा रहेका विभिन्न धर्म, समुदाय, जातजाति भाषाभाषीहरूले अवलम्बन गरेका जीवन्त परम्परा तथा अभ्यासहरूको पहिचान, सम्मान र स्वीकार गर्ने तथा आवश्यक संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्दै पुस्तान्तरण गर्नु आजको आवश्यकता हो । मानव सभ्यताको विकासक्रमदेखि हालको सामाजिक सांस्कृतिक परिवेशमा प्रचलनमा रहेका अनगिन्ती अभौतिक सम्पदाहरूको खोज तथा अनुसन्धान गर्ने, आवश्यक कानूनी प्रबन्ध सहित सर्वस्वीकार्य मानक तयार गरी प्रचलनमा निरन्तरता दिने, सम्मानभाव जागृत गराई अनुभूत गर्ने वातावरण तयार गरी सामाजिक सांस्कृतिक पूँजी निर्माण गर्नु हामी सबैको साझा दायित्त्व र जिम्मेवारी हो ।

हाम्रा पूर्वजहरूले आफ्नो ज्ञान, सीप, चेतना, अध्ययन, अनुसन्धान तथा अभ्यासबाट सृजना गरेका समष्टिगत अनुभूतिजन्य तथा अनुकरण योग्य अभौतिक सम्पदाहरू हाम्रा साझा सांस्कृतिक धरोहर र अमूल्य निधि हुन् । यिनै अभौतिक सम्पदाहरूको नियमित प्रचलनको माध्यमबाट सामाजिक सांस्कृतिक गतिविधिहरू पुनःजागृत भई नागरिक स्तरमा सधै उल्लास र उमङ्गको वातावरण श्रृजना हुनुका साथै परिवारिक तथा सामाजिक एकता बलियो बनाउने आधार बनेका छन् ।

परम्परागत रूपमा मानिदै र मनाउँदै आएका विभिन्न पर्व तथा जात्राहरू, गीत, संगीत, रचना, सीप कलाकौशल, नृत्य लगायत स्थान विशेषमा प्रचलन रहेका सामूहिक तथा समुदाय विशेष जीवनशैली, रितीरिवाज एवं प्रचलनहरूलाई जीवन्तता प्रदान गर्दै गर्विलो इतिहासको निरन्तरताको लागि लुम्बिनी प्रदेश सरकार, उद्योग पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय निरन्तर सक्रिय भै आवश्यक समन्वय र सहजिकरण गर्ने विश्वास दिलाउन चाहन्छु । यसै सन्दर्भमा लुम्बिनी प्रदेशमा रहेका विविध प्रकृतिका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको आलेखहरू सङ्ग्रह गरी लुम्बिनी प्रदेशका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा (Intangible Cultural Heritage of Lumbini Province)नामक पुस्तक प्रकाशन गर्न पाउँदा खुसी लागेको छ । हाम्रा साझा संकल्प र प्रयत्मबाट विविधताको सम्मान मार्फत सामाजिक सांस्कृतिक सद्भाव अभिवृद्धि भै राष्ट्रिय एकता कायम गर्न उल्लेखनिय योगदान पुग्नेछ भन्ने विश्वास लिएको छु ।

हाम्रो अनुरोधलाई स्वीकार गरेर यस पुस्तक प्रकाशनका लागि आफ्नो महत्त्वपूर्ण समय व्यतीत गरी लेख रचना उपलब्ध गराइ सहयोग गर्नुहुने प्राज्ञिक तथा विद्वतवर्गहरूमा हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु । साथै पुस्तक प्रकाशनको लागि सक्रिय भै योगदान गर्नुहुने यस मन्त्रालयका महाशाखा प्रमुखहरू तथा अन्य सहकर्मी साथीहरूमा हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्दछु ।

१९ असार, २०८२

नारद गौतम
प्रदेश सचिव

"समृद्ध लुम्बिनी: खुसी नागरिक"

सम्पादकीय

हाम्रा पूर्वजहरूले निरन्तर खोज र अभ्यासबाट मानव जीवन र समाजको सभ्यताको पहिचानको रूपमा ज्ञान, संस्कार, रीतिथिति, मूल्य, सृजना, दर्शन र चिन्तन स्वरूप अनुपम संस्कृति सुम्पेका छन् । यो हाम्रो अमूल्य सम्पति हो। संस्कृति मानव सभ्यता र विकासको सम्वाहकको रूपमा रहँदै आएको छासम्पदा संस्कृतिका प्रतीक हुन् । आफ्नो पहिचान र संस्कृतिलाई निरन्तरता दिन मानिस आदिकालदेखि निरन्तर लागि परिरहेको छ।

नेपालको संविधानले प्रत्येक व्यक्ति र समुदायलाई आफ्नो र समुदायको सांस्कृतिक जीवनमा सहभागी हुन पाउने तथा आफ्नो भाषा, लिपि, संस्कृति, सांस्कृतिक सभ्यता र सम्पदाको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्ने हक स्थापित गरेको छ । लुम्बिनी प्रदेश एउटा बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक, बहुधार्मिक प्रदेश भएकाले यहाँ रहेका हरेक जातजाति, भाषाभाषी, संस्कृति एवं धर्मसँग सम्बन्धित विभिन्न अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई संरक्षण, निरन्तरता एवं धर्मसँग सम्बन्धित विभिन्न अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई अभिलेखीकरण गर्ने प्रक्रियालाई सहज एवं विधिसम्मत बनाउन जातीय समुदायहरूले परम्परागत रूपमा निरन्तर अभ्यास गर्दै आएका अभ्यासहरूलाई अर्को पुस्तामा पुस्तान्तरण हुँदै सम्बन्धित जातीय समुदाय एवं समग्र प्रदेशको पहिचानको रूपमा रहेका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई संरक्षण एवम् व्यवस्थापन गर्ने सम्बन्धमा स्मरणमा रहेका तर अभ्यासमा नरहेका अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदा; मौखिक परम्परा तथा अभिव्यक्ति; अभिनय तथा मञ्चन कला; सामाजिक व्यवहार, अनुष्ठान, जात्रापर्वहरू; प्रकृति एवं ब्रह्माण्ड सम्बन्धी ज्ञान; परम्परागत कलाकौशल, उत्पादन गर्ने सीप र प्रविधि; परम्परागत खेल; खाद्य परिकारका सीप; पहिरन लगायत आभूषण सम्बन्धी ज्ञान; सम्पदा अभ्यास, कार्यान्वयन तथा अभ्यास गर्ने स्थल समेतलाई समेटेर यो लुम्बिनी प्रदेशका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा A Journal of Intangible Cultural Heritage of Lumbini Province को प्रकाशन गर्ने यस मन्त्रालयले जमर्को गरेको छ। यसै सिलसिलामा यो अंक प्रकाशन गर्न पाउँदा हामीलाई असाध्यै खुसी लागेको छ।

लुम्बिनी प्रदेशमा शताब्दीयौंदेखि चलनचल्तीमा रहेका हाम्रा अनुपम संस्कृति तथा हाम्रो पहिचानको रूपमा रहेका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाका विभिन्न आयामहरूमा खोज अनुसन्धान सहितका प्रामाणिक तत्वहरूलाई समेटेर तयार पारिएका विभिन्न विद्वान् लेखकका लेख रचनाहरूलाई समावेश गरिएको यस प्रकाशनले यस विधासँग सम्बन्धित पेशाकर्मी, प्राध्यापक, विद्यार्थी लगायत यस विषयमा चासो राख्ने जो कोहीलाई पनि जानकारी उपलब्ध गर्न मदत पुग्ने छ भन्ने अपेक्षा मन्त्रालयले राखेको छायस सम्बन्धी कुनै किसिमको राय सुझाव वा टिप्पणी भएमा उपलब्ध गराउनु हुनेछ भन्ने समेत आशा गरिएको छ।

यस प्रकाशनका लागि आफ्नो महत्वपूर्ण अध्ययन अनुसन्धानमूलक लेख रचनाहरू उपलब्ध गराइदिनु भएकोमा सम्पूर्ण विद्वत वर्गमा हार्दिक धन्यवाद सहित कृतज्ञता व्यक्त गर्दछु । साथै पुस्तक प्रकाशनका लागि निरन्तर लागिपरेर सहयोग गर्नुहुने मन्त्रालयका राष्ट्रसेवक कर्मचारीहरूलाई हार्दिक धन्यवाद एवं आभार व्यक्त गर्दछौं ।

सम्पादन मण्डल

विषयसूची

क्र.सं.	विषय शीर्षक	लेखकको नाम	पृष्ठ
१.	अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको राष्ट्रिय सूचीकरण	डा. सुरेश सुरस श्रेष्ठ	१
२.	Intangible Cultural Heritages of Tilaurakot/ Kapilavastu	Prof. Gitu Giri, PhD.	७
३.	डंगौरा थारू समुदायमा गुरैं पूजा	प्रा.डा. शिवकुमार सुवेदी	१७
४.	थारू समुदायमा कृष्णचरित्रको व्यापकता	डा. कृष्णराज सर्वहारी	२५
५.	लुम्बिनी प्रदेशमा प्रचलित नेपाली रत्यौली गीत	डा. शालिकराम पौड्याल	३३
६.	थारु र मगर जातिमा प्रचलित सोरठी नाचमा जातीय संस्कारको अभिव्यक्ति	डा. मुकुन्द शर्मा	४३
७.	रिहार धामको सांस्कृतिक पक्ष	डा. गोविन्द आचार्य	६१
८.	रोपाई गीतमा सांस्कृतिक सन्दर्भहरु	डा. लक्ष्मी पोखेल कोकिला	७१
९.	जीवनमा कर्मयोग सिद्धान्तको व्यावहारिकताः एक विवेचना	डा. बाबुराम ज्ञवाली	८३
१०.	गुल्मेली लोकगीतमा प्रतिबिम्बित समाज	प्रा. डा. हिरण्यलाल ज्ञवाली	९१
११.	शालग्रामक्षेत्र र आदिगंगा	डा. नारायणाचार्य देवबाबा	१०३
१२.	आयुर्वेदमा स्वास्थ्य वृति	दिल्लीराज घिमिरे (बाबा गोगीराम)	१२५
१३.	जनै पूर्णिमा र रक्षाबन्धनको महत्त्व	रमेश गौतम	१५१
१४.	कपिलदेव र साङ्ख्यदर्शन	कमल पौडेल	१५९
१५.	भजनमा हरिश्चन्द्र लीला	राजेन्द्रकुमार आचार्य	१७३
१६.	प्राकृतिक स्रोत सम्बन्धी शाक्यकालीन परम्परा र वर्तमान अभ्यास	युवराज कंडेल	१८१
१७.	अवधी लोक जीवनका अमूर्त सांस्कृतिक परम्परा	विक्रम मणि त्रिपाठी	१९३
१८.	बुद्ध वचनमा कर्म र कर्मफल	गणेश घिमिरे	२०३

विषयसूची

क्र.सं.	विषय शीर्षक	लेखकको नाम	पृष्ठ
१९.	लोक तथा दोहोरीगीत र भजन	टुकराज पाण्डे	२१५
२०.	घर्तीहरूको सामाजिक व्यवहार, अनुष्ठान तथा चाडपर्व/उत्सवहरू	विष्णु घर्ती	२२१
२१.	प्राकृतिक तथा वैकल्पिक चिकित्साः रेकी चिकित्सा	गोम विक्रम	२३३
२२.	राजर्षि भर्तृहरि र उनको शिक्षा	महेन्द्र थापा	२४७
२३.	आस्था र विश्वासको प्रतिक करणीमाईः इतिहास	गीतादेवी शर्मा	२५८
२४.	प्रकटेश्वर महादेवसँग जोडिएको स्थानीय आस्था तथा धार्मिक विश्वास	मीना शाही	२६३
२५.	अवधी उखान र टुक्का	जगतराम यादव	२७१
२६.	पाल्पाको भगवती जात्रा	सपना श्रेष्ठ	२८३
२७.	तानसेन पाल्पाका केही जात्रा पर्वः संक्षिप्त चर्चा	गोविन्द भट्टराई	२८७
२८.	पौष्टिकताको दृष्टिले भोजपुरी मधेसी समुदायमा प्रचलित लोक परिकारहरु	शिवनन्दन जयसवाल	२९३
२९.	तीज पर्व र मौलिकता	अमृता अनमोल	३०९
३०.	रुरुक्षेत्रका धार्मिक अनुष्ठानको पुस्तान्तरण	कृष्णचन्द गिरी	३१७

❑❑

अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको राष्ट्रिय सूचीकरण

डा.सुरेश सुरस श्रेष्ठ
सह-सचिव, संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय

लेखसार

मानिसले आफ्नो उद्भवकालदेखि जीवन निर्वाहका सन्दर्भमा सृजना गरेका तथा आवश्यकतानुसारको व्यवहारहरूलाई आफ्नो विकास क्रममा विभिन्न दु:ख कष्टहरूलाई सहनशिलताका साथ अगाडि बढाउँदै आजको अवस्थामा आइपुरदा विगतका सामाजिक, सांस्कृतिक लगायतका व्यवहारलाई पछिल्लो पुस्तामा आफ्नो एउटा विशिष्ट पहिचानका रूपमा संरक्षण गरिदै आएको छ । सोही सिलसिलामा अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको जगेर्ना एवं संरक्षण, संचालन, व्यवस्थापनका लागि नेपालमा हालसम्ममा राज्य कानूनहरूले केही व्यवस्था गरेको भएतापनि अधिकतर रूपमा सामाजिक पारम्परिक नीति नियम वा प्रथाजनित आधारमा नै हुँदै आएका छन् । हालको परिस्थितिमा राज्यस्तरबाट संरक्षण दिई तिनलाई जनसमुदाय मार्फत नै निरन्तरता दिइनु अति आवश्यक देखिएकाले तिनका लागि आवश्यक ऐन, कानूनहरू तर्जुमा गरी त्यसैका आधारमा संरक्षण एवं सम्मान समेत हुने गरी अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई राज्यको एक विशिष्ट पहिचानका रूपमा स्थापना गर्नका लागि राष्ट्रिय सूचीकरण गर्ने प्रयासको थालनी भएको छ । यसमा राज्यले आफ्नो संयन्त्र मार्फत जनसमुदायसँग समन्वय गरी कार्य गर्ने हुँदा अभौतिक सम्पदा संरक्षणमा विशेष अवसर मिल्नेछ, जसका लागि आवश्यकतानुसार ऐन, नियम लगायतका कानूनी संरचना पनि तयार गर्दै लैजानु पर्ने हुन्छ । यसबाट हरेक समुदायका विशिष्ट अमूर्त संस्कृतिक सम्पदाको सम्मान र संरक्षण हुने विषयलाई यस लेखले स्पष्ट पार्ने प्रयास गरेको छ ।

परिचय

मानिसले आफ्नो जीवनयापनका सन्दर्भमा विभिन्न रूपमा गरिने व्यवहार वा क्रियाकलापहरूको सामुहिक स्वरूप संस्कृति हो र सोही सिलसिलामा सृजना गरिएका विभिन्न स्वरूपमा रहेका वस्तु, अवयव वा तत्वहरू सांस्कृतिक सम्पदा हुन् । मानिस आफ्नो पाशविक फिरन्ते जीवनमा रहँदासम्मका क्रियाकलाप तथा व्यवहारहरू र तिनका लागि सृजित विभिन्न वस्तुहरूलाई जंगली युग वा संस्कृतिको रूपमा लिने गरिन्छ भने जसै फिरन्ते जीवनशैलीलाई क्रमशः त्याग्दै परिवार तथा सामाजिक जीवनयापनको शैलीमा आएपछि भने मानव संस्कृतिका विभिन्न पक्षहरूको विकास हुन थालेको बुझ्न सकिन्छ । तसर्थ समूहमा बस्न थालेपछि मानिसले सामूहिक रूपमा एकार्का बीचको जुन किसिमको व्यवहार तथा क्रियाकलापहरू हुन थाल्यो, त्यो नै मानव संस्कृतिको शुरुवातकालीन संस्कृति थियो भन्न सकिन्छ । समय व्यतित हुँदै जाँदै मानिसले आफूलाई परिष्कृत गर्दै र आवश्यकताले नवीनतम कुराहरूको अन्वेषण र आविष्कार गर्दै आउने सिलसिलामा भएको परिवर्तित आनीवानी, व्यवहार र ती बाट सृजित वस्तुहरूलाई आज हामी हाम्रा अग्रज वा पूर्खाहरूबाट प्राप्त विरासतका रूपमा लिने गर्दछौं ।

तसर्थ, जुन किसिमका वानी व्यवहारहरू वा क्रियाकलापहरू आज हामीसँग छ, त्यसलाई संस्कृति नामांकृत भएको छ भने यसक्रममा सृजना गरिएका जतिपनि दृष्य अदृष्य वस्तु वा तत्वहरू छन् तिनलाई हामीले सांस्कृतिक सम्पदाका रूपमा स्वीकारेका छौं । संस्कृतिलाई मानिसले आफ्नो पर्यावरण र समूहसँगको अन्तर्क्रियात्मक अवस्थाबाट आफैले व्यवहार गर्न सिकेको देखिन्छ भने त्यही पर्यावरण वा वातावरणमा बसेर अन्तर्क्रियात्मक रूपमा नै सांस्कृतिक सम्पदाको पनि सृजना गरेको तथ्य स्पष्ट छ नै ।

यसरी, मानव संस्कृतिको उपजका रूपमा रहेका सम्पदाहरू दृष्य र अदृष्य रूपमा समेत रहेको आधारमा भौतिक वा मूर्त स्वरूपमा रहेका यस्ता सम्पदाहरूलाई भौतिक वा मूर्त सम्पदा तथा अभौतिक वा अमूर्त अदृष्य रूपमा रहेका सम्पदाहरूलाई अभौतिक वा अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदाको रूपमा परिभाषित गर्ने गरिएको हो । यी सम्पदाहरू मानव समाज वा समुदाय विशेषका आधारमा फरक फरक रूपमा विकसित हुनु अत्यन्तै स्वभाविक भएकाले सोही अनुरूपमा संसारभरि संस्कृति र सम्पदामा विविधता देखिएको हो ।

अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा सम्बन्धी विगतका केही कुराहरू

संस्कृति तथा यसको उपजका रूपमा लिन सकिने विभिन्न सांस्कृतिक सम्पदाको उद्भवकाललाई नियालेर हेर्ने प्रयास गर्दा वास्तवमै यो मानिसको उद्गमकालसँगसँगै भएका तथ्यलाई नकार्न सकिदैन । किनकि संस्कृति भनेको नै मानव क्रियाकलाप हो भने यसैका लागि र कारण सृजित भौतिक अभौतिक वस्तु सांस्कृतिक सम्पदा हुन् । यसरी हेर्दा यसको उत्पत्तिकाल मानव उत्पत्तिकै समयमा पुग्न सकिएतापनि यसले यी सम्पदाहरूको संरक्षण तथा व्यवस्थापनको कुनै खास प्रामाणिक तथ्य वा कुनै सामयिक तथ्यलाई इंगित गर्न भने सक्दैन । तसर्थ अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको विगतको इतिहास वा विकासक्रमलाई कुनै न कुनै प्रामाणिक रूपमा वा तथ्यगत प्रमाणकै आधारमा स्पष्ट हुनु जरुरी हुन्छ ।

नेपालको सन्दर्भमा यी सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण र व्यवस्थापन सम्वन्धी विविध दृष्टिकोणवाट नियाल्ने हो भने अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको विद्यमान अवस्था भनेको कि त मौखिक रूपमा पुस्तान्तरण हुँदै आएको कि त व्यवहारिक रूपमा सिक्दै पुस्तान्तरण हुँदै आएको नै देखिन्छ । संसारभरिकै जनसमुदायका यस्ता सम्पदाहरूको अध्ययन गर्दा अधिकतम मात्रामा रेकर्ड गरिएको वा लिखित रूपमा अभिलेखन गरिएको दुर्लभ नै पाइन्छ । तसर्थ विद्यमान अवस्थामा आइपुग्दा सामाजिक मानवीय विविध आयामको विकासका कारण लोपोन्मुख हुन थालेकै कारण यिनको संरक्षणार्थ विभिन्न रूपमा रेकर्ड गर्ने वा अभिलेखन गर्ने प्रणालीको थालनी भएको देखिन्छ ।

तसर्थ, नेपालको सन्दर्भमा यी अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरू विशेषत: कतिपय समुदाय नै लोपोन्मुख रहेका, कतिपय पारिवारिक पेशालाई विविध कारणले पुस्तान्तरण गर्न असक्षम रहेका र कतिपय आधुनिकता उन्मुख समुदायले तिलाञ्जली दिन थालेका कारणले विस्तारै यस्ता सम्पदाहरू नाशिन, मासिन र हराउन थालेको पाइन्छ । यी सम्पदाहरू व्यक्ति, समाज वा समुदायको आफ्नो पहिचानको रूपमा विकसित हुँदै निरन्तरता दिँदै आएको र त्यसका लागि राज्यको निर्देशन वा अन्य कुनै विशेष सहयोगको अपेक्षा नभइकनै आइरहेको भएतापनि विद्यमान परिस्थितिमा भने हरेकमा राज्यको उपस्थिति र विशेष सहयोगको मात्रै अपेक्षा गरिएको पनि देखिन्छ ।

यस अर्थमा अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदा भनेको वास्तवमा हरेक समुदायका हरेक व्यक्तिको आफ्नो मौलिक र नितान्त समुदाय विशेषको पहिचानयुक्त विविध क्रियाकलापहरूको समुच्च नतिजा हो, जो जुनसुकै हालतमा पनि सोही समुदाय वा समुदायका व्यक्ति विशेषले सम्पन्न गर्नु वा निरन्तरता दिनै पर्ने हुन्छ, अन्यथा एकातिर त्यस्ता सम्पदाहरू लोप हुँदै जाने हुन्छ भने अर्कातिर सम्वन्धित समुदायको पहिचान नै खतरामा पर्ने अवस्था सृजना हुन जान्छ । त्यसैले, यस्ता सम्पदाहरूलाई सर्वप्रथम सम्वन्धित समुदायले नै आफ्नो दैनिक जीवनको एउटा हिस्साको रूपमा लिई निरन्तरता दिने प्रयास गरिरहनै पर्ने हुन्छ । राज्य वा राज्यका विभिन्न निकाय तथा अन्य समुदायले केवल यसका लागि सहयोग गर्ने प्रयाससम्म गर्न सक्ने अवस्था रहन्छ, यसको पूर्ण संरक्षण गर्न वा निरन्तरता दिन सक्ने अवस्था भने असाध्यै न्यून मात्र हुन्छ ।

यसकारणले पनि हाम्रा सम्पदाहरू हालसम्म सम्वन्धित समुदाय वा समुदायका व्यक्तिहरूबाट हरतरहका प्रयासहरूबाट सुरक्षित बनाउँदै निरन्तरता दिइँदै आएको देखिन्छ ।

अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको राष्ट्रिय सूचीकरण र प्रक्रिया

सांस्कृतिक सम्पदाहरूको सामूहिक र वैधानिक रूपमा संरक्षण गर्ने विभिन्न उपायहरूको आविष्कार गरिएका छन् । रेकर्ड वा अभिलेखन कार्य मात्रै गर्दा पनि कतिपय अवस्थामा सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण हुन सक्ने अवस्था रहन्छ भने अभिलेखन सहितका अन्य माध्यमबाट पनि तिनको संरक्षण र निरन्तरता दिन सकिने अवस्था रहन्छ । यसै परिप्रेक्ष्यमा भौतिक तथा भौतिक जुनसुकै किसिमका सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षणका लागि राज्य आफैंले विभिन्न व्यवस्था गर्ने प्रयास गरिरहेको पाइन्छ भने अर्कातिर विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय सँघ सँस्थाहरू पनि लागी परिरहेका छन् । यसै सिलसिलामा विभिन्न देशहरूले आ-आफ्नै तरिकाले आफ्नो देशभित्रका विभिन्न समुदायहरूको यस्ता सम्पदाहरूलाई पहिचान गरी विभिन्न स्तर वा वर्गमा विभाजन गरी संरक्षण गर्ने वा गराउने गरिरहेको पाइन्छ । यसैको परिणाम स्वरूप युनेस्कोले अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा संरक्षण सम्बन्धी महासन्धि, २००३ मार्फत संसारभरिका यस्ता अमूर्त सम्पदाहरूको सूचीकरण गर्ने र सोही मार्फत संरक्षण गराउने एउटा विश्वव्यापी अभियान सन् २००३ देखि शुरु गरिसकेको छ, नेपालले पनि सन् २०१० मा यस महासन्धिमा हस्ताक्षर गरी महासन्धिको पक्ष राष्ट्रको रूपमा रहँदै आएको छ ।

यस सन्दर्भमा नेपालले हालसम्म विभिन्न रूप र अवस्थामा रहेका अनगिन्ती अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको पहिचान गरी तिनको संरक्षण प्रयासको थालनी भने गरिसकेको छ, तथापि एउटा निश्चित गति लिन सकिरहेको अवस्था भने हालसम्म पनि स्पष्ट देखिँदैन । यसका विभिन्न आन्तरिक एवं प्राविधिक कारणहरू रहेका छन् सन् २०१० मा पक्ष राष्ट्र भएपछिका परिस्थितिहरूमा ।

यसो भएतापनि नेपालमा शताब्दीयौंदेखि निरन्तर रूपमा रहँदै आएका यस्ता अभौतिक सम्पदाहरू सबै नै विकृत वा नाश भएर गइसकेका भने होइनन् वा छैनन् । तर कतिपय सम्पदाहरूले भने निरन्तरता पाउन नसकेर पुस्तान्तरण हुन नसकी लोप हुँदै गइरहेका छन् र कतिपय चाहिं समय र सन्दर्भ अनुकूलन बन्दै बनाउँदै केही फरक रूपमा निरन्तरता पाइरहेका पनि छन् ।

नेपाल अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा महासन्धिको पक्ष राष्ट्र भैसकेको भएतापनि हालसम्म कुनै पनि अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा वा तिनको कुनै तत्वलाई युनेस्कोको कुनै पनि सूचीमा सूचीकरण गरिसकेको अवस्था छैन । यसका लागि आवश्यक केही पूर्वाधारहरू तयारीका लागि केही अध्ययन भने गरिएका छन् । तसर्थ, अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको खानीका रूपमा रहेको नेपालका यी सम्पदाहरूलाई सर्वप्रथम राष्ट्रिय दृष्टिकोणले पहिचान गर्ने र तिनलाई राष्ट्रिय सूचीमा सूचीकरण गर्ने कार्यलाई प्रक्रियागत रूपमा अगाडि बढाउने कार्यलाई प्राथमिकताका साथ अघि बढाइएको छ ।

खासगरी, अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा वा तिनको कुनै तत्वलाई राष्ट्रिय सूचीमा सूचीकरण गर्नका लागि त्यस्ता सम्पदा वा सम्पदा तत्वका महत्त्वपूर्ण विशेषताहरूलाई अभिलेखन लगायतका सामग्रीहरूबाट स्पष्ट पार्न सकिने खालका आधारहरूको निर्धारण, ती आधारहरूलाई प्रमाणित गर्ने खालका तिनका योग्यता वा प्रमाणहरू, तिनलाई के कसरी उपयुक्त ढंगले तयार गर्न सकिन्छ त्यसको सिलसिलेवार आवेदन सहितको विस्तृत विवरणको ढाँचा जस्ता विषयवस्तुलाई अभिलेखीकरण वा डकुमेन्टेशन विवरणका रूपमा निर्धारण हुनु अति आवश्यक हुने हुँदा ती पक्षलाई एकदमै महत्त्वपूर्ण एवं सम्वेदनशिल भएर एकीकृत राष्ट्रिय ढाँचा (फरम्याट) तयार गरी कार्यान्वयन गरिएको अवस्था रहेको छ । उक्त ढाँचाहरूलाई औपचारिक निर्णय पश्चात् नियमित काम कार्वाहीका रूपमा कार्यान्वयन गरिएको अवस्था छ ।

त्यसैगरी, सूचीकरण पश्चात् ती सम्पदाका प्रयोगकर्ता वा स्वामित्ववालाहरूको भूमिका के रहने, तिनको संरक्षण र व्यवस्थापनमा क-कस्को, के-कस्तो भूमिका रही रहने वा निरन्तर रूपमा रहने भन्ने जस्ता विषयले गहन दायित्व एवं जिम्मेवारी निर्धारण गर्ने हुँदा यी पक्षहरूलाई समेत विशेष ध्यान दिई प्रणाली स्थापना गर्ने गरी प्रक्रियागत विधिलाई एउटा छुट्टै कार्यविधिको रूपमा तयार गरी कार्यान्वयनमा ल्याइएको छ । यस

प्रणाली सहितको कार्यविधिमा भएको प्रावधान बमोजिम सम्पदा वा सम्पदा तत्वलाई सूचीकरण गर्दा संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयको संस्कृति महाशाखामा सीधै आवेदन दिन सकिने र यस्तो आवेदन सधैंभरिन अर्थात् वर्षभरि दिन सकिने भएतापनि चैत्र १५ भित्र दिइएको आवेदन भने सोही आर्थिक वर्षभरिमा सूचीकरण गर्ने प्रक्रियामा रहने वा लैजाने व्यवस्था गरिएको छ भने यस किसिमको आवेदन सम्बन्धित सम्पदा वा सम्पदा तत्वको अभ्यासकर्ता व्यक्ति, परिवार वा सँस्थाले दिन सक्ने वा दर्ता गर्न सक्ने विषयलाई एकदमै महत्त्वपूर्ण र सम्वेदनशील रूपमा विचार गरिनु पर्ने हुँदा यस हिसावले पनि छुट्टै प्रक्रिया कार्यविधिमा नै समावेश गर्ने गरी तर्जुमा भएको छ । समग्रमा यही एकीकृत कार्यविधि बमोजिम नै भविष्यमा नेपालका अभौतिक सम्पदाहरूलाई राष्ट्रिय अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा सूचीमा सूचीकरण गर्ने गरी नेपाल सरकार, संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालबाट स्वीकृत गरी कार्यान्वयनमा ल्याइएको छ र सोही बमोजिम नेपालका वहुभाषिक, वहुजातीय, वहुधार्मिक, वहुसांस्कृतिक लगायतका विभिन्न अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई नेपालको आफ्नो राष्ट्रिय सम्पदा सूचीमा सूचीकरण गर्ने कार्य शुरु गरिसकिएको छ ।

यसका अतिरिक्त, कुनै समुदाय विशेषको कुनै अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदा वा सम्पदा तत्वलाई कुनै खास किसिमको सम्पदा सूचीमा सूचीकरण गरी राष्ट्रिय पहिचान प्राप्त हुँदा एकातिर सम्बन्धित सम्पदाका सरोकारवाला लगायत धनीहरूलाई गौरवान्वित महशुश भई ती सम्पदाहरूलाई निरन्तरता दिने प्रयास जारी राखी पुस्तान्तरण हुँदै जाने प्रवल सम्भावना रहन्छ भने अर्कोतिर ती राष्ट्रिय सूचीमा सूचीकृत सम्पदा वा सम्पदा तत्वहरूलाई युनेस्कोको अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा सम्बन्धी महासन्धि अन्तर्गत सूचीकरण गर्दै लैजान सहजीकरण हुने हुन्छ । तसर्थ, यसलाई अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षण एवं व्यवस्थापनका लागि अति महत्त्वपूर्ण राष्ट्रिय एवं अन्तर्राष्ट्रिय माध्यमका रूपमा लिन सकिन्छ, जो भविष्यमा सावित हुने नै छ । तथापि यो प्रक्रिया राज्य वा राज्यका निकाय तथा संयन्त्रले चाहेर मात्र हुने कुरा भने अवश्य होइन नै । सर्वप्रथमतः यो मानव वा मानव समाजद्धारा सृजित भएकोले यसको निरन्तरता वा संचालनका लागि सोही सम्बन्धित मानिस तथा तिनको समुदायको तत्परता नै महत्त्वपूर्ण हुन आउँछ । कतिपय लोपोन्मुख सम्पदा वा तत्वका लागि अन्य किसिमको सहयोगको आवश्यकता रहनु स्वभाविक हो, तापनि तिनको सक्रियता वा जागृत अवस्थाका लागि महत्त्वपूर्ण पक्ष तिनकै सृजनाकार वा सृजनाकार समूह नै हुन्, जसले त्यसलाई निरन्तरता दिइरहन सक्दछ । तसर्थ, यो प्रक्रिया अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण तथा व्यवस्थापनका लागि राज्यले आफ्नो दायित्वका रूपमा गर्ने भएतापनि हाम्रा सम्पदाका धनी समुदाय तथा समुदायभित्रका हरेक व्यक्तिले इच्छुक भएर सक्रिय रूपमा लाग्ने व्यवहार प्रदर्शन नगरिएको अवस्थासम्म यस्ता कुनै पनि प्रक्रिया वा राज्यको इच्छाशक्ति मात्रैले निरन्तरता पाउन सक्दैन भन्नेमा सवैको मतैक्यता रहन्छ नै । यसर्थ, यस्तो गहन विषयमा सवै सरोकारवालाहरू अझै सम्वेदनशील एवं सक्रिय भएर लाग्नै पर्ने हुन्छ, अनि मात्र यो विषयलाई टुंगोमा पुऱ्याउन सकिनेछ ।

अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको राष्ट्रिय सूचीकरण सम्बन्धी प्रचलित नेपाली कानून

सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण तथा व्यवस्थापनका लागि नेपालमा विभिन्न किसिमका नीति, ऐन, कानूनहरू विद्यमान रहेका छन् । अधिकांश प्रचलित ऐन, कानूनहरूले विधिवत् रूपमा मूर्त वा भौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण तथा व्यवस्थापनका पक्षलाई नियमित गरेको देखिन्छ । तथापि अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाका लागि पटक्कै कुनै किसिमको ऐन कानून नै नभएको भने होइन । यसो भएतापनि यसका लागि प्रचलित नेपाल कानून कुन हो र यसले कस्तो व्यवस्था गरेको छ भन्ने सन्दर्भमा दृष्टिगत गर्दा भने कुनै अभौतिक सम्पदाका लागि यसै गर्नु पर्ने भनी एउटै कुनै प्रचलित ऐन कानूनमा व्यवस्था गरेको भने पाईदैन ।

नेपालको संविधान, २०७२ ले मौलिक हकको व्यवस्था गर्ने सिलसिलामा संस्कृति तथा सांस्कृतिक सम्पदा सम्बन्धी हकको व्यवस्था गरेको छ भने राष्ट्रिय संस्कृति नीति, २०६७ ले पनि नेपालका अभौतिक सांस्कृतिक

सम्पदाहरूको विशेष प्राथमिकताका साथ संरक्षण तथा व्यवस्थापन गरिने भनी राज्यको दायित्वको रूपमा हेरिएको छ । तापनि कुनै छुट्टै ऐन वा अन्य कुनै कानूनको रूपमा संस्कृति लगायत अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण तथा व्यवस्थापनका लागि तर्जुमा एवं लागू गरिसकेको अवस्था भने नेपालको सन्दर्भमा देखिदैन, जुन एकदमै जरुरी रहेको अनुभूतिका कारण यसका लागि अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा (संरक्षण) ऐनको मस्यौदा विधेयक तयार गरी मन्त्रिपरिषदबाट समेत पारित भई हाल संसदमा छलफलमा रहेको अवस्थामा छ । गुठी सँस्थान ऐन २०३३, स्थानीय सरकार संचालन ऐन २०७४, पशुपति क्षेत्र विकास कोष ऐन २०४२ लगायतका विभिन्न ऐन तथा नियमावलीहरूले विभिन्न किसिमका अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई संरक्षण एवं व्यवस्थापन गर्नु पर्ने भनी एकदमै विस्तृत रूपमा व्यवस्था गरिएको भएतापनि सम्बन्धित ऐन, नियमले तोकिएका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा र तिनका लागि किटिएका निकायहरूको काम, कर्तव्य र अधिकारका रूपमा मात्र व्यवस्था गरिएकाले अन्यका हकमा लागू गर्न मिल्ने र हुन सक्ने पनि देखिदैन । यसको अर्थ नेपालका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई निरन्तरता दिन वा जीवित राखिरहनका लागि सर्वप्रथम एकीकृत किसिमको अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा सम्बन्धी छुट्टै ऐन, नियमावली, कार्यविधि, निर्देशिका लगायतका आवश्यक कानूनी प्रावधान एवं दस्तावेजहरूको तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गर्नु अति नै आवश्यक रहेको छ । यसले ती सम्पदासँग सम्बन्धित सरोकारवाला व्यक्ति, समुदाय, निकाय लगायतका आवश्यकतानुसारका सम्बन्धित पक्षहरूलाई सँस्थागत रूपमा नै व्यवस्थित गर्न सक्दछ र यसले कस्ता सम्पदाहरूको हकमा व्यक्ति, समुदाय, सामाजिक सँस्था, राज्यको विभिन्न निकाय वा संयन्त्र वा अन्य कुनै आधिकारिक निकायले आफ्नो क्षेत्राधिकार एवं जिम्मेवारीको रूपमा भूमिका निर्वाह गर्ने र यसले गर्दा ती सम्पदाहरू संरक्षण, संचालन एवं व्यवस्थापन हुने भन्ने कुरालाई द्विविधारहित ढंगबाट निर्क्यौल गर्ने अवस्था रहन्छ ।

त्यसकारण, विद्यमान प्रचलित नेपाल कानूनलाई हेर्दा हालसम्म शदियौंदेखि निरन्तर रूपमा चल्दै आइरहेका यस्ता अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई कुनै किसिमको सूचीमा सूचीकृत गरी त्यसलाई संरक्षण एवं व्यवस्थापन गर्ने वा जीवित राखी पुस्तान्तरण गर्दै लैजाने भन्ने विषयलाई कुनै कानून तथा कानूनी प्रावधानहरू रहेको नदेखिएकाले उल्लिखित ऐन जारी गरी कार्यान्वयन गर्ने प्रयास एकातिर भइरहेको छ भने विद्यमान अवस्थामा एकीकृत किसिमको कार्यविधि तयार गरी सोही बोमाजिम राष्ट्रिय सूचीकरणको कार्य अगाडि बढाइएको छ । तथापि यी सम्पदाहरू परम्परागत प्रथाजनित नीति नियमहरूका आधारमा हरेक समाजमा चल्दै आइरहेका हुन् र त्यसै अनुरूप निरन्तरता पाइरहेका छन् । वर्तमान विश्व परिप्रेक्ष्यलाई नियाल्दा, शताब्दीयौंदेखि निरन्तरता पाइरहेका मानव मात्रैको अति नै महत्त्वपूर्ण अद्धितीय रूपमा रही आएका हाम्रा यस्ता अमूर्त नीधिहरू हामीले समुचित ढंगले संरक्षण एवं विश्व मानव समुदाय समक्ष प्रस्तुत गर्न नसकिरहेको अनुभूति हुन्छ भने विश्वका अनेक मुलुकहरूले भने हरेक खालका यस्ता सम्पदाहरूलाई संरक्षणकै लागि पनि विशेष महत्त्व दिदै जनसमुदायबाट पुस्तान्तरण गर्दै निरन्तरता दिदै आइरहेको र यस्ता अमूल्य नीधिहरूलाई युनेस्कोको अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा संरक्षण सम्बन्धी महासन्धि अन्तर्गत रही विश्व सम्पदाको रूपमा सूचीकरण गरिरहेको छ । नेपालले पनि सन् २०१० मा यस महासन्धिलाई हस्ताक्षर सहित अनुमोदन गरी पक्ष राष्ट्रको रूपमा पहिचान बनाइसकेको हुँदा नेपालमा रहेको यस्ता अनुपम अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको संरक्षण गर्नु एकातिर आफ्नै महत्त्वपूर्ण दायित्व हो भने अर्कातिर महासन्धिको पक्ष राष्ट्रको हैसियतले पनि महासन्धिकै आधारमा यस सम्बन्धी कार्यहरू गर्नु अति आवश्यक देखिन्छ । यसकारणले पनि नेपाल सरकारले विगत केही समयदेखि यस्ता अमूल्य अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको अभिलेखीकरण लगायतका केही कार्यहरू गर्दै आइरहेको छ भने यसलाई अझ मूर्त रूप दिनका लागि क्रमशः राष्ट्रिय सूचीमा सूचीकरण गर्दै लैजाने, सम्बन्धित व्यक्ति, समुदायलाई सक्रिय र जिम्मेवार बनाउँदै लैजाने र संरक्षणका लागि नै विश्व सामु प्रस्तुत हुने गरी युनेस्को विश्व सम्पदाका विविध सूचीमा सूचीकरण गर्दै जाने लक्ष्य लिई यस किसिमको राष्ट्रिय सूचीमा सूचीकरण गर्ने कार्यको थालनी गर्ने कार्यक्रमको शुरुवात गरिएको

छ भने यसका लागि आवश्यक पूर्वाधार वा दिशा निर्देशका लागि राज्यको आधिकारिक कानूनी व्यवस्था हुनु भने नितान्त आवश्यक रहेको हुँदा अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा (संरक्षण) ऐनको मस्यौदा विधेयक पनि पारित हुने प्रक्रियामा रहेको छ ।

निष्कर्ष

बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुसांस्कृति तथा भौगोलिक विविधतायुक्त नेपालमा शताब्दीयौंदेखि विकास भएको मानव वस्ती तथा समाजले आफ्नो दैनिक जीवनयापनका सिलसिलामा अनगिन्ति सांस्कृतिक सम्पदाहरूको विकास र तिनको अक्षुण्णतालाई निरन्तरता दिँदै आइरहेको तथ्य विभिन्न खोज अनुसन्धान तथा प्राप्य प्रमाणहरूले दिइरहेका छन् । विभिन्न समय र परिस्थिति अनुसारका विविध अवस्थामा कतिपय यी सम्पदाहरूले आफूलाई परिवर्तित रूपमा निरन्तरता दिन वाद्य भएका पनि छन् भने अधिकतम सम्पदाहरूले साविकै अनुसार हालसम्म निरन्तरता पाउँदै आइरहेका छन् । तथापि हालसम्म जनसमुदायले दिएको निरन्तरतावाट नै अटूट रूपमा चल्दै आइरहेको महशुश गर्न सकिन्छ र यसका लागि खासगरी जनस्तर वा जनसमुदायले नै आ-आफ्नो परम्परागत नीति नियम प्रथाजनित नै भएपनि पालना गर्दै सोही आधारमा संचालन एवं व्यवस्थापन गर्दै निरन्तर रूपमा पुस्तान्तरण पनि गर्दै आएको स्पष्ट छ । तसर्थ, विद्यमान अवस्थामा विभिन्न जनसमुदायले परम्परागत यस्ता सम्पदा वा सम्पदा तत्वहरूलाई स्वीकार गरेपनि वा स्वामित्व, अपनत्व बोध गरेतापनि विभिन्न कारणले गर्दा तिनलाई निरन्तरता दिन, पुस्तान्तरण गर्न असहज भई लोपोन्मुखतातर्फ अगाडि बढ्दै गएकाले राज्यस्तरबाट कानूनी विधि वा प्रावधान सहित तिनको संरक्षण, संचालन, व्यवस्थापन एवं पुस्तान्तरण गर्दै निरन्तरतातर्फ उन्मुख गराउँदै लैजानु पर्ने आवश्यकता महशुश गरी क्रमिक रूपमा ऐन, कानून, नियम, कार्यविधि आदिको तयारी गरिरहेको विद्यमान अवस्थालाई मध्यनजर गरी जनसमुदायको सांस्कृतिक धरोहर एवं परिचायकको रूपमा रहेका यस्ता अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षणमा राज्य र जनसमुदाय दुवै समन्वयात्मक रूपमा सहज ढंगले अगाडि बढ्नु अति नै आवश्यक छ । यसले नेपालको संविधान २०७२ को मर्मलाई आत्मसात गर्नेछ, जसले परम्परागत रूपमा चलिआएका यी अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूको जगेर्ना र पुस्तान्तरण भई सर्वदा निरन्तर रूपमा जीवन्त रहनेछ । तसर्थ, यसका लागि विशेष खालको प्रणाली सहितको संयन्त्र निर्माण गरी तिनलाई कार्यान्वयन गरिएको अवस्था रहेको छ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

खत्री, प्रेम कुमार (२०७८), सम्पदा शिक्षा : आजको आवश्यकता । *अमूर्त संस्कृति A Journal of Intangible Culture* (वर्ष ५, अंक ५ मा समाविष्ट)। काठमाडौं : संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय । पृष्ठ ५१-५७ ।

नेपाल सरकार, (२०७८), गुठी सँस्थान ऐन, २०३३ । काठमाडौं : नेपाल कानून आयोग ।

नेपाल सरकार, (२०७८), पशुपति क्षेत्र विकास कोष ऐन, २०४२ । काठमाडौं : नेपाल कानून आयोग ।

नेपाल सरकार, (२०७६), प्राचीन स्मारक संरक्षण ऐन, २०१३ । काठमाडौं : नेपाल कानून आयोग ।

नेपाल सरकार, (२०७८), स्थानीय प्रशासन ऐन, २०२८ । काठमाडौं : नेपाल कानून आयोग ।

नेपाल सरकार, (२०७४), स्थानीय सरकार संचालन ऐन, २०७४ । काठमाडौं : नेपाल कानून आयोग ।

नेपाल सरकार, (२०७२), *नेपालको संविधान* । काठमाडौ : कानून किताव व्यवस्था समिति ।

नेपाल सरकार, (२०६७), राष्ट्रिय संस्कृति नीति, २०६७ । काठमाडौं : संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय ।

ichcap, (2020). *Guidance Notes for the Overall Results Framework for the 2003 Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage*. Korea: ICHCAP.

UNESCO/Kath, (nd). *Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage 2003*. Kathmandu: UNESCO Office in Kathmandu.

UNESCO/Kath, (nd). *Operational Directives for the Implementation of the Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage 2018*. Kathmandu: UNESCO Office in Kathmandu

Intangible Cultural Heritages of Tilaurākoţ / Kapilavastu

Prof. Gitu Giri, Ph.D.
Research Director, Lumbini Buddhist University

Abstract

Intangible cultural heritage is the back bone of the tangible cultural heritage. Traditions, oral expressions and social practices of Tilaurākoţ are very interesting to identify its antiquity and civilization of the Śākyas of Kapilavastu. Safeguarding, awareness, respect and appreciation are its main objective through the exploring the oral expressions of the local communities and comparative study of the tangible objects of the site. Qualitative research approach has adopted in this research. Interview, observation, questionnaire and archival process have carried out to investigate the traditions and oral expression about the study area. Kapila, Tilaurā, Sagar, Nigali, Goţi, Lori, Māi (sylvan deity), Bhāgiratha, Rāma, Laxman, Rāvana, Barda, Bikuli, Losaudiā, Rehār etc are the original words of Kapilavastu, Tilaurākoţ, Sagrahawā, Niglihawā, Goţihawā, Lorikudān, Kotahimāi-Samimāi, Bhāgirathi (Baṇagaṅgā), Rāmaghāt, Laxmanghāt, Nartanachal, Bardahawā, Bikuligrām, Lohasidiā (Iron workshop site), Reharā etc respectively. Social values and oral expressions should have explored before the exploration and excavation in coming days.

Key words : *Tilaurā, Kapilamuni, Bhāgiratha, Lori, Mai.*

Background of the Study

The ancient site of Tilaurākoţ is situated 25 km. west of Lumbinī and 3 km. north-east from Taulihawā *bazār*, the district head quarter of Kapilavastu district, Lumbinii Province in the western Terai of Nepalese. It lies beneath the Siwālika range in the foot hills of the Himālayas and on the east bank of Bāṇagaṅgā river. It has been identified as the capital city of ancient Kapilavastu of the Śākyas. According to *Dighanikāya* Kapilavastu is situated on the lower slopes of the Himālayas, on the bank of a lake (Bhāgirathi river). *Divyavadana* states that it is situated on the bank of Bhāgirathi (Gaṅges) close to the Kapila's hermitage. As mentioned in the *Ambatha-sutta* it was covered with the thick grove of *sāla*-trees and the forest extended up to the Himālayas. The structural remains of Tilaurākoţ area, especially eastern gateway, western gate way, structures in the center of the complex, ring-well, brick-well and forts have exposed here in course of excavation. Pottery, coins, terracotta human and animal figurines have been obtaining in course of excavation. Terracotta wheel, beads, dabbers, stone objects and metal objects as well as skin rubbers, bangles, bone-objects and buried human and animal skeleton were also exposed at the site. Niglihawa, Goţihawā, Dhaminihawa, Araurakot, Bikuli, Lohasaudia, Rehara, Lorikudan, Sivagadha and Jahadi are also located in the periphery of Tilaurākoţ, which are described by the Chinese pilgrims in the fifth and seventh centuries CE. There were exposed a lot of artifacts as well as structural remains including Asokan pillars. These are tangible cultural heritages of the contemporary society and situation.

Culture is the features and knowledge of a particular group of people, especially social customs, traditions, social structure, life styles, language, religion, cuisine, social habits, music and arts. Culture refers to values, traditions, and identities of the synchronous times. Cultural Heritage means acquired knowledge, practice and experiences which is useful to new generation.

It passed down through generation to generation. Cultural heritages have classified into two groups, viz. tangible and intangible. Intangible means untouchable feeling and knowledge.

Intangible cultural heritage refers to the traditions and living expressions that are transmitted from one generation to other. It is known as "living heritage." It includes oral traditions and expressions such as proverbs, riddles, tales, legends, myths, epic songs, poems, charms, chants, mantras, chanting at the sacred shrines, songs and more. In such a way in performing art music, songs, dance, theatres, drama play by the local people and pantomime /Gestures like dumb and other form of artistic expression that are transferred from generation to generation. Traditional craftsmanship refers to the skills and knowledge involved in craftsmanship than the products themselves. Safeguarding the Intangible cultural heritages Convention, 2003 has clearly defined it as oral expression, performing art, traditional craftsmanship; rituals, social practices and festive events and practices of nature and universāla knowledge the five aspects of intangible cultural heritages. Nepal Federal government has also clearly defined in ten points including five aspects and dress, ornaments, foods and drinks, traditional sports and traditions, which are in oral expression, but not in practice.

In course of excavation, tangible cultural objects have obtained from Tilaurākoţ, Kapilavastu which are known as the tangible cultural heritages. These remains reflect the untouchable traditions, oral expression, social values and practices, which are defined as intangible cultural heritages. Inspired factors and cause of the physical objects have not systematically and scientifically explored even now. The objective of the study is to investigate the traditions and oral expressions of the Tilaurākoţ- ancient Kapilavastu. Collection of the stories, legends and other forms of oral expressions have been studies in observation, interview and in archival documents. Its main finding is relating the oral expression to the archaeological findings of the contemporary society.

Statement of the Problem

In accordance with the Buddhist literature, travelers' account, settlement area, fort, moat, structural remains as well as artifacts have revealed that Tilaurākoţ was the capital city of Kapilvastu. Intangible cultural heritages have been supporting the identification with the site. In this process, the role of intangible facts is very important. Inner ability, social value, norm and customs have played a dynamic role in the creation of tangible heritages. So, these questions are raised to explore the social belief and oral express of the Tilaurākoţ and its concerned areas of ancient Kapilavastu-

i. What are the oral expressions, traditions and values of Tilaurākoţ area?

ii. Why these are useful to identify the ancient capital city of Kapilavastu?

iii. How can it be done?

These are the main objectives of the study-

i. To explore the oral expression, traditions and social values of Tilaurākoţ area.

ii. To examine intangible heritages in order to relate with tangible heritages.

iii. To analysis and compare the tangible and intangible cultural heritages of the area.

Literature Review

On the basis of the Buddhist literature and Chinese records, Dr. Lassen, M.S. Julien, A. Cunningham and Carllyle tried to identify the capital city of ancient Kapilavasstu. In March 1895, A. Führer found an inscribed Aśokan pillar on the bank of Niglisāgar and Buddhist sites in the periphery of Lumbinī and Tilaurākoţ. During this period Khadga Shamsher J. B. Rana, Captain Birjung and L.A. Waddell had also contributed in the exploration of these monolithic pillars. After Führer, P.C. Mukherji and Major Waddell was also permitted to conduct investigations in this area. Vincent A. Smith has also commented and explained the Mukherji Report as instructed by then authorities. In 1962, Debala Mitra conducted excavation at ţ and explored the region. During 1967-72 a team of the Department of Archaeology under the leadership of Tarananda Mishra had excavated the defense walls, the western gateway of Tilaurākoţ and twin stūpas at Dhamnihawā. During 1967-77 a team of Rissho University consisting of Z. Nakamura and H. Sakazume also excavated in the central mound of Tilaurākoţ complex. During the period 1971-78 many teams of the Department of Archaeology, H.M.G Nepāl, excavated at Lumbinī and Tilaurākoţ under the leadership of Babu Krishana Rijal and Tarananda Mishra. The excavation and exploration had been conducted under the aegis of the Department of Archaeology in Lumbinī, at Tilaurākoţ, Rāmagrāma (Deurāwa) and other sites during 1979–84.

A team of Instituto Italiano Per Il Medio Ed Estremo Oriente (IsMEO) excavated the ancient stūpa at Gothihawā which was already noticed by Waddell and Mukherji. Under the leader shio of Rabin Conningham of Durham University, UK has been dug many trenches from 2012 to 2024 at Tilaurākoţ. He has exposed structural remains and a few artifacts from the site.

All the activities of the Tilaurākoţ, Kapilavastu were concentrated on the archaeological findings, i.e. structural remains and artifacts only. These findings were main focused area. Main causes of the physical objects and their background did not care by the researchers. Thus, the present study is to explore the oral expressions, traditions and values, to identify the ancient capital city of Kapilavastu and compare to the tangible and intangible cultural heritages of the site, which is the main gap for research.

Methodology

The researcher has emphasis on community-based participatory research to involve tradition bearers and stakeholders. Qualitative research design has applied for studying oral expression and traditions. Exploratory and interpretive approach has adopted for understanding meanings, values, and functions of intangible cultural heritages of Tilaurākoţ and its periphery. Interview has also taken with cultural experts, anthropologists, and local historians. Historical texts, manuscripts, and journals have reviewed for the conceptual, theoretical and empirical contexts. Snowball sampling is applied to find out the oral expression of the ancient Buddhist site. After collecting various legends, proverbs, stories, research reports and other oral expression of the site, it has tabulated the facts in order to generalize in systematic, logical and scientific order. After that this article has generalized in accordance with the target or objectives of the research.

Delimitation

Main target of the paper is to explore the intangible cultural heritages of Tilaurākoţ, capital city of ancient Kapilavastu as well as its periphery, which supports to list Tilaurākoţ in World Heritage list as required to tangibly associated with events or living traditions, with ideas, or with beliefs,

with artistic and literary works of outstanding universāla significance and it should be support by other criteria too. The study will be limited within Tilaurākoţ and its periphery associated with ancient Kapilavastu in course of identify.

Data Presentation and Analysis

Among the various traditions and oral expression, performing art, traditional handicrafts, social practices and festive events; and nature and universe practices, food-drinks, dress-ornaments, traditional sports and not in practices oral expressions, some of them have taken of the ancient Kapilvastu, Tilaurākoţ, which would have represented of the proposed area.

Kapilamuni, Bhagiratha and Sagar

In ancient period Kapilamuni, contributor of Samkhya philosophy, used to meditate after practicing *yoga* in the morning. He did not care at any things and events during his meditation period. He was concentrated on the main issue and element in mind. He did not have cared of the other physical activities around his. On the occasion, Shaket king Sagar had organized *Yajńa* involving his brothers and all relatives. His supporters ran hither and thither in course of advertisement as well as manage the *Yajńa*. Indra, god of Heaven, knew this event. He became jealous and wanted to destroy the management of Sagar. His supporters took the horses, which were taken for the *Yajńa* by Sagar and tied near the meditated-site of Kapila. He did not know the event due to his concentration. In search of the lost horses of Sagar, his warrior and relatives reached at the site, where the Kapilamuni was sitting in meditational pose. They saw that horses were kept nearby of Kapilamuni. They thought that Kapilamuni and his supporters might have stolen and taken these horses at the place. They discussed on the issue and attacked on Kapilamini. On the occasion his disciples, fishers, hunters and cattle- herds fought against the warrior and relatives of Sagar. Almost all the supporters of Sagar died on the attack. They collected dead bodies and burned them. *Yajńa* of Sagar became incomplete due to this incident.

Amsuman, son of Sagar, was living in Saket and he was informed the event. As soon as possible he came in front of Kapilamuni and request for pardon for the event. Kapilamuni excused the event which was occurred there. He suggested that remaining dirty matters in course of burning the dead bodies at the site to be cleaned in water. Amsuman was also agreed on his advice. Amsuman had started to dig the water canal to reach at the destroyed-place, buried and wastage was there. He had done great effort and labor to complete the canal. But he could not success to dig the water canal. He died before complete it. After his death, his son Dilip had also tried to complete the water canal work. He did not success during his life time to complete it. His son Bhagiratha had also continued this work and successes to complete it. The water canal was joined to Sagar *tāla* (tank). Due to this event the name of the site is called sagar+hawa. Sagar means the name of the Saket king and *hawa* means place or site. After that the water tank, near the murder of the Śākyas called Sagarhawā *tāla* (tank). *Astu* of the Sagar's warriors, relatives and family members was cleaned and kept in the water. They became happy and satisfied due to sālaivation their ancestors at the site. Name of the canal called Bhagiratha and after long time the name of the river became Bhāgirathi.

In Sagrahawa archaeological findings have also supported the oral expression of the people. Formation and size of the seventeen stūpas have noted in the report of Mukherji. The bricks were carved out with full-blossomed lotus designs and figures of bows, arrows, axes, tridents, mace, disc etc. The row of stūpas were identified by Führer as the "place of massacre of the Śākyas" as

described by the Chinese pilgrim Hiuen-Tsiang. Both Smith and Mukherji were in favour of Führer's identification of the site with the place of the massacre of the Śākyas. Oral expressions of the local people reveals

Baṇagaṅgā

In accordance with the other local oral expression, Ravana, master of Lanka, came to meet Mahadeva at the Himalaya range. On his journey he and his warriors crossed the Bhāgirathi River and climbed upon the Hilly region through Rajiya and Bhedabari. On the way Ravana and his team members became thirsty. They did not get water in the hilly region. When they were searching the water source, the local people informed them that there was wetland nearby them. The team went at the wetland and threw the arrow against the wetland. Water came there and they drank. After that event the water from here came and flew down continuously. After long run the water mixed to Bhagirathi River. After the event the people called Baṇagaṅgā. This legend clears that ancient Bhagirathi river was called Baṇagaṅgā, which is flowing immediately north east of Tilaurākoţ even now.

Origin of the Śākya

The Śākya kingdom was formed here by the vanished sons and daughters of the Kosālaa king Okkaka. According to the *Divyadana* the town of Kapilvastu was situated by the side of Bhāgirathi (Gaṅges), close to the *āshrama* of Rishi Kapilmuni. According to the *Lalitavistār* in course of ages it was organized into a big town as other people came from other sites to dewell in the new settlement. Two theories have been propounded regarding the origin of the tribal name Śākya-the first is based on the name of the *sāla* forest (*Shorea robusta*), where Kapila used to live, and the second theory is based upon the legend of the banished sons and daughters who married each other to protect the purity of their blood. The four brothers married to the four younger sisters and appointed the eldest sister as queen mother.

When the father of the children came to know about them, it is said, he delightedly exclaimed: "*Śākya vata-bho-kumara-parama Śākya-vata-bho kumara*" (Aha ! smart men indeed, Śākya indeed are the princes, very smart men)'. So the endogamous tribe is known as Śākya. Different sources have incorporated different names of the Śākya kings. According to *Lalitavistara*, Opura, was the first king of Kapilvastu and Suddhodana belonged to this dynasty. He became the king in the seventh generation (descent) after him. *Mahāvamsa* has mentioned that Ulkamukha was the first king of Kapilvastu and after several generations, Jayasena became the king of Kapilvastu. He was succeeded by his son Simhahanu, father of Suddhodhana. Simhahanu had five sons namely Suddhodana, Dhautodana, Shakradana, Sulkodana and Amṛitodan and two daughters named Amrita and Pramita. Princess Amṛita was married to Prince Suprabuddha of Devadaha, the father of Yasodhār. *Mahāvamsa* refers that Māyādevĩ and Prajāpati were the daughter of Anjana, Śākya chief of Devadaha.

King Vidudhabha of Kosālaa had attacked Kapilvastu four times. Buddha saved three times from the attack; but, at last, Buddha did not interfere. During the attack several Śākyas were massacred and stone slabes of the mote hall was washed with their blood. The Śākyas, who saved their lives, fled in different directions, some to Nepāl (Kathmandu), some to Rājgṛiha and Vaiśāli, some to

Vedi, some to Pippalivan. Thus, the city of Kapilvastu came to an end during the life time of Buddha, i.e. 500 BC.

Tilaurākoţ

The two words Tilaurā +kot is called Tilaurākoţ, which is the capital city of ancient Kapilavastu of the Śākyas. In accordance with the oral expression of the local people Tilaurā means three stricks (tina laura), Three Asokan pillars are situated at the periphery of this site, viz. Niglihawa, Goţihawā and Lumbini. So, the tradition is that three monolithic stone pillars means round and long sticks (laura). It is also very useful to find out these pillars. *Niskramana dwār*, Dhamnihawā, Lohasaudiyā, Raharā, Śivagadhi and other local names and events are related to the oral expression and tradition of the people, which have been defined in proper sites in the article.

Kotahidevi

From the utility point of view natural sources were known as the God and Goddess in the pre-historic period. In order to protect the life and take advantages, many deities were created for their welfare. In such a way the goddess were established on the mound/ high residence area of the local community. Kotahidei is also known as Samai mai as the sylvan deity. In the ancient period Banjara group used to worship for the fulfillment of their wishes in course of hunting in the forest. They were nomads. Their shelter was the forest and trees. They used to collect herds and shrubs for their daily life ways. During this period hunting and food gathering from the forest wtas their regular duties. They used to offer meat, birds and animals after success in hunting. There were no images and temples of the sylvan deities. In course of practice the rituals they had started to pay attention and devotion at the bottom of the tree. Once upon a time, a hunter was lying under the tree after tiring in search of birds and animals in the forest.

When slept there he dreamed that Goddess would have come and entered in the tree. He said the dream to all of his friends. After hearing such information they started to worship the as the symbol of Goddess. They used to offer either birds or animals after hunting to fulfill their wishes. Samaimai shrines are made of walls without roofs. If they did not get any bird or animal in the jungle, they offered terracotta or stone image of the proper animals. In the process, elephants were offered to the Kotahimai. The tradition was concerned to the stone ages. From that period various forms of goddess were known in the synchronous times. Many shrines of Kotahimai or Samaimai are located on the village mound in the western Teri region of Nepal, especially Kapilavastu. One of these sacred shrines, Samaimai/ Kotahimai of Tilaurākoţ is popular among the Nepalese and north Indian people.

Other remarkable intangible cultural elements are related to many sites. Their information has incorporated in brief. Ancient Samai mai temple of Tilaurākoţ is located on the north of the main structural remains of the palace. On the root of the pipal tree its parts are seen. There are three artistic stones in the sanctum sanctorum of the shrine. Icon in stone of the Mai is kept in the middle of the sanctum. Many bells are hung around the image. Red cloths and idols of the elephants are kept there. After fulfillment the wishes of the devotees they offer the idols of elephants. Many terracotta elephants are seen there, which are offered by the devotees on the special occasions. In course of excavation of Tilaurākoţ mound, P.C. Mukherji has mentioned the existence of the shrine in 1899. He had exposed structures in octagonal square sizes, which were

built in different phases. Its north part was excavated in 2015 VS. The side was reopened in 2018 VS. Structure of the brick wall was exposed in the excavation.

Many rituals and religious practices are going performed by the devotees in the annual calendar. Legendary and practices are modifying in the synchronous times and situations. Many people come from the Terai region of Nepal as well as the North Indian in order to perform occasional sacred activities at the shrine. The main fair of the shrine is held in Feb-March (Phagun) every year. On the occasion the devotees perform traditional worship, singing hymns by women, playing drums, saving children's hair, reciting Holy Scriptures and offering materials. Local devotees clean the shrine and take care of the site. Daily performances are also conducting by the local community. In such a way in the months of Sep-Oct (*Aswin)* and Mar-Apr (*Chaitra*) special worships are performed by the devotees. To the northeast of Taulihawā, near Bikuli village, is situated the ancient site named Koṭahi koṭ. The site yielded the red washed fragments of pottery, burnt-bricks, brickbats, terracotta human and animal figurines from the eroded surface. Führer and Rijal had mentioned the name of the site in their report, but had not given more information about it.

In the area of Kapilavastu, Tilaurākoṭ Goddess is known as mai. It means mother, goddess. Among the sylvan deities of the area Samai mai, Karani mai, Kumarvarti mai, Kanya mai, Bairi mai and Kotahimai are known as the Goddess. Their shrines have built in the open space with out roofs. People worship the deity to fulfill their wishes and welfare of the community. These deities have been highly respected in this area, which values and customs are transmitted from generation to generation. Among these shrines, Samai māi sthana is situated to the northeast of Tauleśvar Mahādev temple, by the northern roadside of Taulihawā to Tilaurākoṭ, which was an ancient flattish circular mound of, measuring about 40 m. in diameter and about 3m. in height. On the top, at the center of the mound two shrines of Samai mai and Saraswati were standing under an old Pipal tree. But, their position is changed after the reconstruction of the shrine. On the north of the complex is made a cemented-lump as the representative of Samai māi of Tilaurākoṭ, where the devotees pay respects and offer *puja* articles to the deity.

In the conclusion of the Saimai mai, sylvan deity, is known that it was ancient tradition, which is transferred from generation to generation during the long times. There was only conceptual form in the stone age and it was reflected in tangible form later.

To the north of Tilaurākoṭ, on the eastern bank of Baṇagaṅgā river and south east of Tilaurā village, lies the monumental area of Dhamnihawā. It is also known as commemoration stūpas of Suddhodhan and Māyādevĩ, father and mother of Lord Buddha respectively .The local people calls it a form of *Dharma Dhātu Chaitya.* In the complex of Dhamnihawā there are two stūpas measuring 15.849 m. and 7.924 m. in circumference, made of burnt bricks. Being on the eastern bank of Bāṇagaṅgā river the complex is cut away by the river. Oral expression is the main base of its interpretation, which is belonged to intangible cultural heritage.

The Asokan pillar of Niglihawa is called *Bhimsenaki-nigāli* (Brave hero Bhimsena's smoking Pipe), of which the upper portion is about 4.5 m. long and the diameters at the top and at the bottom are 61 cm. and 68 cm. respectively. The portion bears an inscription belonging to Prince Ripu Malla of the Nāga dynasty of Karṇāli Pradeśa of the medieval period There are two short inscriptions in four lines. It reads "*om maṇi padame hum. Sri Ripu Malla Chiranjayatu 1234*" (" o! the jewel is in the lotus") which is a prayer of the Mahāyana Buddhists and later portion means

"May prince Ripu Malla long the victorious 1234"[401]. The year 1234 in the Śaka era corresponds to 1312 CE.

About ten meter to the north of the well of Jahadi, there is a huge stone sculpture of *Rakchhā Bābā*, a local deity, which is fixed on the ground and is worshiped as the god of protection by the local people. Milk and bread, cooked in purified butter, are offered by the devotees when their wishes get fulfilled. The ancient site named Lohasaudiā lies about 250 m. south-east from the eastern gateway of Tilaurākoţ complex. The flattish circular mound, about 10m. in diameter and about 2m. in height, has yielded the iron-slags as in Reharā mound, kiln-burnt bricks, brick-bats and stone fragments from the dug-pit of the mound. The site is called *Mahāniskramaṇa* stūpa where the *Kanthaka* and *Chhannā* had died after returning from Anoma river site. Findings of iron-slags and vitreous smelting-refuse in the site reveal that it might be a metallurgical site of iron smelting and casting of metal objects.

Phuteśvar Mahādev (the broken Lord) is known as Goţihawā. It means that broken fragments of the Asokan pillar were there, which are missing at present. At the beginning, it was not identified that was Asokan pillar. Oral expression of the local people is very strong to find the fragments of the Pillar. This site is identified with the ancient city of Kşemavati, the natal town of the Krakuchchhanda Buddha, who was born in the house of the Brāhmaṇ Agnidatta according to the *Buddha vamśa*.

Kodān, Kudān or Lohri-Kudān is situated immediate south of Taulihawa azaar. The local legend about it is that Lori Ahir, a great giant, used to jump from one to the other mounds in ancient period. In this complex, there are four ancient mounds in a row from north to south and an ancient well which is filled up with the rubbish.

Bardahawa is the ancient site, south of Tialurakot. According to the local legend, a sacred bull *(varda)* used to live here. The bull used to destroy the standing crops in the fields in the neighborhood at night. Many farmers suffered from the bull's activities in the area. A non-Hindu farmer cut the head of the bull while it was grazing the harvest in the field. Thus, the headless bull is still standing there. The name of the village is therefore Bardeva or Bardahawā . The site is known as a sacred complex to the local people. A few years ago, a local farmer found a copper container filled with valuables in course of digging, as it was indicated to him in the dream. But the deity of the area demanded his young son in place of the valuables in the dream. So the farmer returned and buried the valuables at the place where he found it, but it was removed by unknown persons from there after some times.

Result and Discussion

Social values, norms, beliefs and traditions are the real cultural vehicles to transfer from generation to generation, which are unseen and immovable. Oral expressions, performing art, social practices, festive events and universe facts are playing a vital role to change the social movements. Names of the place, events, person and activities are related to the past life line and activities of the synchronous times. In this process, Kapilavastu, ancient republic state of the Śākyas, was enriched with the native culture and nature. More than 200 archaeological sites have located in the modern Kapilavastu district in Nepal. Almost all the sites are related with the ancient traditions and events, especially to the Buddhist as well as Hindu philosophies. Innate ability and consciousness of the society creates the tangible forms of the materials, which is known as the material culture in the present society. It means that non-material culture is the main

guideline for the material culture. Without proper knowledge of the intangible cultural norms and values, it is impossible to create tangible forms of cultural. But, in course of finding the ancient cultural sequences, structural remains and artifacts have been searching without their historical back ground. Only the artifact cannot deal its back ground and life history. In such a critical situation, it may be incomplete details of any objects and issues.

When the sage Kapilamini was meditating under the sālaa tree on the bank of the Bhagirathi river (Baṇagaṅgā rive), exiled princes and princess had come there. After taking their proper information of the princes and princess, Kapilamuni had advised them to stay there and made huts for their daily life. Either sālaa tree, coming place Saket or Śākya word called by their father, their title became Śākya in long run. It has not the identified by the either the artifacts or monumental structures. It depends on the intangible traditions and social values. Name of the river was also called Bhagirathi from the name of Bhagiratha, grand son of Amsuman and son of Dilipa, which is even flowing near by the Tilaurākoţ as Baṇagaṅgā.

From the personal name of Sagar, it was called Sagar+hawa (place) Sagrahawa, where the Śākyas had massacred and made the sagar of their blood. Not only this, but also there is a water tank like a sagar (ocean) at the immediate north site of Srinagara, Jagadishpur area. In the case of Kotahimai, Samaimai, Karanimai, Kanyamai, Kumarbartimai etc are also known as the goddess of the local nomad people, which became popular to the public in later days. Journey of Ravana, Rama, Laxman, Mahadev, Parvati, Vishnu and Laxmi had also played a significance role to give the names of the sites and creation of the sacred values and norms in the present society. Twin stupas of Dhamanihawa are also called the memory stupas of Suddhadana, father of Siddhartha and Mayadevi, mother of Siddhartha. It is completely the social oral values and belief, which became its baseline to provide information of the site. Nigali+ hawa made Niglihawa. Nigali means bamboo stick, which has covered the meaning Asokan pillar lying on the bank of water tank on the right side of Taulihawa to Jitapur Highway. Immediate north of Araurakot is the Jahadi village, where is the Riksababa sacred place, it is also know as the *Raksha* (Safe guard deity) by the local people. It has also supported to identify the ancient monumental sites as well as artifacts buried location. Lohasaudia, Rehara, Lorikudan, Bardahawa and other local sites are called their names by the local people in dialect, which is becoming the clues to identifying the ancient monumental structure of the Śākyas and later periods.

Conclusion

Social traditions, oral expressions, performing art, traditional handicrafts, rituals, festive events and practices of the nature and universe are known as the intangible heritages. These elements inspire and motivate to create tangible cultural forms like the temple, vihar, stupa, gumba, church, masjita and other form of arts. Untouchable idea, feelings, social values, beliefs and traditions plays a vital role in the cultural world. In this movement, traditions and oral expressions of the ancient \Kapilavastu had deeply influenced in the tangible cultural areas. Name of the places, events, personal names and stories were called through the oral expressions like Tilaurā, Nigali, Sagar, Bagiratha, Goţi, Lori, sylvan deities Kotahi, Samai; Araura, Rikasa baba, Ramaghat, Laxmanghat etc. were the main rooted words for the places. Later prefix had added in course of practing the original words. In course of exploration and excavation of the ancient Buddhist sites in Tilaurākoţ-Kapilavastu, structural remains and artifacts have been focusing. But the real ground of the objects and structures have not seriously, systematically and scientifically studied. In coming days before the exploration and excavation of any archaeological and ancient civilized-

sites, there should be seriously and logically studied their original history and social values. In the process of listing the site in the World Heritage Site, tangible as well as intangible cultural elements should have been discovered, which will be strong evidence for the nomination.

❑❑

References:

Beal, Samuel (1973), *The Life of Hiuen-Tsiang*; second ed., New Delhi: Munshiram Manoharlal.

Coningham, Rabin (2016), *Tilaurākoṭ*, UK: Durham University

Deeg, Max (2003), *The Places Where Siddhartha Trod: Lumbinī and Kapilvastu;* Lumbini: Lumbini International Research Institute.

Fuhrer, A (1972), *Antiquities of the Buddha's Birth Place in the Nepalese Terai;* Reprinted,Delhi: Indological Book House.

Giri, Gitu (2003), *Art and Architecture Remains in the Western Terai Region of Nepal*; New Delhi: Adroit Publisher.

... ..., Sacred Complex of Lumbini; New Delhi: Adroit Publisher, 2008.

Mitra, Debala (1972), *Excavation at Tilaurākot, Kodan and Exploration in the Nepalese Terai;* Kathmandu: Department of Archaeology.

Mukherji, Purna Chandra (1969), *Antiquities of Kapilvastu Terai of Nepal;* Reprinted, Delhi: Indological Book House.

Pandey, R.N. (1972), "Architecture of Kapilvastu", *Vasudha;* XIV 7 (Sep. –Oct)

आचाय, राजेन्द्र कुमार (२०७३), पचहत्तर जिल्लाका लोककथा, काठमाडौः नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

पन्थी, टीकाराम (२०४२, *केही जनश्रुतिहरु,* गुल्मीः किरण पुस्तकालय ।

पाण्डेय,रामनिवास (२०५१), *कपिलवस्तु , हिजो र आज :एक सान्दर्भिक विवेचना* - चतुर्थबौद्ध सम्मेलन, कपिलवस्तु ।

लामिछाने, कपिलदेव (२०६८), *नेपाली गाउँखाने कथाको अध्ययन,* काटमाडौः विवेक सिर्जनशील प्रकाशन ।

श्रेष्ठ, कृष्णप्रसाद (२०६३), *नेपाली किंवदन्तीमाला,* काटमाठौः स्वयं ।

वज्राचार्य, वजानन्द (२०२९), *कपिलवस्तुको रूपरेखा,* कपिलवस्तुः कपिलवस्तु जिल्ला पञ्चायत ।

डँगौरा थारू समुदायमा गुरैं पूजा

प्रा.डा. शिवकुमार सुवेदी
दाङ

लेखसार

पूर्खाको ज्ञान र अनुभवबाट प्राप्त गरेको सीप नयाँ पुस्तामा स्वत: हस्तान्तरित हुँदै जाने प्रवृति नै संस्कृति हो । यो मानव जातिका लागि स्वअस्तित्त्वको पहिचान गराउने मुख्य आधार पनि हो । लुम्बिनी प्रदेशमा खसआर्यका अतिरिक्त बाह्र मगरात, अठार मगरात, अवध, थारूहट क्षेत्र पनि पर्ने भएकाले विविध सांस्कृतिक फूलहरूको साझा फूलबारीको रूपमा पहिचान बन्दै गएको सुखद् परिप्रेक्षमा कतिपय मौलिक संस्कृति लोप हुने अवस्थामा पुग्नु दुखद् पक्ष हो । यस्तै सम्पदामध्येको एक हो डँगौरा थारूको गुरैं पूजा ।

थारू समुदायको परम्परागत पेशा कृषि र पशुपालन भएकाले जनधन र कृषि उत्पादनको सुरक्षाका लागि देशबन्धिया गुरुवाद्वारा जेठ र भदौ महिनामा गरी वर्षमा दुईपटक गाउँको साझा देवस्थलमा विभिन्न देवी देवतालाई बलि र अन्य शुद्ध भोजन अर्पण गरी यो कर्म सम्पन्न गरिन्छ । भदौमा सम्पन्न गरिने गुरैंलाई हाऱ्या गुरैं भनिन्छ भने जेठमा गरिने गुरैंलाई ढुर्‍या गुरैं भनिन्छ । साझा पूजाको माध्यमबाट गाउँबासीलाई एकतामा आवद्ध राख्न यो परम्पराले महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको देखिन्छ । त्यसैले यसको संरक्षण हुनु आवश्यक छ ।

शब्दकुञ्जी : गुरैं, डहरचन्डि, सौंरिपिटोर्न्या, जमजुट्वा, डेशबन्ह्या ।

१. पृष्ठभूमि

थारू जाति नेपालको एउटा महत्त्वपूर्ण समुदाय हो जो तराई र भित्रि मधेशमा बसोबास गर्ने गरेको पाइन्छ । तराई र भित्रिमधेशको घना जङ्गललाई फँडानी गर्दै सभ्यताको प्रारम्भदेखि नै आवाद गरी पशुपालन र कृषि कर्मको थालनी गर्ने थारूहरूका पुर्खाहरू नै थिए भन्ने विश्वास गर्दै आफूहरूलाई भूमिपुत्र भन्न रुचाउने यो समुदायको संख्या र राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार १८०७१२४ रहेको छ । जसमध्ये पुरुषको संख्या ८८०५१३ र महिलाको सङ्ख्या ९२६६११ रहेको छ । यो समुदाय मूल रूपमा थारू भनेर एउटै वर्गमा राखिएता पनि भाषिक र सांस्कृतिक भिन्नताको कारणले मुख्यत: चार समुदायमा विभाजन गर्ने गरिन्छ - मोरङ्गिया, चितौनिया, डँगौरा र राना थारू । राना थाहरूलाई भारतीय मूलको मानिन्छ भने अन्य क्रमश: मोरङ, चितवन र दाङ तिरको मान्ने गरिन्छ । मानवशास्त्री कैलाशनाथ प्याकुरेलको यो वर्गीकरण सान्दर्भिक जस्तो लाग्दछ ।

माथि सामान्य जानकारी दिइएको छ कि थारूहरू नेपालका आदिवासीहरू र विविध स्थानको उत्पत्तिका हुन् । यीमध्ये दाङ, बाँके, बर्दिया, कपिलवस्तु र सुर्खेतका थारूहरू आफूलाई डँगौरा भनी परिचय दिन गर्दछन् । यो समुदायको बस्ती लुम्बिनी प्रदेशभन्दा बाहिर पनि देखिन्छ । लुम्बिनी प्रदेशमा मात्र पनि यो समुदायको जम्मा जनसङ्ख्या ८०६५७ रहेको छ ।

२. अध्ययनको उद्देश्य

नेपालका थारूहरूमध्ये डँगौरा थारूको बस्ती कपिलवस्तुदेखि दाङ, बाँके, बर्दिया र सुर्खेत, कैलाली, कञ्चनपुर जिल्लामा पाइन्छ । अन्य क्षेत्रका तराई भूभागभन्दै यी समतल क्षेत्रमा पनि पहाडबाट बसाइ सरी आउनेको संख्या बढी भएको हुँदा बढि खर्चालु गुरैं पूजालाई निरन्तरता दिन गाह्रो भई लोप हुनसक्ने स्थितिमा पुग्नु

समस्या हो भने लेखको माध्यमबाट जनचेतना अभिवृद्धि गरी सम्पदाको संरक्षणका लागि प्रेरित गर्नु लेखको उद्देश्य हो ।

३. सम्बन्धित साहित्यको पुनरावलोकन

डँगौरा थारूका विविध पक्षहरूमा विभिन्न विद्वानहरूले विभिन्न समयमा विभिन्न माध्यमबाट आ-आफ्ना विचारहरू प्रकाशित गरेका छन् । तीमध्ये धेरै जसो प्रकाशनहरू थारूको मानवशास्त्रीय पक्षमा प्रकाश भएको पाइन्छ भने केही लोकगीत, लोककथन, लोकनाटकका विषयवस्तुमा केन्द्रित छन् । शेखर सिंह गौतमले सन १९६६ मा प्रकाशन गरेको **हिमवर्ष और नेपाल** नामक पुस्तकमा थारूहरूको बारेमा प्रकाश पार्ने जमर्को गरेका छन् । तर यहाँ संस्कृति र सांस्कृतिक सम्पदाको बारेमा मौन रही ऐतिहासिक पृष्ठभूमिलाई महत्त्व दिइएको छ । जनकलाल शर्माको **हाम्रो समाज एक अध्ययन** (२०३९) मा नेपालका केही महत्त्वपूर्ण समुदायको संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत गरीएको तर यहाँ पनि अमूर्त सम्पदाको अभाव छ । प्रागैतिहासदेखि नेपाली जनजीवन समेट्ने प्रयास गरिएको यो कृति महत्त्वपूर्ण भएर पनि खिचडी जस्तो सबै विधाको मिश्रणजस्तो बन्न गएको छ । ए.के. दत्तारको **प्यालियो हिस्ट्रि आफ म्यान एण्ड हिज कल्चर** (१९८२ इ.) ले मानव संस्कृतिको विकास र विस्तारमा दिइएको विश्लेषण महत्त्वपूर्ण भएर पनि हाम्रो अध्ययनको दृष्टिले खासै उल्लेखनीय देखिएन । टेकनाथ गौतमको **थारू जातिको इतिहास र संस्कृति** (२०४४) डँगौरा थारूमा केन्द्रित कृति हो जसमा 'थारू' शब्दको व्यूत्पत्तिदेखि विविध पक्षमा प्रकाश पार्ने जमर्को गरिएको छ । यसमा सांस्कृतिक सम्पदा सन्दर्भमा संस्कारको मात्र विवेचना भएको छ ।

अशोक थारूको (२०५५) **थारू साहित्यिक महाकाव्य बर्किमार एक संक्षिप्त तुलनात्मक अध्ययन** थारू समुदायको महत्त्वपूर्ण नाच बर्किमारमा सीमित छ भने लेखनाथ चौधरीको **थारू तथ्याङ्क** (२०५५) राष्ट्रिय जनगणनाले संकलन गरेजस्तो तथ्याङ्क संकलनमा मात्र सीमित छ । यसैगरी शङ्करलाल चौधरीको **सोसियो इकोनोमिक स्टयाटस अफ डँगौरा थारू** (१९९९) मा आर्थिक र सामाजिक स्थिति दिने प्रयास भएतापनि संस्कार पक्षको अभाव छ । चन्द्रप्रसाद थारूको अर्थ **सहित बर्किमार गुरैंपाति हमार संस्कार** (२०६९) र घोराही उपमहानगरपालिका दाङले प्रकाशन गरेको **घोराहीको थारू प्रदर्शनकारी कला** (२०७७) ले डँगौरा थारू संस्कृतिका विविध पक्षमा प्रकाश पारेको छ । प्रदर्शन गर्न सकिने विषय वस्तुमा केन्द्रित रहेकाले गुरैं जस्तो महत्त्वपूर्ण पर्वलाई सामान्य उल्लेख मात्र गरिएकाले एउटा महत्त्वपूर्ण पाटो अझै ओझेलमा परेको देखिन्छ ।

४. अध्ययन विधि

अमूर्त सम्पदाका मुख्य स्रोत सामाजिक संरचना र व्यवहार हुने भएकाले यो एक समाजशास्त्रीय विधा हो । जो समाजमा रहेका विभिन्न वर्ग र समूहका व्यक्ति र समुदायसँगको अन्तरक्रियाद्वारा उनीहरूको जनजिब्रोबाट प्राप्त हुन्छ । समाजशास्त्रीय विषय विधा भएकाले यसको अध्ययन गर्नका लागि तथ्याङ्कीय ज्ञानभन्दा सुन्ने धैर्यता र प्राप्त जानकारीको आधारमा विश्लेषण गर्न सक्ने क्षमताको आवश्यकता पर्दछ । त्यसैले यहाँ तथ्याङ्कीय विधाभन्दा विश्लेषणात्मक क्षमताको प्रयोग गरिन्छ । अर्थात् यो विषयको अध्ययनमा विश्लेषणात्मक विधि प्रयोग भएको छ । प्राथमिक स्रोत संकलनका लागि स्थलगत अवलोकन र अन्तर्वार्ता विधि प्रयोग भएको छ भने द्वितीय स्रोत संकलनका लागि पुस्तकालयको प्रयोग गरिएको छ ।

५. गुरैंको अर्थ

ऋतु परिवर्तनसँगै प्राकृतिक वातावरणमा परिवर्तन आउने स्वाभाविक प्रक्रियालाई अदृश्य आद्यशक्तिको कार्य हो भन्ने विश्वासले त्यसको अदृश्य शक्तिलाई आफ्नो अनुकूल बनाउन अनुरोध गर्दै आफूसँग भएका फलफूल, कन्दमूल तथा शिकारबाट प्राप्त मासुको केही अंश अर्पण गर्ने प्रक्रियाबाट पूजा आराधना गर्ने प्रचलनको

प्रारम्भ भएको हो । त्यसरी समर्पण गर्दा आफ्नो अनुकूल वातावरण बन्छ भन्ने आस्था र विश्वास नै अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदाका आधार हुन् ।

थारू समुदायमा पूजारीलाई 'गुन्वा' भनिन्छ भने परमपिता सृष्टिकर्ता परमेश्वरलाई गुरुबाबा भनिन्छ । यिनै गुरुबाबाको रूपमा समुदायको संरक्षणकर्ता भएकोले पूजारीलाई गुन्वा भनिएको हो । तिनै गुन्वाद्वारा वर्षमा दुईपटक हरियाली वातावरण भएको समयमा सम्पन्न गरिने अनुष्ठान गुरैं हो । जो वर्षेबाली र त्यस समयको कृषि, पशुजन्य धनको संरक्षणका लागि गरिने अनुष्ठान हार्च्या गुरैं र गर्मी मौसमको धूलोमय वातावरणमा त्यसबाट उत्पन्न हुनसके नोक्सानीबाट बचाउनका लागि गरिने अनुष्ठान धुर्च्या गुरैं हो । यी दुवै अनुष्ठान प्रत्येक थारू बस्तीमा गाउँ बाहिर बनाइएको साझा देवस्थल 'भूयाँर' थानमा सम्पन्न गरिने र प्रत्येक घरको सहभागिता हुने भएकाले यसलाई ग्रामदेवताको पूजाको रूपमा लिन सकिन्छ । लोककथन अनुसार गुरुबाबाकी छोरी गौरा पार्वतीले आफ्ना पति लटौ महादेवलाई खेती गर्न सिकाइन् । लहलहाउँदो बाली देखेर घरै जान भुलेका महादेवलाई घर फर्काउन उक्त बालीमा किटाणु उत्पत्ती गराइन् । यसले महादेवलाई चिन्तित बनायो र चिन्तामुक्ति गराउन झट्पट् गुन्वाद्वारा अनुष्ठान गराएमा रोग हट्न सक्ने भनी विधि समेत बताइन् । सोही विधिद्वारा गरिने अनुष्ठान नै गुरैं हो ।

६. पुजिने देवदेवीहरू

मानिस तथा पशुमा विभिन्न कारणले रोग लाग्दछन् र ती रोग मुक्तिका लागि विभिन्न औषधी निर्माण गरिएका छन् । ती पनि युनानी, आयुर्वेदिक, रासायनिक आदि विशिष्टता र विशेषताद्वारा निर्माण गरिएका छन् । त्यसका अतिरिक्त परम्परागत तान्त्रिक विधिमा विश्वास गर्ने ठुलो समुदाय देखिन्छ । त्यसैगरी प्रारम्भिक आस्थाको युगमा पनि विभिन्न लक्षणका रोगको सिर्जना गर्ने सर्जक पनि अलग अलग रहेको विश्वास गरी ती समस्याबाट मुक्तिका लागि देवदेवीको अलग अलग उपासना गर्ने प्रचलन थियो । शुरुमा काल्पनिक स्वरूपको पूजा गर्ने प्रचलन थियो भने पछि आफू समक्ष प्रत्यक्ष राख्ने सोंच बन्यो र मूर्ति निर्माण गरी पूजा गर्ने प्रचलनको विकास भयो । यसरी बनेका मूर्त सम्पदाहरू प्रष्ट स्वरूपमा निर्मित भएका उदाहरण पाइँदैनन् । तापनि प्रतीकको रूपमा आस्थाका केन्द्रहरूमा स्थापित हुन्छन् । यस्तै विशेषता भएका काठबाट निर्मित प्रतीकहरू प्रत्येक भूयाँरथानमा राखिएका हुन्छन् जसलाई विभिन्न नामले सम्बोधन गरिन्छ । केही प्रतीकहरूको सङ्क्षिप्त जानकारी यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ ।

क) डहरचण्डि

दहकी देवी भन्ने अर्थ बुझाउने गरी थारू भाषामा प्रयोग गरिने शब्द हो डहरचण्डी । पङ्तिबद्ध रूपमा राखिने काष्ट प्रतीकहरूमध्ये उत्तरतिर एउटा छोडी दोस्रो र तेस्रो प्रतीकको रूपमा राखिएका ती देवीलाई विशेष महत्त्वको दृष्टिले हेरिन्छ । दाङ उपत्यका प्राराम्भिक चरणमा एउटा तलाउको रूपमा रहेको थियो । भूगर्भ शास्त्रीहरूका अनुसार अज्ञात कारणले भूसतह दबेर बनेको टेथिस सागरको बिचबाट जमीनको सतह माथि उठ्ने क्रममा सर्वप्रथम माथि उठेर बनेको विशाल पहाड वर्तमान समयका उच्च हिम शृङ्खलाहरू हुन् भने दोस्रो चरणमा बनेको पहाड महाभारत पर्वत शृङ्खला हो । त्यसपछि उठेको कान्छो शृङ्खला चुरे पर्वत शृङ्खला हो । यो बर्मादेखि पाकिस्तानसम्मको क्षेत्रमा पर्दछ र दाङ यिनै महाभारत र चुरे शृङ्खलाको बिचमा लामो समयसम्म तलाउको रूपमा रही पछि मात्र मानव बस्ती योग्य बनेको र बस्ती योग्य बन्नु पूर्व प्राक्मानव संस्कृतिको उद्भव र विकास दक्षिणी किनारमा रहेको चुरे शृङ्खलाको काखमा भएको प्राग्इतिहासका अध्यताहरूको भनाइ रहेको छ । यी देवी त्यही तलाउमा रहेकी देवी हुन् र यिनी नै बस्ती योग्य भएपछि उक्त स्थानमा बसोबास गर्ने चराचर जगत्को निर्माता र संरक्षक बन्न पुगिन् । त्यसैले यिनलाई खुसी बनाएमा मात्र कल्याण हुन्छ भन्ने लोकविश्वास रहँदै आएकोछ ।

ख) चहवागुनी

यी चारवाहुयुक्त देवतालाई डहरचण्डीको पतिको रूपमा स्विकार्दै डहरचण्डीको प्रतीकको उत्तरतिर स्थापित गरिन्छ । यसरी सृष्टिको सम्बन्धमा प्रकृति र पुरुषको संयोजनबाट मात्र संभव हुने विश्वास थारू समुदायमा परम्परादेखि रहदै आएको पुष्टि मिल्दछ । डहरचण्डी प्रकृति र चहवागुनी पुरुष हुन् ।

ग) गवरमारी/डहरभन्डि

विभिन्न रोगबाट आफ्ना पशुधनको सुरक्षा होस भन्ने उद्देश्यले सात्विक विधिबाट यी देवीको पूजा गरिने भएकाले यिनलाई पशुकी देवीको रूपमा स्वीकारेको पाइन्छ ।

घ) सौंरी पिटोर्न्या

मानिसमा देखा पर्ने विविध रोगव्याधी दादुरा आदिबाट बच्न र बचाउनका लागि यी देवीको पूजा गरिन्छ । यिनको लागि मुख्य भूयाँरथानको दक्षिणतर्फ सानो छाप्रो बनाइ प्रतीकको रूपमा विभिन्न आकारको ढुङ्गा राखिएको हुन्छ ।

ङ) झाँक्रि

झाँक्रि सामान्यत: पहाडी समुदायमा प्रचलित परपम्परा हो । अस्पताल र स्वास्थ्य केन्द्रहरू स्थापना हुनुपूर्व यिनै झाँक्रिमा देवता चढेको विश्वास गरी काँपेको समयमा देवदूतको रूपमा बिरामीको शरीरमा प्रवेश गरी उसको समस्या र समाधानका उपाय पहिल्याउने, भुत-प्रेत पन्छाउन सक्ने क्षमता भएको व्यक्ति भन्ने पहिचान थियो । त्यसैले यीनलाई पहाडबाट बसाई सरी आएका देवता जसलाई खुसी बनाउन सके मानिस तथा पशु दुवै रोग मुक्त हुन्छन् भन्ने विश्वासले यिनको पूजा गरिन्छ ।

च) पाँच पाण्डव

थारू समुदायमा पाँच पाण्डवको निकै सम्मान छ । ती पाँच भाइहरूमध्ये पनि भीमको बढी सम्मान रहेको पाइन्छ । भीमले जे जस्तो कठिन काम पनि गर्न सक्दछन् भन्ने विश्वास छ । त्यसैले पाँच पाण्डवका प्रतिभालाई भूयारथान (ठन्वा) मा राखिएको देख्न सकिन्छ । सात्विक विधिद्वारा पूजा गरिने यी देव समूह मुख्य ग्राम देवता हुन् ।

छ) रक्सा

डहरचन्डिको दक्षिणतिर स्थापना गरिने यी देवतालाई रक्सालाई दुष्टात्माको रूपमा हेरिन्छ, जसको कुदृष्टिबाट रोग-भोक जस्ता समस्या सिर्जना हुने गर्दछ । सकेसम्म कुदृष्टि नपरोस् भन्ने उद्देश्यले यिनको पूजा हुने गर्दछ ।

ज) कुटनीबुढ्ढी

यी कुन्ती हुन् र यिनले पृथ्वीदेखि स्वर्गसम्मको बाटो देखाउने काम गर्दछिन् ।

झ) मुह्रामटावाँ

गाउँको प्रमुखलाई मटावाँ भनिन्छ भने 'मुर' शब्दले 'शिर' भन्ने अर्थ बुझाउँछ । त्यसैले पूर्व महतौंहरूको स्मरणमा यो गरिन्छ ।

ञ) अहिरा

अहिर शब्दले यादव समुदाय भन्ने अर्थ बुझाउँछ । दुवैले दाङलाई आदि थलो मान्दछन् । दुवैको पेशागत सम्बन्ध पनि छ । त्यसैले यिनीहरूका देवता समेतको सम्मान गर्दै अहिराको पूजा गर्ने गरेको हुनुपर्दछ ।

ट) जमजुट्वा

यमराजलाई जमजुट्वा भनिएको हो । सात्विक विधिको मन्त्रोच्चारण र तामसी विधिको पशुबलिद्वारा जनधनको सुरक्षा गर्नु यो परम्पराको मुख्य उद्देश्य रहेको पाइन्छ ।

७. पूजा विधि

गुरैं गर्न महिना निश्चित जस्तै भएतापनि दिन निश्चित छैन । ग्राम देवताको पूजा भएकाले सबै गाउँलेहरूको अनिवार्य उपस्थिति र सहभागिता हुनुपर्ने भएकाले सबै परिवारका प्रमुख 'गरहुर्च्या' को भेलाले उपयुक्त दिन निश्चित गरेपछि महतौंले आफ्नो पूजारी 'देशबन्ह्या गुरुवा' समक्ष प्रस्ताव लिएर जान्छन् । उक्त दिन पूजारीबाट स्वीकृत भएमा घर फर्की तयारीमा जुट्दछन् । यो पूजामा आवश्यक पर्ने सुँगुरको पाठो, कुखुराका चल्ला, सिन्दुर, जल, मद (मादक पदार्थ), दूध आदि आदि सामग्रीमध्ये कतिपय सामग्री महतौंको घरबाट प्रयोग गरिन्छ भने किन्नुपर्ने आवश्यक सामग्रीका लागि अनुमानित रकमको व्यवस्थापन गाँउबासी सबैको समान सहभागितामा जम्मा गरिन्छ । ढिक्रि, मद, भात, दाल, तरकारीहरू आदिको व्यवस्थापन महतौंको दायित्वभित्र पर्दछ । यसरी विभिन्न अवसरमा महतौंको घरबाट गरिने खर्चको लागि वार्षिक रूपमा एकमुष्ट गाउँलेबाट जिन्सी वस्तु नै बुझाउने परम्परा छ ।

निश्चित दिनमा गुरुवालाई ल्याउनका लागि एकजना व्यक्ति पठाइन्छ । देश बन्धिया गुरुवाले आफ्नो पूजा कोठा डेउरहारमा रहेको सौंरा, झोल्या, बेदको लठ्ठी जस्ता सामग्री साथमा लिएर उक्त व्यक्तिको साथमा महतौंको घरमा आइपुग्छन् । त्यहाँ स्वागत सत्कार गरिन्छ । वर्तमान समयमा सबैजसो साझा रहेका भौतिक संरचनाहरू पक्की बनाइएका देखिएतापनि पूर्व कालमा आफ्ना व्यक्तिगत सम्पदा झैं साझा सम्पदा पनि काठका खम्बा र खरको छाना भएका हुन्थे । एकदिन काम चलाउनका लागि बनाइएका छाना हावा पानीले जीर्ण बनाइसक्थे । त्यसैले निर्धारित दिनमा बिहान सबै गाउँले महतौंको घरमा भेलाभई भूयाँरथानको मर्मतका लागि पुग्दथे । यसरी छानो तयार गरिसकेपछि भित्रीभागमा गाईको गोबरले पोतेर सफा र शुद्ध बनाउने र परिसरको बाहिरी भागमा रहेका झारजङ्गलहरू उखेलेर वा काटेर सफागर्ने कार्य सम्पन्न गरिन्छ । गुरुवा पनि सम्बन्धित गाउँको महतौकोमा पुगी आफ्नो काम प्रारम्भ गर्दछन् । उता गाउँलेहरूले सफाई सकेपछि डहरचन्डि र चवह्वाको प्रतीक अगाडि कुशास्नी बिछ्याइन्छ र प्रतिमाको शिरमा मकैको डाँठको त्रिखुर बनाई त्यसमाथि सालको पातको दुना राख्दछन् । महतौंले चामलको पिठोलाई घिउ मोलेर बनेको पिठोबाट बनेका ससाना रोटीहरू सबै देवदेवीलाई चढाउछन्, बत्ती बाल्दछन् । गुरुवासँग सहकार्य गर्ने व्यक्ति केसौका भनिन्छ जस्ले देवताको भूमिका निर्वाह गर्दछन् । केसौकाले नै सबै देवदेवीलाई सिन्दुर लगाईदिने, दुनाबाट मद, जल, दूध चढाउने गर्दछन् ।

डेसबन्ह्या गुरुवा नजिकको खोलामा गएर हरचाली पूजा गर्दछन् । कृषि र अन्य प्रयोजनका लागि आवश्यक स्रोत संकलन गर्ने उद्देश्ले विभिन्न जङ्गल, खोला नाला पारगर्नु पर्ने हुन्छ । त्यस अवसरमा बाहिरी क्षेत्रबाट आएका भूत, प्रेत भगाउन वा रोक्न यो पूजा गरिन्छ । यसमा गुरुवाले विभिन्न मन्त्रोच्चारण गर्दै विभिन्न देवीदेवतालाई स्मरण गर्दछन् । सोही अवसरमा एउटा सुँगुरको पाठो, सातवटा कुखुराको बलि दिनुको साथै जल, मद र दूधको धार चढाउँछन् । यता गाउँका दुईजना महिला सात प्रकारका ढिक्री बनाउन महतौंको घरमा पुग्दछन् । यसै अवसरमा चढाउनका लागि 'ज्युनारिक भात', तरकारी पनि पकाइन्छ । पाकेको भातमाथि घ्यू पनि राखिन्छ । तीन, पाँच, सात प्रकारका तरकारीको व्यवस्था गरिन्छ ।

अब मुख्य पूजा हुन्छ । महतौंको घरमा बन्नुपर्ने सम्पूर्ण सामग्री तयार भैसकेपछि सबै गाउँले भेला भएर गुरुवाको अगुवाइमा गुरुवाको घरबाट ल्याएका सामान बोकेको केसौका, भात, ढिकी आदि बोकेका ग्रामीणहरूको समूह पूजा स्थल पुग्दछन् । कसौकाले पूजा स्थल गोबरले पोतेर शुद्ध बनाउँछन् । प्रतिमाहरूलाई स्नान गराउँछन् । सिन्दुरको टिका तथा वस्त्रको रूपमा धागो लगाइ दिन्छन् । सबैको अगाडी

सालको पातमा बत्ति बालीदिन्छन् । डहरचण्डि र चवह्वाका अगाडिका बत्तीहरू पूजा अवधि भर बल्नु पर्ने भएकाले त्यहाँ माटोको पालामा तेलको बत्ती माथिबाट प्वाल परेको टपरीले छोपिन्छ । यसले बत्तिलाई हावाबाट बचाउँछ । सबै देवीदेवतालाई ढिक्री-चढाइन्छ भने बघेस्री देवीलाई दुईवटा अण्डा चढाइन्छ । त्यसैगरी चवह्वा र डहरचन्डिलाई ज्यूनारिक भात, तरकारी चढाइन्छ । जल, मद र दूध सबैलाई चढाइन्छ । अन्तमा केसौकाले लोटाको जल हातमा लिएर सबैलाई चढाउँछन् । गुऱ्वा र केसौकाले हात, खुट्टा, मुख धोई पुनः शुद्ध भई डहरचण्डि अगाडिको कुशासनमा उत्तरतर्फ गुऱ्वा र दक्षिणतिर केसौका बस्दछन् । उनीहरूको शिरमा टोपी हुँदैन । गुऱ्वाले तीन औँलाले समाएको अक्षताले केसौकाको पाइतला, छाति र टाउकोमा स्पर्श गर्छन् । यसरी मन्त्रोच्चारण गर्दै स्पर्श गर्दा देवता प्रवेश गर्दछन् भन्ने विश्वास गरिन्छ । अब भने गुऱ्वाले मन्त्रोचारण गर्दै विभिन्न देवीदेवताको आवाहन गर्दा तत्तत् देवी देवतालाई विभिन्न प्रकोपबाट बचाउन अनुरोध गर्दै बचाउँछौ भनी प्रश्न गर्छन् र केसौकाले सकारात्मक जवाफ फर्काउँदै जान्छन् । इनारमा घटोर्न्या देवीको पूजा हुन्छ । यो जलदेवताको पूजा हो । अब केसौकाद्वारा निर्धारित संख्यामा विभिन्न देवीदेवतामा बलि दिने प्रक्रिया सम्पन्न हुन्छ । गुऱ्वा, केसौका र महतौंले सबैलाई जल, मद र दूध चढाएपछि प्रसाद वितरण कार्य गरिन्छ । महतौंले सबै गाउँलेलाई बेलुका आ-आफ्नो मादल लिएर उनको घरमा उपस्थित हुन निमन्त्रणा दिएपछि दिवा कार्यक्रम सम्पन्न हुन्छ ।

बेलुका महतौंको घर आगनमा गुईंठाको आगो बालीएको हुन्छ । गुऱ्वा र केसौकालाई सम्मानस्वरूप आसनमा राखिन्छ र उनीहरूसमक्ष ठूलो भाँडोमा जाँड राखिएको हुन्छ । सबैले आ-आफ्नो मादल गुऱ्वाको छेउँमा राख्दछन् भने गुऱ्वाले आफ्नो पूजाकोठाबाट ल्याएका सामग्री पनि त्यहीँ नजिकै राखेका हुन्छन् । उनले मन्त्रोच्चारण गरी मादल खुलाइदिएपछि धुर्च्या गुरैं पछि बन्द भएको मादल खुल्दछ र मादलेहरू मादल बजाउन थाल्दछन् । जाँडको जोशमा उनीहरू उक्त बलेको आगोमा नाँच्दा पनि पोलेको अनुभव गर्दैनन् । अग्नि नृत्य केसौकाबाट प्रारम्भ गरिन्छ । गुऱ्वा र केसौका आगो तनिभ्दासम्म नाच्दछन् भने गाउँलेको नाच रातभरनै चल्दछ ।

दोस्रो दिन बिहान गुऱ्वाले कुश र हरियो धानको बाला ल्याउँछन् भने रजस्वला नभएकी एक कन्यालाई स्नानपछि शुद्ध बनाई उक्त दुईवस्तु पिसेर लेदो बनाउन लगाउँछन् । गुऱ्वाले उक्त लेदोलाई मन्त्रोच्चारणद्वारा सिद्ध बनाएपछि कन्या समान उमेरको कुमार केटोलाई उक्त लेदो (खिरभान) गाउँको मूल कुलो र मूल खेतमा विसर्जन गर्न लगाइन्छ । उक्त पानीको बहावसँगै सो खिरभान सबै गह्राहरू हुदै बस्ती बाहिर पुग्दा त्यहाँ खेतमा हुने सम्पूर्ण रोग सिर्जना गर्ने तत्वहरू पनि बस्ती बाहिर पुग्दछन् । यस कार्यले सम्पूर्ण कृषिकर्म र जनधनको सुरक्षा हुन्छ भन्ने मान्यता रहँदै आएको छ । यसपछि गुरैं कार्य सम्पन्न हुन्छ ।

हाऱ्या गुरैं र ढुऱ्या गुरैं सम्पन्न गर्ने विधि एउटै भएपनि उद्देश्यमा सामान्य फरक छ । घुर्च्या गुरैं गर्भीयामको सरुवा रोगको प्रभावबाट जोगाउनु र जनजीवनको रक्षा गर्नु हो भने हार्च्या गुरैंको मुख्य उद्देश्य वर्षेवालीलाई रोगमुक्त गराउनु हो । प्रमुख खेती शुरुहुन पूर्व गरिने गुरैंले वाद्यवादन र मनोसञ्जन बन्द गरी कृषि कर्ममा केन्द्रित गर्दछ भने खेती सम्पन्न भैसकेपछिको गुरैंले नजिकिँदै आएका चाडपर्वलाई उल्लासपूर्ण बनाउन बाटो खोलिदिन्छ ।

उपसंहार

हाम्रा हरेक पर्वहरूले पुर्खाप्रतीको सम्मान, सामाजिक सद्भाव तथा सहजजीवन यापन गर्ने प्रेरणा दिने गर्दछन् । 'मुह्रा महतौंको पूजा पुर्खाप्रतीको सम्मानको सुन्दर उदाहरण हो । पर्वहरूमा गरिने हरेक कार्यले सामाजिक जीवनलाई सरलीकृत गर्दछ । सबैको सहअस्तित्व स्वीकार्दछ । आर्थिक विषमताको आभास दिँदैन । यस्ता सहकार्यले व्यक्ति व्यक्ति र परिवार परिवार बिचको असमझदारीलाई न्यूनीकरण गर्न मद्दत गर्दछन् । मानिस सामाजिक प्राणी हो भन्ने भनाइलाई व्यवहारबाटै पुष्टि गरिदिन्छन् । त्यसैले हाम्रा चाडपर्व र अन्य

परम्पराहरू पुर्खाले हस्तान्तरण गरेका हाम्रा लागि अमूल्य सम्पदा बनेका छन् । तर, भूमण्डलीकरणका कारणको प्रभावले र भौतिक सुविधाका प्रभावले त्यस्ता अमूल्य सम्पदामाथि बाह्य अतिक्रमण तिव्र रूपमा अघि बढिरहेको देखिन्छ । यसबाट सम्पदाको संरक्षण हुनुपर्छ भन्ने उद्देश्यले नै संयुक्त राष्ट्र संघको शैक्षिक, वैज्ञानिक तथा सांस्कृतिक संगठनले सन् २००३ मा अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदा संरक्षण सम्बन्धी महासन्धि पारित गरेको छ र पक्ष राष्ट्र भएकाले नेपालले पनि 'राष्ट्रिय संस्कृति नीति २०६७' लागु गरिसकेको छ । गुरैं अनुष्ठानको संरक्षण पनि यसै सीमाभित्र पर्दछ ।

डँगौरा थारू समुदायमा प्रचलित गुरैं प्रथा ग्रामदेवताको पूजा हो । यसमा सम्बन्धित गाउँमा बसोबास गर्ने थारू बाहेकका अन्य समुदायबाट पनि पूजा सामग्रीका लागि जम्मा गरिने रकममा सहभागिता रहन्छ भने विवाहको समयमा पनि स्मरण गरिन्छ । यसले सामाजिक सद्भाव वृद्धि गर्दछ । कृषि नेपालीको मुख्य पेशा भएकाले मनोरञ्जनमा रमाउँदा खेती विग्रिने भएकाले पहिले रोक लगाउँछ, ध्यान केन्द्रित गराउँछ भने दोस्रोले चाडपर्व नजिकिँदै गएको सङ्केत गर्दै उल्लासपूर्ण बनाउन बाटो खोलि दिन्छ । धेरै गाउँको एउटै गुच्चा हुने भएकाले गाउँ-गाउँबिचको असमझदारी अन्त्य गर्न अर्को मध्यस्थलको आवश्यकता पर्दैन । यस्ता वैज्ञानिक हाम्रा सम्पदा मासिन दिनुहुँदैन ।

❑❑

सन्दर्भसामग्री

आचार्य, डा. गोविन्द र अशोक थारू (२०७७), **घोराहीको थारू प्रदर्शनकारी कला,** दाङः घोराही उपमहानगरपालिका ।

गौतम, टेकनाथ (२०४४), **थारू जातिको इतिहास र संस्कृति,** दाङः सुशील कुमार गौतम ।

गौतम, शेखर सिंह (१९६६), **हिम वर्ष और नेपाल,** भारत : मानव जीवन संस्थान ।

चौधरी, लेखनाथ (२०५५), **थारू तथ्याङ्क,** दाङ देउखुरीः सरिता स्वेच्छा प्रकाशन ।

चौधरी, शङ्करलाल (१९९९), **सोसियो इकानोमिक स्ट्याटस अफ डँगौरा थारू,** सप्तरी : शिला चौधरी ।

थारू, अशोक (२०५५), **थारू साहित्यिक महाकाव्य वर्किमार एक संक्षिप्त तुलनात्मक अध्ययन,** डु एल पर्सेस ।

थारू, चन्द्र प्रसाद (२०६९), **अर्थ सहित वर्किमार, गुरैंपाति हमार संस्कार,** दाङः चन्द्र प्रसाद थारू ।

दत्ता, ए.के. (१९८२), **प्यालियो हिस्ट्रि अफ म्यान एण्ड हिज कल्चर,** दिल्ली : आगम कला प्रकाशन ।

रेग्मी, जगदीश चन्द्र (२०३९), **नेपालको धार्मिक इतिहास,** काठमाडौं : रत्न पुस्तक भण्डार ।

शर्मा, जनकलाल (२०३९), **हाम्रो समाज एक अध्ययन,** ललितपुर : साझा प्रकाशन । **अप्रकाशित**

प्याकुरेल, कैलाशनाथ ( ) **इश्नीसिटी एण्ड रुरल डेभ्लोप्मेन्ट,** मिचिगन स्टेट युनिभर्सिटीमा बुझाएको शोधप्रबन्ध ।

रजौरे, द्रोण प्रसाद ( ), **ऐन एन्थ्रोपोलोजिक स्टडी अफ द थारूज अफ दाङ,** देउखुरी मानविकि तथा समाजशास्त्र डिन कार्यालय त्रि.वि. मा बुझाएको शोध प्रबन्ध ।

सुवेदी, शिव कुमार ( ), **कल्चरल हेरिटेज अफ दाङ भ्याली,** मानविकि तथा समाजशास्त्र डिन कार्यालय त्रि.वि.मा बुझाएको शोध प्रबन्ध ।

थारू समुदायमा 'कृष्णचरित्र'को व्यापकता

डा कृष्णराज सर्वहारी
देउखुरी

लेखसार

थारू समुदायमा विभिन्न देवदेवीको पूजा अराधना विभिन्न ढंगले गरिन्छ । तीमध्ये भगवान् कृष्ण यस्ता पात्र हुन्, जसको अराधना गीत गाएर, मादलको तालमा नाचेर अनि चित्रसमेत बनाएर गरिन्छ ।

थारू संस्कृतिमा कृष्णचरित्रअन्तर्गत अष्टिम्की (कृष्ण जन्माष्टमी) चाडमा विभिन्न अनुष्ठान गरी अष्टिम्की गीत गाईन्छ । गाउँअनुसार अष्टिम्की गीतको लम्बाइ लामो छोटो हुन्छ । पहिलो रात गाएर नसकिए दोस्रो, तेस्रो रात पनि गाएर कंसको मरणसम्म गीत टुंग्याउनुपर्ने हुन्छ । सखिया नाच नाचिने गाउँमा भने अष्टिम्कीको गीत अधुरो गाएर छाडे पनि हुन्छ । जहाँबाट गीत टुंगिएको छ, त्यहीबाट दशैँमा सखिया नाच्दा 'सखी रे' थेगो थप्दै गीत गाउँदै नाच्छन् । सखिया गीतको उठान गर्दा शुरूमा समह्रौटी (मंगलाचरण) गाईन्छ । यसमा विना विध्न बाधा नाच सफल होस् भन्ने कामना देवीदेउतासँग गरिएको हुन्छ । अष्टिम्कीमा कान्हालगायत विभिन्न चित्रको पूजा गरेर गीतमात्रै गाइन्छ भने सखियामा गीतसंगै मादल बजाएर नाचिन्छ पनि ।

अष्टिम्की र दशैंको सखिया नाचबाहेक थारू समुदायमा कृष्णचरित्र गाथा अरु बेला पनि गाइन्छ । जस्तो कि वैशाख, जेठमा गाइने सजना, विवाहको अवसरमा गाइने माँगर, आधा रातमा गाइने अधरतिया, एकाविहानै गाइने भिन्सरियाको भाकामा पनि कृष्णचरित्रको गाथा गाईन्छ । राना, कठरिया थारू समुदायमा त एक महिना होली खेल्दै पुरै महिना दिन कृष्णचरित्र गाइन्छ । अझ पूर्वी थारू समुदायमा कृष्णचरित्रको सन्दर्भ बाह्रमासा गीतमा पनि आउनुले बाह्रै महिना कृष्णचरित्रको प्रस्तुति हुन्छ भन्न सकिन्छ । यो अध्ययन थारू समुदायमा विद्यमान कृष्णचरित्र अष्टिम्की र दशैंको सखिया नाचबाहेक अन्य अवसरमा पनि कृष्णचरित्र गाथा गाइने चलन रहेको छ भन्ने विषयमा केन्द्रित छ ।

शब्दकुञ्जी : थारू समुदाय, कृष्णचरित्र, कान्हा, अष्टिम्की, सखिया ।

अध्ययन विधि

थारू संस्कृतिमा 'कृष्णचरित्र'को व्यापकता प्रस्तुत अध्ययनका लागि दाङको घोराही उपमहानगरपालिका-७, राजपुर गाउँमा अष्टिम्की (कृष्ण जन्माष्टमी) चाडको अवसरमा अष्टिम्की गीत श्रवण गरिएको छ । गीत गाइनु अघिको पूजा पाठ अवलोकन गरिएको छ । दशैंका अवसरमा सखिया नाचसंग अष्टिम्की गीतमै सखि र थेगो थपी सखिया गीत पनि गाइने गरिएकोमा सो नाचको पनि सोही गाउँमा अवलोकन गरिएको छ । अन्य, अवसरमा गाइने गीतबारे भने पुस्तकालयीय अध्ययन हो ।

१. विषयप्रवेश

थारु समुदायमा कृष्णचरित्रको खास प्रस्तुति अष्टिम्की अर्थात् कृष्णजन्माष्टमीमा हुन्छ । गीत गाउनुअघि पूजा पाठ गरिन्छ । घरको पिढीको भित्तामा ढौरा माटोले पोतेर वर्गाकार क्यानभासभित्र तीन घेरा बनाईन्छ । शीर्ष स्थानमा कृष्णको चित्र हुन्छ भने माथिल्लो कोठामा बिजोड सङ्ख्यामा पुरुष चित्र हुन्छ । त्यसको बायाँ र दायाँ कुनामा क्रमशः चन्द्रमा र सूर्यको चित्र बनाईन्छ । बिचको कोठामा बिजोड सङ्ख्यामै महिला आकृति कोरिन्छ । यसरी बनाइएको पुरुषको आकृति पाँच पाण्डव र महिलाको आकृति द्रौपदीको प्रतिकको रूपमा

बनाइएको हुन्छ । सबैभन्दा तल्लो कोठामा विभिन्न जनावर, पशुपंक्षीको आदि बनाइएको हुन्छ । यी चित्र बनाउने व्यक्ति निराहार बस्नुपर्ने हुन्छ ।

सूर्यनारायण अस्ताएपछि अष्टिम्की व्रत बस्ने महिलाहरू निकै ठाँटबाँटका साथ घरबाट सजिएर पूजा सामग्रीका साथ अष्टिम्की चित्र बनाइएको घरमा भेला हुन्छन् । पालैपालो सबै व्रतालुले पूजा गर्छन् । पूजा सकिएपछि व्रतालुहरू खानपीन गरी पुनः अष्टिम्की चित्र बनाइएको स्थानमा भेला भई गीत गाउँछन् ।

उता, दशैँ आउनुभन्दा महिना दिन अगाडिदेखि मोह्नि्या (गुरुमा) सँग नाच्ने केटीहरूले गीत सिक्छन् । दिन डुबेसँगै महटाँवा (गाउँको मूली) को आँगनमा अभ्यास गर्छन् । मन्दरिया (मादले) आएर मादल ठोकेपछि नचुन्या (नर्तकी) हरू हातको मन्जिरा (मुजुरा) एकापसमा ठोक्काउँदै नाच्छन् । गाउँका सबै घरमा नाच देखाउन सम्भव हुँदैन । त्यसैले बोलावट आएको घरमा र छिमेकी गाउँमा आफूले प्रस्ताव गरेको घरमा सखिया नाच्न जाने गर्छन् । नर्तकीहरू प्रायः सेतो ठेठ्वा (लुँगी) र रातो ब्लाउजमा सजिएका हुन्छन् भने पुरुषहरू आफू खुशी पोशाक लगाएका देखिन्छन् । सखिया नाच गरेको उपलक्ष्यमा नर्तकीहरू महटाँवाको घरमा व्यवस्थापन गरिएको ख्यारा (खानपीन) खाएर यसको औपचारिक समापन हुन्छ । नाचको समापन अघि आसिस डेना (आशिक दिने) र बइठइना (बसाल्ने) गीत गाउँछन् । सखिया नाचको पहिलो र अन्तिम दिन झ्वाङ् झ्वाङ् नक्को बोलमा मादल बजाइन्छ । नर्तकीहरू मादलेको तालमा अगाडि पछाडि निहुँरिँदै, उठ्दै, बस्दै, मञ्जिरा बजाउँदै जसरी मादलेहरू अगाडि सर्दै जान्छन् । त्यसरी नै तालमा ताल मिलाएर नाच्छन् ।

जुन जातिमा सृष्टिसम्बन्धी मिथक पाइन्छ, त्यो प्राचीन जाति मानिन्छ । अष्टिम्की/सखिया लोककाव्यमा सृष्टिसम्बन्धी वर्णन छ । मङ्गलाचरणपछि शुरूवातमै यसको प्रसङ्ग आएको छ ।

११ पहिल ट सिरिजल ढरटि मडागिन
१२ सिरिजि ट गइल कुस कहि र डाभ
१३ सिरिजि ट गइल कुस कही डाभ
१४ सिरिजि ट गइल रि अन्न र पुरुस *(चौधरी, २०७६)*

अर्थात् पहिले ढरटि मडागिन (पृथ्वी)को सिर्जना भयो । त्यसपछि कुश अनि अन्नसँगै पुरुष जन्मिए । थारू लोककाव्य गुर्वावक् जन्मौटीमा पनि सृष्टिसम्बन्धी दर्शनको वर्णन छ । कृष्णचरित्र थारू लोककाव्यको शुरूवात धर्ती, कुश र अन्नपुरुष सिर्जना भएपछि (पङ्ति ११-१५) ईसरु (वसुदेव) लाई जासू (यशोदा) ले हलोको लागि काठ काट्न अह्राएको प्रसङ्गबाट सुरू भएको छ (चौधरी, २०७६: १७६) ।

सृष्टिको सिर्जना हुनु, ईसरुले खेतीपाती गर्नु, जासू छोराको लागि रुनु, जासूको नामकरण पार्वतीबाट महरिन भई सुँडेनी गर्भवती महरिनको घरमा आउनु कृष्णचरित्र अष्टिम्की/सखिया लोककाव्यको प्रारम्भ हो । कान्हाको जन्म हुनु, कान्हा आफ्ना ग्वाला साथीहरूसँग बाच्छा चराउन जानु, कान्हा र राधाबिच प्रेम हुनु कृष्णचरित्र थारू लोककाव्यको मध्य भाग हो । कान्हा बारी फूलवार जानु तथा त्यहाँबाट आएर कंसको वध गर्नु अष्टिम्की/सखिया लोककाव्यको समाप्ति हो (चौधरी, २०७६: १७५) ।

यस लोककाव्यमा थारू लोकजीवनले यशोदा-वासुदेवलाई दाङदेउखुरीकै थारू परिवारमा ल्याई थारू समाजकै दुःखसुखमा सहभागी बनाएका छन् । कहाँका यशोदा र वासुदेव, कहाँको हलो काट्न जानुपर्ने समस्या (आचार्य, २०६२: १११) । कान्हाले बाच्छा चराउन जानु अघि नास्ताको रूपमा वासी भातको डल्लो माँग्नु, राधा र उनका सखीहरू थारू पहिरनअनुसार गहना, लुगा लगाउनु (१३६१-१३९८) ले पनि थारू संस्कृतिको अनुकूलन देखाउँछ । थारू पुरुषहरूको खेतीपाती र थारू महिलाहरूको घरधन्दाको सन्दर्भलाई अनुकूलन गरेको देखिन्छ । ईसरु (ईश्वर) भनिए पनि सामान्य किसान, गृहिणीको रूपमा जासू/महरिन, चन्चले राधा, चौकिदार डँगिया, कमलरी चेरिया आदि पात्र थारू समाज र संस्कृति अनुरूप अनुकूलित छन् (चौधरी, २०७६: १७५) ।

अष्टिम्की चित्रको घेराभित्र पनि तीनवटा कोठा हुन्छ । त्यसको शीर्ष स्थानमा सानो कोठा हुन्छ, जसमा कृष्णको प्रतीक बनाइएको हुन्छ । तीनवटा कोठामध्ये माथिल्लो कोठामा विजोड सङ्ख्यामा पुरुष आकृति बनाइएको हुन्छ । यसमा तीनदेखि सात वटासम्म विजोड सङ्ख्यामा चित्र बनाउन सकिन्छ (कोपिला, २०७१ : ४३) । यसको कोठामा बनाइएका पुरुषाकृति कृष्णका विभिन्न रूपको विश्लेषण गरेको पाइन्छ । बनाइएका चित्रमा मादल भिरेका, बाँसुरी बजाइरहेको, बन्दुक बोकेको तथा छाता ओढेको पाइन्छ । मादल र बाँसुरीले कृष्णले आफ्ना सोह्र सय प्रेमिकाहरूलाई मोहित पार्ने र नचाएको बिम्बको रूपमा बनाइएको भनाइ छ । त्यसको बायाँ कुनामा चन्द्रमा र दायाँ कुनामा सूर्यको पनि चित्र बनाइएको हुन्छ । थारू प्रकृतिपूजक हुन् भन्ने कुरा बायाँपट्टि चन्द्रमा र दायाँपट्टि सूर्यको चित्रले प्रमाणित गर्दछ । माथिल्लो कोठामा बनाइएको पुरुषाकृति पाँच पाण्डवको रहेको भनाइ छ । चित्रमा तिनलाई छाता ओढाइएको हुन्छ । जसरी गद्दी वैठक, भ्रमण आदिमा राजा महाराजलाई छाता ओढाएर उच्च सम्मान दिइएको हुन्छ, त्यसरी नै वनबासमा रहेको अवस्थामा सोही राजकीय सम्मान छाता ओढाएर दिइएको हो । त्यस्तै त्यसभन्दा तल्लो कोठामा वन्दुक बोकेका पुरुष आकृति हुन्छ, यस चित्रले लडाईमा रुचि राख्ने कौरवको प्रतिनिधित्व गर्छ (चौधरी, २०७६: १०६) ।

बिचको कोठामा पनि माथिल्लो कोठामा बनाइएको पुरुष आकृति सङ्ख्याको बराबरमा महिला आकृति बनाईन्छ । ती महिला आकृति द्रौपदीका प्रतीकको रूपमा बनाइएको हो । उनीहरूको दुवै छेउमा सोरिया (जोक्कर) को पनि चित्र बनाइएको हुन्छ । नाचमा सोरिया (जोक्कर) को पनि ठूलो भूमिका हुने भएकोले ती चित्र बनाइएको हुनुपर्छ (चौधरी, २०७६: १०६) ।

सवैभन्दा तल्लो कोठा माथिको दुवै कोठाभन्दा ठूलो हुन्छ । यसमा अरु आकृति बरमुरुवा, डोली, हात्ती, घोडा, कुकुर, बाँदर, मयुर, मुर्गा जस्ता पशुपंक्षी तथा विभिन्न प्रकृतिसँग सम्बन्धित कजरीक बन्वा, फूल, कमलको पात आदि आकृतिहरू बनाइएको हुन्छ । तल्लो कोठाको पश्चिमपट्टि बरमुरुवाको चित्र बनाइएको हुन्छ, जसलाई बाह्रटाउके रावणको प्रतीक भनिन्छ । छविलाल कोपिलाले (२०७१: ४४-४५) यी चित्रको व्याख्या गरेका छन् ।

डोलीभित्र एक पुरुष र महिलाको बिचमा अपूर्ण मानव आकृति वनाइएको हुन्छ, जसलाई वासुदेव, देउकी र बिचमा अपूर्ण कृष्णको चित्र ठानिन्छ । आठौं सन्तानको रूपमा जन्मेका कृष्णलाई मामा कंसले पुनः मार्न नपाऊन् भनेर डोलीमै जन्म भएको र त्यसैमा राखेर यमुना नदीसम्म पुऱ्याउन प्रयोग गरिएको भन्ने कथन पनि छ । यद्यपि लोककाव्यमा यसको सन्दर्भ छैन । डोलीसँगै बनाइएका दुई व्यक्तिको चित्रलाई कसैकसैले राम सीताका अभिभावक पनि भन्ने गरेका छन् । घना जंगललाई कजरिक बन्वा भन्ने बुझाउँछ । कृष्ण आफ्ना गाई-गोरु चराउन लैजाने वृन्दावन होस् या बारी फूलवार जाँदा बाटोमा छिचोलेका बनजंगल हुन्, त्यसलाई 'कजरिक बन्वा' को प्रतीकको रूपमा चित्र बनाईन्छ ।मयूर नौरङ्गी सुन्दर चरा हो । कृष्णले आफ्नो मुरलीको धूनले चरा-चुरुङ्गी, जनावर सवैलाई मोहित बनाउने हैसियत राख्थे । अष्टिम्की/सखिया काव्यमा कोइली, ढुकुर तथा गरुड चरासँग कृष्णको वार्तालाप भएको छ । मयूरले ती सवै चराको प्रतिनिधित्व गर्दछ ।

अष्टिम्की/सखिया काव्यमा राधा दही बेच्न जाँदा होस् या फर्किदा कान्हाले लाउ (डुङ्गा) तारेर सहयोग गर्छन् । कान्हालाई डुङ्गा बनाउने तरीका राधाले नै बताएकी छिन्। जसमा सेमरी (सिमल) काठको डुङ्गा र त्यसैको बहना बनाउन उनले कृष्णलाई सुझाएकी छिन् अष्टिम्की चित्रमा बनाइएको डुङ्गामा भने कृष्ण राधा मात्रै नभई अन्य पात्र पनि देखिन्छन् । अष्टिम्की/सखिया काव्यमा वर्णित रैनी मछरिया (माछा) एक अद्भुत माछा हो, जुन जल-थल दुवै ठाउँमा बस्न सक्छ । सृष्टिकर्ताले जब यो पृथ्वी सृष्टि गर्नेवेला जल (पानी) र थल (जमिन) बनायो र पृथ्वीमा मत्स्य अवतारको रूपमा रैनी माछाको जन्म भयो । अष्टिम्की चित्रमा पनि यसको चित्र बनाउने गरिएको छ । ईसरु यही रैनी माछाको पिठ्युँमा बसेर हलोको लागि काठ काट्न गएका छन् (७४-७५) । थारूहरूको यही जीवनशैली र कृषि प्रणालीको बिम्बको रूपमा हलो जोत्दै गरेको मान्छेले

अष्टिम्की चित्रमा स्थान पाएको छ । ईसरुको भोजनमा रैनी माछाको परिकार पाकेको छ (२४) । यसैको विम्व अष्टिम्की चित्रमा स्थान पाएको छ ।

सोह्र सय कृष्णका गोपिनी नुहाउने ठाउँ जहाँ सुन्दर कमलका फूलहरू पनि थिए । फूलसँगै कञ्चन पानी, त्यही पानीमा गोपिनीहरू नुहाउन मस्त हुन्थे । त्यसैबला कृष्ण उनीहरूको कपडा लुकाएर आनन्द लिने गर्थे । लाज ढाक्न त्यही कमलको पात प्रयोग गर्ने भएकोले त्यसैको प्रतीकात्मक रूपमा कमलको पात बनाइएको हो । समयवोधक पन्छी जसको बोली सुनेर मानिसले समय निधारण गर्छन् । अष्टिम्कीमा पनि समयभित्र सबै काम गर्नु पर्ने भएकोले भालेको ठूलो भूमिका रहेको छ । अष्टिम्की/सखिया काव्यमा मुर्गाको सन्दर्भ समय सूचकको रूपमा आएको छ । व्यूँझाएकी अष्टिम्की चित्रमा कारी लगिन्या (काली नाग) ले पनि स्थान पाएको हुन्छ । काव्यमा काली नागको फुपकारले कान्हा बारी फूलवारमा वेहोश हुँदा गरुडले जडिबुटी औषधी गरी ठीक पारेको छ । यसबाहेक कुकुर, हात्ती, घोडा, उँट, चराचुरुङ्गी लगायतका जनावर तथा पशुपंक्षीहरू अष्टिम्की चित्रमा स्थान पाएका हुन्छन् (चौधरी, २०७६: १०९) । यसले पशुपंक्षीहरुसंग पनि थारु समुदायको अटुट सम्वन्ध देखाउँछ ।

कृष्ण जन्माष्टमी पर्वमा राना थारू समुदायमा श्रीकृष्णको जीवनलीलामा आधारित सिमरौनी, धर्ती रचौनी, गर्वौती, जल्मौती, भेनसरीया र फुलधार आदि गीत अष्टमी गीतको रूपमा गाइन्छ (राना, २०७९) । यसरी अष्टिम्की र सखिया लोककाव्यमा कृष्णचरित्रको व्यापकता देखिन्छ । यस अध्ययन पत्रमा भने अष्टिम्की र सखिया बाहेक अन्य अवसरमा पनि कृष्णचरित्रको बेजोड प्रसंग छ भन्ने प्रसंगलाई विविध बुँदामा समेटिएको छ । अष्टिम्की/सखिया गीतको अंशलाई थपथाप पारेर अन्य लोकगीत सजना, माँगर, अधरतिया, भिन्सरियाको भाकामा पनि गाईन्छ । अझ पूर्वी थारू समुदायमा कृष्णचरित्रको सन्दर्भ बाह्रमासा गीतमा पनि आउनुले बाह्रै महिना कृष्णचरित्रको प्रस्तुति हुन्छ भन्न सकिन्छ । यसरी थारू संस्कृतिमा कृष्णचरित्रको व्यापकता देख्न सकिन्छ । यस क्रममा कृष्णचरित्र र सजना, कृष्णचरित्र र होली गीत, गाथाको रूपमा कृष्णचरित्र, कृष्णचरित्र र बाह्रमासा गीत, कृष्णचरित्र र मलार गीत, कृष्णचरित्र र बिरहैन गीत, कृष्णचरित्र र सोहर गीत, कृष्णचरित्र र एकादशी गीत उपशीर्षकमा चर्चा गरिएको छ र अन्तमा छोटो उपसंहार दिइएको छ ।

२. कृष्णचरित्र र सजना

थारू समुदायमा वैशाख, जेठमा सजना गाईन्छ । कृष्णचरित्रको प्रसङ्गलाई मौलिक बनाइ कान्हाको चरित्र समेटिएको देउखुरी क्षेत्रको सजना गीतको उदाहरण यस्तो छ-

सुनो सुनो कान्हा भैने रे विनटि हमारे
जाउ भैने नागे फूल लेहे, मामा रे पूजा करहिँ
पहुरेसे चलै कान्हा भैने रे, नाग फूलबारे
नगवे मारे फुफकारे कि, कान्हा मुर्झुराए
सुनहुँ सुनहुँ टु टे नगवा रे बिनटि हमारे
डेउ भैवे नाग फूला मोरे, मामा रे पूजा करहिँ
उपरे उपरे उरटा गरुलिया रे, गरलि भैया मित मोर
मरोहो गरली भैया ठाह्रे, नागिन नाठि जाए
उपरे उपरे गरुलि मन्नाए रे, टरे नाग मुर्झाए
लेउ कान्हा भैने नागफूल मोरे, मामा रे पूजा करहिँ

(चौधरी, २०५८: ६)

यस सजना गीतमा कान्हा भान्जालाई मामाले आफ्नो पूजा सामलको लागि नागले रक्षा गरेको बारी फूलवारमा पठाएका छन् । नागको फुफकारले उनी मुर्छा परेका छन् । पछि नागसँग मित लगाउँदै गरुडले

फूल टिप्छ । फूल पाएपछि नागलाई आक्रमण गरी अर्द्धबेहोश बनाएको छ । यसमा गरुडले कान्हालाई भान्जा नाता लगाउँदै फूल टिप्न सहयोग गरी नागिनलाई नै नाथेर फूल ल्याएको प्रसङ्ग छ ।

३. कृष्णचरित्र र होली गीत

दंगौरा थारू समुदायमा होलीमा कृष्णचरित्र छैन । कैलाली, कञ्चनपुरका राना, कठरिया थारूहरू भने एक महिनासम्म होरी (होली) मनाएर कृष्णचरित्रको गीत गाउँदै नाच्छन् । गोपी गोपीनीको रूपमा होरी (होली) खेल्ने राना थारूका युवा युवतीहरू होरीको अवधिभरी स्वतन्त्र रहने हुँदा होरीलाई रासलीलाको प्रतीक ठानिएको छ (जोशी, २०६४: १५२) । पूर्वी क्षेत्रको थारू समुदायमा पनि होलीको गीतमा कृष्णचरित्र समेटिएको छ । यहाँ उदाहरणको रूपमा राना थारू समुदायको होली गीत दिइएको छ :

कि अज होरी का सङग खेलओँ निठुरी वसन्त रि माइ ॥
चैतमास जब लाग सखिरि अवद पड़ि मोके भारी
कितै गइ मुकट, कितै गइ मुरली, कितै गए गोपी ग्वाल, कितै गइ राधा प्यारी ॥१॥
बैसाखे वल बैस पियारे हमको कठिन कठारे
नित उठ मोँके बिरह सताबए परसन कमला हार
कि अज होरी का सङग खेलओँ निठुरी वसन्त रि माइ ॥

(राना, २०७९)

४. गाथाको रूपमा कृष्णचरित्र

राना थारूको लोकगीतमा कृष्णसम्बन्धी गीतहरू गाथाको रूपमा पनि प्रचलनमा रहेको पाइन्छ । होलीमा गाथाको रूपमा गाइने 'गोपली कन्हैयाको जन्म' गीतमा कृष्णको जन्मको घटनाक्रम पाइन्छ (भट्ट, २०६८: १५५-१५७) ।

भर भादो की मिसु अधियरिया कान्हा ले औतार,
भर भादो की मिसु अधियरिया कान्हा ले औतार
सिरहिन सो गई देउतिन बुढिया नगर सोए कोतवाल
सोर सौ पहरूवा सोए गै खुलगै बजुर दिवार ॥

अर्थात् भदौको अँध्यारोमा कृष्णले औतार लिन्छन् । त्यस बेला सबैलाई निद्रा लाग्छ । कुटनी बुढी, सोह्र सय सैनिक सबै सुत्छन् । बन्द रहेको जेलको ढोका पनि खुल्छ भनेर कृष्ण जन्मको प्रसङ्गलाई प्रस्तुत गरिएको छ । 'कृष्ण सम्बन्धी गोपली गीत' मा यस्तो भनिएको छ ।

कैइ बिजुली रूप कन्या टरै, सुन केसा भेरी बोल ।
कही मेरो बीरत गोकुल पहुँचो, वो है तेरो काल ॥

अर्थात् कंसले नगरभरिका सबै बालक मार्न लागेपछि कृष्णको बदलामा साटिएकी उनकी सानी आमाको छोरीलाई कंसले मार्न खोज्दा आकाशमा गएर यस्तो आकाशवाणी गरिन् भन्ने यस गीतमा प्रस्तुत छ । कन्याले बिजुली रूप लिएर कंसलाई चुनौती दिएकी छिन् । मेरो वीर भाइ त गोकुल पुगिसक्यो, अब उसले तँलाई मार्ने छ भन्ने कुरा उनले निर्भीक रूपमा भनेको बताइएको छ ।

५. कृष्णचरित्र र बाह्रमासा गीत

पूर्वी क्षेत्रको थारू समुदायमा कृष्णचरित्र होरी बाह्रमासाको रूपमा गाईन्छ । श्याम (कान्हा) सँग होरी खेल्ने ब्रजललिताहरूको इच्छित मनोकामनाको रसात्मक अभिव्यक्तिको उदाहरण यस्तो छ-

फागुन फगवा खेले ब्रजललिता चैत बलजोडी
वैशाख ही घाम लागे यही तनमे, जेठ लाल बुन्द गिरेला हो
श्यामसँगे खेलवे होरी ब्रजमे होरी होरी मचाइ हो
अषाढ घटा घन गरजे, सान लेतो झिकझोरी
भादव रिमीझिमी बुन्द बरिस गेले, आसिन लाल आशा लगावे हो
श्यामसँगे खेलवे होरी ब्रजमे, होरी होरी मचाइ हो
कातिक कन्त गेले परदेशके अग्रहन धान कटोरी
पुसके जाड लगे यही तनमे, माघे लाल मकड लहाइ हो
श्यामसँगे खेलवे होरी ब्रजमे होरी होरी मचाइ हो ।

(थारू, २०७०: २३)

अर्थात् ब्रजका किशोरीहरू फागुनमा होली खेले, चैतमा बल देखाए । वैशाखमा तनमनमा घाम लाग्यो, जेठमा पानी पऱ्यो । असार, साउन, भदौमा पनि घनघोर बर्षा भयो । असोजले आशा ल्यायो । कार्तिकमा स्वामी परदेशिए, मंसिरमा धान कटनी भयो । पुसमा जाडो भयो, माघमा संक्रान्ति नुहाइयो र श्याम (कान्हा) सँग ब्रजमा होली खेलियो ।

'मुरली मनोहर कान्हा जीवनदैया' भन्दै, पार उतार्ने प्रियतमको रूपमा दैयालाई सम्बोधन गरी दैया बाह्रमासा गाईन्छ (थारू, २०७०: २४) । दही बेच्न गइरहेकी ग्वालिन राधाको उन्मत्त यौवनमा आशक्त कान्हाको कामविह्वलताको प्रकटीकरण, कान्हा र गोपिनीहरूको विचमा मानमनुहार, रासक्रीडा, हास्यविनोद एवम् हर्षोल्लासको वर्णन ग्वालिन बाह्रमासामा पाइन्छ (थारू, २०७०: २५) । कृष्णसम्बन्धी बाह्रमासी गीत कैलालीका राना तथा कठरिया थारू जातिमा पनि प्रचलित छ (भट्ट, २०६८: १५६, राना, २०७९) ।

६. कृष्णचरित्र र मलार गीत

पूर्वी थरुहटमा प्राचीन कालदेखि नै वर्षात्मा गाइने एक गीतलाई मलार गीत भनिन्छ । कंसबाट पुत्र खोसिएकाले पुत्रशोक व्याकुल देवकीको मार्मिक अवस्थाको वर्णन मेघ मलार गीतमा यस्तो छ-

कोय सखी घैलिया मजन करु
कोय लहान धरु ये
जसोमती नजरी खेराबइ
देवकी रोबइ ये
साखी रहू चान सुरुज ओर जवुना नदी
तिरिया बोधिये हामे लोटव ये
किये तोर सास ननदी दु:ख
किये नैहर दुर देस ये
किये तोर कत विदेश गेल
कौने दुख रोबइ ये
नाही मोर सास ननदी दुख
नाही नैहर दुर ये
नाही मोरा कंत विदेश गैल
कोखी दुख रोबइ ये
सातम पुत्र विसुन देल
कंस भइया हरी लेल ये
आठम गर्भ मोरा विचल
तिनका भरोसे नही वाय ये

(थारू, २०६९: १६४)

अर्थात् कोइ सखी घैला माझ्दैछन्, कोइ नुहाउँदैछन् । जसोमती (यशोदा) नजर लाउँदैछिन्, देवकी रुँदैछिन् । चन्द्रमा, सूर्य साक्षी छ, कि तिम्रा सासु, नन्दले दु:ख दिए, कि माइती टाढा छ ? कि पति विदेश गए ? आखिर के कारणले रुँदैछौ ? त्यो कुनै पनि कारण होइन, मेरो कोख दु:खेर रोइरहेकी छु । सात सात पुत्रलाई कंस भाइले हरेर लगे, आठौं गर्भमा छ, त्यसको पनि भरोसा छैन ।

७. कृष्णचरित्र र बिरहैन गीत

पूर्वी थरुहटमा विरहैन गीतको भण्डार छ । भाव, सन्दर्भ र गायन प्रकृतिका आधारमा बिरहैन धेरै किसिमका छन् । जसमध्ये युगल, हरवाह, महौत, हेमती, राधा झूलन, सैजनी, विरहमान, बजरतेरही, चाँचर, पराती, वटगमनी, साहेवरागी, तिरहुत र विद्यापति बिरहैन प्रमुख हुन् (थारू, २०६९: १६९) । कृष्णचरित्र समेटिएको एकातिर सात सय रानी, अर्कातिर राधा र रुक्मिणी चढेको पिङलाई नन्दलालले जोडले हल्लाइरहेको वर्णन झूलन विरहैन गीतमा पाइन्छ (थारू, २०६९: १८३) ।

८. कृष्णचरित्र र सोहर गीत

पूर्वी थरुहटमा पुत्र जन्मको अवसरमा गाइने गीतलाई सोहर भनिन्छ । भाद्र महिनाको कान्हापक्षको अष्टमी तिथिमा मनाइने जन्माष्टमी चाड मनाउँदा पनि यो गीत गाईन्छ । मध्यरातमा कान्हाको जन्म हुने विश्वास गरी कान्हाको जन्म नहुन्जेलसम्म भक्तजनहरू उपवास बसी भजन र कीर्तन गर्छन् । यस अवसरमा कान्हा जन्मसम्बन्धी सोहर एवं सबै प्रकारका भजनहरू गाईन्छन् । सोहर गीतमा कान्हा जन्मको उत्साहको वर्णन हुन्छ (थारू, २०६९: २७५) । यसमा कान्हाको जन्म शनिवार तथा छठिहार आइतवार परेको सन्दर्भ छ (थारू, २०६९: २८६-२८७) ।

९. कृष्णचरित्र र एकादशी गीत

पूर्वी थरुहटमा कृष्णचरित्रले कतिसम्म स्थान पाएको छ भने हरिबोधिनी एकादशीमा समेत कृष्णचरित्र समेटिएको एकादशी गीत गाईन्छ । वृन्दावनमा गाई चराउन गएको बेला तिर्खा लाग्दा यमुनामा पानी खान गएका कान्हालाई बकासुरले निल्छ । मायारूपी कान्हाले बकासुरको मस्तक फोरी बाहिर निस्किँदा व्याकुल गोकुलवासी आश्वस्त भएको वर्णन गीतमा भेटिन्छ (थारू, २०६९: २७५) ।

१०. उपसंहार

थारू लोककाव्य अष्टिम्की/सखिया कृष्ण चरित्रको मूल स्रोत हो । अष्टिम्की/सखिया लोककाव्यमा वर्णन गरिएको धेरै प्रसंग कृष्ण जन्माष्टमीको अवसरमा बनाइने अष्टिम्की चित्रमा पनि बनाइन्छ । जुन चित्रको पूजा थारू चेलीहरुले निराहार व्रत बसेर गर्छन् । अझ अष्टिम्की चित्र बनाउने कलाकारले पनि निराहार व्रत बस्नुपर्ने नियमले यसको शुद्धता झल्किन्छ । पश्चिमा थारू समुदायमा अष्टिम्की मात्रै यस्तो चाड हो, जसमा चित्रकारिताको अभ्यास रहेको छ (सर्वहारी, २०७५: १०९) । बाल कलाकारले छुट्टै छुटकी (सानो) अष्टिम्की चित्रकला मूल चित्रकलाको छेउमै बनाएर अभ्यास गर्ने चलनले पुस्ता हस्तान्तरणको यो राम्रो अभ्यास देखिएको छ । यद्यपि हाल आएर प्रायः गाउँमा कृष्ण भगवान्को पोष्टर टाँसेर त्यसैको पूजा गर्ने चलनले यसको मौलिकता जोगाउन जागरण आवश्यक छ ।

कृष्ण चरित्रलाई समाजशास्त्रीय दृष्टिकोणबाट पनि हेर्न सकिन्छ । थारू समुदायको पुख्यौंली पेशा खेती किसानी हो । त्यसैले अष्टिम्की, सखिया काव्यलाई सोहीअनुसार अनुकूलन गरिएको छ । यसमा कान्हाका पितालाई खेतमा हलो जोत्न गएको अनि कान्हाकी आमा खेतमा खाना पुर्‍याउन गएको विशुद्ध किसानको रुपमा चित्रण गरिएको छ । कान्हाका पिता हलोको लागि काठ काट्न आफै वन गएका छन्, आफैले हलो बनाएका छन् । यसरी युवाहरु आफ्नो सीप, इलममा पारंगत हुनुपर्ने सन्देश कृष्ण चरित्रले दिन्छ ।

अष्टिम्कीका ब्रतालु महिलाहरू नयाँ लुगामा सजिएर अष्टिम्की बनाइएको घरमा पूजाआजा गर्न जाने गर्छन् । त्यसबेला उनीहरूको श्रृङ्गार अष्टिम्की/सखिया काव्यमा वर्णन गरिएको राधाको श्रृङ्गार गरेभन्दा कम हुँदैन । उमेरसंगै नारीले श्रृङ्गारमा पनि ध्यान दिनुपर्छ भन्ने सन्देश दिन्छ । राधाले बनाएको चुलो यति सफा, चिटिक्क, टलक्क टल्किने हुन्छ कि त्यसमा झिंगा बसे पनि चिप्लिन्छ । यसरी भोजन बनाउन चुलोदेखि भोजनका अन्य सामग्री सागपातदेखि, माछामासुका परिकार बनाउन महिलाहरु सिपालु हुनुपर्ने प्रसंग भेटिन्छ ।

मादलेरुपी कृष्ण र नर्तकीरुपी राधाको सखिया नृत्यले आफ्नो गीत, संगीतमा पनि पारंगत हुनुपर्ने इंगित गर्दछ ।

पुराणमा रुखको पात पातमा कान्हा झल्किएझैँ थारू संस्कृतिको पग पगमा कृष्णचरित्रको बखान गाइएको सन्दर्भ भेटिन्छ । पश्चिमा थारू समुदायमा थारू लोकगीत सजना, माँगर, अधरतिया, भिन्सरियाको भाकामा पनि गाईन्छ । कैलाली, कञ्चनपुरका राना, कठरिया थारूहरू एक महिनासम्म होरी (होली) मनाएर कृष्णचरित्रको गीत गाउँदै नाच्छन् । गोपी गोपीनीको रूपमा होरी (होली) खेल्ने राना, कठरिया थारूका युवा युवतीहरू होरीको अवधिभरी करिब एक महिना अनि दशैँ, तिहारमा दंगौरा थारू युवा युवतीहरु सखिया नाचको अवधिभरि करिब दुई साता स्वतन्त्र रहन्छन् । जसरी कृष्णचरित्र रासलीलाको प्रतीक हो, त्यसरी नै थारू समुदायमा कृष्णचरित्रलाई उँचाईमा पुर्‍याउने होली, सखियालगायत अवसर जोडी छान्ने राम्रो सुअवसर पनि हो । पूर्वी थारू समुदायमा कृष्णचरित्रको सन्दर्भ मलार, बिरहैन, सोहर, एकादशीदेखि बाह्रमासा गीतमा पनि आउँछ । बाह्रमासा गीतमा यसको प्रसंग आउनुले बाह्रै महिना कृष्णचरित्रको प्रस्तुति हुन्छ भन्न सकिन्छ । यसरी थारू संस्कृतिमा कृष्णचरित्रको व्यापकता देखिन्छ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

आचार्य, गोविन्द (२०६२), थारू लोक साहित्यमा स्थानीय रङ, *गरिमा*, २४)२७८, पृ.१०९-११३, माघ ।

कोपिला, छविलाल (२०७१), *हमार संस्कृति*, ललितपुरः आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान ।

चौधरी, कृष्णराज (२०७६) *थारू संस्कृतिमा कृष्णचरित्र परम्पराको अध्ययन* । नेपाल संस्कृत विश्वविद्यालय अनुसन्धान केन्द्रसमक्ष नेपाली विषयमा विद्यावारिधि (पिएच.डी.) उपाधिका लागि प्रस्तुत शोधप्रबन्ध, अप्रकाशित ।

चौधरी, गेदु (२०५८), कृष्णक सजना, *विहान*, १३)१०, पृ.६ ।

जोशी प्रभात, पद्मराज (२०६४), *सुदूर पश्चिमको समाज र लोकसंस्कृतिः एक झलक*, धनगढीः सौंराई प्रकाशन ।

थारू, फनि श्याम (२०७०), *थारू लोक साहित्यः एक अध्ययन*, सुनसरीः श्यामाकुमारी थारू ।

थारू, फनि श्याम (२०६९), *थारू लोक संस्कृति र चाडवाड*, काठमाडौंः नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

भट्ट, पुष्कर्राज (२०६८), *सुदूरपश्चिमाञ्चलका थारू लोकगीतको अध्ययन*, शोधपत्र, लघु अनुसन्धान परियोजना । काठमाडौंः नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

राना, वासमती कुमारी, (२०७९), राना थारूको लोकसाहित्य, *थारू लोकसाहित्य*, सं.लक्ष्मी माली, कृष्णराज सर्वहारी, काठमाडौंः नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

सर्वहारी, कृष्णराज (२०७५), सखियाके समाजशास्त्र, *गोचाली*, ४८)१८, पृ.१०९-१११ ।

योगी, वदरीनाथ र रूपलाल महतौ (२०१६), *दंगीशरणकथा, वडकिमार, गुरुबाबाकि जन्मौति*, दाङः योगी वदरीनाथ र रूपलाल महतौ ।

लुम्बिनी प्रदेशमा प्रचलित नेपाली रत्यौली गीत

डा. शालिकराम पौड्याल
उपप्राध्यापक, बुटवल बहुमुखी क्याम्पस

लेखसार

प्रस्तुत लेखमा नेपाली रत्यौली गीतको अध्ययन गरिएको छ । लुम्बिनी प्रदेशका विभिन्न जिल्लामा विवाहका अवसरमा महिलाहरूबाट गाइने रत्यौली गीतलाई सङ्कलन गरिएको छ र त्यसलाई प्राथमिक सामग्रीका रूपमा उपयोग गरिएको छ । यस्ता सामग्री क्षेत्रीय अध्ययन विधिबाट सङ्कलन गरिएको छ । रत्यौली गीतको अवधारणा र विश्लेषणको ढाँचा निर्माणका लागि रत्यौली गीतका बारेमा गरिएका अध्ययनलाई द्वितीयक स्रोतको सामग्रीका रूपमा प्रयोग गरिएको छ । यस्ता सामग्री पुस्तकालय कार्यबाट सङ्कलन गरिएको छ । रत्यौली गीतको अध्ययनका लागि रत्यौलीको प्रस्तुतिको ढाँचालाई आधार मानेर आदि, मध्य र अन्त्य भागमा गाइने रत्यौली गीतलाई प्रस्तुत गरिएको छ । रत्यौली गीतको आदिभागमा दुलाहा अन्माउने वेलामा माङ्गलिक भाव प्रकट हुने गीत गाइन्छ । मध्यभागमा बढी मात्रामा रतिराग, प्रेम, व्यङ्ग्य आदि प्रकट हुने गीत गाइन्छ । अन्त्यभागमा माङ्गलिक, संस्कारजनित भाव व्यक्त हुने गीत गाइन्छ । यी अध्ययनका आधारमा रत्यौली गीत नेपाली समाजमा विवाह उत्सवका वेलामा मनोरञ्जनका लागि नारीहरू दुलाहाका घरआँगनमा जम्मा भई गाइने संस्कार गीत भएको निष्कर्ष निकालिएको छ ।

शब्दकुञ्जी : रत्यौली, प्रस्तुति ढाँचा, गायनक्रम, संस्कार गीत ।

विषय परिचय

लोकगीत लोकसमाजले परम्परादेखि गाउँदै आएको गीत हो । नेपाली समाजमा यस्ता लोकगीत विभिन्न पर्व, सन्दर्भ र अवसरमा गाउने गरिन्छ । नेपाली लोकगीत सदावहार गीत, संस्कार गीत, पर्व गीत, धार्मिक गीत, श्रम गीत आदि हुन्छन् । जन्म, व्रतबन्ध, विवाह आदिका अवसरमा गाइने गीत संस्कार गीत हुन् । यस्ता संस्कार गीतमा माँगल, फाग, सगुन, रत्यौली आदि पर्छन् । मान्छेका जन्मदेखि मृत्युसम्म विभिन्न प्रकारका संस्कारहरू गरिन्छन् । ती संस्कारमध्येको एउटा संस्कार विवाह संस्कार हो । विवाह संस्कारमा पनि विभिन्न प्रकारका गीतहरू गाइन्छन् । रत्यौली विवाहका अवसरमा गाइने संस्कार गीत हो । दुलहा अन्माएपछिको दुलाहाको घरमा गाउँले महिलाहरू जम्मा भएर रमाइलो गरी रातमा खेलिने र रति रागात्मक गीत गाइने हुँदा यसलाई रत्यौली भनिएको हो । रत्यौलीमा पुरुषको प्रवेश निषेध हुन्छ । नारी जातिको मात्र उपस्थिति हुने हुँदा रत्यौली गीतमा अश्लीलता पनि पाइन्छ । त्यसैले रत्यौलीमा पुरुषको उपस्थितिले महिलाहरूको मनोरञ्जनमा दखल पुग्ने भएकाले पहिले पुरुषलाई रत्यौलीमा देखेमा महिलाहरूले लखेट्ने चलन पनि थियो । रातिमा गाइने भएकाले रत्यौली नामकरण भएको रत्यौली गीत आजकल दिनमा बिहे हुने भएकाले दिनमा पनि रत्यौली गीत गाइन्छ । हिजोआज विवाह प्रायः दिउँसोका समयमा हुने भएकाले रत्यौली गाए पनि रत्यौलीको मौलिकपन क्रमशः हराउँदै गएको छ । रत्यौली गाउँदा पहिले महिलाहरूले ताली बजाउने गर्थे भने हिजोआज मुजुरा, मादल, खैँजेडी आदि पनि बजाउन थालेका छन् । आफ्नै मौलिक शैलीमा समस्याहरू सुनाउने रत्यौली गीतमा हा, बाँदुरै, होइ, ओहोइ, हे जस्ता शब्दहरू थेगोको रूपमा प्रयोग गरिएको हुन्छ । रत्यौलीमा सहभागी भएका महिलाहरूलाई टपरीमा रोटी, चिउरा, अचार, तरकारी खान दिने चलन छ । कतै कतै रत्यौलीमा बोको काटेर भोज गर्ने चलन पनि छ । लोकसाहित्यका अध्येता धर्मराज थापा र हंसपुरे सुवेदी, कृष्णप्रसाद पराजुली, जीवेन्द्रदेव गिरी, चूडामणि बन्धु, मोतीलाल पराजुली, कपिलदेव लामिछाने, कुसुमाकर न्यौपाने आदिले रत्यौली गीतका बारेमा सामान्य रूपमा चर्चा गरे पनि विस्तृत अध्ययन हुन सकेको पाइँदैन । यस अध्ययनमा विशेष गरी लुम्बिनी प्रदेशका तराई र पहाडी जिल्लामा विवाहका अवसरमा गाइने गरेका रत्यौली गीतको अध्ययन गरिएकाले यो अध्ययन उपयोगी रहेको छ ।

अध्ययन विधि

प्रस्तुत लेखमा नेपाली रत्यौली गीतको अध्ययन गरिएको छ । यस लेखमा प्राथमिक सामग्रीका रूपमा लुम्बिनी प्रदेशका विभिन्न जिल्लाका स्थानीय महिलाहरूले विवाहका अवसरमा गाउने गरेको रत्यौली गीतलाई लिइएको छ । रत्यौली गीतको अवधारणाको अध्ययनका लागि विभिन्न लोकसाहित्यका अध्येताले गरेका अध्ययन सामग्रीलाई द्वितीयक स्रोतका रूपमा उपयोग गरिएको छ । यहाँ प्राथमिक स्रोतको सामग्री क्षेत्रीय अध्ययन विधिअन्तर्गत अवलोकन, अन्तर्वार्ता र प्रश्नावलीबाट तथा द्वितीयक स्रोतको सामग्रीको सङ्कलन पुस्तकालयीय कार्यबाट गरिएको छ । गुणात्मक प्रकृतिको यस अनुसन्धानमा दुवै प्रकारका सामग्रीहरूको प्रयोग गरी रत्यौली गीत सङ्कलन र विश्लेषण गरिएको छ । गीतविश्लेषणबाट सामग्रीको व्यवस्थापन गर्दै अर्थापन गरिएको छ ।

रत्यौली गीतको सैद्धान्तिक परिचय

नेपाली लोकगीतका विभिन्न भेद मध्येको एउटा भेद संस्कार गीत हो । मान्छेको जन्मेदेखि मृत्युसम्म विभिन्न प्रकारका संस्कारहरू गरिन्छ । ती संस्कार गर्दा विभिन्न संस्कार लोकगीतहरू गाइन्छन् । सनातन परम्पराको विवाह संस्कारमा गाइने गीतलाई रत्यौली गीत भनिन्छ । दुलाहाका घरमा विवाहका अवसरमा बालिएको शुभसूचक बत्ती कुर्न जम्मा भएका महिलाहरूले गाउने सामूहिक गीत रत्यौली गीत हो । यो गीत गाउँदा हे, हो, अरे, बादुरे आदि थेगाको प्रयोग हुन्छ । रत्यौली गीत अश्लील र श्लील दुवै खालका हुन्छन् । रत्यौली गीत विवाहमा ग्रह शान्ति गरेको स्थान वा मातृकापूजन गरेका स्थलको नजिकमा गाइन्छ ।

रत्यौली गीतको गायन र प्रदर्शनमा महिलाको मात्र सहभागिता हुन्छ । एकथरी महिलाहरूले बसेर ताली बजाउँदै रत्यौली गाउँछन् । रत्यौली गीतलाई नृत्य र अभिनयले विशेष रोचक तुल्याउने हुँदा यो गीत गाउँदा एउटी महिला नर्तकीका रूपमा प्रस्तुत हुन्छिन् भने अर्की महिलाले पुरूषको भेषमा सजिएर पुरुषको नृत्य र अभिनय गर्छिन । त्यही पुरुषको भेषमा नाच्ने र अभिनय गर्ने व्यक्तिलाई लुठो, जोगी वा जोगिया भन्ने चलन छ । केटा पक्षकाहरू केटी पक्षको घरमा गएपछि केटापक्षको घर सुनसान नहोस्, बुहारी राम्रो परोस्, सुख शान्ति भोग गर्न पाऊन्, बाटोको यात्रा राम्रो होस् भनी रत्यौली गाउने चलन हुन्छ । रत्यौली गाउँदा नारीहरू विभिन्न पहिरन लगाएर नृत्यसमेत प्रदर्शन गर्छन् । रत्यौली गीत प्रगीतात्मक ढाँचाको मानिन्छ । प्रगीतात्मक गीतमा विचार र संवेगको विषयगत अभिव्यक्ति, वैयक्तिकता, काल्पनिकता, रागात्मक सूक्ष्मता जस्ता आधारभूत विशेषता रहन्छन् । यस्ता प्रगीतको विषयवस्तु प्रेमीपे्रमिका, देवतासँग सम्बद्ध प्रेम, मृत्यु, प्रकृति, धर्म, घरायसी, सामाजिक, आर्थिक सन्दर्भहरू, हर्षविस्मात्, घृणा, द्वेष, ईष्र्या, इच्छा, आकाङ्क्षा, विरह, वेदना, पीडा आदि अनुभवका विभिन्न पक्षहरू हुन सक्छन् (लुइटेल, २०६२, पृ. २०६) । प्रगीतात्मक ढाँचाको रत्यौली गीतमा आख्यानको प्रयोगमा न्यूनता देखिन्छ । यसमा प्रायः टुक्रे आख्यान सन्दर्भहरू आएका हुन्छन् । विभिन्न घटना सन्दर्भलाई एक दुई हरफ मै प्रस्तुत गरिएको हुन्छ । विवाहमा आउने कुलपरीक्षादेखि, विवाहमुहूर्त, पूर्वाङ्ग, साइतपत्र (साइपाटा), माहुरविधि, वरयात्रा, स्वयंवर, वरस्वागत, कन्यादान, अग्निस्थापना, शिलापूजन, वधूअभिषेक, सूर्यदर्शन, सिन्दुरदान, आसनपरिवर्तन, गोदान, वधूप्रवेश, दुलही अन्माउने र भित्र्याउने, चतुर्थीकर्मजस्ता विविध विधिका विषय रत्यौली गीतमा आउँछन् (शर्मा, २०७६, चैत्र १) । विवाहका अवसरमा दुलाहाका घरमा बालिएको शुभसूचक बत्ती कुर्न भनी जम्मा भएका महिलाहरूले गाउने सामूहिक गीत रत्यौली गीत हो । यो गीत गाउँदा हा, बाँदुरै, होइ, ओहोइ, हे, हो लगायतका थेगाको प्रयोग हुन्छ (न्यौपाने, २०७५, माघ २४) । विवाहका समयमा गाइने भएकाले नेपाली लोकसाहित्यको अध्ययनमा यसलाई संस्कार गीत मानिएको छ । रत्यौली विवाहको दिन जन्ती अन्माइसकेपछि नयाँ दुलही घरमा नभित्र्याएसम्म केटाको घरमा नारीहरूले मनाउने उत्सव हो (शर्मा, २०७६, चैत्र १) । यसमा महिला मात्र सहभागी हुन्छन् । यस संस्कारले अविवाहित केटीहरूलाई यौन शिक्षाप्रतिको जिज्ञासा

जगाइदिन्छ (पराजुली, २०७८, असार २६) । रत्यौली गीत गायन र प्रदर्शनमा महिलाको मात्र सहभागिता हुन्छ । रत्यौली गीतलाई नृत्य र अभिनयले विशेष रोचक तुल्याउने हुँदा यो गीत गाउँदा एउटी महिला नर्तकीका रूपमा प्रस्तुत हुन्छिन् भने अर्की महिलाले पुरुषको वेशभूषामा सजिएर पुरुषको अभिनय गर्छिन् । त्यही पुरुषको भेषमा नाच्ने र अभिनय गर्ने व्यक्तिलाई लुठो भन्ने चलन छ (न्यौपाने, २०७५, माघ २४) । लुठो नाटकको विदूषक जस्तै पात्र हो । पुरुषको सहभागिता निषेध गरिएको रत्यौली गीत नारीहरूले पुरुषका वेश र स्वाँग रचेर प्रहसनात्मक ढङ्गमा रतिरागात्मक भावना, कटाक्ष र मनका उकुसमुकुस पोख्ने नारीगीत हो । 'रात' र 'यौली' बाट बनेको 'रत्यौली' तथा 'रात' र 'एली' बाट बनेको 'रतेली' व्युत्पत्तिले अश्लीलतासमेत पाइने रातभरि गाइने गीत भन्ने बुझाउँछ भने 'रति' र 'लीला' व्युत्पत्ति गर्दा रतिरागात्मक एवम् अश्लीलताको सङ्केत गर्छ (शर्मा र लुइटेल, २०६३, पृ.१३५) । रत्यौली गीत अश्लील र श्लील दुवै प्रकारका हुन्छन् ।

जन्ती जानुपूर्व ग्रहशान्ति गर्दा बालेको दियो दुलही नभित्र्याउँदासम्म निभ्न दिनुहुँदैन भन्ने मान्यता रहेको छ । त्यसैले बत्ती कुर्न रातभरि एक्लै बस्न गाह्रो हुने भएकाले छिमेकी तथा इष्टमित्र महिलाहरू जम्मा भएर बत्ती कुर्छन् । यही बत्ती कुर्ने क्रममा मनोरञ्जनका लागि महिलाहरुले रत्यौली गीत गाउने चलन छ । नेपाली समाजमा रत्यौली गीतबारे रोचक खालका लोकविश्वास छन् । पुरुषले रत्यौली हेर्ने वा सुन्ने काम गरेमा त्यस व्यक्तिको आयु घट्छ, रत्यौली गाउने र नाच्ने गरेमा नयाँ दम्पत्तिको आयु बढ्छ, जन्ती जानुपुर्व ग्रहशान्ति गर्दा बालेको दियो दुलही नभित्राउँदासम्म निभ्न दिनुहुँदैन, निभ्यो भने नवदम्पत्तिको जीवनमा अपशकुन हुन्छ जस्ता सामाजिक विश्वासका कारण रातभरि रत्यौली गाउने र नाच्ने प्रचलन नेपाली समाजमा चलेको हो ।

रातमा गाइने भएकाले तथा रतिक्रीडाका भाव प्रस्तुत गर्दै गाइने भएकाले रत्यौली गीत भनिएको पाइन्छ । रत्यौली शब्दलाई रतेउली, रतेली पनि भनेको पाइन्छ । पश्चिम नेपालमा छैँटी, व्रतबन्ध र विवाह जस्ता संस्कारका अवसरमा रातभर जाग्राम बसी गाइने गीतलाई रतेली भनिन्छ भने केन्द्रीय र पूर्वी नेपालमा दुलाहा अन्माएपछि नारी समाजले मात्र गाउने र नाच्ने गीत र नृत्यलाई रत्यौली भनिन्छ (बन्धु, २०५८, पृ. १६१) । रत्यौली गीतमा सर्वप्रथम माँगल गाइन्छ र त्यसपछि मनोरञ्जनात्मक तरिकाले गीत गाउँदै नाच्ने गरिन्छ । विवाहको समयमा गाउने गरिएका गीतमध्ये विवाहको प्रक्रिया सुरु भएदेखि नै मङ्गलको कामना गर्दै गाइने माँगल गीत हो । यस्ता माँगल गीतमा विशेषगरी भगवान्का स्तुति गरिन्छ (अर्याल, २०७६, मङ्सिर १) । यस्ता माङ्गलिक गीतहरू विवाहको मण्डप बनाउने बेलामा, दुलाहा जग्गेमा बस्दा, दुलाहा अन्माउँदा वा बेहुली भित्र्याउने वेलामा गाइन्छ । यसमा पुरुष पनि सहभागी हुन सक्छन् । रत्यौलीमा नारीहरूले पुरुषको वेशभूषा र स्वाँग रचेर प्रहसनात्मक ढङ्गमा रतिरागात्मक भावना, कटाक्ष र मनका उकुसमुकुस पोख्छन् (शर्मा र लुइटेल, २०६३, पृ. १३५) । मङ्गल कामनाको लागि गाइने माँगल गीत होस् या रतिरागले ओझिलो बनेको रत्यौली नै विवाह संस्कारका मूलभूत साङ्गीतिक मनोरञ्जनका साधनहरू हुन् । माँगल गीत वरले घर छाड्नुपूर्व नै गाइने गीत हो भने रत्यौली जन्तीले बेहुली लिएर फर्किनुपूर्वसम्म गाइने मनोरञ्जनात्मक गीत हो (अर्याल, २०७६, मङ्सिर १) । माङ्गलिकबाट सुरु गर्ने विवाह संस्कारलाई रतिरागले भरिएको रत्यौलीले बिट मार्ने गर्छ । यही नेपाली विवाह प्रणालीको विशेषता हो ।

रत्यौली गीतको प्रस्तुति ढाँचा

रत्यौली गीत विवाह पद्धतिअनुसार निश्चित क्रममा गाइन्छ । जन्ती हिँड्नुपूर्व दुलाहाका घरमा गरिने कर्मदेखि जन्ती प्रस्थान गरेको र दुलहीका घरमा गरिने कामदेखि पुनः दुलाहाले दुलही लिएर घर आउँदासम्मका अवस्थाको विषयलाई समेटेर रत्यौली गीत गाउने गरिन्छ । रत्यौली गीतको आदिभागमा विवाहका वेलामा दुलाहा सिँगार्ने कार्यदेखि दुलाहा अन्माउने बेलासम्मका विभिन्न घटनाहरूको वर्णन गरिन्छ । यसलाई बेहुलो अन्माउनुअघिको भागका रूपमा लिन सकिन्छ । यतिवेला श्लील खालका रत्यौली गाइन्छन् (न्यौपाने, २०७५, माघ २४) । विवाहमा जन्ती प्रस्थानपूर्व गरिने कर्म र जन्ती प्रस्थान गरेको

अवस्था, दुलहीका घरमा गरिने कर्मदेखि पुनः दुलहीको गृहप्रवेशसम्मका सन्दर्भलाई समेटेर रत्यौली गीत गाउने चलन छ। नारी समुदायले गाउनु, प्रहसनात्मक हुनु, नृत्य पनि सँगै हुनु, नारीका उमङ्ग, उत्कण्ठा र अभिलाषा प्रकट हुनु, नारीले पुरुषको वेशभूषामा अभिनय गर्दै नाच्नु आदि रत्यौली गीतका विशेषता हुन् (लामिछाने, ६८, पृ. १२२)। विवाहका अवसरमा र कतै कतै छैँटीका अवसरमा पनि गाइने यो संस्कार गीत नृत्यका साथ गाइने हुँदा नृत्यगीत र समूहमा गाइने हुँदा समूहगीत पनि हो। रत्यौली गीतको प्रस्तुतीकरणको ढाँचा आदि, मध्य र अन्त्यमा हुन्छ। यहाँ रत्यौली गीतको संरचनालाई प्रस्तुतिका आधारमा लाई आदि, मध्य र अन्त्य भागमा विभाजन गरी अध्ययन गरिएको छ।

आदि भाग

रत्यौली गीतको आदि भागमा दुलाहा सिगाँर्ने कार्यदेखि दुलाहा अन्माउने बेलासम्मका विभिन्न घटनाहरूको वर्णन गरिन्छ। आरम्भ भागमा श्लील खालका रत्यौली गाइन्छ। आरम्भ भागका रत्यौलीमा शान्त भाव र करुण भावको प्रस्तुति हुन्छ। आदि भागमा गाइने रत्यौली गीतमा आशीर्वाद, मङ्गलकामना आदि भाव व्यक्त भएका हुन्छन्।

आमा लाइदिनुस् टीका,
शुभ साइतको बेलामा।
मकैमा लाए पुतला पुतली चामलुमा लाए घुन
अरे भैया चामलुमा लाए घुन
पन्चेबाजा लिएर बिहे गर्न जानी कसका बाला हुन्
अरे भैया कसका बाला हुन्
पन्चेबाजा लिएर बिहे गर्न जानी हामरै बाला हुन्
अरे भैया हामरै बाला हुन
हामरा बाबु रामचन्द्र जस्ता गए डोली चढेर
अरे भैया गए डोली चढेर
ऐले गए बाबु रातो डोली लिइ भरे आउँछन्
डोली भरेर
अरे भैया आउँछन डोली भरेर।
(स्रोत –सुमित्रा पन्थ, छत्रकोट गाउँपालिका वडा न. ३, लुम्छा, गुल्मी)

आदि भागमा गाइने रत्यौली गीतमा दुलाहा सिँगारेको, परम्परादेखि चल्दै आएको रीतिलाई पालना गरेको, दुलाहाका घरम ग्रहशान्ति गरेको, कन्याले कलश लिएर साइत पारेको, दहीको ठेकी अगाडि राखेको, दुलाहा प्रस्थान गरेपछि दिदीबहिनीले जिउँती लेख्ने गरेको जस्ता सन्दर्भ आएका हुन्छन्।

कति राम्रो देखियो काले,
ढाका टोपी दुबोको मायाले।।
छुट्टै अर्थ दुबोको मालाको,
रीति हाम्रो बाजेकै पालाको।।
लगेउ सारी फूल बुट्टा भरेर,
रूद्री पूजा ग्रहशान्ति गरेर।।
लैजाऊ सिन्दुर पोतेर र काटा,
दहीको ठेकी सात कन्या साइत पार।।
हातमा कलश वर पीपल पात राखी,
ल्याऊ बाबु अग्निमा हात राखी।।
जिउँती लेख दुलहाकी दिदी,
जोगाऊ आफ्नो पुरानो संस्कृति।।
(स्रोत – सीता गोदार, बन्दीपोखरा, वडा न. ५ पाल्पा)
सरर काटेको बत्ती,
कस्ती होलिन् बाबुकी श्रीमती।।
आमाले धान सुकाउ मान्द्रामा,
छोरो सूर्य बुहारी चन्द्रमा।।
(स्रोत – सुनिता पराजुली, बुटवल उपमहानगरपालिका वडा न.१६, रुपन्देही)

हामरा बाबा लक्ष्मण जस्ता
गए डोली चढेर अरे भैया
डोली है चढेर गएका भैया
ल्याउँछन् डोली भरेर भैया
दैलामुनि सुन्तला भारी
भरे आउँछिन् लच्छिनकी बुहारी

(स्रोत – रीता घिमिरे पोखरेल, रेसुङ्गा
नगरपालिका वडा न. ६, गुल्मी)

हे नाच्न गाउन आउनुहोला जुहारी,
छोरी जस्तै आउनेछिन् बुहारी ।।
भरे त बुहारी आउँछिन्
सासूलाई बोकेर डुलाउँछिन्
बाबुले बालेको दियो
बोकेर डुलाउने मन थियो
रुखो वचन नलाए हुन्थियो ।

(स्रोत – रीता घिमिरे पोखरेल, रेसुङ्गा
नगरपालिका वडा न. ६, गुल्मी)

कस्तो रैछ मायाको खानी,
जन्म दिने बाउ आमा भन्दानी ।।
बाध्यताले बनायौ हिँड्न,
आमा तिम्ले नबनाऊ मन खिन्न ।।
हुकाई बढाई पढाउनी लेखाउनी,
आमा नै हुन् संसारै देखाउनी ।।
(स्रोत – मीना वाग्ले, सिद्धार्थनगर
नगरपालिका, वडा न. ८, रूपन्देही ।)

दुलाहा सिँगार्नेदेखि अन्माउने बेलासम्मका घटनाक्रमहरूलाई समेटेर गाइने गीतहरूलाई नै रत्यौली गीतको आरम्भ भागमा गाउने गरिन्छ । यस समयमा शुभसाइतमा आमाले टीका लगाइदिने कुरादेखि लिएर आमा छोराको मायाका कुराहरूको बारेमा गीतमा गाइन्छ । विवाह गरेर श्रीमती ल्याइसकेपछि आमाबाबुको मायालाई कदर गर्नु, आमाबाबुलाई हेला नगर्नु, कसैको कुरा सुनेर आफूलाई जन्म दिएर संसार देखाउने बाबुआमालाई आँखाको कसिङ्गर नसम्झनु, बुढेसकालमा आमाबाबु वृद्ध अवस्थामा पुग्दा लालनपालन गर्नु, वृद्धाआश्रममा नलैजानु, रूखो वचन नलगाउनु जस्ता भाव भएका गीत गाइन्छ । यस्ता गीतमा आमाले आजदेखि तिमीबाट बिरानी हुँदैछु भन्दै बिलौना गरेको र छोराले आमाबाबुसँग आशीर्वाद मागेको कुरा व्यक्त भएको हुन्छ । दुलाहा अन्माउँदा गाइने रत्यौली गीत सामान्य लागेपनि यी गीतहरूमा समाजको वास्तविकता उद्घाटन भएको हुन्छ ।

मध्य भाग

रत्यौली गीतको मध्य भागमा दुलहा दुलही लिन गए देखि विवाह गरेर दुलही आफ्नो घरमा भित्राउँदा सम्मको वर्णन गरिन्छ । यस समयमा विभिन्न भागमा गीत गाउँदा महिला मात्र सहभागी हुने हुँदा श्लील र अश्लील दुवै खालका रत्यौली गीत गाइएको पाइन्छ । यस्ता गीतमा बढी मात्रामा शृङ्गारिक र रतिरागात्मक भाव प्रकट भएको हुन्छ । अश्लील खालका रत्यौली गीत गाउँदा महिलाहरू पुरुषको वेशभूषा लगाएर लुठो बनी अनेक प्रकारका यौन क्रियाकलाप गरेर मनोरञ्जनात्मक प्रस्तुति गरेका हुन्छन् । यतिवेला पुरुषको प्रवेश पूर्णरूपमा निषेध गरिएको हुन्छ । कुनै पुरुष आइहालेमा महिलाहरूले उक्त पुरुषलाई महिलाको समूहमा ल्याएर बेइज्जत गर्ने गर्छन् (पौड्याल, सन् २०२४, पृ.१४८) । मध्य भागमा गाइने रत्यौली गीतका केही उदाहरण निम्नलिखित छन् –

स्वयम्बरको आइपुग्यो बेला,
फूलमाला साटासाट यो बेला ।।
गए आमा डोलीमा चढेर,
नरोऊ आमा पिडीँमा बसेर ।।
बस बस झ्याल उघारी,
पाथी भर्छन् सासू र बुहारी ।।
उठ माया उज्यालो भयो,
भाले बास्यो डाँडैमा घाम लायो ।।

नाच बैनी उडाइदेउ धुलो,
भन बैनी धन हो कि मन ठूलो ।।
हेर नानी सबको मन परे,
आमा बोल्दा ताकेर नहेरे ।।
(स्रोत – वसन्ता देवकोटा, घोराही
नगरपालिका, वडा न. १५, दाङ)

उठ्ने गरी हातैमा ठेला,
लगन गाँठो पार बाबु फुस्केला।
लगाए होलान् सम्धिलाई फेटा,
थालमा राखी देऊ दिदी अक्षेता।
मुटु झिकी दिँदै छु आज,
पाले पुण्य मारे पाप ज्वाइँ राजा।
धन्नै परान गथेन जन्माउँदा,
मुर्छा परे डोलीमा अन्माउँदा।
भोलि चाडै दुरने आए ,
कुलको इज्जत सम्झेर घर खाए।
(स्रोत – कमला क्षेत्री, सन्धिखर्क नगरपालिका,
वडा न. २, शङ्खेटारी, अर्घाखाँची)

नौ सरे बत्ती सात सरे बत्ती
तामाको दियोलाई अरे भैया
सालु पात टिपी टपरी खुट्यौँ
भैयाको बिहेलाई अरे भैया।
(स्रोत – रीता घिमिरे पोखरेल, रेसुङ्गा
नगरपालिका वडा न. ६, सीमाघाट, गुल्मी)

आँपै फुल्यो आँपै फुल्यो कति हगाइलो
हामरा भाइको बिहे भयो कति रमाइलो
हाम्रो भाइ सधैँकै झल्ला
यति बेला ओडायो दोसल्ला
हाम्रो भाइ को भन्दा कम्ती छ
हातमा घडी सुनैको औँठी छ
हाम्रो भाइ क्या इमानदारी
ल्याउँछन् भरे मनको पियारी
कतिको इज्जेती होला
सुनको सिक्री देला कि नदेला
(स्रोत – लक्ष्मी खरेल, मुसिकोट नगरपालिका
वडा न. ७, सेराबेडी, गुल्मी)

काक्री फल्यो तल्याङ तुर्लुङ
फर्सी फल्ये भुइँ अरे हाई हाई
फर्सी भल्यो भुईँ।
जन्तीमा राम्रा दुलाका दाजु
रत्यौलीमा राम्री मै अरे हाई हाई
रत्यौलीमा राम्री मै
बाबुले ल्याएको झोला
मैले खोल्न होला कि नहोला
अरे हाई हाई होला कि नहोला।

आमा तिम्ले नखोले झोला
झोला खोले देवघाटको बास होला
अरे हाई हाई देवघाटको बास होला
आज दुलही रुँदै र कल्लाउँदै
भोलि दुलही खुर्पेटो हल्लाउँदै
रत्यौलीको पिठो कति नमिठो
अरे हाई हाई कति नमिठो
(स्रोत – मेनुका न्यौपाने, छत्रकोट वडा न. ४,
दिगाम, गुल्मी)

बुहारी नभएर भाछैन
काखको छोरो खोसिएको थाहा छैन
मर्नै पाउँ सन्तानको काखमा,
बुढेस कालमा नफाले पाखामा।
यो मायाले जेलेको डोरो
(स्रोत – लता चापागाई, सुनवल नगरपालिका,
वडा न. १२, नवलपरासी)

अब माया हुनेभो दोहोरो।
आज त रमाइलो हुन्छ
छोरो टाढा हुदा पो मन रुन्छ
बाबु तिम्रो घरबार हुँदा
नरोउ आमा भने है म रुँदा
गयौं बाबु फूलमाला भिरेर
दुधको भारा सारीले तिरेर
गयो छोरो दही र दुध पिएर
आउँछ छोरो लक्ष्मी लिएर
(स्रोत – रीता घिमिरे पोखरेल, रेसुङ्गा
नगरपालिका वडा न. ६, सीमाघाट, गुल्मी)

रत्यौली गीतको मध्य भागमा दुलहा दुलही लिन गएदेखि विवाह कर्म सकेर दुलही आफ्नो घरमा भित्राउँदासम्मको वर्णन गरिएको छ । त्यस्तै दुलहीका घरमा पुगेपछि विवाह पद्धतिअनुसार गरिएका विवाह कर्म, दुलही अन्माएर बिदावारी गरिएको अवस्था, दुलही लिएर दुलाहाका घरतिर आउँदै गरेको, छोरा बुहारीको व्यवहार, सासूको बिलौना, सासूले बेहोर्नु परेको अपमान, पारिवारिक सन्दर्भ, छिमेकी दिदीबहिनीले गरेका ठट्यौली गीत, हाँसोमजाकका गीत, दुलाहादुलहीको स्वच्छन्द व्यवहार आदिको वर्णन मध्य भागमा हुन्छ ।

रत्यौलीको मध्य भागमा महिलाहरुले पिठो राखी नाङ्लो वा थाल टाउकामा राखेर नचाउने गर्छन् । यसलाई पिठो नचाउने भनिन्छ । पिठो नचाउँदा गाइने गीत यस्तो हुन्छ –

सय भारी दाउराका फूलै खरानी
बरै फूलै खरानी
छोरो थियो बुहारी आउली गलै परानी
बरै गलै परानी
कर्साबारी चिउरी त चिउरीमाथि घ्यु
बरै चिउरीमाथि घ्यु
छोरो थियो बुहारी आउली होलान् एकै जिउ
बरै होलान् एकै जिउ ।
(स्रोत –सुमित्रा पन्थ, छत्रकोट गाउँपालिका वडा न.३, लुम्छा, गुल्मी)

दुलाहाको घरमा महिलाहरू पुरुषका कपडा गीत गाउँदै नाच्ने गर्दछन् । यसमा अभिनेता अभिनेत्री महिला नै हुन्छन् । पुरुषको पोसाक लगाएका महिलालाई लुठो भनिन्छ । लुठो बनेका पात्रले यौन क्रियाकलापको अभिनय गर्दै नाच्छन् । महिलाले पुरुष जनेन्द्रिय बनाएर हल्लाउँदै, उचाल्दै अभिनय गर्दै मनोरञ्जन दिने गर्छन् । यतिवेला कोही महिला जोगी–जोगिनी, कोही महिला दुलाहा–दुलही बनेर हाँसखेल, ठट्टा र प्रहसन पनि गर्छन् (लामिछाने, २०६८, पृ. १२२) । यतिवेला रत्यौलीको वातावरण निकै रमाइलो हुन्छ । लुठो बनेकी महिलाले अभिनय गर्दा गाइने रत्यौली गीत अश्लील खालका हुन्छन् । नव वरवधूमा हुने रतिक्रियालाई अभिनयका माध्यमबाट प्रस्तुत गरिने भएकाले यसले मनोरञ्जन दिनुका साथै नारीका दमित यौनचाहनाको समेत प्रकटीकरण गरेको हुन्छ ।

वल्लो घर पल्लो घर हल्ला चिच्याइ छ
माझारे घरमा घोप्टे चि...छ ।
मेरा बादुरे घोप्टे चि... छ ।
बाह्र बिस जन्ती गए एउटा कुपुलाई
कस्तो सारी आउने हो कान्छी फुपूलाई
मेरा बादुरे कान्छी फुपूलाई ।
(स्रोत –सुधा खनाल, ऐरावती गाउँपालिका वडा न. ४, प्युठान)

बारीको छेउमा बुढो चिउरी
दुलहीको पु.... बाट रगत चुहियो थाप दिउरी
मेरा बादुरे थाप दिउरी ।
(स्रोत – अज्ञात, वाणगंगा नगरपालिका, कपिलवस्तु)

दुलाहाको कोठामा खस्याङ खुसुङ गर्छ
मुसो हो कि बिरालो स्या बरै स्या,
भोलि दुलही आउँछे भित्र बाहिर गर्छे
मै बुढीलाई पिरलो छया बरै छया

रातो बर्को फिजे झैँ बादुर पाकेका
मेरा बादुरै बादुर पाकेका
आजका यी दिदीबहिनी कस्ले डाकेका
मेरा बादुरै कसले डाकेका
कसैले न कसैले डाक्यो यसैले
बादुरै डाक्यो यसैले
भरे सुत्छे बुहारी कोल्टे फर्काई फर्काई
खान्छे बरै बुहारी छोरो थर्काई थर्काई
आउँछे बरै बुहारी कपाल कोरी कोरी
सुत्छे बरै बुहारी गाला जोडी जोडी

(स्रोत –सुमित्रा पन्थ, छत्रकोट गाउँपालिका
वडा न.३, लुम्छा, गुल्मी)

आज त छोराको बिहे छ
कसलाई के पाउर आउँदैछ
सासूलाई कोटाको धोती
छोरालाई सुन्तला पाउरोटी।
(स्रोत –सुधा खनाल, ऐरावती गाउँपालिका
वडा न. ४, प्युठान)

अन्त्य भाग

रत्यौली गीतको अन्त्य भागमा मङ्गलकामनाका भाव भएका रत्यौली गीत गाइन्छ। नवदम्पतिको जीवन सुखमय बनोस्, सन्तानको सुवास फैलियोस्, देवीदेवताले रक्षा गरुन् आदि मङ्गलकामनाको भाव भएका रत्यौली गीत गाउँछन् (न्यौपाने, २०७५, माघ २४)। यस्ता रत्यौली गीतमा दुलहीलाई घरभित्र प्रवेश गराउँदाका सन्दर्भ, माइतीको छोरीसँगको विछोड हुँदाका पीडाका भाव व्यक्त भएको हुन्छ। त्यसैले अन्त्य भागमा रत्यौली गीतमा शान्ति भावको प्रबलता हुन्छ।

आउँदैछिन् लच्छिनकी बुहारी
बस आमा झ्यालढोका उघारी
छिटो छिटो सार न पाइलो
बुहारी आउँदा घर कति रमाइलो
अझै पनि पुगेन धोको,
रातो डोली बाबुले त्यही रोक।
देऊ माया बालेर बत्ती,
हेर्नुपर्यो बाबुकी श्रीमती
(स्रोत –सुमित्रा पन्थ, छत्रकोट गाउँपालिका ३,
लुम्छा, गुल्मी)

मेरी माया नझार आँसु,
आमा भन्दा गतिली छन् सासू।
आमाले सारेको फूल,
नानीले कैले नि नभुल।
यही हो नानी जुग जानी घर,
राम्रो गर सबैको मन पर।
आमाले बालेको दियो
बुहारीले तेल थपे हुनी हो।
(स्रोत –सुधा खनाल, ऐरावती गाउँपालिका
वडा न. ४, प्युठान)

रत्यौली गाइयो नि रमाएर,
भित्राउ आमा दाहिने हात समाएर।
सिन्दुर छरी जिन्दगी दिएर,
आयो भाइले बुहारी लिएर।
(स्रोत – लता चापागाई, सुनवल नगरपालिका,
वडा न. १२, नवलपरासी)
ल्याइन् आमा औँठी र सारी,
बुहारी छन् सक्षम र संस्कारी।
दशै धारा दुधको भारा,
बुढेसकालमा देऊ बाबु साहारा।
(स्रोत – कमला क्षेत्री, सन्धिखर्क नगरपालिका,
वडा न. २, शङ्खेटारी, अर्घाखाँची)
तिम्लाई दुःख दिए त आमा,
मलाई खुसी मिल्ला र खै कहाँ।
आकाश खस्छ पृथ्वी भासिन्छ ,
तिम्लाई रूवाए जगत्ै मासिन्छ।
(स्रोत – सुनिता पराजुली, बुटवल
उपमहानगरपालिका वडा न.१६, रुपन्देही)

आमा तिमी नबोले सहे,
बुहारीको कान खानी नगरे॥
लक्ष्मीले दिएको जन्तर,
छोरो टाढा बनाउनी मन्तर॥
मैले छोरो पाएकी थिएर,
आयो छोरो बुहारी लिएर॥
(स्रोत – सीता गोदार, बन्दीपोखरा, वडा न. ५
पाल्पा)

आइ पुगे कर्मको घर ।
भनेर माइतीलाई फोन गर ।।
लक्ष्मीले टेकेको पाइलो ।
हेर आमा घर कति रमाइलो ।।
(स्रोत – राधा पाण्डे, बाणगङ्गा नगरपालिका, कपिलवस्तु)

रत्यौली गीतको अन्त्य भागमा दुलही भित्राएदेखि दुलहा दुलही धुरपाइलो फर्काउन जाँदासम्मका कुरालाई समेटेर गाइएका गीतहरू गाइन्छन् । यस्ता गीतमा माया, करूणा, सद्भाव व्यक्त भएको हुन्छ । सासुले बुहारीलाई सिकाइ, सम्झाई गरेको सान्त्वना दिएको, कर्मघरको इज्जत राख्नुपर्ने, सासूससुराको मानमर्यादाको ख्यालराख्नुपर्ने जस्ता कुराहरू गीतमार्फत व्यक्त गर्दछन् ।

ज्युँती परम्परा

रत्यौली संस्कारको एउटा विशेष पक्ष जिउँती लेखन हो । विवाहका वेलामा जन्ती प्रस्थान गरेपछि दुलाहाका घरको भित्तामा चामलको पिठाले जिउँती लेख्ने गरिन्छ । जिउँतीमा जन्ती गएको, सिन्दूर हालेको, नाचेको, डोलीमा दुलही बोकेर ल्याएको, वरवधू, बाजा बजाउने दमाई आदिको चित्र बनाइन्छ । जिउँती चित्रात्मक हुन्छ । जिउँती दुलाहाका दिदीबहिनीले लेख्ने चलन छ (पौड्याल, सन् २०२४, पृ. १५६) । रत्यौलीमा घरको मझेरीमा बेहुली लिन गएको बेहुला र जन्तीको प्रतीकका रूपमा भित्तामा चित्र बनाइन्छ । वास्तवमा त्यही चित्रलाई नै जिउँती भनिन्छ । जिउँती भनेको दुलाहा दुलहीले प्रथम मधुरात्रि बिताउने कोठाको भित्तामा लेखिने चित्र हो (पराजुली र गिरी, २०६८, पृ. ४९) । अष्टमातृकाको पूजाका अवसरमा पनि जिउँती चित्र विवाहमा आवश्यक मानिन्छ । दुलाहा अन्माएपछि एउटा कोठा लिपेर शुद्ध पारी जिउँती लेखिन्छ, पूजा गरी बत्ती बालिन्छ र शृङ्गारिक भावका गीत गाउँदै नाचगान गरिन्छ (पराजुली र गिरी, २०६८, पृ. ४९) जिउँती पूजा स्थल, मूल ढोकाका खापा, यज्ञ मण्डपको निश्चित स्थान, देवता राख्ने आसनका पछाडिका भित्ता जस्ता निर्दिष्ट विभिन्न ठाउँमा जीव मातृकाको पूजनाका लागि विशेष सज्जाका लागि लेखिने अनेक थरी चित्रको आलेख हो (पन्त, २०७२, पृ. ८५) । जिउँती चित्रमुनि रातभर दियो बालेर उक्त दियोलाई निभ्न नदिनका लागि पनि रतेली खेल्दै जाग्राम बस्ने प्रचलन चलेको हो । जिउँतीमा सूर्य, चन्द्र, तारा, वरपीपलका वृक्ष, पञ्चपल्लव, पशुपक्षी, देवीदेवता, शङ्खघण्ट, कलश, नवग्रह, बलेको दियो, जलाशय, छाता, वेशभूषा, गरगहना, कोणाकार र त्रिकोण, स्वस्तिक चिह्न आदिका चित्र हुन्छन् । जिउँतीमा आएका यस्ता चित्रले औपचारिक शिक्षा प्राप्त नगरेका निरक्षर जनसमुदायले धर्म र संस्कृतिसित सम्बद्ध विभिन्न विषयका कुरा सटिक र सघनरूपमा कसरी प्रयोगमा ल्याउँछन् र उनीहरुको बौद्धिक स्तर कस्तो हुन्छ भन्ने कुरा स्पष्ट पारेको हुन्छ (पन्त, २०७२, पृ. ८८) । आजकल जिउँती भित्तामा नलेखी कागजमा लेख्ने गरिएको छ । विवाह भएको पहिलो वर्ष पूरा भएका दिन रत्यौली खेलेर जिउँती मेट्ने चलन पनि छ । यसलाई जिउँती खेल्ने वा जिउँती मेट्ने पनि भनिन्छ । उक्त दिन दुलाहा दुलही घर छोडेर अन्यत्र जानुपर्छ । एक वर्षभित्रैमा दुलाहा–दुलहीबाट बच्चा जन्मने अवस्था देखिएमा बच्चा जन्मनुअघि नै जिउँती मेट्ने लोकपरम्परा रहेको छ (लामिछाने, २०६८, पृ. १२२) । विवाहका दिन खेलिनेलाई रत्यौली र विवाहको वर्ष दिनमा खेलिनेलाई जिउँती भन्ने प्रचलन छ ।

निष्कर्ष

रत्यौली गीत विवाहका अवसरमा गाइने संस्कार गीत हो । रत्यौली गीत दुलाहा दुलही लिन जन्तीसँग गएपछि टोलछिमेकका महिलाहरू मिलेर सामूहिक रूपमा गाइने गीत हो । महिलाहरूका लागि आरक्षित यो परम्परालाई कहीँ रतेउली त कतै रतेली पनि भनिन्छ । गाउँदै, नाच्दै र अभिनय गर्दै मनोरञ्जन वा रमाइलो गरिने भएकाले, दुलाहाका घरतिर नारीहरू रातभर जाग्राम बसी खेलिने भएकाले, रातको समयमा गरिने रतिसँग सम्बन्धित उत्सव भएकाले यसलाई रत्यौली भनिएको हो । विवाह एउटा कर्मजनित संस्कार हो । विवाह स्त्री र पुरुषका बिचमा पतिपत्नीको सम्बन्ध कायम गराउने धार्मिक तथा सामाजिक कार्य हो । विवाह उत्सवमा मङ्गल कामना तथा रमाइलोका लागि माँगल, फाग र रत्यौली जस्ता गीत गाउने प्रचलन नेपाली समाजमा

चल्दै आएको छ। रत्यौली विवाह उत्सवका वेला गाइने भएकाले यसलाई रत्यौली संस्कृति पनि भनिन्छ। मनोरञ्जनात्मक भाव व्यक्त गर्नुका साथै दुलाहाका घरका आमा, दिदीबहिनी तथा दुलहीतिरका सदस्यलाई समेत व्यङ्ग्य गर्छन्। नेपाली समाजमा बिहेपश्चात् छोरी दुलही बनेर केटा दुलाहाका घरमा जाने चलन छ। माइती घरमा रमाएर तथा बाबुआमाको माया पाएर हुर्केकी एउटी छोरी बिहेपछि पतिका घरमा गएर बुहार्तन सहनुपर्ने अवस्थालाई रत्यौली गीतमा वर्णन गरिएको हुन्छ। आफू जन्मेहुर्केको घरआँगन छोडेर पराइको घरमा गएर जीवन बिताउनुपर्ने नारीको अवस्थाको वर्णन गरिने रत्यौली गीतमा नारीका पीडा अभिव्यक्त भएका हुन्छन्। रत्यौली गीतमा गीत र नृत्यका साथै अभिनयसमेत गरिन्छ। यसैले रत्यौली गाउने नभनेर रत्यौली खेल्ने भन्ने गरेको पाइन्छ। रत्यौली गीतमा महिलाले पुरुषको वेशभूषा लगाएर अभिनय गर्छन्। रत्यौली विवाह उत्सवसँग सम्बन्धित भएकाले यस्ता गीतमा प्रशस्त रतिरागात्मक पाइन्छ। रत्यौली गीतमा रतिराग, प्रेम, यौन आदि विषयसँग सम्बन्धित गीत गाइने हुनाले शृङ्गारिकपन मुख्य प्रवृत्तिका रूपमा देखिन्छ। शृङ्गारिक भाव व्यक्त गर्नु रत्यौलीको मुख्य प्रवृत्ति हो। यस्ता गीतमा नारी पुरुषका नखदेखि शिखसम्मका विभिन्न अङ्गप्रत्यङ्गको वर्णन सुन्दर तरिकाले गरिन्छ। रत्यौली गीतमा नारी र पुरुषका बिचमा हुने स्वाभाविक रतिक्रीडा तथा नारी र पुरुषका यौनअङ्गको वर्णन गरिन्छ। रत्यौली गीत मनोरञ्जन र शृङ्गारिक भावका मात्र नभएर नेपाली समाजमा प्रचलित रहेका संस्कार तथा सुधारका लागि व्यावहारिक सन्देश दिने खालका पनि हुन्छन्। हिजोआज बिहे दिनमा हुने तथा महिला पनि जन्ती जाने गर्दा रत्यौलीको मौलिकता हराउँदै गएको छ। दुलाहाका दिदीबहिनीको प्रत्यक्ष भूमिका हुने, उनीहरूले नै जिउँती लेख्ने चलन भए पनि दिदीबहिनी जन्ती जाने भएकाले जिउँती संस्कार पनि लोप हुने अवस्थामा पुगेको छ। पहिले रत्यौली रातिमा मात्र गाउँदा पुरुषको सहभागिता हुँदैनथ्यो भने आजकल बिहे दिनमा हुने, पुरुषहरू पनि रत्यौलीमा महिलासँगै नाच्ने, गाउने गरेको पाइन्छ। रत्यौलीमा पुरुष पनि सहभागी हुने र नाच्ने गाउने गर्ने प्रवृत्तिले रत्यौलीको मौलिकतामा ह्रास आएको छ। रत्यौली नेपाली समाजमा प्रचलित एउटा संस्कार गीत भएकाले विवाहका अवसरमा गाउने परम्परालाई जोगाउनु आवश्यक देखिन्छ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

अर्याल, सुदर्शन (२०७६ मङ्सिर १ गते). खै त रत्यौलीको रतिराग ?. *अनलाइन खबर*. https://www.onlinekhabar.com.

ज्ञवाली, हिरण्यलाल (२० ६७). *लुम्बिनी अञ्चलका नेपाली लोकगीतको सामाजिक अध्ययन*. अप्रकाशित विद्यावारिधि शोधप्रबन्ध. मानविकी तथा सामाजिकशास्त्र सङ्काय. त्रिभुवन विश्वविद्यालय. कीर्तिपुर।

न्यौपाने, कुसुमाकर (२०७५, माघ २४). रत्यौली गीतको गायनक्रम र वर्तमान अवस्था. *आदर्श समाज*. https://www.eadarsha.com.nep/article.

पन्त, गुड्डी (२०७२). ज्युँती रचना : एक लोककला. *नेपाली लोकवार्ता* (सम्पा. गोविन्द आचार्य). काठमाडौँ : भृकुटी पब्लिकेसन्स, पृ. ८३–८९।

पराजुली, उत्तरकुमार (२०७८, असार २६). यौन शिक्षा परम्परामा ज्युँती (रत्यौली) र वनफागु. *प्रशासन*. https://www.prasashan.com.

पराजुली, मोतीलाल र गिरी, जीवेन्द्रदेव (२०६८). *नेपाली लोकसाहित्यको रूपरेखा*. ललितपुर : साझा प्रकाशन।

पौड्याल, शालिकराम (२०२४). *नेपाली रत्यौली गीतको वस्तुयोजना*. *Vangmaya*. Vol. 21, No. 1: 143-158, December. DOI: https://doi.org/10.3126/vangmaya.v 21i1. 74213

बन्धु, चूडामणि (२०५८). *नेपाली लोकसाहित्य*. काठमाडौँ : एकता बुक्स।

लामिछाने, कपिलदेव (२०६८). *नेपाली लोकगीतको अध्ययन*. काठमाडौँ : विवेक सिर्जनशील प्रकाशन प्रा.लि.।

लामिछाने, कपिलदेव (२०७७). *लोकसाहित्य सिद्धान्त*. काठमाडौँ : नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान।

लुइटेल, खगेन्द्रप्रसाद (२०६३). *कविताको संरचनात्मक विश्लेषण*. काठमाडौँ : विद्यार्थी पुस्तक भण्डार।

शर्मा, तर्कना (२०७६, चैत्र १). बाउले जुठो बार्दैनन् म मर्दा....*नागरिक*. https://nagariknews.nagariknetwork.com.

शर्मा, मोहनराज र लुइटेल, खगेन्द्रप्रसाद (२०६३). *लोकवार्ताविज्ञान र लोकसाहित्य*. काठमाडौँ : विद्यार्थी पुस्तक भण्डार।

थारू र मगर जातिमा प्रचलित सोरठी नाचमा जातीय संस्कारको अभिव्यक्ति

डा. मुकुन्द शर्मा
सहप्राध्यापक, नेपाल चियर, काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी, भारत

लेखसार

(मौखिक र श्रुतिपरम्परामा जीवित सोरठी नाच थारू, मगर, गुरुङ, मधेशी लगायत विभिन्न जातजाति र भाषाभाषी समुदायमा आआफ्नै जाति, भाषा, संस्कृति र भूगोल अनुरूप विविध पाठ र प्रस्तुति ढाँचामा सम्बन्धित जातिका सांस्कारिक, पार्विक र सांस्कृतिक अवसरमा गाथा गायन र नृत्यमूलक अभिनयका माध्यमबाट प्रस्तुत गरिँदै आइएको छ । त्यसैले यस्ता सोरठीमा सम्बन्धित समुदायका सांस्कारिक प्रचलनको अभिव्यक्ति पनि पाइन्छ । यो नाच रूपन्देही जिल्लाका थारू र पाल्पा जिल्लाका मगर समुदायमा पनि प्रचलित छ । क्षेत्रकार्य र पुस्तकालयीय कार्यबाट सङ्कलित यस नाचका पाठ र प्रस्तुतिलाई लिई विभिन्न सैद्धान्तिक आधारमा विश्लेषण गर्न सकिन्छ तापनि प्रस्तुत आलेखमा भने थारू र मगर जातिमा प्रचलित सोरठीमा केकस्तो जातीय संस्कारको अभिव्यक्ति केकसरी प्रस्तुत गरिएको छ भन्ने विषयलाई मूल प्राज्ञिक जिज्ञासा बनाई विश्लेषणद्वारा यसको समाधान गरिएको छ । विश्लेषणका लागि सोरठीमा गर्भाधान संस्कारको अभिव्यक्ति, सुत्केरी स्याहार तथा न्वारान कर्मको अभिव्यक्ति र विवाह संस्कारको अभिव्यक्ति जस्ता बुँदाहरूलाई आधार बनाइएको छ । यिनै बुँदाका आधारमा दुवै सोरठीमा पाइने साम्य र वैषम्यको पहिचान गरिएको छ । थारूको सोरठीको पाठलाई नेपाली भाषामा अनुवाद गरी कुन शब्दले के अर्थ दिन्छ भन्ने कुरालाई अङ्कनद्वारा सङ्केत गरिएको छ भने मगरको सोरठीका पाठमा विशेष शब्दलाई अङ्कन गरी अर्थ दिइएको छ । मूलपाठलाई तालिकामा राखी पङ्क्तिको अङ्कनसमेत गरिएको छ ।

शब्दकुञ्जी : अभिव्यक्ति, प्रदर्शनमूलक ।

१. विषयप्रवेश

थारू नेपालको पूर्वदेखि पश्चिमसम्मको तराई भूभागमा बसोबास गर्ने एउटा जाति विशेष र मगर पूर्वदेखि पश्चिमसम्मको मध्यपहाडी तथा बसाइँसराइँका कारणले तराईमा समेत बसोबास गर्ने एउटा जाति विशेष हो । यी दुवै समुदायका आआफ्नै भाषा, संस्कृति, रीतिरिवाज, परम्परा, साहित्य र लोकसाहित्य छन् । यिनैमध्ये लोकसाहित्यको प्रदर्शनमूलक विधामा पर्ने सोरठी नाचको प्रस्तुति गर्नु पनि पर्दछ जसलाई थारूले सोरठी बृजभार र मगरले सोरठी, मारूनी वा ठूलोनाच भन्ने गर्दछन् । यो नाच रूपन्देही जिल्लामा बसोबास गर्ने थारू र पाल्पा जिल्लामा बसोबास गर्ने मगर समुदायमा पनि प्रचलित छ र यसैलाई अध्ययनको विषय बनाइएको छ । यसको कथ्यविषय थारूको सोरठीमा गान्द्रफ राजा र कौवलादेवी रानी तथा वृजभार राजा र हैमती रानी एवं सोरठी (रानी ?) को कथासँग सम्बन्धित छ भने मगर समुदायको सोरठीमा स्थानीय लोककिंवदन्तीमा आधारित जैसिङ्गे राजा र हैमती रानी तथा सोरठी (रानी?) को कथासँग सम्बन्धित रहेको छ । यस नाचलाई विभिन्न आधारमा अध्ययन गर्न सकिन्छ तापनि यस अध्ययनमा भने दुवै समुदायका सोरठीमा व्यक्त जातीय संस्कारको अभिव्यक्ति केकसरी गरिएको छ ? भन्ने बारेमा विश्लेषणद्वारा स्पष्ट पारिएको छ । यसका लागि तुलनात्मक विधिको अवलम्बन गरिएको छ ।

२. अध्ययनको समस्या र उद्देश्य

प्रस्तुत अध्ययनको मुख्य समस्या 'थारू र मगर समुदायमा प्रचलित सोरठी नाचमा जातीय संस्कारको अभिव्यक्ति केकसरी गरिएको छ' भन्ने रहेको छ र विश्लेषणद्वारा यसको प्राज्ञिक समाधान गर्नु नै यसको मुख्य उद्देश्य रहन गएको छ ।

३. अध्ययन विधि र विश्लेषणको सैद्धान्तिक ढाँचा

प्रस्तुत अध्ययनका लागि सामग्री सङ्कलन क्षेत्रकार्य र पुस्तकालयीय कार्यबाट गरिएको छ । यसको प्राथमिक सामग्री अर्थात् मूलपाठ क्षेत्रकार्य र पुस्तकालयीय कार्यबाट गरिएको छ भने सैद्धान्तिक परिचय र विश्लेषण ढाँचाका लागि पुस्तकालयीय कार्यबाट सामग्री सङ्कलन गरिएको छ । यसको प्राथमिक सामग्रीको सङ्कलन अन्तर्गत थारू समुदायमा प्रचलित सोरठी (सोरठी बृजभार) का लागि रूपन्देही जिल्लाको शुद्धोदन गा.पा. वार्ड नं. २ मा पर्ने बनगाई टोललाई चयन गरिएको छ र दयाराम थारूलाई सूचक बनाइएको छ भने मगर जातिमा प्रचलित सोरठीका लागि पाल्पा जिल्लाको पूर्वखोला गा.पा. १ मा पर्ने भालुकोन टोललाई चयन गरिएको छ र तिलकराम सारू मगरलाई सूचक बनाइएको छ । चयन गरिएका क्षेत्रमा तत्तत् जातिको बसोबास अत्यधिक रहेको र सम्बन्धित जातिकै भाषा, संस्कृति, रीतिरिवाज, परम्परा तथा लोकसाहित्यका प्रदर्शनमूलक विधाको प्रचलन र उपलब्धता रहेको देखिएकाले यी क्षेत्रलाई चयन गरिएको हो ।

लोकसाहित्यलाई परम्परित साहित्य, लोकप्रिय साहित्य र ग्रामीण समाजको अलिखित साहित्य पनि भनिन्छ (चौधुरी, सन् २०२१, पृ. ४५) । अध्ययनीय सोरठी नाच यस्तै साहित्य अन्तर्गत पर्दछ । यो नाच लोकसाहित्यको केकस्तो विधा अन्तर्गत पर्दछ भन्ने बारेमा विद्वान्हरूका आआफ्नै धारणा पाइन्छन् । यसको प्रस्तुति वाद्यवादन र नृत्याभिनयसहित र रहित गरी दुवै तरिकाले सामूहिक गायनका माध्यमबाट गरिन्छ । यसलाई मारूनी शैलीको नृत्यगीत वा लोकगीत वा मारूनी नाच वा गीतिनाच (थापा र सुवेदी, २०४१, पृ. १९६-१९७) भनेको पाइन्छ । मारूनी नृत्यको शैली भएकाले मारूनी नाच भनिएको हुनु पर्दछ । गायनसँगै नृत्य र अभिनय हुने भएकाले नृत्यगीत वा गीतिनाच भनिएको हो । यसलाई नाट्यगाथा वा नाट्यगीत (पराजुली, २०५७, पृ. २८७ र ३३९–३४०) लोकनाट्य (बन्धु, २०५८, पृ. २७०), नृत्यनाटक (शर्मा र लुइटेल, २०६३, पृ. ४४५), मारूनीनाच लोकनाटक (ज्ञवाली, २०६८, पृ. १२), भनेको पाइन्छ । थारू समुदायमा यसको प्रस्तुति साजसज्जायुक्त मञ्चमा पात्र अनुकूलको वेशभूषामा सजिएर प्रत्यक्ष संवादमूलक नाट्य शैलीमा गरिन्छ । त्यसैले यस समुदायमा प्रचलित सोरठी नाचलाई लोकनाटकका रूपमा लिनु उपयुक्त हुन्छ । यसरी नाम जे दिए पनि सबैले नाट्यलाई जोड दिएको देखिन्छ जुन थारूको सोरठीसँग मिल्न आउँछ । लोकगीत (थापा, २०६४, पृ. ३८), अभिनेय लोकगाथा (सापकोटा, २०४१, पृ. ८ र शर्मा, २०७४, पृ. ३३६), नृत्यगीत (श्रेष्ठ, २०६३, पृ. ५९),सोरठी वृजभार लोकनाटक (अश्क, २०६१, पृ. १०७), आदि पनि भनिएको पाइन्छ । यिनीहरूले यसको गीति पक्षलाई हेरेर आफ्ना धारणा बनाएको देखिन्छ । मगर, गुरुङ, कुमाल, बोटे लगायतका समुदायमा यसको प्रस्तुति अभिनेयमूलक नृत्यका साथ गरिन्छ, जसमा नाट्य र गाथा दुवै अंश पाइन्छ । त्यसैले नृत्य, गीत, गाथा एवं लोकनाटकका रुपमा लिइएको हो । भोजपुरी भाषी समुदायमा भने यो लोकगाथाका रूपमा प्रचलित छ । यसरी विधा निर्धारणमा विविधता देखिएको छ । त्यसैले लोकनाट्य, लोकनाटक, लोकगाथा, नृत्यनाटक, नाट्यगीत आदि जे भने पनि यसको विधा निर्धारण प्रस्तुति शैलीका आधारमा हुन्छ भन्ने देखिन्छ । सोरठी नाच यसकी मुख्य नायिका सोरठीको वर्णनसँग सम्बन्धित विषय भएको सामग्रीलाई नै भनिन्छ तर कतिपय स्थानमा राम र कृष्ण कथामा आधारित मारूनी वा ठूलोनाचलाई पनि सोरठी नै भन्ने गरेको पाइन्छ । खास सोरठी नाच उक्त स्थानमा लोप हुनु र राम र कृष्ण कथामा आधारित नचरीको शैलीसमेत मारूनी शैली हुनुले यस्तो भनिएको हो भन्ने देखिन्छ । यसरी समग्रमा यस नाचमा हैमती र सोरठीको वर्णन गीत र अभिनयमूलक नृत्यका माध्यमबाट गरिएको हुन्छ, वेशभूषा विशेष प्रकारको हुन्छ र विभिन्न पात्रले अभिनय पनि गर्दछन् भन्ने स्पष्ट हुन्छ ।

सोरठी नाच भिन्न भिन्न समुदायमा प्रचलित रहेकाले समाजिक सांस्कृतिक सन्दर्भ यसमा व्यक्त हुने गर्दछ (चौधुरी, सन् २०२१, पृ. ४५) । संस्कार गर्ने वा मान्ने प्रचलन पनि यसै सांस्कृतिक सन्दर्भसँग जोडिएको हुन्छ । त्यसैले यस अध्ययनमा सामाजिक सांस्कृतिक सन्दर्भ अन्तर्गत पर्ने संस्कारलाई तुलनात्मक अध्ययनको विषय बनाइएको छ । समान वा भिन्न जाति, भाषा, संस्कृति र भूगोलमा प्रचलित लोकसाहित्यिक कृतिका समान विधामा भएका सामाजिक सांस्कृतिक वा कृतिका आन्तरिक सौन्दर्यको पहिचान तुलनात्मक अध्ययनका माध्यमबाट गर्न सकिन्छ (चौधुरी, सन् २०२१, पृ. ४५) । समान वा भिन्न भूगोलका दुई वा सोभन्दा बढी जाति, भाषा र संस्कृतिमा प्रचलित समान विषयवस्तुयुक्त लोकविधाको तुलना गर्ने कार्य पनि यसै अन्तर्गत पर्दछ । यसबाट लोकको सांस्कृतिक विशेषता र तिनको प्रचलन स्थलको भौगोलिक स्थिति, धर्म, रीतिरिवाज, सामाजिक अवस्था आदिको पहिचान गर्नमा भरपूर मद्दत् मिल्दछ (होता, सन् २००८, पृ. ६) । यस्तो अध्ययनबाट कुनै एक भूगोल वा राष्ट्रको साहित्यिक कृतिलाई अर्को कुनै भूगोल वा राष्ट्रको साहित्यिक कृतिसँग तुलना गरी निष्कर्ष निकाल्न सकिन्छ (शर्मा, सन् २०२०, पृ.१११) । यसका लागि विभिन्न सम्प्रदायद्वारा स्थापित तुलनात्मक सैद्धान्तिक मान्यतालाई अवलम्बन गर्नुपर्ने हुन्छ ।

लोकसाहित्यका सन्दर्भमा 'कथाहरू कुनै एक ठाउँबाट अरू ठाउँमा फैलिएका हुन्' (बन्धु, २०५८, पृ. ५९-६१) भन्ने मान्यतालाई आत्मसात गर्दै तुलनात्मक अध्ययनको प्रादुर्भाव भएको देखिन्छ तापनि यस्तो अध्ययनका लागि मुख्यतः अमेरिकी, पेरिस–जर्मन र रुसी सम्प्रदायद्वारा विभिन्न मान्यता अघि सारिएका मान्यता नै बढी स्थापित देखिन्छन् । यीमध्ये रुसी सम्प्रदायले लोकसाहित्यिक कृतिका माध्यमबाट सामाजिक संस्कृतिको अध्ययनमा जोड दिएको पाइन्छ जस अन्तर्गत संस्कारका कुराहरू पनि पर्दछन् । यसरी तुलनाका विभिन्न विधि र पद्धतिका माध्यमबाट भिन्न जाति, भाषा, संस्कृति र भूगोलमा प्रचलित लोकसाहित्यका समान विधामा रहेका सामाजिक सांस्कृतिक कुरामा साम्य र वैषम्यको पत्ता लगाउन सकिन्छ (शर्मा, २०७४, पृ. ६९–७०) भन्ने स्पष्ट हुन आउँछ । यस्तो अध्ययनका लागि विश्लेषणका आधार विश्लेष्य विषय हेरी शोधार्थी आफैले निर्धारण गर्न सक्दछ भन्ने मान्यता पनि भेटिन्छ । एक जाति र भूगोलबाट अर्को जाति र भूगोलमा हस्तान्तरित हुँदा लोकविधामा *आगम, लोप, अनुकूलन, विपर्यय र परिवर्तन* (पराजुली, २०६३ क, पृ. ४८) जस्ता तत्त्व घटित हुन सक्दछन् जसमा अनुकूलन नै मुख्य पर्दछ । त्यसैले प्रस्तुत आलेख तयार पार्ने क्रममा विश्लेष्य आधारका रूपमा *सोरठीमा गर्भाधान संस्कारको अभिव्यक्ति, सुत्केरी स्याहार तथा न्वारान कर्मको अभिव्यक्ति र विवाह संस्कारको अभिव्यक्ति* जस्ता बुँदाहरूलाई लिनु उपयुक्त हुने देखिन्छ । विश्लेषण गर्नुपूर्व अध्ययनीय सोरठी प्रचलित जातिको सामाजिक सांस्कृतिक परिचयसमेत दिई पाठमा संस्कारको अभिव्यक्ति केकसरी भएको छ भन्ने विषय हेरिएको छ ।

४. सोरठी प्रचलित थारू र मगर समुदायको सामाजिक सांस्कृतिक परिचय

प्रस्तुत अध्ययनमा थारू र मगर जातिमा प्रचलित सोरठीमा अभिव्यक्त संस्कारका बारेमा तुलनात्मक अध्ययन गरिएकाले दुवै समुदायको सामाजिक संस्कृतिको सङ्क्षेपमा चर्चा गर्नु सान्दर्भिक देखिन्छ :

४.१ थारू जातिको सामाजिक संस्कृति र सोरठीसँग यसको सम्बन्ध

अध्ययनीय सोरठी नाच प्रचलित लुम्बिनी प्रदेशको रूपन्देही जिल्लामा विभिन्न जातजातिसँगै थारू समुदायको पनि बसोबास रहेको छ । यिनीहरू भारोपेली परिवारको सतम् वर्गको भारत इरानेली शाखा अन्तर्गत नव्य भारतीय आर्य भाषामा पर्ने थारू भाषा बोल्छन् (बन्धु, २०४८, पृ. ११९) जसको प्रयोग अध्ययनीय थारूको सोरठीमा पनि छ । जीविकोपार्जनको मुख्य पेसा कृषि रहेको यस जातिमा आफ्नै परम्परागत संस्कृति, भाषा र रहन सहनको मौलिक विशेषता पाइन्छ (दहित, २०६१, पृ. ४) । यस क्षेत्रमा बसोवास गर्ने थारू समुदाय र अन्य क्षेत्रमा बसोबास गर्ने थारू समुदायका सामाजिक संस्कृतिमा पारिवारिक र सामाजिक जनजीवन, घरका ढाँचा, रीतिरिवाज र परम्परा, संस्कार, भाषा जस्ता कुरामा सामान्यतः समानता नै भेटिन्छ तापनि भौगोलिक

कारण र मधेशी समुदायको प्रभावले गर्दा विविधता पनि भेटिन्छ । त्यसैले यस जातिको भाषा, संस्कृति तथा यस जातिमा प्रचलित लोकसाहित्यका विधामा हिन्दी, मैथिली, भोजपुरी, नेपाली लगायतका भाषाको प्रभाव परेको देख्न पाइन्छ । जनसाङ्ख्यिक दृष्टिले हेर्दा २०७८ सालको जनगणना अनुसार नेपालमा थारू समुदायको जनसङ्ख्या १८०७१२४ (अठार लाख सात हजार एकसय चौबिस/६.२ प्रतिशत) रहेकोमा अध्ययनीय क्षेत्रमध्ये रूपन्देहीमा ६.३ प्रतिशत नवलपरासीमा ९.८ प्रतिशत र कपिलवस्तुमा ११.३ प्रतिशत रहेको छ । यस समुदायका कतिपय सांस्कृतिक प्रचलन हिन्दू परम्परा अनुरूपका छन् भने कतिपय प्रकृति पूजासँग पनि सम्बन्धित देखिन्छन् । रूपन्देही जिल्लामा बसोवास गर्ने थारूमध्ये कतिपय पश्चिमबाट आएकाले पश्चिमा वा पछुवा थारू, कतिपय पूर्वतिरबाट आएकाले यिनलाई पूर्वीया थारू, कतिपयलाई कठरिया थारू र दाङबाट आएकालाई दङ्गोरिया थारू भनेर आन्तरिक भेद पनि पाइन्छ । यी सबै थारू एकै ठाउँमा मिश्रित रूपमा बसोवास गर्छन तापनि यिनका संस्कार र परम्परामा सामान्य अन्तर पनि पाइन्छ । थारू समुदायका संस्कार अन्तर्गत गर्भाधान, जन्मौती, छठीबर्ही (छैँठी), नामकरण (नौ दिनमा), पास्नी (भात खुवाई), कर्णवेध र नथुनी (नाक र कान छेड्नु) पुत बढाइ (विवाह पूर्व व्रतबन्ध जस्तै संस्कार) मगनी (केटाकेटी माग्ने), विवाह (विवाह पनि अन्य जातिको भन्दा थारूको भिन्न तरिकाको रहेको हुन्छ), अन्त्येष्टि आदि प्रचलनमा छन् । समय अनुसार संस्कार सम्पन्न गर्ने तौरतरिकामा पनि परिवर्तन हुँदै आएको देख्न पाइन्छ । यिनीहरूका अभिनेयमूलक वा प्रदर्शनकारी कला भने सामूहिक रहेका छन् जसको प्रस्तुति प्रत्येक थारू बस्तीमा हुन्थ्यो । यस्ता नाचको नेतृत्व केही वर्ष अघिसम्म बडघर वा सिरवारले गर्दथे । हाल आएर यस्तो प्रचलनको अन्त्यसँगै लोकप्रदर्शकारी कलाको पनि लोप हुने अवस्थामा पुगेको देखिन्छ ।

परम्परित वेशभूषाका रूपमा पुरुषले धोती, कुर्ता वा कमिज र इस्टकोट तथा महिलाले टाउको ढाक्नेगरी सारी, कालो वा रातो ब्लाउज र बुढी महिलाले रङ्गीविरङ्गी बनाएर सिलाइएको लेहेङ्गा प्रकारको अधोवस्त्र र त्यस्तै प्रकारको ब्लाउज हातका पाखुरा, घाँटी र खुट्टामा कल्ली, चाँदीका सिक्काबाट बनाइएको विशेष प्रकारको माला पहिरिने चलन थियो जुन आजकल हराइसकेको छ । तर लोकप्रदर्शनकारी कलाको प्रदर्शनका समयमा भने यिनको प्रयोगले अद्यापि निरन्तरता पाइरहेको छ । सामान राख्ने वस्तुका रूपमा ढकिया, छतरी (एक प्रकारको सेखु), माछामार्ने जाली र माछा राख्ने डलिया, भान्साको काममा प्रयोग गरिने काठका भाँडा आदि यिनीहरू आफै बुन्ने र बनाउने गर्दछन् । डिउहार र डहरचन्नी यिनीहरूको कुलपूजा हो । गाउँको छेउमा डिउहार र (काठको तलपट्टी केही मसिनो र टाउको भाग केही चाक्लो गरी बनाई त्यसको बिचमा फलामको किला ठोकेर बनाइएको) डहरचन्नी गाउँबाट निकास हुने वा प्रवेश गर्ने बाटोको बिचमा गाडिएको हुन्थ्यो र विभिन्न जातीय सांस्कृतिक पर्वका अवसरमा त्यसमा पूजा गरिन्थ्यो तर आधुनिक भौतिक विकासका क्रममा त्यस्ता डहर चन्नी भत्काइएकाले कतिपय गाउँमा नाम मात्रका लागि गाउँको एउटा छेउमा स्थापना गरिएको पाइन्छ । थारू जातिले आफ्नो जातीय सांस्कृतिक परम्परा अनुसारका चाडबाड मनाउने क्रममा विभिन्न वेशभूषामा सजिएर वा सामान्य वेशभूषामा पनि विभिन्न नाचनेत्यहरू प्रस्तुत गर्ने प्रचलन रहेको छ । त्यसैमध्ये सोरठी नाचको प्रस्तुति गर्ने कार्य पनि पर्दछ । यो नाच केही समयअघिसम्म लुम्बिनी अञ्चलका धैरैजसो थारू बस्तीमा प्रस्तुति गर्ने परम्परा रहेको भए तापनि हाल आएर लोपोन्मुख अवस्थामा पुगेको देखिन्छ । यसको प्रस्तुति विशेष गरी बडादसैं देखि फागुनसम्ममा कुनै पनि बेला गर्न सकिन्छ । नाचको प्रस्तुति गर्दा विशेष प्रकारको वेशभूषामा सजिएर गरिने भएकाले यस्तो शैलीमा गरिने नाचलाई झुमरानाच (भण्डारी, २०६५, पृ. ६५) भनिने प्रचलन पनि छ । उपर्युक्त सांस्कृतिक प्रचलन र रीतिरिवाजले यस जातिमा प्रचलित प्रदर्शनकारी कलाको विकासमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका छन् भन्न सकिन्छ ।

४.२ मगर जातिको सामाजिक संस्कृति र सोरठीसँग यसको सम्बन्ध

अन्य समुदायका जस्तै मगर समुदायका पनि आफ्नै भाषा, संस्कृति, रीतिरिवाज र परम्पराहरू छन् । केही अपवादबाहेक मगरहरू हिन्दू धार्मिक परम्परामा विश्वास र आस्था राख्ने भएकाले हिन्दू परम्पराअनुसारका संस्कार र चाडपर्व मान्ने गर्दछन् । यिनका संस्कार तथा कतिपय आनुष्ठानिक कार्यको सम्पादनका क्रममा

यसको सङ्केत पाइन्छ । यस समुदायले संस्कार अन्तर्गत जन्म, छैंठी, पुरभडै (भात खुवाइ), छेवर (चूडाकर्म), विवाह (मागी, भागी, चोरी, जबर्जस्ती, प्रेम र जारीमध्ये कुनै पनि प्रकारले), मृत्यु संस्कार आदि पर्दछन् जसको अभिव्यक्ति अध्ययनीय सोरठीमा पनि पाइन्छ । जातीय पर्व अन्तर्गत श्राद्ध, कुलपूजा, मण्डली (बराजु) पूजा, थानीमाइ, भैरव, नाग, झाँक्री, सिकारी, मरी, वायु, मसान आदिका पूजा गर्ने, चण्डी (बुद्ध) पूर्णिमा, गङ्गा दशहरा, साउने सङ्क्रान्ति, जनैपूर्णिमा, तिज, दसैँ, तिहार, पन्ध्र पौष, माघेसङ्क्रान्ति, श्रीपञ्चमी, यौनाट (फागुपूर्णिमा), चैतेदसैँ आदि हिन्दू र बौद्ध धर्मसँग सम्बन्धित चाडपर्वहरू मनाउने गरेको पाइन्छ । उपर्युक्त संस्कार, पर्व र परम्पराको अभिव्यक्ति यसै समुदायमा प्रचलित अध्ययनीय सोरठीमा पनि पाइन्छ ।

मगर समुदायको आफ्नै भाषा भए तापनि कतिपय ठाउँका मगरहरू नेपाली भाषालाई नै आफ्नो घरायसी व्यवहारमा प्रयोग गर्ने र मगर भाषा जान्दै नजान्ने छन् भने कतिपयले घर व्यवहारमा आफ्नो मगर भाषा र सम्पर्क भाषाका रूपमा नेपालीको प्रयोग गर्ने गरेको भेटिन्छ जसलाई यिनीहरू खस कुरा भन्ने गर्दछन् । तर लोकसाहित्यका लोकगीत र प्रबन्धात्मक तथा प्रदर्शनमूलक विधाको प्रस्तुति र पाठमा भने पूर्वी नेपाली भाषिकाको नै प्रयोग भेटिन्छ । मगर समुदायमा यसले अद्यापि निरन्तरता पाउनु यसको अर्को महत्त्वपूर्ण पाटो हो । अध्ययनीय क्षेत्रमा यसको प्रस्तुति कृष्णजन्माष्टमीका दिनदेखि आरम्भ गरी विभिन्न अवसरमा प्रस्तुत गर्दै वैशाख पूर्णिमासम्म निरन्तरता दिने प्रचलन छ । यस्ता नाचहरू सामान्यतः जेठ महिनामा कताकति मात्र प्रस्तुत गरिन्छ भने असारमा मादल बजाउँदा र साउनमा नाच्दा अपशकुन हुन्छ भन्ने विश्वास रही आएको छ । स्थानीय भाषामा यसका मुख्य प्रस्तोतालाई रौरा र उनका सहयोगी (पछुवा टोली) लाई ग्वाए, लय, ताल र भाका अनुसार मारूनीलाई परिचालन गर्नेलाई पुर्सुङ्गे (कहीँकहीँ रौरा नै पुर्सुङ्गेको भूमिकामा रहने गरेको पनि भेटिन्छ), महिलाको वेशभूषामा सजिई गीत र मादलको ताल अनुसार नृत्य गर्नेलाई मारूनी, बिचबिचमा दर्शक/श्रोतालाई विशेष किसिमको क्रियाकलाप गरेर हँसाउनेलाई ढँटुवारे वा जोगी, मादल बजाउनेलाई मादले भन्ने गरिन्छ । मादलेका अतिरिक्त मुजुरा, डम्फु, कहीँकहीँ हार्मोनियम बजाउने अन्य वाद्यवादक पनि हुन्छन् । यिनै विशेषताले मगर समुदायको सोरठीलाई अन्य समुदायको भन्दा भिन्न छ भनेर चिनाउन सफल रहेको छ ।

५. विश्लेषण

सोरठीको रचना सामान्यतः हिन्दू शास्त्र अनुसार कर्मकाण्ड गर्ने बाहुन विरोधी समुदायबाट गरिएको हो भन्ने कुरा दुवै समुदायमा प्रचलित सोरठीका मूलपाठ र अभिनयमा बाहुनप्रति गरिएको व्यङ्ग्यबाट स्पष्ट हुन्छ । यति हुँदाहुँदै पनि संस्कारका बेला बाहुनको उपस्थिति र उसले भने अनुसार कार्य सम्पन्न गर्ने परम्परा छ भन्ने पनि यसको अध्ययनबाट स्पष्ट हुन्छ । यसै सोरठी नाचलाई विश्लेषणको सैद्धान्तिक आधार शीर्षकमा उल्लिखित *सोरठीमा गर्भाधान संस्कारको अभिव्यक्ति, सुत्केरी स्याहार तथा न्वारान कर्मको अभिव्यक्ति र विवाह संस्कारको अभिव्यक्ति* बुँदाका आधारमा निम्न अनुसार विश्लेषण गरिन्छ :

५.१ सोरठीमा गर्भाधान संस्कारको अभिव्यक्ति

हरेक समुदायका मानिसले आफ्नो जन्मदेखि मृत्युसम्म विभिन्न संस्कार गर्ने प्रचलन भेटिन्छ । नेपालमा बसोबास गर्ने थारू र मगर समुदायमा पनि यस्तो प्रचलन छ । यी दुवै समुदायले जन्म संस्कार अन्तर्गत पर्ने गर्भाधान संस्कारलाई विशेष महत्त्व दिई विशेष तरिकाले गर्भवतीको हेरविचार गर्दछन् भन्ने कुरा दुवै सोरठीमा उल्लिखित गीतबाट स्पष्ट हुन्छ । दुवै समुदायका जन्म संस्कारलाई यसरी वर्णन गरिएको छ :

तालिका : क. थारूको सोरठीमा गर्भावस्थाको चित्रण

	मूलपाठ	नेपाली भाषामा अनुवाद
	कौवलादेई रानीक् गर्भावस्था	कौवला देवी रानीको गर्भावस्था

१.	पहिले महीना जब रानी अङ्ग सापत हो, *मसआ मछरिआ* रानी के सोहाइल होना,	पहिलो महिना जब रानी गर्भवती भइन्,रानीलाई *मासु* र *माछा* खान मन लाग्न थाल्यो
२.	दुसरे महीना हो बीते रानी अङ्ग सापत हो, आमे अमवा हो ईमलिया रानी के सोहाइल होना,	गर्भको दोस्रो महिना बित्दा रानीलाई आँप, इमिली आदि अमिलो वस्तु मन पर्न थाल्यो
३.	तीसरे महीना हो बीते रानी अङ्ग सापत हो, अरे *अनदी* के भुजवा रानी के सोहाइल होना,	गर्भको तेस्रो महिना बित्दा रानीलाई *अनदी चामल* को भुजा मन पर्न थाल्यो
४.	चौथे महीना हो बीते रानी अङ्ग सापत हो, अरे *पक्वाट* मटिया रानी के सोहाइल होना,	गर्भको चौथो महिना बित्दा, रानीलाई *चूल्होको* माटो मन पर्न थाल्यो
५.	पाचवाँ महीना हो बीते रानी अङ्ग सापत हो, अरे *सगवा* सेवरवा रानी के सोहाइल होना,	गर्भको पाचौँ महिना बित्दा, रानीलाई *सागपात* मन पर्न थाल्यो
६.	छठवें महीना हो बीते रानी अङ्ग सापत हो, अरे *दहीया* से *दूधवा* रानी के सोहाइल होना,	गर्भको छैठौँ महिना बित्दा, रानीलाई *दही, दूध* आदि मन पर्न थाल्यो
७.	सतवाँ महीना हो बीते रानी अङ्ग सापत हो, अरे *टूटही गोनरिया* रानी के सोहाइल होना,	गर्भको सातौँ महिना बित्दा, रानीलाई अल्छी लागेर *गुन्द्रीमा सुत्न* मात्रै मन पर्न थाल्यो
८.	आठवां महीना हो बीते रानी अङ्ग सापत हो, अरे रानीया के हो वेदना भइला मलिन होना,	गर्भको आठौँ महिना बित्दा, रानीलाई पीडा भएर अनुहार मलीन हुन थाल्यो
९.	नवे महीना हो बीते रानी अङ्ग सापत हो, अरे कौवला देई रानीया *चेरिया* पुकारल होना,	गर्भको नवौँ महिना बित्दा, कौवला देवी नामकी *दासी* लाई बोलाउन पठाए

तालिका : ख. मगरको सोरठीमा गर्भावस्थाको चित्रण

१.	हो हो रैमती रानीज जैसिंग्या राजाको हा य् एकु *पुतर* नाहीँ होवइला
२.	हो हो पुतरको *सोगले* रोवइला राजा हा य् विना पुतर *नाही सोहइला*[३५]
३.	हो हो पुरुवै दिशाको गुरुदय पण्डित हा य् ओखतीज मागन जाऊ
४.	हो हो *लेखै केरे* जरीबुटी हा य् ओखतीज मागन जाऊ
५.	हा य् गुरु दयले *दियाको* हो हो ओखतीज *खावैला*[३५] रानी
६.	हा हा य् *सुख सायाँ हवइला*
७.	हो हो एकै र मास दुवै र महिना *गरिभ* रयो रानीलाई
८.	हो हो दुवै र मास तिनै र महिना गरिभ रयो तुम रानी
९.	हो हो तिनै र मास चारै र महिना गरिभ बातमा रयो रानी
१०.	हो हो चारै र मास पाँचै र महिना *आँमिलिज* रानीलाई *सुहायो*
११.	हो हो पाँचै र मास छवै र महिना *भरस्ट* भयौ तुम रानी
१२.	हो हो छवै र मास सातै र महिना बायाँ कोखीमा चलनै लायो
१३.	हो हो सातै र मास आठै र महिना *समयान पुग्यो* रानी
१४.	हो हो आठै र मास नवै र महिना पिर कस्ट प लागैला
१५.	हो हो नवै र मास दसै र महिना जनमन लायो रानीलाई
१६.	हो हो दसै र मास माघको महिना *बेटियाज* जनम्यो रानीलाई

थारू र मगर जातिमा प्रचलित तालिका क र ख मा उल्लिखित उपर्युक्त पंक्तिहरूमा महिलाको गर्भावस्थाको चित्रण गरिएको छ । गर्भावस्थाको पहिलो महिनादेखि नै गर्भ बसेको लक्षण देखिने र पहिलोदेखि नवौं महिनासम्म महिलामा आउने परिवर्तन र खानपानका चाहना एवं गर्भको बच्चाले गर्भमा गर्ने कार्यकलापका बारेमा समान रूपमा वर्णन गरिएको छ । यसबाट दुवै समुदायमा प्रचलित सोरठीको स्रोत एकै हो र थारूको सोरठीबाट प्रभाव ग्रहण गरी मगर समुदायमा रचना तथा प्रस्तुतिको आरम्भ भएको हो भन्ने देखिन आउँछ ।

५.२ सुत्केरी स्याहार तथा न्वारान कर्मको अभिव्यक्ति

थारू र मगर दुवै समुदायमा सुत्केरीको स्याहार गर्ने र न्वारान संस्कार गर्ने प्रचलन छ । यस्तो प्रचलन आआफ्नो जातीय परम्परा अनुसार गर्ने गरिन्छ । यस्तो संस्कार सम्पन्न गर्दा यिनै समुदायमा पनि ठाउँ अनुसार विभिन्न विधि अपनाइएको पाइन्छ तापनि समग्रमा हिन्दू परम्परालाई नै अनुशरण गरेको देखिन्छ । भिन्न भिन्न भाषा र शैलीमा रचना गरिएको सोरठीको प्रस्तुति गर्दा यस्ता संस्कारका बारेमा पनि उल्लेख पाइन्छ र यी कार्यलाई अभिनयका साथ देखाइन्छ । दुवै सोरठीका पाठमा यस संस्कारका बारेमा यसरी वर्णन गरिएको छ :

तालिका : ग. थारूको सोरठीमा सुत्केरी स्याहार तथा न्वारान कर्मको अभिव्यक्ति

	सोरठीक् जनमउती	सोरठीको जन्म
१.	अरे *पसवा* ते खेले राजा गान्द्रफ *वेला* हो *वृक्षा तरेना,*	गान्द्रफ राजा (हेवतीका पति) *वेलको वुटामुनि, पासा/ जुवा*) खेल्दै थिए
२.	तोरे धानी वेदना वेहाल काहेके राजा पासा खेले होना,	तिम्री पत्नी (रानी) वेथाले वेहाल छिन् तिमी यहाँ पासा खेल्दै छौ
३.	अरि हो *धाई* चढेला गज उपर कहो रे रानी कुसल होना,	*तुरुन्त* हात्तीमा चढेर रानीका सामु पुगे अनि रानीको हालचाल सोधे
४.	हरे कीआ तोरे *जडाजुडी* आइल वहींआ *पीराइल* होना	तिमीलाई *ज्वरो* आयो कि शरीर *दुखेको* छ
५.	अरे कीआ तोरे *वथवा कपार* कौन दु:ख रोअल होना,	कि *टाउको* दुखेर हो कि किन छट्पटिएकी
६.	अरे नहीं मोर *जडाजुडी* आइल वहिआ पिराइल होना,	मलाई *ज्वरो* आउने र टाउको दुख्ने वा हात दुख्ने केही पनि भएको छैन
७.	मारेला *पजडियामे* हालीसे खोज हो राजा *धगडीन* हो,	भित्रभित्रै करङ समेत दुख्ने गरी *कोखो* दुखेको छ, *सुँडेनी* बोलाऊ
८.	अरे घोडवाते साजे राजा गान्द्रफ हथीया महावत होना,	घोडामा गान्द्रफ राजा र हात्तीमा माहुते चढेर हिँडे
९.	अरे उँची सहरीपुर पाटन *वेतीया के छाजन* होना,	पाटन भन्ने उचो सहर छ जहाँ *वेतले छाएको* घर छ
१०.	राजा *दुआरे असोगवा के पेड* तवने घर धगडीन होना,	हे राजा *घरको अगाडि अशोक*को *वृक्ष* छ त्यही घर सुँडेनीको हो
११.	केना मोरे टाटी *खुरकावल निनिया* जगावल होना,	कसले मेरो घरको टाँटी (खर घाइघुरान आदिबाट वनाइएको दिवाल) *खोस्रेर* मेरो *निँद* बिगारिदिँदै छ

१२.	अरी हो कवने दहीजराके पुतवा *डेवडीया* हमरे *ठाडी भइला,*	अरे कुन दहीजराको पुत्र (गाली शब्द) मेरो *ढोका* अगाडि *खडा छौ*
१३.	हम ही ते टाटी खुरकावली ते निनिंया जगावली होना,	मैले नै तिम्रो टाँटी खोस्रेर निद बिगारिदिएको हुँ
१४.	अरी हो हम होइला राजा के सीपाहीते धगडीन बोलावे अइली हो ।	राजाले आफै म राजाको सिपाही हुँ, राजाले सुँडेनी बोलाउन पठाएर आएको हुँ
१५.	हाँ हा रे तोरे *धानी* हाथवाके साँकर हे, मुहवाँ के फुहरा बहुते,	तिम्री *पत्नी* कन्जुस र मुखमा जे आयो त्यही बोल्ने खाले छिन्
१६.	अरे तोरे धानी *गर्भल* हम नहीं जाइब हो,	तिम्री पत्नी *घमण्डी* भएकीले म जान्न
१७.	हाँ हा रे जो मोर पुत्र *जलमी* हें तो अनधन सोनवाँ दान देवों,	यदि मेरो छोरा *जन्म्यो* भने प्रशस्त सुन लगायतका वस्तु तिमीलाई दान दिनेछु
१८.	अरे पुत्री जलमी हे तो नथ पहीराइब हो,	यदि छोरी जन्मी भने नथ पहिराइ दिनेछु
१९.	अरे हाँ हरे *लुगडी* खोजत राजा लुगडी ना पावे,	(बच्चालाई स्याहार्नका लागि) राजाले *कपडा* खोज्दा पनि पाएनन्
२०.	अरे पाई गइला दखीने के *चीर* हो राजा,	दख्खिनतिर जाँदा राम्रो *कपडा* पाए
२१.	अरे हाँ हरे हाँसुली खोजत राजा हाँसुली ना पावे,	राजाले हँसिया खोज्दा त्यो पनि पाएनन्
२२.	अरे पाई गइला सोन के कटार हो राजा ॥	राजाले पछि सुनको कटारी पाए
२३.	सावन सकल सतमी, ता दीन सोरठी के जनम भये,	साउनको सप्तमीका दिनमा सोरठीको जन्म भयो
२४.	जादीन सोरठी के जनम भये नग्र सभै *अजरोर*	जुन दिनमा सोरठीको जन्म भयो त्यस दिन पुरै नगर *अन्धकारमुक्त* थियो
२५.	हरे वजे लागे अनना वधाई होना,	वधाइका लागि विभिन्न बाजाहरू वज्दै थिए
२६.	हरे *हथीया लूटावल* राजा वोही *हाथीसरवा* होना	राजाले *हात्ती दान गर्दै हात्तीसारबाट छोडिदिए*
२७.	हरे घोडवा हो लूटावे वोही घोडा सारी होना,	घोडा दान दिए र तबेलाबाट घोडा फुकाइदिए
२८.	हरे सोनवा से *रूपवा* हो राजा सब कुछ दाना हो *दीहला,*	सुन, *चाँदी* लगायत सम्पूर्ण वस्तुसमेत दान *दिए*
२९.	हरे अउरो हो दीहला हीरालाल मोती होना,	त्यस वाहेक हीरा र मोती पनि दान दिए
३०.	हरे धनसार बस हो राजा सब कुछ दाना हो दीहला,	धन सम्पत्ति सर्वस्व दान गरे
३१.	हरे अउरो हो दीहला आधा राजा होना	आधा राज्य पनि सुम्पिदिए
	सोरठीक् भाग विचार	**सोरठीको भाग्य विचार**
३२.	हरे पण्डित रेखा *विचारी देखे* रूप अनूपा से मुरझी गीरे हे, हरे दोदश वर्षा अगवाँ जाने औरो दोदश वर्षा पछवाँ जाने है,	पण्डितले (बालिकाको) *भाग्य रेखा हेरे जस्तो गरेर* आफ्नो अनुहार अमिलो पार्छ । ऊ दशवर्ष अघि र पछिको कुरा जान्न सक्ने व्यक्ति हो

३३.	जानतु है *ईतो* वेद पुराना तो गीता कविताको अधिकारो,	ऊ त वेद, पुराण, गीतालगायत सम्पूर्ण शास्त्रको जानकार छ ।
३४.	हरे जो करिना रहि हें रघमाही तो पण्डित के *पण्डिताइना लागे,*	यी बालिका रहिन् भने मेरो *पण्डिताइ पेसा नै हराउँछ* भनेर तर्सिन्छ
३५.	अरे पण्डित अपने मनमे रचना रचलीना	पण्डितले मनमनमा एउटा जुक्ति निकाल्छ
३६.	जाई के राजा से हाला कहे तो राजा सुनो एक वात हमारो,	उसले राजासँग बालिकाको भविष्यबारे बताउँदै हे राजा मेरो कुरा सुन
३७.	हरे कन्या के रेखा विचारी देखो तव कन्या तुम्हारा कुलछण भये है,	कन्याको भाग्य हेर्दा तिम्री कन्या कुलच्छिनकी छिन् ।
३८.	हरे जो कन्या रहिहें घर माही तो राजा मरे धन फौज मरे छै *छीमला छीमल* मीट जईहें	यदि कन्या घरमा बसिन् भने राजा, धनसम्पत्ति, फौज र इष्टमित्र सबैको *एकएक गरी* सत्यानाश हुनेछ ।

तालिका : घ. मगरको सोरठीमा सुत्केरी स्याहार तथा न्वारान कर्मको अभिव्यक्ति

१.	हो हो *सोढ्याँनी*लाई बोलाई ल्याव् हा हा सोढ्याँनीलाई बोलाई ल्याव्
२.	हो हो *गावँमा* के रे *कटवाले* हा य् सोढ्यानीलाई बोलाई ल्याऊ
३.	हो हो पुरुवै दिशाको जसिलो सोढ्यानी हा य् बोलाई ल्याऊ कटवाले
४.	हो हो याउमा याऊ जसिलो सोढ्यानी हा य् राजै घर बोलायो
५.	हो हो राजै घर वेटिया जनम्यो हा य् सोइ कामले बोलायो
६.	हो हो राजै घर बालकु वेटा हो कि वेटिया हा हा जान्न म त कटवाले
७.	हो हो *ठेँगियाज* टेकीमा टेकी हिँद हामरे सोढ्यानी
८.	हो हो आइमा पुग्यो जसिलो सोढ्यानी हा य् वैठ हो मा रे खटिया
९.	हे हे सुनैलसे *सेंगिया* रूपैलसे *डाँडिया* हे हे *धागीयाले* बाँधीमा बाँधी *बालखु*को नाल *कटावो*
१०.	हे हे सुनैलसे *झारिया* गंगाजल पानी ल्यावो हे हातइ लेऊ बालखु पानीले नुवावो
११.	हे हे बालखुलाई नुवाई धुवाई घिवै तेलको *मरिदान*
१२.	हे हे सोढ्यानीको काखमा राखी बालखुलाई दुद चुसाऊ
१३.	हे हे भारै भारा लागैला जसिलो सोढ्यानी
१४.	हे हे गोरु *भैले* जोतनि भैँसी भैले दुहानी हे हे रोजी लेऊ जसिलो सोढ्यानी हो राजा रानीको माल
१५.	हे हे जैसिंग्या राजाको विछ्याउना पालङ्गी र खटिया
१६.	हे हे रोजी ल्याऊ सोढ्यानी एकु माल दियाको
१७.	हे हे रैमती रानीको विछ्याउना हो सतरङ्गे गुँदरी
१८.	हे हे जैसिंग्या राजाको विछ्याउना सिरानी हो सुनै रूप गेंडिया
१९.	हा हा रोजी ल्याऊ सोढ्यानी एकु माल दियाको
२०.	हे हे रैमती रानीको विछ्याउना सिरानी हो सुनै रूप गेंडिया
२१.	हा हा रोजी ल्याऊ सोढ्यानी ये एकु माल दियाको
२२.	हे हे तुम त राजै धरमको चेला हे जै जगनाथकी ठाकुर

	पण्डितद्वारा राजकुमारी सोरठीको न्वारन र उनी मूल परेको भन्ने जानकारी
१५९	हो हो गावैंमा केरे कटुवाले हा हा पन्नितलाई बोलाई ल्याऊ
१६०	हो हो आऊमा आऊ पियास पन्नित हा हा राजै घर बोलायो
१६२	हो हो के हो र काम के हो र हुकुम हे हे कउनै कामले बोलायौ
१६४	हो हो राजै घर बेटिया जनम्यो हा य् सोही कामले बोलायौं
१६७	हे आइमा पुग्यो पियास पन्नित हा य् बैठ हो मारे खटिया हा य् गुँदरीमा थरिया
१६९	हो हो थालै भरि अच्छिता दिम्ला हो *गुनालो* हेरि देऊ पन्नित
१७०	हो हो तलै हेरौं *धुलौत* हा य् माथि हेरौं पोस्तक
१७१	हे हे हो हो पुस्तकज बाँचीमा बाँची आफै पन्नित मलीन
१७३	हा य् पुस्तकज हेरिमा हेरी हे आफै पन्नित *रोवइला*
१७५	हा य् *जइस नाज देखल* हो *तइस नाज* कहल
१७६	हो हो *तोरे बेटी सातइ मूल* पऱ्यो हो सातइ मूल *पानीज* भरिलै
१७७	हा य् हो मूलइ शान्ति प गर
१७८	हो हो कि र खाला बाबु आमा कि र खाला धन
१७९	हे धन नाहीं खावइला हा य् *खावइला* बाबु आमा
१८०	हा खावइला धनही *सिंह दुवार*

थारू र मगर जातिमा प्रचलित सोरठीका उपर्युक्त पाठमा सुत्केरी भएपछि स्याहार्न सुँढेनीलाई बोलाइएको वर्णन पाइन्छ । परम्परा अनुसार थारू समुदायमा लोग्नेले नै सबै काम गर्नुपर्ने भएकाले सुँढेनी खोज्न राजा आफै गएका छन् र विभिन्न बाचा कबुल गरेर ल्याएका छन् भने मगरको सोरठीमा सुँढेनी बोलाउन कटुवाललाई पठाइएको छ । यसरी दुवै सोरठीमा सुत्केरी स्याहार्नका लागि सुँढेनीको प्रयोग गरिएको देखिन्छ । यसैगरी दुवै सोरठीमा सुँढेनीले रानीलाई कन्जुसको आरोप लगाई जान अस्वीकार गरेकी छन् भने दुवैमा राजाले सुढेनीलाई प्रशस्त धन सम्पत्ति दिने बाचा गरेका छन् र दिएर खुसी बनाएका पनि छन् । यसैगरी दुवै सोरठीमा न्वारान गर्न बाहुनलाई बोलाइएको छ बाहुनले न्वारानकर्म सम्पन्न गरेका छन् । दुवै सोरठीमा पण्डित लोभिएर सोरठीलाई अलच्छिनकी भएकाले नदीमा बगाइदिन सुझाव दिएका छन् । यसरी हेर्दा बाहुन विरोधी रचनाकारले यसको रचना गरी जाति, भाषा, संस्कृति र भूगोल अनुसार अनुकून हुँदै सर्दै आएको हो भन्ने देखिन्छ । यस आधारबाट मूल सोरठी थारूको रहेको र त्यसैबाट मगर समुदायमा आगम भएको हो भन्ने स्पष्ट हुन आउँछ । यसरी हेर्दा जन्म संस्कारलाई दुवै समुदायले विशेष महत्त्व दिन्छन् र सुत्केरीको स्याहार सुसार गर्ने गराउने गर्दछन् भन्ने स्पष्ट हुन्छ ।

५.३ विवाह संस्कारको अभिव्यक्ति

थारू र मगर दुवै समुदायमा मागी र भागी दुवै प्रकारले विवाह गर्ने प्रचलन छ । मागी विवाह गर्दा दुवै समुदायमा हिन्दू संस्कार अनुसार गर्ने प्रचलन छ । यस्तो कार्यमा आआफ्नो जातीय परम्पराको प्रभाव पनि आंशिक रूपमा परेको देखिन्छ । मगर समुदायमा भने भागी विवाह हुँदा ढोगभेट फुकाउने र त्यसबेला विवाह संस्कार अनुसार नै गर्ने प्रचलन भेटिन्छ । तर थारू समुदायमा भागी विवाह भएको भए यस्तो प्रक्रिया अपनाएको भेटिँदैन । यसरी समग्रमा दुवै समदायमा हिन्दू परम्परालाई नै अनुशरण गरेको देखिन्छ । भिन्न भिन्न भाषा र शैलीमा रचना गरिएको सोरठीको प्रस्तुति गर्दा यस्ता संस्कारका बारेमा पनि उल्लेख पाइन्छ र यी कार्यलाई अभिनयका साथ देखाइन्छ । दुवै सोरठीका पाठमा विवाह संस्कारका बारेमा यसरी वर्णन गरिएको छ :

तालिका : ङ. थारूको सोरठीमा विवाह संस्कारको अभिव्यक्ति

	मूलपाठ	**नेपाली भाषामा अनुवाद**
	बृजभार वियाहेक रौरमलद्वारा नेवतन	**रौरमल मामाले बृजभारको विवाह गर्नका लागि निम्तो बाँड्ने तयारी**
१.	अरे हाँ हाँ रे हाँकरहू *वारी* हो हाथेले *सोपारी,*	*नाउ* (जात विशेष) लाई बोलाए अनि हे नाउ *सुपारी* लिएर
२.	अरे देशवा मे नेवता घुमइवा हो बारी	देशदेशमा विहेको निम्तो बाँड्न जाऊ
३.	पुरुवे में नेवतो हे *आसन* देशवा हे,	पूर्वमा *सूर्य उदाउने* देशलाई
४.	अरे हो दखीने सात समुन्द्र एक से एक बने ।	दख्खिनमा ठूलो समुन्द्रलाई
५.	अरे पछीवेमें नेवतो हे देवीजी के थानवा हे,	पश्चिममा देवीको थानलाई
६.	अरे उत्तरे मे हरीक् बीलास एक से एक बने ।	उत्तरमा हरिले विलास गरेको ठाउँ हिमाललाई
७.	अरे सोरगेमे नेवतो हे इन्द्र ही राजावा हे,	स्वर्गमा इन्द्र राजालाई
८.	अरे पाताले बासदेवा नाग एकसे एक बने ।	पातालमा वासुकी नागलाई एकएक गरी
९.	अरे *डीहा* चढी नेवतो हे डिहि डीउहारवा हे,	गाउँको *डिउहार*
१०.	अरे गउँवा चढी ब्रह्म मसान एक से एक बने ।	गाउँका ब्रह्म (एक प्रकारको मसान) लाई
११.	अरे इसराल बीसराल नेवतो मै तोही हे,	बाँकी विर्सिएका छुटपुट जतिलाई
१२.	अरे डहर डहर चन्नी माई एक से एक बने ।	गाउँकी डहर चन्नीलाई
१३.	अरे *गजुवा* नेवतो घरे अईवा हो बारी	हे नाउ *लोकन्तो* जानेलाई पनि निम्तो बाँडेर आऊ
	सोरठी के माटी छूआन गीत	**सोरठीले माटो छुने गीत**
१४.	अरे आवाआवा व्यास मूनी पण्डित तुहीं *जग ठानहू* रे,	हे व्यासमुनि पण्डित *जग्गे बनाउन* आउनुस्
१५.	अरी हो मटीया आनी रे सूहेलर पियरी माटी ऊतीम रे ।	पहेंलो माटो अति उत्तम हुन्छ त्यही ल्याऊ
१६.	अरी हो सेमर अती रे सूहेलर सेखूआ बडा ऊतीम रे ।	सीमल देख्नमा राम्रो भए पनि त्यो भन्दा सालको काठ उत्तम हुन्छ
१७.	अरे अतरी कचरी न पतवा और पात महूँवान रे,	सबै पात ठिकै हुन्छ महुवाको पात पनि ठिकै हुन्छ
१८.	अरी हो पुरइन आटी रे सुहेलर बेल बडा ऊतीम रे ।	अनि कमलको पात राम्रो देखिए तापनि सबभन्दा राम्रो बेलको पात हुन्छ
१९.	अरी हो भरुहा अती रे सुहेलर कूस बडा ऊतीम रे	भरुवा लगायत सबै खर भए पनि सब भन्दा राम्रो कुशको खर नै हुन्छ
	माडो गडना	**विवाह मण्डप सजाउनु**

२०.	आरहल बनवाँ के *कोराइल* रे,	वनमा प्रशस्त *खर* पलाएको थियो
२१.	अरे *वनरे बीरीनवा* के *वासते* माडवे छवाइल ।	*वनको* त्यही *खर काटेर* ल्याई विवाह मण्डप छाये
२२.	चीत्रकोट कारे मटीया हो रे,	चित्रकूटवाट पहेंलो माटो ल्याए
२३.	अरे खूँट खूँट वेदीया पटावे ते चौखुट वेदीया ।	माटो पिसेर वेदीको चारै कुनामा राखिदिए
२४.	सूरही *गईया* के गोवरा हो रे	सुरही जातको *गाईको* गोवर ल्याई
२५.	अरे खूँटखूँट वेदीया लीपावे चौखूट वेदीया	माटो र गोवरले मण्डपको चारै कुना लिपियो
२६.	चनन चौका *पूरावल* रे,	मण्डपमा चन्दनको *रेखी* हालियो
२७.	अरे उपरा गूलधान धरावे धान उपर *सालन* ।	त्यसपछि गुल जातको धान र त्यसमाथि *सेली धानकोचामल* पनि राखियो
२८.	अरे सोनकर कलशा रूपन कर कराई,	सुनको कलश र चाँदीको कराही ल्याई
२९.	सरसो के तेल जरावे रूपन कर बाती ।	सरस्यूँको तेल र कपासको बात्ती बालियो
३०.	अरे पाँच सखीया मीली जूली कलशा हूरे,	पाँच सखी मिलेर कलश लिन गए
३१.	अरे कलशा उठावन लागे ते वेदीया धरावे	र ल्याएर मण्डपमा राखे
३२.	लानहू सतरंग गोनरीया हूरे,	सतरङ्गी गुन्द्री ल्याऊ र सबैलाई बसाल
	बुकवा लगैना	**बुकुवा लगाउने**
३३.	हारे पहीले *बुकौवा हरदी* लागल हरदी बुकौवा लागेना,	पहिला *बुकुवा* र *बेसार* लगाए
३४.	अरे मडवे बइठे सोरठी देई हरदी बुकौवा लागेना ।	बेसार र बुकुवा लगाएर सोरठी देवी मण्डपमा बसेकी छन्
३५.	अरे दुसरे बुकौवा हरदी लागल हरदी बुकौवा लागेना,	दोस्रो पटक बुकुवा र बेसार लगाए
३६.	अरे तीसरे बुकौवा हरदी लागल हरदी बुकौवा लागेना,	तेस्रो पटक बुकुवा र बेसार लगाए
३७.	अरे चौथे बुकौवा हरदी लागल हरदी बुकौवा लागेना,	चौथो पटक बुकुवा र बेसार लगाए
३८.	अरे पँचवे बुकौवा हरदी लागल हरदी बुकौवा लागेना,	पाँचौं पटक बुकुवा र बेसार लगाए
	सोरठी के नहूआना	**सोरठीको न्वाइध्वाइ**
३९.	अरे आलीयासे मैलीया उपटन मइला छोडावल होना,	सोरठीलाई मिचीमिची मैला छुट्नेगरी नुहाइदिए
४०.	अरी हो रंगी बिरंगी ते साडी सोरठी पहीनावल होना	सोरठीलाई रङ्गीविरङ्गी सारी पहिराइदिए
४१.	अरे हो घरघर घुमलिन नाउनीयाँ ते *नेहछु* जनावल होना,	घरघर डुलेर नाउनीले *दस्तुर* दिन गाउँलेलाई बोलाई

४२.	अरे केहू ते दीहला कउडीया पैसा रूपैया ना हो,	कसैले कौडी पैसा र कसैले रुपियाँ दिए
४३.	अरी हो केहू ते रतना पदारथ थाल भरी *सुपवा* ना हो ।	कसैले थालभरि र कसैले *नाङ्लो* भरि रत्न आदि पदार्थ दिए
४४.	अरे नउवा ते झगडे नउनीयाँ नेहछू थोडे भइला हो,	नाउनीले नुहाइ दस्तुर थोरै भयो भनेर नाउसँग झगडा गर्छिन्
४५.	अरी हो सोरठी व्याही घर जाइहें देब हम घोडवा होना ।	सोरठीको विहे भएर घर गएपछि म तिमीलाई घोडा दिनेछु
४६.	अरे जतीया के होलु *भरीनीया* ते भइलू नाउनीया ना हो,	तिमी जातले भरिनिया (*तल्लो जातकी*) भए पनि नाउसँग विहे गरेर नाउनी भएकी हौ
४७.	अरी हो धन्य तोरे *भागे* नाउनीया ते सोरठीक चरन छूवे हो	धन्य तिम्रो *भाग्यले* सोरठीको पाउ छुन पायौ
	बरात सजैना	**जन्तीको साजसज्जा**
४८.	अरे हाँ हरे डफ बाजे आउरो महूरंगा,	डफ्फा र बहुरंगा बजाये
४९.	अरे बाँसूडी बहुते बीरंगनि बोले ।	बाँसुरी पनि बज्यो र विभिन्न स्वर निस्क्यो
५०.	अरे हाँ हरे बजला नगारा *आवर* सहनाई,	नगरा र सहनाइ पनि बज्यो
५१.	अरे *सींहा तुरुहीन* के धूनधकार ।	सिंहा र तुरही (*मृगको सिंगबाट बनाइएको बजाउने बाजा*)ले धुमधमाका मच्चियो
५२.	अरे हाँ हरे ढोल मीरदङ्ग शंख सहनाई,	ढोल, मृदङ्ग, शङ्ख र सहनाइ पनि बजे
५३.	अरे झाल मजीरान के झंझाकार ।	झाल र मुजुराको झंझाकार सुनियो
५४.	अरे हाँ हरे बाजना बाजे चले है *बराठे,*	बाजा बजाउँदै *जन्ती* हिँड्यो
५५.	कोई ऊँट साजे कोई हाथी साजे कोई साजी चले घोडा चौरंगी ।	कोही ऊँट, कोही हात्ती र कोही विभिन्न रङ्गका घोडामा चढेर हिँडे
५६.	कोई डोली साजे कोई *मीयान* साजे कोई साजी चले सुन्द्र पालकी ।	कोही डोलीमा, कोही *पालकी*मा र कोही उच्च कोटीको पालकीमा चढेर हिँडे
५७.	बराती चले बहू फौज चले, दुलहातो चले है मीयान	पालकीमा दुलाहा र धेरै जन्तीको फौज भएर हिँडे
५८.	अरे मोर खेड धूरीन उधीयाए	पूरा जमातले धूलो उडाउँदै हिँडेका छन्
	बरात बैठाना (लय परिवर्तन)	
५९.	अरे लाला रे *घुरवे* ही चढीचढी *चीतवे भोजाइतीन*	लालाबालादेखि लिएर *पाकी बुढी मान्छे* समेत हेर्नका लागि *तन्किराखेका* छन्
६०.	अरे कती दल आवे बरीयात संखी साजना ।	जन्ती जम्मा कति आएका छन् भनेर हेर्छिन्
६१.	अरे लाला रे*कई*लाख आवेला उँटवा से घोडवा,	कति लाख ऊँट र घोडा अनि
६२.	अरे कई लाख हाथीनी लाहास संखी साजना ।	कतिलाख हात्ती आएका छन्
६३.	अरे लाला रे कईलाख आवेला डोलीया से डाँडीया ।	कतिलाख डोली र डाँडी आएका छन्

६४.	अरे कई लाख पैदल बरात संखी साजना ।	पैदल जन्ती कति लाख छन् आदि भनेर सोध्छन्
६५.	अरे लाला रे एक लाख आवेला उँटवा से घोडवा,	एकलाख ऊँट र घोडा
६६.	अरे दुई लाख हाथीनी लहास संखी साजना ।	दुईलाख हात्ती
६७.	अरे तिनलाख आवेला हो डोलिया से डाँडिया	तिनलाख डोली र डाँडी
६८.	अरे नौलाख पैदल बरात संखी साजना ।	नौलाख पैदल जन्ती छन्
६९.	अरे लाला रे जाई बरात बगीयावा मे उतरे,	जन्ती गएर बगानमा उत्रे
७०.	अरे कौने बहाना दुलहा देखब दुलहा देखन चली	के बहाना बनाएर दुलाहालाई हेर्न जाम भनी भोजाइतिनले जुक्ति निकाल्छिन्
७१.	अरे लाला रे *मथवे* लीहल दधी मेटूकी,	*शिरमा* दहीको मटुको लिएर
७२.	अरे *गोवलीनी* बहाना दुलहा देखब दुलहा देखज चली,	*ग्वालिनीको* बहाना बनाएर दुलाहा हेर्न भनेर गइन्
७३.	अरे लाला रे जाई बरात *दूवारे* मे उतरे,	अब जन्ती *ढोकामा* पुगे
७४.	अरे होला दुवारवा के *चार* संखी साजना	ढोकामा पुगेपछि *स्वयम्वर* गर्न थाल्छन्
	दुवार पूजा (लय परिवर्तन)	**द्वार पूजा गर्दा महिलाले गाउने गीत**
७५.	हमते बोलइली दुलहा खाडी दूपहरीयारे,	मैले दुलाहालाई दिउँसै बोलाएकी थिएँ
७६.	कहँवाँ लगईला येतना देर अब मोरे बाबा रे	यतिका बेर कहाँ बिताउनु भयो
७७.	कई लाख आवेला उँटवा से घोडवा रे,	कतिलाख ऊँट र घोडा आए
७८.	कई लाख आवे बरीयात आब मोरे बाबा रे	कतिलाख जन्ती आएका छन्
७९.	एक लाख आवेला उँटवा से घोडवा रे,	एकलाख उँट र घोडा आएका छन्
८०.	दुई लाख आवे बरीयात आब मोरे बाबा रे	दुईलाख जन्ती आएका छन्
८१.	येतना बचना सूने बेटी के बाबा रे,	दुलहीका बाबुले यति कुरा सुनेपछि
८२.	हानी लीहला बाजडा केवडीया अब मोरे बाबा रे ।	ढोकाको सिट्किनी वा गजबार लगाएर भित्र बसे
८३.	खूलू खूलू बाबा रे बाजडा केवडीया रे,	ए बाबा ढोका खोल्नुहोस्
८४.	हँसीहे सहरीया के लोग आब मोरे बाबा रे ।	त्यस्तो गर्दा यस सहरका सबै हाँस्नेछन्
८५.	केन मोरे बेटी के साजन *सवाँरी* हें रे,	कसले मेरी छोरीको जन्ती *स्याहार्छ*
८६.	केना रीन्ही हैं *जग* भात आब मोरे बाबा रे ।	कसले *विवाह यज्ञ* को खाना बनाउँछ
८७.	भैया भतीज मीली साजना सवाँरी हे रे,	भाइ भतिजा मिलेर सबै स्याहार्छन्
८८.	भौजी रीन्ही हे जग भात आब मोरे बाबा रे	भाउजुहरूले विवाह यज्ञका लागि खाना बनाउँछन्

तालिका : च. मगरको सोरठीमा विवाह संस्कारको अभिव्यक्ति

जैसिंग्ये राजाले अर्को विवाह गर्न भनेर केटी हेर्न जानका लागि साइत जुराइदिन पण्डितसँग आग्रह (विलम्बित लय)	
१.	हो हो वरु हेरन जानलाई हा य् सुदिन हेरि देऊ पँडित
२.	हो हो पुरुवै दिशा गमन चल्यो हा य् आइतबार मङ्गलबार
३.	हो हो पच्छिमै दिशा गमन चल्यो हा य् सोमबार शनिबार
४.	हो हो उत्तर दिशा गमन चल्यो हा य् गुरुबार शुकरबार
५.	हो हो दखिन दिशा गमन चल्यो हा य् बुध शनि सोमबार
	जैसिंग्ये राजालाई कुमालेको घरमा सोरठी कन्या माग्न जान आग्रह
६.	हो हो वरु हेरन जाउन राजै हो वरु हेरन जाऊ
७.	हो हो पुरुवै दिशा जाऊन राजै हा य् सेवाली राजाको दरीवार
८.	हो हो पच्छिमै दिशा जाऊन राजै हा य् मधने राजाको दरीवार
९.	हो हो उत्तरी दिशा जाऊन राजै हा य् जुमला राजाको दरीवार
१०.	हो हो दखिन दिशा जाऊन राजै हा य् कुमाले राजाको दरीवार
११.	हा कुमालको घरमा हे जैसिंग्या राजा पाहुना यायो
१२.	हो हो साँझको वेला पाहुना आयो हा य् *भितर*को गुँदरी बाहिर निकाल
१३.	हो हो भितरको गुँदरी बाहिर बिछाऊ हा य् बैठ रहला पाउना
१४.	हो पाउनाको निवै पारी हा य् वरु हेरन आयौ रा जै
१५.	हो कुमालेको चेलीबेटी हा य् जैसिंग्या राजा हेरन आयो
१६.	हो कुमालेको चेलीबेटी हा य् कुमालेलाई नरि सुहाई हे जैसिंग्ये राजालाई सोहैला
१७.	हो देऊमा छोरी राजालाई हे नदिया छोरी कुमाले *नेलै* लगाऊ
१८.	हो दियाँमा छोरी राजालाई जैसिंग्या राजालाई सोहैला
१९.	हा सोरती रानीको रूपै र देखी हा य् मेरो मन सन्तोक
	राजाको जन्ती प्रस्थान
२०.	हो हो वाजा र तोपको सोलगै गरी हा य वाजा र तोपको सोलगै गरी हे चली गयो बरियाँथ
२१.	हो हो अघिमा चल्यो दरसनी हा य अघिमा चल्यो दरसनी हे पछि चल्यो कलस्यानी
२२.	हो हो आइमा पुग्यो लोग र पन्च हा य आइमा पुग्यो लोग र पन्च हे जैसिंग्या राजाको बरियाँथ
२३.	हो हो जैसिंग्या राजालाई माझमा राखी जनतीलाई परिसाऊ
२४.	हो हो सेली धानको चामल माली गाईको दहीया हे जैसिंग्या राजालाई टीका लगाऊ
२५.	हो हो *गनीता* लेउ लोग, गनीता लेउ, हो हो जनती लोगको गनीता लेउ
२६.	हो हो कती लाख *आवैला* हात्ती र घोडा हो हो कती लाख आवैला वरीयाँथ
२७.	हो हो एकै लाख आवैला हात्ती र घोडा हो हो नवै लाख आवैला वरीयाँथ
२८.	हो हो कहाँ बैठला हात्ती र घोडा हो हो कहाँ बैठला जनती लोग
२९.	हो हो पोखरीको नीर तीर हात्ती र घोडा हो हो कामलीमा वैठला जनती लोग
३०.	हो हो के के ले बाँधैला हात्ती र घोडालाई हो हो के के ले बाँधैला जनती लोगलाइ
३१.	हो हो सिकरीले बाँधैला हात्ती र घोडालाई हो हो वचनले बाँधैला जनती लोगलाई
३२.	हो हो के र खावैला हात्ती र घोडाले हो हो के र खावैला जनती लोगले
	सोरठीलाई विवाह गर्न जैसिंग्ये राजाको जन्ती प्रस्थान
३३.	हो हो गावैंमा केरे कटवाले लोगै रो पन्च बोलाई ल्याव्

३४.	हो हो आउमा आऊ दरसनी हे जैसिंग्या राजाको बरियाँथ
३५.	हो हो आउमा आऊ कलस्यानी हे जैसिंग्या राजाको बरियाँथ
३६.	हो हो आउमा आऊ डाँडीओर राजै जैसिंग्या राजाको बरियाँथ
३७.	हो हो बाजा र तोपको सोलगै गरी हा य् चली गयो बरियाँथ
३८.	हो हो अघिमा चल्यो दरसनी हा य् पछि चल्यो कलस्यानी
३९.	हो हो आइमा पुग्यो लोग र पन्च हा य् जैसिंग्या राजाको बरियाँथ
४०.	हो हो जैसिंग्या राजालाई माझमा राखी जनतीलाई परिसाऊ
४१.	हो हो सेली धानको चामल माली गाईको दहीया, हे जैसिंग्या राजालाई टीका लगाऊ
४२.	हो चौंरी गाईको गोबरै लेऊ हा य् *लिपलासी बर्माण*
४३.	हो *चितरी मिरगु*को छाला बिछाऊ बैठ रहला बर्माण
४४.	हो पढलासी बर्माण कहलासी पँडित हा य् विवाहज सुनैला

उपर्युक्त पाठको अध्ययनबाट विवाह संस्कार अन्तर्गत थारू र मगर दुवैका सोरठीमा हिन्दू सांस्कारिक परम्परको प्रभाव परेको देखिएको छ । यति हुँदा हुदै पनि विवाह पूर्व केटी हेर्ने प्रक्रिया, दुवै पक्षले चित्त बुझाउनु पर्ने अवस्था, थारूमा निम्तोका लागि चौकिदार वा हकारीको प्रयोग र मगरमा कटुवालको प्रयोग, बाजागाजासहित दुलाहा डोलीमा चढेर जानु, कलश देखाउनु, थारूको विवाहमा आफ्नै जातीय परम्पराका वाद्यवादन बजाउनु र मगरको विवाहमा नेपाली परम्परा अनुसारका वाद्यवादन गर्नु, विवाह मण्डप तयार गर्नु, राम्री कन्या देखेपछि जातपातको वास्ता नगर्नु र आफ्नो स्वार्थका लागि जसरी भए पनि कन्या मागेर विवाह गर्न तम्सिनु, एउटी श्रीमती हुँदाहुँदै अर्की श्रीमती ल्याउन खोज्नु जस्ता अभिव्यक्ति दुवै समुदायका सोरठीमा विवाह संस्कारका रूपमा वर्णित देखिन्छन् । यसैगरी हात्ती, घोडा र पैदल सवार गरी लाखौं सङ्ख्यामा जन्ती जानु, जन्तीको व्यवस्थापनमा समस्या पर्नु, धेरै जन्ती ल्याएकोमा कन्याका बाबु रिसाउनु, कन्या पक्षले जसोतसो जन्तीको व्यवस्थापन गर्नु, पण्डितद्वारा यज्ञ निर्माण र विधिविधान पुऱ्याएर कन्याको जल प्रक्रिया गर्नु, मण्डपको सातफेरो घुमाएर विवाह गराउनु र सिन्दूर राख्नु जस्ता कार्य समान रूपमा आएको देखिन्छ । दुलहीका लागि गहना जातीय परम्परा अनुसारका रहेका छन् । थारूको सोरठीमा नाउनीले दुलहीलाई न्वाइध्वाइ गराई बुकुवा घसिदिएको उल्लेख पाइन्छ भने मगरको सोरठीमा यस्ता कुराको वर्णन पाइँदैन । विवाह कार्यक्रम सम्पन्न भएपछि छोरीलाई घरमा निर्वाह गर्नुपर्ने शिष्टाचारका विषयमा माइती पक्षले सम्झाउने, दुलहीका बाबु आमा रुने तथा सखीहरूले बिदाइ गर्ने कुराको वर्णन पनि दुवै सोरठीमा पाइन्छ । यसरी समग्रमा दुवै सोरठीमा विवाह संस्कारका बारेमा वर्णन पाइन्छ जुन हिन्दू धार्मिक प्रभाव र आआफ्नो जातीय संस्कृतिको प्रभाव समेत समान रूपमा आएको छ भन्ने स्पष्ट हुन्छ ।

६. निष्कर्ष

प्रस्तुत अध्ययनबाट थारू र मगर जातिमा भिन्न भिन्न प्रस्तुतिशैलीका सोरठी नाच प्रचलित रहेको देखिएको छ । थारूको सोरठी नाट्य विधा हो भने मगरको सोरठी नृत्य विधा हो । नृत्य र नाट्य समानार्थी शब्दका रुपमा प्रयोग हुने भएकाले र दुवैमा अभिनय तथा नृत्यको प्रयोग हुने भएकाले यसलाई नृत्यनाट्य विधा भन्नु उपयुक्त हुने देखिन्छ । दुवै समुदायमा प्रचलित सोरठीका मुख्य विषयवस्तु समान देखिन्छन् तापनि जातीय संस्कृतिको प्रकटीकरणले गर्दा थारूबाट मगर समुदायमा आइपुग्दा सांस्कृतिक अनुकूलन गरी पहाडिया भूगोल र मगर संस्कृतिको अनुकूलन गरिएको देखिएको छ । यी दुवै सोरठीका कथामा जातिगत संस्कारको अभिव्यक्ति पाइएको छ जसमा गर्भाधान, सुत्केरी स्याहारसहित न्वारान कर्म, विवाह कर्म मुख्य पर्दछन् भन्ने पनि यस अध्ययनबाट स्पष्ट भएको छ । थारूको सोरठी मगरको सोरठीको तुलनामा बृहत् आकारको भएकाले बहुनायकत्व, विवाहको सूक्ष्म वर्णन आदि पाइएको छ भने मगर समुदायको सोरठीमा संक्षेपीकृत र एकल

नायक भेटिन्छ । यसैगरी थारूको सोरठीमा भएको मुख्य नायक बृजभारलाई परिवर्तन गरी नेपाली संस्कृति र तत्कालीन बाइसे चौबिसे राज्यकालीन राजारजौटामध्येका एकजनालाई नायक बनाएको पाइन्छ । दुवै सोरठीमा हैमती रानी र सोरठी रानी नायिकाका रुपमा आएको भए पनि थारूको सोरठीमा यी दुवै सौतासौताका रुपमा वर्णित छन् भने मगरको सोरठीमा आमा छोरीका रुपमा वर्णित देखिन्छन् । दुवै सोरठीमा जन्ती हात्ती र घोडा तथा पैदल गरी अत्यधिक गएका भन्ने वर्णन पाइन्छ । यसरी दुवै समुदायमा प्रचलित संस्कारका कुरालाई कतिपय समान तरिकाले र कतिपय घटनामा जातीय र भौगोलिक कारण अनुकूलन गरी भिन्न प्रकारको बनाइएको छ भन्ने स्पष्ट भएको छ । यति हुँदाहुँदै पनि संस्कारका बेला गर्भाधानपछिको दश महिनाको प्रतीक्षा, सुत्केरी स्याहार, न्वारान कर्म, विवाह आदि घटनामा पण्डित, यज्ञमण्डप निर्माण, भाग्यरेखा विचार, कन्यालाई नदीमा बगाइनु, आफ्नै छोरी हो भन्ने थाहा नपाई विवाह गर्न जानु आदि जस्ता घटना वर्णनमा साम्य पाइन्छ भन्ने स्पष्ट भएको छ ।

सन्दर्भ सामग्री

अधिकारी, इन्द्रविलास (२०६६), *तुलनात्मक साहित्य संक्षिप्त परिचय.* ललितपुर : साझा प्रकाशन ।

अश्क, गोपाल (२०६१), *भोजपुरी लोकनाटक.* काठमाडौं : नेपाल राजकीय प्रज्ञा–प्रतिष्ठान ।

चौगुले, चारुदत्ता (सन् २००८), केवट तथा मल्लाहों के लोकगीत. भ. ह. राजूरकर र राजमल बोरा (सम्पा.). *तुलनात्मक अध्ययन भारतीय भाषाएँ और साहित्य.* दोस्रो संस्क. नयी दिल्ली : वाणी प्रकाशन । पृ. १३६–१४३

चौधुरी, इन्द्रनाथ (सन् २०२१) *भारतीय तुलनात्मक साहित्य आधुनिक युग, उत्तर आधुनिक युग, नयी आधुनिकता.* नयी दिल्ली : वाणी प्रकाशन ।

ज्ञवाली, तुल्सीराम (२०६८) *गुल्मी जिल्लामा प्रचलित मारूनी लोक नाटकको अध्ययन.* अप्र. स्नातकोत्तर शोधपत्र. काठमाडौं : त्रि. वि. मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र सङ्काय, नेपाली केन्द्रीय विभाग ।

थापा, दिन बहादुर (२०६४), *धवलागिरिका लोकगीतको पहिचान : झाम्रेगीत.* वाग्लुङ : दीअ प्रकाशन, रत्न श्रेष्ठ पुरस्कार गुठी ।

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

दहित, गोपाल (२०६१), *थारू संस्कृतिको संक्षिप्त परिचय.* ललितपुर : आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान ।

पोखरेल, बालकृष्ण (२०४०), (निर्दे.). *नेपाली बृहत् शब्दकोश.* काठमाडौं : नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

पराजुली, कृष्ण प्रसाद (२०५७), *नेपाली लोकगीतको आलोक.* काठमाडौं : वीणा प्रकाशन.।

पराजुली, मोतीलाल (२०६३), *नेपालमा प्रचलित नृत्य र नृत्यनाटिकाहरू.* ललितपुर : साझा प्रकाशन-ख ।

बन्धु, चूडामणि (२०५८) *नेपाली लोकसाहित्य.* काठमाडौं : एकता प्रकाशन ।

भण्डारी, झविलाल (२०६५) "कपिलवस्तुको पश्चिमोत्तर क्षेत्रका थारू जातिमा प्रचलित मयुर, झुमरा नाच र केही लोकनृत्यहरूको सङ्कलन वर्गीकरण विश्लेषण". स्नातकोत्तर अप्र. शोधपत्र. त्रि. वि. त्रिभुवन बहुमुखी क्याम्पस, पाल्पा ।

शर्मा, मनोरमा (सन् २००४), तुलनात्मक अध्ययन : स्वरूप (२) भ. ह. राजूरकर र राजमल बोरा (सम्पा.). *तुलनात्मक अध्ययन.* नयी दिल्ली : वाणी प्रकाशन । पृ. ३२–४१

शर्मा, मुकुन्द (२०७४), *पाल्पा जिल्लामा प्रचलित लोकगाथाको तुलना.* अप्र. विद्यावारिधि शोधप्रबन्ध. काठमाडौं : त्रि.वि. मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र सङ्काय, डिनको कार्यालय ।

शर्मा, मुकुन्द (२०८०), *तुलनात्मक अध्ययनका आधारहरू सिद्धान्त र प्रयोग.* काठमाडौं : लोकवार्ता परिषद नेपाल ।

शर्मा, मोहनराज र खगेन्द्र प्रसाद लुइटेल (२०६३), *लोकवार्ताविज्ञान र लोकसाहित्य.* काठमाडौं : विद्यार्थी पुस्तक भण्डार ।

शर्मा, मेदिनी प्रसाद (२०६४), *थारू जाति एक अध्ययन.* दोस्रो संस्क. लालितपुर : साझा प्रकाशन ।

शाह, सुवि. सोरठी नाच (२०६४), गोविन्द आचार्य (सम्पा.). *लोकसंस्कृति.* वर्ष २. अङ्क २. पूर्णाङ्क ३.। पृ. ८-२२

श्रेष्ठ, सारिका (२०६३), *नवलपरासी जिल्लामा प्रचलित नेपाली लोकगीतको अध्ययन र विश्लेषण.* अप्र. स्नातकोत्तर शोधपत्र. काठमाडौं : त्रि.वि. मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र सङ्काय, नेपाली केन्द्रीय विभाग ।

सापकोटा, होमनाथ (२०७०) *गुल्मी–बागलुङ क्षेत्रमा प्रचलित नेपाली लोकगाथाको विश्लेषण.* अप्र. विद्यावारिधि शोधप्रबन्ध. काठमाडौं: त्रि.वि. मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र सङ्काय, डिनको कार्यालय ।

रिहार धामको सांस्कृतिक पक्ष

डा. गोविन्द आचार्य
दाङ

लेखसार

लुम्बिनी प्रदेशमा बुद्ध जन्मस्थल लुम्बिनी, व्याकरणविद् पाणिनि जन्मस्थल, प्रभु तपस्थल स्वर्गद्वारी, अत्रि-पुरुरवा तपस्थल ऐरावती क्षेत्र, बाह्रभाइ बराहरूको निवासस्थान जलजला र सिद्धरत्ननाथको सिद्धस्थल सिद्धरत्ननाथ मठ आदि महत्वपूर्ण स्थानहरू छन्।यिनै गौरवमय स्थलहरूमध्ये 'रिहार धाम' पनि सांस्कृतिक गरिमाले प्रज्ज्वलित स्थल हो। यसको प्राचीन नाम बाँगड बेलहरी थियो। अवधी भाषी यादव जातिमा प्रचलित कन्हाइ गाथामा वर्णित कथाले यो स्थल उत्तर द्वापरकालीन हो भन्ने देखाउँछ। यस स्थलको स्थापना श्रीकृष्णका नौलाख गाई चराउँदै आइपुगेका यदुवंशी रसोलीले गरेको बुझिन्छ। यस स्थललाई प्रख्यात बनाउने कार्य रसोलीका भान्जा परशु, पत्नी सौंरी र बरदगोरीले गरेका छन्। हाल रिहार धाममा बगारबाबा मन्दिर, बराह मन्दिर, शिव मन्दिर, झाँक्रीथान, भैने परशु मन्दिर, मामी सौंरी मन्दिर र तप्तकुण्ड आदि संरचना छन्। यहाँ यस स्थलको प्राचीनता प्रस्तुत गर्ने अनेक जनश्रुतिहरू पाइन्छन्। यस स्थलसँग यादव र थारू जातिको प्रत्यक्ष सम्बन्ध रहेको देखिन्छ। यस स्थलमा वर्षभरि अनेक धार्मिक अनुष्ठानहरू गरिन्छन् र माघे सक्रान्तिको अवसरमा ठूलो मेला लाग्छ। पन्ध्र दिन जति लाग्ने यस मेलामा नेपाल र भारतका (उत्तर प्रदेश) दुईलाख बढी भक्तजनहरू उपस्थित हुन्छन्।

शब्दकुञ्जी: डँगौरा, यादव, ऐरावती, रेहरा, बगार .

पृष्ठभूमि

लुम्बिनी प्रदेश सांस्कृतिक सम्पदाहरूको दृष्टिले सम्पन्न छ। यो प्रदेशमा भौगोलिक र सांस्कृतिक विविधताको सुन्दर समन्वय भेटिन्छ। समुन्द्र सतहदेखि ९१ मिटर उचाइमा रहेको नवलपरासी पश्चिमदेखि ६००० मिटर उचाइमा रहेको रुकुमका सिस्ने-पुथा हिमालका भौगोलिक विविधताले जस्तै अठार-बाह्र मगरातको मगर संस्कृति, डँगौरा, कठरिया, डेशौंन्या तथा पूर्वीया थारू समुदाय र अवधी भाषीका मौलिक संस्कृतिका विविधताले लुम्बिनी प्रदेश सुशोभित छ। एक-अर्काको संस्कृतिप्रति समभाव राखु यहाँको सांस्कृतिक समन्वयको सुन्दर पक्ष हो। यस प्रदेशमा एकातर्फ जातीय संस्कृतिको भण्डार छ, अर्को तर्फ प्राचीनकालदेखि आफ्नो सांस्कृतिक गरिमाले गौरवान्वित ऐतिहासिक धरोहरहरू रहेका छन्। गौतम बुद्धको शान्ति सन्देश गुञ्जने लुम्बिनीको शान्ति वन होस् वा पाणिनिको प्राज्ञिकताले प्रज्ज्वलित पाणिनि क्षेत्र होस्, महाप्रभुको तपस्थल स्वर्गद्वारी होस् या बाह्रभाइ बराहको क्रिडास्थल जलजला होस्, यी सबैले लुम्बिनी प्रदेशको सांस्कृतिक इमारतलाई ठड्याएका छन्। यिनै गरिमामय धरोहरहरूका बिचमा रहेको प्राचीन सांस्कृतिक धरोहर हो 'रिहार धाम'। यस आलेखमा लमही नगरपालिका वडा नं. ९ रिहारमा अवस्थित रिहार धामको सांस्कृतिक पक्षका विषयमा जानकारी दिने योजना रहेको छ।

१. अध्ययनको उद्देश्य

हाम्रा गाउँवस्ती, वनजङ्गल तथा लेक एवं देउरालीहरूमा कुनै न कुनै सांस्कृतिक सम्पदाहरू रहेका छन्। खोज अनुसन्धानको अभावमा तिनको महत्व प्रकाशमा आउन सकेको छैन। कयौं अमूर्त सम्पदा लोप भइसकेका छन् भने कयौं सम्पदा लोपोन्मुख अवस्थामा पुगेका छन्। 'रिहार धाम' प्राचीनकालीन सांस्कृतिक गतिविधिको केन्द्र भएर पनि सैद्धान्तिक अध्ययन-अनुसन्धान नहुँदा यसको यथार्थ पक्ष प्रकाशित हुन नसकेको र समयअनुसार प्रचारप्रसार तथा विकास नभएको स्थल हो। प्रस्तुत **रिहार धामको सांस्कृतिक पक्ष** शीर्षकको आलेखमा निम्न अनुसार उद्देश्य रहेका छन्।

क) रिहार धामको वर्तमान अवस्था प्रस्तुत गर्नु।
ख) रिहार धामको सांस्कृतिक मूल्य प्रकाशमा ल्याउनु।

२. रिहार धामको नामकरण

पौराणिक कालमा यस स्थलको नाम बाँगड बेलहरी रहेको र त्यतिबेला यो स्थल गुलजार पुरका रूपमा विकसित रहेको बुझिन्छ। पछि यो स्थल रिहारको नामबाट प्रख्यात भयो। 'रिहार' नामकरणको सन्दर्भमा दुई किसिमका तर्क प्रस्तुत भएका छन्। एकथरिले 'ऋषि' र 'विहार' कालान्तरमा रिहार भनिनथाल्यो भन्छन्। अर्का थरिले 'रेरा' शब्द अपभ्रंश भएर 'रिहार' भयो भन्ने धारणा राख्छन्। दुवैका तर्क बलिया छन्।

योगी नरहरिनाथले यस स्थलमा महान् तपस्वीहरूले तपस्या गरेकाले तपस्थलका रूपमा पहिले 'ऋषिविहार' भनिने र पछि ऋषविहारलाई 'रिहार' भन्न थालिएको विचार राख्छन् (शर्मा अधिकारी, २०५५:पृ ४)। यस विचारलाई पुष्ट गर्न मत्स्यमहापुराणको एकसय सोह्रवँदेखि एकसय अठारवाँ अध्यायसम्म वर्णित ऐरावती नदीको वर्णन एवं अत्रि आश्रमको वर्णन अध्ययन गर्नु आवश्यक छ। रिहार धाम ऐरावती नदीको उत्तरी तटमा अवस्थित छ। मत्स्यमहापुराणमा "पुण्यमयी दिव्य नदी ऐरावती हिमालय पर्वतबाट निस्कन्छ र यो सदा इन्द्रद्वारा सेवित तथा चारैतिर ऐरावतको जलले अभिषित भई इन्द्रधनुष समान सुशोभित छ" भनिएको छ। मत्स्यमहापुराणमै यस नदीको तटमा तपस्वी राजा पुरुरवा र महर्षि अत्रिको पुण्यमय आश्रम रहको उल्लेख गरिएको छ।

ऐरावती नदीको प्राचीन नाम अचिरावती हो र अहिरावती पनि भन्दछन्। रोल्पाको भूभागबाट निस्केर झरेको माडी र प्यूठानको भूभागबाट निस्केर झरेको झिमरुक (धर्मावती) नदीहरू प्युठानको भूभागमा मिसिएर सङ्गम बनाउँछन्। त्यस सङ्गम स्थलमा एउटा ऐरावत आकारको विशाल ढुङ्गा थियो। त्यसैले त्यस ऐरावत आकारको शिलाको आधारमा सङ्गम पछि नदीलाई ऐरावती भन्न थालियो भन्ने जनश्रुति छ (आचार्य, २०७३, पृ ६७)। सो 'ऐरावती' शब्द क्रमशः 'ऐ' हट्दै गएर 'रावती' र 'रापती' बनेको ठानिन्छ। अहिले पनि माडी नदी र झिमरुक नदीको सङ्गम स्थल वरपर नदीलाइ ऐरावती भन्छन् भने त्यसदेखि दक्षिणी भागमा रापती भन्छन्।

रिहार क्षेत्रमा नुनिलो पानी पाइन्छ। यो हिउँदमा सतहमा जमेको सेतो धुलो अवस्थामा देखिन्छ। यसलाइ स्थानीयहरूले 'रेहरा' वा 'रेरा' भन्छन्। अवधी भाषीहरूले 'रेरा' भएको ठाउँलाई 'रेरार' भन्छन् (यादव, २०७०, पृ१२९)। सो 'रेरार' शब्द नै पछि 'रिहार' भयो। धेरैले यही 'रेरा' वा 'रेहरा' शब्दबाटै यस स्थलको नाम रिहार भएको ठान्छन्। रिहारको नामकरणको सन्दर्भमा आएका दुई प्रकारका विचारमा प्रस्तुत तर्कहरू केलाउँदा 'रेरा'

वा 'रेहरा' शब्दबाट 'रिहार' नामकरण भएको भन्ने निष्कर्षमा पुग्न सहज हुन्छ। किनकि 'ऋषिविहार' भन्दा 'रेरा' स्थानीयबासीहरूको लागि सुगम शब्द छ।

यो स्थल अहिले बगारबाबा धार्मिक क्षेत्रको नामले चिनिन्छ। 'बगार' शब्द 'बराह' शब्दकै लौकिक रूप हो। थारू जातिको 'बराघ' शब्द 'बराह' भन्दा पुरानो हो। 'बराघ' शब्दको 'घ' वर्ण 'ह' वर्णमा बदलिएर 'बराह' शब्द बनेको हो। पोखरेल माधव प्रसाद (व्यक्तिगत कुराकानी २०८२/१/२०)बाट प्राप्त जानकारी अनुसार संस्कृतको 'बराह' भन्दा लोकमा प्रचलित 'बगार' शब्द पुरानो मानिन्छ । यस स्थलसँग प्रत्यक्ष सम्बन्धित देखिने स्थानीय थारू र यादव जातिहरूले आफ्नो पशुधनको संरक्षणको कामना गरी बगार धाममा पूजा आराधना गर्छन्। यस स्थलको नामकरणको सन्दर्भमा थारू जातिको 'बराघ' र यादव जातिले प्रयोग गर्ने संस्कृतको 'बराह' शब्दको मिलनविन्दु 'बगार' शब्द बन्नु र बगारकै नामबाट प्रख्यात हुनु महत्त्वपूर्ण विषय हो। यसबाट नामकरणको सन्दर्भमा आउने स्थानवाचक शब्द 'रिहार' र देवताको नामवाचक शब्द 'बगार' दुवै शब्दको निर्माणमा गहिरो सांस्कृतिक पृष्ठभूमि छ भन्ने बुझिन्छ।

३. वर्तमान अवस्था

रिहारधाम प्राचीनकालको सांस्कृतिक महत्त्वको स्थल हो। द्वापरकालीन मानिने यो स्थल पहिले विकसित अवस्थामा रहेको जनश्रुतिबाट सूचना पाइन्छ। तर पछि यो स्थलमा निर्जन जङ्गलको बिचमा प्राचीनकालका मधुरा पदचिन्हहरू मात्र शेष रहेका थिए। पछि यस स्थलको विषयमा जानकारी प्रकाशित हुँदै जाँदा क्रमशः तदनुसार संरचनाहरू निर्माण र सांस्कृतिक अनुष्ठान सम्पादन हुनथालेको बुझिन्छ। यहाँ यस स्थलको वर्तमान अवस्था बारे जानकारी दिन रिहार धाममा रहेका मुख्य संरचना तथा प्राकृतिक सम्पदाहरूको विषयमा जानकारी दिइएको छ।

३.१ अवस्थिति

यो धाम लमही नगरपालिका वडा नं ९ रिहारमा रहेको छ। यो स्थल उत्तरमा रहेको चुरे पहाडको फेदीमा जङ्गलको बिचमा अविस्थत छ। लमही बजारदेखि २१ किलोमिटर पश्चिम महेन्द्र राजमार्गको किनारमा रहेको रिहार धाम करिव २५ बिगाह क्षेत्रफलमा फैलिएको छ (श्रेष्ठ २०८१, पृ १३३-१३४)। यस स्थलको पूर्वी भागमा रिहार खोला तथा असानी गाउँ, पश्चिममा हर्दुवा-तेलिया गाउँ, उत्तरमा अम्लिबास-हिले पहाड, दक्षिणमा रापती (ऐरावती) नदी रहेका छन्। यस स्थलमा जल र जङ्गलको सुन्दर सङ्गम छ। यो प्राकृतिक दृष्टिले पनि मनोहारी स्थलको रूपमा प्रख्यात छ।

३.२ संरचनागत सम्पदा

यस स्थलमा हाल धेरै प्रकारका संरचनाहरू निर्माण भएका छन्। तीमध्ये बगारबाबा मन्दिर, बराह मन्दिर, झाँक्री थान, शिव मन्दिर, भैने परशु (भान्जा परशु) मन्दिर, मामी सौंरी (माइजू सौंरी) मन्दिर, तप्त कुण्ड, भौंरी र घिउको सुगन्ध आउन माटो महत्त्वपूर्ण छन्।

क) बगारबाबा मन्दिर

यो यस धामको सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण सम्पदा हो। यो मन्दिर राजमार्गदेखि दक्षिणतर्फ रहेको छ। यो अनेक प्रकारका वृक्षहरूको बिचमा अवस्थित छ। मन्दिर परिसरमा मामा रसोली, भान्जा परशु, वरदगोरी आदि प्राचीन पात्रहरूले अनेकन धार्मिक अनुष्ठानहरू गरेका थिए भन्ने लोकविश्वास छ। मन्दिर परिसरमा बगारबाबाको भौंरीको रूपमा एउटा गोलो शीला छ।

ख) बराह मन्दिर

यो मन्दिर तप्त कुण्डको नजिकै रहेको छ। बाह्रभाइ बराहमध्ये एकभाइ बराह यहाँ रहेको जनश्रुतिअनुसार यस स्थानमा सन्तानविहीनहरूले सन्तानको वरदान मागेमा मनोकामना पूर्ण हुन्छ भन्ने विश्वास छ। यस मन्दिर परिसरमा शिशुहरूको मुण्डन संस्कार गर्ने प्रचलन छ। पहिले गुम्बज शैलीमा निर्मित यो मन्दिर पछि तले शैलीमा निर्माण गरिएको छ।

ग) शिव मन्दिर

यो शिखर शैलीमा निर्मित रिहार धामको महत्त्वपूर्ण सम्पदा हो। यो मन्दिर १ फिट अग्लो आधार पेटीमाथि निर्मित छ। मन्दिरको पूर्व र दक्षिणतर्फ प्रवेशद्वार छन् भने गर्भगृहमा शिवलिङ्ग स्थापना गरिएको छ। मन्दिरको शिखर भागमा अनेक बुट्टाहरू बनाइएको छ भने शीर्ष भागमा सुनौलो गजुर राखिएको छ।

घ) झाँक्रीथान

यो सम्पदा तप्तकुण्डदेखि उत्तरतर्फ स्थापना गरिएको छ। झाँक्रीथान मानिस तथा पशुधन आदिको रक्षाको लागि स्थापना भएको हो। यो वनझाँक्रीको (भैरव) स्थान हो। देवीको सेनापतिको रूपमा पुराणमा वर्णित भैरवको वहान कुकुर हो। यस थानमा कुखुराको बली र रक्सी चढाउने प्रचलन छ (शर्मा अधिकारी,२०५५:पृ ७)।

ङ) भैंने परशु (भान्जा परशु) मन्दिर

परशुलाई समस्त यादव समाजले भान्जाका रूपमा पूजा गर्दछ। यो मन्दिर राजमार्गदेखि पश्चिम-दक्षिणतर्फ रहेको छ। यो चारकुने आकारमा निर्मित छ। यस मन्दिरभित्र बाह्रहात लम्बाइ भएको मामा रसोलीको शिलाको प्रतिमा सुतेको अवस्थामा स्थापित छ भने छेउँमा भान्जा परशुको शिलाको प्रतिमा पनि सुतेकै अवस्थामा स्थापित छ। कलीयुग आउन लागेको सङ्केत मिलेपछि श्रीकृष्णका नौलाख गाईसहित भान्जा परशु शिलाको रूपमा परिणत भएका थिए भन्ने जनश्रुति छ।

च) मामी सौंरी (माइजू सौंरी) मन्दिर

मामी सौंरीको स्थान हालको शिव मन्दिरदेखि पश्चिमतर्फ रहेको ठानिन्छ तर कसैले तप्तकुण्ड नजिक रहेको बेल वृक्षनेर हो भन्छन्। हाल माइजू सौंरीको प्रतिमा भान्जा परशु मन्दिरको नजिकै स्थापना

गरिएको छ। हातमा मधानी र नेती, काखीमा दहीको भाँडो र टाउकोमा दूधले भरिएको हाँडी बोकेकी यौवन रूप नै मामी सौंरीको पहिचान हो। यस मन्दिरमा मामी सौंरीको उभिएको प्रतिमा स्थापित छ।

छ) तप्त कुण्ड

तप्तकुण्ड यस स्थलको प्राचीन सम्पदा हो। शिव मन्दिरदेखि उत्तरभागमा तप्तकुण्ड रहेको छ। यस कुण्डको उत्पत्तिको सन्दर्भमा मामी सौंरी र शिव सम्बन्धी मिथक छ। सौंरीको स्नान सुविधाको लागि शिवाशिष स्वरूप यो कुण्ड बनेको बुझिन्छ। यस कुण्डमा स्नान गर्न जान सिँढीको व्यवस्था छ। यसमा स्नान गर्नाले पुण्य प्राप्त हुनुका साथै चर्म रोगको उपचार हुन्छ भनिन्छ। कुण्डभित्र सन् १९३५ देखिका इष्टइण्डिया कम्पनी अङ्कित तामाको सिक्का पाइनुले यस कुण्डमा स्नान गर्ने प्रचलन पुरानो रहेको बुझिन्छ।

ज) बगारबाबाको भौंरी

बगारबाबा मन्दिर परिसरमा एउटा करीब ६० देखि ७० किलोग्राम तौल रहेको गोलो प्रस्तर छ। यसलाई भौंरी भन्छन्। भौंरी भनेको अवधी समुदायमा गहुँको पिठोबाट आगोको भुङ्ग्रोमा सेकेर पकाइने डल्लेरोटी हो। भौंरी शिलाका रूपमा रहनुको पृष्ठभूमिमा जनश्रुतिहरू पाइन्छन्। यो भौंरी बोकेर बगार मन्दिर परिक्रमा गर्न सकेमा पुण्य मिल्ने लोकविश्वास छ।

झ) घिउको सुगन्ध आउने माटो

तेलिया गाउँमा जाने बाटोको उत्तरतिर एउटा माटोको ढिस्को छ। यस ठाउँको माटोमा घिउको सुगन्ध आउँछ। यस सन्दर्भमा जनश्रुति अनुसार यस स्थानमा श्रीकृष्णका नौलाख गाईहरूको दूधबाट बनाएको घिउ राख्ने भण्डार थियो। कुनै घटनाले घिउको भण्डार गरिएका भाँडा फुटेको हुँदा घिउ जमीनमा पोखियो। त्यसपछि त्यहाँको माटोमा घिउको सुगन्ध आएको हो भन्ने लोकविश्वास छ। भक्तजनहरूले यहाँको माटो प्रसादको रूपमा लग्ने प्रचलन छ।

यिनका अतिरिक्त जमीनबाट निस्कने रेरा, तेलिया गाउँ आदि रिहार धामका सांस्कृतिक सम्पदाका रूपमा महत्वपूर्ण छन्।

४. प्राचीनता तथा ऐतिहासिकता

रिहार धामको प्राचीनता प्रस्तुत गर्ने प्रामाणिक लिखित दस्तावेज उपलब्ध हुँदैन। यस स्थलको उत्खनन् गर्दा धातुका सिक्का, पुराना हतियार आदि पुरातात्त्विक वस्तुहरू प्राप्त भएका थिए। यसबाट यो स्थल धेरै अघिदेखि नै प्रख्यात रहँदै आएको थियो भन्ने बुझिन्छ (यादव, २०७० : पृ१३०)। रिहार धामको प्रचीनता प्रस्तुत गर्ने मुख्य स्रोत अवधी भाषी समुदायमा मौखिक परम्परामा जीवित लोकगाथा 'कन्हाइ' (कनाइ) नै हो। यसले रिहार धामको प्राचीनतालाई द्वापर युगसम्म पुऱ्याउँछ। साथै यस स्रोतले देउखुरी क्षेत्रमा बसोबास गर्दै आएका यादव लगायत तेली, नाउ, धोबी, मल्लाह, बनिया, बन्जारा, गँडरिया आदि अवधी भाषी अनेक जातिहरूको यस क्षेत्रमा आगमन कहिले भयो भन्ने तर्फ पनि सङ्केत गर्दछ। अतः रिहार धामको प्राचीनता बारे जानकारी लिन 'कन्हाइ' गाथा र अन्य जनश्रुतिहरूमा उपलब्ध हुने निम्नानुसार प्रसङ्ग सान्दर्भिक छन्।

४.१ रिहार धामको स्थापना सन्दर्भ र प्राचीनता सम्बन्धी जनश्रुति

रिहार धाम प्राचीन स्थल हो भन्ने कुरा यहाँको स्थानीयबासीहरूको मौखिक साहित्यका रूपमा प्रचलित कन्हाइ गाथाले धेरै प्रकाश पार्दछ। यसका साथै थारू जातिसँग सम्बन्धित जनश्रुति र पुरातात्विक अध्ययनबाट प्राप्त सामग्रीहरू पनि रिहार धामको प्राचीनता तथा ऐतिहासिकता प्रस्तुत गर्ने अधार हुन्। यहाँ यिनै स्रोतहरूका अधारमा विवेच्य स्थलको प्राचीनता बारे जानकारी दिने प्रयास गरिएको छ।

४.१.१ संस्थापक रसोली र रिहार धाम स्थापना काल

यदु वंशज रसोली श्रीकृष्णका नौ लाख गाईहरूका संरक्षकका रूपमा देखिएका पात्र हुन्। उनी गाईहरू चराउँदै चरन खोज्ने क्रममा हालको रिहार क्षेत्रमा अइपुगेका थिए। रिहार क्षेत्र जल र समथर जङ्गल भएको चरनको कारण उपयुक्त देखी यसै स्थानमा आफ्ना नौ लाख गाई र अन्य सहयोगीहरूका साथ बस्नथाले। त्यस बेला यस स्थलको नाम बाँगड बेलहरी थियो। उनले बाँगड बेलहरीमा आफ्नो राज्य कायम गरे। बहिनी मेघावतीका पुत्रहरू साना हुँदा नै माता पिताको मृत्यु भएकोले उनका बहिनीका तीनवटा पुत्रहरू (भान्जा) पनि साथै थिए। तीमध्ये परशुराम पराक्रमी थिए। रसोलीले ऐरावती नदीको उत्तर र दक्षिण भागलाई मुख्य चरन क्षेत्र बनाई बाँगड बेलहरीमा आफ्ना गाईहरूको रक्षाको लागि बगार देवताको स्थापना गरेका थिए। रसेलीको विवाह सवँरीसँग (सौंरी) भएको थियो। सवँरीको उमेर नपुग्दै विवाह भएकोले माइती बसेकी र पछि रसोली सामजिक प्रचलन अनुसार गौना लिन गएका थिए। गौना लिएर आफ्नो स्थान बाँगड बेलहरी आउँदा मार्गमा पर्ने गोलोकमा स्वर्गबाट आएका अप्सराहरू पूजा गरी नाचगान गरिरहेका थिए। सङ्गीतप्रति रुची भएका रसोली सवँरी र डोलेहरूलाई केही क्षण विश्राम गराई अप्सराहरूको नाच हेर्न गए। रसोलीलाई अप्सराहरूको साङ्गीतिक वातावरणाले त्यतै भुलायो। उनी पत्नी सवँरी र आफ्नो राज्य बाँगडबेलहरी बिर्सेर अप्सराहरूसँगै स्वर्ग गए। यो कुरा थाहा पाएपछि भान्जा परशु गोलोक पुगेर माइजू सवँरीलाई (सौंरी) बाँगडबेलहरी ल्याए। बाँगड बेलहरीको राज्य माइजू सवँरीको बौद्धिकता र भान्जा परशुको बाहुबलले सञ्चालन भयो। यो समय आजभन्दा पाँच हजार वर्ष वरपरको मानिन्छ।

त्यहाँ रहेका नौलाख गाईहरूको अगुवा चौंरीगाईको गर्भबाट एउटा बाच्छो सात महिनामा जन्मेको थियो। 'बरदगोरी' नामको सो बाच्छो रसोलीको पुनर्जन्म हो भन्ने विश्वासले सवँरीले आफ्नो रेखदेखमा हुर्काएकी थिइन्। बरदगोरीमा ठूलो हुँदै जाँदा आश्चर्यजनक क्षमता देखिन थाले। बाँगड बेलहरीलाई प्रख्यात बनाउने कार्य भान्जा परशु र बरदगोरीबाट हुँदै गयो भने ब्रह्मचारिणी सवँरीका कारण यो स्थल सबैको आराध्य बन्दै गयो।

४.१.२ दङ्गीशरण सम्बन्धी जनश्रुति

एक दिनको कुरा बाँगड बेलहरी राज्यका गाईहरू उत्तरी जङ्गलमा चर्दै थिए। त्यहाँ एउटा घोडी पनि चर्न आयो। त्यो घोडी त्यसपछि पनि चर्न आइरहन थाल्यो। गाईको बथानमा अएको घोडीलाई परशु र अन्य गोठालाहरूले आफ्नै सम्झी स्याहार सुसार गर्न लागे। एक दिन दँगौरा राजा दङ्गीका मानिसहरू त्यहाँ आउँदा आफ्नो क्षेत्रमा घोडी र गाईवस्तु चरेको देखेर घोडी लग्ने प्रयास गरे। राजा दङ्गी आएर घोडी र गाईहरू आफ्नो कब्जामा लिए। यसमा थारू र यादव दुवै पक्षबिच विवाद भयो। सवँरीको सल्लाह बमोजिम परशु सहयोग माग्न श्रीकृष्ण समक्ष पुगे। श्रीकृष्ण आफ्ना ग्वालबाल सहित बाँगड बेलहरी आए। श्रीकृष्णको दर्शन

पाएर घोडी दुर्वासाको श्रापमुक्त भई स्वर्ग गयो र दंङ्गी र बाँगड बेलहरी बिचको विवाद समाप्त भयो। घोडी वियोगबाट दुखित बनेको थारू समुदायलाई स्वर्गगमन गर्ने बेला श्रापित परी मेनकाले घोडीको प्रतिमा पूजा गरेमा सुख र ऐश्वर्य प्राप्त हुनेछ भन्ने आशीर्वचन दिइन्। डँगौरा थारू जातिमा आज पनि देवता कोठामा घोडाको प्रतिमा स्थापना गरी पूजा गर्ने प्रचलन छ (बिन्तीराम यादव, २०५४, पृ ७८-७९)। यादवले घोडी बन्नुपर्ने श्राप पाएकी अप्सरा मेनका भनेका छन् तर दंङ्गीशरण कथामा यो सन्दर्भ उर्वशीसँग समबन्धित छ।

४.१.३ तप्तकुण्ड सृष्टिसम्बन्धी जनश्रुति

ब्रह्मचारिणी सवँरी बालक कालदेखि नै शिवभक्त थिइन्। उनी बाँगड बेलहरीमा रहँदा बाह्र वर्षसम्म नित्य शिवको पूजा गरी प्रातः कालमा प्रयागको तीर्थमा स्नान गर्न जान्थिन्। यसबाट शिवजी प्रसन्न भएर सवँरीको निवेदन बमोजिम रिहारमा नै सबै तीर्थहरूका जल ल्याएर तप्तकुण्ड सृष्टि गरिदिनुभयो। त्यस समयदेखि यो स्थल प्रसिद्ध धार्मिक धामको रूपमा प्रख्यात हुन थाल्यो। त्यसपछि सवँरीले यसै तप्तकुण्डमा नित्य स्नान गर्न थालिन्।

४.१.४ बरदगोरिया मेला सम्बन्धी जनश्रुति

बरदगोरी मामा रसोली गोरुको रूपमा पुनर्जन्म पाएको पात्र हो। पश्चिम नवलपरासीको सुनवल-११ केरवानीमा बरदगोरीको स्थल छ। कुनै बेला साँढे बरदगोरीलाई मानिसहरूले पश्चिमतिरबाट लखेट्दै ल्याइरहेका थिए। बन्जाराले त्यस साँढेलाई मार हान्यो। बरदगोरीको टाउको सिंहामेमा खस्यो र टाउकोविनाको शरीर केरवानी जङ्गलमा ढल्यो। त्यस स्थानमा अहिले पनि टाउकोविनाको साँढेको प्रस्तर मूर्ति छ। त्यस साँढेको घाँटीमा सुनको घण्टी थियो। सो घण्टी खसेको ठाउँ सुनवलको नामले प्रसिद्ध भयो। यस स्थलमा थारू जातिका पुजारीले पूजा गर्छन्। यस क्षेत्रमा कसैको पशुधन हराएमा बरदगोरी बाबालाई भाकल गरेर भेटिन्थ्यो। त्यसपछि यस स्थल प्रसिद्ध हुँदै गयो। यस स्थलमा भदौको तीजमा मेला लाग्छ। यसको नजिकै माइजू सवँरियाको थान छ। यहाँ पनि नित्यपूजा हुन्छ। यो जनश्रुति पनि रिहार धामसँग सम्बन्धित छ।

४.१.५ भौंरी सम्बन्धी जनश्रुति

द्वापर युगको अन्त्यतिर माइजू सवँरीले भान्जा परशुलाई चारवटा भौंरी भोजनको लागि दिइछन्। भान्जा परशुले तीनवटा भौंरी खाए र चौथो खानथाल्दा भौंरीमा झिँगा बसेछ। झिँगालाई कलियुगको सङ्केत ठानी परशु शीलाका रूपमा परिणत भए र भौंरी पनि पत्थर भयो। बगारबाबा मन्दिर परिसरमा रहेको पत्थरलाई सो भौंरीको रूप मानिन्छ। यसलाई बोकेर मन्दिर परिक्रमा गर्न सकेमा पुण्य हुने लोकविश्वास छ। भौंरी पत्थरमा परिणत भएको सन्दर्भमा अर्को जनश्रुति पनि पाइन्छ।

हालको राजपुर गाउँपालिका अन्तर्गत पर्ने यादवहरूको बसोबास रहेको खरदरिया गाउँ प्राचीन सिन्दुरी शहर हो भन्ने जनश्रुति छ। यस स्थलमा रहेका शिवलिङ्ग लगायतका शीलाहरूमा प्रत्येक दिन परशुले पूजा गर्थे भन्ने विश्वास छ (राम गोपाल यादव, २०६४: पृ. १५)।

४.२ ऐतिहासिक साक्ष र पुरातात्विक वस्तु

रिहार धामसम्बन्धी जनश्रुतिहरूले यसको स्थापना र संस्कृति विकासको समय उत्तर द्वापरकाल हो भन्ने देखाउँछ। पुरातात्त्विक वस्तु र ऐतिहासिक साक्षहरूका अधारमा पनि आजभन्दा २७५ वर्षअघि नै यो स्थल

नेपाल र भारतमा प्रसिद्ध थियो भन्ने बुझिन्छ। यस स्थलमा विभिन्न समयमा गरिएका उत्खनन्मा मानव कङ्काल, समय नखुलेका लामा तथा चारकुने तामाका सिक्का पाइएका छन् (यादव, २०७०: पृ. १३४-१३५)। यहाँ इ.सं. १८३५ र १८९२ का इस्टइन्डिया कम्पनीको ब्रिटेनकी महारानी भिक्टोरियाको तस्विर अङ्कित सिक्काहरू प्राप्त भएका छन्। त्यसैगरी यहाँ जर्ज चौथो, जर्ज पाँचौ र जर्ज छैठौं एवं नेपालका श्री ५ राजेन्द्र, श्री ५ सुरेन्द्र र श्री ५ पृथ्वी वीरविक्रम शाहका समयका सिक्काहरू प्राप्त भएका छन् (पूर्ववत्)। यसबाट रिहार धाम हाल ओझेलमा परेको भए पनि गर्भमा प्राचीन संस्कृति र सभ्यता बोकेको नेपाल र भारतमा ऐतिहासिक महत्त्वको सम्पदा हो भन्ने स्पष्ट हुन्छ।

५. रिहार धामका आनुष्ठानिक सम्पदा

रिहार धाम मौलिक अनुष्ठान प्रचलनको दृष्टिले पनि महत्वपूर्ण छ। यस स्थलमा बगारबाबा, शिव, माइजू सवँरी, भान्जा परशु, बरदगोरी र बराहको नित्य पूजा हुन्छ। यसका अतिरिक्त वार्षिक रूपमा हुने धार्मिक अनुष्ठान र मेला यहाँका विशिष्ट सम्पदा हुन्। यहाँ वार्षिक धार्मिक अनुष्ठान र मेलाको विषयमा जानकारी दिइएको छ।

५.१ वार्षिक धार्मिक अनुष्ठान

'बगार' पशुधनको संरक्षण गर्ने देवता हुन्। त्यसैले पशुधनमा निर्भर जुनसुकै जातिका हिन्दू धर्मावलम्बीहरू यस स्थलप्रति अस्थावान् छन्। यसरी हेर्दा यो सबैको धार्मिक आस्थाको स्थल हो। तर, यादव तथा अन्य अवधी भाषी हिन्दू धर्मावलम्बी समुदाय र थारू जातिको यस स्थलप्रति प्रत्यक्ष विशिष्ट सांस्कृतिक सम्बन्ध छ। यादवहरूले आफ्नो जाति बाँगड बेलहरीका संस्थापक रसोलीका साथ आएका यदुवंशी ग्वालाहरूको सन्तान ठान्छन्। यसै अर्थमा उनीहरूले बगारबाबालाई आफ्नो कुलदेवता मान्छन्। त्यसैगरी भूमिपुत्र थारू जातिले बगार देवतालाई आफ्ना पशुधनका रक्षकका रूपमा पूजा गर्छन्। यहाँ रिहार धाममा गरिने वार्षिक धार्मिक अनुष्ठानका रूपमा टिकरी पूजा, बगार पूजा र रिहार मेलाको विषयमा सङ्क्षिप्त जानकारी दिइएको छ।

५.१.१ यादव जातिको टिकरी पूजा

आफुहरू ययाति पुत्र यदुका सन्तान ठान्ने यादव जातिले बगारबाबालाई कुलदेवता मान्छन्। यस जातिले रिहार धाममा रहेको बगारबाबा मन्दिरमा जेष्ठ शुक्ल पक्षको पहिलो सोमवारका दिन टिकरी पूजन गर्छन्। यो वर्षमा एकपटक गरिने कुलपूजा हो। यस अवसरमा मामी सौंरी र भान्जा परशुको पनि विशेष पूजा हुन्छ। यस पूजामा देउखुरी उपत्यका, बाँके र वरपरका यादवहरू आफ्ना परिवारसहित आउँछन्। बगारबाबा मन्दिरमा बलि दिने र सात्त्विक पूजा गर्नेका लागि बेग्लाबेग्लै पूजाकोठा छन्। यादवहरूले गाईको दूधको धार दिँदै फूल, अक्षता, ल्वाङ-सुकमेल आदिले पूजा गर्ने प्रचलन छ। यस अवसरमा बगारबाबाको स्तुति गरिएका अनेक प्रकारका गीत गाउने र नाच्ने प्रचलन छ। यादव र अन्य अवधीभाषी कन्याहरूले राम्रो वर प्राप्त होस् वा निःसन्तान महिलाहरूले सन्तान प्राप्त होस् भन्ने जस्ता कामना गरेर पूजा गर्छन्। मनोकाङ्क्षा पूर्ण हुनेहरू प्रायः टिकरी पूजनकै बेला भाकल अनुसारको वस्तु लिएर पूजा गर्न जाने प्रचलन छ (आचार्य, २०७१: पृ. ३४-३५)।

५.१.२ थारू जातिको बगारपूजा

दाङ-देउखुरीका आदिवासी थारू जाति पनि बगारप्रति विशेष आस्थावान् देखिन्छ। थारू जातिले प्रायः बैशाख-जेष्ठ महिनामा बगार देवताको पूजा गर्ने प्रचलन छ। यस जातिले बगारलाई पशुधनको संरक्षकको रूपमा पशुधनको

संरक्षण होस् भन्ने कामनाको साथ पूजा गर्दछ। थारू जातिले वर्षमा एकपटक भेंडाको बलि दिएर बगार देवताको पूजा गर्दछन्। रिहार धाममा पूजा गर्न जान नसक्नेहरूले घरको घारीमा (गाईवस्तु बाँध्ने घरको दक्षिण कोठा) बगारको पूजा गर्ने प्रचलन छ। थारू जातिमा देवारीमा (तिहार) गोरु पूजाको दिन आफ्ना गाईवस्तु रिहारमा रेरा (नुन) चटाउन लग्ने प्रचलन थियो। अहिले यो चलन देखिँदैन।

यस स्थलमा बगार देवताको शक्तिको प्रभावले पशुधनहरू मर्दैनन् कदाचित मरे भने पशुको मृत शरीर कहाँ, कसले लान्छ जानकारी हुँदैन भन्ने धारणा छ। यस मन्दिरमा प्रत्येक सोमवार गाईको दूधले धार दिने प्रचलन छ। यादव, थारू र अन्य जातिमा समेत आफ्नो गोठ बाहिर काठको किलो ठोक्ने र त्यसलाई बगारको प्रतीक ठानी गाईको दूधको धार दिने प्रचलन छ।

५.१.३ रिहार मेला

यो मेला नेपालका दाङ,बाँके, कपिलवस्तु र भारतको उत्तर प्रदेशका कयौं जिल्लाहरूमा प्रसिद्ध छ। यो मेलाको मुख्य दिन माघे सक्रान्ति हो। तर, यो मेला पुस १५ गतेदेखि नै शुरु हुन्छ। मेलामा नेपाल र भारतका दुई लाखभन्दा बढी भक्तजनहरू उपस्थित हुन्छन्। यस स्थलमा लाग्ने मेलामा भारतको उत्तर प्रदेशका व्यापारीहरूले समेत आएर पसल सञ्चालन गरेका हुन्छन्। भक्तजनहरूले रिहार मेलाको मुख्य केन्द्र तप्तकुण्डमा स्नान गरेर बगारबाबा, भैने परशु, मामी सौंरी र शिवको पूजा आराधना गर्दछन्।

६. निष्कर्ष

लुम्बिनी प्रदेश भौगोलिक र सांस्कृतिक विविधताले सम्पन्न क्षेत्र हो। शान्तिका अग्रदूत भगवान् बुद्धको जन्म भूमिको रूपमा प्रख्यात यो प्रदेश अठार मगरात, बाह्र मगरात, डँगौरा थारू र अवधी भाषी संस्कृतिको केन्द्र पनि हो। यस प्रदेशमा विश्व प्रसिद्ध बुद्ध जन्मस्थल लुम्बिनी, व्याकरणविद् पाणिनि, प्रभु तपस्थल स्वर्गद्वारी, अत्रि-पुरुरवा तपस्थल ऐरावती क्षेत्र, सिद्धरत्ननाथको सिद्धस्थल गोरक्षपात्रदेवता मठ, बाह्रभाइ बराहहरूको क्रिडास्थल जलजला आदि महान् सांस्कृतिक सम्पदाहरू छन्। यिनै विशिष्ट प्राचीन सांस्कृतिक गरिमाले सुशोभित सम्पदाहरूमध्ये एउटा सम्पदा हो 'रिहार धाम'। यहाँ लमही नगरपालिका वडा नं. ९ रिहारस्थित रिहार धामको वर्तमान अवस्था प्रस्तुत गर्दै यसको सांस्कृतिक मूल्य प्रकाशमा ल्याउने उद्देश्य अनुसार प्रस्तुत आलेख तयार गरिएको छ।

'रिहार' नामकरण सन्दर्भमा ऋषि विहारबाट 'रिहार' भयो भन्ने एकथरीको विचार छ। अर्का थरिले यहाँ रहेको नुनिलो पानी जमेर सतहमा देखिने सेतो धुलोलाई 'रेरा' वा 'रेहरा' भनिने हुँदा सो 'रेहरा' शब्दबाट रिहार भयो भन्ने विचार राख्छन्। 'रिहार' नामकरण 'ऋषि विहार' भन्दा रेहराबाट नै भयो भन्ने तर्फ यस अध्येताको मत छ।

रिहार धाममा मूर्त सांस्कृतिक सम्पदाका रूपमा बगारबाबा मन्दिर, शिव मन्दिर, झाँक्री थान, भैने परशु मन्दिर, मामी सौंरी मन्दिर, तप्तकुण्ड, बगारबाबाको भौंरी, घिउको सुगन्ध आउने माटो आदि रहेका छन्। यी सबैले रिहार धामको प्राचीनता प्रस्तुत गर्दछन्। रिहार धामको प्राचीनताबारे जानकारी लिन मुख्य आधार अवधीभाषी समुदायमा प्रचलित गाथा 'कन्हाइ' हो। यसमा आउने गाथाले (गीति कथा) यसका संस्थापक, स्थापना काल र सम्बन्धित स्थल एवं जातिहरूको विषयमा जानकारी दिन्छ। कन्हाइमा वर्णित घटना र पात्रहरूका आधारमा यो

स्थल उत्तर द्वापरकालीन देखिन्छ। यस स्थलको प्राचीन नाम बाँगडबेलहरी थियो र यसको स्थापना श्रीकृष्णका नौलाख गाई चराउँदै चरनको खोजीमा हिँडेका ययाति पुत्र यदुका सन्तान रसोली नामका ग्वालाले गरेका थिए।

यहाँ रिहारधामको प्राचीनता, अपूर्व सामर्थ्य, ऐश्वर्य र सामाजिक, धार्मिक एवं भौगोलिक महिमा प्रस्तुत गर्ने अनेक जनश्रुतिहरू उपलब्ध हुन्छन्। जनश्रुतिहरूले यस स्थलसँग थारू जाति र यादव जातिको सम्बन्ध, शिवद्वारा तप्तकुण्ड सृष्टिको प्रसङ्ग र द्वापर युग समाप्त भएर कलियुग आरम्भ भएको अवस्था प्रस्तुत गर्दछन्। रिहारधामको उत्खनन् गर्दा आजभन्दा २७५ वर्ष अघिका भारत र नेपालमा प्रचलित सिक्काहरू र अन्य पुरातात्त्विक वस्तुहरू प्राप्त हुनुले यो स्थल अहिले ओझेलमा परे पनि प्राचीन संस्कृति र सभ्यता गर्भमा बोकेको कुनै युगमा नेपाल र भारतमा प्रसिद्ध रहेको स्थल हो भन्ने बुझिन्छ।

यस स्थलमा दैनिक पूजा आरधानाका साथै वार्षिक रूपमा विशिष्ट प्रकारका धार्मिक एवं मेला-उत्सवसम्बन्धी अनुष्ठान गरिन्छन्। धार्मिक अनुष्ठानहरूमा यादव जातिले जेष्ठ शुक्ल पक्षको पहिलो आइतवारका दिनमा कुलपूजाको रूपमा बगार मन्दिरमा गर्ने टिकरी पूजा र थारू जातिले आफ्ना पशुधनको संरक्षणका लागि बैशाख वा जेष्ठ महिनामा गर्ने बगार पूजा महत्त्वपूर्ण छन्। त्यसैगरी माघे सक्रान्तिलाई केन्द्रमा पारेर पुस पन्ध्रदेखि नै लाग्ने रिहार मेला यस धामको अर्को महत्वपूर्ण सांस्कृतिक सम्पदा हो। यस मेलामा नेपाल र भारतका (उत्तरप्रदेश) दुईलाखभन्दा बढी भक्तजनहरूको उपस्थिति रहन्छ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

आचार्य, डा. गोविन्द (२०७१), अवधी लोकसङ्गीतको विश्लेषण, काठमाडौः नेपाल म्यूजिक सेन्टर।

-------- सम्पा. (२०७३), राप्ती क्षेत्रका पर्यटकीय सम्पदा, दाङः राप्ती क्षेत्र स्तरीय पर्यटन प्रवर्द्धन समिति।

गीता प्रेस (२०७३, बारहवाँ पुनर्मुद्रण), मत्स्यमहापुराण, गोरखपुरः गीता प्रेस प्रकाशन।

यादव, बिन्तीराम (२०५४), "रिहार धाम", यादव संस्कृति-एक परम्परा, गढवा देउखुरी दाङः यादव समाज सेवा संघ, पृ. ७८-७९।

यादव, भगवानदास (२०७०), "देउखुरीको अवधी सांस्कृतिक धरोहरः रिहार धाम", अवधी संस्कृतिः विभिन्न आयाम, काठमाडौः नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठान, पृ. १३४-१३५।

यादव, रामगोपाल (२०६४), रिहार धाम औ यदुवंशी, देउखुरी दाङः नेपाल अवधी संस्कृति संरक्षण-प्रतिष्ठान।

शर्मा, अधिकारी, लीलामणि (२०५५), बाँगड बेलहरी रिहार, महात्म्य, रिहार दाङः श्री बगारबाबा धार्मिक विकास क्षेत्र।

श्रेष्ठ, प्रकाश (२०८१), "राप्ती क्षेत्रका मूर्त सांस्कृतिक सम्पदाको अध्ययन" पी.एच.डी. शोधप्रबन्धः नेपाल संस्कृत विश्वविद्यालय।

रोपाइँगीतमा सांस्कृतिक सन्दर्भहरू

डा.लक्ष्मी पोखेल 'कोकिला'
भैरहवा

शोधसार

"रोपाइँगीतमा सांस्कृतिक सन्दर्भहरू" शीर्षकको यो लेख रोपाइँगीत भनेको के हो ? यसका के कति प्रकारहरू छन्? र सङ्कलित रोपाइँगीतमा के कस्ता सांस्कृतिक सन्दर्भहरू आएका छन् ? भन्ने विषयमा केन्द्रित छ । यस सानो आलेखलाई लुम्बिनी प्रदेशका अघाखाँची, पाल्पा, रुपन्देही र तत् क्षेत्रको सेरोफेरोमा प्रचलित केही प्रतिनिधिमूलक रोपाइँगीतहरूको मात्र सङ्कलन र अध्ययनमा सीमित गरिएको छ । अध्ययनका लागि सङ्कलित सामग्री रोपाइँगीतहरू हुन् त्यसैले ती सामग्रीहरू प्रथामिक स्रोतबाट सङ्कलन गरिएका छन् । ती गीतहरूका गायकहरूलाई प्रत्यक्ष भेटी उनीहरूको व्यक्तिगत विवरणसहित सामग्री सङ्कलन गरिएको हो । साहित्यमा सामाजिक संस्कृतिसम्बन्धी मान्यताका आधारमा अध्ययन तथा विश्लेषण गरिएको छ । रोपाइँगीतमा लोकविश्वास, परम्परागत मूल्यमान्यता, चालचलन, खानपान, कलाकौशल, धार्मिक विधिव्यवहार, शिष्टाचार आदि सामाजिक तथा सांस्कृतिक विषयहरू निहित छन् । यी गीतहरू स्वयम् पनि संस्कृति हुन् । कुनै समाजको अध्ययनका लागि त्यहाँ प्रचलित रोपाइँगीतहरू महत्त्वपूर्ण सामग्रीका रूपमा रहनसक्छन् । यस क्षेत्रका रोपाइँगीतको भाका अन्य क्षेत्रका रोपाईगीतको भन्दा भिन्न र मनमोहक भएकोले संस्कृतिसंवहन र अध्ययनका लागि पर्यटकीय सम्भावनाका दृष्टिले समेत महत्त्वपूर्ण रहेका छन् ।

शब्दकुञ्जी: ओहाली, फोकटा, सिमेभूमे, सितन, रोपाइँ ।

१. पृष्ठभूमि

रोपाइँका अवसरमा गाइने गीतलाई रोपाइँगीत भनिन्छ । रोपाइँगीत श्रमगीत वा कर्मगीतको एक प्रकार हो । लोकगीतका विभिन्न प्रकारहरू छन् । तीमध्ये शारीरिक श्रम वा कृषि कर्मका बेला गाइने गीत नै कर्म वा श्रमगीत हुन् । त्यसैले रोपाइँगीत पनि एक प्रकारको श्रम/कर्मगीत हो ।

कुनै पनि शारीरिक श्रम/कर्म गर्दा श्रमको प्रकृति तथा वातावरणअनुसारका गीतहरू गाइन्छन् । त्यसैले श्रमगीतका पनि विभिन्न प्रकारहरू हुन्छन् । साना नानीहरू खेलाउँदा, सुताउँदा र खेतीपाती लगाउँदा वा गोडमेल गर्दा र स्याहर्दा गाइने गीतहरू नै श्रमगीत हुन् । यस्ता गीतहरूमा बच्चाहरूलाई भुलाउँदा, तेल लगाउँदा, खाना खुवाउँदा र सुताउँदा गाइने गीतहरू लल्लोरी वा निदरी गीतमा पर्दछन् जसलाई यस क्षेत्रमा लोरीगीत पनि भनिन्छ । त्यस्तै खेतीपाती लगाउँदा गोडमेल गर्दा र स्यार्दा पनि लोकगीतहरू गाइन्छन् । यस्ता गीतहरूमा धान रोप्दा गाइने रोपाइँगीत र धान दाउँदा गाइने दाइँगीत पर्दछन् ।

गीतहरूबाट श्रमको बेला शरीरलाई हुने थकान र दिकदारीलाई बिर्साएर कामलाई सहज र रमाइलो बनाउनमा मद्दत मिल्दछ । त्यसमा पनि बालोरी र दाइँगीतहरू प्राय लोपोन्मुख अवस्थामा छन् भने धान रोप्दा गाइने रोपाइँगीतहरू भने केही मात्रामा भए पनि प्रचलित रहेको पाइन्छ ।

२. अध्ययनको उद्देश्य

रोपाइँगीतको परिचय, यसका प्रकार र रोपाइँगीतमा निहित सांस्कृतिक सन्दर्भहरू पहिल्याउनु नै यस अध्ययनको उद्देश्य रहेको छ ।

३. पूर्वकार्यको समीक्षा

जीवलाल वस्यालको "पश्चिमाञ्चलका नेपाली लोकगीतको अध्ययन र विश्लेषण" (२०५८)मा लोकगीतको परिचय अन्तर्गत व्युत्पत्ति, लोकगीतको उत्पत्ति र परिभाषा दिइएको छ । नेपाली लोकगीतको परम्परा र पश्चिमाञ्चलका लोकगीतको परिचय दिने क्रममा बाह्रमासे, कर्मगीत, पर्वगीत र संस्कार गीत अन्तर्गतका विभिन्न गीतहरूको परिचय दिइएको छ । त्यसका साथै कर्मगीतअन्तर्गत जेठेगीत, असारेगीत ओहाली गीत र सेमगीतको सामान्य चर्चा गरिएको छ ।

लक्ष्मी पोखेलको "अर्घाखाँची जिल्लाका लोकगीतहरूको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण" (२०५९) नेपाली स्नातकोत्तर शोधपत्रमा शीर्षक अनुसार नै अर्घाखाँची जिल्लाका लोकगीतहरूको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण गरिएको छ । यसमा लोकगीतको सैद्धान्तिक परिचयका साथै अर्घाखाँचीका लोकगीतको वर्गीकरण र विश्लेषण गरिएको छ । त्यहाँका लोकगीतको वर्गीकरणका क्रममा सामान्य लोकगीत र विशेष लोकगीत गरी दुई भागमा वर्गीकरण गर्दा रोपाइँगीतहरूलाई श्रम/कर्म गीतअन्तर्गत राखिएको छ ।

पाणिनि साहित्यिक पत्रिकामा प्रकाशित लक्ष्मी पोखेलको 'हाम्रा केही श्रमगीत' (२०६१) । लेखमा अर्घाखाँची जिल्लाका नेपाली भाषाका श्रमगीतहरूको सङ्क्षिप्त चर्चा गरिएको छ । धान रोप्ने, दाइँ लगाउने, स-साना नानीहरूलाई भुलाउँदा वा शारीरिक श्रम पर्ने अरू कुनै काम गर्दा गाइने गीतलाई श्रमगीतका रूपमा परिभाषित गरिएको छ । अर्घाखाँचीमा रोपाइँ गर्दा गाइने रोपाइँगीतलाई "वाली" भनिन्छ भन्दै त्यहाँका श्रमगीतको सामान्य चर्चा गर्ने क्रममा ती गीतहरूको उदाहरण समेत प्रस्तुत गरिएको छ तर रोपाइँगीतमा मात्र केन्द्रित भई ती गीतमा सांस्कृतिक सन्दर्भहरूको खोजी भने गरिएको छैन ।

गोविन्द आचार्य **लोकगीतको विश्लेषण** (२०६२)ले लोकगीतलाई लोकको सामूहिक कार्य भन्दै धान रोपाइँमा महिलाहरूले सामूहिक रूपमा गाउने वाली गीतलाई सामूहिक कार्यका दृष्टिले महत्त्वपूर्ण रहेको बताएका छन् । त्यसका साथै साबिकको राप्ती अञ्चलमा प्रचलित दुईवटा धान रोपाईँगीतका उदाहरण प्रस्तुत गरेका छन् । त्यहँका रोपाइँगीतको संरचना ३ २, ३ २, ३ ३ मा नरहेर भिन्न खालको पाइन्छ ।

लक्ष्मी पोखेल "लुम्बिनी अञ्चलका लोकगीतको समाजशास्त्र"(२०७१)मा लुम्बिनी अञ्चलका लोकगीतको समाजशास्त्रीय अध्ययनको लागि विभिन्न लोकगीतहरूको सङ्कलन गर्ने क्रममा रोपाइँगीत र ओहाली गीतहरूको पनि सङ्कलन गरी विभिन्न सन्दर्भमा उदाहरणहरूसमेत प्रस्तुत गरिएको छ । यसबाट रोपाइँगीतको छुट्टै अध्ययन नभए पनि रोपाईँ गीतको अध्ययनका लागि केही आवश्यक सामग्री प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

उपर्युक्त अध्ययनहरू समग्र लोकगीतका अध्ययन हुन् । लोकगीतको अध्ययनका क्रममा रोपाइँगीतको पनि सामान्य अर्थात् छिटपुट रूपमा मात्र उल्लेख गरिएको छ ।

४. रोपाइँगीतको परिचय

धान रोपाईँ कार्य गर्दा गाइने गीत नै रोपाइँगीत हुन् । रोपाईँगीतहरू सामान्यतया महिलाहरूले गाउने गीत हो । रोपाइँ थालनी गर्दा सुरुका गीत सिमेभूमेलगायतका स्थानीय देवीदेउतालाई गरिएका पुकारसम्बन्धी हुन्छन् । यस्ता गीत गाउँदा वाद्यवादनको आवश्यकता पनि त्यति पर्दैन तैपनि कहीँ कतै ऐच्छिक रूपमा नौमती बाजाका साथमा पनि गाउँदै रमाइलो गर्ने गरेको पनि पाइन्छ । तर ओहाली गीतमा भने यस किसिमका बाजा बजाइँदैन । यस क्षेत्रमा रोपाइ गर्दा गाइने रोपाइँगीतहरू पनि दुई प्रकारका पाइन्छन् । तीमध्ये एउटा प्रकार ओहाली हो भने अर्को असारे हो । रोपाइँका अवसरमा केही गाथाहरू अर्थात् वर्णनात्मक

गीतहरू पनि गाउने गरिन्छ । त्यस्ता गीतलाई ओहाली भनिन्छ । त्यसैले रोपाइँ गीतका प्रकारहरू ओहाली र असारे गरी दुई प्रकारका रहेका छन् ।

असारको महिनामा विशेष गरी कृषकहरू खेतमा व्यस्त हुन्छन् । खेतका गराहरू जोतेर हिलो पार्ने हलीहरू, कोदालो चलाउने बाउसेहरू, धानको बिउ गोड्ने र रोप्ने खेतालीहरूका सामूहिक स्वरलहरीले तात्कालिक विषय लिँदा असारे गीत जर्नमिन्छ (बन्धु २०५८ : १७६) ।

४.१ ओहाली गीत

ओहाली गीत रोपाई गर्दा लामो लय हालेर प्रौढ महिलाहरूले गाउने गरेको पाइन्छ । यो गीत धानको बिउ हातमा लिएपछि त्यहाँका देवी देवता देउराली आदिलाई सम्झँदै गाउन थालिन्छ । दिनभरि खेतमा गाउने र बेलुका घर आइपुगेपछि वाली भित्र्याएर गीतको समापन गर्ने चलन छ । यस गीतमा आख्यानको प्रधानता हुने हुनाले लामो समयसम्म गाइन्छ । यस्ता गीतको आख्यान विशेषत कुलो बाँध खेत रोपाई सिचाई घरधनी आदि विषयमा केन्द्रित हुन्छ । प्रौढ महिलाहरूले गाउनु, आख्यानको प्रवलता हुनु, विविध रसको समायोजन हुनु र वाद्य एवम् नृत्यको प्रयोग नहुनु ओहाली/वाली गीतका विशेषताहरू हुन् । यही ओहाली गीत गाउने भन्ने कुरालाई ओहाली ओहाली भन्दाभन्दै रोपाइँका बेला गाइने अन्य आख्यानरहित गीतहरू पनि वाली गीतका नामले लोकमा प्रचलित भएको अनुमान गर्न सकिन्छ ।

ओहाली
यहाँका र भूमि भएँर, रच्छेपाल गर ।
तिमी रच्छे गर्यो भने हामी रच्छे होला ।
शिली धानको अक्षती, माली गाईको दुद ।
काली गाईको गोवरै र नियालैको लिङ्गो, दुदै धारा दिउँला । (बस्याल २०५८:७१)

४.२ असारे गीत

असारे गीत रोपाइँगीतको अर्को प्रकार हो । असार महिनामा खेतमा रोपाइँ गर्दा खेत जोत्ने हली, बाउसे/ठिँगारे र खेतालीहरूले गाउने गीत नै असारे गीत हुन् । धान रोप्ने काम धेरैजसो असार महिनामा गरिन्छ तापनि यो काम जेठ, असार, कहिलेकाहीँ साउन र कतै चैतमा पनि हुने गर्छ । खास गरी असार महिनालाई धान रोप्ने महिनाको रूपमा लिइने भएकाले उपर्युक्त अनुसारका जुनसुकै महिनामा धान रोपे पनि रोपाइँ गर्दा गाउने गीतलाई असारे गीत भनिन्छ । असरे गीतको विषय खास गरी खनजोत बिउ गोडाइ रोपाइ र हिलोसँग सम्बन्धित हुन्छ । त्यसका साथै पीडित वर्गका जीवन भोगाइ, प्राकृतिक तथा सांस्कृतिक विषयसँग सम्बन्धित पनि हुने गर्छन् । त्यस्ता विषयहरू समेटिएका गीतहरूमा कतै शान्त शृङ्गारिक र प्रायः कारुणिक भावका हुने गर्छन् त्यसका साथै छेडाछाड र हास्यव्यङ्ग्यका रूपमा पनि गाउने गरेको पाइन्छ ।

असारे भाकाका गीतहरूमा सामान्यतया सोह्र अक्षरहरू हुन्छन् । यी गीत गाउँदा एउटा पङ्क्ति एकपटक लयमा उच्चारण गरेपछि आहै, भन्दै पुनः पङ्क्तिको अन्त्यतिरका सामान्यतया छ अक्षरमा उच्चारित हुने शब्दहरू दोहाऱ्याइन्छ । त्यसका साथै बेलौती काँचो ख्याल हैन साँचो, लौ तो बा लौ लौ, लौ तो बा लौ लौ, पातको बेरी लौ भन फेरि आदि थेगोहरू प्रयोग गर्दै प्रत्येक पङ्क्तिमा स्वर थप्दै गाइने असारे भाकाले सुन्ने सबैलाई मुग्ध बनाउँछ ।

बिउसँग सम्बन्धित गीत ; जस्तैः
बाबा र ज्यूका गहिरी खेत ढुकुर लुक्ने बिउ आहै ढुकुर लुक्ने बिउ
तिमरा हात दुई थुँगा फूल एक थुँगा मलाई लिऊ आहै एक थुँगा मलाई लिऊ
आहै, एक थुँगा मलई सिलऊ

लौ तो बा लो लौ, लौ तो बा लौ लौ उक थुँगा मलाई लिऊ

हिलोसँग सम्बन्धित रोपाइँ गीत ; जस्तैः

असार मासको दबदबे हिलो हुनलाई घिन लायो आहै छुनलाई घिन लायो
पातली नानीलाई फरिया किन्दा छ बीस रिन लायो आहै छ बीस रिन लायो
छुपु र छुपु धानै र रोपिम् हातको बिउ छँदै
आहै आमाको जिउ छँदै, आहैआमाको जिउ छँदै
हातको बेरी, लौ भन फेरि, आमाको जिउ छँदै
ढल्कक्दै घर ढल्कँदै माइत आमाको जिउ छँदै

हास्यव्यङ्ग्यमूलक रोपाइँगीत

बाबाज्यूका गहिरीखेत कोदाले फोकटा
आहै कोदाले फोकटा, आहै कोदाले फोकटा
हातको बिउ त सकियो केटा ले तेरा जगटा
आहै ले तेरा जगटा, आहै ले तेरा जगटा
बेलौती काँचो ख्याल हैन साँचो, ले तेरा जगटा
आहै ले तेरा जगटा

यस्ता गीतहरूका भाका सुमधुर हुने गर्छन् । अन्य प्रकारका लोकगीतहरूको तुलनामा असारे गीतको भाका अत्यन्तै कर्णप्रिय हुन्छ । तापनि कृषि कर्मप्रति अधिकांश मानिसहरूको उदासीनता, कृषि कर्ममा आधुनिक वैज्ञानिक प्रविधिको प्रयोग र रोजगारी खोजी गर्ने सिलसिलामा स्वदेशका युवा युवतीहरूको विदेश पलायन आदिका कारण मौखिक रूपमा प्रवाहित हुँदै आएको यस्तो सुमधुर भाका नयाँ पुस्तामा हस्तान्तरण हुन नसक्दा यो प्रायः लोपन्मुख अवस्थामा रहेको छ ।

५. रोपाइँगीतमा सांस्कृतिक सन्दर्भहरू

संस्कृति कुनै पनि जातजाति र राष्ट्रको पहिचान मात्र नभई राष्ट्रको आत्मा हो; प्राण हो; भूगोल त कुनै राष्ट्रको शरीर हो । आत्माबिना शरीर जस्तो हुन्छ संस्कृतिबिनाको राष्ट्र पनि त्यस्तै हुन्छ ।

संस्कृति मानवजीवन सहज रूपमा व्यतित गर्नका लागि मानवीय चेतना, विवेक र प्राकृतिक स्रोत साधनहरूको प्रयोगबाट निर्मित भएको देखिन्छ । यो मानव निर्मित हुन्छ; जस्तै : घर, मठ-मन्दिर पुल, औजार, यन्त्र, उपकरण, खानपान, भेषभूषा, भाषा, कला, साहित्य, संस्कार, प्रथा, चाडवाड, चालचलन, आदि मूर्त (भौतिक) तथा अमूर्त (अभौतिक) पक्षहरू नै कुनै समाजमा दीर्घकालसम्म अपनाउँदै जाँदा संस्कृतिका रूपमा विकसित हुँदै जान्छन् । देख्न, छुन सकिने र निश्चित आकार प्रकारमा भएका मानव निर्मित वस्तुहरू मूर्त सांस्कृतिक सम्पदा हुन्; जस्तै घर, पुल, मठमन्दिर, भाँडाकुँडा, वस्त्राभूषण इत्यादि । कुनै आकार प्रकारमा नभएका तर अनुभव र अनुभूति गर्न सकिने मानवनिर्मित अभौतिक कुराहरू नै अमूर्त सम्पदा हुन् ; जस्तैः चाडपर्व, मेलाजात्र, धार्मिक कृत्य/व्रत, भाषा, कला/साहित्य, प्रथा, संस्कार, चालचलन, मान्यता, नीतिनियम इत्यादि ।

संस्कृति देशको आत्मा हो । निश्चित भूगोल हुनु मात्र देश होइन । भूगोल मात्र त आत्माबिनाको शरीरजस्तै हो । जसरी आत्माबिनाको शरीरको कुनै अर्थ हुँदैन त्यसरी नै संस्कृतिबिनाको देशको पनि अस्तित्व हुँदैन । संस्कृति देशवासीको पहिचान हो । यसमा जीवन सञ्चालन गर्ने विधि हुन्छ । आआफ्ना देशअनुसारका संस्कृतिमा कही भिन्नता पाइन्छ । त्यसैले स.स्कृतिले आआफ्ना राष्ट्रको पहिचान दिन्छ । विभिन्न प्रकारको घर, पुल, मठमन्दिर, पाटीपौवा इत्यादि मानवनिर्मित संरचना नेपाली भौतिक संस्कृति हुन् भने विभिन्न चाडपर्व, जीवनसंस्कार, पदार्थ संस्कार, व्रतपूजा आदि नेपालीका अभौतिक संस्कृति हुन् । त्यसका साथै

सामाजिक परम्परा, रहनसहन, रीतिरिवाज, विश्वास, जीवनमूल्य, धारणा आदिको समन्वित रूप नै संस्कृति हो । यस क्षेत्रमा प्रचलित सांस्कृतिक मूल्य र मान्यतालाई यहाँका लोकगीतले अभिव्यक्त गरेका हुन्छन् । प्रायः यस्ता सांस्कारिक कार्यहरू सम्पन्न गर्दा कुनै न कुनै गीतहरू गाउने गरिन्छ । चाडपर्व त गीतबिना अपूर्ण नै हुन्छन् । संस्कृतिले जीवन सञ्चालन गर्छ भने गीतले संस्कृतिलाई पूर्ण बनाउँछ । त्यसैले गीतलाई संस्कृतिका पूरकका रूपमा लिन सकिन्छ । यसरी जीवन, संस्कृति र गीतका बीच अन्योन्याश्रित सम्बन्ध रहन्छ । त्यस्ता लोकगीतहरू विभिन्न प्रकारका हुन्छन् । तीमध्ये यहाँ रोपाईंकर्मका बेला गाइने गीतमा आएका सांस्कृतिक सन्दर्भहरू खोज्ने प्रयास गरिएको छ ।

रोपाइँगीत लोकसाहित्यको एक महत्त्वपूर्ण विधा लोकगीतको पनि एक उपविधा हो । साहित्य संस्कृतिको एक अङ्ग भएकोले श्रमगीतअन्तर्गत पर्ने रोपाइँगीत स्वयं संस्कृतिको एक अवयव हो । लोकगीतमा चाडपर्व, व्रत पूजा, संस्कार आदिका विधिव्यवहारहरू पनि व्यक्त गरिएका हुन्छन् । रोपाइँगीतमा पनि सो कुराको अभिव्यक्ति पाइन्छ । संस्कृतिको विशालता र व्यापकतालाई एकै प्रकारका लोकगीतले पूरै समेट्न सम्भव नहुनसक्छ तापनि अधिकांश पक्षहरूको सुत्रात्मक अभिव्यक्ति भने पाउन सकिन्छ । यहाँ अध्ययनका लागि सङ्कलित रोपाइँगीतमा निम्नानुसारका सांस्कृतिक सन्दर्भहरू रहेका छन् । ती देवीदेउताको पुकारलाई ओहाली र असारे भाकामै गीतका रूपमा प्रस्तुत गरिन्छ ।

५.१ मङ्गलाचरण

कुनै माङ्गलिक कार्यको प्रारम्भमा गाइने मन्त्र वा श्लोकलाई मङ्गलाचरण भनिन्छ । कृषिकार्य/खेतीपाती गरी अन्न उब्जाउनु र प्राणरक्षा गर्नु झनै माङ्गलिक कार्य हो । त्यसका साथै त्यस्ता अवसरमा गाइने गीतमा कार्यको माङ्गलिक कामनाका साथै सांस्कृतिक व्यवहार र तद्सम्बन्धी धेरै सन्दर्भहरू आएका हुन्छन् । सुरक्षित रूपमा काम सम्पन्न होस् र राम्रो उब्जनी होस् भन्ने मङ्गल कामना गर्दै स्थानीय सिमेभूमेलगायतका विभिन्न देवीदेउताहरू पुकारेर रोपाइँ कार्य सुरु गरिन्छ । नेपाली समाजमा मङ्गलाचरणबाट कुनै कार्यको सुरुवात गर्ने सांस्कारिक सांस्कृतिक परम्परालाई रोपाईंमा गाइने ओहाली र असारे गीतले निम्नानुसारले वहन गरेको पाइन्छ ; जस्तैः

यहाँका र भूमि भएँर, रच्छेपाल गर ।
तिमी रच्छे गर्यो भने हामी रच्छे होला ।
शिली धानको अक्षती, माली गाईको दुद ।
काली गाईको गोवरै र नियालैको लिङ्गो, दुदै धारा दिउँला । (बस्याल २०५८:७१)

यस गीतांशमा रोपाईंकार्य सुरक्षित होस् र उत्पादन पनि राम्रो होस् भन्ने कामनाले निश्चित स्थानमा पवित्र थान बनाई कालीगाईको गोबरले लिपेर निँगालाको लिङ्गो गाडेर शिलीधानको अक्षताले पूजा गरी मालीगाईको दुधले धार दिई भूमिदेवतालाई रक्षा गरिदिन आग्रह गरिएको कुरा व्यक्त छ । यसबाट रोपाइँगीतमा रोपाइँ गर्दा मङ्गलाचरण गर्ने संस्कृति रहेको स्पष्ट हुन्छ ।

खुटुमा खुटु टपरी खुटिम् सालको पातलाई
आहै सालको पातलाई
यो पहिलो चरण गाएको गीत पशुपति नाथलाई
आहै पशुपति नाथलाई
छप्प र डाली काटेर हालिम् भेंडीको थुमेलाई
आहै भेंडीको थुमेलाई
यो दोस्रो चरण गाएको गीत सीमे र भुमेलाई
आहै सीमे र भूमेलाई

रिमी है झिमी पानी है आयो असारे सेंबीलाई
आहै असारे सेंबीलाई
यो तेस्रो चरण गाएको गीत अर्घाकी देवीलाई
आहै अर्घाकी देवीलाई
तिमरा हात कापी र कलम चिठी र पत्रलाई
आहै चिठी र पत्रलाई
चौथो चरण गाएको गीत उल्ककी छत्रलाई
आहै उल्ककी छत्रलाई
(रेश्मा थापा, वर्षः २३, अर्घा-५, गच्छेगैरा, अर्घाखाँची
मिति : २०५८/०३/१२)

प्रस्तुत असारे गीतहरूमा सिमे, भूमे, पशुपतिनाथ र स्थानीय देवीदेउता अर्घाकी देवी, उलुकका छत्र आदिलाई लयका माध्यमबाट पुकार गरिएको छ । यसो गर्नुको तात्पर्य हिलो, हलो, कोदालोजस्ता असहज र धारिला हतियारको प्रयोग गरी धान रोपाइँ गर्दा हुनसक्ने जोखिम वा खताराबाट सुरक्षित भइयोस् र बालीबाट उत्पादन पनि राम्रो होस् भन्ने कामना नै हो । यसबाट पनि शुभकार्यमा मङ्गलाचरणको संस्कृति रहेको स्पष्ट हुन्छ ।

५.२ खानपान

खानपान मानिस तथा जीवजनावरको अपरिहार्य कुरा हो । खानपानविना जीवन असम्भव हुन्छ । जङ्गली युगमा जङ्गलमा पाइने मासु तथा फलफूलजस्ता निश्चित प्रकारका खानेकुराहरू थिए भने बिस्तारै मानव सभ्यताको विकासका क्रममा विभिन्न खानपानहरू प्रचलनमा आउदै जाँदा खानपानका विभिन्न परिकारहरू पनि बन्दै गए । यसरी खानपान पनि एक सांस्कृतिक पक्षका रूपमा रहन पुग्यो । समाजको दर्पणका रूपमा रहने साहित्य अर्थात् लोकसाहित्यका विविध विधामा पनि तिनै सामाजिक सांस्कृतिक विषयवस्तुहरू समावेश हुनु स्वभाविक हो । रोपाइँगीतमा पनि त्यस्ता सांस्कृतिक सन्दर्भहरू स्वभाविक रूपमा आएका हुन्छन् ; जस्तै

रोपाइँको अर्नी चामलको पिठो केराउका बिरम्ला
आजको दिन आऊ हाम्रो मेला परिमा तिरम्ला
फर्सीका विँगा बुँगाको अचार मेथीले झानेर
होला नि मिठो भनेर ल्याए खाऊ मिठै मानेर
भट्टराई, राधा वर्ष ५२, सिनपा-८, वि.पि. पथ, भैरहवा, मितिः २०८२/०१/१७

असारे १५ अरनी खानी दही र चिउराको
भरेको खाना दाल र भात तरकारी निउराको

प्रस्तुत गीतांशहरूमा विभिन्न प्रकारका खानेकुराहरूका सन्दर्भ आएका छन् । रोपाइँका अवसरमा गाइने यी गीतहरूमा रोपाइँकै बेलामा रोपाइँकै मेलामा खाइने खाजानास्ता र खानाका परिकारहरू आएका छन् । अनुसन्धयेय क्षेत्रमा धानरोपाइँको बेलाको मेलामा खाइने खाजा अर्थात् तत् क्षेत्रमा अरनी भनिन्छ । विशेष गरी चामलको पिठा भिजाएर घिउमा पकाइन्छ । त्यसरी पकाएर बनाएको परिकारलाई रोपाइँको पिठो भनिन्छ । त्यो पिठो खाने सितनको रूपमा जेठअसार महिनामा पाइने चिज केराउ, बुँगा, मुलाको चाना आदिको अचार हुने गर्दछ । हाल दही र चिउरा पनि असारे पन्धमा खाइने खाजाका रूपमा बहुप्रचलित छ । त्यसका साथै त्यही मौसममा पाइने निउरो र त्यसको तरकारी अनि दालभातको सन्दर्भ पनि आएका छन् । यसबाट रोपाइँ गीतमा खाद्यसंस्कृति व्यक्त भएको कुरास्पष्ट हुन्छ ।

५.३ पहिरन

लगाउने लुगाफाटो वा पहिरने वस्त्र नै पहिरन हो । सभ्यताको विकाससँगसँगै पहिरनका पनि विविध प्रकारहरू आइसकेका छन् । पहिरन पनि एकप्रकारको संस्कृति हो । राष्ट्रअनुसार पहिरन वा वेशभूष पनि फरक फरक हुने गर्दछ । त्यही फरकपन नै राष्ट्रिय पहिचान हो । दौरा, सरुवाल, धोती, टोपी, कछाड, चौबन्धी चोली, सारी पटुकी इत्यादि नेपालीहरूका पहिरन हुन् । रोपाइँका गीतमा पनि पहिरनका सन्दर्भहरू आएको पाइन्छ; जस्तै :

ठिँगरे दाइलाई सजिलो हुने भिरेर कछाड
अर्काको मेला जानलाई पनि तँछाड मछाड
सेउमा ओड्दा फाटेको रहेछ टोपीको घेरो नि
ठिँगारे दाइको हिलाम्मै भयो दौराको फेरो नि
किन हो कुन्नि त्यहीँ नजर जानी चौबन्धी चोलीमा
गाजले आँखा ओँठमा लाली, मोहनी बोलीमा
भट्टराई, राधा वर्ष ५२, सिनपा-८, वि.पि. पथ, भैरहवा
मितिः २०८२/०१/१७

प्रस्तूत गीतांशहरूमा कतै कछाड, कतै, टोपी र दौरा त कतै चौबन्धी चोलीका सन्दर्भ आएका छन् । त्यसका साथै आँखामा लगाउने गाजल र ओँठमा लगाउने लालीको सन्दर्भ पनि गीतमा आएको छ । यसबाट रोपाइँगीतमा पहिरनका साथै शृङ्गार प्रसाधन पनि गीतमा व्यक्त भएको स्पष्ट हुन्छ ।

५.४ कलाकौशल

अनुभव तथा ज्ञानका आधारमा सिद्धान्तलाई पनि ध्यानमा राख्दै नियमित रूपमा काम गर्ने र कृति प्रस्तुत गर्ने कौशल नै कलाकौशल हो । प्राकृतिक स्रोत र साधनहरूलाई सीपको प्रयोग गदा कुनै सामग्री वा कृयालाप बन्दछन् । त्यस्ता साजसज्जा वा निर्माणले सहज जीवनयापनका लागि उपयोगी सामग्री बन्दछन् । त्यस्ता कुरा निर्माण गर्ने कला पनि संस्कृति नै हो । त्यस्तै कतिपय कलात्मक सामग्रीहरू पनि लोकगीतमा व्यक्त भएको पाइन्छ; जस्तैः

टाढा छ बिउ डोकामा बोकी पाँजिदेऊ ठिँगारे
ओदान खुट्टे पारेर रोपिम् नभन्नू बिगारे
रुझिन्छ बरै भन्नु नि छैन बर्खाको बेलामा
घरको काम सकेर आयौँ सिउँ ओढी मेलामा
असारमास अरनी ल्याउने बेतको डालीमा
किमली आउला चिटिक्क टोक्ला नवस आलीमा
ऋषि अधिकारी, वर्ष ७५, खिदीम -२ ढाव, अर्घाखाँची
मिति : २०५८/०७/१२
घुमाई र घुमाई धानै र रोपिम बाँधेर भकारी
सकेसो भरे खाएर घर फर्किऊँला डकारी
हामीलाई पनि चखाऊ होइ नानी! कोसेली फुँगाको
अवश्य पनि ल्याएकी हौली अचार बुँगाको
भट्टराई, राधा वर्ष ५२, सिनपा-८, बी.पी. पथ, भैरहवा
मितिः २०८२/०१/१७

उपर्युक्त गीतांशहरूमा कलाकौशलबाट निर्मित विभिन्न सामग्रीहरूको सन्दर्भहरू आएका छन् । बाँसको चोयाबाट डोको, बाँसको चोयाले बुनेर भर्लोका पातले छापेर झरी पर्दा ओढ्नका लागि बनाएको सेउ, बाँस वा निगालोको चोयाबाट बनाएको अन्नपात राख्न बनाएको भाँडो डाली र फुँगो, काठलाई कुँदेर घिउ, तेल आदि राख्नको लागि बनाएको हर्पे आदिका सन्दर्भ पनि लोकगीतमा आएका छन् । ती पनि कलाका स्वरूप हुन् । त्यस्तै धान रोप्ने खेतालीहरूलाई रोप्न सजिलो होस् भनेर धानको बीउ मिलाएर फिँजारिदिने, खेतको ठूलो गराको बिचमा पर्नेगरी धानको बीउका मुठा र बाक्लै धानको गाभोलाई कलात्मक तरिकाले राख्ने कामलाई धान रोप्दा गरामा राख्ने भकारी भनिन्छ । यसले रोपोलाई सुन्दर बनाउने काम गर्दछ । यस्ता कलाहरू पनि संस्कृति हुन् ।

५.५ आदरसत्कार

आफूभन्दा ठूला र आगन्तुक वा पाहुनालाई गरिने मानसम्मान नै आदरसत्कार हो । पाहुना र मातापितालाई देवतासरि मान्ने हामी नेपालीहरूको संस्कार हो संस्कृति हो । मान्यजन र पाहुनाको आदर सत्कार गर्ने मिठोमसिनो खुवाउने, कोसेली टक्र्याउने आदि कृयाकलापहरू पनि हाम्रा संस्कृति हुन् । यस्तै सन्दर्भहरू पनि रोपाइँका गीतहरूमा आएको पाइन्छ ; जस्तैः

हामीलाई पनि चखाऊ होइ नानी! कोसेली फुँगाको
अवश्य पनि ल्याएकी हौली अचार बुँगाको

यस गीतमा कुनै चेलीले फुँगामा कोसेली चाख्न मागेको कुरा व्यक्त छ । यो गीतले चेलीहरू माइतीघरबाट कर्मघर जाँदा कोसेली लिएर जाने संस्कृतिलाई चित्रित गरेको छ ।

बाबाका घर बुँगा रैनछन् आलु र गिठा छन्
यो फुगोभरी फिनी र अर्सा चाख न मिठा छन्
अचार मिठो अमिलो पिरो ठिक्कैको छ नुन
बाटामा यस्तो कोसेली खायौ नबिर्से है गुन
बकेर्ना लैना दुहेर भैँसी घोटेको कुराउनी
ससुरा बाजे हुनुहुन्छ धेरै कसरी पुराउनी
कोसेली जति टकारे पनि रिसाउने सासू छन्
पराईको घर छुरीको धार आँखामा आँसु छन्
टीकादेवी पोखेल, वर्ष ८२, मालारानी-४ खन बडाचौर, अर्घाखाँची
मितिः २०८१/११/२६

फिनी, अर्साजस्ता रोटीका परिकार र आलु र गिठाको अचार, कुराउनी आदि ल्याएको सन्दर्भले आफ्ना मान्यजनहरूलाई सत्कारस्वरूप टक्र्याउन वा बाँड्न कोसेली ल्याउने संस्कृतिलाई दर्साएको छ ।

५.६ लोकविश्वास

लोकले अन्तस्करणदेखि नै स्वीकार गरेका विश्वासहरू नै लोकविश्वास हुन् । लोकले सामूहिक सत्यका रूपमा स्वीकार गर्ने परम्परागत विश्वासलाई लोकविश्वास भनिन्छ । लोकविश्वासकै आधारमा लोकले जीवनका गतिविधि सञ्चालनमा लोकविश्वासले विशेष भूमिका खेलेको हुन्छ । नेपाली लोकजीवनमा प्रचलनमा रहेका लोकतात्त्विक विषयलाई लोकविश्वासका रूपमा लिएको पाइन्छ । लोकविश्वासलाई लोकधर्मका रूपमा पनि लिइएको हुन्छ । हंसपुरे सुवेदीले धार्मिक, सांस्कृतिक, आभिचारिक, व्यवहारिक र अन्धविश्वास वा रूढिगत लोकविश्वास गरी लोकविश्वासलाई पाँच वर्गमा वर्गीकृति गरेको पाइन्छ (पराजुली २०७२ : ४१) । सङ्कलित रोपाइँ गीतमा पनि त्यस्ता लोकविश्वासहरू मध्ये केही लोकविश्वास व्यक्त भएको पाइन्छ ।

५.६.१. धार्मिक लोकविश्वास

मन्दिर तथा देवी देवता, दर्शन स्पर्शन र पूजापाठ, दानपुण्य, धर्मकर्म आदि सम्बन्धी लोकमा रहेको विश्वासलाई धार्मिक लोक विश्वास भनिन्छ । त्यस्ता सन्दर्भहरू रोपाइँगीतमा पनि आएका हुन्छन् । निम्न गीतलाई सो कुराको साक्ष्यका रूपमा लिन सकिन्छ ।

यहाँका र भूमि भयर भलै रक्ष गर
तिमीलाई र दूधै धारा दिम्ला
सिलीधान अक्षेती झिनुवाको लावा
हलहले पाती हैको लिङ्गी है ता गाडम्ला
काली गाईको गोबरले थान लिपम्ला
माली गाईको दूधले तिम्ला धार दिम्ला
हामीलाई र भलै रक्ष गरे
भीमकला न्यौपाने, वर्ष ६७, रिङ्नेरह-३, पूर्वखोला, पाल्पा, मिति : २०६७/०९/२२

रोपाइँका अवसरमा गाइने ओहाली गीतको यस गीतांशमा भूमिलाई देवताका रूपमा मान्ने र पूजा गर्ने लोकको व्यवहार प्रकटित भएको छ । भूमि देवतालाई पूजा गर्ने विधि पनि यस गीतबाट थाहा पाउन सकिन्छ । रोपाइँ सुरू गर्नुभन्दा पहिले भूमिदेवलाई पूजा गर्ने हो भने कुनै किसिमको अनिष्ट वा जोखिम नहुने र धान उत्पादन पनि राम्रो हुन्छ भन्ने लोकको विश्वास रहेको हुन्छ । सोअनुसार पुजा गर्न एउटा निश्चित स्थानमा काली गाईको गोबरले लिपपोत गरेर चोखो पारेर पातीको लिङ्गो गाड्ने शिलीधानका अक्षता र झिनुवाका लावा चढाउने र माली गार्यको दुधले धार दिएर भूमिसँग रक्षाका लागि पुकार गर्ने चलन छ । सोही संस्कृतिलाई यहाँ व्यक्त गरिएको छ ।

५.६.२. आभिचारिक लोकविश्वास

अभिचारसँग सम्बन्धित विश्वास नै आभिचारिक लोकविश्वास हुन् । तन्त्रमन्त्र आदिबाट गरिने मारण, मोहन, उच्चाटन आदि अनुचित कर्म वा कसैलाई क्षति पुगोस् भनेर गरिने तन्त्रमन्त्र अभिचार हो । आभिचारिक भन्नाले लोकले मान्ने गरेका यस्तै अभिचारजन्य मान्यता लागोभागो, हेरकोर, जादुटुना, तन्त्रमन्त्र, भूतप्रेत, डाइनी, बोक्सी, धामीझाँक्री इत्यादिलाई जनाउँछ । लोक मानसमा रहेको तत्सम्बन्धी विश्वासलाई आभिचारिक लोकविश्वास भनिन्छ । रोपाइँका बेला गाइने ओहाली गीतमा पनि हेरकोरसम्बन्धी लोकविश्वासलाई यसरी व्यक्त गरिएको पाइन्छ ;

सोलीले नापी रूपियाँ दिम्ला
पाथीले नापी सुन दिम्ला
मनुखेको भोग चाहिन्छ भनेर भनीदेऊ न जैसी

वारि खेत पारि खेत रोपाँइ जो गरे
राजैज्यूको खेतैमा दूबिअइ र ढल्यो
हेरी दिऊ न जैशी ज्ञानी के र दोख लायो
जस्तो देख्छौ जैशी ज्ञानी त्यस्तै भनी देऊ न
अरूका त कुली बाँध छेकडी भोग खान्छन्
राजैज्यूका कुली बाँध मनुखे भोग माग्यो
म आफै जाम्पो भनी राज्य सुनी हुन्छ
जेठी रानी दिम्तो भनी कुवरे ग्रह उतारेकी
माइली रानी दिम्तो भनी काखै वाला सानो छ
को र जाला कुली बाँध भोग
कान्छी रानी दिम्तो भनी हितैकी पियारी
को र जाला कुली बाँध भोग
जसका हुनन् काखै वाला
उनै जान्छन् कुली बाँध भोग
दशवीस ठिंगारे मेलैमा र टक्रिए

निस्कनिस्क माइली रानी बिलामी र भयो
पर्खपर्ख महाराजै बालाको कपाल नुहाउँछु
निस्क निस्क माइली रानी बिलामी र
भयो
पर्खपर्ख महाराजै बालैको लुगा धुन्चु
दशबीस खेतालीहरू मेलैमा र आए
निस्कनिस्क माइली रानी बिलामी र भयो
दशबीस खेतालीहरू मेलैमा र ठडिए
पूजाको बेला भयो
पर्खपर्ख महाराजै बालैला दूध दुहुन्छु र
पितले र बुटुकी लिउन मेरा बालै
तिमीलाई दूध दुहुन्छु र
यै र दूध रहयो भने छन् आमा भनेर भन
यै र दूध रगत भयो भने छैन भनेर भन
म त जान्छु मेरा बालै कुली बाँध भोग
अकासैका निरञ्जन, पतालका गरुड ,
हामरो भैयालाई बोलाइदिऊन
अकासैका निरञ्जन भैया बोलाउन गए
शिवशिव, रामराम मेरी दिदीलाई के भयो
अरूका त कुली बाँध छेकडी भोग
खान्छन्
हाम्रो त मनुखे भोग खानी रैछन्
तिम्रो भान्ज लगेर पाल

मरिदैको छोरो भए दिदी अघि लाम्ला
नामर्दको छोरो भए दिदी भोग दिम्ला
भैयाले कान्छी औंठो काटे तब चलो
कुली बाँध
यै र दूध दूधै र रह्यो रैछन् त
आमाजस्तो लाग्यो
आऊ न आऊ मेरो भान्ज मेरो काख
जाम्

भीमकला न्यौपाने, वर्ष ६७, रिङ्नेरह-३,
पूर्वखोला, पाल्पा,
मिति : २०६७/०९/२२

प्रस्तुत रोपाइँगीत ओहालीमा एउटा राजाका तीनवटी रानी भएको कुरा छ । ती राजाको राज्यमा खेत रोप्ने बेला टल्दा पनि कुलाको बाध नचलेकोले समस्या भएको देखिन्छ । राजाका ती रानीहरूमध्ये जेठी रानी अलिक खराब र षडयन्त्रकारी स्वभावकी रहेको बुझिन्छ किनभने उनले ज्योतिषलाई कुलोको बाँध चलाउन मनुष्यको भोगा चाहिन्छ भनेर भन्न लगाएको सन्दर्भ व्यक्त भएको छ । यस ओहालीमा व्यक्त कथाअनुसार जेठी रानीले माइली रानीलाई मार्ने षडयन्त्र रचेको कुरा अनुमानगर्न सकिन्छ । लोकले गर्ने हेरकोरप्रतिको विश्वासअनुसार राजा जैसीकहाँ अर्थात् ज्योतिषसँग हेराउन जाँदा मनुष्यको भोग चाहिन्छ भनेपछि जेठी रानीले मिलाएको प्रपञ्चअनुसार राजाले माहिली रानीलाई भोगका लागि पठाउने निधो हुन्छ । राजाको आदेशअनुसार माहिली रानी आफू बली चढ्न तयार भए पनि उनका भाइले आफ्नो औंलाको रगत चढाएपछि कुलाको बाँध चलेर रोपाइँ कार्य भएको सन्दर्भ छ । यसबाट लोकमा हेरकोर, जादुटुना, तन्त्रमन्त्रसम्बन्धी विश्वास व्याप्त छ भन्ने कुरालाई जनाउँछ । उक्त ओहाली गीत लोकमानसमा तन्त्रमन्त्र, हेरकोर र टुनामुना मारण, मोहन आदि कुरामा विश्वास छ र सोअनुसारका गतिविधि हुन्छन् भन्ने कुराको यथेष्ट प्रमाण हो भन्न सकिन्छ ।

लोकले मोहनी मन्त्रमा विश्वास गर्छन् भन्ने कुराको अर्को साक्ष्य निम्न गीतांश पनि हो

बाह्रहाते पटुकी मेरो बारैमा सुकाइदेऊ
आहै बारैमा सुकाइदेऊ
झन् पर जान्छु झन् माया लाग्छ मोहनी फुकाइदेऊ
आहै मोहनी फुकाइदेऊ
हो माले तल हो माले माथि हो माले अन्तर
आहै हो माले अन्तर
सिकाइदेऊ दाइ मलाई पनि मोहनी मन्तर
आहै मोहनी मन्तर

प्रस्तुत गीतांशमा झन् पर जान्छु झन्माया लाग्छ अनि सिकाइदेऊ दाइ मलाई पनि मोहनी मन्तर भन्ने पङ्क्तिहरूबाट कसैप्रति माया लाग्नु भनेको मोहनीको कारणले हो भन्ने कुरामा लोकको विश्वास रहेको स्पष्ट हुन्छ ।

६. निष्कर्ष

कृषिप्रधान देश नेपालको कृषिकर्मसँग सम्बन्धित संस्कृतिका रूपमा रोपाइँगीत रहेको छ । रोपाइँगीतमा मुख्यतया धान रोपाइँसँग सम्बन्धित विषय र अन्य आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक विषयहरू पनि आएका हुन्छन् । जसबाट तद्सम्बन्धी पक्षहरूको पनि अध्ययन गरी देशको स्थिति बारे अनुमान गर्न सकिन्छ । यो सानो लेखमा रोपाइँगीतहरूमा निहित समग्र सांस्कृतिक सन्दर्भहरूलाई प्रस्तुत गर्न सम्भव नहुने हुँदा यो कार्य रोपाइँगीतमा प्रशस्तै सांस्कृतिक सन्दर्भहरू छन् भन्ने कुराको सङ्केत मात्र हो । हाम्रा परम्परागत चालचलन, मूल्यमान्यता बोकेको यो सांस्कृतिक निधि कृषिकर्ममा आधुनिक प्रविधिहरूको प्रयोग, युवा पुस्तामा रहेको स्वदेशी कृषि पेसाप्रतिको उदासीनता, रोजगारीको खोजीमा जनशक्तिको विदेश पलायन आदि कारणहरूले गर्दा हाम्रो समाज र सस्कृतिको दर्पणका रूपमा रहेका रोपाइँगीतहरू युवा पुस्तामा हस्तान्तरण हुन नसकेको अवस्था छ । लय सौन्दर्यका दृष्टिले पनि असारे गीतको भाका अनुपम नै रहेको छ । नया पुस्ताले अनुसरण नगर्दा पुर्खाले अर्जेको एउटा सुन्दर लोकसाङ्गीतिक सम्पदा नासिने अवस्थामा छ । आधुनिक साङ्गीतिक साजसज्जाले यस्ता भाकाहरू सजाएर प्रस्तुत तथा प्रसारण गनुपर्ने आजको आवश्यकता रहेको छ । यस्ता भाका तथा सम्पदाहरूलाई स्थानीय तथा राष्ट्रिय पाठ्यक्रममा समावेश गर्नुपर्ने देखिन्छ । त्यसैले यस्ता संस्कृति संरक्षण र संवर्धनको जिम्मा लोकगायक र सरोकारवाला निकायहरूले समयमै आवश्यक व्यवस्था गनुपर्ने देखिन्छ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्री :

आचार्य, गोविन्द (२०६२), लोकगीतको विश्लेषण, काठमाडौँः पैरवी प्रकाशन ।

पराजुली, मोतीलाल (२०७२), *लोकगाथामा लोकतत्व* नेपाली लोकवार्ता (गोष्ठीपत्र सँगालो), काठमाडौँ नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठान ।

पोखेल, लक्ष्मी (२०५९), "अर्घाखाँचीका लोकगीतहरूको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण", स्नातकोत्तर शोधपत्र, त्रि.वि. कीर्तिपुर ।

--- (२०६१), "हाम्रा केही श्रमगीतहरू", **पाणिनि**, वर्ष १, अङ्क १, पृ. ८९-९० ।

---(२०७१), "लुम्बिनी अञ्चलका लोकगीतको समाजशास्त्र" विद्यावारिधि शोधप्रबन्धः मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र सङ्काय त्रि.वि. कीर्तिपुर ।

बन्धु, चूडामणि (२०५८), **नेपाली लोक साहित्य,** काठमाडौँ : एकता बुक्स ।

बस्याल, जीबलाल (२०५८), **पश्चिमाञ्चलका नेपाली लोकगीतको अध्ययन र विश्लेषण**, काठमाडौँ : हुमकुमारी बस्याल ।

जीवनमा कर्मयोग सिद्धान्तको व्यावहारिकता, एक विवेचना

डा. बाबुराम ज्ञवाली
प्राध्यापक: अर्थशास्त्र

लेखसार

आफ्नो कर्तव्य निर्धारित गर्न नसकेर विषादग्रस्त बनेका अर्जुनलाई कर्तव्य पथमा अग्रसर गराएकोले गीता मुख्यत: कर्मलाई प्रेरित गर्ने शास्त्र हो । कर्तव्यपथमा लाग्नका लागि गीताले जुन प्रेरणा दिएको छ, त्यो यसको विशिष्टता हो । गीताले परिणामको आशा नगरीकन बिना कुनै स्वार्थ आफ्नो कर्तव्य पूरा गर्नु पर्छ भनेको छ । तर कर्तव्यपथमा अग्रसर हुने अभिप्रेरणा स्वार्थ र परिणामको आशा हो भनी यस सिद्धान्तको आलोचना पनि भएको छ । यस लेखमा यी सबै कुरा विवेचना गर्दै आजको प्रतिस्पर्धात्मक जीवनमा कर्मयोगको महत्त्व र यसको व्यावहारिकता विश्लेषण गर्ने प्रयास गरिएको छ ।

शब्दकुञ्जी : सांख्य, योग, कर्म, अकर्म, विकर्म ।

१. पृष्ठभूमि

वेदान्तका तीन मूल ग्रन्थ छन् -उपनिषद्, ब्रह्मसूत्र र गीता । यी तीनमा प्रस्तुति र अध्ययनका दृष्टिले सबभन्दा सरल र लोकप्रिय गीता हो । यसलाई श्रीमद्भगवद्गीता वा गीतोपनिषद् पनि भनिन्छ । यो ग्रन्थ सर्वसाधारणबीच जति लोकप्रिय छ, दार्शनिकबीच पनि उत्तिकै चर्चित छ । आइन्स्टीनका शिष्य ओपेन हाइमर, थोरो, इमरसन, गान्धी, विवेकानन्द, बालगंगाधर तिलक र महर्षि अरविन्दो केही यस्ता नाम हुन् जो गीताको दर्शनबाट अत्यधिक प्रभावित थिए । लेखनाथ पौड्यालको प्रसिद्ध कविता काल महिमा गीताबाट लिइएको छ भन्न सकिन्छ ।

गीता ग्रन्थमा प्रतिपादन गरिएका मौलिक सिद्धान्तमध्येको एक दर्शन हो कर्मयोगको सिद्धान्त । गीताका अन्य सिद्धान्त जस्तै आत्माको अमरता, पुनर्जन्म र अवतारको सिद्धान्त इत्यादि यसै कर्मयोग सिद्धान्तमा आधारित छन् भन्न सकिन्छ ।

वर्ष २०८२ को सुरुमा युनिसेफले यस ग्रन्थलाई विश्व सम्पदा सूचीमा दर्ता गरेको छ । यसबाट यसको महत्त्वलाई संयुक्त राष्ट्र संघले पनि बुझ्न थालेको अनुमान हुन्छ । यस अघि ऋग्वेदलाई सूचीकृत गरिसकिएको छ ।

२. उद्देश्य

गीता दर्शनको मुख्य सन्देश कर्मयोग सिद्धान्त हो। यो सिद्धान्त जुन श्लोकमा प्रस्तुत गरिएको छ त्यसको अर्थ, व्याख्या र श्लोकको निहितार्थ विश्लेषण गर्दै व्यावहारिक जीवनमा यस दर्शनको उपयोगिता परीक्षण गर्नु यस अध्ययनको उद्देश्य रहेको छ ।

३. सम्बन्धित साहित्यको परिचय

श्रीमद्भगवद्गीता, जसको छोटकरी नाम गीता प्रसिद्ध छ, विश्वका सर्वाधिक अनूदित धार्मिक शास्त्रमध्ये एक हो । यति मात्र होइन यो पाश्चात्य र पूर्वीय दार्शनिकहरूलाई सर्वाधिक प्रभावित गर्ने सनातन हिन्दू दर्शनमध्ये एक पनि हो । एकलाख श्लोकको महाभारतको एक सानो हिस्सा भइकन पनि यसको स्वतन्त्र पहिचान छ ।

कौरव र पाण्डवबीच न्यायिक निर्णयका लागि भएको युद्धको सुरुमा दुवै सेनाको बीचमा उभिए पछि युद्ध गर्ने कि युद्ध छोड्ने भन्ने विषयमा अनिर्णित बनी विषादग्रस्त बनेका अर्जुनलाई श्रीकृष्णद्वारा दिइएको उपदेश नै

श्रीमद्भगवद्गीता हो । गीताको शाब्दिक अर्थ हो गीत । ईश्वरले लालित्यपूर्ण वाणीमा उपदेश गरेकोले यसको नाम गीता भएको हो । यस ग्रन्थको अर्को नाम श्रीकृष्णार्जुन संवाद हो ।

यसमा १८ अध्याय, ७०० श्लोक तथा २३०६६ अक्षरहरू छन् **(रामसुखदास, वि.सं. २०६७ ख)** । यसको पहिलो अध्यायको नाम अर्जुन विषादयोग हो भने अन्तिम अध्यायको नाम मोक्षसन्न्यासयोग हो । यसको दोस्रो अध्यायको नाम सांख्य योग हो । यसै अध्यायमा कर्मयोगको सिद्धान्त प्रतिपादन गरिएको छ । जसको व्याख्या अन्य अध्यायहरूमा गरिएको छ ।

गीताको सबभन्दा पुरानो व्याख्या शांकरभाष्य हो । यसको पहिलो अंग्रेजी अनुवाद चार्ल्स विल्किन्सको भगवद्गीता (सन् १७८५) हो । पहिलो नेपाली अनुवाद कोमलगीता हो । भारतीय भाषामा पहिलो अनुवाद ज्ञानेश्वरीको गीता मानिएको छ । शाहजहाँका जेठा छोरा दाराशिकोहले गीताको पहिलो फारसीमा अनुवाद गराएको बताइन्छ । अहिले गीता विश्वका सबै प्रमुख भाषाहरूमा उपलब्ध छ **(विकीबुक्स, सन् २०२४)** ।

४. कर्मको दार्शनिक आधार

मानिस एक छिन पनि कर्म नगरी रहनसक्दैन । उसले कर्म गर्नै पर्छ किनभने कर्मबिना उसको जीवन निर्वाह पनि चल्दैन (गीता ३.८) । त्यसैले गीतामा मानिसले गर्नुपर्ने कार्य अर्थात् कर्मलाई राम्ररी व्याख्या गरिएको छ । स्पष्टतः यो ग्रन्थ कर्मलाई प्रेरणा दिने ग्रन्थ हो । तर गीताले स्पष्ट शब्दमा भनेको छ- कर्मको विषय गहन भएकोले मानिसहरूले यसलाई गहन रूपमा बुझ्नु पर्छ । किनभने गर्नु पर्ने कार्य पनि छन्, गर्न नहुने कार्य पनि छन् र गरे पछि निष्कर्मता प्राप्त गर्न सकिने तरीका पनि छन् ।[1] निष्कर्मताको अर्थ हो कर्म गरेको तर परिणाम कर्म त्याग गरे जस्तो । यी तीन थरी कर्मलाई गीतामा कर्म, विकर्म र अकर्म भनिएको छ (४.१७) ।

५. कर्म र स्वधर्ममा सम्बन्ध

धर्मलाई गीतामा विविध अर्थमा प्रयोग गरिएको छ । पुण्यकर्म, मर्यादापालन, ज्ञान विज्ञान र कर्मफलको चाहनासहितको कर्मलाई गीतामा धर्म भनिएको छ । तथापि मुख्यतया गीतामा धर्मको अर्थ हो- कर्तव्य कर्म (२.७, १८.६६), सद्गुण सदाचार (४.७, ११.१८) तथा समबुद्धि (२.४०) । त्यसैले स्वधर्मको अर्थ हो कुनै व्यक्तिको पारिवारिक सामाजिक अवस्था, पदीय जिम्मेवारी वा प्रकृति अनुसारको कर्तव्य । उदाहरणका लागि एक सैनिकको धर्म हो लड्न आएकाको ज्यान लिनु र एक चिकित्सकको धर्म हो शत्रु भएपनि उसको ज्यान बचाउनु । यसरी धर्मले एउटै सन्दर्भमा पनि विपरीत अर्थ लिन सक्छ (शर्मा, डी एस, वि.सं.२०५५) । निश्चित रूपमा स्वधर्म पालन गर्दा मानिसले आफ्नो प्रकृति र धर्मशास्त्रका नियम दुवै कुरालाई ध्यानमा राख्नु पर्छ । स्वधर्म पालन गर्दा शंका लागेमा के गर्ने यस बारेमा पनि शास्त्रका उपायहरू छन् जुन उपनिषदमा वर्णन गरिएका छन् । (तैत्तिरीय उपनिषद, शीक्षावल्ली, आचार्य श्रीराम, सन् २०१०) के भन्नु नपर्ला भने स्वधर्म नै पहिलो कर्तव्य हुनुपर्छ । यस्तो स्वधर्मलाई कहिल्यै पनि त्याग्नु हुँदैन (१८.४७) । स्वधर्माचरणले महान् पुण्य प्राप्त हुन्छ । उसलाई त्याग्नु पाप हो (२.३१) । परधर्म (अरुको धर्म, जुन आफ्नो अनुकूल छैन) गर्नुभन्दा जति नै अपूर्ण लागे पनि स्वधर्म गर्दै मर्नु कैयौं गुना श्रेयस्कर छ- स्वधर्मे निधनं श्रेय परधर्मो भयावह (३.३५) । यी सबै कुराले स्वधर्म पालन भन्नु नै कर्मयोग हो भन्न सकिन्छ ।

[1] कर्मणो ह्यपि बोद्धव्यं बोद्धव्यं च विकर्मणः । अकर्मणश्च बोद्धव्यं गहना कर्मणो गतिः ॥ ४.१७ ॥

६. गीतामा कर्मयोग सिद्धान्तको प्रतिपादन

गीतामा कर्मयोग सिद्धान्तको विविध परिप्रेक्ष्यमा व्याख्या गरिएको छ । कर्मसन्न्यास (४.४१), नियत कर्म (३.८) निष्कामकर्म, स्वधर्मपालन (१८.४७), नैष्कर्म्यसिद्धि (३.४) युक्त (५.८) अथवा केवल योग (३.५)भनेर पनि कर्मयोगलाई परिभाषित गरिएको छ ।

गीताको कर्मयोगलाई अध्याय दुईको निम्नलिखित श्लोकमा परिभाषित गरिएको छ ।

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।
मा कर्मफलहेतुर्भू मा ते संगोऽस्त्वकर्मणि ॥ (२.४७)॥

कर्ममा तिम्रो अधिकार छ । त्यसको परिणाममा होइन । तर यसो भन्दैमा (फल पाईदैन भन्ने भाव मनमा लिएर) कर्म नगर्नुमा तिम्रो प्रेरणा हुन नजाओस् ।

यस श्लोकको विश्लेषण गर्न आठ आठ अक्षरका यसका चारवटा चरणहरू अलग अलग विश्लेषण गरिएको छ-

६.१ कर्मण्येवाधिकारस्ते

कर्मणि (कर्महरूमा, कर्म गर्नुमा) एव (नै) ते (तिम्रो) अधिकारः (अधिकार छ) ।

यस श्लोकांशको अर्थ सरल छ । कर्म गर्नु पर्छ किनभने यसो गर्नु मात्र तिम्रो अधिकार हो । यद्यपि गीतामा अधिकारको रूपमा व्याख्या गरिएको छ । यसको अर्थ के हो भने कर्म गर्न वा नगर्नमा मानिसलाई अधिकार छ ।

६.२ मा फलेषु कदाचन

फलेषु (फलमा, परिणाममा) कदाचन (कहिल्यै पनि,कदाचित पनि तिम्रो अधिकार) मा (छैन) ।

यदि कर्म आगत (इनपुट) हो भने कर्मफल प्रतिफल (आउटपुट) हो । तर यो कर्मफल हामीले चाहे अनुसार हुँदैन बरु त्यो प्रतिफल आफ्नै निश्चित प्रक्रिया अनुसार हुन्छ । यसलाई गणितको सामान्य संकेतले स्पष्ट गर्न सकिनछ । गणितमा प्रक्रियात्मक सम्बन्धलाई $y = f(x)$ ले संकेत गरिन्छ । यहाँ वाई परिणाम (आश्रित चलराशि) हो भने एक्स स्वतन्त्र चलराशि हो । गणितको ज्ञान हुनेलाई के स्पष्ट छ भने वाईको मान केवल एक्सको कारणले घटबढ हुँदैन, त्यसको फंक्शन अर्थात् निश्चित प्रक्रियाले गर्दा घटबढ हुन्छ । उदाहरणका लागि श्रम (एक्स) को मात्रामा वृद्धि गर्दा उत्पादन (वाई) सोही अनुपातमा वृद्धि हुन पनि सक्छ र नहुन पनि सक्छ । यो प्रतिफलको नियममा भर पर्छ । त्यसै गरी पढाइको समयावधि (एक्स) लाई बढाउने हो भने विद्यार्थीको परीक्षा प्राप्तांकमा उन्नति हुनु पर्छ । तर यो उन्नति चाहे अनुसारको हुनै पर्छ भन्न सकिँदैन ।

प्राकृतिक नियम के हो भने कर्म गर्ने र फल प्रदान गर्ने दुई अलग निकाय हुन्छन् । बिरुवाको जरा र पातले कर्म गर्छन् तर फल दिने काम फूलले गर्छ । मानव जीवनमा पनि यही नियम लागू हुन्छ । खेल खेल्ने र त्यसको निर्णय दिने दुई अलग पक्ष हुन्छन्, हुनै पर्छ। अन्यथा सही परिणाम प्राप्त हुँदैन। आफैंले खेलेर आफैं निर्णय दिन मिल्दैन । किसानले खेती गर्ने हो उत्पादनको परिणाम उसको हातमा हुँदैन । व्यापारीले व्यवसाय गर्न सक्छ नाफा भन्ने कुरालाई अनिश्चित राख्न बाध्य हुन्छ । विद्यार्थीले अध्ययनका घण्टा बढाउन सक्छ तर वाञ्छित परिणामको दावा गर्न सक्दैन ।

कर्म गर्नुमा मात्र तिम्रो अधिकार छ- को उपमान्यता के हो भने परिणाममा अधिकार छैन । यहाँनिर के बुझ्नु पर्छ भने फलमा अधिकार छैन भन्नु र फल पाईदैन भन्नु फरक फरक कुरा हुन् । यी दुई कुरामा अन्तर गर्न नसक्दा गीताको यस श्लोकलाई जसरी बुझिनु पर्ने हो त्यो नभएको भन्न सकिन्छ ।

यसलाई अझ स्पष्ट गर्न गीतामा कर्मफलको आशा लिनु वा अकर्मण्य बस्नु दुवै कार्य गर्नु हुँदैन भनिएको छ । यो कुरा आगामी श्लोकांशमा स्पष्ट गरिएको छ ।

६.३ मा कर्मफलहेतुर्भू

कर्मफल (कर्मका फलको) हेतु: (कारण, अभिप्रेरणा) मा (न) भू: (होउ) ।

फलमा अधिकार छैन, यस्तो कर्मफलको हेतु नहोउ । जुन कर्मको फल पाईंदैन, त्यो कर्म किन गर्ने ? यस्तो भाव मनमा नलेऊ ! आफ्नो कर्मलाई पूर्ण उत्साह र रुचिका साथ पूरा गर ।

यदि कर्मको फल पाईंदैन भने त्यस्तो कर्म किन गर्ने ? संसारका सबै कर्तव्यरूपी मेसीनको ईंधन त्यसको फलको अभिप्रेरणा हो । कर्मको अभिप्रेरणा (मोटिवेशन) त्यसको फल नै हो ।

तर गीताले के भनेको छ भने कर्तव्य पूरा गरे पछि फल पाईंदैन कि भन्ने चिन्ता पनि नलेऊ । फल पाइन्छ भनेर स्वार्थी भएर पनि कर्म नगर । प्राकृतिक नियम के हो भने जसले कर्तव्य पूरा गर्छ उसले अवश्य फल प्राप्त गर्छ र कर्तव्य अनुरूपको नै फल प्राप्त गर्छ । बिरुवा रोपे पछि उचित समयमा उचित फल दिन्छ । राम्रो कर्मको राम्रो फल हुन्छ, नराम्रो कर्मको नराम्रै फल हुन्छ । कुनै कर्मको फल तत्काल हुन्छ, कुनैको फल विलम्वले प्राप्त हुन्छ । अर्थशास्त्रमा लगानी र प्रतिफलका सिद्धान्तहरूले के स्पष्ट गरेका छन् लगानीको अनुपातमा प्रतिफल हुन पनि सक्छ र अनुपातभन्दा कम प्रतिफल पनि हुन सक्छ । लगानी गर्नेले पनि ठीक अनुमान गर्न सक्दैन । त्यसैले जोखिम वेहोर्ने भनिन्छ ।

६.४ मा ते संगोऽस्त्वकर्मणि

तु (अनि) अकर्मणि (कर्म नगर्नेमा, अकर्मण्य हुनेमा) ते (तिम्रो) सङ्ग: (आसक्ति) मा (नहोस्) ।

चौथो श्लोकांश विशेष आग्रहको रूपमा छ । अकर्ममा आसक्ति नराख अर्थात् फल पाईंदैन भनेर कर्म गर्दिनं भन्ने ढिपी नगर । फल नपाउने भए पछि कर्म किन गर्ने भनेर निष्क्रिय भएर पनि नबस । अकमर्ण्य हुनु निराशाजनक मनोविज्ञानको निर्माण गर्नु हो ।

व्यावहारिक जीवनमा फलको इच्छाले मात्रै कर्म गर्ने चलन छ । जहाँ फल छैन त्यहाँ कर्म गर्न मानिसहरूले छोडीदिन्छन् । त्यसैले चतुर्थ चरणमा कर्म नगर्नेतर्फ तिम्रो इच्छा नमोडियोस् भनी गीताले सचेत पनि गराएको छ । यो नै गीताका कर्मयोग सिद्धान्तको विशेषता पनि हो ।

७. श्लोकको निहितार्थ

यस श्लोकको निहितार्थ के पनि हो भने मानिस कर्म गर्न स्वतन्त्र छ । किनभने कर्म उसको इच्छामा भर पर्छ । तथा इच्छा गर्न मानिस स्वतन्त्र छ तर त्यस कर्मको परिणाममा मानिस स्वतन्त्र छैन । हामीले जे इच्छा गर्छौं त्यो परिणाम प्राप्त हुँदैन । परिणाम केवल त्यो प्राप्त हुन्छ, जस्तो कर्म हुन्छ । स्पष्टत: परिणाममा हामी स्वतन्त्र छैनौं, बाँधिएका छौं **(ईश्वरानन्द, वि.सं. २०५१)** ।

यसको अर्को निहितार्थ के हो भने कर्तव्यलाई प्राथमिकता देऊ, अधिकारलाई होइन । कर्तव्य पूरा गर्ने हो भने अधिकार आफैं प्राप्त हुन्छ । निष्काम कर्मयोगको गीता दर्शन बडो वैज्ञानिक छ । यसले के मान्दछ भने कसैको कर्म हेरेर त्यसको फल दिने कुनै छुट्टै परमेश्वर कहीं बसेको छैन, जसले जस्तो कर्म गर्छ सो अनुसारको कर्मफल त्यसको लागि नियत छ । स्वत: पाउँछ ।

कर्मफलको आकांक्षा किन हानिकर छ यस बारेमा स्वामी रामसुखदासले भनेका छन्- 'कुटुम्व त्यति हानिकारक छैन, जति त्यसको मोह । धन त्यति हानिकारक छैन, जति त्यसको लालसा **(रामसुखदास, वि.सं.२०६७, क)** ।'

यो सिद्धान्त व्यावहारिक रूपमा उपयोगी छ भन्ने कुराको पुष्टि पनि गीताले गरेको छ । उदाहरणका लागि धेरै अघि जनक जस्ता अनेक महान् व्यक्तिहरूले कर्मयोगद्वारा पूर्णत्व प्राप्त गरेका थिए (३.१९,२०)। तिनीहरू मात्र होइन, स्वयं श्रीकृष्ण आफैंले निरन्तर समाजमा रहेर कर्म गर्दै अज्ञानीहरू समक्ष कर्म-कुशलताको त्यो आदर्श राखे जसले सिद्धि प्राप्त हुन्छ (३.२१-२६) ।

गीताको यो सिद्धान्त एक ईश्वरीय आदेश होइन । आदेश दिने श्रीकृष्णले यस नियमको अनुपालन आफैंले पनि सतर्क भएर गरेको कुरा स्पष्ट शब्दमा भनेका छन्- मैले यस संसारमा गर्न पर्ने केही छैन तर म एकछिन आराम नगरी आफ्नो कर्तव्य पूरा गरिरहन्छु [2] (३.२३) ।

दैनिक जीवनमा यसको व्यावहारिकता के कारणले पुष्टि हुन्छ भने व्यापारीले लगानी गर्दा नाफा नै हुन्छ भन्न सकिँदैन । ठूलो घाटा हुन पनि सक्छ । जीवनमा कुनै काम गर्दा मानिसले सफलता पाउँछ भन्न सकिँदैन, असफलता पनि हुन सक्छ । त्यसैले मुख्य कुरा हो ईमानदारी र लगनशीलता साथ आफ्नो काम गर्नु । कर्ममा ध्यान केन्द्रित गर्नु त्यसको परिणाममा ध्यान केन्द्रित गर्नु भन्दा धेरै उत्तम हुन्छ ।

८. कर्मयोग र कर्मफलमा अन्तर

कर्मयोग र कर्मफलको सूक्ष्म अन्तरमा ध्यान दिनु पर्छ । कर्मफलको अर्थ हो परिणामप्रति दृष्टि तथा कर्मयोगको अर्थ हो प्रक्रियामा दृष्टि । गीताले कर्मको परिणामप्रति ध्यान केन्द्रित नगर बरु कर्मको प्रक्रियामा एकाग्रचित्त होऊ भनेको छ । वैदिक यज्ञ तथा कर्मकाण्ड अनुष्ठान परिणाम केन्द्रित हुन्छन् । यस सम्बन्धमा गरुड पुराण अझ क्रान्तिकारी छ उसले मृत्यु उपरान्त पनि निश्चित कर्मको निश्चित कर्मफल व्याख्या गरेको छ । आधुनिक मनोविज्ञानले पनि के मान्दछ भने कर्मफलको चाहना नभइकन कर्मको प्रेरणा हुन नसक्ने मान्दछ । त्यसैले कर्मफललाई दृष्टिगत गरेर कर्म गर्न धेरै जना इच्छुक हुन्छन्। आधुनिक समाजमा समेत यस अवधारणाको प्रभाव परेको छ । बढी प्रतिफल प्राप्त हुने काममा मानिसहरूको प्रतिस्पर्धा निश्चित रूपमा बढी हुन्छ **(ज्ञवाली, वि.सं.२०७२,ख)** ।

९. कर्मयोग सिद्धान्तको आलोचनात्मक पक्ष

फलको आकांक्षा नगरीकन कुनै काम गर्न सकिन्छ कि सकिँदैन ? कुनै परिणाम प्राप्त नभएमा त्यो कर्म किन गर्नु ? सामान्य मानिसहरूका लागि कर्मको प्रेरक तत्त्व स्वार्थ कामना हो । व्यक्तिगत स्वार्थ नै कर्मको सक्रियताको कारण हो । कौटिल्यले पनि अर्थलाई कर्मको प्रेरक तत्त्व बताएका छन् । (चाणक्य सूत्र १, कौटिलीय अर्थशास्त्र, वि.सं.२०२४) पाश्चात्त्य दार्शनिक जोन डिवी र मास्लोफले कुनै मोटिवेशन (अभिप्रेरणा) नभएमा मानिसले त्यस कामलाई मन लागएर गर्न सक्दैन भन्ने मान्दछन् । **(विकीबुक्स, सन् २०२४)**

१०. दुई प्रमुख मार्गको समन्वय

श्रीकृष्णको जीवन कालमा दुई प्रमुख विचारधाराहरू थिए । जसको परिणामस्वरूप जीवनका दुई भिन्न दृष्टिकोण र मार्ग अस्तित्वमा आए । एउटा विचार थियो अभ्युदय । यो विचार वेदबाट आएको थियो । यसमा सांसारिक सुखका लागि यज्ञ-याग र कर्मकाण्डलाई अत्यधिक महत्त्व दिइएको छ । यस अनुसार गर्नेले इहलोक र परलोक दुवैमा सवैथोक प्राप्त गर्नसक्छ । तर यसमा समय, शक्ति र धनको अत्यधिक आवश्यकता पर्ने तर त्यसको दाँजोमा प्राप्त प्रतिफल नगण्य हुने अनुभव तात्कालिक समाजले गर्‌यो । यस सिद्धान्तको प्रतिक्रियास्वरूप निश्रेयस सिद्धान्तको सिद्धान्त प्रतिपादन भयो । यो अवधारणा उपनिषद्का ऋषिहरूले प्रस्तुत

[2] यदि ह्यहं न वर्तेयं जातु कर्मण्यतन्द्रित: ।
मम वर्त्मानुवर्तन्ते मनुष्या: पार्थ सर्वश: ॥ ३.२३ ॥

गरेका थिए । उनीहरूले यस्तो जीवनको पक्ष लिए जहाँ सबै कर्मको त्याग गरिन्छ । र केवल जीवित रहनका लागि आवश्यक कर्म गरेर निरन्तर सत्यको खोजी गर्नुलाई जीवनको उद्देश्य माने ।

आआफ्ना स्वभावको आधारमा यी दुई दृष्टिकोण वा मार्ग बढी सम्पन्न, दक्ष र समाजलाई प्रभाव पार्न सक्ने वर्गसम्म सीमित हुनपुगे । आध्यात्मिक मार्गका थुप्रै आकांक्षी हुँदाहुँदै पनि समाजका बहुसंख्यक मानिस अन्यौल अवस्थामा रहे । गीताको निष्काम कर्मयोगको सिद्धान्तले दुवै मार्गलाई समन्वय गर्‌यो र बहुसंख्यकलाई आफूतिर आकर्षित गर्‌यो **(हर्षानन्द, सन् १९९१)** ।

बुद्धिमान र चतुरयुगनायक भएकाले श्रीकृष्णले प्रचलित यज्ञ परम्परालाई त स्वीकार गर्छन् तर उनले त्यसमा परिवर्तन गर्ने र त्यसबाट अझ टाढा जाने बाटो पनि पहिल्याउँछन् । (उही, सन् १९९१) प्रजापतिले यज्ञ वा बलिदानको प्रथा मानिस र देवहरू बीच कडीको रूपमा रचेका थिए । यसबाट उनीहरू आपसी सहायता र सहयोग गर्दै समृद्ध हुन जाने सिद्धान्त प्रतिपादन उनले गरेका थिए । (३.१०-११) तर यज्ञ वा बलिदान केवल विशिष्ट अग्निमा नै गर्नु पर्छ छैन । व्यक्तिको कुनै पनि कार्य, जसमा स्वार्थको त्याग निहित छ र जुन मानव कल्याणका लागि गरिन्छ, यज्ञ हुन सक्छ भन्ने सिद्धान्त गीताले प्रतिपादन गर्‌यो (४.२५-३०) ।

काम्य कर्म (स्वार्थ प्रेरित कार्य) को त्यागलाई गीतामा कर्मयोग भनिएको छ । व्यक्तिलाई कर्मले बन्धनमा राख्दैन, त्यसका परिणामको कामनाले पासोमा जेल्छ भन्ने कुरा गीतामा स्पष्ट गरिएको छ (९.२०-२१) । शरीरधारीका लागि कर्म अपरिहार्य भएको तथ्यलाई सहजै स्वीकार गरी आत्मसंयम राखेर तथा फलकामना त्यागेर यज्ञ रूपमा कर्महरू सम्पन्न गर्नु नै श्रेयस्कर छ (३.५-१२,१९)। यसरी जसले कर्म गर्छ उ सन्न्यासी र योगी दुवै हुन्छ । कर्मयोगको अर्को विधि पनि छ, ईश्वर समर्पित कर्म गर्दै त्यसको परिणाम पनि उनैलाई अर्पित गरीदिनु (५.१०,१२, ११.५५, १२.६-११) । लोकसंग्रहका दृष्टिले पनि कर्म गर्नु आवश्यक छ, मानिसलाई सन्मार्गको बाटो देखाउनु समाजका अगुवाहरूको अनिवार्य कर्तव्य हो (३.२०,२५)।

१०. कर्मयोगको आधुनिक व्याख्या

महात्मा गान्धीले स्वराज्य आन्दोलनको समयमा सधैं गीता पाठ गर्थे । उनले भनेका छन्, मलाई कुनै समस्या पर्‌यो भने मैले गीताका पाना फर्काउँछू । जुन श्लोकमा आँखा पर्छ, त्यस श्लोकले मलाई समाधान दिन थाल्छ । अनि म मुस्कुराउँछू । उनले कर्म गर्दा कुनै समस्या पर्‌यो भने गीताका श्लोकले मार्गदर्शन गर्छ भन्ने कुरा स्वीकार गरेका छन् । बाल गंगाधर तिलकले गीतालाई कर्मयोगको ग्रन्थ मान्दै आफ्नो अनुवादलाई उनले कर्मयोग रहस्य नाम दिएका छन् । स्वामी विवेकानन्दले भनेका छन्, जीवन रूपी संघर्षमा भागेर जोगिन सक्दैन । उठेर अन्यायको विरुद्ध संघर्ष गर्नै पर्छ । यसमा आफ्नो सारा शक्ति लगाउनु पर्छ **(विकीबुक्स, सन् २०२४)** ।

परमाणु बमका आविष्कर्ता ओपेन हाइमरले बमको परीक्षण सफल भए पछि सबैभन्दा पहिले गीताको श्लोक (११.३२) उनको मनमा आएको कुरा उल्लेख गरेका छन् । जसमा भनिएको छ सारा संसारलाई नाश गर्न बढेको महाकाल म हूँ । तिमी निमित्त मात्र होउ र यश प्राप्त गर [3] **(विकीबुक्स, सन् २०२४)** । वास्तवमा युद्ध परमाणु बलमे जित्यो र अमेरिकाले त्यस विजयको यश प्राप्त गर्‌यो । नेपालका शीर्षस्थ समाज सुधारक शहीद शुक्रराज शास्त्रीले काठमाडौंमा गीताको कर्मयोगको प्रचार गरेर आफ्नो कर्तव्य पूरा गर्दा प्राण दिनु

[3] कालोऽस्मि लोकक्षयकृत्प्रवृद्धो, लोकान्समाहर्तुमिह प्रवृत्तः ।

ऋतेऽपि त्वां न भविष्यन्ति सर्वे, येऽवस्थिताः प्रत्यनीकेषु योधाः ॥ ११.३२॥

तस्मात्त्वमुत्तिष्ठ यशो लभस्व, जित्वा शत्रून्भुङ्क्ष्व राज्यं समृद्धम् ।

मयैवैते निहताः पूर्वमेव, निमित्त मात्रं भव सव्यसाचिन् ॥११.३३॥

दुवै दृष्टिले लाभदायक छ । उनले जिते पृथ्वीको राज्य, मरे स्वर्ग भन्ने उपदेश दिइरहेका थिए भनी नेपाली इतिहासकारहरू बताउँछन् **(ज्ञवाली, वि.सं.२०७७)** ।

११. स्थानीय जनमानसमा प्रभाव

गीता एक यस्तो ग्रन्थ हो जसको प्रभाव विश्वव्यापी मानिएको छ । नेपालमा पनि यसको प्रभावका बारेमा केही चर्चाहरू भेटिन्छन् । राणा प्रधानमन्त्री जुद्ध शम्शेरले दैनिक गीतापाठ गर्थे । सरल नेपाली भाषामा गीताको अनुवाद देखेर प्रसन्न भई वि.सं.१९८९ मा उनले गीता पुस्तक छपाउने खर्च राजकीय कोषबाट दिएको कुरा कोमल गीताको भूमिकामा उल्लेख गरिएको छ **(कोमलगीता, वि.सं. २०१८, भूमिका)** । वि.सं. २००२ मा स्थापना भएको रामेश्वर शिवमन्दिर, मणिग्रामको भित्तामा सिंगमरमरको ढुंगामा १८ अध्याय र ७०० श्लोकी गीता कुँदेर लेखिएको छ । वि.सं.२०२२ मा गीता पाठ गरिने स्थल भएको ठाउँ, मणिग्राम १२ नम्बरमा स्वामी ईश्वरानन्दको अग्रसरतामा गीता मन्दिरको नामले एउटा मन्दिर नै स्थापना गरिएको छ । यो मन्दिर आजसम्म सञ्चालित छ ।

१२. उपसंहार

कर्मयोगको जुन सिद्धान्त गीतामा प्रतिपादन गरिएको छ, त्यो गीता उपदेशको समयमा जति सान्दर्भिक थियो आजको जटिल प्रतिस्पर्धात्मक समाजमा पनि उत्तिकै उपयोगी छ । कर्म गरे पछि फल अवश्य प्राप्त हुन्छ । कुनै कर्मको समुचित फल प्राप्त हुन्छ कुनैको हुँदैन । तर कुन कर्मको कति फल प्राप्त हुन्छ, त्यस परिणामको भविष्यवाणी आज गर्न सकिँदैन । यो कुरा प्रत्येक समयमा सत्य छ ।

अर्जुन, जसका लागि यो उपदेश गरिएको हो, उनी आध्यात्मिक ज्ञानका निष्ठावान जिज्ञासु थिए । कामनाहरूबाट प्रेरित कार्यहरूमा उनलाई रुचि थिएन । तर पनि उनका लागि त्यो मार्ग उचित थिएन जसमा सबै कर्मको त्याग गरिन्छ । त्यसैले गीतामा कृष्णले के घोषणा गरीदिएका छन् भने उसको सामर्थ्य केवल कार्य गर्नु हो, त्याग गर्नु होइन । तर साथै उसले परिणामतर्फ होइन कर्मतिर ध्यान केन्द्रित गर्नु पर्छ । किनभने युद्धमा जीत हुन पनि सक्छ र नहुन पनि सक्छ । एक योद्धाको काम बहादुरीपूर्वक युद्ध गर्नु नै हो, परिणामको चिन्ता गर्नु हो । जीवन संग्रामका लागि पनि यही कुरा सत्य छ । अर्जुन जस्तै प्रत्येक मानिसको काम हो अगाडि आइपरेको जीवनका पवित्र कर्तव्य पालन गर्नु, चाहे ती जति नै अप्रिय लागुन् ।

सारमा के भन्दा अतिशयोक्ति हुने छैन भने हिन्दू दर्शनमा यस ग्रन्थले यस्तो एक मार्ग प्रशस्त गरेको छ, जुन गीताको प्रतिपादन हुनु अघि अज्ञात थियो ।

परिणाममा ध्यान केन्द्रित गर्दा वाञ्छित परिणाम प्राप्त नहुँदा मानिसहरू अवसादग्रस्त हुन पुग्छन् । यस अवसादबाट मुक्तरहने उपाय हो कर्ममा आफ्नो सम्पूर्ण शक्ति लगाउने । सदैव शान्त मनःस्थितिमा रहनु छ भने एकाग्रतापूर्वक कर्तव्यय पूरा गर्न पर्छ र परिणामको बारेमा चिन्तित हुनु हुँदैन । यही कर्मयोग सिद्धान्तको व्यावहारिक उपयोगिता हो ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्री

अधिकारी, कोमलनाथ (२०१८), *पञ्चरत्नगीता, कोमलगीता,* नेपाली पद्यानुवाद र व्याख्या वाराणसी: यशोदा प्रेस ।

आचार्य, श्रीराम (२०१० इ.), *१०८ उपनिषद,* मथुरा : युग निर्माण योजना ।

आदि शंकराचार्य (२०६७), *श्रीमद्भगवद्गीता शांकरभाष्य,* गोरखपुर : गीताप्रेस ।

ईश्वरानन्द (२०५१), *गीता तात्पर्य, संस्कृत, अन्वय, अर्थ र व्याख्या,* स्वयम्भू : गीता अध्ययन मण्डल ।

ओशो (१९८० इ.), *गीता दर्शन* खण्ड १-६, पूना : रेबेल बुक्स ।

कौटिल्यको अर्थशास्त्र (२०२४), अनुवादक केशव प्रसाद अर्याल, सम्पादक पं.सोमनाथ शर्मा, काठमाडौं : नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

खप्तड स्वामी (२०५१), *धर्म विज्ञान सार संक्षेप,* सम्पादक चूडानाथ भट्टराय, काठमाडौं : बबी शाह ।

गान्धी, मो क (१९३० इ.), गीता बोध, वाराणसी : सर्व सेवा संघ प्रकाशन, www.mkgandhi.org

ज्ञवाली, बाबुराम (२०७२), श्रीमद्भगवद्गीताको दार्शनिक योगदान, *हाम्रो पुरुषार्थ* अंक ६९ माघ चैत २०७२ तम्घास, किरण पुस्तकालय, गुल्मी, पृ. ८-१३ ।

ज्ञवाली, बाबुराम (२०७२), *जीवनको दोस्रो पाना* (वैचारिक गम्भीरताका दृष्टिले श्रीमद्भगवद्गीता दोस्रो अध्यायको अध्ययन) रूपन्देही, नेपाल : ज्ञानज्योति प्रकाशन । ISBN 978-9937-2-9805-6, Panakhabar.com

ज्ञवाली, बाबुराम (२०७३), निश्रेयस अभ्युत्थानको सामाजिक विज्ञान- गीता, *हाम्रो पुरुषार्थ वर्ष ४४ पूर्णांक ७२,* कार्तिक पुस २०७३, किरण पुस्तकालय, तम्घास गुल्मी, पृ.७-१४ ।

ज्ञवाली, बाबुराम (२०७३), हिन्दू दर्शनमा गीताको मौलिक योगदान, *दैनिक पत्र,* भदौ १०, २०७३ ।

ज्ञवाली, बाबुराम (२०७७), गीता, शुक्रराज र दयानन्द, *बुटवल टु डे,* माघ २१,२०७७ ।

तिलक, बाल गंगाधर (२००७), *श्रीमद्भगवद्गीता या कर्मयोग शास्त्र,* दिल्ली : साधना पकेट बुक्स ।

रामसुखदास (२०६७), *गीता : साधक सञ्जीवनी,* गोरखपुर : गीताप्रेस ।

रामसुखदास (२०६७), *गीता दर्पण,* गोरखपुर : गीताप्रेस ।

विकीबुक्स (२०२४ इ.), *भगवद्गीता* ।

वैद्य, भूचन्द्र (२०६७), *श्रीमद्भगवद्गीता,* काठमाडौं : एजुकेशनल पब्लिशिंग ।

शर्मा, डी एस (२०५५), *हिन्दू धर्मको क ख ग* अनुवादक कुलशेखर शर्मा, गीता समुदय प्रकाशन ।

हर्षानन्द (१९९०), *अल एबाउट गीता,* नागपुर : रामकृष्ण मठ ।

गुल्मेली लोकगीतमा प्रतिबिम्बित समाज

प्रा. डा. हिरण्यलाल ज्ञवाली
सेवानिवृत, बुटवल बहुमुखी क्याम्पस

१. लोकगीत र समाज

नेपाल सांस्कृतिक वैभवका दृष्टिले सम्पन्न मुलुक हो । पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकाली र उत्तर हिमालदेखि दक्षिण तराईसम्म फैलिएको नेपालको भौगोलिक बनोटमा विविधता भएजस्तै नेपाली संस्कृतिमा पनि विविधता पाइन्छ । बहुजातीय, बहुभाषिक र बहुसंस्कृतियुक्त मुलुकका रूपमा रहेको नेपालमा विभिन्न जातजातिका आ-आफ्नै भाषा-संस्कृति भए पनि अनेकतामा एकता यस मुलुकको महत्त्वपूर्ण पक्ष हो ।

नेपाल लोकसंस्कृतिको महत्त्वपूर्ण अङ्गका रूपमा रहेको लोकसाहित्यका दृष्टिले निकै सम्पन्नशाली रहेको छ । लोकको साहित्य शब्दमा समास भएर बनेको लोकसाहित्य लोकजीवनको सहज तथा सरल अभिव्यक्ति हो (बन्धु, २०५८: पृ. २३) । लोकसाहित्य परम्परागत हुन्छ र यसको स्वरूप मौखिक हुन्छ (बन्धु, पूर्ववत्: १४) । लोकले सजिलै बुझ्न र अनुभव गर्न सक्ने भाषा र भावनामा निमित्त मानव मुटुको स्पन्दनबाट निसृत सुमधुर र आकर्षणमय साहित्य नै लोकसाहित्य हो (थापा र सुवेदी, २०४१: ३) । लोकसाहित्यमा लोकजीवनको यथार्थ चित्र प्रतिबिम्बन भएको हुन्छ । सामान्यतया लोकसाहित्यका स्रष्टा अज्ञात हुन्छन् , ज्ञात भएपनि लोकसाहित्य लोकको सम्पत्ति मानिन्छ । लोकसाहित्यमा लौकिक जीवनका इच्छा, आकाङ्क्षा, विचार र भावनाको अभिव्यक्ति हुन्छ (बन्धु, २०५८:) । त्यसैले लोकसाहित्य सामाजिक हुन्छ ।

लोकसाहित्यमा विभिन्न विधाहरूध्ये लोकगीत निकै महत्त्वपूर्ण र लोकप्रिय विधा हो । लोकसाहित्यका अध्येताहरूले यसलाई सर्वाधिक लोकप्रिय र महत्त्वपूर्ण विधाका रूपमा चर्चा गरेको पाइन्छ । डा. चूडामणि बन्धुले लोकगीतलाई लोकजीवनको रागात्मक, स्वतःस्फूर्त, लयात्मक कथ्य अभिव्यक्ति मानेका छन् (बन्धु, २०५८: ११५) । लोकजीवनको अमूल्य सम्पदाका रूपमा रहेका लोकगीतमा समाजको यथार्थ चित्र उतारिएको हुन्छ र तिनबाट मनोरञ्जनसमेत प्राप्त हुन्छ । लोकगीतबाट लोकजीवनका मूल्य र मान्यता, आस्था र विश्वास, चिन्तन र विचार आदि धेरै कुराका बारेमा जानकारी पाउन सकिन्छ । लोकगीतमा जनजीवनका रीतिस्थिति, रहनसहन, चाडपर्वदेखि लिएर खानपान, वस्त्र आभूषण जस्ता विविध कुराको झलक पाइन्छ (पराजुली, २०५६: ८६-८७) । त्यस्तै मानिसका आचार, नैतिकता, नारीका सतित्वको आदर्श र नारीचेतनाको स्वाभाविक प्रस्तुति पनि लोकगीतमा पाउन सकिन्छ । लोकगीत समाज र संस्कृतिको अभिव्यक्तिगत ध्वनि हो र लोकको अन्तर्मनको साङ्गीतिक प्रवाह पनि हो । त्यसैले लोकगीतमा लोकको सामाजिक तथा सांस्कृतिक जीवनको यथार्थता प्रतिबिम्बन हुनु स्वाभाविक हो । लोकजीवनका सुख-दुःख, आँसु-हाँसो, विरह-व्यथा जस्ता भावहरू स्वतस्फूर्त रूपमा अभिव्यक्त हुने भएकाले र गेयात्मक तथा सांगीतिक हुने भएकाले पनि लोकसाहित्यका अन्य विधाहरूभन्दा लोकगीत बढी लोकप्रिय भएको मान्न सकिन्छ । वासुदेव त्रिपाठीले लोकगीतलाई समाज र जातिको जीवित इतिहास भनेका छन् (त्रिपाठी, २०३१: ३) ।

वस्तुतः लोकगीत लोकमा जन्मन्छन् र तिनले लोकजीवनको यथार्थतालाई प्रस्तुत गर्दै लोकलाई नै मनोरञ्जन प्रदान गर्दछन् । प्रताडित वा आल्हादित लोकहृदय रसाएर सहज रूपमा प्रस्फुटित हुने लोकगीतले लोकजीवनको यथार्थतालाई जति सहज रूपमा प्रस्तुत गर्छन् त्यति सहज रूपमा प्रस्फुटित हुने लोकगीतले लोकजीवनको यथार्थतालाई जति सहज रूपमा प्रस्तुत गर्छन् त्यति सहज रूपमा लोकसाहित्यका अन्य विधाले प्रस्तुत गर्न कठिन पर्ने देखिन्छ । मानवीय जीवनका हरेक क्रियाकलाप र तिनसित सम्बन्धित विविध पक्ष लोकगीतमा व्यक्त हुन्छन् । लोकजीवनमा व्याप्त कुनै पनि विषयलाई लोकगीतले समेट्न सक्छन् । त्यसैले लोकगीत भनेको लोकको अन्तर्हृदयबाट अनायास लयात्मक लोकभाषामा प्रस्फुटित त्यो लोकभावना हो जो श्रव्य र कथ्य स्तरमा लोकको साझा सम्पत्तिका रूपमा लोकमा रहिरहन्छ ।

मानिस सामाजिक प्राणी भएकाले समाज नै उसको मूल आधार हो । त्यस्तै लोकगीतको उद्गमस्थल पनि समाज नै हो । त्यसैले लोकगीत र समाजका बीचमा सीधै सम्बन्ध रहन्छ । प्रत्येक लोकगीतको कुनै न कुनै देशकालसँग सम्बन्ध हुन्छ । समाज भनेको त्यही देशकाल हो । मानिसले विभिन्न परिस्थितिमा समाजमा आफ्नो जीवनयापन गर्दछ । मानिसले समाजमा रहेर आफ्नो पारिवारिक तथा सामाजिक दायित्व पूरा गर्दछ । लोकगीतमा तिनै कुराहरू विषयवस्तुका रूपमा आउँछन् । लोकगीत समाजसापेक्ष हुने भएकाले समाजका सापेक्षतामा लोकगीतको अध्ययन गर्न वा लोकगीतका माध्यमबाट सम्बन्धित समाजको अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

लोकगीत लोकमन र लोकजीवनको सहज अभिव्यक्ति हो । लोकगीतमा लोकमनका सुख-दुःख, हर्ष-विषाद, आशा-निराशा, संयोग-वियोग जस्ता कुराको लयात्मक अभिव्यक्ति हुन्छ । विगत र वर्तमानका सामाजिक रहनसहन, रीतिस्थिति, आचार-विचार, आस्था-विश्वास जस्ता कुराहरू पनि लोकगीतमा अभिव्यक्त हुन्छन् । त्यस्तै नदी-नाला, घाम-पानी, वस्त्र-आभूषण, खान-पान, चाल-चलन जस्ता कुराहरू पनि लोकगीतमा प्रतिबिम्बित भएका हुन्छन् । त्यसैले लोकगीतमा समाजको यथार्थ प्रतिबिम्ब पर्नु स्वाभाविक हो ।

उपर्युक्त चर्चाबाट के कुरा स्पष्ट हुन्छ भने जुनसुकै लोकगीतमा पनि त्यस ठाउँको जनजीवनको यथार्थता प्रतिबिम्बित हुन्छ । गुल्मेली लोकगीतमा प्रतिबिम्बित समाजको यथार्थता प्रस्तुत गर्नु यस आलेखको मूल उद्देश्य रहेको छ ।

२. गुल्मेली समाज र गुल्मेली लोकगीत

लुम्बिनी प्रदेशका बाह्र जिल्लाहरूमध्ये गुल्मी एक पहाडी जिल्ला हो । यस जिल्लाको पूर्वमा गण्डकी प्रदेशअन्तर्गतका पर्वत र स्याङ्जा, पश्चिममा प्युठान, उत्तरमा गण्डकी प्रदेशकै बाग्लुङ अनि दक्षिणमा पाल्पा र अर्घाखाँची जिल्ला पर्दछन् । लोकसाहित्यका दृष्टिले सम्पन्न यस जिल्लामा विभिन्न किसिमका लोकगीतहरू पाइन्छन् । गुल्मेली लोकगीतहरूमा गुल्मेली समाजकै जनजीवनको यथार्थता प्रतिबिम्बित भएको पाइन्छ । विभिन्न जात-जाति र भाषा-भाषीहरूको बसोबास भएको यस जिल्लामा प्रचलित लोकगीतमा सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, भौगोलिक आदि विविध पक्षको चित्रण पाइन्छ । समयको प्रवाहसँगै परिवर्तित हुँदै गइरहेको जीवनशैली र आधुनिक उन्नति-प्रगतिको सङ्केत पनि गुल्मेली लोकगीतले दिन्छन् ।

भौगोलिक बनोटका साथै खोला-नाला, पाखा-पर्वत, लेक-बेंसी, ढुङ्गा-माटो, वनस्पति, खान-पान, वस्त्र-आभूषण आदि विभिन्न कुरा लोकगीतमा आउँछन् । वर्गीय शोषण, पारिवारिक सम्बन्ध, लैङ्गिक असमानता जस्ता कुरा लोकगीतका विषयवस्तु बन्न पुग्छन् । त्यसैले लोकगीतमा सिङ्गो लोकजीवन प्रतिबिम्बित भएको हुन्छ; लोकगीतमा सिङ्गो समाज नै प्रतिबिम्बित भएको हुन्छ । गुल्मेली जनताका आ-आफ्नै परम्परागत मूल्य र मान्यता छन्; आस्था र विश्वास छन्, चालचलन छन् । विगत र वर्तमानमा सबै सामाजिक रहन-सहन, रीतिस्थिति, आचार-विचार, आस्था-विश्वास जस्ता कुराहरू नै गुल्मेली लोकगीतमा मुखरित भएको पाइन्छ ।

गुल्मेली लोकगीतको स्रोत गुल्मेली समाज भएकोले यहाँको लोकजीवनका हरेक पक्षलाई यहाँका लोकगायक तथा लोकगायिकाहरूले गीतका माध्यमबाट व्यक्त गर्दछन् । कुनै चाडवाड वा पर्वमा गाइने लोकगीतहरूबाट सो चाडवाड वा पर्व मनाउने तरिकाका साथै त्यसको महत्त्व बुझ्न सकिन्छ भने संस्कार गीतहरूले संस्कारको महत्त्वलाई सङ्केत गर्दछन् । त्यस्तै यहाँका श्रम वा कर्मगीतले कर्मयोगी श्रमजीवी किसानहरूको श्रमप्रतिको लगावलाई व्यक्त गर्दछन् । शिशिरको ठिहिऱ्याउने जाडो होस् वा ग्रीष्मको टन्टलापुर घाम होस्, वर्षाको भेल होस् वा झँटेलो होस् गुल्मेली जनताले ती सबैलाई सहज रूपमा लिन्छन् र आफ्नो कर्तव्य पथमा निरन्तर लागिरहन्छन् । यहाँका बाह्रमासे गीतको पनि आफ्नो किसिमको महत्त्व छ । यहाँका बाह्रमासे गीतले मनोरञ्जन दिने मात्र होइन समसामयिक जीवनको यथार्थतालाई स्पष्ट पार्दछन् । समाजमा घटित घटनालाई गन्धर्वहरूले टप्प टिपेर गीति रूप दिन्छन् सङ्गीतको धुनसँगै घर-आँगनमा पुऱ्याउने गर्दछन् । त्यस्तै रोइला

(चुड्का) भ्याउरे, आदि गीतहरूले पनि मनोरञ्जन दिँदै समाजको यथार्थता झल्काउँछन् । भजनकीतर्नहरूमा धर्मभीरु गुल्मेली जनताको धार्मिक प्रवृत्ति देखिन्छ भने बालोपयोगी बालगीतहरूले कोमल मन-मस्तिष्क भएका बालबालिकाहरूलाई मनोरञ्जन दिँदै नैतिक शिक्षा समेत दिन्छन् । त्यस्तै धामी-झाँक्री, झारफुकजस्ता लोकगीतहरू लोकविश्वासमा आधारित हुन्छन् र तिनले पनि गुल्मेली जनताको परम्परागत लोकविश्वासले व्यक्त गर्दछन् । लोकगीतबाट सामाजिक-सांस्कृतिक चेतना फैलाउन सकिने भएकाले यहाँका लोकगायक-गायिकाहरूले पनि सामाजिक-सांस्कृतिक चेतनामूलक गीतगायनतर्फ जोड दिने गरेका छन् । यसरी गुल्मेली लोकगीतमा गुल्मेली समाजको विविध अवस्था प्रतिबिम्बित भएको देखिन्छ । प्रस्तुत आलेखमा सोही प्रतिबिम्बलाई सङ्क्षिप्त रूपमा प्रकाश पार्ने प्रयास गरिएको छ ।

२.१ सामाजिक अवस्था

लोकलयमा रचित लोकगीत गाएर समाज सुधारका भावना प्रस्तुत गर्न निकै बल मिल्छ (पराजुली, २०५७: ५५३) । यहाँको समाज बहुजाति र बहु भाषाभाषीहरूको समाज हो । यहाँ ब्राह्मण, क्षत्री, वैश्य, शूद्र यी चार वर्ण र विभिन्न जातथरका मानिसहरू परस्पर एकताको सूत्रमा बाँधिएर बस्दछन् । प्रायः संयुक्त परिवारप्रथा भएकाले यहाँ एउटै परिवारमा बाबु-आमा, दाजु-भाइ र दिदी-बहिनी मिलेर बस्ने गरेको पाइन्छ । पुरुषप्रधान गुल्मेली समाजमा पुरुषहरूका तुलनामा नारी जाति निकै पिछडिएको अवस्थामा छन् । सासू-ससुरा, नन्द-आमाजू, देवरानी-जेठानी, सौता जस्ता परिवारका सदस्यहरूबाटै प्रताडित नारीहरूले आफ्नो पीडा तीजको गीतबाट पोख्ने गरेको पाइन्छ । त्यस्तै बालविवाह, बहुविवाह र अनमेलविवाहबाट उत्पन्न समस्या साथै अशिक्षा र गरिबीबाट उत्पन्न समस्या पनि यहाँको लोकगीतका कथ्य बन्न पुगेका छन् ।

हरितालिका तीजका अवसरमा गाइने गीतहरूमा बढी मात्रामा नारी समस्या चित्रण गरिएको हुन्छ । चूडामणि बन्धुका अनुसार तीजका गीतहरू पहाडी क्षेत्रका नारीहरूको सामाजिक यथार्थका सूत्रहरू हुन् । पारिवारिक तथा सामाजिक समस्याका साथै तीजका गीतहरूले आमा-बाबु, दाजु-भाइ र दिदी-बहिनीहरूको एक-आपसी प्रेमलाई पनि दर्शाउँछन् । तीजका गीतहरू कुनै संवादात्मक र कुनै सामूहिक पनि हुन्छन् ।

परम्परागत अन्धविश्वास र विकृतिका विरुद्धमा गाइएका गीतहरू, दैनिक रोजीरोटीको समस्याबाट मुग्लान पसेका पतिलाई सम्झना गरी गाइएका गीतहरू, बालविवाह, बहुविवाह, अनमेलविवाहका साथै दैनिक जीवनमा घट्ने जुनसुकै घटनाका गीतहरू र सामाजिक जागरणका गीतहरू गुल्मेली लोकसाहित्यका अमूल्य निधि हुन् । यस्ता गीतहरूमा गुल्मेली समाज छर्लङ्ग भएको हुन्छ । छोरालाई काखा र छोरीलाई पाखा गरेको देख्दा छोरीको हृदय रसाएर अनायास प्रस्फुटित भएका गीतहरूले जोसुकैको हृदयलाई पनि सजिलै स्पर्श गर्छन् । चुलाचौकामा सीमित महिलाहरूले आफ्नो दुखेसो यसरी पोख्ने गर्छन्–

छोरीको हारेको जुनी
दैलो कुचो नगरी नहुनी

पैतृक सम्पत्तिमा छोराको मात्र अधिकार हुने कानुनी प्रावधानबाट आफ्नो चित्त दुःखेकोमा आमालाई सम्बोधन गरी यसरी दुःखेसो पोख्छन्–

आमा ! म छोरी हैन र
भाइलाई अंश मेरो क्यै छैन र !

विगत दुई-तीन दशक यता बालविवाह प्रथा धेरै मात्रामा हटिसकेर यो समस्या समाधान हुने स्थितिमा पुगे तापनि त्यसभन्दा अघि यो समस्या व्यापक रूपमा फैलिएको थियो । त्यस्तै विहेको मध्यस्थता (लमी) गर्ने व्यक्ति आफन्त नै भए पनि कन्याका पितालाई आर्थिक प्रलोभनमा फँसाउने जस्ता विकृतिपूर्ण कार्य यहाँ हुने गर्थ्यो । त्यही विकृतिलाई सङ्केत गर्ने एउटा गीतको अंश यस प्रकार छ–

सातै बरिसकी म छोरी कन्येलाई
पुरुवै दिशाबाट आए मागन
खोलापारि भिनाजु त साली मागन आएका
सत्रसय रुपियाको पोको पारेका
भिनाजुको कुरा सुन्दा बाबा भए फुरुक्क

मैले छोरी दिएँ भनी उठे जुरुक्क

विवाहिता छोरीले आफ्नो पीर-मर्का पोख्ने क्रममा प्रायः आमालाई सम्बोधन गर्ने गरेको पाइन्छ ।

गुल्मी जिल्लामा हाल वृद्धा अवस्थामा पुगिसकेका नारीहरूले प्रायः धार्मिक खालका तीजका गीत गाउने गर्छन्, त्यस्ता गीतको अंश यसप्रकार छन्–

कहाँम जान्छौ रानी चरी बगाल
बरी लै भगवान्लाई भेट्न
भगवान्लाई भेट्न के के पाहुर चाहिन्छ ?
बरी लै फूलपाती अच्छेता

त्यसपछि सासूको टोकाइबाट उत्पन्न पीडा व्यक्त गर्ने खालका गीतहरू बढी प्रचलित भएको पाइन्छ–

जैले पनि दुःख दिने ती पापिनी सासूले
बाटो पनि पाएनन् बरै मेरा आँसुले

समाज विकासका क्रममा शिक्षा आर्जन गर्न थालेका बुहारीले सासूलाई यसरी घुर्क्याउने गरेको पाइन्छ–

एक हातमा साइको घडी एक हातमा रिडियो
उठ बज्यै दैलो लिप पढ्न हिँडियो

नारी जाति सचेत हुँदै गएपछि आफूले मन नपराई बिहे नगर्ने धारणा व्यक्त भएको गीतको अंश–

छोरी बढी भनेर पीर नमान बाबाले
सालको पात टिपेर नल्याऊ आमाले
सालको पात खुटेर नबनाऊ टपरी
मैले बिहे गर्ने छैन मन नपरी

हाल प्रचलित तीजका गीतमा भने राजनैतिक विकृति र हत्या, हिंसा र अशान्ति विरुद्धको स्वर मुखरित भएको पाइन्छ । उदाहरणार्थ एउटा गीतको अंश यस प्रकार छ –

आमा ! म रुँदा रुँदै
हाल्यो सिन्दुर उजेलो नहुँदै

छोरीलाई शिक्षाबाट वञ्चित गराउने बाबु-आमालाई लक्षित गरिएको गीतको अंश–

ममुनिको सानो भाइलाई
कापी कलम किन्दिनी
म छोरीलाई घाँस काट्न डोको बुन्दिनी

* * *

तीनै भाइ छोरालाई पढ्न लेख्न खरर
म छोरीको रुन्छ वस्न मनै धरर

कर्कसा सासूको बुहार्तनबाट दिक्क भएका बुहारीले तीजका अवसरमा सासूको स्वभावलाई सङ्केत गर्दै यस प्रकार गीत गाउँछन्–

वर्ष दिनका तीजमा के तरकारी खानी हो ?
बाटिभरि फैलाएका मन्टा बरि लै
तिमरी सासू कस्ती छन् नानी
संसारमा नभएकी डङ्ग वरी लै

सुरापान गर्ने पतिबाट पीडित नारीले यस प्रकार दुःख पोख्छन्–

भट्टीपसल राखेकी पल्लाघरे नानीले
पैसा जति सक्यो राजै जाँड पानीले

गुल्मी जिल्लामा पुरुषहरू जुवातास खेल्ने गरेको र त्यसबाट गृहिणीहरू चिन्तित भएको कुरा तलको गीतबाट बुझिन्छ–

छक्का पन्जा भन्दै बाउलो माथि सुकदै
हाम्रा स्वामी नामर्दले जुवा हारदै
सक्छौ भने सरिकार जुवातास हटाइद्यौ
नैर सके सरिकार पुलिस खटाइद्यौ

सोही विषयको अर्का गीतको अंश–

त्यो खोला वारिको ढुकुर चरी होला
त्यो खोला पारिको बास वरी लै
कस्तो केटा हेरेर दिनुभयो बाबाले
बारमासे जुवा र तास वरी लै

यौन असन्तुष्टि व्यक्त गर्ने गीतको अंश यस प्रकार छ–

आकाशको कालो बादल माथि माथि धाउँछ
लुरे पोइलाई ओछ्यान लाउन जाँगर मरी आउँछ

बालविधवाका पनि आफ्नै समस्या छन् । यौन अनुभूति नपाई यौवन बिताउन बाध्य विधवा नारीहरूले यसरी दुःख पोख्छन्–

पछ्यौरी धुन म पानी पाइन
झरें दोभान
अल्पायुको केटालाई दिनुभयो बाबाले
गयो त्यसै जोबान

मर्दका दसोटी भन्ने उखान पुरानो भइसकेको र त्यसलाई धेरैजसोले आत्मसात् गर्न छाडे पनि यहाँ अझै पनि केही मात्रामा बहुविवाह प्रथा कायमै छ ।

घरमा सौता र माइतीमा सानीमा (आमाकी सौता अर्थात् सौतेनी आमा) भएको कुरा एउटा नेपाली लोकगीतमा व्यक्त भएको पाइन्छ । त्यसबाट पनि सिङ्गो नेपाली समाजमा नै केही मात्रामा बहुविवाह प्रथा अद्यावधि रहेको मान्न सकिन्छ । गुल्मेली समाजमा विद्यमान बहुविवाहलाई सङ्केत गर्ने गीतको अंश यस प्रकार छ–

दोस्रो विवाह गर मेरा राजै
सवैकी पियारी जेठी बरीलै

बहुविवाहबाट पीडित नारी आवाज व्यक्त भएको गीतको अंश–

असारमा भनी कुटेका च्युरा
म कति साँचुला
सानीमा सासू कमारी सौता
म कति बाँचुला

सौतामाथि आफ्नो बिहे गरिदिने चर्चा सुनेपछि छोरीले आमासित आफ्नो भावी अवस्थाप्रति यसरी सचेत गराउँछिन्–

ए आमा ! सौतेनी पोइले
लाउला वचन आउला मन धरिकेर

छोराहरू सेनामा भर्ती हुन गएका र छोरीहरू विवाहपश्चात् वरका घर पठाएका बाबु-आमाको पीडा यसरी व्यक्त हुन्छ–

छोरी पायो ज्वाइँको घरलाई
छोरो पायो जर्मनको धावालाई

हाल प्रचलित तीजका गीतहरूमा भने समसामयिक विकृति र विथितिको चर्चा पाइन्छ–

बाह्र वर्ष भइसक्यो बहुदल आएको
खै त साथी अधिकार हाम्ले पाएको

* * *

आकाशका तारा झारी धरतीमा ल्याइदिने
सुनियो नेताको भाषण बरी लै
नारी-पुरुष बराबर भाषण र नारामा
आखिरी पुरानै शासन बरी लै

परिवारका सदस्य वा अन्य नातेदारमध्ये कुनै-कुनैमा सुमधुर सम्बन्ध हुन्छ भने कुनै कटुसम्बन्ध हुने खालका नातेदार पनि हुन्छन् । बाबु-आमा, दाजु-भाइ, दिदी-बहिनीका बीचमा प्रायः राम्रो सम्बन्ध रहन्छ । त्यस्तै नन्द-भाउजू तथा आमाजू-बुहारीका बीचमा पनि प्रायः कटुसम्बन्ध रहने कुरा तीजका गीतबाट बुझिन्छ । देवर-भाउजूका बीचमा प्रायः राम्रो सम्बन्ध हुन्छ भने जेठाजु-बुहारीको नाता ज्यादै नीरस मानिन्छ । वैवाहिक जीवनपछि पति-पत्नीका बीचको नाता सबभन्दा नजिकको मानिन्छ । विवाहिता छोरीले आफ्ना घरको दुःख-पीडा पोख्ने माध्यम आमा हुन् । आमा-छोरीको सम्बन्ध निकै सुमधुर हुने कुरा गुल्मेली लोकगीतबाट स्पष्ट हुन्छ । आफ्नो पतिबाट यौनसन्तुष्टि प्राप्त गर्न नसकेको कुरा पनि छोरीले आमालाई बताउन सक्छन् भन्ने कुरा निम्नलिखित गीतका अंशबाट स्पष्ट हुन्छ–

एक मानेमा के छ के छ दुई मानेमा दै छ
घर जान भन्छ्यौ आमा भुरुङ् जत्रो पोइ छ

विवाहपश्चात् छोरी पराइघर जाँदा आमाले यस प्रकार बिलौना गर्छिन्–

आजसुमन मेरा बाला मेरै काख थियौ
अवदेखि मेरा बाला पराइघर गयौ

यसरी गुल्मी जिल्लाका लोकगीतहरूमा गुल्मीको सामाजिक जनजीवनको चित्रण गरिएको कुरा स्पष्ट हुन्छ । गुल्मी जिल्लाका लोकगीतका आधारमा हेर्दा यहाँको समाज विभिन्न जातजातिको बसोबास रहेको पुरुषप्रधान समाज भएकाले नारी समुदाय दबिन बाध्य भएको धार्मिक अन्धविश्वासका साथै बालविवाह, बहुविवाह, अनमेलविवाह आदि विकृतिले अद्यावधि जरा गाडेको देखिन्छ ।

२.२ सांस्कृतिक अवस्था

जुनसुकै लोकगीतमा सम्बन्धित स्थान विशेषको सांस्कृतिक जीवनको यथार्थता स्पष्ट रूपमा झल्कन्छ । कृष्णप्रसाद पराजुलीकाअनुसार नेपाली लोकगीतमा नेपाली लोकजीवन र संस्कृतिको सत्य र यथार्थ चित्रण भएको देखिन्छ (पराजुली, २०५७: ५०७) सोहीअनुरूप गुल्मेली लोकगीतमा पनि गुल्मेली संस्कृतिको सत्य र यथार्थ झलक अभिव्यक्त भएको पाइन्छ । गुल्मेली लोकगायकहरूले आफ्नो संस्कृतिको मौलिक रूपको

प्रस्तुतीकरण गर्दै संस्कृतिको महत्त्वलाई दर्शाउने गरेको पाइन्छ । समयको प्रवाहसँगै परिवर्तित हुँदै गइरहेको जीवनपद्धति र आधुनिक उन्नति वा प्रगतिको सङ्केत पनि गुल्मेली लोकगीतमा पाइन्छ ।

गुल्मेली लोकगीतमा गुल्मेली लोकसंस्कृतिका विविध पक्षहरूको चित्रण पाइन्छ । त्यस्ता पक्षहरूमध्ये खानपान, वस्त्र तथा आभूषण, चाडपर्व, व्रत, मनोरञ्जन, लोकविश्वास आदिको विशेष चर्चा पाइन्छ । खानपानमा पनि दैनिक जीवनको खानपानका साथै उपेक्षापूर्वक दिइएको, सम्मानपूर्वक दिइएको, पूजापाठसित सम्बन्धित, विशेष परिकारयुक्त गर्भिणी स्त्रीसित सम्बन्धित खानपानको चर्चा पाइन्छ ।

यहाँका लोकगीतमा खानपानका परिकारका रूपमा चिल्लो खाजा, पातला पुरी, आलुको तरकारी, खीर, अचार आदिको चर्चा हुन्छ । "राजाले खानी पातला पुरी आलुको तरकारी" गीतको अंशलाई उदाहरणार्थ प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । त्यस्तै उपेक्षापूर्वक दिइने भोजन यहाँका लोकगीतमा सुनिन्छ । कर्कसा सासूले बुहारीलाई चिसो ढिडो-आटो खान दिने गरेको कुरा बुहारीले तीजका गीतका माध्यमबाट व्यक्त गर्दछन् । त्यस्तै बाहुनले रक्सी-कुखुरा खाने कुरालाई नराम्रो मानी कसैले खाने गरेमा त्यसलाई नै विषयवस्तु बनाई तीजका गीत जुराउने गरेको पाइन्छ । केही वर्ष अघिसम्म ब्राह्मण जातिका लागि रक्सी र कुखुराको मासु अभक्ष मान्ने गरिन्थ्यो । तसर्थ कसैले मदिरापान गरेमा या कुखुराको मासु खाएमा त्यो चर्चाको विषय बन्न पुग्दथ्यो । "बाहुनले रक्सी खाए मध्ये रातीमा" जस्ता गीतका अंश त्यसैका उपज हुन् ।

उपेक्षापूर्वक दिइएको खानालाई सङ्केत गर्ने गीतका अंश यस प्रकार छन् –

बिहानको चिसो आटो भर्सेलीको कुनामा
करेलीको तीतो झोल काने दुनामा

* * *

बेसीबाट आउँदाखेरि
धान सुकेका डालामा
चौको आटो कबेली
पित्ले थालमा
सिरै टलिको सिरै लाउने सिफुल
कम्मरै टलिको पेटी बरी लै
सिरै लाउने सिफुल बेचीमा खायो
यसै पापी राजाको आस मलाई छैन
चली जाऊ रे माइतीको देश
लेउन आमै दरिपन
सिरको सिन्दुर हेरचु मैले

परम्परागत आभूषण तथा वस्त्रहरू पनि लोकसंस्कृतिका महत्वपूर्ण अङ्ग हुन् । लोकसंस्कृतिका महत्त्वपूर्ण अङ्गका रूपमा रहेको त्यस्ता आभूषण तथा वस्त्रहरूको चर्चा लोकगीतमा हुनु स्वाभाविक मानिन्छ । कुनै पनि स्थान विशेषका आभूषण तथा वस्त्रहरूले त्यस ठाउँका लोकगीतमा स्थान पाउँछन् । सोही अनुरूप गुल्मेली लोकगीतमा यहाँका आभूषण तथा वस्त्रहरूको चर्चा पाइन्छ ।

चुइँकने जूत्ता, रेसमी साडी, घलेक, छिट्को साडी, चौबन्दी चोली, मलमलको पछ्यौरी, पटुकी आदि महिलाले लगाउने वस्तु र कमिज, दौरा सुरुवाल, सर्ट, पाइन्ट आदि पुरुषले लगाउने वस्त्रका साथै फुली, बुलाकी, नौगेडी, मुगा, कुण्डल, मडवारी, मुन्द्रा, काँडेबाला, टप आदि आभूषणको चर्चा पनि यहाँका लोकगीतमा पाइन्छ । उदाहरणका लागि केही गीतका अंश यस प्रकार छन्–

गुल्मीमा विभिन्न संस्कार र कर्म गरिन्छ भने चाडपर्व मनाइन्छ । ती चाडपर्व, कर्म र संस्कारका अवरमा विभिन्न प्रकारका गीतहरू गाइन्छन् । गीतविना ती चाडपर्व, कर्म र संस्कार अर्थपूर्ण हुँदैनन् । चाडपर्व, संस्कार र कर्मका अभिन्न अङ्गका रूपमा रहेका लोकगीतमा विभिन्न विधिविधानहरूको पनि चर्चा गरिएको हुन्छ । खानपान, भेषभूषा, वाद्यवादन, कला-कौशल, तडक-भडक आदि कुराको यथार्थ चित्रण यहाँका लोकगीतमा पाइन्छ । विवाहमा कसार बटार्ने, जग्गे बनाउने, जिउँती लेख्ने, कन्यादान गर्ने आदि कामहरूको चर्चा पनि यहाँका लोकगीतमा पाइन्छ ।

सांस्कारिक गीतका साथै चाडपर्वका अवसरमा गाइने गीतमा यहाँका स्थानीय लोकवाद्य सामग्रीहरू प्रयोग गरिन्छ । त्यस्ता सामग्रीहरूमा मादल, बाँसुरी, सारङ्गी आदि पर्दछन् । तीमध्ये केही

वाद्यसामग्रीको चर्चा भएको गीतको अंश यस प्रकार छ –

मादले दाइले मादले थर्काऊ
पुर्सुङ्गे दाइले कम्मरै मर्काऊ
बाँसुरी दाइले बाँसुरी फर्काऊ
मारुनी दाइले कम्मरै मर्काऊ

भ्याउरे गीतको अंश–
उठ है किरिस्न बजाइदेऊ मुरली
भजनको अंश–
ताल मिलाऊ खैंजडी
झम्कन लाए मुजुरा

गुल्मी जिल्लाको कलाकौशल पनि गुल्मेली लोकगीतमा प्रतिबिम्बित भएको हुन्छ । "तले घरको माझैमा भ्याल पनि" सिरीमा सिरी बतासै चल्यो सिरीसे भ्यालैमा," "रिसीकेसका देवताले हात जोडी बसेका" जस्ता लोकगीतका अंशहरूबाट उक्त कुराको पुष्टि हुन्छ ।

२.३ भौगोलिक तथा प्राकृतिक अवस्था

इतिहासको उषाकालदेखि नै नेपाली जनमानसबाट समाजभित्रको घातप्रतिघात र प्रकृतिको वर्णन सुललित कण्ठबाट लयात्मक भाषामा बर्सिन थालेको पाइन्छ । लोकगीतको सृजनामा प्रकृतिको पनि ठूलो भूमिका रहेको हुन्छ । पश्चिमदेखि पूर्वसम्म जुनसुकै ठाउँमा गाइएका भए पनि लोकगीतमा सम्बन्धित ठाउँको भौगोलिक बनोटका साथै प्रकृतिका सुन्दर झिल्का आएका हुन्छन् । गीत जोर्नेले आफ्ना गाउँठाउँ, छरछिमेक, वनपाखापखेरा, खोलानालाको उल्लेख गर्छ (पराजुली, २०५७: ५०२) । सोही अनुरूप गुल्मेली लोकगीतमा पनि यहाँको भौगोलिक बनोट र सुन्दर प्रकृतिको झलक प्रस्तुत हुनु स्वाभाविक हो । गुल्मीको भौगोलिक बनोट र सुन्दर प्रकृतिको झिल्का प्रस्तुत भएका केही लोकगीतका अंशहरू यहाँ प्रस्तुत गरिन्छ–

न मैले न तिम्ले देखनी
माछी काँढे डाँडैले छेकनी

* * *

पानी आयो सालघारी करायो
वर्खा लाग्यो भेट हुन हरायो

* * *

काली गंगा बढेर वारको पार
माया तिम्लाई बोलाउने सुनको तार

* * *

उकाली ओराली धाई धाई
केको माया लाउनी हो कर लाई लाई

* * *

खोलापारि खेत
न संचार नभेट

* * *

दैलामुनिको काँकरीको बतिलो
टिपन सकिन खाइन बरीलै
खोलापारि दिनुभयो बाबाले
तरन सकिन आइन बरीलै

* * *

तीज आयो भनेर बाबा लिन आउनु भो
त्यै रिडी खोलाले छेक्यो बरीलै

* * *

रेसुङ्गामा गुराँस फुलेको
भुल्यौ कि त रनवन डुलेको

* * *

पृथिवीको पल्ला टुप्पा दियौ मेरा बाबा
तीजमा आउन पनि पाइन बरी लै

२.४ धार्मिक अवस्था

पतीता पावनी कालीगण्डकी र रुद्रावतीद्वारा सिञ्चित पुर्कोट, धुर्कोट, मुसीकोट, रूपाकोट जस्ता कोटहरूद्वारा सुशोभित ऋष्यशृङ्गको तपोभूमि गुल्मेली समाज धर्मभीरु समाज हो । यहाँका भजनकीर्तनका साथै अन्य गीतहरूमा पनि धार्मिक अवस्थाको प्रतिबिम्ब पाइन्छ । धार्मिक अवस्थाको प्रतिबिम्ब भएका केही गीतका अंश यस प्रकार छन्–

सिरी गंगा माई काली नाम तिम्ले पाई
नाम तिम्ले पाई हरहर पाप बगाई

* * *
भजौं शिवको नाउँ
यो भवसागर पार तर्नलाई
हरिहरि यो दु:ख हर्नलाई
भजौं शिवको नाउँ
* * *
जाम्ला वैकुण्ठैमा नाच्दै गाउँदै बजाउँदै
आरती गाम्ला शिवजीको मन्दिरमा
नाच्छिन् पारवती डमरुको तालैमा
रामलाई बनीबास भरतलाई रजाइँ
* * *
श्रीखण्ड घोटेर अच्छेता फोकेर
तीर्थ गर्न जाम् राजै झोलै बोकेर
* * *
पुरुवै दिसा काली बादलु
चमकैला बिजुली
पश्चिमै दिसा काली बादलु
चमकैला बिजुली
* * *
मुकुमा क्षेत्र जन्म तिमरो
अठन्न सय धारा बगाई
सिरी गंगा माई
रुद्रबेनीबाट गंगा बगी बगी आई
रुरुक्षेत्र तीर्थ बनी जाई
सिरी गंगा माई

यसरी गुल्मेली लोकगीतमा धार्मिक अवस्थाको समेत प्रतिबिम्ब पाइन्छ ।

२.५ आर्थिक अवस्था

नेपाली समाजमा आर्थिक असमानता व्याप्त छ । बहुसंख्यक नेपाली जनता अभाव र गरिबीले ग्रस्त छन् । अधिकांश नेपाली लोकजीवनमा डोको-नाम्लो नगरी सुखै छैन (पराजुली, २०५७: ४९९) । त्यस्ता समस्याहरू गुल्मी जिल्लामा पनि व्याप्त छन् । तानसेन-रिडी-तम्घास बाटो अद्यावधि पक्की हुन नसक्नु, खोला-नाला र नदीहरूमा पुल बनाउन नसक्नु जस्ता कारणले गुल्मेली जनता पीडित छन् । गुल्मेली जनताको जीवनको आधार भनेको कृषिकर्म हो । त्यसमा पनि थुप्रै अवरोध छन् । सिँचाइको असुविधाले गर्दा आकासे पानीका भरमा खेती गर्न वाध्य गुल्मेली किसान समयमा पानी नपर्दा पसिनालाई खेर फाल्न वाध्य हुन्छन् । तिनै कुराको अभिव्यक्ति यहाँको लोकगीतमा पाइन्छ ।आर्थिक असमानता र विपन्नता अभिव्यक्त भएका केही गुल्मेली गीतका अंश यस प्रकार छन्–

कति दु:ख लेखेछ जीवनमा
कैले घाम लागेन यो मनमा
रेसङ्गाको भीर
* * *
सुनिमाया बाटामुनि धौले घर कर्मी दाइले छाउनी
गरीबको के चाल हुन्थ्यो यस्तै दु:ख पाउनी
* * *
पानी परो काँ परो असिना
सिरमा नाम्लो निधारमा पसिना
* * *
चरीको आउँदैन दूध
दु:खीको हुँदैन घरिवार
* * *
वारि हेरम् बैरागीका झुपुडा
पारि हेरम् ठुल्ठुला वङ्गला

२.६ शैक्षिक अवस्था

सम्पन्नशाली परिवारका सन्ततिलाई शिक्षा सुलभ भए पनि गुल्मीमा अद्यावधि विपन्न व्यक्तिहरूका लागि शिक्षा सुलभ हुनसकेको छैन । त्यस्तै पुरुषप्रधान गुल्मेली समाजमा छोराहरूलाई पढाउने प्रयास गरिए पनि छोरीलाई पढाउने कुरामा विगत केही वर्ष अघिदेखि मात्र जोड दिन थालिएको हो । यहाँका महिलाहरूले तीजका गीतमा आफू शिक्षाबाट वञ्चित हुनुपरेको पीडालाई यसरी मार्मिक रूपमा व्यक्त गर्दछन्–

स्वामीजीले माग्नु भयो अंग्रेजीमा वाटर
नजानेर दिएँ मैले काँचो कटर
स्वामीजीले माग्नु भयो अंग्रेजीमा राइस
नजानेर दिएँ मैले रुप्पे बाइस

पहिले-पहिले छोराहरूलाई अध्ययनार्थ काशी पठाउने प्रचलनलाई सङ्केत गर्ने गीतको अंश–

जर्नेल हुन्छन् कर्नेल हुन्छन् काशीमा पढेर
हामरा बाला श्रीकृष्ण जस्ता गए डोली चढेर ।

२.७ भाषिक स्वरूप

ध्वनिविना सङ्गीत र भाषाविना गीतको कल्पना गर्ने सकिंदैन । त्यसैले भाषा लोकगीतको अनिवार्य तत्त्व हो । लोकगीतको भाषा स्तरीय व्याकरणात्मक, दुरुह वा क्लिष्ट नभई सरल, सहज र स्वाभाविक र जनबोलीमा आधारित हुन्छ । संघर्षमा भन्दा लोकगीतमा लोकको भाषा हुन्छ । लोकगीतमा जसरी बोलिन्छ त्यसरी नै गाइन्छ र जसरी गाइन्छ त्यसरी नै बोलिन्छ । एत्न, कत्न, जत्न, तेत्न गएपार खाएपार आम्, जाम्, खाम्, लाम्, झिलङ्गी, बेलौती, सुपो, डिंगा फुड्गाल्नु आदिको प्रयोग यहाँका लोकगीतमा गरिएको हुन्छ । लोकसाहित्य लोकले सजिलै बुझ्न र अनुभव गर्न सक्ने भाषा र भावनामा निर्मित मौखिक साहित्य हो (थापा र सुवेदी, २०४१: ३) । डा. सत्येन्द्रले लोकसाहित्यअन्तर्गत आदिम मानवका अवशेष र परम्परागत मौखिक क्रमद्वारा उपलब्ध हुने बोली वा अभिव्यक्ति हुने धारणा व्यक्त गरेका छन् (पराजुली, २०५७ : २८) । यसबाट लोकसाहित्यको भाषा कृत्रिम नभई सरल, सहज र स्वाभाविक हुने कुरा स्पष्ट हुन्छ । यी सबै कुरा लोकसाहित्यको सशक्त गीतको अभिव्यक्तिको माध्यम भाषा नै हो । भाषाले नै लोकगीतको भावलाई गतिशील र जीवन्त बनाउने काम गर्छ । भाषाविना लोकगीतको कल्पना गर्न पनि सकिंदैन । लोकगीत लोकभाषाको प्रयोग हुन्छ । लोकभाषा कृत्रिम नभई सरल, सहज र स्वाभाविक हुन्छ । लोकगीतमा स्थानीयताको प्रभाव व्यापक रूपमा परेको हुन्छ । भाषिक भिन्नताले गर्दा नै कुनै एक ठाउँका लोकगीत अर्का ठाउँका लोकगीतबाट अलग्गिन्छन् । उदाहरणका लागि निम्नलिखित गीतको अंशलाई प्रस्तुत गर्न सकिन्छ–

जाम् भने जाम् त नि
दुई चार मैना घुमेर आम् त नि

उपर्युक्त गीतको अंश नेपालका जुनसुकै ठाउँमा प्रचलित हुन सक्छ । तर त्यसमा गुल्मी वा त्यसको सेरोमा प्रयुक्त भाषिक स्वरूप भएकाले त्यस भेगको लोकगीत भन्न सकिन्छ । सोही गीत पूर्वतिर अर्कै भाषिक स्वरूपमा आउन सक्तछ ।

गुल्मेली लोकगीतको भाषिक स्वरूप हेर्दा यहाँका लोकगीतमा यहाँकै जनबोलीको प्रशस्त प्रयोग भएको पाइन्छ । गुल्मी जिल्लामा राष्ट्रभषा नेपालीलाई नै मातृभाषाका रूपमा प्रयोग गर्ने बाहुन, छेत्रीका अतिरिक्त अन्य भाषालाई मातृभाषाका रूपमा प्रयोग गर्ने मगर, नेवार जस्ता विभिन्न जातिको बसोबास रहेको छ तापनि सबैले राष्ट्रभाषा नेपाली लोकगीत गाउने गरेको पाइन्छ र त्यस्ता गीतहरूमा यहाँका भाषिकाको प्रयोग भएको हुन्छ । लोकहृदय रसाएर उत्पन्न हुने यहाँका लोकगीतहरूको भाषा कृत्रिम नभई सहज र स्वभाविक हुन्छ । गुल्मेली लोकगीतको भाषाले व्याकरणिक नियमभन्दा पनि लोकहृदयासित निकट सम्बन्ध राख्दछ ।

गुल्मी जिल्लाको भाषिक स्वरूप आफ्नै प्रकारको छ । गुल्मी जिल्लामा प्रयोग हुने भाषिकालाई लुम्बिनी अञ्चलको नेपाली उपभाषिकाअन्तर्गत राख्न सकिए पनि सूक्ष्म रूपमा हेर्दा गुल्मी जिल्लाका प्रयुक्त नेपाली भाषाको आफ्नै पहिचान छ । यस जिल्लामा प्रयोग हुने कतिपय आफ्नै खालका शब्दहरू छन् । त्यस्तै उच्चारणका आधारमा पनि गुल्मेली लोकगीतको भाषिक स्वरूप ठम्याउन सहयोग प्राप्त हुन्छ । विशेषत: शब्दभण्डार, थेगो, सम्बोधन शब्दका साथै भाषाको उच्चारणगत भिन्नताका आधारमा गुल्मेली लोकगीतलाई ठम्याउन सकिन्छ । गुल्मेली लोकगीतमा कथ्य नेपाली भाषाको प्रयोग बढी मात्रामा भएको पाइन्छ । छकारान्त क्रियापदमा छका ठाउँमा चकार उच्चारण गर्ने गरेको पाइन्छ । सुन्च (सुन्छ), हुन्च, (हुन्छ) आदि यसका

उदाहरण हुन् । राउन्ने (रावण), तिम्ला (तिमीलाई), सुर्जे (सूर्य),ब्या (विवा), रैच (रहेछ), होच (हो रहेछ), जाम् (जाऊँ), खाम् (खाऊँ), लाम् (लाऊँ/लगाऊँ) आदि पनि यहाँका आफ्नै उच्चारणगत भिन्नता हुन् । छपक्क, धमक्क, बरर, भरर, सरर जस्ता थुप्रै अनुकरणात्मक शब्दहरूको प्रयोगले गुल्मेली लोकगीतमा गहनाको काम गर्दछन् । त्यस्तै यहाँका लोकगीतमा पो, त, नि, है जस्ता निपातका साथै निरमाया, निठुरी, सानूमाया जस्ता सम्बोधन शब्दको पनि निकै प्रयोग गरिन्छ ।

गुल्मेली लोकगीतमा तत्सम, तद्भव र आगन्तुक तीनै प्रकारका शब्दहरूको प्रयोग पाइन्छ । समयको परिवर्तनसँगै केही मात्रामा विभिन्न प्राविधिक र पारिभाषिक शब्दको प्रयोग पनि यहाँका लोकगीतमा गरिएको पाइन्छ । मान्छेको उमेर र अवस्थाअनुसार भाषिक प्रयोगमा पनि भिन्नता हुनु स्वाभाविक हो । त्यसैले वृद्धवृद्धाले गाउने भजन-कीर्तन र बालबालिकाले गाउने बाल-लोकगीतको भाषमा पनि केही भिन्नता हुन्छ । त्यस्तै युवायुवतीले गाउने माया-प्रीतिका भ्याउरे लोकदोहरी जस्ता गीतको भाषा र देउसी, भैली आदि गीतको भाषामा पनि भिन्नता हुन्छ । नारीप्रधान तीजका गीतका साथै जिउँती गीतको भाषिक प्रयोग पनि आफ्नै किसिमको छ ।

गुल्मेली भाषिक प्रयोग भएका तथा केही उच्चारणगत भिन्नता छुट्टिने खालका लोकगीतका अंश यस प्रकार छन्–

जाम् भने जाम् त नि
ठेंगारे दाजै लौ भन आजै कति भो मेलो लौ
आँखाको सपले बोलाउँचु मैले बुझै है पारसी
हामरापछि बिउ पाजनेका फुटेका आँखा लौ
सिरै लाउने सिर्फुलमा धर्का परे पत्थर
पिस दिदै नुन मसला
साँध बैनी खाइ जाम्ला
हेर दिदै जिमिरको गेडी
टिप बैनी खाइ जाम्ला
हाम्ला बाबाले दिएको दाइजो
झलल कटेरी झिलिमिली गाई
सिरै टलिको सिर लाउने सिर्फुल
कम्मरै टलिको पेटी बरी लै
एकुमा समिचार कागतको चिर्कटो
दोसरी समिचार तिम्लाइ लिन हो
सारीले गोरी मैदानमा लरको
तिरी पासा खेलम् है दाजु दिनमा
हात्ती हिंडो फटयाइट्ट्याङ्
लौ तब लौ लौ
धानको बाला कोदाको कपनी
उत्तबाट लौ एत्न आएँ सानु भेट होला भनेर
हैन बारे ढाँटेको कुत्नीकोसा पारे
गाइभैंसीलाई किलो र दाम्लु
बाकरोलाई टाट्नु सफा
सिरै लाउने सिफूल
बेचीमा खायो
एसै पापी निठुरीको
आस मलाइ छैन
चढी जाऊ रे माइतीको देश
दिन्चेस् भने लेन छिटो कति हुन्छेस् सुरी
दिमेस् भने हानिदिन्छु अटोमेटिक छुरी
चीमुसी ची
तेरा दाइ मेरा दाइ मुसा मार्न गए
मै हुँ नानी रेलको डाइभर
धानको बाला कोदाको कपनी
बाख्खै हा

२.८ लोकविश्वास:

लोकजीवनमा अनेक विश्वास र मान्यता प्रचलनमा आएका हुन्छन् (पराजुली, वि.सं. २०५७: ४९३) । विश्वास नगरिएको सत्यभन्दा विश्वास गरिएको असत्य बलवान् हुन्छ र त्यसलाई लोकले स्वीकार्छ । सोहीअनुरूप गुल्मेली समाजमा परम्परागत रूपमा कैयन् लोकविश्वास र लोकमान्यता संस्कृतिका अङ्ग बनेर रहेका छन् । सीधासादा गुल्मेली जनताले आफूलाई कुनै आपद्विपद् आइलागे पनि भाग्यलाई दोष दिन्छन् भने विपन्न जीवन बिताउनु परेकोमा पनि आफ्नै भाग्यलाई धिक्कार्दछन्, पुर्पुरोलाई सराप्दछन् । त्यस्तै कुनै बैंसालु युवतीले आफूले वैधव्य जीवन बिताउनु परेकोमा र सौता बेहोर्नु परेकोमा पनि भाग्यलाई नै धिक्कार्ने गरेको

पाइन्छ र त्यसको अभिव्यक्ति लोकगीतका माध्यमबाट प्रस्तुत गर्छन् । उदाहरणार्थ केही लोकगीतका अंश प्रस्तुत गरिन्छ–

करिमै हो कस्तो ?
डढेलाले खाएको वन जस्तो
* * *
सिरै लाउने सिफुलमा लालमोहर लेखेको
मेरो पापी पुर्पुरोमा सौता लेखेको

घर नजिकै कौवा कराएमा त्यसले केही सन्देश ल्याएको कुरामा गुल्मेली जनताले विश्वास गरेको पाइन्छ । जसको उदाहरणका लागि निम्नलिखित गीतको अंश प्रस्तुत गरिन्छ–

आगनुको डिल बसी काली कौवै करायो
के के मा समिचार ल्यायो वरी लै

यहाँका शोषित-पीडित नारी समुदायले तीजका अवसरमा आफ्नो जीवनको निस्सारतालाई यसरी व्यक्त गर्दछन्–

करिम हो हाम्रो परमेश्वरले गल्ती गरेको

त्यस्तै 'मोहनी लाइद्यौ', मोहनी फुकाइद्यौ' जस्ता लोकगीतका अंशबाट यहाँ टुनामुना, जादुमन्तर मोहनी लाउने, मोहनी फुकाउने आदि कुरामा विश्वास गर्ने गरेको कुरा स्पष्ट हुन्छ ।

३. निष्कर्ष

गुल्मेली लोकगीतको यस अध्ययनबाट के कुरा स्पष्ट हुन्छ भने यस जिल्लाका लोकगीतहरूमा यहाँको समाज प्रतिबिम्बित भएको छ र यहाँकै भावभूमि उतारिएको छ । बाहुन, छेत्री, मगर, नेवार, सन्यासी, ठकुरी, घर्ती, कामी, दमाई, सार्की, गाइने, कुमाल आदि विभिन्न जात-जाति र भाषाभाषीको बसोबास भएको यस जिल्लामा ती सबैका बीचमा सांस्कृतिक एकता पाइन्छ । अधिकांश गुल्मेली लोकगीत गुल्मेली लोकसंस्कृतिको कुनै न कुनै पक्षसित सम्बन्धित देखिन्छन् । दसैं, तिहार, तीज, दाईं, रोपाइँ, देउसी, विवाह, व्रतबन्ध जस्ता चाडपर्व तथा अवसरमा गाइने लोकगीतहरूमा विशुद्ध लोकसंस्कृति झल्केको पाइन्छ । भ्याउरे लयका दोहरी गीतहरूमा समसामयिक लोकजीवनको यथार्थताका साथै प्रेमप्रसङ्ग र विरहवेदनाको स्वर मुखरित भएको हुन्छ । स्वस्थ मनोरञ्जनका साथै सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, धार्मिक अवस्था, भौगोलिक बनोट र प्रकृति-चत्रण जस्ता कुरा पनि गुल्मेली लोकगीतमा पाइन्छ ।

लोकजीवनको सजीव चित्र उतारिएका गुल्मेली लोकगीतमा गुल्मेली समाजका राम्रा-नराम्रा सबै पक्षको उद्घाटन गरिएको हुन्छ । गुल्मेली समाजको आपसी मेलमिलाप र सद्भावका साथै शोषण-दमन र विकृति-विसङ्गति जस्ता कुरा पनि यहाँका लोकगीतमा व्यक्त भएको हुन्छ । यहाँका संस्कार तथा पर्व गीतहरूमा सांस्कृतिक प्रतिविम्ब पाइन्छ भने श्रम वा कर्मगीतहरूमा श्रम र कर्मको महत्वका साथै यहाँको आर्थिक जीवनको झलक प्रतिबिम्बित भएको पाइन्छ । यसका अतिरिक्त गुल्मेली लोकगीतहरूमा लोकजीवनमा आइपर्ने घात-प्रतिघात, मिलन-विछोट, पारिवारिक असन्तुष्टि, विरह-व्यथा, नारीजीवन, गृहस्थी जीवनमा तीता-मीठा अनुभवका साथै प्राकृतिक सौन्दर्यलाई समेत देखाइएको हुन्छ । यसरी हेर्दा गुल्मेली लोकगीतमा गुल्मेली समाजको भावभूमि उत्रिएको र गुल्मेली समाजको प्रतिबिम्ब चित्रित भएको कुरा स्पष्ट हुन्छ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

(क) कृतिहरू

अधिकारी, विश्वप्रेम (२०५८), पश्चिमाञ्चल लोकगीत र परम्परा, स्याङजा : विजयकुमारी अधिकारी ।

अनिल, सन्तराम (१९७५ इ.), कन्नोजी लोकसाहित्य, दिल्ली: अभिनभ प्रकाशन ।

आर.डी र एल्. एल् (२०२३), नेपालका विभिन्न जाति र लोकगीत एक परिचय, ललितपुर: जगदम्बा प्रकाशन ।

कन्दङ्वा, काजीमान (२०२०), नेपाली जनसाहित्य, काठमाडौं: रायल नेपाल एकेडेमी ।

काफ्ले ठाकुरप्रसाद (१९६८ इ.), गुल्मी लोकलय, वाराणसी : प्रकाशक लेखक स्वयम् ।
जोशी, सत्यमोहन (२०१२), नेपाली लोकगीत : एक अध्ययन, काठमाडौं : रत्न पुस्तक भण्डार ।
----------, (२०१३) हाम्रो लोकसंस्कृति, काठमाडौं : रत्न पुस्तक भण्डार ।
त्रिपाठी, वासुदेव (२०३०), सिंहावलोकन, काठमाडौ: नेपाल राजकीय प्रज्ञा-प्रतिष्ठान ।
थापा, धर्मराज (२०३०), गण्डकीका सुसेली, काठमाडौं : नेपाल राजकीय प्रज्ञा-प्रतिष्ठान ।
----------, (२०३२) मेरो नेपाल भ्रमण, पोखरा : श्रीमती सावित्री थापा ।
----------, (२०२०) हाम्रो लोकगीत, काठमाडौ : रेडियो नेपाल ।
थापा, धर्मराज र सुवेदी हंसपुरे (२०४१), नेपाली लोकसाहित्यको विवेचना, काठमाडौं : पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ।
पन्त, कालीभक्त (२०२८), हाम्रो सांस्कृतिक इतिहास, स्याङ्जा : प्रकाशक लेखक स्वयम् ।
परमार, श्याम (१९५४ इ.), भारतीय लोकसाहित्य, दिल्ली: राजकमल लिमिटेड ।
पराजुली, कृष्णप्रसाद (२०५७), नेपाली लोकगीतको आलोक, काठमाडौं : वीणा प्रकाशन प्रा.लि. ।
बन्धु, चूडामणि (२०५८), नेपाली लोक साहित्य, काठमाडौं : एकता प्रकाशन ।
बराल, ईश्वर र अन्य (सम्पा.) (२०५५), नेपाली साहित्य कोश, काठमाडौ: नेपाल राजकीय प्रज्ञा-प्रतिष्ठान ।
मल्ल, सावित्री (२०५२), पाल्पाका लोकगीत अध्ययन र विश्लेषण, पाल्पा : कक्षपति प्रकाशन ।
मेचीदेखि महाकाली (२०३१), भाग ३, काठमाडौ: श्री ५ को सरकार सञ्चार मन्त्रालय, सूचना विभाग ।
लोहनी, लक्ष्मण (२०२२), रोदीघर, (दोस्रो संस्करण), काठमाडौ : रत्न पुस्तक भण्डार ।
श्रेष्ठ, दयाराम 'संभव' (२०३८), प्रारम्भिक कालको नेपाली साहित्य र परम्परा, काठमाडौ: त्रि.वि. पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ।
सुवेदी, राजाराम डा. (२०५५), गुल्मीको ऐतिहासिक झलक, गुल्मी: किरण पुस्तकालय ।

(ख) अप्रकाशित शोधपत्र

घिमिरे, कृष्णप्रसाद, अर्घाखाँचीका लोकगीतहरूको विश्लेषणात्मक अध्ययन, काठमाडौं : विश्वविद्यालय अनुसन्धान आयोग ।
ज्ञवाली, हिरण्यलाल (२०५६), गुल्मेली लोकगीतको सङ्कलन र अध्ययन, काठमाडौं : त्रि.वि. ।
ढकाल, भागवत, गुल्मेली तीजका गीतहरूको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण, काठमाडौं : विश्वविद्यालय अनुसन्धान आयोग ।
पोखरेल, लक्ष्मी (२०५९), अर्घाखाँचीका लोकगीतहरूको सङ्कलन,वर्गीकरण र विश्लेषण, काठमाडौं : त्रि.वि. नेपाली केन्द्रीय विभाग ।
महत्, झवीन्द्र (२०६०), गुल्मी जिल्लाको पश्चिमोत्तर क्षेत्रका लोकगीतको अध्ययन, काठमाडौं : त्रि.वि. नेपाली केन्द्रीय विभाग ।

शालग्रामक्षेत्र र आदिगंगा सदानीरा कृष्णगण्डकीको वैशिष्ट्य एवं महत्त्व

डा. नारायणाचार्य
देवबाबा

१. शालग्रामक्षेत्र

१.१ शालग्रामक्षेत्रको व्याख्या र परिधि

शालग्रामक्षेत्रको पौराणिक चर्चा गर्ने प्रसङ्गमा सर्वप्रथम श्रीमद्भागवतमहापुराणमा चक्रनदीको रूपमा शालग्रामका चक्रहरूको लक्षणको आधारमा नदीको नामकरण गरिएको पाइन्छ। वराहपुराणको अध्याय १४४ र १४५ को ३५३ पेजदेखि ३७२ पेजसम्म श्लोकसंख्या (२२) शब्द शालग्रामको विषयमा वराह भगवान्ले देवी पृथ्वीलाई सालङ्कायन ऋषि तथा चन्द्रतपोभूमि सोमेश्वरलिङ्ग त्रिवेणी पुलस्त्य-पुलहाश्रम मुक्तिक्षेत्रको महत्त्वमा साक्षात् शालग्रामक्षेत्र शालपर्वतको माहात्म्य विषयमा विस्तृत रूपमा वर्णन गरेको देखिन्छ।

यस प्रसङ्गमा वराह भगवान्द्वारा पृथ्वीलाई उपाख्यान बताउने क्रममा सालङ्कायन ऋषि विस्तृत रूपले फैलिएको शालग्रामक्षेत्रमा आउनुभन्दा पूर्व मन्दराचल र सुमेरुपर्वतको उपत्यकामा तप गरी आएका थिए। यस सन्दर्भमा भगवान् वराह पृथ्वीलाई भन्नुहुन्छ : हे देवी ! सालङ्कायन ऋषिले पुत्र प्राप्तिको निम्ति मन्दराचल, सुमेरुपर्वतबाट शालग्रामक्षेत्रमा रहेका पिण्डारक लोहार्गललगायत स्थानहरूमा तप गरेका थिए भन्ने प्रसङ्गका विविध क्रमबाट शालग्राम शब्द र शालग्राम वृक्षावतारको महत्त्वलाई वराहपुराणले उल्लेख गरेको छ, त्यसलाई श्लोकको माध्यमबाट यहाँ स्पष्ट पारिएको पाइन्छ।

त्यसैगरी हिमवत्खण्डको अध्याय ५५ मा श्लोक सं. (६) को पेज १२५ र गण्डकीमाहात्म्यम्को परिशिष्ट भाग अध्याय पहिलो ८६ पेज, चौथो ९३ पेज, सातौँ (९८-९९) पेज, आठौँ अध्याय (१००, १०२) पेज, नवौँ अध्याय १०२, १०५ पेज, दशौँ अध्याय पेज १०६ सम्म शालग्राम शब्दको श्लोक संख्या (१६) जतिको चर्चा र महत्त्व बताइएको छ। यस सन्दर्भमा कुमारजीले अगस्त्यऋषिलाई कालीगण्डकीमा प्राप्त विविध शालग्रामका लक्षण र चक्रका विषयमा चर्चा गरे। त्यस्तै गण्डकीमाहात्म्यमा काशीराम विद्वान्ले भगवतशर्मा ब्राह्मणलाई शालग्रामका विविध कोणबाट चक्र र लक्षणका विषयमा चर्चा गरेका थिए। यसप्रकार भगवान् नारायणको अवतार एवं दामोदरकुण्ड शालपर्वत हुँदै प्रवाहित कालीगण्डकी र यस क्षेत्रका साथै शालग्रामको महत्त्व एवं पुराणकालभन्दा अगाडि नै शालग्रामको वैशिष्ट्य स्थापित भइसकेको कुरा स्पष्ट भएको देखिन्छ।

भारतको उत्तराखण्डमा विभिन्न नदीहरूले सङ्गमको रूपमा बग्ने वा मिल्ने ठाउँहरूलाई कर्णप्रयाग, देवप्रयाग, रूद्रप्रयाग, नन्दप्रयाग, विष्णुप्रयाग, सोमप्रयाग आदि भनिए पनि कृष्णवर्ण भएकी कृष्णा (काली) असिता, शुक्लवर्ण भएकी महानदी शुक्ला (सेती) सिता-सरस्वती त्रिशूलीलगायत सप्तगण्डकीका संगमलाई नै देवघट्ट (देवघाट) को नामले नै आदिप्रयाग भनिएको हो। मूलतः यो संगम गङ्गायमुनाको संगमभन्दा पूर्व नै यो संगम भएकोले आदिप्रयागत्व देवघाटका नामले प्रसिद्धि मिल्नु माथि अनेकौँ वैदिक पौराणिक एवं किम्वदन्तीलगायतको प्रमाण परीक्षणबाट सर्वसम्मत र स्वीकार्य निर्णयको रूपमा प्रतिफलित हुन्छ। वराहपुराणमा 'देवाट' शब्दको प्रयोग गरी भनिएको छ : अटनम्-आट भन्नाले देवताहरू भ्रमण गर्दछन् वा भ्रमण गरी आर्त भक्त, जिज्ञासाभक्त एवं अर्थार्थीका मनोरथ पूर्ण गर्दै स्वान्तःसुखाय समेत साधना गर्दछन् भन्ने अर्थमा 'देवाट' भनिएको हो। सप्तगण्डकीसंगम, सप्तकोशीसंगम, सप्तकर्णालीसंगम, सप्तमती वाग्मतीसंगम आदि उत्तराञ्चलका संगमहरूलाई आदिप्रयाग र गंगा-यमुनासंगम हुने ठाउँलाई द्वितीय (दोस्रो) प्रयागको नाम दिइनु युक्तियुक्त हुने देखिन्छ।

वर्तमान विश्वमा प्रयाग नाम गरेका दुईतीर्थ प्रसिद्ध छन्। तिनीहरूमध्ये एउटातीर्थ गण्डकीसंगम प्रयाग हो भने अर्को हो गङ्गासंगम प्रयाग। धर्मप्राण व्यक्तिहरू गंगासंगम प्रयागलाई इलाहाबाद र गण्डकीसंगम

प्रयागलाई देवाट/देवघाट नामले पुकार्दछन् । यी दुईवटै प्रयाग परम पवित्र तथा दर्शनीय छन् । यिनीहरूमध्ये कृष्णगण्डकी शुक्ला (सेती) सरस्वती त्रिशूलीगण्डकी संगमस्थल हो भने अर्को हो *गङ्गा यमुना सरस्वती*को संगमस्थल । प्रजापति ब्रह्माले जहाँ पुण्यनदीहरूको संगमस्थल छ, त्यो ठाउँ पवित्र हो भनी त्यस ठाउँमा प्रथम याग (पहिलो यज्ञ) गरेका थिए । विद्वान्हरूको मतअनुसार यसै प्रथम याग शब्दको व्युत्पत्तिबाट नै प्रयाग शब्दको निर्माण भएको हो । शास्त्रहरूले पनि यसै कुरालाई संकेत गरेका छन् । अर्थात् जुन ठाउँमा सम्पूर्ण प्राणीहरूका आत्मास्वरूप पितामह ब्रह्माले प्रथम याग (यज्ञ) गर्नुभएको थियो, त्यो ठाउँ नै प्रयाग नामले प्रसिद्ध भयो । प्रथम यागस्थल नै प्रयाग शब्दको उत्पत्तिको आधार हो भने त्यस्तो ऐतिहासिक स्थल कुन हो त ? भन्ने विषयमा विचार विमर्श हुनु जरूरी छ । यसै प्रसङ्गमा ऋग्वेदको अखिलसूक्तलाई उद्धृत गर्दै राजबली पाण्डे 'हिन्दूधर्मकोश'मा लेख्छन् : जहाँ काली र सेती नदीको संगम छ, त्यही पावनस्थल नै प्रयागतीर्थ हो । मूलत: स्कन्दपुराण अन्तर्गत हिमवत्खण्ड 'गण्डकीमाहात्म्य'को परिशिष्टभागमा उल्लेख भएको छ ।

विष्णुको गालाबाट उत्पन्न भएका कालो र सेतोवर्ण भएका असिता कृष्ण (कालीगण्डकी) र सिता शुक्ला (सेतीगण्डकी) सरस्वती नाम गरेका दुई श्रेष्ठ नदीहरू छन् भन्ने कुरा वेदमा पनि सुनिएको छ । त्यसैगरी जसले मेरो यस प्रयागक्षेत्रमा स्नान गर्दछ त्यस मनुष्यको पाप नष्ट भई अश्वमेध यज्ञको फल भोगेर वैकुण्ठमा वास गर्दछ । त्यसैगरी वराह भगवान् श्रीविष्णुले देवताहरूलाई भनेको प्रसङ्गलाई देवी पृथ्वीलाई भन्नुहुन्छ : यसप्रकार मेरो प्यारो र पहिलो "आदिप्रयाग" नाम गरेको क्षेत्र मनुष्यहरूको भोग र मोक्षका साथै मेरो स्वरूप प्राप्ति गराउने पनि छ । यसरी आदिप्रयागको विषयमा विभिन्न कोणले पुष्टि भएको छ । ब्राह्मी वैष्णवी र शाम्भवी गरी तीनवटै शक्ति प्रक्षिप्त छन्, कौशिकऋषि विश्वामित्रले शाम्भवी शक्तिलाई जाग्रत गराएका थिए भने ऋषि वसिष्ठले वैष्णवी शक्तिलाई जाग्रत गराएका थिए । त्यसैले भनिएको छ *वैष्णवी त्रिष्टुप् वसिष्ठद्रष्टा* (यजुर्वेद ५.१६ महीधरभाष्य) ब्राह्मीगण्डकी, वैष्णवी र शाम्भवीगण्डकीको उत्कर्षता कलियुगमा बढी हुनेछ । त्यसैले कलियुगमा *"कलौ शेषे तु गण्डकी"* भन्नुको अर्थ चरितार्थ हुनेछ । मूलत: देवघाटधामको कृष्णगण्डकीमा ५ हजार वर्ष कलियुग बितेपछि पृथ्वीमा सम्पूर्णतीर्थहरू शालग्राम चक्रनदी (आदिगङ्गा) मा आएर समाहित हुनेछन् भनिएको छ ।

१.१.१ शालग्रामशिला व्युत्पत्ति

वाचस्पत्य अनुसार शालग्रामको व्युत्पत्ति यसरी रहेको छ : *शालानां वृक्षाणां ग्राम: समूहो यत्र पर्वतभेदे तत्र जात: अण् तत्र जाते विष्णोर्मूर्तिभेदे गण्डकशब्दे दर्शिते गण्डक्या एकदेशस्थलभेदजाते विष्ण्वादिदेवचक्रयुक्तशिलाभेदे च तदुत्पत्तिर्लक्षणभेदेन तन्नामभेदात् यथाकीटयोनिं प्रपद्येथा इति गण्डक्या: सुरान् प्रतिशापे तेन कर्मविपाकेन जडा ऊष्णा नदी भवेति देवानां गण्डकीं प्रति शापे च जाते विष्णुना तत् समाधानाय ।*

यस प्रसङ्गमा "शालग्राम रहस्यम्" मा भनिएको छ:- शालेन वृक्षविशेषेण गम्यते ज्ञायते पर्वतविशेष: शालग्रामगिरिस्तीर्थविशेष: शालाभ्यन्तरग्रामो समूहो यस्य स शाल: शालस्य ग्राम: शालग्राम: । शलगता वित्यस्माद्धातो : शलति वायुना चलतीति ज्वलिति कसंतेभ्योण् इति णेकृते शाल: इति सिध्द्यति इति व्युत्पत्यर्थ: । अर्थात् शालग्राम घेरिएको (ढाकिएको) शालग्रामशिलामा स्थित विष्णु स्त्री जाति वाहेक समूहमा शालग्राम नामको शिलामा स्थित भएर पूजा (अर्चा) गर्न योग्य भएर बसेको देखिन्छ । शालग्राम गण्डकी नामकी स्त्रीत्व भावमा समाहित भएर बसेको कुरा आत्मसात् गरी शालङ्गायन नामका ऋषि शालग्रामको पूजा अर्चना गरेर आफ्ना सेवकहरूका साथ निवास गर्नु भएको तथ्य प्रकाशित भएको छ ।

शालग्रामशिलालाई विश्वका प्राय: सबै देवदेवीका मठमन्दिरहरूमा स्थापित गरी श्रद्धानिष्ठापूर्वक पूजा अर्चना एवं प्रार्थना गरिन्छ । लगभग २$^{१}/_{२}$ अरब हिन्दूहरूका आराध्यदेव नारायणको शिलावतार (कसैको मतमा शालग्रामावतार) मानिने शालग्राम पूजा प्रार्थना परम्परा सृष्टिको प्रारम्भदेखि नै चलेको कुरा

नारदपाञ्चरात्रबाट स्पष्ट हुन्छ। देवर्षि नारदका अनुसार परापूर्वमा भगवान् विष्णुबाट प्राप्त शालग्रामपूजा विधिलाई ब्रह्मालेे नारदजीलाई ज्ञान दिएको र नारदजीले नारदपाञ्चरात्रागम नामक ग्रन्थका माध्यमले लोककल्याणका निम्ति प्रचार प्रसार गर्नु भएको तथ्य विभिन्न ऋषि महर्षि प्रणीत १०८ संहिता ग्रन्थहरूबाट प्रकाशित भएको देखिन्छ।

नारदपाञ्चरात्रागम अन्तर्गत १०८ संहिताहरू रहेका छन्। १०८ संहितामध्ये प्रसिद्ध संहिताहरू १. अहिर्बुध्न्यसंहिता २. अगस्त्यतन्त्रम्संहिता ३. जयाख्यसंहिता ४. पाद्मतन्त्रम्संहिता ५. भारद्वाजतन्त्रम्संहिता ६. वाल्मीकिसंहिता ७. विहगेन्द्रसंहिता ८. श्रीप्रश्नतन्त्रम्संहिता ९. सात्वततन्त्रम्संहिता १०. श्वेतायनसंहिता रहेका छन्। यसैगरी पद्ममहापुराण (पातालखण्ड), वराहपुराण स्कन्दमहापुराणहरूमा पनि शालग्राम पूजा माहात्म्यको वर्णन पाइन्छ।

१.१.२ गण्डकी प्रस्रवणक्षेत्र

गण्डकीप्रस्रवण भन्नाले सप्तगण्डकी प्रदेशभित्रका क्षेत्र र नदीहरू खोलाहरू तिनका के कति नाम रहेका छन्, त्यस विषयमा यहाँ प्रस्तुत गरिन्छः- सप्तगण्डकी प्रदेशमा झरना र खोलाहरूसहित २११ संख्यामा रहेका छन्। देवघाटतीर्थस्थल अन्ततोगत्वा मुख्य ५ गण्डकीलाई समेट्दै आएकी आफू त्रिशूली समेत ६ गण्डकी रहेको पवित्र जलप्रवाहसँग देवघाटक्षेत्रमा मिल्न आएकी शालग्राम-चक्रनदी कृष्णगण्डकी जलप्रवाहसँगको संगम मिलन यसै धारामा भएकोले यस क्षेत्रको महत्त्व आदिप्रयागको रूपमा समेत रहेको पुष्टि हुन्छ। यस क्षेत्रमा मूल सात गण्डकी र सहायक नदीहरूको समग्रमा मिलन भएको हुनाले उच्चतम जलतीर्थको रूपमा पनि देवघाटधामको महत्त्व रहेको छ। यस संगममा मिल्न आउने सातै गण्डकी सहायक ११ नदीहरू रहेको सन्दर्भमा ती नदीहरूको उत्पत्तिस्थल अन्तिम रूरूक्षेत्र (रिडी) सम्म हुँदै देवघाटक्षेत्रसम्म प्रस्रवण हुँदै आएको स्थितिलाई समेत अध्ययन गर्नु वाञ्छनीय भएकोले यसलाई गण्डकीप्रस्रवण क्षेत्रको रूपमा यहाँ सामान्य चर्चा गरिएको हो।

यसैगरी सप्तगण्डकीको प्रथम मुहान त्रिशूली (धर्मधारा) को उत्पत्ति रसुवागढी र लाङटाङ हिमालबाट झरेका झरनाहरूको संगम गोसाइँकुण्ड, भैरवकुण्ड, गणेशकुण्ड, सरस्वतीकुण्ड, सूर्यकुण्डसहित (१०८) कुण्डहरू भएको क्षेत्र त्रिशूली हो। त्रिशूलीगण्डकी प्रवाहित हुँदै वेत्रावतीगङ्गा सित (संगम) हुन जान्छ। त्यसैगरी त्रिशूलीगण्डकीसँग देवीघाटमा गएर तादी तापी (सूर्यमती) (जसलाई देवीघाटतीर्थस्थलको नामले परिचित भएको छ) सँग संगम हुन्छ। बूढीगण्डकीको उद्गमस्थल लार्केहिमाल र गणेशहिमाल हो। त्यहाँबाट प्रवाहित हुँदै सारनघाटमा गएर आँखु (नेत्रवती) सँग संगम हुन्छ। वेनीघाटमा गएर संगम भएको बूढीगण्डकीको स्वरुप त्रिशूलीको रूप हुन्छ।

यसरी त्रिशूलीले ठूलो रूप लिँदै मुगलिङ क्षेत्रमा गएर मर्स्याङ्दीगण्डकीसँग संगम हुन्छ। मर्स्याङ्दीगण्डकी र दरौंदीको संगम आँबूखैरेनीमा हुन्छ। दरौंदीको उत्पत्तिस्थल नारदपोखरी र दूधपोखरी हो। त्यसपछि मर्स्याङ्दीको उत्पत्तिस्थल मनाङभोट-तिलिछोताल हो। मर्स्याङ्दी नदीको संगमस्थल तार्कुघाट (धमिलीकुवा) मा गएर चेपे (चम्पा) नदीसँग हुन्छ। यसरी मर्स्याङ्दीको स्वरूप मुगलिङमा गएर त्रिशूली नदीसँग पूरा हुन्छ। त्यसपछि त्रिशूलीगण्डकीसँग गाइघाटमा शुक्ला (सेती) सरस्वती गण्डकीको संगम हुन्छ। शुक्ला (सेती) सरस्वती नदी दमौलीमा मादी गण्डकीसँग संगम हुन्छ। यहाँनेर व्यास तथा पराशरको तीर्थस्थल व्यासपराशरघाटको नामले चिनिएको छ। मादी गण्डकीको उत्पत्तिस्थल अन्नपूर्ण हिमाल र माछापुच्छ्रे हिमाल हो। सेती (शुक्ला) सरस्वती गण्डकीको उत्पत्तिस्थल माछापुच्छ्रे हिमाल र अन्नपूर्ण हिमाल हो। त्यसैगरी खारपानी तीनशिरेतीर्थ (सरस्वती कुण्ड) शिरा भन्ने ठाउँबाट प्रवाहित भएर सेती आएकी हुनाले यी नदीलाई सरस्वती नदी पनि भन्दछन्। यसमा शुक्ला (सेती) सरस्वती गण्डकी पोखरामा आएर भासिएकी छन्। त्यसपछि रामघाट हुँदै दमौलीमा गएर मादी गण्डकीसँग संगम हुन्छ।

त्यसैगरी कृष्णा (काली) गण्डकीको उत्पत्तिस्थल मुक्तिक्षेत्रको विष्णुसरोवर मुक्तिपर्वत र दामोदरकुण्ड-दामोदर हिमाल हो । दामोदर नदी र कालीगण्डकीको संगम काकवेणी हो । यसरी जोमसोम, टुकुचे, लेते, घाँसा, दाना हुँदै तातोपानी नजीकै मिर्सा मृडा-नीलगंगा सहायकनदीसँग कालीगण्डकीको संगम हुन्छ । यस नदीको उत्पत्तिस्थल अन्नपूर्ण हिमाल हो । रुप्से छहरा पाँचसय फीट उच्च पहाडी खोंचबाट निक्लेको छ । यहींनेर विश्वको गहिरो गल्छी आदिगङ्गा चक्रनदी-कालीगण्डकी रहेको छ । त्यसपछि कालीगण्डकी दोस्रो सहायक नदी रहु (रघु) राखु, इच्छुमती देविका नदीसँग गलेश्वरक्षेत्रमा गएर मिल्दछिन् । गलेश्वरतीर्थमा धेरै पहिलेदेखिनै राखुघाटको नामले प्रसिद्धि भए तापनि गलेश्वरघाट पनि भन्ने गर्दछन् । रहु नदीको उत्पत्तिस्थल धवलागिरी पर्वत (डाँडा) हो । त्यसैगरी तेस्रो नदी म्याग्दी (मङ्गला) नदी पनि धवलागिरिको दक्षिणी हिमालबाट उत्पत्ति भएको हो । यस नदीसँग कालीगण्डकीको संगम म्याग्दी बेनीमा हुन्छ । वेणी (वेनी) तीर्थस्थलमा म्याग्दीघाटको वेनीघाट नामले चिनिएको पाइन्छ । त्यसैगरी चौथो मोदीवेनी (माधवी) नदी अन्नपूर्ण हिमशिखरको पूर्वीभाग र माछापुच्छ्रेको पश्चिमी भागबाट उत्पत्ति भएको छ । यस नदीसँग कालीगण्डकीको संगम कुश्मा बजारबाट केही तल रहेको छ । यहाँ कालीगण्डकी र मोदीवेनीको संगम भएकोले कालीगण्डकी तीर्थस्थल वा (शालग्राम तीर्थस्थल) मोदीवेनीघाटको नामले परिचित भएको छ । त्यस्तै पाँचौं नदी सेतीवेणी (हैमवती-शिला-शालग्रामशिला) नदीसँग कालीगण्डकीको संगम हुन्छ । यहाँ विशाल शालग्रामशिला भएकोले शालग्रामतीर्थ र शालग्राम सेतीवेनी घाटको नामले चिनिन्छ ।

सेतीवेणी (हैमवती) नदी पर्वत जिल्लाको दक्षिणी सिमानाको उत्पत्तिस्थल धूवाँकोटको डाँडा हो । त्यसैगरी छैटौं नदी आधी-अन्धावती-दीर्घतमा नदी स्याङ्जा जिल्लाको कार्कीनेटाको दक्षिणी भाग पूर्वतिर पर्ने ठहरेलेकको पश्चिम भागबाट उत्पत्ति भएर निस्केकी यी नदीको संगम मिर्मीमा गएर कालीगण्डकीसँग संगम हुन्छ । यहाँ आधी-अन्धावतीघाट कालीगण्डकी तीर्थस्थलको नामले चिनिन्छ । यहाँ ठूलो जलविद्युत निकालिएको छ । जुन कुरा सरकारले पूर्ण रूपमा अध्ययन नगरीकन वैदिक नदीलाई मास्ने काम गरेको छ किनकि आदिगंगा कृष्ण गण्डकीमा माछा मार्न पनि पाइदैँन । माछामा पनि विष्णुका चक्र हुने हुँदा विजुलि निकाल्ने विषयमा वराहपुराण र हिमवत्खण्ड पढिएन, त्यसैले कालीगण्डकीको दुर्दशा भएको हो । अझ त्यसमाथि डाइभर्सन गर्ने कुरा आएको छ । यो पूर्ण रूपमा अरबौं सुनखानी र शालग्राम भण्डारलाई समाप्त पारेर वैदिक धरातलको नदीलाई निमिट्यान्न पार्ने खेलमा सरकार लागिरहेको छ । मूलतः अनगिन्ति शालग्राम विग्रहहरू नेपालमा भन्दा भारतमा बढी पाइन्छ । यसको विषयमा अविलम्ब शालग्राम संरक्षण ऐन बनाउन सकिएन भने अझ कति समाप्त भएर नाममात्रको आदिगंगा कालीगण्डकी रहने त होइन ? भन्ने दुश्चेष्टा बनिरहेको छ अतः यसको आयु नै ४,११,५८,८५,१२६ वर्ष रहेको छ । यो कुरा नासाले पनि पुष्टि गरेको छ । रूरूक्षेत्र देखि नागवेली हुँदा पूर्व उत्तरतर्फ महाभारत पर्वतलाई दक्षिण पारेर कालीगण्डकी बग्दछिन् । तिब्बतको पठार लोमान्थाङ हुदैँ रिडीसम्मको दुरी २३६ कि.मि रहेको छ । यसरी कालीगण्डकी नागवेलीस्वरूपमा उत्तर दक्षिण हुँदा राम्दी (रामनदीधाम) देखि हुँगीघाटमा उत्तरतर्फ केही कि.मि मोडिएकी छन् जसमा कालीगण्डकी उत्तरवाहिनी भएकी छन् (कृष्णाश्चोत्तरवाहिनी) जहाँ केलादीघाटसम्म पुगेर पूर्व तर्फ मोडिन्छिन् । रूरूक्षेत्र गण्डकी क्षेत्रको चारधाम मध्ये एक धाम हो । रुरुक्षेत्र तीर्थराज प्रयागको महत्त्वको विषयमा पद्ममहापुराण उत्तरखण्ड पचहत्तरौं अध्यायले यसरी व्यक्त गर्दछ । सा गङ्गा महती पुण्या धर्मकामार्थ मुक्तिदा वर्तते ऽद्यापि तत्रैव मया सह नसंशयः ॥१३॥ इमं वेणी समापुण्या पापीनां तु विशेषतः । मुच्यते ब्रह्महा यत्र इतरेषां तु का कथा ॥१४॥ सर्वदा सर्वकाले तु अहं गच्छामि पार्वती । तीर्थानां तीर्थराजोऽयं ब्रह्मणा भाषितः किल ॥१७॥ अस्यां भूमौ हृषीकेशो नियमेन समन्वितः । आषाढे पुण्यकाले तु तत्र गच्छामि सुन्दरि ॥१८॥ मासैकं विधिना चैव स्नानं तत्र करोम्यहम् । तारकं चात्र विशदं जपामि तु निरन्तरम् ॥१९॥ वाराहपुराणमा रुरुकन्या प्रति भगवान विष्णुबाट आज्ञा भएको छः–तवोतीर्थे कृतस्नानस्त्रिरात्रो पोषितो नरः । विलोक्य मां भवेत् पूतो मम वाक्यान्न शंसयः ॥१४६। ८४॥ गण्डकी संगमे स्नात्वा सन्तर्प्य पितृदेवताः । विष्णुं शिवञ्च सम्पूज्य तपस्थानं विचिन्तयत् ॥१४६।५०॥ लिङ्गरुपधरः साक्षादुपर्यपि तथाह्यधः । तिर्यक्च

जलाधाराभिर्युक्तस्तत्ताप शान्तिकृत् ॥१४६।५४॥ उवाच च प्रसन्नात्मा मुने ! पश्य च मां शिवम् । द्वे मामेवावेहि विष्णुं त्वं मा पश्य स्वान्तरं मम ॥१४६।५५॥ पूर्वमन्तरभावेन दृष्टवानसि यन्मम । तेन विघ्नोऽभवोन गलितं त्वत्तपो महत् । आवामेकेनभावेन पश्यत्वं सिद्धिमाप्स्यसि । तपः प्रभावाल्लिङ्गानि प्रादुर्भूतानि यत्र वै ॥१४६।५७॥ ददासि चेत् वरं मह्यं देव देव जगत्पते । अनेनैव स्वरुपेण भगवन स्थातुमर्हसि । स्थितोस्म्यत्रैव भद्रं ते ह्यँरं वरयाऽऽशुभे ॥१४६।७९॥ यदि प्रसन्नो देवेशः तदा मां पावनं कुरु । मन्नाम्ना क्षेत्रमेतच्च ख्यातं भवतु नान्यथा ॥१४६।८१॥ तीर्थानां परमं तीर्थं तव देहो भवत्वयम् । तव नाम्ना च विख्यातमेतत्क्षेत्रं भविष्यति । वराहपुराण, ॥१४६।८२॥ तवेतीर्थे कृतस्नानः त्रिरात्रोपोषितोनरः । विलोक्य मां भवेत्पूतो मम वाक्यान्न संशयः ॥१४६।८३॥ यहाँ तीन दिनसम्म मेला मकरसंक्रान्ति पर्वका अवसरमा लाग्ने गरेको छ । मुक्तिनाथ देखि रूरूक्षेत्रसम्मको दूरी २११ कि.मि रहेको छ भने रूरूक्षेत्रदेखि देवाट/देवघाट धाम सम्मको दूरी १६६ कि.मि. रहेको छ । अतः सुषुम्ना नाडी भित्रको नाभिदेखि माथि हृदयक्षेत्र हो रुरुक्षेत्र नाभि र हृदय क्षेत्र हो । रूरूक्षेत्र वरिपरि यहाँ असंख्य शालग्राम शिलाहरू विचित्र प्रकारका छन् । यो एकप्रकारको शालग्रामको भण्डारपनि हो । यसमा धेरै खोजी भएपनि हरि न्यौपाने ले यसलाई विशेष रुपमा खोजी गर्नुभएको छ । त्यस्तै सातौँ रुद्रगङ्गा, रुद्रताल, रुद्रमती वडीघाटतीर्थस्थल ढोरपाटनको डाँडाबाट उत्पत्ति भएकी छन् । अतः यी रुद्रमती रुद्रगंगाको संगम कालीगण्डकीसँग रुद्रवेणीमा गएर भएको छ । यहाँ रूद्रवेणी तीर्थस्थल बडीघाट (रूद्रमती)को नामले चिनिएको छ ।

त्यसपछि आठौँ नदी रिडी-रुरुगङ्गा नदी गुल्मी जिल्लाको दक्षिण पूर्वमा र पाल्पा जिल्लाको सिमाना अर्घाखाँचीको खहरेलेकबाट उत्पत्ति हुँदै रुरुक्षेत्र रिडीमा गएर कालीगण्डकीसँग संगम हुन्छ । रुरुक्षेत्र रिडीघाटको नामले प्रसिद्ध छ । यहाँ हृषीकेश नारायण भगवान्को मन्दिर भएको र रुरुकन्यालेसाक्षात् नारायणको दर्शन गरेकाले रुरुकै नामबाट रुरुक्षेत्र तीर्थस्थल प्राचीनकालबाटै परिचित भएको पाइन्छ । यसरी कालीगण्डकीमा मिलेका यी आठ नदीसहित नौ गण्डकी नदीहरूको प्रस्रवणक्षेत्रमा अनेक झरना र खोलाहरू रहेका छन् । यी ठाउँहरूमा पूर्तिघाट तीर्थस्थल, निरहेघाट तीर्थस्थल, रानीघाट तीर्थस्थल, राम्दी (रामनदीधाम) तीर्थस्थल, उत्तरवाहिनी क्षेत्र (कृष्णाश्चोत्तर वाहिनी) मालुङ्गा महाशिवलिङ्ग धाम, हुँगीघाट तीर्थस्थल केलादी घाट तीर्थस्थल आर्यभञ्ज्याङ तीर्थस्थल गजरकोट, पुट्टारघाट तीर्थस्थल, घुमारीघाट तीर्थस्थल, कोटाघाट तीर्थस्थल, हर्दी (हरिपुर)घाट तीर्थस्थलहरूमा कालीगण्डकीको प्रवाहले देवघाटधाममा गएर त्रिशूलीगण्डकी सहितका नदीहरूसँग सप्तगण्डकी-नारायणी सदानीराको नामले प्रसिद्धि छ । हाम्रा यी प्राचीन नदीहरू धेरै कालदेखि गौरवको गाथा गाउँदै प्रवाहित भएर आएका छन् । भौगोलिक दृष्टिकोणबाट जानकारी लिँदा यो प्रदेश करोडौँ वर्षसम्म टेथिस (टाइथासिस-तीर्थसागर) नामक समुद्रको गर्भभित्र रहेको थियो । करोडौँ वर्षसम्म समुद्रभित्र रहेका विभिन्न प्रकारका चट्टानका हजारौं फीट मोटाइ भएका अनेकौँ पत्रहरू र सामूहिक पानीको थिचाई एवं स्वयं आफ्नो गह्रौं चापले गर्दा तिनले अझ कडा चट्टानको रूप लिइसकेका थिए । समुद्रको गर्भभित्रको यसप्रकारको जमोटको भार पृथ्वीभित्रकै वेसाल्ट चट्टानले थाम्न न सकिने स्थितिमा पुगेपछि करोडौँ वर्षका बीचमा पर्वतहरू बन्न सक्ने अनेकौँ भौगोलिक तरङ्गहरूको उत्पत्ति भएर यो हिमालय पहाड बन्न पुग्यो ।

नेपालको मध्य भागमा रहेका गण्डकीहरूको मुहान धौलागिरि, गण्डकी र वाग्मती अञ्चल भए तापनि ती सबैको संगमस्थल देवघाटमा पुगेर नारायणी नामबाट प्रसिद्ध हुँदै नारायणी अञ्चल, लुम्बिनीको भू-भागलाई छुँदै त्रिवेणी वाल्मीकि आश्रममा पुगेर स्वर्णभद्रा(सोनभद्रा) पूर्णभद्रा, तमसा नदीसित नारायणी-गण्डकी मिलेकी छन् । यी सबै कारणहरूले गरी देवघाटको साथै कृष्णा गण्डकीमा प्रवाहित हुने शालग्रामको आफ्नै वैशिष्ट्य रहेको देखिन्छ ।

१.१.३ आदिगंगा सदानीरा-कृष्णगण्डकीको वैशिष्ट्य र महत्त्व

कृष्णगण्डकीको उद्गमस्थलका बारेमा उल्लेख गर्नुपर्दा सर्वप्रथम मुक्तिनाथ भन्दा पूर्वोत्तर उच्च पहाडमा अवस्थित 'विष्णुसरोवर' लाई लिनुपर्ने हुन्छ । त्यहाँबाट नै जल खसेर मुक्तिनाथमा आएको हो भन्ने कुरा

बुझिएको छ । मुक्तिनाथको शिरदेखि 'विष्णुसरोवर' पुग्न ६ कोशमाथि समुद्र सतहदेखि लगभग २७, २४० फीट अग्लो हिमशिखरमुनि काखमा रहेको यो ताललाई स्थानीय भाषामा 'वेवार्था' भन्दछन् । संस्कृतिविद्हरूले यसलाई 'विष्णुसरोवर' ताल भन्दछन् । तालको वरिपरि ढुङ्गाको केही ढड्यान छ । यसदेखि माथि ९ वटा ताल छन् भनिन्छ । यी तालहरू स्थानीय वासिन्दाहरूले जनावरको शिकार खेल्न जाँदा देखेको भन्ने कुरा बुझिन्छ । स्थानीय भाषामा यी तालहरूको नाम 'छोमेमेछु' भनिन्छ । यसलाई (बाजे तलाउ) का नामले ९ वटा तालको जानकारी पनि स्थानीयहरू दिन्छन् । अमरकोषकारका अनुसार करतोया र सदानीरा नदी पार्वतीका विवाहमा कन्यादानका सङ्कल्प जलले पैदा भएकी कहिल्यै नसुक्ने नदीको रूपमा कृष्णगण्डकीलाई लिएको छ, तर शतपथब्राह्मणमा स्पष्ट रूपमा सदानीराको व्याख्या गरेको छ ।

श्रीमत्सायणाचार्य विरचित भाष्यसमेता ऋग्वेदसंहिताको खिलभागमा **'सितासित**'को विषयलाई उल्लेख गरिएको छ:- सिता-शुक्ला सेती(सरस्वती) र असिता (कृष्णा-कालीगण्डकी) जहाँ संगम भएको छ, त्यहाँ स्नान गर्नेहरू स्वर्गतर्फ जान्छन् । जुन बुद्धिमान संगमतीर्थमा शरीर त्यागदछन् र तिनीहरूले अमृतत्व प्राप्त गर्दछन् भन्ने कुराको प्रसङ्गलाई चर्चा गरिएको छ । सायणाचार्य विरचित श्रीवाजसनेयिमाध्यन्दिनशतपथब्राह्मणभाष्यको प्रथमकाण्ड चौथो अध्याय प्रथमकाण्ड चौथो अध्याय प्रथमब्राह्मणमा सप्तगण्डकी (नारायणी) देवाट/देवघट्ट/ देवघाटधाम, प्रथमहरिहरक्षेत्र, शालग्रामक्षेत्र आदिप्रयागको विषयमा प्राक्काल (वैदिकसमय) मा आदिगंगा-सदानीरा नदीको चर्चा गरेको छ ।

विदेघ माथव राजा र पुरोहित गोतम राहूगण ब्राह्मणबीचको संवादमा अग्निदेवको प्रसङ्ग माथव राजासित रहेको छ । यसैमा विदेघ माथव नामक राजाको मुखमा अग्निदेवको वास रहेको थियो । त्यसलाई गोतम राहूगण पुरोहितले वैदिक मन्त्रोच्चारण गरेर राजाको मुखमा रहेको अग्निलाई निकाल्ने काम गरे । त्यस अवस्थामा राजा विदेघ माथव सरस्वती नदीको किनारमा बसेका थिए, जब अग्नि बाहिर निक्लिए र पूर्वतर्फ बढे । त्यसमा गोतम राहूगण र विदेघ माथवले जलिरहेको अग्निको पीछा गरे । अग्निले त्यहाँ रहेको सरस्वती नदी सहित कतिपय नदीहरूलाई सुकाउँदै उत्तरकोशल (कर्णाली) बाट अगाडि बढे । उत्तरतर्फको हिमवत्खण्डबाट निक्लेकी सदानीरा (कालीगण्डकी) नदी सुकाएनन् । ब्राह्मणहरूले पहिला यस नदीलाई सुकाएर पार गर्न चाहेनन्, किनकि ब्राह्मणहरू यस नदीको पूर्वतर्फ रहन्छन् । त्यस समय सदानीराको पूर्वको भूमि मरूभूमि थियो, त्यसमा दल-दल (गिलो र धाप) धेरै थियो । किनकि अग्नि वैश्वानरले त्यसलाई आस्वादन गरेनन् । अव त यो भूमि धेरै उर्वरा भएको छ । किनकि ब्राह्मणहरूले यज्ञ गरेर अग्निलाई चखाएका छन्, गर्मीका अगाडि दिनहरूमा पनि (त्यो नदी) धेरै वहन्छिन् । अग्नि वैश्वानरले सदानीरा नदीलाई दग्ध गराएका थिएनन्, किनकि यहाँ धेरै चिसो हुन्छ ।

विदेघ माथवले अग्निसित सोधे "म कहाँ वसूँ ? भन्दा यस नदीको पूर्वतर्फ तिम्रो घर होस् भनी यस्तो अग्निले उत्तर दिएर आजसम्म यो नदी कोसल विदेहदेशहरूको बीचको सीमा हो, किनकि यहाँ माथवका सन्तानहरू छन्, भन्ने कुरा शतपथब्राह्मण प्रथमकाण्डको चौथो अध्यायमा चर्चा गरिएको छ । तीरहुत- तीरभुक्ति भनेको निमिले यज्ञ गरेको भूमि विशालापुरी वसाढ-हाजीपुर नजीकै ५००० वर्षसम्म विशाल यज्ञ गर्दा टेथिस नामको सागर थियो, त्यहाँसम्म होम गर्दा अर्थात् त्यो समुद्रले छोएको भूमि तीरमा अग्निले आस्वादन गर्न पाए, त्यसैलाई भनियो तीरहुत तीरभुक्ति । निमिका सन्तान विदेघ माथवले जव यज्ञ भएपछि अग्निले आस्वादन गरेपछि वीसौँ पुस्ता पछि हालको जनकपुर भूमि वस्ती योग्य वन्न गयो । यसको सीमा पूर्वमा कौशिकी (कोशी) दक्षिणतिर गंगा, पश्चिममा सदानीरा (गण्डकी) उत्तरमा हिमालय रहेको थियो भन्ने कुरा विद्वान्हरू बताउँछन् ।

त्रिदेव पुरूषका रूपमा पनि नदीहरूको सत्ता रहेको छ जस्तै: भगवान् कृष्ण (विष्णु) को गण्डस्थलबाट उत्पन्न भएकी श्रीकृष्णगण्डकी (वैष्णवी गण्डकी), माछापुच्छ्रे र अन्नपूर्ण हिमालको वीच **तीनशिरेतीर्थ सरस्वतीकुण्ड 'शिरा'** भन्ने ठाउँबाट निक्लिएकी जुन श्वेतगङ्गा (सेती) सरस्वती नदीको नामबाट भनिन्छ, त्यसलाई

ब्रह्मपुत्री-ब्रह्मा (ब्राह्मी) नदी पनि भनिन्छ । यसैमा ब्रह्मतनया तुलसी नदी पनि द्विकूटपर्वतबाट प्रवाहित भएकी छन् । त्यस नदीलाई आदरकासाथ मानेर प्रवाहित नाना नदीहरू सम्मिलित भएर त्यसमा कति दृश्य र कति अदृश्य नदीहरू छन् । भगवान् शंकरको शरीरबाट उत्पन्न भएर आएकी त्रिशूलगङ्गा शिव शाम्भवी गण्डकीको नामबाट प्रसिद्ध महानदी भनिएको छ । यी तीनै नदीको व्याख्या वराहमहापुराणले स्पष्ट रूपमा खुलाएको छ ।

शालग्रामगिरि पर्वतमा रहेको द्विकूट पर्वतबाट तुलसीदेवीको श्रापवश गण्डकीका तीरमा पर्वतरूपमा वस्नुपरेको छ । यही पर्वत टाकुराबाट सतीका (गौरी) नेत्रबाट वगेको पसिनास्वरूपा कालीगण्डकी झरेकी छन्, जसलाई कृष्णाभा-शाम्भवी (शम्भु) भनिन्छ । द्विकूट पर्वतमा जहाँ अङ्गिरा ऋषिले तपस्या गरिरहेका थिए, ती ऋषि पनि गौरीको दर्शन पाउनासाथ पछि-पछि लागेका थिए । गौरीदेवीको हिंडाइको परिश्रमद्वारा गौरीको आँखा कोसबाट स्वच्छ पसिनाको थोपा खस्यो र नीलोकान्ति भएकी नदी सोही पर्वतको अग्लो टाकुराबाट तल झऱ्यो । हेर्दा कागजमा गाजल पोतिए जस्तो सेतोमा कालोरंग मिसिए जस्तो भइवगिन् जसलाई लोकमा कृष्णाभा (नीलाभा) भनिन्छ । यस नदीमा सर्वप्रथम गण्डकी ऋषिले स्नान गरेको हुनाले कृष्णाभा गण्डकी (कालीगण्डकी) नाम रह्यो । यिनै नदीलाई शाम्भवी अर्थात् शंकरको शक्तिद्वारा गौरीको स्वेद (पसिना) बाट उत्पन्न गण्डकी पनि भनिन्छ ।

कृष्णाभाकी अधिष्ठात्री देवीगङ्गा र अधिष्ठाता भगवान् शङ्कर भएका हुनाले त्रिदेवको संयुक्त मिलन गण्डकीमा स्थापित भएको छ । साथै आफ्ना परम इष्टदेवको भगवान् शंकरको चिन्तन एवं सेवा गर्दै सपरिवार शालग्राम रूपमा भगवान विष्णु सदा-सदानीरा आदिगंगा कृष्णगण्डकीमा वास हुन्छ भनी उल्लेख भएको छ । विष्णुसोवर-६ कोश माथि समुद्रसतहदेखि २७,२४० फीटअग्लो हिमशिखरमुनि भगवान् विष्णुले शालग्रामगिरिमा बसेर हजारवर्षसम्म तप गर्दा गण्डस्थलबाट वगेका पसिनाका रूपमा उत्पन्न भएर गण्डकीनदी यही मुक्तिपर्वतबाट प्रवाहित भएकी छन्, जसलाई प्रमुख वैष्णवी (विष्णु) गण्डकी भनिन्छ । यसरी ब्रह्मतनया (तुलसीदेवी) ब्राह्मी, शाम्भवी (शम्भु) र वैष्णवी (विष्णु) ले आफ्नो कान्तिलाई बढाउँदै तीन देवताहरू देवाट/देवघाट धाममा आइपुग्दा समष्टि रूपमा वैष्णवी देवनदी हुन पुगेका छन् । यी तीन देवहरूको चर्चामा गण्डकी र शालग्रामको आन्तरिक सम्बन्ध रहेको छ । **गण्डकीदेखि उत्तर गिरिराज हिमालयदेखि दक्षिणी भागमा जुन क्षेत्र छ, त्यहाँ ब्रह्माद्वारा निर्मित ब्रह्मपुत्री चक्रनदी (ब्राह्मीगण्डकी) नाम गरेकी तीर्थनदी रहेकी छन् । जहाँ चक्रैचक्रले युक्त भएको चक्रनदीको क्षेत्र जसलाई ठूलोतीर्थका रूपमा लिइएको छ । जसमा भगवान् विष्णु सन्निकटमा रहेको सर्वश्रेष्ठ २४ योजन (९६ कोश-३०९ कि.मि.) भूभाग समेटिएको उत्तम क्षेत्रको रूपमा चिनिएको छ ।** ब्राह्मी, वैष्णवी, शाम्भवी यी तीनै गण्डकीको प्राधान्य तीनदेव महेशमा निहित रहेको छ, भन्नाले दार्शनिक आधारमा लिनुपर्दा सीधै गण्डकी नदीहरू शक्तिप्राधान्यवाट नदीको स्वरूप निर्धारण हुनुपर्ने, तर त्यसो नभएर पुरूषप्राधान्यको आधारमा १.श्वेतगङ्गा (सेती-सरस्वती) ब्राह्मी-ब्रह्मा, **नीलकण्ठशिवालयात्-** शम्भु-शाम्भवी, २. त्रिशूलगंगा (गण्डकी) महानदी ३. कृष्णगण्डकी-सदानीरा-आदिगंगा ४. चक्रनदी-दृषद्वती ब्रह्मा निर्मित तुलसीस्वरूपा नदी यी तीनको स्वरूप यहाँ देखिएता पनि मुख्यत: यी तीनदेवको चर्चा आधिकारिक महापुराण वराहले पुरूष नदीका रूपमा चर्चा गरेको छ । यी तीनदेवको शरीरबाट निक्लेका शक्तिप्राधान्य नदी हुन्, यिनको नामकरण भएको छैन ।

सिता-श्वेतगङ्गा-शुक्ला (सेती) सरस्वती र त्रिशूली महानदी र असिता (कृष्णगण्डकी) जहाँ मिलेका छन्, त्यहाँ नुहाउनेहरू स्वर्ग पुग्दछन् भनी उल्लेख भएको छ । द्युलोक पुऱ्याउने हुनाले नै द्यौघाट (देवघाट) नाम रहेबाट यस ठाउँको महत्ता सुस्पष्ट हुन्छ । ऋग्वेदले स्पष्ट रूपमा सिता (सेतोजल) र असिता (कालोजल)को विषयमा चर्चा गरेको छ । श्रीमद्भागवतमहापुराण अनुसार उल्लेख भएको प्रसंग यस्तो रहेको छ :- **जहाँ दुवै पट्टिबाट नाभि जस्तो लाग्ने चक्रले युक्त शालग्रामशिलाहरूद्वारा चक्रनदी नाम गरेकी श्रेष्ठ नदीले आश्रम क्षेत्रलाई सबै प्रकारले पवित्र बनाउँछिन् ।** दार्शनिक आधारमा पुष्टि गर्नुपर्दा पहिला शक्तिप्राधान्य भन्दा पनि

पुरूषप्राधान्य त्रिदेव (ब्रह्मा विष्णु महेश)को शरीरबाट प्रकटित भएका नदीहरू हुन् भनी वराहपुराणले उल्लेख गरेको छ । यसरी नै श्रीमद्भागवतमहापुराणमा आदिगंगा कृष्णगण्डकीलाई महानदीको रूपमा व्याख्या गरेको छ । प्राचीनकालमा पूर्ण रूपले नदीहरू पुरूष प्राधान्यमात्र भएर रहेका हुन् त? भन्ने विषयलाई प्रमाणका आधारमा चर्चा गरिएको छ । जे होस् ! नदीहरूको आफ्नै महत्त्व भएकोले यसमा दर्शनका आधारमा हेरिएको हो । किनकि शालग्रामको नामबाट सोझै नदी न भनेर चक्रनदी भनेर श्रीमद्भागवतमहापुराणले पनि पुष्टि गरेको छ । त्यसैगरी शुक्लयजुर्वेदवाजसनेयसंहिता अन्तर्गत शतपथब्राह्मणमा गण्डकी शब्द र शालग्राम शब्द प्रयोग न गरिकन **सधैं भरी बग्ने र कहिल्यै पानी जल (नीर) न सुक्ने नीलो भएर रहने पउन योग्य अमृतनदी भनेर सदानीराको चर्चा** भएको छ । तसर्थ यहाँ ब्रह्मा, विष्णु, महेशको ठाउँमा प्रवाहित भएपनि ब्राह्मी, शाम्भवी र वैष्णवीको सामञ्जस्य देवघाटमा अनादिकालदेखि नै रहि आएको छ ।

केही पुराणहरूले गण्डक ऋषिको छोरी गाक्षुलाई गण्डकी र उनको पुत्र रूपमा विष्णुलाई शालग्राम पनि भनेका छन् । कालीगण्डकीका प्राचीन नाम वेददेखि लिएर पुराणसम्म आउँदा यसरी उल्लेख भएका छन्:- १. सदानीरा शतपथब्राह्मण (१/४/१४), करतोया (१/१३/६२) २. असिता (ऋग्वेद परिशिष्ट) ३. चक्रनदी (श्रीमदभागवत) ४. दृषद्वती ५. पुष्पवहा (श्रीमदभागवत) ६. गण्डी (गण्डकी) ७. धारणी गण्डी (गण्डकी) ८. तमसा ९. नारायणी १०. कृष्णाभा ११. हिरण्यवती नवौं अवतार बुद्ध (विष्णु) भगवान्को कथनमा हिरण्यवती नदीलाई सुन बगाउने र सुन पखाल्ने नदीको रुपमा वर्णन गरेका छन् । बुद्धको समयमा सनै–सुनले परिपूर्ण र चक्र शालग्रामहरुको भण्डार थियो । विक्रम सम्वत् १९५३ सलामा श्री ३ वीर समशेर र कमाण्डर इन चिफ देव समशेरको पालामा शालग्राम फोर्न हुदैन, चोर्न हुदैन, वेच्न हुदैन, एकअर्कोमा शालग्राम चक्र मिलाउन हुदैन भनी इस्तिहार जाहेर भएको शिलापत्र मुक्तिनाथमा रहेको छ । १२. गङ्गा १३. कालीगण्डकी १४. गण्डकी (आनन्दरामायण) १५.कालगण्डिका (राजतरङ्गिणी), १६. करतोयानदी कालीगण्डकीको प्रवाहक्षेत्र प्राचीनकालदेखि वैष्णवक्षेत्रको रूपमा रहिआएको कुरा धनवज्र वज्राचार्यले भन्नुभएको छ । कालीगण्डकीको शिर मुक्तिनाथदेखि रूरूक्षेत्र (रिडी) भेकसम्म अनेक वैष्णवतीर्थस्थल र मन्दिरहरू पाइने हुनाले कालीगण्डकी नदीसित वैष्णवहरूको विशेष सम्वन्ध रहेको कुरा धनवज्र वज्राचार्यले मान्नुभएको छ ।

प्राचीनताको नामको उल्लेखको हिसाबले लिच्छविराजा मानदेव प्रथमको संवत् ३८६ (वि.सं. ५२२) को चाँगुनारायण अभिलेखमा उल्लिखित गण्डकीको सन्दर्भलाई लिनुपर्दछ । अभिलेखको सन्दर्भ ४५ औं पत्रअनुसार ने.सं. ४४० वि.सं. १३७६ **पौष महिनामा ठूलो हिउँ पऱ्यो पोनच्यङदेखि धारणीगण्डकीसम्म र चनिगलभित्र पनि हिउँ पऱ्यो ।** त्यसैगरी अभिलेखको सन्दर्भअनुसार राजा मानदेव प्रथमले आफूविरुद्ध विद्रोहमा उत्रेका गण्डकीनदीहरूको नाम बारे चर्चा गर्दा गोपालराजवंशावलीको ४५ औं पत्रमा उल्लेख भएको **'धारणि गण्डि'** सन्दर्भको चर्चा गर्नु पनि आवश्यक छ । नेपालसंवत् ४४० (वि. सं. १३७६) को टिपोटमा त्यहाँ त्यस्तो नामको उल्लेख भएको हो भनिन्छ । मूल नाम **'गण्डी'** रहेको र त्यसको संस्कृतीकरण गरेपछि गण्डकी यो नाम बनेको हो भन्ने धनवज्र वज्राचार्यको विचार रहेको देखिन्छ । उनले नेपालसंवत् ११९ (वि.सं. १०५५) को हस्तलिखित ग्रन्थको ***पुष्पिकावाक्य***मा उल्लिखित **'गण्डकीगुल्मविषय'** को बारेमा विचार गर्दा यस्तो मत प्रस्ताव गर्नुभएको हो ।

यसरी कालीगण्डकी मुक्तिपर्वत 'विष्णुसरोवर' बाट झर्दै मुक्तिनाथबाट निस्कने धाराहरूमा परिणत भएको बुझिन्छ । मुक्तिनाथमा १०८ धारा निर्माण गरिएको छ । खासमा पहाडबाट निस्कने धाराहरू केवल ५, ६ वटा मात्रै देखिन्छन् । मूलत: कालीगण्डकी नदीका रूपमा परिणत हुँदै यो नदी 'कागबेनी' (हंसतीर्थ) मा दामोदरकुण्डबाट प्रवाहित भएको हुँदा स्थानीय भाषामा दामोदर नदीका रूपमा परिचित भएको देखिन्छ । यो नदी मुस्ताङ हिमालको उत्तरी सिमाना समुद्रसतहदेखि २०,८१४ फिटको उचाइ सीमान्तरेखा शृङ्खलाहरूबाट उत्पत्ति भई नीलगिरि, दामोदरकुण्ड, धवलागिरि र मुकुटहिमाल हिमनदीहरूबाट उत्पत्ति भएका नदी र खोलाहरूलाई समेट्दै कागबेनीबाट संयुक्त दामोदरनदी (कालीगण्डकी) को मिश्रण हुँदै क्रमश: जोमसोम,

मार्फा, टुकुचे, कोवाङ्, लेते, दाना, घाँसा, तातोपानीमा आएर मिर्सा-मृडा-नीलगंगा नदीमा सम्मिलित हुन्छिन् । कालीगण्डकीमा सम्मिलित हुने प्रथम नदीको रूप यो हो । त्यसपछि कालीगण्डकी गलेश्वर क्षेत्रमा गएर रहु (रघु) राखु (देविका) भन्ने नदीसित सम्मिलित हुन्छिन् ।

यहाँ प्रसिद्ध हृषीकेश भगवान्को शालग्रामशिलामा स्थापित मूर्ति रहेको छ । यस स्थानलाई मुक्तिक्षेत्रपछिको महत्त्वपूर्णतीर्थ रुरुक्षेत्रका रूपमा स्थापित तीर्थस्थलका रूपमा लिइन्छ । लाखौँ भक्तजनहरू विशेष पर्व माघेसंक्रान्ति र ठूलो एकादशीमा यहाँ आई स्नान गर्ने, पूजा आदि गर्ने परम्परा रहेको छ ।

यसरी कालीगण्डकीमा मिल्ने आठ सहायक नदीहरूको संक्षिप्त विवरण उल्लेख गरिएको छ । जसमा यी नामहरू यसरी रहेका छन् । १. मिर्सा-मृडा-नीलगंगा, २. रहु (रघु), राखु, देविका, इच्छुमती, चक्रनदी, ३. म्याग्दी (मंगला), ४. मोदीबेनी (माधवी), ५. सेतीबेनी-हैमवती (हैमवती शिला), ६. आधी-आँधी, (अन्धावती), दीर्घतमा ७. वडीघाट (रुद्रावती/रूद्रमती), ८. रुरुगङ्गा+रिडी आदि । त्यसैगरी त्रिशूली र सेती (शाम्भवी) गण्डकीमा - मुख्य चार गण्डकीसहित ४ सहायक नदीहरू मिली सम्मिलित भएका नदीहरू यसरी रहेका छन् :- १. मादी (माद्री), २. मर्स्याङ्दी, ३. दरौँदी, ४. बूढीगण्डकी (मुख्य), ५. चेपे (चम्पावती), ६. आँखू (आँकू) (नेत्रवती), ७. तादी (तापी) सूर्यमती, ८. वेत्रावती (वेदवती) गरी ९ रहेका छन् । यसरी संयुक्त रूपमा १८ गण्डकी-नदी हुन पुगेका छन् । सात गण्डकी र ११ सहायक नदीहरूका नामलाई यसरी उल्लेख गरेको देखिन्छ । पद्यश्लोकमा १८ गण्डकीहरूको नाम उल्लेख गरिएको छ :-

सेती, मादी, आँखू, चेपे दरौँदी, मर्स्याङ्दी औ तादी त्रिशूली, बूढी । काली, शैला (हैमवती) मङ्गला, माधवी ती, राघु, मिर्सी, रुद्र, रुरु र आदि । नौ नौ जोडा गण्डकी हुन् अठार, यिनको जम्मा देवघाट प्रचार । यिनमा आयी स्नान गर्छन् र यात्री, मानिन्छिन् यी गण्डकी पुण्यदात्री ।

यसरी कालीगण्डकी रिडीबाट, रानीघाट, राम्दी, रामपुर केलादी, हुँगीघाट, गजरकोट, पुट्टारघाट, घुमारीघाट, गङ्गडी (गर्गेश्वर) घाट, लोहार्गलक्षेत्र, पिण्डारकक्षेत्र, शंखप्रभक्षेत्र देवप्रभक्षेत्र आदि हुँदै पवित्रतीर्थस्थल देवघाट धाममा गएर त्रिशूली गण्डकीसित संगम भएपछि (नारायणी) नामकरण हुन जान्छ । यस कालीगण्डकी नदीको कुल लम्बाई ३०० कि.मि. मध्ये ५५ कि.मि. गजरकोटदेखि देवघाटसम्म तनहुँ र नवलपुर जिल्लाको सिमानाको काम गरेको छ । यो नेपालकै सबैभन्दा गहिरो नदी हो । भन्ने कुरा डिल्लीराम मिश्रकै मत छ, तर कतिपयले फैलावटमा कोशी,गहिराईमा कर्णाली धेरै पानी हुनेमा सप्तगण्डकी (नारायणी) पनि भनेका छन् ।

१.१.४ पार्वतीद्वारा देवताहरू शालग्राम पाषाण बन्नुको कारण

वाराहकल्पअन्तर्गत स्वायम्भुव मन्वन्तरमा तारकासुर दानवको उपद्रवले गर्दा इन्द्रादि देवताहरूलाई आ-आफ्नो स्थानदेखि पलायन हुनु पऱ्यो । सबै ब्रह्माका शरणमा परे । ब्रह्माबाट शिवपार्वतीपुत्रद्वारा तारकासुरको वध हुनेछ भन्ने जानकारीका आधारमा देवताहरू मन्दराचल पर्वतमा जहाँ शिवपार्वती बसेका थिए, त्यहाँ गएर चार महिनासम्म आराधना गरे । विवाहपछि शिवपार्वती गुप्त रहे, एकसय वर्ष पुग्दासम्म पनि अलग भएनन् । यता तारकासुरको दमन उत्तरोतर बढ्दै गयो । शिवबाट प्राप्तसङ्केत अनुसार अग्निलाई दूत बनाई शिवपार्वतीसमक्ष देवताहरूले पठाए । अग्निले परेवाको रूपमा छिपेर उमा-महेश्वरको केलिगृहमा प्रवेश गरेर परेवाको स्वरमा आएको जानकारी दिए । शिवद्वारा फ्याँकिएको वीर्यपान गरेर त्यहाँबाट अग्नि निस्किए । यो कुरा थाहा पाएपछि पार्वती क्रुद्ध भइन् । आफ्नो रति प्रसङ्गमा बाधा पारेबाट क्रुद्ध भएर देवताहरूलाई श्राप दिँदै-पार्वतीले भन्नुभयो । जुन स्वार्थले गर्दा पत्थर जस्तो हृदय गराएर मेरो पुत्र प्राप्तिरूप कामनालाई तिमीहरूले सफल हुन दिएनौ, त्यसले गर्दा शीघ्र सबै देवताहरू पत्थरका रूपमा परिणत हुनेछौ । देवताहरूले अनेकप्रकारले पार्वतीको स्तुतिगरेपछि प्रसन्न भई पार्वतीबाट आज्ञा भयो । हे देवता हो ! स्वर्गमा पत्थरका रूपमा रहनु पर्ने छैन । मर्त्यलोकमा भगवतीगण्डकीका गर्भमा शालग्राम भएर भक्तहरूका लागि वरदानदिन समर्थ हुनेछौ । हे विष्णु ! तिमीले पनि रतिसंवादमा संलग्न भएका समयमा अग्निलाई दूतका रूपमा पठाउन

निषेध गरेनौ, त्यसो हुनाले तिमी पनि पत्थर रूप (शालग्राम) मा परिणत हुनेछौ । विष्णुको स्तुतिबाट प्रसन्न भएर पार्वती भन्छिन्: ब्रह्माकी प्रियपुत्री गण्डकीको स्वच्छ पवित्र जलमा तिम्रो वास हुनेछ । जसले चक्रमय शालग्राम रूपमा तिम्रो दर्शन गर्नेछ त्यसलाई यमलोक धाउनुपर्नेछैन । शङ्करको पनि यस प्रसङ्गमा सहमति हुनाले ब्राह्मणहरूका श्रापले गर्दा लोकमा निन्दित लिङ्गरूप प्राप्त गरेर ठूलो दुःख पाउनुहुनेछ भनी उल्लेख गरिएको छ ।

पार्वतीद्वारा शापप्राप्त भएको बुझेर त्यसबाट मुक्त हुन पार्वतीको स्तुति गरे । शंकर भगवान्ले भन्नु भयो:- मैले निन्दित कर्म गरेको भएपनि देवहितका लागि गरेको हूँ । तिमीलाई पुत्रप्राप्ति सुखबाट वञ्चित गरेको छैन, तिमीलाई छोरा अवश्य मिल्नेछन् । प्राणभन्दा प्यारीका रूपमा तिमीलाई देखेको छु । तिमीलाई जे मन लाग्छ त्यो गर भनी पार्वतीको तेजोवध गर्दै कोप शान्त पारेको प्रसङ्ग पनि स्मरणीय रहेको देखिन्छ । केही प्रसन्न हुँदै पार्वतीबाट आज्ञा भयो- आगामी चतुर्मासमा ब्रह्मचर्यमा रहेर सारा देवसामु ताण्डवनृत्य र हरिहरात्मक हजुरको रूपमध्ये हरिरूप अर्धवाम शरीर मलाई दिनुहुन्छ भने प्रसन्न भएर दया गर्नेछु । शङ्करबाट सोही वमोजिम स्वीकृति भए अनुसार एउटा चतुर्मासभरी सम्पूर्ण देवगणहरूको सामुन्ने ब्रह्मचर्यपूर्वक ताण्डवनृत्य भएपछि पार्वतीले सन्तुष्ट हुँदै भन्नुभयो- विप्रशापद्वारा नर्मदा जलमा खसेको शिवलिङ्ग नर्मदेवरका रूपमा विश्वपूज्य हुनेछन् भने प्राणप्रतिष्ठा पनि गर्नुपर्ने छैन भन्दै पार्वतीले शङ्करभगवान्को स्तुति गरिन् । पार्वतीले जुन अपराध मबाट भयो, त्यसलाई क्षमा गरिदिनु होस्, कुनै रिसराग नगरी अन्त्यमा अनुग्रह होस् भनी विनम्र भएर शंकरका चरणमा परिन् । शङ्कर प्रसन्न भएर सबै अपराध क्षमा गरे । अन्तमा महादेवले आफ्नो वैष्णव वामअङ्ग पार्वतीलाई दिएर सहर्ष समवेत भएर अर्धनारीश्वरका रूपमा परिणत भए भन्ने कुराको उल्लेख गरिएको छ ।

पुराणहरूका आधारमा देवघाटधामको महत्त्वलाई स्पष्ट पार्दा शालग्रामक्षेत्र अन्तर्गत चक्रनदी (शालग्राम)को महत्त्व वराहपुराणमा उल्लेख भए अनुसार सालङ्कायन ऋषि विस्तृत रूपमा फैलिएको शालग्रामक्षेत्र शालपर्वतमा शालको वृक्षमा भगवान् नारायणले दर्शन दिएर शालग्राम पाषाण वन्न गएको प्रसङ्ग उल्लेख भएको छ र साथै हिमवत्खण्डले पनि लक्षण र चक्रका आधारमा शालग्राम (शालिग्राम) को चर्चा गरेको छ । हरिहरक्षेत्रको महत्त्वमा भगवान् विष्णु र शंकरको तादात्म्य सम्वन्धबाट संगम भएको देवघाटक्षेत्रको महत्त्व र देवाटको महत्त्वलाई वराहपुराणले उल्लेख गरेको छ । त्यसैगरी आदिप्रयागका रूपमा चर्चा गरिएको हिमवत्खण्ड अन्तर्गत गण्डकीमाहात्म्यको सातौं अध्यायमा आदिप्रयागको वर्णन गरिएको छ । यसमा एक्काइसौं शताब्दीमा तयार भएको उत्तरमहाभारत गण्डकीपर्व, उत्तररामायणले पनि आदिप्रयागको विषयमा चर्चा गरेकोले देवघाटक्षेत्रमा संगम हुने कालोजल कृष्णा र सेतोजल शुक्ला-सेती-त्रिशूली हिमालयबाट पहिलो हिमश्रेणीको रूपमा देवाट/देवघाटमा आइसकेको हुँदा यो पहिलो आदिप्रयाग हो भनेर पुष्टि गरिएको छ ।

आदिप्रयाग र शालग्राम महिमाको विषयमा चर्चा गर्दा भारतमा रहेका प्रयाग भन्दा छुट्टै विशेषता बोकेको देवाट/देवघाटको अलौकिक तीर्थलाई वराह भगवान्ले पृथ्वीलाई यो मेरो प्यारो पहिलो- आदिप्रयाग क्षेत्र हो भनेर उल्लेख गर्नुभएको छ । यस विषयमा योगी नरहरिनाथको कथन अनुसार भगवान् शंकरले विषपान गरेर देवाट/देवघाटबाट गोसाइँकुण्ड लगायत १०८ कुण्डहरूमा स्नान गरेर मानसरोवर कैलाश पर्वतमा पुग्नु भएको पाइन्छ । त्यसपछि देवगणहरू आएर देवाट/देवघाटको दोविल्लामा बसेर त्यहाँ अमृतकलश राख्दा अमृत झरिसकेपछि वसिष्ठ ऋषिको आदेश अनुसार कैलाशपर्वतमा गएर शंकर भगवान्लाई अमृत दिइयो भन्ने प्रसङ्गका आधारमा ज्योतिर्लिङ्गेश्वर शिवालयलाई अमृत खसेको मन्दिरका रूपमा भगवान शंकरले वरदान स्वरूप दिइएको प्रसङ्ग हो भनेर योगीले पुष्टि गरेका आधारमा २०४५/०४६ सालमा प्रथम कुम्भपर्वको वीजारोपण हुँदै २०६९ सालमा गएर दुईवटा कुम्भकलश घडा तयार भए, यी दुई घडा मध्ये एउटा घडा प्रयागतीर्थ (इलाहावाद) मा लगी प्रवाह गरी आदिप्रयाग-देवघाट र प्रयागतीर्थको समन्वय भएको थियो । त्यसपछि समन्वयात्मक कुम्भाभिषेक- जलवाट नारायणी संगममा महास्नान भएको थियो । १२ वर्षे

महाकुम्भमेला यही २०८१ सालको पौष ६ गते देखि प्रारम्भ भएर माघेपूर्णिमा सम्म आठोटा महास्नानहरू भएका थिए । यो कार्य देवघाट विकास केन्द्र नेपालले गरेको थियो । पूर्णाहुति महाशिवरात्रिमा गएर भएको थियो । साथै शालग्राम (शालिग्राम) पाषाणका रूपमा सम्पूर्ण देवगणहरूलाई पार्वतीदेवीले श्राप दिएको प्रसङ्गका आधारमा पुष्टि गर्दा तेत्तीसकोटी देवी-देवताहरू हिमालयको भूखण्ड-दामोदर-मुक्तिनाथबाट मानसकल्पकी कृष्णगण्डकीको संगमस्थल देवाट/देवघाट माडीक्षेत्रसम्म फैलिएको ३०९ कि.मि.को परिधिले आदिप्रयाग-देवघाट नै हो र यहाँ कुम्भपर्वको समायोजन हुन गएको हो भनेर उल्लेख गरिएको छ । यसमा वराहपुराणमा वराह भगवान्ले पृथ्वीलाई यो छुट्टै प्रयागका रूपमा स्थापित गंगा यमुना सरस्वतीका रूपमा प्रयाग तीर्थ रहेको छ, त्यसरी नै देवनदीतीर्थ (देवघाट) पनि तीर्थ रहेको छ भनी उल्लेख गरिएको छ । मूलत: माघमहिना भर प्रयागमा स्नान गरेको जुन फल हो त्यो एकदिन हरिहरक्षेत्र देवघाटको सप्तगण्डकी संगम मकरसंक्रान्तिमा स्नान गर्नाले फलप्राप्ति हुन्छ भनी उल्लेख गरिएको छ । एकातर्फ हरिहरक्षेत्र दोस्रोतर्फ हरिक्षेत्र भनेर वर्णन गरिएको छ । यसले के देखाउँछ भने हिमालको नजीक शिव र कृष्णको नामबाट प्रवाहित नदीहरू शालवृक्ष र शालग्राम पाषाण उत्पन्न भएका अवसरमा नदीहरू प्रकटित भएका हुन् भनेर चर्चा गरेको छ । यिनै प्रसङ्गलाई लिएर हिमवत्खण्डमा आउँदा गण्डकीमाहात्म्यले आदिप्रयाग देवघट्ट (देवघाट) भनेर चर्चा गऱ्यो । अत: योगी नरहरिनाथले कुम्भपर्व मेला गराउनु पर्दछ भनेर २०४५ सालमा कुम्भमेलाको प्रारम्भ गरेका थिए । किनकि यो पहिलो हिमश्रेणीबाट आएको कालो र सेतोजल हो भनेर आदिप्रयागको संज्ञा दिइएको छ । अत: परस्परमा सामञ्जस्य कतै पनि छैन, तापनि विश्वमा दुर्लभ एकमात्र शालग्रामको रूपमा स्थापित क्षेत्र हो भनेर पुष्टि गरिएको छ । साथै भगवान् विष्णुमात्र शालग्राम होइनन्, अपितु सम्पूर्ण देवगणहरू पनि पाषाणका रूपमा शालग्राम भए भनेर उल्लेख गरिएको छ । जे होस् ! वराहपुराणमा १५ तीर्थको वर्णन गरेको छ भने हिमवत्खण्डको गण्डकीमाहात्म्यले आदिप्रयागको पुष्टि गरेको छ । त्यसैगरी देवघाट अलौकिक क्षेत्र हो, यसमा प्रयाग तीर्थ वरावर कुम्भमेला पर्व लगाउनु पर्दछ र शास्त्रीय सम्बन्ध पनि रहेकोले कुम्भमेला हुनु पर्ने देखिन्छ ।

१.१.५ चक्राकार विष्णु र षट्चक्रचिन्तन

माधवप्रसाद घिमिरेले लेखेको *"देवघाट: षट्चक्रको मूलाधार"* भन्ने लेखमा *"योग र तन्त्र अनुसार यो देवघाट मूलाधारचक्र हो र मुक्तिनाथ सहस्रारचक्र हो"* भन्ने चर्चा गरेको देखिन्छ । योगीराज गोरखनाथको मतानुसार सहस्रार चक्रका पनि विभिन्न भेद हुन्छन् । यो भनाइलाई मान्ने हो भने दामोदरकुण्डलाई पनि यही सहस्रारचक्रको रूपमा लिन सकिन्छ । मूलाधार र सहस्रारचक्रका बीचका चक्रहरू भन्नाले स्वाधिष्ठान मणिपूरक (अग्निदाहकत्व शक्ति) चक्रबाट उठेको आदिप्रयाग-देवघाटधाम हुँदै नाभिले स्पर्शे गरेको हृदय क्षेत्र रूरू अनाहत क्षेत्र हुँदै विशुद्धाख्य कण्ठ काकवेणी (कागवेनी) र आज्ञापयचक्र शीर्षस्थान मुक्तिनाथ लगायत स्थानको स्थापनाको निम्ति कालीगण्डकीका बीचबीचका क्षेत्रलाई निर्धारित गर्नुपर्दछ भन्ने भनाइ मान्ने हो भने शालग्राम चक्र नै षट्चक्रको कुण्डलिनी स्वरूप हो भन्ने विषयलाई साधनापुरुष लोकनाथ रेग्मीद्वारा संकलित तयार पारिएको *"अजपाजपविधि र षट्चक्रचिन्तन"* मा प्रस्तुत गरिएका कुराहरू मननीय देखिन्छन् ।

सहस्रारभन्दा तलका षट्चक्रका स्वरूप यसरी रहेका छन् : १. मूलाधार २. स्वाधिष्ठान ३. मणिपूरक ४. अनाहत ५. विशुद्धि ६. आज्ञा ७. सहस्रारचक्र यी सात रूप हुन् । यसमा उल्लेख भएअनुसार शालग्राम (शालिग्राम) शिला देवी कुण्डलिनीको सर्पाकार भएर साढे तीन फन्को मारेर स्थित भएर रहेको चित्र रहेको छ । यसबाट के रहन्छ भने षट्कुण्डलिनीको स्वरूप दामोदरकुण्डदेखि लिएर मुक्तिपर्वत हुँदै संगमस्थल देवघाट धाम हुन् भन्ने कुरालाई उद्धृत गर्दा *'देवघाट: षट्चक्रको मूलाधार'* हो भन्ने विषयलाई इंगित गर्न खोजिएको हो जस्तो यस **'अजपाजपविधि र षट्चक्रचिन्तन'** सानो पुस्तिकाले दर्शाउन खोजेको देखिन्छ । षट् कुण्डलिनीको सन्दर्भमा एकजना विद्वान्ले विद्वत् सभामा के चर्चा गरे भने हाम्रो शरीर भित्र रहेका पिंगला सुषुम्ना र इडा यी तीनै तत्त्वले कार्य गरेका हुन्छन् । त्यसैगरी हाम्रो नेपाल षट्कुण्डलिनी हो, यस

कुण्डलिनीमा इडाको रूपमा सप्तकोशी- बीच भागमा सुषुम्ना सप्तगण्डकी र पिंगला सप्तकर्णाली रहेका छन् भनी चर्चा गरे ।

मूलतः सृष्टि हुनुभन्दा पहिले शालग्राम (पाषाण) मूर्ति जलमय सृष्टिमा आइसकेको थियो, जुनवेला भगवान् विष्णुको नाभि (नाइटो) बाट उत्पन्न कमलमा ब्रह्मा उत्पन्न हुनुभयो । स्वयम् उत्पन्न भएका ब्रह्मालाई समेत म कहाँबाट उत्पन्न भएको हूँ- भन्ने कुराको बोध हुन सकेन, त्यसपछि 'तप' भन्ने सुनेर तपस्यामा संलग्न हुनुभयो, हजारौँ वर्षपछि स्वरूपलाई चिन्नुभयो र परवासुदेव नारायण पिताबाट दिव्य विग्रहको मूर्ति सर्वाङ्गले युक्त भएको आफ्नो स्वरूपको पाषाण शालग्राम मूर्ति दिनुभयो । जसलाई ब्रह्माले सम्मानपूर्वक ग्रहण गरेर 'अर्चा' गर्नुभयो । त्यसपछि *मत्स्य, कूर्म, वराह अवतार*पछि पृथ्वी स्थापित भयो । पृथ्वी स्थापित भइसकेपछि जीवाश्मस्वरूप शालग्राम (पाषाण) देखापऱ्यो । त्यो भन्दा अगाडि केवल जलमय सृष्टि (समुद्र) मात्र रहेको थियो, भनिन्छ यस विषयमा वैज्ञानिक पक्षबाट भन्नुपर्दा यस्तो रहेको छः-

वैज्ञानिकअनुसार हड्डी नभएको जनावर (समुद्रमा बस्ने प्राणी) हाल प्राप्त हुने शङ्खेकीरा जस्तै हो । यसको शरीर बाहिर कडा खोल हुन्छ र नरम भाग कडा खोल भित्रै हुन्छ । यो जात समुद्रमा चालीस करोड वर्षअगाडि देखा परेको थियो र छ करोड वर्ष अगाडि लोप भयो, जस्तै डायनासोर पनि । यो समयको अन्तरालमा समुद्रमा व्यापक रूपमा फैलिएको थियो । जति मर्दै जान्छन् समुद्रको पीँधमा थेग्रिँदै गयो र खोलाले, नदीले ल्याएको ढुंगा माटो वालुवाले पुरिँदै लग्यो । त्यसपछि कडाभाग माटो सँगसँगै चट्टानमा परिणत भयो । पछि समुद्रको मुनि सतहको माथि उठ्दै आएपछि समुद्र सुक्दै गयो र अन्त्यमा जमीनको भाग पहाडमा परिणत भयो । पहिलो पटक पृथ्वीमा ४० करोड वर्ष पहिला देखा परेको जुरासिक समयमा एमुनाइट जीवाश्म कालीगण्डकीको शालिग्राम २०-१४ करोड वर्ष पहिला देखापऱ्यो । भू-क्षयले ढुंगालाई खियाउन थालेपछि चट्टानभित्र रहेको शालग्राम (शालिग्राम) बाहिर देखियो । एमुनाइट (शालिग्राम) बस्ने सागरलाई टेथिससागर (तीर्थसागर) भनिन्थ्यो । टेथिससागर नेपाल, सिक्किम, भूटान, भारतको लद्दाख, असम, अरुणाचलप्रदेश हुँदै इरान, इराक, अरवखाडीसम्म टेथिससागर (तीर्थसागर) फैलिएको थियो ।

दुईटा सागरमध्येमा १. नीरसागर २. क्षीरसागर यी दुवैमा भगवान् नारायणको वास हुन्छ । श्रीकृष्णगण्डकीको गर्भमा वास गर्ने अर्चावतार श्री शालग्रामलाई भगवान् नारायणकै अंश मानिएकोले कालीगण्डकीलाई पूर्ण आदिगंगा भनिएको छ । वीकिपीडियाले विश्वमा शालग्रामयुक्त नदीमा केवल कृष्णगण्डकीलाई मात्र उल्लेख गरेको पाइन्छ ।

प्राग्भूगोलअनुसार टेथिसकल्प सागर ओसेनिश वरुणकी बहिनी श्रीमती टेथिसमा चीन, तिब्बत र दक्षिणभारत मात्रै सागरभित्र थिएन, अपितु एकार्णव भूगर्भभित्र सप्तद्वीप वसुमती सम्पूर्ण सागरमा टेथिसको टुक्रा भूतख्ता (भूकम्प) पर्वको पखेँटाका रूपमा आदि जीवनारायण जीवाश्मका रूपमा उत्पत्ति भएको थियो । जसलाई वैज्ञानिकहरू फोसिल भन्दछन् । तमसा कालीगण्डकी, हरिहरक्षेत्र, देवघाट सदानीरा (गण्डकी) हिमाल पारी तिब्बत र अन्नपूर्ण र माछापुच्छ्रे हिमाललाई काटेर प्रवाहित भएकी कालीगण्डकीमा आदि जीवनारायणको उत्पत्ति भयो यही नै आदिवासीको रूपमा जेठो हो । अन्य हुन सक्दैन, अतः हिमालभन्दा विन्ध्य हिमाल पुरानो हो, जसलाई सुमेरुकल्पका रूपमा वर्णित छ ।

हालको शालग्रामक्षेत्र भरतखण्ड-भरतवर्ष जहाँ ऋषभदेवले तपस्या गरेको क्षेत्र *अजनाभवर्ष* (भारतवर्ष)को भूभाग हो । हिमालयभन्दा जेठो मानिएको कृष्णगण्डकीको स्वरूप दक्षिणतिरबाट उत्तरतिर बगेको थियो । हिमालय उठेपछि कृष्णगण्डकी नदी दक्षिण दिशातिर फर्किन् । त्यसपछि हिमनदीहरू सुमेरूपर्वत आदिबाट प्रस्फुटित भए । भारतवर्षमा जब सभ्यता बन्यो त्यो सभ्यतामा आगो र पानीको एक मूलतत्त्वको सृष्टि भयो । आगो र पानी भनेका दुवै विपरीत वस्तु हुन्, तर शालग्रामक्षेत्रमा मिलेर बसेको यो अनुपम उदाहरण हो ।

यही तत्त्वद्वारा नै सृष्टिको सुरूवात भएको छ। शालग्रामक्षेत्रमा ब्रह्मतत्त्व जीवाष्मको अंश देखापरेपछि सृष्टिको पूर्णतः मुहान यहींबाट आएको हो।

शालग्रामक्षेत्रमा 'गण्डकी' नामकी देवीले दसहजार वर्षसम्म तप गर्दा सुकेका पात र वायुभक्षण गरेर दिव्य सय वर्षसम्म विष्णुमै तल्लीन भएर तप गरिन्। गण्डकीदेवीले तन्मयकासाथ स्तुति गरेसकेपछि वरदान माग्न देवीसित आग्रह गर्दा गण्डकीले भनिन् : हे विष्णो ! यदि हजुर मसित प्रसन्न हुनुहुन्छ भने हजुरले मलाई वाञ्छित वर दिनुहोस्। हे विष्णुदेव ! हजुर मेरो गर्भगत भएर पुत्र हुन स्वीकार गर्नुहोस् भन्ने आधारमा गण्डकी देवीले कस्तो वरदान मागिन् भन्ने कुरालाई आश्चर्य मानेर संसारको मुक्तिका निम्ति म गण्डकीको गर्भमा शालग्रामशिला भएर पुत्रस्वरूपमा निवास गर्नेछु, भनेर विष्णुले वरदान दिए।

गण्डकीले दसहजार वर्ष तप गरेको आधारमा विष्णु भगवान् शालग्राम गण्डकीको जलमा सधैं शुद्ध र अमृतमय रूपमा रहेका छन्। यसमा देवगण, ऋषि-महर्षि र पितृहरूका उपासकहरूले विधिपूर्वक जलमा स्नान गर्नेछन्, भनी गण्डकीलाई वरदान दिएर भगवान् शंकर अन्तर्ध्यान भए, भन्ने कुरा शंकर भगवान्ले चन्द्रमालाई व्यक्त गरे अनुसार यो क्षेत्रमा हरि र हर (शालग्रामक्षेत्र) मा एकै भएर बसेकोले रेवाखण्ड, गण्डकी र शालग्रामको एकै सन्दर्भमा चर्चा हुनु समुचित देखिन्छ।

सालङ्कायनले पुत्र नन्दीकेशरलाई मथुरा जानको निम्ति आज्ञा गरे अनुसार त्यहाँ गएर गोठ र धन तथा शिष्य आमुष्यायणसित भलाकुसारी गरेर गाईहरू र धन साथ लिएर हिँडे। यसरी नन्दीकेशर र आमुष्यायणले एउटा उत्तरप्रयाग त्रिवेणीक्षेत्र जलेश्वर/गलेश्वरमा पाँचरात्रि बसेर घुम्दै जाँदा अर्को क्षेत्र नवलपुर-त्रिवेणी हुँदै हरिक्षेत्र भागीरथी र गण्डकीको संगम सोनपुरतर्फ पनि लागे भन्ने कुराको चर्चाका आधारमा यस क्षेत्रको महत्त्व श्रेष्ठतम रहेको छ भनी उल्लेख गरिएको छ।

वराहपुराण अनुसार मुक्तिक्षेत्रबाट लिएर त्यस शालग्रामक्षेत्रको त्रिवेणी भू-भागसम्मको दूरी बाह्र योजनको छ भन्ने विवरण दिएको छ। त्यसपछि वराह भगवान्सित पृथ्वीदेवीले हजुरको परमप्रिय मुक्तिदायक क्षेत्रमा तप गरिरहेका सालङ्कायन ऋषिद्वारा के के भयो भन्ने प्रश्नमा वराह भगवान् उत्तर दिनुहुन्छः सालङ्कायन मुनिले विधिपूर्वक धेरै तपस्यामारत भएपछि एक उत्तम सालवृक्षलाई देखे। त्यस विशाल सालवृक्षलाई देखेपछि थकित महामुनिले मलाई दर्शन गर्ने इच्छा राखेर त्यस रूखमा विश्राम लिए। यसमा सालङ्कायन ऋषिले भनेः हे देव विष्णु ! हजुर ममाथि प्रसन्न हुनुहुन्छ र तपस्याबाट खुशी भएर वरदिन चाहनु हुन्छ भने शंकरको समान पुत्र होस् भन्ने आधारमा भगवान् विष्णुले हे मुनीश्वर ! तपाईको दाहिना अङ्गबाट नन्दिकेशर नामका छोरा उत्पन्न भएर पनि चौधकल्प बितिसक्यो भनेर विष्णुले बताए। हे ब्रह्मर्षि ! तपाईंले जान्न सक्नुभएन, मायायोग र बलले युक्त भई गाइगोठमा मेरै साथ शालग्राम पर्वतमा बसेका थिए भन्ने चर्चा पाइन्छ।

महर्षि शालङ्कायनले मन्दारपर्वत अथवा मन्दराचलपर्वत, सुमेरूपर्वतबाट तप गर्दै गण्डकी प्रवाहित भएको स्थानमा सालघारीको जंगलभित्र तप गरेका थिए। भनिन्छ :- हिमालय पर्वतमा कुनै सालङ्कायन नामका महामुनि थिए, तप गर्दा गर्दै शिला रूपमा परिणत भए, ती शिला भगवान् विष्णुका रूपमा वा मेरै अंशका रूपमा हुन गए, त्यस पर्वतमा भगवान् शंकर पनि शिलारूपले वस्नुहुन्छ भनी वराहले पृथ्वीलाई बताउनुभयो।

पुनः भगवान् वराह पृथ्वीदेवीलाई भन्नुहुन्छ :- म पनि त्यो पर्वतमा पर्वतै भएर पूर्णरूपले वस्दछु। त्यो पर्वत (शालग्राम) मा जति पाषाण छन्, ती मेरै अंश हुन्, यी सबैमा पूजा-अर्चना गर्ने परम भागवतभक्त हुन्। यसमा चक्रले युक्त भएको चिह्नको के वर्णन गर्ने। यस पर्वतमा शिवजी लिङ्गरूपले वस्नुहुन्छ, त्यसलाई **शिवनाभ** र कुनैलाई **चक्रनाभ** पनि भन्दछन्, ती मेरै अंश रूप हुन। पुनः पृथ्वीले वराह भगवान्लाई सोध्नुहुन्छ :- हे प्रभु ! तपाईको प्रियक्षेत्र मुक्तिदायकमा तप गरेपछि ऋषिले के गरे भन्ने प्रश्नमा भगवान् वराह भन्नुहुन्छ :- **धेरै वर्षसम्म तप गर्दा गर्दै उत्तम सालवृक्षलाई देखे। त्यस विशाल सालवृक्षलाई देखेपछि**

थाकेका महामुनिले मेरै दर्शनको इच्छा राख्दै त्यस वृक्षमा विश्राम लिए । यसरी सालङ्गायन महामुनि सालवृक्षको पूर्वतर्फ गएर पश्चिम मुख गरेर बसे । मेरो मायाबाट मूढ भएकाले त्यससमय मेरो दर्शन पाउन सकेनन् ।

त्यसपछि वैशाखशुक्लद्वादशीका दिन त्यस सालवृक्षको पूर्वभागबाट उनलाई मेरो दर्शन मिल्यो । महर्षि शालङ्गायनको घोर तपस्याद्वारा **वैशाखशुक्ल द्वादशीतिथिमा शालवृक्षावतारमा त्रिवेद (ऋग्यजु-साम) को वृक्षको मूलगर्भमा पाषाण रूपमा क्षीरसागर स्वरूप आदिप्रयाग/आदि गंगा सदानीरा नारायणीमा भगवान् शालग्राम परब्रह्मस्वरूपको दिव्यदर्शन र प्राकट्य मध्याह्न १२ वजेको समयमा दर्शन प्राप्त गरेको भूमि यही देवभूमि देवसरोवर हो ।**

शालको वृक्षमा अवतार लिएर भगवान् नारायणले पवित्र यो उत्तरी २४ योजन (९६ कोश ३०९ कि.मि) परिधिमा फैलिएको शालग्रामक्षेत्रको भूभाग हो, भने दक्षिण मिथिलाक्षेत्रबाट २४ योजन (९६ कोश (३०९ कि . मि.) भूभाग रहेको छ । गण्डकीदेखि उत्तर गिरिराज हिमालयदेखि दक्षिणीभागमा जुन क्षेत्र छ, त्यहाँ ब्रह्माद्वारा निर्मित ब्रह्मपुत्री चक्रनदी (ब्राह्मी गण्डकी) नाम गरेकी तीर्थ नदी रहेकी छन् । जहाँ चक्रै चक्रले युक्त चक्रनदीको क्षेत्र जसलाई ठूलोतीर्थका रूपमा लिइएको छ । जसमा भगवान् विष्णु सन्निकटमा रहेको सर्वश्रेष्ठ २४ योजनको उत्तमक्षेत्रको रूपमा चिनिएको छ । त्यसको उत्तरभागमा एउटा महान् पर्वत छ, जुन मलाई प्रिय लाग्छ । त्यसको छाया भित्र हे गरूडजी ! शिलाहरू सम्पूर्ण वृक्ष मेरै चिन्हहरूबाट अङ्कित छन् । अतएव पृथ्वीतलमा त्यो स्थान केहीकालसम्म निवास गर्ने मनुष्य र पक्षीहरूको मस्तक (कपाल) र सम्पूर्ण अस्थि (हड्डी) हरूमा स्पष्टरूपबाट चक्रको चिह्न रहन्छ । यसप्रकार त्यस क्षेत्रको माहात्म्य जान्नुपर्दछ कि मृग-पक्षी अलावा पनि चक्रनदीको उत्तरतीरमा नाना मूर्ति भएका शालग्राम रूप चक्र पाइन्छन्, तिनीहरू उत्तम पुण्यलाई प्राप्त हुन्छन् । पूजा गर्नाले चतुर्वर्ग फलप्राप्ति (धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष) को लागि चक्रको पूजा गर्नुपर्दछ । हिरण्यगर्भ- हिरण्यवज्रकीटबाट निर्मित चक्र उत्तम हुन्छ । हिरण्यवज्रकीटले ३ थरी चक्र बनाएको हुन्छ-ती चक्रका नाम मठचक्र, पद्मचक्र, केसरचक्र हुन् भनी ३०९ कि.मि. को भूभागमा यी रहेका छन् ।

शालङ्गायनमुनिले आदिगंगा सदानीरा-कृष्णगण्डकीको तटमा बसेर तप गर्दा यो स्थान तिब्बतको भूमिबाट एकतर्फी छ भने अर्कोतर्फ चक्रस्वामी (दामोदरकुण्ड)बाट प्रकटित नदी नै अथवा चक्रतीर्थजलको संगम सुर्खाङ-ढिही दामोदर कृष्णगण्डकीसंगम हुँदै काकवेणी हंसतीर्थमा मुक्तिधारा मुक्तिनदी, कुष्णागण्डकीसँग संगम हुन्छिन् । त्यसपछि मृषा (नीलगंगा इक्षुमती रहुगणगङ्गा हुँदै रूरूगङ्गालाई समेट्दै महाभारत डाँडो खाल्टे (भीमढुंगाघाट) बाट सीधै विशालपोखरी देवसरोवर हरिहरात्मक एवं हरिक्षेत्र देवाट/देवघट्ट /देवघाटक्षेत्र सेरोफेरो गण्डकीतटमा बसेर धेरै कालसम्म शालङ्गायन मुनिले तप गर्नु भयो । आदि शालब्रह्मस्वरूप वृक्षावतार नारायण भगवान्ले भन्नुभयो:- वरदान माग भन्दा मुनिले निवेदन गर्नुभयो- साक्षात् शिवजस्तै मेरा सन्तान जन्मून् । भगवान् वृक्षावतार शालग्राम नारायण भन्नुहुन्छ :- मुनीश्वर ! शिवकै नन्दिकेश्वर मूर्ति तपाइँका दाहिनेतर्फ खडा छ- त्यो तपाइँकै अङ्गबाट निस्केको हो । हे महामुने ! अब तपस्यालाई समाप्ति गर्नुहोस् र शान्तिलाई प्राप्त गर्नुहोस्, **ती नन्दीश्वर प्रकट भएको चौधकल्प** वितिसक्यो, । व्रजमा अवतार लिँदा मसँगै रहेका थिए । तपाईका शिष्य आमुष्यायणले बोलाएर लगे, अब उनलाई शूलपाणि पनि भन्दछन् । आजदेखि तपाईंले तपस्या गरेको यो शालवृक्षको नामबाट प्रसिद्ध क्षेत्र जान्नु पर्दछ, र यस वृक्षलाई तपाईले जुन देख्नुभयो त्यो म नै हुँ, यसमा शंका छैन । शंकरजी वाहेक यस कुरालाई कसैले जान्दैन । किनकि म मायाबाट छिपेर रहन्थें तापनि यस समय तपाईको घोरतपबाट मूर्तिस्वरूप भएर प्रकट भएको हूँ । त्यसपछि भगवान् शालवृक्ष परब्रह्म अन्तर्ध्यान हुनुभयो ।

वराह भगवान् पृथ्वी देवीलाई अगाडि भन्नुहुन्छ:- सालङ्गायन ऋषिले वरदान पाइसकेपछि ऋषि कै दृष्टिबाट अन्तर्ध्यान भएर उच्च हिमालय गिरिकूटनामक क्षेत्रमा विष्णु भगवान् बस्नु भएको छ । शालग्रामक्षेत्रमा मुख्य १५ गोप्य तीर्थहरूका नामहरू यसप्रकार रहेका छन्: (१) विल्वप्रभ (२) चक्रस्वामी (दामोदरकुण्ड) तीर्थमा यताउता

चारैतर्फ चक्रचिह्नित शिलाहरू देखिन्छन् । चक्राङ्कित शिलाहरू जहाँ रहेका छन्, त्यस क्षेत्रफलको परिधि तीनयोजन (१२ कोश) तीन रात उपवास बसेर जो मनुष्यले स्नान गर्दछ । त्यसले तीन यज्ञ (अश्वमेध, अग्निष्टोम र वाजपेय) को फल निश्चय नै प्राप्त गर्दछ भन्ने कुरा यस उत्तरी क्षेत्र मुस्ताङमा रहेको तीर्थले बताउँछ । त्यसैगरी तेस्रो तीर्थ *'विष्णुपद'* (४) कालीह्रद (५) पाँचौं *'शंखप्रभ'* तीर्थ (६) गदाकुण्ड (७) सातौं *'अग्निप्रभ'* जसमा पूर्व र उत्तरतर्फ भएर एउटा मनोहरधारा खसेको छ । त्यस स्थानमा विद्यमान जल हेमन्तऋतुमा 'तातो' ग्रीष्म ऋतुका दिनमा शीतल पाइने *'अग्निप्रभ'* बाट अग्नितीर्थ' का रूपमा लिइएको छ । त्यसैगरी (८) आठौं तीर्थ सर्वायुध' (९) नवौं तीर्थ *'देवप्रभ'* (१०) दशौं *'विद्याधर'* (११) एघारौं *'पुण्यनदी तीर्थ'* रहेको छ ।

वराह भगवान् अगाडि भन्नुहुन्छ: त्यस गोप्य क्षेत्रमा एउटा 'पुण्या' नामकी नदी ढुङ्गाशिलाहरू, लता कुञ्जहरूबाट गन्धर्व वा अप्सराहरूबाट सेवित छ । जसलाई *'पुण्यनदी तीर्थ'* का रूपमा लिइएको छ । त्यसैगरी मेरो यस सुन्दरक्षेत्रमा *'गन्धर्व'* नामको एक धारामा पश्चिमतर्फ भएर धारा खस्दछ । त्यस्तै (१२) बाह्रौं तीर्थ *'देवह्रद'* (देवताहरूको तलाउ) रहेको छ । हे पृथ्वी ! त्यहीं मेरो क्षेत्रमा देवह्रद (देवताहरूको तलाउ) बलिराजाको यज्ञध्वंस भएर मेरो खुट्टाबाट दबिएकी तिमी (पृथ्वी) अतिप्यारी भएकी हौ भनेर (१३) तेह्रौं *'वटुवामनतीर्थ'* का रूपमा पनि लिइएको छ । त्यो तलाउ वरदायक, श्रेष्ठ, सुन्दर, सुखशीतल र देवताहरूलाई पनि दुर्लभ छ भनेर बताइएको छ । (१४) चौधौं *सिद्धाश्रम (देवघाटधाम)* मा पुण्यवर्द्धक (पुण्यलाई बढाउने) प्रसिद्ध 'सिद्धाश्रम' जहाँ सप्तर्षिहरूको तपस्थली सप्तर्षि तपोवन, तथा वसिष्ठगुफा (वसिष्ठ आश्रम) रहेको छ । त्यस्तै १५ (पन्ध्रौं) तीर्थका रूपमा *'शम्भुतपोवन'* सम्पूर्ण आश्रमहरूको अपेक्षा श्रेष्ठ भगवान् शिवको तपको रूपमा रहेको छ भनेर पन्धतीर्थका विषयमा चर्चा गरिएको छ । वराह भगवान् अगाडि भन्नुहुन्छ:- हे देवी ! सम्पूर्ण पापहरूलाई नाश गर्ने शालग्राम क्षेत्र र गण्डकी नदीको महिमाको विषयमा तिमीलाई वर्णन गरें । त्यसैगरी यस संसारमा जति पापी छन्, उपकारको बदला अपकार गर्ने व्यक्ति छन्, ब्राह्मण वा देवताका विरोधी (अपराधी) छन् । यी सबैलाई र दुष्ट शिष्यहरू तथा शास्त्रमा दोषारोपण गर्ने व्यक्तिहरू पनि तर्दछन् । मुकुन्देश्वर चक्रवर्तीशिला मन्दिरबाट पश्चिमोत्तर जसलाई (देउती खोला) का रूपमा स्थानीय मानिसहरू भन्ने गर्दछन्, तर यो स्थान 'देवगङ्गा' को नामबाट रहेको छ । त्यसैको नजिक देउ/देवपुरको नामबाट गाउँ रहेको छ । यी प्रत्येक १५ तीर्थहरूमा स्नान, दान, यज्ञ, पूजा-पाठ जपतप श्राद्ध कर्म गर्नाले अश्वमेधादि यज्ञहरूको फल प्राप्त हुन्छ र शरीरलाई त्याग गर्नाले वैकुण्ठलोक प्राप्त हुन्छ भनी उल्लेख गरिएको छ ।

भगवान् श्रीकृष्णको कालो शरीरमा विद्यमान कपोल गण्डस्थल (गाला) बाट चुहेका पसिनाद्वारा उत्पन्न भएकी वैष्णवी कृष्णगण्डकी नदी हुन् । यस्तै भगवान् शिवको जटाजूट शिरबाट प्रकट भएकी शुक्ला-सेती-सरस्वती, शाम्भवी-त्रिशूलगङ्गा-गण्डकी तथा तुलसीस्वरूपा ब्राह्मीगण्डकी - यी तीनै रूपको वैष्णवी देवनदी गण्डकीक्षेत्रका बीच भागको यावत् वन, पर्वत सबै मुक्तिक्षेत्र मुक्तिनारायण १०८ धाराका रूपमा स्थापना भएको छ **। गण्डकीपुत्र हिरण्यगर्भाको नामकरण पाषाण शालग्रामको नामले बल्ल प्रसिद्ध हुनगयो ।**

शालग्रामक्षेत्रको नजिकै 'शङ्खप्रभ' भन्ने क्षेत्र रहेकोछ । यो स्थान सदानीरा-आदिगंगा कृष्णगण्डकीकै तटमा रहेको छ । तर द्वादशीकादिन अर्द्धरात्रिको समयमा शंखध्वनि हुन्छ । भन्नुपर्दा देवाट/देवघाटक्षेत्रको तनहुँतर्फ सीतागुफा भएको ठाउँमा मध्यरात्रिका समयमा शंखध्वनि सुनिन्छ । त्यो कुरा त्यस ठाउँमा तप गर्ने व्यक्तिहरूले थाहा पाइरहेका हुन् । अत: देवधाम/देवघाटधाम, चरणचिह्न मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपूरक-अग्नितत्वदेखि हृदयक्षेत्र रूरूसम्म यो शंखध्वनिको आवाज आउने गरेको छ । त्यसैको दाहिनेपट्टि गदाकुण्ड रहेको छ, त्यहाँबाट एउटा नदी निस्कन्छिन् । त्यसमा स्नान गर्ने संग्राम जित्न सक्ने हुन्छ । त्यो ठाउँमा तीन दिन वास गरी स्नान गर्नुपर्छ । एउटा ध्वनितीर्थ छ । ध्वनिकासाथ भूगर्भबाट नानाप्रकारका माछा सहित जल निस्कन्छ । त्यसमा स्नान गर्ने व्यक्ति वेदान्तवादी वन्दछ । अर्को देवह्रद (देवदह) नामको विशाल तलाऊ छ , त्यहाँ अनेक माछा खेल्छन् । देवलोकबाट देवदेवीहरू यहाँ आई क्रीडा गर्दछन् । त्यहाँ स्नान गर्नाले तुरून्त दु:खमोचन हुन्छ । त्यो क्षेत्रमा अनेक घटनाहरू घटी रहन्छन् । देवाट/देवघाटक्षेत्रका साना ठूला नदी

तलाऊमा स्नानदर्शन गर्नाले मनवचन शरीरले गरेका पाप सबै नष्ट हुन्छन् । दशदिन त्यो क्षेत्रमा बसेर स्नानदान गऱ्यो भने अस्वमेध यज्ञको फल पाउँछ । अतः मुक्तिक्षेत्रबाट देवाट/देवघाटसम्म २३२ कि.मि. रहेको छ । यतिसम्मको भूमि पवित्र यसरी रहेको छ, जहाँ आदिगंगा सदानीरा-कृष्णगण्डकी र शुक्ला (सेती) सरस्वती र त्रिशूलगंगा यी तीनै विष्णु, ब्रह्मा, महेशस्वरूप तीन पुरूष नदी हुन् । त्यसैले यो क्षेत्रलाई मुक्तिक्षेत्रको नामले कहिएको छ ।

कौशिकीबाट नारायणी आदिगंगा सदानीरा कृष्णगण्डकीसम्म मिथिलापुरीको लम्बाई पूर्वदेखि पश्चिमसम्म २४ योजन छयानब्बे कोश (३०९) कि.मि. रहेको छ । जबसम्म शालग्रामी (चक्रनदी) मिल्दैन, तवसम्म पश्चिमतर्फ जानुपर्दछ । त्यसपछि शालग्रामी नाम गरेकी नदी (गण्डकी) मा स्नान गरेर हिमगिरि (मुक्तिनाथ दामोदरकुण्ड) तर्फ जानुपर्दछ, त्यसपछि कौशिकी नदीको तटमा पुग्नु पर्दछ ।

१.१.६ शालग्रामको महत्त्व पुराणहरूका दृष्टिमा

शालग्रामको महत्त्वको विषयमा पद्ममहापुराण पातालखण्डअन्तर्गत अध्याय १९ मा ब्राह्मणदेवले राजा रत्नग्रीवलाई र 'सुमति' मन्त्रीले शत्रुघ्नलाई शालग्राम र चक्राङ्कित शालग्रामशिलाको विषयमा महिमा बताएको देखिन्छ । राजा हिँडिरहेका थिए, अगाडि पापनाशिनी नदी (गण्डकी) देखे । त्यो नदी चक्रैचक्र ढुङ्गोले युक्त मुनिहरूको मनलाई निर्मल गर्न लागिरहेको थियो, । हे राजन् ! यी गण्डकी नदी देवता तथा असुरद्वारा सेवित बगिरहेकी पुण्य जलद्वारा सम्पूर्ण पापहरू नष्ट हुने संचित यस्ती नदी हुन् ।

आचारले युक्त होस् वा आचाररहित पापयुक्त होस्, ब्रह्महत्याले युक्त होस्, त्यस्तो व्यक्ति पनि यदि शालग्राम शिलाको जल पियो भने त्यो व्यक्ति परमधाम प्राप्त गर्दछ । जहाँ उत्तम पुरुषहरूद्वारा शालग्रामशिलालाई पूजन गरिन्छ । त्यो स्थान दुईकोशसम्म करोडौँ तीर्थ समानको हुन्छ । जसको प्राणमार्गबाट पक्का विश्वास भई सन्तोषपूर्वक प्राण जान्छ भने त्यस व्यक्तिले (मुखमा) शालग्रामको शिलाको जल उत्साह रूपमा ग्रहण गर्छ भने त्यो व्यक्ति मुक्तिका लागि प्राप्त हुन्छ । यसमा कुनै सन्देह छैन । यमका दूतहरू यातना दिने हिसाबले हिंडिरहेका हुन्छन्, तर शालग्रामको शिलास्पर्श गर्नाले सम्पूर्ण पापलाई भष्म (खरानी) पार्दछ । यसमा यमदूतले केही गर्न सक्दैनन् ।

बृहन्नारदीयमहापुराणअन्तर्गत पूर्वार्द्धखण्ड, अध्याय १३ मा सनन्दन मानसपुत्र ऋषिले देवर्षि नारदलाई शालग्रामको महत्त्वको विषयमा प्रसङ्ग बताए अनुसार जसले तुलसीको पत्र (पात) सहित शालग्राम (भगवान्) मा अर्पण गरेर खान्छ भने त्यो व्यक्ति प्रलयपर्यन्त भगवान् विष्णुको लोकमा बस्दछ । मृकण्ड ऋषिले प्रलय कालमा पनि भगवान् शालग्रामको शिलार्चन गरे । मृकण्डुले धेरै वर्षसम्म शालग्राम क्षेत्रमा जीवन बिताएको प्रसङ्गसमेत बृहन्नारदीय महापुराणमा उल्लेख गरिएको छ ।

मृकण्डु नामका श्रेष्ठ प्रसिद्ध मुनिले शालग्राम महातीर्थमा धेरै वर्षसम्म शरीरलाई सुकाइ ध्यानस्थ भएर सकाम भावनालाई समाप्त पारी कर्मलाई व्यतित गर्दै शालग्राम महा क्षेत्रमा तपस्या गरी मुक्ति प्राप्त गरेका थिए । मोक्षको इच्छा गर्ने मानिसबाट सेवित यस शालग्रामको महा क्षेत्रमा हे नारद ! 'भरत' नाम गरेका राजाले शरीरलाई तपाई विष्णु भगवान्को आराधना गरेका थिए । राजा भरतले चक्रनदी (कृष्णगण्डकी) को जलमा तीनमुहूर्त (दुई घण्टा २४ मिनेटसम्म) जलमै बसेर जप गर्दथे । त्यसै क्षण (कुनै हरिणी) जल पिउने इच्छाले अति तिर्खाएकी त्यस चक्रनदीको तीरमा आई यो दृश्य चक्रनदीमा तपस्या गर्न बसेका भरत राजाले टुलुटुलु गरी हेरे । भरत नामका राजाले मर्ने अवस्थामा पनि मृगमा आसक्त भएर मरेका हुनाले अर्को जन्ममा मृग भएर जन्मिए । यसरी जातस्मर भएकोले आफ्नी आमालाई (हरिणी) लाई छोडेर सुकेका घाँस पातहरू भक्षण गरी आत्मालाई सन्तुष्टि दिने वा पोषण दिने हिसाबले शालग्राम क्षेत्रमै बसेर जीवन बिताए ।

श्रीमद्भागवतमहापुराणअनुसार भरत राजा एककरोड वर्ष निक्लिएपछि उनले राज्य भोगको प्रारब्ध क्षीण भएको जानेर सम्पत्तिलाई यथायोग्य छोराहरूलाई बाँडिदिए पछि पुलहाश्रममा आए । यस पुलहाश्रममा रहेका भक्तहरूमाथि भगवान्को ठूलो भक्तिप्रेम रहेको छ । यही वात्सल्यले गर्दा भक्तहरूको इच्छानुसार रूप धारण गरी सदा उनको नजिक वास गर्नुहुन्छ । अर्थात् यहाँ भक्तहरूले चाँडै नै उहाँलाई भेट्दछन् । यहाँ चक्रनदी (शालग्रामवाहिनी-गण्डकी) नाम गरेकी प्रसिद्ध नदी छन् । यी गण्डकी तल-माथि दुवैतिर नाभिसमानको चिह्न भएका चक्राकार शालग्रामशिलाले ऋषिहरूको आश्रमलाई सबैतर्फबाट पवित्र गरिरहन्छिन् । मुनि भरत एक्लै यस पुलहाश्रमको उपवनमा एकान्त ठाउँमा बसेर नाना प्रकारका पत्र, पुष्प, तुलसीदल, जल, कन्दमूल, फलादि सामग्रीले भगवान्को आराधना गर्न लागे । यसो गर्नाले उनको अन्तस्करणमा समस्त विषयको अभिलाषा क्रमशः दूर भइ गयो र दिन दिनै निष्काम भावको वृद्धि हुन लागेकाले उनलाई परमानन्द शान्ति प्राप्ति भयो ।

त्यसैगरी एकपटक भरत मुनि महानदी (शालग्रामवाहिनी आदिगङ्गा चक्रनदी) कृष्णगण्डकीमा स्नान गरी नित्य नैमित्तिक एवं अन्य सबै आवश्यक कर्मबाट निवृत्त भई नदीको किनारमा बसेर तीनमुहूर्त (दुई घण्टा २४ मिनेट) सम्म ॐ कारको जप गरिरहे भन्ने प्रसङ्ग श्रीमद्भागवतमहापुराणको पञ्चम स्कन्धमा उल्लेख गरिएको छ । यसरी शालग्रामक्षेत्रमा प्रवाहित हुने गण्डकीलाई चक्रनदी र दृषद्वती नदीका रूपमा चित्रण गरेको छ ।

अग्निमहापुराणमा शालग्रामको मूर्ति र लक्षणको विषयमा बताइएको छ :- १. 'वासुदेव' २. 'संकर्षण' ३. 'प्रद्युम्न' ४. 'अनिरुद्ध' ५. 'नारायण' ६. 'परमेष्ठी' ७. 'विष्णु' ८. 'नृसिंह' ९. 'कूर्म' १०. 'हयग्रीव' ११.'वैकुण्ठ' १२. 'मत्स्यावतारधारी' १३. 'श्रीधर' १४. 'वामन' १५. 'त्रिविक्रम' १६. 'अनन्त' १७. 'दामोदर' १८. 'सुदर्शन' १९. 'लक्ष्मीनारायण' २०. 'अच्युत' यसरी २० प्रकारका मूर्तिको लक्षण र स्वरूपको विषयमा चर्चा भएको देखिन्छ । शालग्राम शिलारूपी श्रीहरिको पूजा तीन प्रकारले हुन्छ- काम्या, अकाम्या र उभयात्मिका हुन्छ । मत्स्य आदि पाँच मूर्तिहरूको पूजा काम्या वा उभयात्मिका हुन्छ । पहिला भनिएका चक्रादिबाट सुशोभित वराह, नृसिंह र वामन यी तीनोटाको पूजा मुक्तिका लागि गर्नुपर्दछ ।

अग्निपुराण अनुसार अग्निदेवले भगवान् शङ्करलाई भन्नुहुन्छः महाराज प्रियव्रत सुमेरू (पर्वत) बाट छोराहरूलाई राज्याभिषेक गरेर शालग्राम (नामक वन) मा तपस्या गरेर वैकुण्ठलोक गए । त्यहाँ नत अधमकोटिको छ न मध्यम कोटिको नै छ अपितु सबै समान छन् त्यस्तो हिमालय देशबाट नाभिले जन्म लिए । महाराज नाभिले मेरूदेवीबाट 'ऋषभ' नामक पुत्र प्राप्त गरे । ऋषभदेवबाट भरतको जन्म भयो । राज्यको ऐश्वर्य आफ्नो छोरा (भरत) लाई सुम्पेर ऋषभदेवले शालग्राम क्षेत्रमा तपस्या गरेर विष्णुलोकलाई प्राप्त गरे । भरतको नाममा (यस देशको नाम) भारतवर्ष रह्यो । ऋग्वेदले भारतको नामबाट अग्निलाई सम्बोधन गरेको छ । कालान्तरमा भरतबाट सुमतिनामक छोराको जन्म भयो । भरतले (पनि) छोरालाई राज्यलक्ष्मी दिएर शालग्रामको क्षेत्रमा तपस्या गरेर भगवान् नारायणलाई प्राप्त गरे ।

गरूडमहापुराण उत्तरखण्डको ब्रह्मकाण्डमा शालग्रामको महत्त्वका विषयमा श्रीकृष्ण भगवान्ले जैगीषव्य मुनिलाई भन्नुहुन्छ :- निश्चय नै मनुष्यहरूका लागि शालग्रामको दान नै दुर्लभ मानिएको छ । त्यसमा पनि लक्ष्मीनारायण भगवान्को मूर्ति दान त धेरै नै दुर्लभ छ । देवताहरू त्यस पुण्यलाई जान्दैनन् जुन कुरा श्री निवास हरि नै जान्दछन् । जसबाट शालग्राम जस्तो तीर्थबाट त्यस्तो पापलाई नष्ट गर्ने वेङ्कट भगवान् वेङ्कट-(पाप ईश-मालिक) भएका हुनाले उनैलाई मात्र पुण्यको विषयमा थाहा हुन्छ । त्यसरी नै त्यस दुर्लभ तीर्थमा शालग्रामको दान ब्राह्मणवर्गलाई अति उत्तम मानिन्छ । जम्बु (जामुन) को फलको आकार जस्तो सुन्दर नील वर्ण भएको मुख दुईटा भएका चारकोणको चक्र परेका वस्तुहरू दुर्लभ मानिन्छ ।

वामनमहापुराणअनुसार ऋषि पुलस्त्यले देवर्षि नारदलाई यस शालग्रामक्षेत्रको विषयमा भगवान् नारायणले भारद्वाज ऋषिलाई जुन प्रसङ्ग बताउनुभएको थियो त्यो प्रसंग यहाँ सुनाउँदै जाँदा दैत्यमा श्रेष्ठ प्रह्लाद

त्यसपछि यस शालग्रामको ठूलो फल दिने तीर्थ स्थलमा आए । जहाँ अटल भएर बसेका भगवान् विष्णुलाई (प्रह्लादले) खाँवोमा, वृक्षहरूमा उनकै वास भएको देखे भन्ने कुरा पाइन्छ । हे ब्रह्मर्षि भारद्वाज ! त्यसै प्रकारले म पृथ्वीमा शालग्रामको रूपमा पनि बसेको छु, जलस्थल तथा वृक्षहरूमा पनि शालग्रामकै रूपवाट बसेको छु भनी नारायणले भन्नुभयो ।

कल्किपुराणको तृतीयांशको एघारौँ अध्यायअनुसार राजा र शशिध्वज र रानी सुशान्ता (गिद्धगिद्धिनी) का रूपमा दुई जोडीलाई कुनै व्याधाले पकडेर गण्डकीको शिला (शालग्रामशिला) को नजिक जलमा राखेर शिरलाई धुजा-धुजा पाऱ्यो । चक्राङ्कित शालग्राम शिलाको गंगामा तत्काल मृत्यु हुनाले ज्योतिर्स्वरूप विमानद्वारा चारबाहु (चारहात) धारण गरी वैकुण्ठलोक गएको कुरा चर्चित छ । ब्रह्मलोकमा पाँच सय युगपर्यन्त सुख भोगेर कालको वशीभूत भएर चार सय युगपर्यन्त देवलोकमा स्वर्गको सुख भोग्यौ । हे राजाहरू हो ! तदनन्तर हामी दुईटाले यस मृत्युलोकमा जन्मधारण गरेको र गण्डकीको शालग्राम शिलाको स्थानमा मरण भएकोले हरिको कृपावाट सबै वृत्तान्त स्मरण रहेको हो । गण्डकीको शिलामा मरण (मृत्यु) हुनुवाट जस्तो पूर्वजन्मको जाति आदिको स्मरण रहन्छ । गण्डकीको जलको स्पर्शमात्र हुनुवाट महिमाले युक्त ठूलो फल प्राप्त हुन्छ । जव शालग्रामशिलाको स्पर्श मात्रवाट मृत्यु हुनुमा यस्तो फल मिल्दछ भने फेरि वासुदेव भगवान्को सेवा गरेमा कति धेरै फल मिल्दछ त्यो अवर्णनीय छ ।

ब्रह्माण्डमहापुराणको तृतीय मध्यमभाग 'उपोद्घात' २५ अध्यायमा वसिष्ठ ऋषिले गुरु बृहस्पतिलाई यो प्रसङ्ग सुनाउनुहुन्छ । शान्त नामका मुनिवर (श्रेष्ठ ऋषि) ठूलो तपस्वी पुत्र प्राप्ति (त्यस पुत्रका लागि) गर्ने इच्छाले तीर्थको अभिलाषी शालग्राम क्षेत्रमा आए र तपस्या गरी मनोरथ पूर्ण गरेको प्रसङ्ग पाइन्छ ।

शिवमहापुराण रुद्रसंहिताअन्तर्गत युद्धखण्ड, अध्याय ४१ मा तिमी पाषाण (शालग्राम-ढुङ्गा) को समान दयाहीन कर्मरहित भएर मेरो श्रापवाट तिमी पाषाण भएर बस भन्ने श्राप विष्णुले पाएको कुरा पनि चर्चित छ । यसप्रकारले भगवान् विष्णुलाई श्राप दिइसकेपछि तुलसी रोएर बसिरहेको अवस्थामा भगवान् शंकर पुगेर यस्तो भन्नुहुन्छः हे तुलसी ! तिमी न रोऊ ! सबै जना कर्मकै फल भोग्छन् । यस कर्मसागर संसारमा सुख-दुःख दिनेवाला कोही पनि छैनन् । तिमीले छोडेको यस शरीरवाट एउटा नदी वहनेछ र भारतमा यो गण्डकी नामवाट विख्यात हुनेछ र पुण्यरूपमा हुनेछ्यौ । साथै वृक्षको (रूखको) अधिष्ठात्री देवी भएर वैकुण्ठमा दिव्यरूप धारण गरेर रहनेछ्यौ, जहाँ हरिको साथ रही नित्य रमण गर्नेछ्यौ । नदीको अधिष्ठात्री देवी जो भारतमा धेरै पुण्य दिनमा समर्थ हुन्छन्, त्यहाँ पनि तिमी हरिकै अंश क्षीरसागरकी पत्नी हुनेछ्यौ । यसरी गण्डकी नदीको किनारमा यिनी हरि (विष्णु) तिम्रो श्रापवाट भारतमा शैल (पर्वत) रूपवाट पाषाण भई वस्ने छन् ।

त्यसैगरी त्यहाँ पनि तीखा दाँतहरूले करोडौँ कीराहरूले भेदन गरेर त्यसमा चक्र बनाउने छन् । यसप्रकारको शालग्रामशिला पुण्य दिनमा श्रेष्ठ छन् । यो चक्रको भेदनवाट लक्ष्मीनारायणादि नामका चक्र हुनेछन् । जो व्यक्ति शालग्राम शिलावाट तुलसीपत्रको विच्छेद गर्नेछ । जन्मान्तरवाट त्यसले स्त्रीको वियोग सहने छ । साथै शङ्खलाई छोडेर जो तुलसीपत्रलाई विच्छेद गर्नेछ, त्यो स्त्रीविहीन भएर सात जन्मसम्म रोगी रहनेछ । शालग्राम तुलसी र शंख यी तीन वस्तुलाई एकै ठाउँमा जसले राख्न सक्छ, त्यो महाज्ञानी हुन्छ र त्यो हरिको प्यारो हुन्छ भन्ने प्रसंग पनि शिवमहापुराणमा छ । सनतकुमार ऋषिले भन्नुहुन्छ- शंकर भगवान् अन्तर्धान भइसकेपछि ब्राह्मीस्वरूपा तुलसी 'गण्डकी' नदीमा परिणत भइन् । त्यसैगरी त्यही गण्डकी नदीका किनारमा सत्पुरुषहरूलाई पुण्य दिनका लागि विष्णु भगवान् शालग्राम भए ।

ब्रह्मवैवर्तमहापुराण प्रकृतिखण्ड अध्याय २१ मा तुलसी देवीलाई भगवान् श्रीनारायणले वर्णन गर्दा शालग्रामको शिला जहाँ रहन्छ, त्यहाँ भगवान् विष्णु र समस्त तीर्थहरूसमेत लक्ष्मी निवास गर्दछिन् भन्ने उल्लेख आउँछ । शालग्राम शिलाको जलवाट जसले अभिषेक गर्दछ र त्यो समस्त तीर्थहरूमा स्नान गर्दछ, समस्त यज्ञहरूको

दीक्षाहरूबाट दीक्षित हुनजान्छ । जो नित्य शालग्रामशिलाको जलको पान गर्दछ तथा देवताहरूको प्रियप्रसाद (भोग लगाएर) को भक्षण गर्दछ, त्यो जन्म मरण र बूढोपनबाट रहित हुन्छ । मृत्युको समयमा शालग्रामशिलाको जल जसले ग्रहण गर्दछ, मनुष्य सम्पूर्ण पापबाट मुक्तभई विष्णुलोक जान्छ । शिवमहापुराण रुद्रसंहिता अध्याय ४१ अनुसार श्लोक ५५ कै प्रतिकृतिमा त्यहाँ शिवले तुलसीदेवीलाई भन्नुहुन्छ- शालग्राम तुलसी र शंख यिनलाई एकत्र (इकट्ठा) गरेर जो तुलसी पत्रादिलाई रक्षा गर्दछ, त्यो महाज्ञानी एवं श्रीहरिको प्रिय पात्र हुन्छ ।

हेमाद्रिसंहिताअनुसार शालग्रामसम्बन्धी मुद्रा जुन ठाउँमा चक्राङ्कित प्राप्त छन् । त्यसको अगाडि दान दिनुमा त्यही फल प्राप्त हुन्छ, जुन सूर्यग्रहणको समयमा प्रभास क्षेत्रमा प्राप्त हुन्छ ।

विष्णुधर्मोत्तरपुराणको उत्तरखण्डमा छाताको आकार, कछुवाको सरह हुने, बीचमा चक्र देखिने र दधिबिन्दुबाट युक्त सानो मूर्ति भयो भने त्यसलाई दधिवामन भनिन्छ ।

१.१.७ पूजा-अर्चना परम्परा

शालग्राम अर्चाविग्रह पाषाण स्वयं उत्पत्ति तत्त्वको विषयमा चर्चा गर्नुपर्दा यसरी गरिन्छ- केवल सुन्दर एउटा मात्र विग्रह शालग्राम भगवान्लाई अर्चना गर्नाले धर्म, अर्थ, काम, मोक्षको प्राप्ति एवं अत्युत्तम मानिएको छ । चार शालग्रामविग्रहलाई पूजा गर्नाले शत्रुको नाश, पाँच शालग्रामविग्रहलाई पूजा गर्नाले जन्ममरणको भयबाट मुक्ति हुन्छ । शालग्रामको विग्रहलाई अर्चना गर्नाले सम्पत्तिको प्राप्ति, शालग्रामक्षेत्रको स्थान, सात शालग्रामको पूजा गर्नाले कीर्ति (यश) को प्राप्ति, आठ शालग्रामको पूजा गर्नाले सम्पूर्ण अभीष्ट कार्यको सिद्धि हुने, दश शालग्रामको पूजा गर्नाले दशावतार देवहरूको अनुग्रह प्राप्त हुनेछ भनी बताइएको छ । बाह्र शालग्राम भगवान्का विग्रहलाई पूजा गर्नाले त्यो स्थल पापनाशक क्षेत्र कहलाउँछ । एकसय आठ शालग्रामविग्रहलाई पूजा गर्नाले त्यो स्थल शालग्रामतीर्थको नामले प्रसिद्ध हुन्छ । एकहजार वा योभन्दा धेरै शालग्रामको अर्चना गर्नाले त्यो स्थल साक्षात् श्रीहरिधामक्षेत्र कहलाउँछ ।

शालग्राम भगवान्को अर्चनासम्बन्धी प्रसङ्गमा विभिन्न भेदहरू रहेका छन्, तर सबै विभेदमा तुलसी मञ्जरी हुनु अति आवश्यक मानिन्छ भने दमनकफूलको पात हुनु अति आवश्यक र पूजा भइसकेपछि तीर्थप्रसाद (चरणामृत) लिनु पनि अति आवश्यक, जसलाई भनिन्छ ***अकालमृत्युहरणं सर्वव्याधिविनाशनम् । विष्णोः पादोदकं पीत्वा पुनर्जन्म नविद्यते*** भन्ने मन्त्रद्वारा ग्रहण गर्ने गर्दछन् ।

यसरी शालग्रामपक्ष हरिहरक्षेत्रको संयुक्त नामबाट विशाल शालग्रामराशिको संयुक्त भण्डार भगवान् नारायणको चरण देवाट/देवघाटधाम हो, जसको शिर शैलपर्वत मुक्तिनाथक्षेत्र र दामोदरकुण्डक्षेत्र हुन्, यिनीहरूको सम्बन्ध हरक्षेत्र (महादेव लगायत सम्पूर्ण देवताहरू) सँग सम्बद्ध रहेको छ । हरिक्षेत्रको रूपमा हृषीकेश नारायण साक्षात् शालग्राम विग्रहको रुपमा रूरूक्षेत्रमा रहनु भएको छ । यही ठाउँमा महर्षि देवदत्त लगायत अठासीहजार ऋषिहरूले पनि तप गरे । मूलतः महर्षि देवदत्तको तपोभङ्ग गर्न प्रम्लोचा नामकी अप्सरा आएर ऋषिसँगै बसेर लामो समयसम्म गर्भ रह्यो र अप्सराबाट एउटा कन्या जन्मिइन् । त्यस कन्यालाई छोडेर अप्सरा गइन् । रूरू नामका मृगहरूले दूध पिलाएर पालन पोषण एवं ठूलो बनाए । रूरूकन्या कै नामबाट रूरूक्षेत्र बन्न गयो । **यस्या भूमौ हृषीकेशो नियमेन समन्वितः । तीर्थानां तीर्थराजोऽयं ब्रह्मणा भाषितः किल । प.पु.उ.ख.॥७५।१७॥** जुन क्षेत्रमा भगवान् हृषीकेश शालग्राम रुपमा विराजमान सदा हुनुहुन्छ त्यस क्षेत्रलाई तीर्थराजप्रयाग भनिन्छ । **स्नात्वा तु गण्डकी तीर्थे मम लिङ्गानि योर्चयत् । तस्य योग फलं सम्यक् भविष्यति न संशयः । तव तीर्थे कृतस्नान त्रिरात्रो पोषितो नरः । विलोक्य मां भवेत्पूतो मम वाक्यान्न संशयः** वराहपुराण ॥ १४६।५८।८४॥ **विद्धि मामेव विष्णुं त्वं मा पस्य स्वान्तरं मम । पूर्वमन्तरभावेन दृष्टवान्नसि यन्मम । तेन विघ्नोऽभवद्येन गलितं त्वत्तपोमहत्** । रुरुगण्डकी संगमतीर्थमा तीन दिनसम्म रहेर जस्ले स्नानादि कर्मपूर्वक भृगुतुङ्गेश्वर स्थित शिवलिङ्गको र रुरुगंगा तटमा विराजमान चतुर्भुजयुक्त

शालग्रामरुपी हृषीकेशको दर्शन गर्दछ सकल पाप मुक्त भएर योगसिद्धि प्राप्त गर्दछ र अन्तमा मुक्त हुन्छ । रुरु गण्डकी संगम तपसिद्धि प्राप्त गर्नका लागि प्रभावशाली स्थलका रुपमा लिइएको छ तर हरि र हरमा थोरै पनि भेद राख्यो भने तपसिद्धि प्राप्त हुँदैन । शालग्राम चक्रनदीको जल अर्थात् शालग्रामपर्वतबाट प्रवाहित भएको हिमको आलय (हिमालय) शालग्राम वाहिनी जल अनेक नदीहरुसँग मिसिएर गंगासागरमा मिल्दछ । समुद्रको ज्वारभाटा आकाशमा फैलिएर पानी वर्षिने वेला शालग्रामपर्वतमा ठोक्किएर प्रवर्षण हुन्छ । त्यसैले सृष्टिको पहिलो मुहानमा गण्डकीको प्रादुर्भाव भएकोले यसलाई आदिप्रयाग नामकरण दिइएको र विश्वभरी शालग्रामशिला प्रदान गर्न समर्थ विश्वपूजा नेपालकै भूभागकी पावन नदी कृष्णगण्डकीको र आदिप्रयाग देवघाटतीर्थ र हृदयक्षेत्र रुरुको महत्त्वबारे समस्त सनातन वैदिकहरूले विशेष चासो लिइरहनु स्वाभाविक नै हो भन्नु पर्दछ भनी बताइएको छ । यस विषयमा विषयवस्तुको प्रसङ्ग अझै रहेको छ । यसलाई बढाउने हो भने कृति नै बन्न जान्छ त्यसैले अ–अर्को कार्यक्रममा पनि यसलाई विस्तार रुपमा लान सकिन्छ । यसमा विज्ञजनहरुको दृष्टि पुगोस् र आदि गंगा कृष्णगण्डकीको विषयमा राम्रो सित अध्ययन गर्ने वातावरण लुम्बिनी प्रदेश, गण्डकी प्रदेश लगायतले विशेष गहन दृष्टि पुऱ्याओस् भन्ने कामना गर्दछु । सबैलाई चेतना भया ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

आप्टे, भी. यस. (१९५९ इ.), द स्टुडेन्ट संस्कृत इङ्गलिश डिक्शनरी, वाराणसी : मोतीलाल वनारसी दास ।

ओडयर, मुम्मडी कृष्णराज (१९५८), श्रीतत्वनिधि, मुम्बई : क्षेमराज श्रीकृष्णदास वेङ्केटश्वर स्टीम मुद्रालयाध्यक्ष ।

खरेल, अश्वत्थामा भक्त (२०४६), सप्तगण्डकी (देवघाट धाम) को नालीवेली 'चक्षु' साप्ताहिक, वर्ष १३, अंक २५ (काठमाडौं : चक्षु प्रकाशन छापाखाना ।

गार्डस्टेन, एफ.एम्.(१९८९), गिल्डिङ्ग एम.आर. जन्सा एफ, कामिनिस्की एम.ए. ओ.जी.जी. जे.जी. सर्ती एम्. वासरम्यान जी.एफ.जी.इटल मेमोज्वाइक स्टाटीग्राफी अफ थाकखोला सेन्टर नेपाल लष्ट ओसियन, यक्सपिडिशन कनाडा सेण्टर फोर-मेरिन जिओलजी दलहाउस यूनिभर्सिटी ।

गुरुङ, जगमान (२०६१), 'नेपालको राष्ट्रिय समीकरणको परिप्रेक्ष्यमा गण्डकीप्रस्रवणक्षेत्रका तीर्थस्थलहरूको विश्लेषणात्मक अध्ययन', कीर्तिपुरः नेपाल र एसियाली अनुसन्धान केन्द्र त्रिभुवन विश्वविद्यालय, काठमाडौं वि.सं. ।

गौतम, चेतोनाथ (२०६२), (सम्पा.), *शिवमहापुराणम्,* काठमाडौं : पशुपतिक्षेत्र विकास कोष सञ्चालक परिषद्, देवउद्यान ।

घिमिरे, सोमनाथ (२०३४), शालग्राममीमांसा, काठमाडौं : रघुनाथ घिमिरे टंगाल ।

घिमिरे, माधवप्रसाद (२०६०), *"देवघाटः षट्चक्रको मूलाधार", देववाणी, संयुक्ताङ्क (७-१०) वर्ष १०,* काठमाडौं : देवघाट वैदिक आध्यात्मिक सेवापरिषद् ।

घिमिरे, जनार्दन (२०६८/०६९),*"गायत्री गौरी र कालीको भूमि धर्मनिरपेक्ष हुन सक्दैन"* देववाणी संयुक्ताङ्क (११-१४), वर्ष १४, काठमाडौं : देवघाट वैदिक आध्यात्मिक सेवा परिषद् ।

छोटा, प्रेम (२०७०), *धवलागिरिको सांस्कृतिक सम्पदा,* काठमाडौं : नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

झा, तारिणीश (१९८८ इ.), (सम्पा.) *ब्रह्मवैवर्तपुराण, प्रकृतिखण्ड,* प्रयाग : हिन्दी साहित्य सम्मेलन ।

ढकाल, वेणीमाधव (२०६८), (सम्पा.) 'गणेशपुराण' *उत्तरखण्ड,* काठमाडौंः विद्यार्थी पुस्तक भण्डार ।

तारानाथ (२०२६), तर्क वाचस्पति भट्टाचार्येण संकलितम्, षष्ठभाग 'वाचस्पत्यम्', वाराणसी : चौखम्बा संस्कृत सीरीज अफिस ।

तिम्सिना, नारायणाचार्य (२०७७), देववावा देवघाटक्षेत्रको पौराणिक तथा सांस्कृतिक अध्ययन । काठमाडौः देवघाट वैदिक आध्यात्मिक सेवा परिषद् ।

दाहाल, शारदाप्रसाद (२०४५), मुक्तिक्षेत्र, मुस्ताङ्: मुक्तिक्षेत्र शोधकृति मूल्याङ्कन परिमार्जन तथा प्रकाशन समिति ।

नेपाल, नलराज शास्त्री (२०७०), *चारतीर्थराजप्रयाग,* तनहुँः मणिमुकुन्देश्वर चक्रवर्ती आश्रम, देवघाटधाम, पृ. १२ ।

पाण्डे, नामदेव, *देवघाटमाहात्म्य संयुक्तगङ्गामहात्म्य,* नारायणगढ : कृष्णप्रसाद पौड्याल तथा विष्णु पौड्याल

पाण्डेय, रामनारायणदत्त शास्त्री (२०६७), (अनु.) *महाभारत, द्वितीयखण्ड,* वनपर्व र विराटपर्व, गोरखपुरः गीताप्रेस ।

मिश्र, चित्रधर (सम्पा.), मिथिलामाहात्म्य, (दरभंगाः महन्तलाल देवोथा (प्रकाशन मिति उल्लेख नभएको)

मोर, मनसुखराय (२०१५), (सम्पा.) *पद्ममहापुराणम्, पातालखण्ड,* तृतीयभाग, कलकताः गुरूमण्डल प्रकाशन ५ क्लाइव रो ।

योगी नरहरिनाथ (२०१३), हिमवत्खण्ड, परिशिष्ट गण्डकीमाहात्म्यम्, काशीः योगप्रचारिणी सभा गोरक्षटिल्ला ।

रेग्मी, डा. जगदीशचन्द्र (२०५६), "शालिग्राम", *देववाणी,* वर्ष २, अङ्क २, काठमाडौं : देवघाट वैदिक आध्यात्मिक सेवा परिषद् ।
वज्राचार्य, धनवज्र (२०६४), गोपालराजवंशावलीको ऐतिहासिक विवेचना, कीर्तिपुरः नेपाल र एशियाली अनुसन्धान केन्द्र, त्रि.वि.।
वेदव्यास मुनि प्रणीत (२०५५), *श्रीमद्देवीभागवतमहापुराणम्,* नवमस्कन्ध, मुम्बई : खेमराज श्रीकृष्णदास वेंकटेश्वर ।
वेदव्यास मुनि (१९६३), कल्किपुराण, (काशीः श्री भारतधर्म महामण्डल ।
वेदव्यासप्रणीत (२०६७), *स्कन्दमहापुराणम् 'नागरखण्डम्',* वाराणसी : चौखम्बा संस्कृत सीरीज आफिस ।
शर्मा, रामस्वरूप (२००२ इ.), (सम्पा.) *कल्किपुराणम्,* तृतीयांश, वाराणसी : चौखम्बा विद्याभवन ।
शर्मा, महावीरप्रसाद (१९९९ इ.), (सम्पा.) *पञ्चतीर्थात्मकम् श्रीदेवघट्टधाममाहात्म्यम्,* काठमाडौं: गोविन्दराम बगडिया ।
शर्मा, नारायण (२००३), सोनटक्के समेत श्रीमत्सायणाचार्य विरचित भाष्यसमेत (सम्पा. ऋग्वेदसंहिता खिल (९-१०) पूना : वैदिक संशोधनमण्डल तिलक मेमोरियल महाराष्ट्र ।
शर्मणा, के.वी. (२०४०) संशोधित, *ब्रह्माण्डमहापुराणम्,* दोस्रोसंस्करण, तृतीय, मध्यमभाग, वाराणसीः कृष्णदास अकादमी ।
शास्त्री, कान्तानाथ (१९६३), (सम्पा.) कुमारसम्भवम, चतुर्थ संस्करण, सर्ग १, श्लोक २, वाराणसीः चौखम्बा संस्कृत सीरीज ।
शास्त्री, हृषीकेश (१९८२), वराहपुराणम् वाराणसी : चौखम्भा अमरभारती प्रकाशन ।
शास्त्री, भवानीशंकर (२०४५), श्रीशालग्रामरहस्यम् काठामाडौं : विजयमान सेरचन, रीणा तुलाचन ।
शास्त्री, श्रीराममूर्ति (१९९३ इ.), श्रीमद्भागवतमहापुराणम् प्रथमभाग, द्वितीय संस्करण वाराणसीः चौखम्बा विद्याभवन ।
सिंह, नागशरण (१९९६ इ.), (सम्पा.) बृहन्नारदीयमहापुराणम्, देहलीः नागपब्लिसर्स जवाहरनगर ।
क्षेत्री, नारायण प्रसाद (२०४४), मुस्ताङ दिग्दर्शन काठमाडौंःसाझा प्रकाशन (५), पृ. ३७ ।

आयुर्वेदमा स्वास्थ्य वृति

दिल्लीराज घिमिरे (बाबा योगिराज)

स्वास्थ्य के हो ?

वास्तविक जीवनको सार्थकता आनन्दपूर्ण जीवन बाँच्नु हो । यो आनन्दमय जीवनका लागि सर्वप्रथम स्वास्थ्य अर्थात् तन्दुरुस्ती नै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । विद्या, बुद्धि, ऐश्वर्य र सम्मान आदि सबै सुखका साधन जसलाई प्राप्त छन्, त्यसलाई स्वास्थ्य प्राप्त छैन भने उसका लागि यी सबै साधनहरूको के काम ? धनी रोगी भन्दा स्वस्थ गरीब सुखी हुन्छ । शरीरबाट ठीकठाक गरीबले ढिडो, साग र सिस्नो आनन्द लिएर खान्छ, आरामको निद्रा लिन्छ र बिहान समयमै उठेर आफ्नो काममा लाग्छ तर रोगी धनीलाई ८४ व्यञ्जनले युक्त खाना तयार गरेर सुनको थालीमा दिए पनि खान सक्दैन, न इच्छा अनुसार हिँडडुल गर्न सक्छ, न त भोगविलासबाट आनन्द नैं लिनसक्छ । त्यसैले पनि जीवनमा सफलतापूर्वक सांसारिक सुख भोग्न, नेतृत्व लिन, विद्वत्ता प्राप्त गर्न, व्यवसाय गर्न, समाजसेवा गर्न, कीर्ति आर्जनादि गर्न सबैको लागि पहिलो आवश्यकता नै स्वास्थ्य हो । यसैले महान् वैज्ञानिक, त्रिकालदर्शी, ऋषिमुनिहरूले पूर्ण स्वस्थ, सुखी र आनन्दमय जीवन यापनका लागि प्रमुख सात सुखहरू प्रतिपादन गरेका छन् ।

पहिलो सुख– स्वस्थ शरीर ।
दोस्रो सुख– आवश्यकता अनुसारको आय ।
तेस्रो सुख– शीलवान् जीवन साथी ।
चौथो सुख–आज्ञाकारी सन्तान ।
पाँचौं सुख– सुविद्याको ज्ञान ।
छैठौं सुख– उचित आवास ।
सातौं सुख– सुसंगत ।

पहिलो सुख अर्थात् स्वस्थ शरीरमा अरु सबै सुख निर्भर छन् । यो बिना अरु सबै सुखहरू निरर्थक र बेकम्मा साबित हुन्छन् । त्यसैले हामीले यस अमूल्य शरीरलाई स्वस्थ राख्नका लागि खानपान, रहनसहन, राम्रो बानी, असल मनोवृत्ति, असल विचार र संस्कार आदिलाई ध्यानमा राख्दै स्वास्थ्य रक्षा गर्नेतर्फ लागिरहनु पर्दछ ।

पैसाले औषधि त पाइन्छ, स्वास्थ्य पाइदैन । यदि स्वास्थ्य पैसाले बजारमा किन्न पाइने भए धनीमानी व्यक्तिहरू रोगी नै हुने थिएनन् । डाक्टर, नर्स, अस्पतालका कर्मचारीहरूको परिवारलाई कुनै रोग लाग्ने नै थिएन र कुनै रोगको कारण मृत्यु पनि हुदैन थियो । तर के यी सबै निरोगी छन् त ? विचार गर्नुहोस् । तपाइले आफ्नो स्वास्थ्य डाक्टरको काखमा नसुम्पनुहोस्, आफूसँगै राख्नुहोस् । पूर्वीय दर्शनमा भनिएको छ– **प्रक्षालनाद्धि पङ्कस्य दूरादस्पर्शनं बरम्** ॥ अंग्रेजीमा यस्तै एउटा अति सुन्दर भनाइ छ–Prevention is better than cure. अर्थात् रोग लागेर उपचार गर्नुभन्दा रोग लाग्नै नदिनु ठीक हो । हुनपनि हो, के सबै रोगहरू उपचार पछि ठीक भएका छन् त ? मनन गर्नुहोस्, अनुभव गर्नुहोस्, ज्ञान भन्दा अनुभव गर्नु महत्त्वपूर्ण हो ।

तन्दुरुस्त नभईकन मनुष्यले केही पनि गर्न सक्दैन । रोगी भएमा त्यस विद्वान्को ज्ञान पनि निरर्थक हुन्छ जसले समाजलाई नै प्रकाश दिनसक्थ्यो । रोगी व्यक्ति परिवार र समाजकै लागि समस्याको रूपमा आउँछ । सामाजिक अनुकूलताका लागि रोग बाधक बन्छ । हामीहरूले गर्ने सम्पूर्ण कार्यहरूको प्रमुख साधन शरीर हो र शरीरको क्रियाशीलतासँग गाँसिएको कुरा हो– स्वास्थ्य । आयुर्वेदमा भनिएको छ– **धर्मार्थकाममोक्षाणामारोग्यं मूलमुत्तमम् ।** (चरक संहिता) अर्थात धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष प्राप्त गर्नका लागि सर्वप्रथम निरोगी हुनु परम् आवश्यक हुन्छ ।

वास्तवमा रहन-सहन, आहार-विहारको अनियमितता तथा असंयमितताको कारण नै हाम्रो शरीरमा अनेकौं प्रकारका रोगहरू उत्पन्न हुन्छन् । नियमित र संयमित जीवनचर्या अपनाएको खण्डमा मानसिक एवं शारीरिक रोगहरूबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ । यिनीहरूको नियमित पालनले प्रायः गरेर व्यक्तिहरू अस्वस्थ हुँदैनन् । यदि कारणवश रोग लागिहालेमा यौगिक क्रियाको अभ्यास, पञ्चतत्व सेवन,

प्रकृतिप्रदत्त जडीबूटीहरूको उचित प्रयोगबाट हामी स्वस्थ बन्न सक्छौं ।

पूर्ण स्वास्थका लागि शरीर र मन दुबै स्वस्थ्य हुनु अनिवार्य हुन्छ । शरीर स्वस्थ्य तथा हृष्टपुष्ट छ तर मन दुर्वल, अस्वस्थ र रोगी छ भने शरीर पनि क्रमशः रोगी हुन थाल्दछ । शरीर स्वस्थ भए मन प्रसन्न रहन्छ, मन प्रसन्न भए शरीर स्वस्थ रहन्छ । शरीर र मन स्वस्थ एवं प्रसन्न भए जीवन नै सुखी र आनन्दमय हुन्छ । पूर्णस्वस्थ रहनका लागि आयुर्वेदको ग्रन्थ अष्टाङ्गसंग्रहमा यसप्रकार निर्देश दिएको छ –

नित्यं हिताहारविहारसेवी समीक्षकारी विषयेष्वसक्तः ।
दाता समः सत्यपरः क्षमावानाप्तोपसेवी च भवत्यरोगः ॥

सधैं हितकारी आहार-विहारको सेवन गर्ने, राम्रो नराम्रोलाई जानेर शुभ कार्य गर्ने तथा अशुभलाई त्याग्ने, विषयभोगमा संयमित रहने, दाता (त्यागी, दानशील), क्षमाशील तथा शिष्टजनहरूको सेवा गर्ने मनुष्य निरोगी हुन्छ, अर्थात् उसलाई रोगहरू लाग्दैनन् ।

समदोषः समाग्निश्च समधातुमलक्रियः ।
प्रसन्नात्मेन्द्रियमनाः स्वस्थ इत्यभिधीयते ॥ *(सुश्रुतसंहिता)*

अर्थात् जुन व्यक्तिको शरीरका तीनवटा दोष–वात, पित्त र कफ साम्य अवस्थामा हुन्छन्, पञ्चमहाभूत– अग्नि, जल, पृथ्वी, वायु, आकाश समान हुन्छन्, सातधातु– रस, रगत, मासु, मेद, हाड, मज्जा, शुक्र सन्तुलनमा हुन्छन्, तेह्रौं जठराग्नि सम हुन्छ अर्थात् अग्नि तीव्र वा मन्द हुँदैन र मलमूत्र क्रिया ठीक तरीकाले हुन्छ तथा यी सबका साथ जब इन्द्रिय र मन सहित यसको स्वामी आत्मा प्रसन्न रहन्छ भने त्यस व्यक्तिलाई स्वस्थ भनिन्छ ।

हामीले शारीरिक स्वास्थ्यलाई भन्दा मानसिक स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिनु पर्दछ । किनभने शारीरिक रूपबाट स्वस्थ हुन मानसिक रूपबाट स्वस्थ हुनु परम आवश्यक हुन्छ । मानसिक रूपबाट स्वस्थ हुनका लागि हामीले मनको विषयमा जान्नु पर्दछ, मनको क्रियाकलापलाई बुझ्नु पर्दछ । मनको शक्ति र क्षमताको ज्ञान हुनु पर्दछ । मनलाई स्वस्थ राख्नका लागि उचित एवं आवश्यक प्रयत्न गर्नेतर्फ हामी लाग्नु पर्दछ । मनमा खराब एवं प्रकृति-विरुद्ध विचारहरू आउनु मनको अस्वास्थ्य हो एवं राम्रा र प्रकृतिको अनुकूल विचार आउनु मन स्वस्थ हुनु हो । मनमा अनेकौं प्रकारका कल्पनाहरू आइरहन्छन् । जुन् कल्पनाहरू आँउछन् र जान्छन्, तिनीहरूबाट हाम्रो मन मस्तिष्कमा कुनै असर पर्दैन । जो कल्पना पटक-पटक आइरहन्छ, त्यो विचार बन्दछ । जुन् विचार पटक-पटक आँउछ, जमेर बलियो हुन्छ, तब त्यो संकल्प बन्दछ । अनि यो हाम्रो आचरणमा आँउछ र यही कार्यमा परिणत हुन्छ । यो कार्यको परिणाम नै हाम्रो भाग्य हो । यसको सार यो हो कि- **कल्पना प्रारम्भ र भाग्य अन्त्य** ।

हाम्रो शरीरलाई पार्थिव शरीर भनिन्छ, अर्थात् पाँच महाभूतहरूद्वारा यसको निर्माण भएको छ । यदि यसबाट आत्मा निस्केर गयो भने यो शरीर जड हुन्छ । आत्मा अर्थात् जीवात्माका कारण नै यो शरीर चेतन र क्रियाशील रहन्छ । आत्माले स्वयं शरीरबाट काम गराउँदैन, आत्माको शक्तिबाट मनले शरीरबाट काम गराउँछ । हामी जुन विचार गर्छौं, त्यो मनको इच्छा र आदेशबाट नै भएको हुन्छ । मनलाई कार्य गराउने शक्ति आत्माबाट नै मिल्दछ, त्यसैले जब आत्मा शरीरबाट निस्कन्छ अर्थात् कसैको मृत्यु हुन्छ, तब उसको शरीरमा मन पनि रहँदैन । यदि आत्मा छैन भने मन पनि हुनसक्दैन । मन विना कुनै विचार एवं कार्य हुनै सक्दैन । जीवात्मा एक अत्यन्त सूक्ष्म शक्तिको नाम हो, जो शरीरमा रहेर मनद्वारा शरीरलाई काम गराउँछ । आत्मा निराकार छ, त्यसैले देखिँदैन र उसले जुन साधनबाट काम लिन्छ, ती साधनहरू पनि देखिँदैनन् र तिनीहरूलाई **अन्तस्करण चतुष्टय** भनिन्छ । ती हुन्– **मन, बुद्धि, अहंकार र चित्त** ।

मन

चिन्तन गर्ने, कुनै पनि कार्यको योजना बनाउने, संकल्प गर्ने आदि काम मनको हो । मन सधैं दोलायमान, चञ्चल र अत्यन्त तीव्र गति भएको हुन्छ । यो प्रकाशको गतिभन्दा पनि तेज गतिको हुन्छ । मनको सहयोग बिना बुद्धि कुनै पनि कार्यमा

प्रवृत्त हुँदैन । यसैगरी मन बिना शरीरले पनि कुनै प्रकारका चेष्टाहरू देखाउँदैन, निष्क्रिय रहन्छ । यसरी अरुलाई नियन्त्रणमा लिने मन शरीररूपी राज्यको **राजा एवं शासक** हो ।

मनको विषयमा आयुर्वेदले भनेको छ- आत्मा, इन्द्रिय र विषय यी तीनको संयोग भएपछि जब मन पनि यिनीहरूका साथ संयोग हुन्छ, तब हामीलाई कुनै प्रकारको ज्ञान हुन्छ । यदि यी तिनका साथ मनको संयोग भएन भने हामीलाई कुनै ज्ञान हुँदैन ।

मन र इन्द्रिय

हाम्रो मनले शरीरका जुन अंगहरुबाट ज्ञान प्राप्त गर्छ, तिनीहरुलाई ज्ञानेन्द्रिय र जुन अंगबाट काम गराउँछ, तिनीहरुलाई कर्मेन्द्रिय भनिन्छ । आँखा, नाक, कान, जिब्रो र छाला ज्ञानेन्द्रिय हुन् भने हात, खुट्टा, मुख, लिंग र मलद्वार कर्मेन्द्रिय हुन् । प्रत्येक इन्द्रियको आ-आफ्नै विषय हुन्छ । आ-आफ्नो सम्बन्ध पञ्चमहाभूतहरूसँग पनि अविच्छिन्न रूपमा रहिरहन्छ ।

कानको विषय शब्द हो र यसको सम्बन्ध आकाशसँग छ किनभने आकाश हुँदैनथ्यो भने शब्दको ध्वनि प्रवृत्त हुने थिएन । आँखाको विषय दृश्य वा रूप हो र यसको सम्बन्ध तेज या अग्निसँग हुन्छ, किनभने प्रकाशको अभावमा आँखाले देख्न सक्दैन । जिब्रोको विषय रस हो र यसको सम्बन्ध जलसँग हुन्छ, किनभने जल हुँदैनथ्यो भने रसको स्वाद ग्रहण गर्न जिब्रो असमर्थ हुन्थ्यो । नाकको विषय गन्ध हो, यसको सम्बन्ध पृथ्वीसँग हुन्छ एवं छालाको विषय स्पर्श हो र यसको सम्बन्ध वायुसँग हुन्छ ।

मुखभित्र रहेर काम गर्ने जिब्रो ज्ञानेन्द्रिय र कर्मेन्द्रिय पनि हो । ओठ र दाँतको सहयोगले बोल्ने कार्यमा यसको प्रवृत्ति हुने हुनाले कर्मेन्द्रिय र रसको स्वादको अनुभव गर्ने हुनाले ज्ञानेन्द्रिय भयो । परमात्माले जिब्रोलाई बुद्धिमानीपूर्वक मात्र दुईवटा काममा प्रवृत्त गराएको छ, कुनै पनि काममा अति गर्न नसकोस् भनेर । हामीलाई बोल्ने र स्वाद लिने काममा जिब्रोको सन्तुलित रुपमा प्रयोग गर्नका लागि प्रकृतिको निर्देश छ, किनभने धेरै फतफताइरहनु, कटु वचन बोल्नु र अश्लील शब्दहरुको उच्चारण गर्नु राम्रो हुँदैन । यसैगरी स्वादको आनन्द दुई इन्चको जिब्रोलाई मात्र आउने र यसको दुष्परिणाम सम्पूर्ण शरीरमा पर्ने भएकोले जिब्रोको बशमा परेर जे पायो त्यही खाएर शरीरलाई कष्ट दिनु अत्यन्त खराब काम हो ।

जिब्रो कर्मेन्द्रिय र ज्ञानेन्द्रिय भए झैँ गुप्तेन्द्रिय पनि पिसाब त्याग्ने काम गर्ने हुनाले मूत्रेन्द्रिय र सन्तानोत्पत्तिको लागि भोग गर्ने हुनाले भोगेन्द्रिय पनि हो । यी दुई कार्यको लागि भिन्न-भिन्न इन्द्रियको स्थापना गर्नु सर्वसमर्थ परमेश्वरका लागि असम्भव थिएन तर दुबै कामको लागि एउटै इन्द्रिय बनाएर यो ज्ञान दिन खोजेको छ कि जिब्रो र गुप्तेन्द्रियबाट अनावश्यक काम लिनु हुँदैन । हाम्रा दश इन्द्रियमध्ये दुई इन्द्रियहरुलाई मात्र दुई-दुईवटा काममा लगाउने ईश्वरीय रहस्य के होला त ? मलाई के लाग्छ भने धेरै स्वादको अधीनमा नपरून् र अनावश्यक वार्तालाप नगरून् भनेर जिब्रोलाई दुई काममा लगाइएको छ भने पिसाब गर्ने र सन्तानोत्पादनभन्दा बाहेक वीर्य नष्ट नगर्नको लागि गुप्तेन्द्रियलाई पनि दुई काम विभाजन गरिएको हो । बारम्बार पिसाब गरिरहँदा बहुमूत्र रोग हुन्छ र धेरै वीर्यपतन गराइरहँदा जीवनशक्ति नै क्षीण भई जिन्दगी बर्बाद हुन्छ किनभने वीर्य हाम्रो शरीरका सात धातुहरू मध्ये सारधातु, अन्तिम धातु, शरीरको उर्जा र हाम्रो जीवन नै हो ।

मन र विचार

यस प्रकार ज्ञान हुनु र नहुनु मनको नै काम हो । विचारशून्य भएर रहन नसक्नु मनको सबैभन्दा ठूलो विशेषता हो । यसले विभिन्न प्रकारका विचारहरू गरिरहन्छ । मनलाई विचाररहित स्थितिमा पुऱ्याउनु कठिन हुन्छ । यदि विचारशून्य गराउने हो भने मनको अस्तित्व नै हराउँछ । मनको अस्तित्व तबसम्म रहिरहन्छ, जबसम्म हामी सोच विचार गरिरहन्छौँ । हामी सुतेको अवस्थामा सपना देख्दछौँ । यस अवस्थामा पनि मन सक्रिय रहन्छ तर जब हामी गहिरो निद्रामा पर्छौँ, तब मन निर्विचार, निष्क्रिय र अस्तित्वहीन अवस्थामा पुग्दछ । हामीहरू कुनै पनि कार्यमा सक्रिय रहेको अवस्थामा मन पनि त्यही काममा सक्रिय, लिप्त र व्यस्त रहन्छ । जब हामीहरू फुर्सदको अवस्थामा कर्मरहित हुन्छौँ, त्यस

समयमा मन यता उता घुम्न थाल्दछ, बरालिन्छ । यस समयमा गलत विचारलाई मनले ग्रहण गर्नसक्छ । जस्तो विचार गर्दछौँ, त्यसको सूक्ष्म प्रभाव हाम्रो अवचेतन मनमा पर्दछ । यसको प्रभावलाई संस्कार भनिन्छ । किनभने यसले हाम्रो मनोवृत्तिको निर्माण गर्दछ । जस्तो मनोवृत्ति हुन्छ, त्यस्तै हाम्रो आचरण र स्वभाव बन्दछ ।

विवेक एक यस्तो शक्ति हो, जसले मनका विभिन्न भावनाहरूबाट चुनेर अनुपयोगी वृत्ति एवं कामनाहरूलाई त्यागी असल वृत्तिहरूको माध्यमबाट हामीलाई सन्मार्गमा प्रवृत्त गराउँछ । मनका सबै कामनाहरूलाई पूर्ति गर्नेतर्फ नलागी विवेकलाई बलियो बनाएर हितकारी एवं आवश्यक इच्छाहरूको पूर्ति गर्ने तर्फ लाग्नु पर्दछ । मनले विषयवासनाको रस लिएमा कामुकता उत्पन्न हुन्छ । यसमा कुनै प्रकारको बाधा उत्पन्न भएमा क्रोधको सिर्जना हुन्छ । जब क्रोध उत्पन्न हुन्छ, तब विवेक हराउँछ । अविवेकी भइसकेपछि स्मृति नष्ट हुन्छ । यसबाट बुद्धि भ्रष्ट हुन्छ । बुद्धि भ्रष्ट भइसकेपछि सम्पूर्ण कुराहरू नासिन्छन्, बाँकी केही पनि रहँदैन ।

काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद र मात्सर्य (ईर्ष्या)

दिनचर्या

दिनचर्याको अर्थ हो– दिनभरीको हाम्रो कार्यको समयतालिका र यसको उद्देश्यअनुरूप समयलाई कार्यसूचीमा विभाजित गरेर प्रत्येक कार्यलाई व्यबस्थित रूपबाट समयमा नै गर्नु । दिनचर्याले हाम्रो जीवनलाई सुव्यवस्थित र नियमित बनाउँछ, जसबाट हामीलाई फाइदा नै फाइदा हुन्छ । सबभन्दा ठूलो फाइदा त यो हुन्छ कि हामीले समयलाई सम्मान गर्न सिक्दछौँ । हाम्रो यो जीवनको मात्र होइन संसारको सर्बाधिक मूल्यवान्, यती मूल्यवान् कि जसको मूल्य कसैले पनि दिन सक्दैन, त्यो हो समय । जुन समय तिमीले विताउछौ, त्यो समय कुनै पनि मूल्यमा किन्न सक्दैनौ । यस्तो अमूल्य चिजलाई मानिसहरू व्यर्थ नष्ट गर्दछन् । कोही फाल्तु गफ लडाएर बस्दछन् । कोही तास खेल्दछन् । कोही दिनभर टिभि हेरिरहन्छन् । हामीले के गर्दैछौ भनेर प्रश्न गर्ने हो भने उनीहरू भन्दछन्- केही गरेका छैनौँ, त्यत्तिकै समय विताउँदैछौँ ।

महाराज भर्तृहरिले समयलाई यस प्रकार व्याख्या गर्नु भएको छ :

कालो न यातो वयमेव याताः ।

काल अर्थात् समय बितेको छैन हामी नै बितिसक्यौँ, हाम्रो नै उमेर पूरा भयो ।

दिनचर्या निशाचर्या ऋतुचर्या यथोदिताम् ।

आचारन्पुरुषः स्वस्थः सदा तिष्ठति नान्यथा ॥ *(भावप्रकाश)*

शास्त्रमा दिनचर्या, रात्रिचर्या र ऋतुचर्या जुन प्रकारले वर्णन गरिएको छ, त्यसै प्रकारबाट दिनचर्या आदिको आचरण गर्नाले मानिसहरू सधैँ स्वस्थ रहन सक्दछन् । यसको विपरीत आचण गर्नाले व्यक्तिहरू स्वस्थ्य हुँदैनन् ।

बिहान उठ्नु

स्वस्थ जीवनका लागि ब्राह्ममुहूर्तको अमृतवेलामा बिहान ४ बजे शैया छोड्नु पर्दछ । यो अमृत प्रभात हो किनभने यस समयमा स्वच्छ वायु, स्वच्छ जल, स्वच्छ भूमि निर्मल आकाश र अँध्यारोलाई चिर्दै आएको सुन्दर प्रकाश प्राप्त हुन्छ । हाम्रा महान् प्राचीन वैज्ञानिक ऋषिमहर्षिहरूले ब्राह्म मुहूर्तको व्याख्या गर्दै भनेका छन्-

रात्रेः पश्चिमयामस्य मुहूर्तो यस्तृतीयकः ।
स ब्राह्म इति विज्ञेयो विहितः स प्रबोधने ॥

अर्थात् रातिको अन्तिम प्रहर, जो रातको तेस्रो भाग हो, उसलाई ब्राह्म मुहूर्त भनिन्छ । निद्रा त्याग गर्नको लागि यही समय नै सर्वोत्कृष्ट हुन्छ । विहान सूर्योदय भन्दा डेढ घण्टा पहिला ब्रह्म मूहुर्त हुन्छ । यस समयलाई अमृतवेला भनिन्छ । अमृतबेला अर्थात् ब्रह्म मुहूर्तमा उठ्ने व्यक्तिको स्वास्थ्य, धन, विद्या, बल र तेज बढ्दछन् । बह्ममुहूर्तको व्याख्या गर्दै प्रसिद्ध आयुर्वेद ग्रन्थ सुश्रुतसंहिताले यस प्रकार वर्णन गरेको छ-

ब्राह्मे मुहूर्ते बुद्धयेत स्वास्थ्यरक्षार्थमायुषः ।
तत्र सर्वाघशान्त्यर्थं स्मरेच्च मधुसूदनम् ॥

अर्थात् स्वस्थ व्यक्ति आफ्नो आयुको रक्षाका लागि ब्रह्ममूहूर्तमा उठ्ने र दिनलाई मंगलमय बनाउनका लागि भगवान् मधुसुधनलाई स्मरण गर्ने ।

अर्थात् प्रातः काललाई अमृत बेला भनिन्छ । यस समयमा शुद्ध वायु, जल, भूमि, प्रकाश, आकाश नै प्रकृतिका पञ्चामृत हुन् । बिहान स्वच्छ एवं प्रदूषण रहित वातावरणमा यी पाँच मिल्न सक्दछन् । यस प्रातःकालीन पञ्चामृतलाई त्याग्ने व्यक्तिहरू आरोग्यवान्, भाग्यवान् तथा ज्ञानवान् हुन सक्दैनन् । अर्थववेदमा पनि बिहानको समयमा सूर्यको किरणहरुबाट अनेकौं व्याधिहरू नष्ट हुने तथ्य यसरी व्याख्या गरिएको छ-

उद्यनादित्यः रश्मिभिः शीष्णोर्व रोगमनिनीशत् ।
(अर्थववेद ९/८)

बाल अरुणको अल्ट्रावायलेट किरणहरूद्वारा भिटामिन डी तथा भिटामिन ई को निर्माण भएर हाम्रँ अनेकौं रोगहरु जस्तै- मुखको दुर्गन्ध, मलावरोध, अजीर्ण, आलस्य, एवं अनेकौं प्रकारका आँखाका रोगहरु केवल प्रातःकाल उठ्नाले नाशिन्छन् र पुनः लाग्दैनन् ।

सूर्योदयसम्म सुतिरहने व्यक्तिको बुद्धि र इन्द्रियहरू तेजहीन हुन्छन् । प्रकृतिको नियमअनुसार पशुपंक्षीहरू यही समयमा उठ्दछन् र अमृतबेलाको वास्तविक आनन्द लिन्छन् । संसारको सर्वश्रेष्ठ प्राणी मानवभने प्रकृतिको अनमोल उपहारलाई अवहेलना गरेर सुतिरहन्छ । यस्ता अल्छीहरुका निम्ति भनिएको छ–

कुचैलिनं दन्तमलोपधारिणं बह्वाशिनं निष्ठुरभाषिणं च ।

सूर्योदये चास्तमिते शयानं विमुञ्चति श्रीर्यदि चक्रपाणिः ॥

अर्थात् जसको शरीर र कपडाहरू मैला छन्, दाँतमा मैला जमेको छ, अति धेरै खाना खान्छ, सधैं रुखो बोल्दछ र सूर्योदय एवं सूर्यास्तको समयमा सुत्दछ भने त्यो महादरिद्र हुन्छ । यदि त्यो लक्ष्मीपति चक्रपाणि विष्णु नै भए पनि लक्ष्मीले छाडिदिन्छिन् । वास्तवमा सूर्योदयभन्दा पहिला प्रकृतिमा एक अलौकिक रमणीयता आउँछ । यसको आनन्द तब मात्र प्राप्त हुनसक्छ, जब हामी प्रकृतिसँग समन्वय गछौं । यस समयमा बहने वायुको एक-एक कणमा संजीवनी शक्तिको अपूर्व मिश्रण हुन्छ । यो वायु रातमा चन्द्रमाले पृथ्वीमा बर्साएको अमृत विन्दुहरू आफ्नो साथ लिएर बहन्छ । जो व्यक्ति यस समयमा निद्रा त्यागेर आनन्दपूर्वक वायु सेवन गर्दछ, उसको स्वास्थ्य, सौन्दर्य र आयुको वृद्धि हुन्छ, मन प्रफुल्लित हुन्छ । आयुर्वेदले भनेको छ-

वर्णं कीर्तिं मतिं लक्ष्मीं स्वास्थ्यमायुश्च विन्दति ।

ब्राह्मे मुहूर्ते संजाग्रच्छ्रियं वा पंकजं यथा ॥
(भा. सार)

अर्थात् ब्रह्ममुहूर्तमा उठ्नाले मानिसमा सौन्दर्य, लक्ष्मी, बुद्धि, स्वास्थ्य, आयु आदिको प्राप्तिका साथ उसको शरीर पनि सुन्दर हुन्छ । अंग्रेजीमा भनाई छ–***Early to bed, early to rise, make a man healthy, wealthy and wise.*** अर्थात् चाँडै सुत्ने र चाँडै उठ्ने मानिसहरू स्वस्थ, ऐश्वर्यशाली र बुद्धिमान् हुन्छन् ।

पढ्ने लेख्नेहरुका लागि त यो भन्दा उपयुक्त समय अरु कुनै पनि हुन सक्दैन । एकान्त र शान्त वातावरणमा मस्तिष्क उर्वर हुन्छ, हाम्रा मस्तिष्कका ज्ञान-तन्तुहरू रातिको विश्रामपछि नवशक्तियुक्त भएका हुन्छन् । यस समयमा स्मरण शक्ति उच्च स्थितिमा पुगेको हुन्छ ।

निद्रा खुलेपछि सर्वप्रथम उत्तानो हुने, दुबै हात आपसमा घर्षण गर्ने र आँखामा राख्ने, कम्मरदेखि पहिला दायाँ मोडिने, त्यसपछि बायाँ मोडिने, फेरि दायाँ मोडी बायाँ हातले जमिनमा टेकी उठ्ने । उठेपछि सुखासनमा ओच्छ्यान्मा नै बस्ने । कम्मर, शरीर सीधा, आँखा बन्द गर्ने र आङ्नो इष्टदेवलाई सम्झने, रात त सुखपूर्वक बित्यो प्रभु, अब दिन पनि कसैको मन नदुखाई सत्कर्मबाट बितोस् भनी अगाडि झुकी नमन गर्ने । ओच्छ्यानमा नै बस्ने र दुबै हातका हत्केला हेर्दै निम्नलिखित श्लोक भन्ने

कराग्रे वसते लक्ष्मीः करमध्ये सरस्वती ।

करमूले स्थितो ब्रह्मा प्रभाते करदर्शनम् ॥

अर्थात् हातको अग्रभागमा लक्ष्मीको निवास छ, हातको मध्यभागमा सरस्वतीको र हातको मूलभागमा सृष्टिकर्ता ब्रह्माको निवास हुन्छ । यस श्लोकको शास्त्रीय विधान अत्यन्त अर्थपूर्ण छ । यसबाट मानिसहरूको हृदयमा आत्मनिर्भरता र स्वावलम्बनको भावना उदय हुन्छ । यसले जीवनको प्रत्येक कार्यमा अरुको भर नपरी आफ्नो भाग्य निर्माण आफ्नै हातले गर्न निर्देशन दिएको छ । यी

हात नै हाम्रा धर्म, अर्थ, काम र मोक्षका कुन्जी हुन् । धन र विद्या प्रँप्त गर्नका लागि कर्मशील बन्नु पर्दछ । कर्म हातबाट नै हुन्छ । सर्वप्रथम ज्ञान आवश्यक पर्दछ, ज्ञान प्राप्त भएपछि ज्ञानानुसारको कर्म गर्नु पर्दछ । ज्ञानानुसारको विवेक लगाएर कर्म गरेपछि धन प्राप्त हुन्छ, तब सुख हुन्छ ।

जमिनमा पाइला राख्नु अघि पृथ्वी मातासँग क्षमा माग्दै निम्नलिखित श्लोक भन्ने–

पृथ्विमाता नमस्तुभ्यं पादस्पर्शं क्षमस्व मे ॥

पृथ्वी माता नमस्कार ! म तपाईलाई पाउले स्पर्श गर्दछु, कष्टका लागि क्षमा दिनुहोला । तत्पश्चात् सर्वप्रथम आफूलाई जन्म दिई यो संसार प्रदान गर्ने आमाको अनुहारको दर्शन गर्ने र आमाको चरणमा ढोग गर्ने । आमाको आशीर्वादभन्दा ठूलो यस संसारमा अरु कसैको आर्शीवाद हुन सक्दैन । आमाका हात र अनुहारबाट निस्केका ती वात्सल्यपूर्ण, ममतायुक्त, हृदयस्पर्शी तरंगहरू यदि हाम्रो टाउकोमा पर्छन् भने हाम्रो मन मस्तिष्कमा कहिल्यै पनि नकारात्मक विचारहरूको प्रभाव पर्ने छैन । हामीलाई नौ महिना गर्भमा लिई कति कष्ट सहेर यस पृथ्वीमा ल्याउनुभयो र यो संसार देखाउनुभयो । हाम्रो दिशा-पिसाब, च्याल सिँगान आदि शरीरका फोहोरहरूलाई कुनै घिन नमानी ममतापूर्ण भावबाट सफासुग्घर गरी हामीलाई फोहोरबाट मुक्त बनाउनु भयो । आफू हाम्रो दिशा पिसाबमा सुती हामीलाई ओभानोमा सुताउनु भयो । रातमा रुँदा आफू नसुति हामीलाई सुताउनु भयो । आफू नखाई खुवाउनु भयो । आमाले मालिश गरेर नै हामी स्वस्थ छौं । बलिया छौं । तन्दुरुस्त छौ । यदि आमाले हामीलाई मालिश नगरेको भए, नसेकेको भए, हामी निमोनिया, दम र बात जस्ता असाध्य रोगहरूको चपेटमा पर्ने थियौं । यदि तपाईको आमाको भौतिक शरीर यस संसारमा छैनभने आफू सुत्ने कोठाको पूर्व तर्फ भित्तामा आमाको तस्वीर राख्नु पर्छ । उठे पछि पहिलो दृश्य आमाको अनुहारमा हेर्ने अनि उषापान गर्ने ।

उषापान

रातिमा सुत्ने समयमा एउटा तामाको भाँडामा एक-डेढ लिटर पानी राख्ने । यदि कालो तुलसी पत्रहरू छन्भने ५–७ वटा राखिदिने र ढाकिदिने । यदि छैनन् भने पानी मात्रै भए पनि हुन्छ । बिहान ब्रह्ममुहुर्तमा उठ्ने र आमाको दर्शनपछि सबैभन्दा पहिले पानी पिउने त्यसपछि मात्रै शौचादि जाने । यस प्रकार नियमित उषापान गर्नाले मलावरोध हुँदैन, रोग प्रतिरोधात्मक शक्तिको वृद्धि हुन्छ, शरीरमा भएका ७५ प्रतिशत रोगहरू ठीक हन्छन् र अरु रोग लाग्न पनि दिँदैन । उषापान स्वस्थ एवं रोगी सबैले प्रतिदिन नियमानुसार गर्नुपर्दछ । उषापान गर्दा उभिनु हुँदैन, काकासनमा बस्नुपर्दछ । काकासन आउँदैनभने सामान्य तरीकाले बसेर पिउनुपर्दछ । उषापानको सम्बन्धमा दर्शनहरूमा यसरी वर्णन गरिएको छ –

सवितुः समुदयकाले प्रसृतीः सलिलस्य पिबेदष्टौ ।

रोगजरापरिमुक्तो जिबेद्वत्सरशतं साग्रमः ॥

अर्थात् सूर्योदयभन्दा पहिले उषाकालमा जसले आठ अन्जलि, करिब (डेढ लिटर) पानी खान्छ, उसलाई बूढोपनले छुदैन र सय वर्षसम्म बाँच्दछ ।

जलपात्रं तु ताम्रस्य तदभावे मृदो हितम् । पानीका लागि ताम्रपात्र नै सर्वोत्तम हुन्छ । त्यो उपलब्ध नभए माटोको पात्रलाई प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

शौचादिबाट निवृत्त हुनु

केही समयपछि शौचादिबाट निवृत्त हुनुपर्दछ । शौच अर्थात् दिशा गर्दा तलमाथिका दुबै दाँतलाई आपसमा च्याप्नु पर्दछ । यसो गर्दा दाँत बलिया हुन्छन् । ओठलाई बन्द नै राख्नुपर्दछ, बोल्नु हुँदैन । दिशा गर्दा बल गर्नु हुँदैन । अत्यधिक मलावरोधको कारण कष्टका साथ दिशा हुन्छ र बल गरिन्छ भने ठूलो आन्द्रा खस्केर बाहिर निस्कन सक्छ । यस्तो भयो भने यो भन्दा कष्टकर रोग कुनै पनि हुँदैन । यदि मलावरोध भएको छ भने राति सुत्ने समयमा एक चम्चा त्रिफलाचूर्ण एक गिलास तातो पानीसँग खाने । चार पाँच दिनदेखि दिसा भएको छैनभने राति सुत्ने समयमा एक गिलास तातो-तातो दूधमा बीस ग्राम एरण्ड तेल मिलाएर खानाले बिहान दिशा राम्रोसँग खुलेर आउँछ । हल्कासँग बल नलगाई शौच गर्नुपर्दछ । उषापान गर्नभने छोड्न हुँदैन ।

मलमूत्र विसर्जनपछि दाँत सफा गर्नुपर्दछ । आजभोलि दाँत ब्रसले सफा गर्ने चलन आएको छ । दाँत सफा गर्दा नरम खालको ब्रसले बजारमा पाइने मन्जन जुन आधिकारिक आयुर्वेद कम्पनीबाट निर्मित छ, त्यसले गर्नु उपयुक्त हुन्छ । हामी आफैँ पनि उपयुक्त मञ्जन बनाउन सक्दछौँ । बज्रदन्तीको पात, हाँगालाई एउटा तामाको ताउलोमा चार गुना पानी राखि पकाउने, जब पानी एक भागमात्र बच्दछ, तब उतारेर सबै पात निकालिदिने र पानीलाई छान्ने र छानेको पानीलाई पकाउने जब खोटो बन्दछ, तब उतार्ने । मन्जन तयार भयो । यसलाई सफा डिब्बामा राख्ने । यसैले प्रतिदिन मञ्जन गर्ने । दाँत सफा, स्वस्थ, बलियो भई दीर्घकालसम्म झर्दैन । यो हर्साको रामवाण औषधि पनि हो । बज्रदन्ती उपलब्ध नहुने स्थानमा अर्को सरल रामवाण औषधि पनि छ । कपडछान सिधेनुन, बेसार र शुद्ध तोरीको तेल मिलाई मञ्जन गर्नाले दाँतका विभिन्न रोगहरू नष्ट हुन्छन् । यदि वनस्पतिको मञ्जन प्रयोग गर्ने हो भने नीम, असुरो, सिमली, सजीवन, बेलौती (अम्बा) आदिको प्रयोग गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

न खादेद्गलताल्वोष्ठजीह्वादन्तगदेषु तत् ।

मुखस्य पाके शोथे च श्वासकासवमीषु च ॥

घाँटी, तालु, ओठ, जिब्रो र दाँत सम्बन्धी रोग, मुख पाकेको तथा सुन्निएको, श्वास गनाएको, खोकी र उल्टी भएको छभने काष्ठादिहरूले दन्त मञ्जन गर्नु हुँदैन । बज्रदन्तीबाट बनाएको खोटोले भने मन्जन गर्न हुन्छ ।

दुर्बलोऽजीर्णभुक्तश्च हिक्कामूर्च्छामदान्वितः ।
शिरोरुजार्तस्तृषितः श्रान्तः पानक्लमान्वितः ॥
अर्दितः कर्णशूली च नेत्ररोगी नवज्वरी ।
बर्जयेद्दन्तकाष्ठं तु हृदामययुतोऽपि च ॥

अर्थात् जो दुर्बल छ तथा खाएको भोजन पचेको छैन, बाडुल्की, मूर्च्छा, नशामा पीडा भएको छ, टाउको दुखेको छ, तिर्खाबाट व्याकुल छ, परिश्रमबाट थाकेको छ, मद्यपानबाट क्लान्त छ, वायु सम्बन्धी रोगबाट पीडीत छ, कानको रोग भएको छ, आँखाको रोग छ, नयाँ ज्वरो तथा हृदयरोग छभने यिनीहरूले काष्ठादि दतिवन गर्नु हुँदैन ।

स्नान गर्नु

प्रत्येक दिन सूर्योदयभन्दा पहिले नै स्नान गर्नुपर्दछ । सूर्योदयभन्दा पहिला स्नान गर्नाले जठाराग्नि वृद्धि हुन्छ । जसका कारण हाम्रो पाचन संस्थान मजबुत हुन्छ । खाएका पदार्थहरू राम्रोसँग पच्छन्, अनि रस, रगत आदि सप्तधातु निर्माण भएर हामी स्वस्थ एवं तन्दुरुस्त हुन्छौँ । आयुर्वेद शास्त्र भावप्रकाशमा भनिएको छ :–

दीपनं बृष्यमायुष्यं स्नानमोजबलप्रदम् ।
कण्डुमलश्रमस्वेदतन्द्राहृद्दाहपाप्मनुत् ॥
घाहवोश्च सेकैः शीताधैरुप्मान्तर्याति पीडितः ।
नरस्य स्नानमात्रस्य दीप्यते तेन पावकः ॥
शीतेन पयसा स्नानं रक्तपित्तप्रशान्तिकृत् ।
तदेवोष्णेन तोयेन बल्यं वातकफापहम् ॥
शिरः स्नानमचक्षुष्यमष्युष्णेनाम्बुना सदा ।
वातश्लेमप्रकोपे तु हितं तच्च प्रकीर्तितम् ॥
भावप्रकाश ॥

अर्थात् स्नान गर्नाले जठाराग्नि प्रवल हुन्छ । वीर्य वढ्दछ । आयु बढ्दछ । उत्साह शक्ति बढ्दछ एवं ओज र बल बढ्दछ । चिलाउने, छाला रोग, थकावट, पसिना, हाई, तिर्खा, जलन तथा पाप (रोग) नाश हुन्छन् । बाहिर चिसो पानीले नुहाउँदा शरीर भित्रको अग्नि बाहिर निक्लन पाउँदैन र भित्र नै रहन्छ, अनि जठाराग्नि बढ्छ र खाएको पच्छ । चिसो पानीले नुहाउँदा रक्तपित्तलाई शान्त गर्छ । यदि स्नान तातो पानीले गर्ने हो भने बलदायक तथा वात र पित्त नाशक हुन्छ । यदि अति तातो पानीले टाउको स्नान गर्ने हो भने आँखालाई नोक्सान गर्दछ । मस्तिष्कका लागि पनि तातो पानी घातक हुन्छ । जसलाई बात र कफ कुपित भएको छ, त्यस्ता व्यक्तिहरुका लागि तातो पानी हितकारी हुन्छ । तातो पानीले स्नान गर्नाले रौं र आँखालाई नोक्सान गर्नुका साथै दृष्टि पनि घट्दछ ।

यः सदा आमलकैः स्नानं करोति स विनिश्चितम्
बलिपलितनिर्मुक्तो जीवेद्वर्षशतं नरः ॥

अर्थात् जो मानिस अमला मिलाएको पानी अथवा अमलाको लेप गरेर सधैं स्नान गर्दछ, ऊ निश्चय नै स्वस्थ्य रूपबाट सय वर्षसम्म बाँच्दछ ।

प्रातःस्नानमलं च पापहरणं दुःस्वप्नविध्वंसनं
शौचस्यायतनं मलापहणं संवर्धनं तेजसाम् ।

रूपद्योतकरं शरीरसुखदं कामाग्निसन्दीपनं
स्त्रीणां मन्मथगाहनं श्रमहरं स्नानं दशैते गुणाः ॥

अर्थात् बिहान सूर्योदयभन्दा पहिले स्नान गर्नाले पाप (रोगहरु) निवारण हन्छन्, नराम्रा सपनाहरूको प्रभाव नष्ट हुन्छ, पवित्रता बढ्छ, शारीरिक र मानसिक तेजमा वृद्धि हुन्छ, रूपमा चमक आउँछ, शरीरमा आनन्दको अनुभव हुन्छ, कामाग्नि उद्दीप्त हुन्छ, स्त्रीहरूलाई रति चाहना बढ्छ र सम्पूर्ण प्रकारको थकान मेटिन्छ । यस्ता महत्त्वपूर्ण दशवटा गुणहरू स्नानमा छन् ।

स्नान गरेपछि काइँयोले कपाल कोर्नाले बुद्धिको विकास हुन्छ तर चिसो कपालमा तेल लगाउनु र कोर्नु पनि हुँदैन । स्नान गर्नुभन्दा पहिले मुखमा चिसो पानी भरेर गाला फुलाई आँखामा पानीको छिटा लगाउने, नुहाउँदा सर्वप्रथम खुट्टाबाट शुरु गर्दै अन्तिममा टाउकोमा पानी राख्ने अर्थात् तलबाट भिजाउने किनभने एकैचोटि टाउकोमा पानी राख्नाले मस्तिष्कका सूक्ष्म नसाहरू अचानक खुम्चन्छन् । यस्तो हुँदा मस्तिष्क सम्बन्धी विकारहरू उत्पन्न हुने सम्भावना हुन्छ ।

उष्णेन शिरासः स्नानं अहितं चक्षुषः सदा । (सुश्रुत)

तातो पानीको प्रयोगले आँखा र टाउकोमा सधैं अहित गर्दछ ।

स्नानं ज्वरेऽतिसारे च नेत्रकर्णानिलार्तिषु ।

आध्मानपीनसाजीर्णभुक्तवत्सु च गर्हितम् ॥

जसलाई ज्वरो आएको छ, पखाला चलेको छ, आँखा या कान सम्बन्धी रोग छ, अथवा वात सम्बन्धी पीडा भएको छ, दादुरा भएको छ, पिनास भएको छ, अर्जीण भएको छ र भर्खर भोजन गरेको छ भने स्नान गर्नु हुँदैन ।

स्वास्थ्य रक्षा गर्ने केही हस्तमुद्राहरू–

हाम्रो शरीर पाँच तत्त्वहरू- पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु र आकाश मिलेर बनेको छ । शरीरमा जब यी तत्त्वहरूको असन्तुलन हुन्छ, तब विभिन्न प्रकारका रोगहरू उत्पन्न हुन्छन् । यी तत्त्वहरूलाई सबै समयमा सन्तुलनमा राख्ने हो भने हामी कहिल्यै बिरामी हुँदैनौं र बिरामी परिहाले पनि यिनीरूरुकै सन्तुलनले आरोग्यता प्राप्त गर्न सकिन्छ, डाक्टर खोज्नका लागि कुनै क्लिनिक र अस्पतालतर्फ दौडिनु पर्दैन । हाम्रा प्राचीन वैज्ञानिकहरूले हजारौं वर्ष पहिले विविध अनुसन्धान गरेर यिनै पाँच तत्त्वहरूलाई दैनिक क्रियाकलापमा उपयोग गरी तन, मन, वचन आदि सम्पूर्ण प्रकारले स्वस्थ रही हजारौं वर्षसम्म पनि बाँच्दथे ।

नृत्य गर्दाको समयमा पनि विभिन्न मुद्राहरू बन्दछन्, जसले शरीरका हजारौं नसा-नाडीहरूलाई प्रभावित गर्दछन् । शरीरलाई स्वस्थ एवं सुन्दर बनाउँछन् । हस्तमुद्राहरूले छिटै नै आङ्गनो प्रभाव देखाउँछन् । जुन हातद्धारा मुद्रा गरिन्छ, त्यसको विपरीत भागमा यसको असर देखापर्छ । मुद्राहरूको प्रयोग गर्दा पद्मासन, सिद्धासन, सुखासन, वज्रासनमा मात्र बसेर गर्नुपर्छ । मुद्रा प्रतिदिन ३० देखि ५० मिनेटसम्म गर्दा पूर्ण लाभ प्राप्त हुन्छ ।

हाम्रा हातका पाँच औंलाहरूले पाँच तत्वहरूको प्रतिनिधित्व गरेका हुन्छन् । तिनीहरूको प्रतिनिधित्वलाई यसरी देखाउन सकिन्छ-

१. अंगुष्ठ - अग्नितत्व
२. तर्जनी - वायुतत्व
३. मध्यमा- आकाशतत्व
४. अनामिका -पृथ्वीतत्व
५. कनिष्ठ -जलतत्व

कुन-कुन तत्वको संयोगले कुन मुद्रा बन्दछ र त्यसले शरीरमा के-के फाइदा गर्छ भन्ने सम्बन्धमा तल छोटकरीमा उल्लेख गर्ने चेष्टा गरेको गरिएको छ ।

ज्ञानमुद्रा

पद्मासन, सिद्धासन आदि ध्यानको कुनै पनि आसनमा बस्ने, दुबै हातलाई घुँडामाथि राखी हत्केलालाई माथितिर फर्काउने । अब अंगुष्ठ (बूढी औंला) र तर्जनीको टुप्पोलाई एक-आपसमा मिलाई स्पर्श मात्र गर्ने, अरू औंलाहरू सीधा राख्ने ।

फाइदा

यस मुद्राको अभ्यासले मानसिक तनाव ठीक हुन्छ, स्मरणशक्ति बढाउँछ । स्वभावमा परिवर्तन ल्याउँछ,

आध्यात्मिकतातर्फ उन्मुख गराउँछ, एकाग्रतामा वृद्धि हुन्छ र क्रोधको शमन हुन्छ ।

वायुमुद्रा

ध्यानका आसनहरूमध्ये कुनै एकमा बस्ने । तर्जनी औंलाको टुप्पो बूढीऔंलाको फेदमा लगाउने अरु औंलाहरुलाई सीधा राख्ने ।

फाइदा

यस मुद्राले वायुलाई शान्त गर्दछ । सन्धिवात, गठिया, गर्दन दुख्ने, मेरुदण्ड दुख्ने, रोगमा अत्यन्त फाइदा गर्दछ । यसले पक्षाघात, साइटीका आदिलाई ठीक गर्न सहयोग गर्छ ।

वरुणमुद्रा

पहिलेको अनुसार आसनमा बस्ने । कनिष्ठिका र बूढीऔंलाका टुप्पाहरू एक आपसमा स्पर्श गर्ने, अरु औंलाहरूलाई सीधा राख्ने ।

फाइदा

छालालाई नरम र चम्किलो बनाउँछ । चर्मरोग, रक्तविकार एवं जलतत्त्वको कमीबाट उत्पन्न हुने रोगहरूमा फाइदा गर्छ । छालाको रुखोपनालाई हटाई चिल्लो र सुन्दर बनाउँछ । कफ प्रकृति भएका व्यक्तिहरूले यो मुद्रा लामो समयसम्म गर्नुहुँदैन ।

अपानवायुमुद्रा (हृदयमुन्द्रा)

यी मुद्राहरूका लागि आसनहरू प्रायः एकै अपनाउन सकिन्छ । यसमा पनि पूर्वोक्त आसनमा बस्ने तर्जनी र मध्यमा औंलाका टुप्पाहरू बूढीऔंलाको फेदमा लगाउने र बूढीऔंला र अनामिकाका टुप्पाहरू एक-आपसमा स्पर्श गर्ने, कान्छी औंला सीधा राख्ने ।

फाइदा

हृदयाघात भएको व्यक्तिले यो मुद्रा गर्नाले रोगमा आराम मिल्छ । साथै निरन्तर अभ्यासले पुनः दोहोरिने सम्भावनालाई अत्यन्त न्यून गराइदिन्छ । दमको रोगमा पनि यसले आराम दिलाउँछ । उच्च रक्तचाप भएको व्यक्तिले त यो मुद्रा गर्नैपर्छ । यो मुद्रालाई हृदयमुद्रा पनि भनिन्छ किनभने हृदयाघात भएको बेला तत्काल यो मुद्रा गर्नाले हृदयाघातमा राहतको अनुभव हुन्छ । प्रतिदिन १-२ घण्टा गर्नाले हृदयरोग निको हुन्छ ।

आकाश मुद्रा

पहिले कै अनुसार आसनमा बस्ने, मध्यमा र बूढीऔंलाका टुप्पाहरू एक आपसमा स्पर्श गर्ने, अरु औंलाहरूलाई सीधा राख्ने ।

फाइदाहरू

कानका सम्पूर्ण रोगहरूलाई ठीक गर्छ । हाडहरूलाई बलियो बनाउँछ, हृदयरोगलाई पनि फाइदा गर्छ ।

सावधानी

भोजन गर्दाको समय र हिड्दाको समयमा यो मुद्रा गर्नु हुँदैन ।

शून्य मुद्रा

उपयुक्त आसनमा बस्ने, मध्यमा औंलालाई मोडेर टुप्पो बूढीऔंलाको फेदमा लगाउने र अरु औंला सीधा राख्ने ।

फाइदा

कानका रोगहरूमा फाइदा गर्दछ, गिजालाई बलियो बनाउँछ र थाईराइड ग्रन्थिमा पनि यसको प्रभाव पर्दछ ।

पृथ्वी मुद्रा

पहिले झैं ध्यानका आसनहरूमध्ये एक आसनमा बस्ने, अनामिका औंलाको टुप्पो बूढीऔंलाको फेदमा लगाउने, अन्य औंलालाई सीधा राख्ने ।

फाइदा

यस मुद्राले रगतमा कोलेष्ट्रोलको मात्रा कम गर्दछ, मधुमेह र कलेजोको विकार ठीक गर्दछ । शरीरमा उष्णताको बृद्धि गर्दछ र शरीरलाई सन्तुलित राख्दछ ।

प्राण मुद्रा

ध्यानका आसनमध्ये कुनै एक आसनमा बस्ने कनिष्ठ र बूढीऔंलाका टुप्पा एक आपसमा स्पर्श गर्ने, अरु औंलाहरू सीधा राख्ने ।

फाइदा

मनलाई शान्त गर्दछ, शरीरमा रोगप्रतिरोधक शक्तिको विकास गर्दछ, नयाँ शक्तिको सञ्चार गर्दछ, उपवासको समयमा यस मुद्राले भोक प्यासले सताउँदैन ।

लिङ्ग मुद्रा

वज्रासनमा बस्ने र बायाँ हातको बूढीऔंलालाई सीधा राख्ने, अरु दुबै हातका औंलाहरूलाई एक-आपसमा मिलाएर मुट्ठी बनाउने ।

फाइदा

यसले शरीरमा गर्मी बढाउँछ, कफलाई नियन्त्रण गर्छ, रुघा, खोकी, जाडो, दम, पक्षाघात तथा निम्नरक्तचापमा यो अत्यन्त लाभकारी हुन्छ ।

सावधानी

यो मुद्रालाई एक पटकमा १५ मिनेटभन्दा बढी गर्नुहुँदैन । पुनः गर्नुपर्ने भयो भने आधाघण्टा विश्राम गरेर फेरि १५ मिनेट गर्न सकिन्छ । यसको प्रयोगको समयमा रसदार फलहरू दूध, दही, घिउ आदिको सेवन गर्नुपर्छ ।

भोजन

हामीले मुखबाट ग्रहण गरेको पदार्थले पेटमा गएर पाचन भई शरीरका सप्तधातुहरू रसदेखि वीर्यसम्मका सबैको पोषण गर्दछ । यसबाट हाम्रो शरीर पुष्ट रहन्छ, जीवनशक्ति यथावत् सक्षम रहन्छ । यसले रोगसँग लड्न सक्ने क्षमता प्रदान गर्ने हुनाले हामी निरोगी रहन्छौं । आहार कै माध्यमबाट हाम्रो शरीरमा चोटपटक लागेर, बिरामी भएर वा अन्य कुनै पनि कारणले हुने क्षति र कमिको पूर्ति हुन्छ र शरीर तन्दुरुस्त रहन्छ । त्यसैले आहार नै हाम्रो शरीरका लागि आवश्यक पर्ने सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा हो ।

मानव शरीरको निर्माण, रोग र आरोग्य अनि शरीरमा लाग्ने रोगका किसिम पनि आहारमा निर्भर हुन्छन् भन्ने विषयलाई शरीर विज्ञानलाई आधार बनाई तथ्यपरक रूपमा आयुर्वेदले वैज्ञानिक विश्लेषण गरेको छ । भनिएको छ-

आहारप्रभवो यस्तु रोगाश्चाहारसम्भवाः (चरक.संहिता) अर्थात् आहार अन्नबाट उत्पन्न भएको हो । शरीरमा लाग्ने रोगहरू पनि आहारबाट नै उत्पन्न भएका हुन् ।

यो संसारमा प्राणीजगत्को सृष्टि अन्नबाट नै भएको कुरालाई दर्शनशास्त्र, उपनिषद् आदिले पनि बताएका छन् । भनिएको छ– सर्वप्रथम पञ्चतत्त्वहरूमध्ये आकाश, त्यसपछि वायु उत्पन्न भयो । यही क्रमले पृथ्वीको सृष्टि भइसकेपछि यहाँ विभिन्न वनस्पतिहरू भए र यिनीहरूबाट अन्न उत्पन्न भयो । अनि त्यसै अन्नबाट जीवजन्तुहरू उत्पन्न हुँदै, बढ्दै र फैलदै गए । **अन्नाद् भवन्ति भूतानि** (गीता) अर्थात् अन्नबाट नै सम्पूर्ण प्राणीहरू उत्पन्न भएका हुन् । यहाँ **'अन्न'** शब्दले दालभात, रोटीलाई मात्र जनाउँदैन । **अद्यते, गृह्यते इति अन्नम्** का अनुसार जुन वस्तु वा पदार्थलाई हामी मुखबाट ग्रहण गरेर पेटमा पुऱ्याउँछौं, त्यो सम्पूर्ण अन्न हो । यो व्यापक परिभाषाका आधारमा हेर्दा चारै प्रकारका- खाने, पिउने, चाट्ने र चुस्ने सबै अन्नभित्र पर्दछन् । निर्माणको प्रमुख आधार भएको अन्नलाई विधिपूर्वक प्रयोग गरिएन, विधिहीन भयो, विधि विपरीत भयो वा अति भयो भने विध्वंश पनि यसैले गर्दछ । अर्थात् सृष्टि जुन कारणले हुन्छ, प्रलयको कारण पनि त्यही हुन्छ । यही कारणले हाम्रो शरीरमा विभिन्न रोगहरू लाग्दछन् । उपयुक्त, हितकारी आहार गर्ने व्यक्तिलाई आहाराश्रित व्याधिहरू नहुने कुरा उल्लेख गर्दै आयुर्वेदले भन्छ–

न हिताहारोपयोगीनाम् तन्निमित्ता व्याधयो जायन्ते.... *(चरक.संहिता)*

भोजनको बिषयमा सदाचार अपनाएको खण्डमा कुनै पनि विकार उत्पन्न भइ शरीरका बल, तेज, ओज, सौन्दर्य आदि सम्पूर्ण कुराहरू यथावत् रूपमा रही शरीर, मनमस्तिष्क तन्दुरुस्त अवस्थामा रहन्छन् र मान्छे हरेक कार्यका लागि सक्षम रहन्छ । हाम्रो प्रथम उद्देश्य रोग लाग्नबाट बच्नु नै हुनुपर्छ । रोग लाग्नुलाई जीवनको संकटकाल मानी त्यो विशेष परिस्थिति निवारणका लागि तत्काल कदम चाल्नुपर्छ । केवल रोग नलाग्नका लागि मात्र हैन, रोग लागिहालेमा त्यसको निवारणका लागि पनि अन्न अर्थात् आहार उत्तिकै महत्त्वपूर्ण र प्रभावकारी छ ।

आहारलाई नै औषधिको संज्ञा दिदै आयुर्वेदले भनेको छ–

न चाहारसमं किञ्चिद्भैषज्यमुपलभ्यते ।
शक्यतेद्रप्यन्नमात्रेण नरः कर्तुं निरामयः ॥

अर्थात् आहार समान महत्त्वपूर्ण औषधि यो संसारमा अरु केही छैन । त्यही महत्त्वका कारण अन्नले मात्र पनि सबै प्रकारका रोगहरूलाई हटाउन सकिन्छ । तर विधिविधानको पालना कडाइका साथ गर्नु अनिवार्य छ । जहाँ नियम भङ्ग हुन्छ, त्यहाँ गडबडी हुन्छ, विकार उत्पन्न हुन्छ र कार्य पनि विफल हुन्छ । आजभोलि अधिकांश व्यक्तिहरू कुनै न कुनै रोगबाट पीडित छन् । हरेक व्यक्तिलाई कुनै पनि क्रिया सहज रूपमा सञ्चालन गर्न कठिनाइ भइरहेको छ । यो सम्पूर्णको कारण भोजनको सहि नियम पालना नगर्नु हो । विवेकलाई त्यागेर देखावटी गर्नाले र मन लागेको गर्नाले यसो भएको हो । विवेक पुऱ्याउनु पर्ने मनका इच्छाहरूमाथि हो । मनले मागेको खान दिने र मनले चाहेको गर्ने हो भने यसले मानिसलाई एक दिन एउटा ठूलो खाल्डोमा लगेर फसाइदिन्छ, जहाँबाट ऊ कहिल्यै पनि पार हुनसक्दैन ।

अहिले मान्छेका हरेक क्रियाकलापहरू औषधिका भरमा सञ्चालित छन् किनभने सबै रोगी भएका हुनाले औषधि खाएर स्वस्थ हुने प्रयत्न सबैले यथाशक्ति गरिरहेका छन् तर जति औषधि खाए पनि आरामको संकेत एकदमै न्यून छ । कारण के हो भने औषधिबाट स्वास्थ्य प्राप्त हुन सक्दैन । स्वास्थ्य किन्न पाइने वस्तु होइन । पैसाले प्राप्त गर्न सकिने त औषधिहरू मात्र हुन् । यदि भोजनको नियमलाई त्यागेर औषधि प्रयोग गरिन्छ भने त्यो व्यर्थ हुन्छ भन्ने आयुर्वेदको निर्देश छ–

विनापि भेषजैर्व्याधिः पथ्यादेव निवर्तते ।

न तु पथ्यविहीनस्य भेषजानां शतैरपि ॥

तात्पर्य के हो भने यदि हिताहितलाई विचार गरेर केबल हितकारक पदार्थहरूको मात्र सेवन गरिन्छ भने औषधि प्रयोग नगरे पनि रोग खानपानबाट नै ठीक हुन्छ तर विचार नगरी मनले मागेको खान थालियो भने एउटा मात्र हैन, सयौं औषधी प्रयोग गरे पनि रोगनिवारण हुन सक्दैन । यसबाट के कुरा स्पष्ट रूपमा बुझ्नु पर्छ भने रोग निवारण गर्ने औषधिले होइन, उचित खानपानले नै हो ।

भान्साकोठा

भान्साकोठा घरको पूर्व दक्षिण आग्नेय कोणमा हुनु सर्वोत्तम हुन्छ । पूर्वतर्फ फर्केर भोजन बनाउनु शुभ हुन्छ । उत्तर एवं पश्चिम दिशातर्फ मुख गरेर भोजन बनाउन हुँदैन । धन र स्वास्थ्यको नोक्सान हुन सक्छ । भान्सा कोठा हावादार, प्रकाशयुक्त, स्वस्थ, सफा, सुन्दर हुनुपर्दछ । भोजन निर्माण गर्ने व्यक्ति सुशील, नम्र, प्रेमी, सहनशील, निरोगी, नरिसाउने, मधुरभाषी, संस्कारवान्, धैर्यवान्, नैतिकवान्, चरित्रवान्, अनुशासित, हुनु आवश्यक हुन्छ । यदि भान्से क्रोधी, कामुक, ईर्ष्यालु, चिन्तित, दुराचारी, व्याभिचारी, चुक्ली गर्ने र शोकबाट ग्रस्त आदि भएमा भोजन गर्ने व्यक्तिमा पनि यस्तै गुणहरुको प्रभाव पर्दछ । भोजन बनाउने व्यक्तिका विचार र भावनाहरू भोजन बनाउँदा भोजनमा पनि प्रवाहित भएका हुन्छन् र भोजन गर्ने व्यक्तिमा पनि यी विचारहरू प्रवेश गर्दछन् । भोजन बनाउने व्यक्तिको विचार भोजन बनाउँदा जस्तो हुन्छ, भोजन खाने व्यक्तिमा त्यसको प्रभाव पर्दछ । यी सूक्ष्म विचारका प्रभावहरू आँखाले देख्न सकिँदैन । यो अनुभवबाट मात्र थाहा पाउन सकिन्छ ।

भोजन गर्ने तरीका

अप्रसन्न मनबाट, भोकभन्दा धेरै, रुचि बिना, रिसाउँदाको समयमा, धेरै तिर्खा लाग्दा, पेट दुखेको बेला, दिसा लाग्ला जस्तो भएको समयमा, बिरामी हुँदा, अपवित्र स्थानमा, संध्याकालमा, फोहोरो ठाउँमा र फुटेको थालमा भोजन गर्नु हुँदैन । भोजन गर्दा सुखासनमा बसेर भोजन गर्नु उत्तम हुन्छ । आधुनिक परिवेशअनुसार डाईनिङ टेबुलमा भोजन गरिन्छ । डाईनिङ टेबुलमा भोजन गर्दा जुता-चप्पल निकाली खाली खुट्टा नै भोजन गर्नुपर्दछ । भोजन गर्दा कटु वचन बोल्नु हुँदैन । भोजन गर्न बसे पछि भोजनलाई दोष लगाउन हुँदैन । भोजन गर्दा एकआपसमा छोइनु हुँदैन । धेरै तातो र धेरै चिसो चिज दाँतले चपाएर खान हुँदैन । धेरै पीरो, धेरै तीतो, धेरै नुनिलो, धेरै तातो, धेरै मसला प्रयोग गरेको तेज भोजन, अर्धपाक, शक्तिहीन, दुर्गन्धयुक्त, बासी र जुठो अन्न खान हुँदैन । एउटै थालमा

दुईजनाले खानु हुँदैन । यसैप्रकार एउटा कचौरामा या गिलासमा दुईजनाले दूध र पानी खानु हुँदैन । सुति-सुति कुनै पनि पदार्थ खानु हुँदैन । अशक्त र बालक बाहेक अरुले अर्काको हातबाट भोजन गर्नु हुँदैन । तामाको भाँडामा दूध राख्न हुँदैन । नुन मिसाएर या नुन परेको दूध खान हुँदैन । काँस एवं पित्तलको भाँडामा अमिला वस्तुहरु राख्नु हुँदैन ।

भोजनको शुद्धता

भोजनलाई सात्विक, राजसिक, तामसिक तीन प्रकारमा विभाजन गरिएको छ । मधुर, स्निग्ध, हृदयग्राही भोजन सात्विक हुन्छ । अति पिरो, अमिलो, नुनिलो, तातो, तीक्ष्ण, रुक्ष र खाएपछि जलन उत्पन्न गर्ने भोजन राजसिक हुन्छ । बासी, रसहीन, दुर्गन्धयुक्त, जुठो र अपवित्र आहार तामसिक हुन्छ । राजसिक आहारले दुःख शोक र रोग उत्पन्न गर्ने हुन्छ र तामसिक आहारले जडता, अज्ञान, खराब रोग र पशुभाव बढ्दछ । सात्विक आहारले आयु, बल, उत्साह, आरोग्य, सुख र प्रीतिको वृद्धि हुन्छ । चित्तमा सत्वगुणको वृद्धि तथा आध्यात्मिक उन्नति हुन्छ । अतः राजसिक र तामसिक भोजनलाई परित्याग गरी सात्विक आहार गर्नुपर्दछ । तामसिक भोजनमा तमोमयी, राजसिक भोजनमा रजोमयी र सात्विक भोजनमा सत्वमयी विद्युत् रहन्छ । त्यसैले जुन वृत्तिका व्यक्तिसँग बसोबास गरिन्छ, जुन वृत्तिका व्यक्तिले छोएको अन्न सेवन गरिन्छ, त्यसै प्रकारको विचार उत्पन्न हुन्छ । वैदिक शास्त्रमा नीच, दरिद्र, स्त्रैणता (स्त्रीको दास) अपवित्र, पापी (रोगी) चाण्डाल, दुराचारी, वेश्या, कुकुर, कुखुरो, सर्प आदिले देखेको र छोएको अन्न भोजन गर्नु निषेध गरिएको छ । रजस्वला भएकी महिलाले छोएको, पक्षीले खाएको, कुकुरले छोएको, गाईले सुँघेको र जुठो हालेको, वेश्याले पकाएको तथा अपमानसँग दिइएको अन्न खानु हुँदैन । यिनीहरूको विष-दृष्टि भोज्य पदार्थमा संक्रमित भएर अजीर्ण रोग उत्पन्न हुन्छ । राम्रो तथा नराम्रो दृष्टिमा कति शक्ति हुन्छ यो आजभोलि मेस्मेरिज्म, हिप्नोटिज्म, रेकि, सम्मोहन आदि विद्याहरूले प्रमाणित गरीदिएका छन् । दृष्टिदोष परेमा या प्रत्येक दिन भोजन गर्दा निम्नलिखित मन्त्र पढेर उसको अर्थको चिन्तन गर्दै भोजन गर्नु पर्छ

अन्नं ब्रह्मा रसो विष्णुर्भोक्ता देवो महेश्वरः ।
इति संचिन्त्य भुञ्जानं दृष्टिदोषो न बाधते ॥
अञ्जनिगर्भसम्भूतं कुमारं ब्रह्मचारिणम् ।
दृष्टिदोषविनाशाय हनुमन्तं स्मराम्यहम् ॥

अर्थात् अन्न ब्रह्माको रूप हो । अन्नको रस विष्णुको रूप हो भने भोक्ता महेश्वर हुन् । अञ्जनि कुमार, ब्रह्मचारी हनुमानलाई दृष्टिदोषनाशार्थ म स्मरण गर्दछु । यस प्रकार चिन्तन गर्दै भोजन गर्दा दृष्टिदोष हुँदैन ।

भोजन बनेपछि भोजनमा पाँच-सातवटा तुलसीका पातहरू राखी भगवान्लाई भोग लगाउने । भगवान्लाई भोग लगाउन बनाएको भोजन शुद्ध मनले बनाइन्छ, यसैले प्रतिदिन भगवान्लाई चढाएर मात्र भोजन गर्नुपर्दछ भनिएको हो ।

तुलसीको विशेष महत्त्व छ । यसको बैज्ञानिक रहस्य के छ भने भोजनमा तुलसी राख्नाले भोजनमा भएको न्यून विषाक्तता तुलसीको प्रभावले हराउँछ । पूर्वीय दर्शनमा यसप्रकार वर्णन गरिएको छ-

तुलसीदलसम्पर्कादन्नं भवति निर्विषम् ।

निरन्तर भोजनसँग तुलसी सेवन गर्नाले क्यान्सर जस्तो घातक रोग लाग्ने सम्भावना कम हुन्छ । भोजन राम्रोसँग पच्दछ ।

आयुष्यं प्राङमुखो भुङ्क्ते यशस्यं दक्षिणामुखः *(मनुस्मृति)*

अर्थात् आयु चाहनेहरूले पूर्व मुख र यश चाहनेहरूले दक्षिण मुख पारेर भोजन गर्ने । पूर्व दिशाबाट प्राण र शक्तिको उदय हुन्छ । प्राणस्वरूप सूर्यदेव पूर्वबाट नै उदाउँछन् । पूर्वीय विद्युतीय प्रवाह निरन्तर पश्चिमतिर बगिरहन्छ । यस प्रवाहको कारण हाम्रो जठराग्नि वृद्धि हुन्छ । जब गरेको भोजन राम्रोसँग पच्दछ, तब रस, रगत, मासु, मज्जा, हाड, मेद र महिलामा रज र पुरुषमा वीर्य बन्दछ । अनि हामी हृष्टपुष्ट र स्वस्थ हुन्छौं । यसकारण भोजन गर्दा पूर्वतर्फ मुख गरेर भोजन गर्नु उत्तम हुन्छ । ऋषिमुनिहरूले बताएका छन् –

पञ्चार्द्रो भोजनं कुर्यात् प्राङ्मुखो मौनमास्थितः ।
हस्तौ पादौ तथैवास्यमेषा पञ्चार्द्रता मताः ॥

अर्थात् दुवै हात-खुट्टा र मुख धोएर पूर्वाभिमुख भएर मौन रहेर भोजन गर्ने । स्वर विज्ञानमा मानिसहरूको स्वाभाविक श्वासको गति १२ अङ्गुल बताइएको छ । तर भोजन गर्दा २० अङ्गुल हुन्छ । श्वासको गति अधिक भएमा आयु कम हुन्छ र श्वासको गति कम भएमा आयु बढ्दछ । लोभका साथ भोजन गर्ने तथा हात-खुट्टा, नधोई भोजन गर्नाले श्वासको गति बढ्दछ । यसकारण हाम्रा महामुनिहरूको निर्देश छ-

आर्द्रपादस्तु भुञ्जीत नार्द्रपादस्तु संविशेत् ।

आर्द्रपादस्तु भुञ्जानो दीर्घमायुरवाप्नुयात् ॥

अर्थात् चिसो खुट्टाले भोजन गर्ने, तर नसुत्ने । खुट्टा धोएर भोजन गर्नाले आयु बढ्दछ र सुत्दा आयु घट्दछ । भोजन गर्दा मौन रहेर गर्नुपर्दछ किनभने भोजन गर्दा बोलिरहँदा च्याल कम उत्पन्न हुन्छ । मुख सुक्छ । यसले गर्दा बीच-बीचमा पानी खानु पर्दछ । भोजन गर्दाको समय पानी खानु हुँदैन । पानी खाएमा मन्दाग्नि भएर पाचन शक्ति कमजोर हुन्छ । भोजन गरेको आधा घण्टा अघि र एक घण्टा पछि मात्र पानी खान सकिन्छ । तर भोजन गर्दा मोही भने पर्याप्त खानु पर्छ । मोहीमा पाचन शक्ति हुन्छ । यसले खानालाई राम्रोसँग पचाउँछ । यस मोहीलाई तक्रारिष्ट बनाएर भोजनसँग प्रयोग गर्दा हामीलाई पेटसम्बन्धी रोगले कहिल्यै छुँदैन । भोजन गर्ने समयमा एक पाउ दहीमा तीन पाउ पानी मिलाई राम्रोसँग मथ्ने र स्वाद अनुसार भुटेको जीराको धुलो (पाउडर), भुटेको ज्वानाको धुलो (पाउडर) र बिरेनुन मिसाई प्रयोग गर्नु पर्छ । मोहीको महत्त्व आयुर्वेदमा यसप्रकार बताइएको छ–

भोजनान्ते पिबेत् तक्रं वैद्यस्य किं प्रयोजनम् ।

अर्थात् भोजनको अन्तिममा मोही पिएमा वैद्यको आवश्यक नै पर्दैन । रोग नलाग्ने भए पछि औषधि र डाक्टरहरुको आवश्यकता पर्दैन ।

मौन भएर प्रसन्न मनले खूब राम्रैसँग चपाएर भोजन गर्ने । आयुर्वेदका अनुसार एक गाँसलाई करिव बत्तीस पटक चपाउनु पर्दछ । जसले भोजन नचपाई खान्छ, उसका दाँत कमजोर हुन्छन् । दाँतले गर्ने काम अन्तर नाडीहरूले गर्नुपर्दछ, जसबाट अग्नि मन्द हुन्छ । खाएको पदार्थ राम्रोसँग पच्दैन । नपचेको पदार्थबाट विष उत्पन्न हुन्छ, जसको कारण पेट सम्बन्धी अनेकौं रोगहरू लाग्दछन् । यसकारण ठोस पदार्थहरू सेवन गर्दा सकेसम्म बढीभन्दा बढी चपाउनु पर्दछ । दाँतले गर्ने काम दाँतलाई र आन्द्राले गर्ने काम आन्द्रालाई नै हुनुपर्दछ । दाँतको भारी आन्द्रालाई बोकाएपछि आन्द्रा कमजोर त हुने नै भयो ।

नास्ता गरेको दुई घण्टाभन्दा पहिला भोजन गर्नु हुँदैन । भोजन क्रोध, चिन्ता, हताररहित शान्त मनस्थिति, एकाग्र चित्त एवं शान्त वातावरणमा गर्नुपर्दछ । भोजन सत्पात्रको नै गर्नुपर्दछ । अनीति, अनाचार, बेइमानी, अधर्म, कुपात्र अर्थात् अरुलाई दुःख दिएर कमाएको, भ्रष्टाचारी, कालोबजारी गर्नेहरूको, नेता अर्थात् शासकहरू र वेश्याको धनबाट बनेको भोजन ग्रहण गर्नुहुँदैन । यसले हाम्रो शरीर र मनलाई नै प्रभावित गर्दछ । पापको अन्न ग्रहण गरे त्यो अन्न ग्रहण गर्ने व्यक्ति पनि पापको भागी हुन्छ, बुद्धि भ्रष्ट हुन्छ, सही निर्णय गर्न सक्दैन । यसको ज्वलन्त उदाहरण हो- दुर्योधनको पापान्न ग्रहण गरेका कारण भीष्म पितामहको ज्ञान हराएको थियो । द्रौपदी वस्त्रहरणको समय उनी मौन रहनुको कारण यही हो । यति ठूला महात्मा, सत्यवादी, कर्मनिष्ठ, आबालब्रह्मचारीको पनि बुद्धि उल्टो भयो भने साधारण मानिसहरूको त के कुरा ?

वैदिक ग्रन्थमा आहारको सम्बन्धमा भनाइ छ-

आहारशुद्धौ सत्वशुद्धिः सत्वशुद्धौ ध्रुवा स्मृतिः

स्मृतिलम्भे सर्वग्रन्थीनां विप्रमोक्षः ।

अर्थात् आहारको शुद्धिबाट सत्वको शुद्धि हुन्छ । सत्व शुद्धिबाट निश्चल स्मृतिको प्राप्ति हुन्छ । निश्चल स्मृतिबाट सबै प्रकारका बन्धनहरूबाट मुक्ति मिल्दछ ।

भोकभन्दा केही कम खानुपर्छ । आयुर्वेदमा भनेको छ–

कुक्षेर्भागद्वयं भोज्यैस्तृतीयं वारि पूरयेत् ।

वायोः सञ्चारणार्थाय चतुर्थमेवशेषयेत् ॥

अर्थात् पेटको दुई भागमा भोजनले भर्ने, तेस्रो भाग पानीका लागि राख्ने, चौथो भाग हावा सञ्चारका

लागि खाली छोड्ने । यो मिताहारको लक्षण हो । यसले आयु बढाउँछ । रोगलाई नष्ट गर्दछ ।

अश्नीयात्तन्मना भूत्वा पूर्वं तु मधुरं रसम् ।
मध्येऽअम्ललवणौ पश्चात्कटुतिक्तकषायकान् ॥
फलान्यादौ समश्नीयादाडीमादीनि बुद्धिमान् ।
विना मोचफलं तदूदूर्जनोया च कर्कटी ॥

नतमस्तक भएर भोजन गर्दा सर्वप्रथम सिधेनुन, अदुवा र कागती खाने र त्यसपछि पहिला मधुर रस अनि अमिलो तथा नुनिलो पदार्थ र अन्त्यमा तीक्ष्ण, तितो र टर्रो रस भएका पदार्थ खानु पर्दछ । बुद्धिमान् व्यक्तिले भोजनभन्दा पहिले अनार आदि फल खाने तर केरा र काँक्रो कहिल्यै पनि खानु हुँदैन ।

घृतपूर्वं समश्नीयात्कठिनं प्राक्ततो मृदु ।
अन्ते पुनर्द्रवाशो तु चलाद्रोगेण सुञ्चति ॥

भोजन गर्दा सर्वप्रथम घिउ, दाल, रोटी, त्यसपछि भात तरकारी र अन्त्यमा दही अर्थात् तक्र खानुपर्दछ । यसप्रकार भोजन गर्ने व्यक्ति निरोग भएर बाँच्दछ । यसले भन्न खोजेको के हो भने भोजन गर्दा सर्वप्रथम कडा प्रकारको र पछि सहजरूपले पच्ने खाना खानुपर्दछ र अन्त्यमा एक पाउ दहीमा एक लिटर पानी मिलाई राम्रोसँग मथेर तक्र बनाएर खानुपर्दछ ।

पूर्वीय शास्त्रले भोजन विज्ञान सम्बन्धमा यसप्रकार भनेको छ –

भुक्त्वोपविशतस्तन्द्रा शयानस्य तु पुष्टता ।
आयुश्चंक्रममाणस्य मृत्युर्धावति धावतः ॥

अर्थात् भोजन गरेर बस्नाले शरीरमा भारीपन, इन्द्रियमा शिथिलता र आलस्य आई निद्रा लाग्दछ । भोजन गरेर सुत्नाले शरीर पुष्ट हुन्छ । सुस्त-सुस्त हिड्नाले आयु बढ्छ र भोजन गर्ने बित्तिकै दगुर्ने हो भने त्यस व्यक्तिको मृत्यु हुन्छ । भोजन गर्ने बित्तिकै दौडन, कसरत गर्न, नुहाउन, मैथुन (sex) गर्न, तुरुन्त काम गर्नाले स्वास्थ्यलाई अत्यन्त नोक्सान गर्दछ ।

बिहानीको भोजनपछि हामी काममा हुन्छौं, मिहनेत गर्दछौं, खाएको भोजन राम्रोसँग पच्दछ तर साँझको भोजन पछि हामी प्रायः गरेर सुत्दछौं । भोजन पूर्ण रूपमा पच्दैन । नपचेको पदार्थले रोग जन्माउँछ । त्यसैले आयुर्वेदले निर्देश गरेको छ–

भुक्त्वा राजवदासीत यावन्न विकृतिं गतः ।
ततः शतपदं गत्वा वामपार्श्वेन संविशेत् ॥

अर्थात् भोजन गरेपछि सर्वप्रथम वज्रासनमा बस्ने, त्यसपछि कम्तीमा सय कदम हिड्ने र सुत्दा बायाँ कोखो सुत्ने । बज्रासनमा पन्ध्र मिनेटभन्दा बढी बस्ने । आँगनमा भए पनि सय कदम हिड्ने र विश्रामको मुद्रामा उत्तानो ८ श्वास, दाहिने कोखो १६ श्वास र बायाँ कोखो ३२ श्वास सुत्ने विधि छ । यसो गर्दा खाएको अन्न राम्रोसँग पच्छ । तर राति सुत्दा बायाँ कोखो नै सुत्नु पर्दछ किनभने आयुर्वेदले ग्रन्थ भावप्रकाशमा पनि यसप्रकार भनेको छ–

वामदिशायामनलो नाभेरुर्ध्वेऽस्ति जन्तुनाम् ।
तस्मात्तु वामपार्श्वे शयीत भुक्तप्रपाकार्थम् ॥

नाभिको माथि बायाँ भागमा जठाराग्नि हुन्छ । त्यसैले बायाँ कोखो सुत्दा खाएको पदार्थ राम्रोसँग पच्दछ ।

हाम्रा महान् वैदिक ऋषिमुनिहरूले आयुर्वेद ग्रन्थमा भोजन गर्ने पात्रको यसप्रकार वर्णन गरेका छन्-सुनको भाँडामा भोजन गर्नाले दोषहरूको नाश हुन्छ, दृष्टि शक्ति बढ्दछ, र स्वस्थप्रद हुन्छ, चाँदीको भाँडामा भोजन गर्नाले आँखाका लागि हितकारी, पित्तलाई शान्त गर्दछ, कफ र बातलाई बढाउँछ । काँसको भाँडामा भोजन गर्नाले बुद्धि बढ्दछ, रुचि बढाउँछ, रक्तपित्तलाई शान्त गर्दछ । पित्तलको भाँडामा भोजन गर्नाले वात बढाउँछ, रुक्षताकारक, उष्ण वीर्य, कृमि तथा कफलाई नाश गर्दछ । फलामको भाँडामा भोजन गर्नाले इष्ट सिद्धिकारक, सुन्निएको एवं पाण्डुरोग नाशक, बलकारक, कमलपित्त (जन्डीस) रोग नष्ट गर्दछ र सर्वतः उत्तम हुन्छ । माटो र ढुंगाको भाँडामा भोजन गर्नाले लक्ष्मी (धन) को नाश हुन्छ, काठको भाँडामा भोजन गर्नाले रुचि बढाउँछ तर कफ बढाउँछ, टपरीमा भोजन गर्नाले रुचि बढाउँछ, अग्निदीपक, विष तथा पाप(रोग)लाई नष्ट गर्ने हुन्छ । टपरी सालको उत्तम हुन्छ ।

विरुद्ध आहार (अमेल खाना)

दुई विरुद्ध गुण भएका पदार्थहरू एक साथ खानाले शरीर र स्वास्थ्यलाई हानि गर्छ । गुँड र महसँग

मूला खानु हुँदैन । गहत, मूला, नमकीन, अमिलो पदार्थ, तारेका पदार्थ, दही, तेल, माछा, मासु, अण्डा, मासको दाल, बडहरको फल, केरा, हरियो साग आदि दूधसँग खानु हुँदैन । खिचडीको साथमा दूध या दूधबाट बनेका पदार्थहरू सेवन गर्नु हुँदैन, अत्यन्त हानि गर्दछ । दूधसँग सातु खानु हुँदैन एवं रातमा सातु खानु हुँदैन । सातु खाएपछि चिसो पानी पिउनु हुँदैन । दूध र पाकेको केरा एकसाथ खानु हुँदैन । दूध खाएपछि एक घण्टासम्म कुनै पनि अमिलो पदार्थ खान हुँदैन । काँसको भाँडामा राखेको घिउ खानु हुँदैन । कटहर खाएपछि पोलेको मकै खानु हुँदैन किनभने पोलेको मकैमा खरानी पनि लागेको हुन्छ । मकै र खरानी दुबै कटहरसँग खानु हुँदैन । कटहर र दूध पनि एकसाथ खानु हुँदैन । कटहर र घिउ एकसाथ खाँदा कटहर राम्रोसँग पच्दछ । स्वस्थ सुखी र आनन्दमय जीवनको लागि मासु कहिल्यै पनि खानु हँदैन, यदि मासु नखाई जीवन नै बाँच्दैनभने दूधदही खाएपछि मासु र मासु खाएपछि दूध दही खानु हुँदैन । मासु पकाउँदा दूध दही राखेर पकाउनु पनि हुँदैन । खीर खाएर सातुको घोल अर्थात् सातु खान हुँदैन । यसले कफलाई अत्यधिक कुपित गर्दछ । गहत र दूध एक साथ खानु हुँदैन किनभने दूध विपाकमा मधुर तथा वीर्यमा शीत हुन्छ । समान मात्रामा मह र घिउ खानु हुँदैन, यो मात्रा विरुद्ध र विष समान हुन्छ । ऊसर भूमिको जल देशविरुद्ध हुन्छ । रातमा सातु खानु काल विरुद्ध हुन्छ । सातु खानुभन्दा पहिले या पछि पानी पिउनु संयोग विरुद्ध हुन्छ ।

चिसो हावा पानी भएको स्थानमा शीतल प्रकृतिका र चिल्ला पदार्थहरू तथा उष्ण हावापानी भएका स्थानमा गर्मी प्रकृतिका पदार्थहरू सेवन गर्नु हुँदैन । उष्ण काल अर्थात् गृष्मऋतुमा पिरो, तितो रस भएका पित्तवर्द्धक तथा उष्ण प्रकृतिका पदार्थहरू र शीतकालमा चिसो प्रकृतिका पदार्थहरूको सेवन गर्नु हुँदैन । आफ्नो पाचन शक्तिभन्दा कम या धेरै मात्रामा गरिएको आहार हानिकारक हुन्छ । जठाराग्निको शक्तिभन्दा कम आहारले शरीर क्षीण हुन्छ र ज्यादा आहार सेवन गरेमा अपच हुन्छ । महलाई तताएर, पकाएर, कुनै वस्तुसँग उमालेर या तातो दूध, तातो पानीसँग खानु हुँदैन । धेरै पत्र पत्रिका, पुस्तकहरूमा मह तातो पानीसँग खाएमा मोटोपन घट्दछ भनी लेखेको र धेरैले प्रयोग गरेको पाइन्छ । यो अत्यन्त गलत हो । तातोको स्पर्श भएपछि मह खान हुँदैन । यसमा विषको मात्रा बढेर जान्छ । मह खाएपछि तातो पानी पिउनु हुँदैन । पित्तप्रकोप भएको व्यक्तिले मह प्रयोग गर्न हुँदैन । आकाशको पानी (बर्षाको जल) र मह समान मात्रामा प्रयोग गर्न हुँदैन । जुन व्यक्तिको प्रकृति जस्तो छ उस प्रकृतिको विरुद्ध गुण भएका पदार्थहरूको सेवन गर्नु हुँदैन । शीतवीर्य भएका पदार्थ र उष्णवीर्य भएका पदार्थहरू एकसाथ खानु हुँदैन । बिहान दिसा लागेन भने जबसम्म दिसा लाग्दैन तबसम्म भोजन गर्नुहुँदैन । दिसा नगरी भोजन गरियोभने वात कुपित भएर जोर्नी दुख्ने रोग लाग्दछ । चिल्लो पदार्थ सेवन गरेपछि चिसो पानी खानु हुँदैन ।

रातिमा दही खान हुँदैन । घिउ, चिनी, मुगको दाल, मह या अमलाचूर्ण यिनीहरूमध्ये कुनै एउटा नमिलाई दही खान हुँदैन । पाकेको केरा र दही साथमा खान हुँदैन, यसले मन्द विषको काम गर्दछ । यस मन्द विषको प्रभाव शुरु भएपछि पेट सम्बन्धी रोगहरूले समाउँछन् । दही तताएर खानु हुँदैन । रातमा दही मात्र खानाले कफको वृद्धि हुन्छ । दही र रातको संयोग भयो भने कफको मात्रा यति बढ्दछ, जसको कारण रुघा, खोकी, टन्सिल, ज्वरो, टाउको दुख्ने, रक्तपित्त, कमलपित्त र छाला सम्बन्धी रोगहरू उत्पन्न हुन्छन् । दहीमा तीन भाग पानी मिलाएर राम्रोसँग मथेर सेवन गर्नु सर्वोत्तम हुन्छ । रातमा दही खाँदा केवल कफको मात्र वृद्धि भएर अनेकौं रोग लाग्ने मात्र होइन स्मरण शक्ति पनि नष्ट हुन्छ ।

विस्फोटशोफमदविद्रधिगुल्मयक्ष्म-
तेजोबलस्मृतिमतीन्द्रियचित्तनाशान् ।
कुर्याद्विरुद्धमशनं ज्वरमसृपित्त-
मष्टो गदांश्च महतो विषवच्च मृत्युम् ॥

विरुद्ध आहारले विस्फोट, मद, विद्रधि, दम, पाईल्स, कान्तिको क्षय, दौर्बल्य, स्मृतिक्षय, मतिको क्षय, सुन्ने, देख्ने, सुँघ्ने शक्तिको क्षय, ज्वरो, रक्तपित्त, आठ महागद (वातव्याधि, पत्थरी, कुष्ठ, पिसाब सम्बन्धी रोग, पेट सम्बन्धी रोग, पाइल्स आदि) रोगहरू उत्पन्न हुन्छन् र अति भयो भने विषले झैं मृत्यु गर्दछ ।

दिनमा लगभग पाँच लिटर पानी खानुपर्दछ । मौसम अनुसार घटीबढी हुनसक्छ । एक-एक घण्टामा एक गिलास पानी खाँदै गर्नुपर्छ । घरबाट बाहिर निक्लदा पानी खाएर निस्कनु अत्यन्त फाइदा गर्दछ । पानी सफा र शुद्ध लिनुपर्दछ । पानीको सम्बन्धमा वेदले यसप्रकार वर्णन गरेको छ–

आप इद्वा उ भेषजिरापो अमिवातनिः आपः

सर्वस्व भेषजिस्तास्ते कुर्वन्तु भेषजाम् । (ऋग्वेद)

अर्थात् पानी औषधि हो, पानीद्वारा शरीरबाट सबै व्याधीहरू हराउँछन्, पानीमा रोग प्रतिरोधक शक्ति छ । यसले सबै दुःखहरूलाई ठीक गर्दछ । यसैले पानी नियमित रूपले खानु पर्दछ ।

दिउँसो तीन बजेदेखि पाँच बजेसम्म फल या फलको रस लिनु स्वास्थ्यको लागि अत्यन्त फाइदा हुन्छ ।

प्रसिद्ध आयुर्वेद ग्रन्थ भावप्रकाशमा संध्याको समयमा भोजन गर्नु, मैथुन गर्नु, सुत्नु, पढनु र यात्रा गर्नु यी पाँच कार्यलाई बर्जित गरिएको छ किनभने निषिद्ध समयमा भोजन गर्नाले अन्नज रोग, मैथुन गर्दा गर्भ विकृति, सुत्नाले दरिद्रता, पढ्नाले आयुमा हानि र मार्ग गमन गर्दा त्रास (डर) हुन्छ ।

राति सुत्नुभन्दा दुई घण्टा पहिले भोजन गर्नुपर्दछ । भोजन हल्का र सुपाच्य हुनुपर्दछ । भोजन गर्ने बित्तिकै सुत्नु हुँदैन ।

राति समयमा सुत्ने र बिहान समयमा नै उठ्ने । ९–१० बजेको समय सुत्नका लागि र बिहान ४ बजेको समय उठ्नका लागि उपयुक्त हुन्छ । सकेसम्म कहिल्यै पनि अनिदो नरहने ।

सुत्नुभन्दा पहिले हातखुट्टा राम्ररी धोएर सुक्खा कपडाले पुछी पैताला, नाभि र हत्केलामा गाईको घिउ या शुद्ध तोरीको तेल लगाउने ।

राति सुत्ने समयमा एक गिलास मनतातो दूध लिनु अत्यन्त फाइदाजनक हुन्छ । आयुर्वेद चिकित्सा विज्ञानले सुत्ने समयमा खाएको दूधको व्याख्या यसप्रकार गरेको छ–

दिनान्ते च पिबेत् दुग्धं निशान्ते च जलं पिबेत् ।

भोजनान्ते पिबेत् तक्रं वैद्यस्य किं प्रयोजनम् ॥

अर्थात् दिनको अन्त्य अर्थात् सुत्ने समयमा दूध लिनु पर्दछ । रातको अन्त्य अर्थात् बिहान उठ्ने बित्तिकै पानी खानु पर्दछ र भोजनको अन्तमा मोही लिएमा वैद्य अर्थात् डाक्टरको आवश्यकता नै पर्दैन । दम्पतिहरूले एक गिलास दूधमा एक चम्चा शुद्ध घिउ मिलाएर लिनु अत्यन्त गुणकारी हुन्छ ।

सुत्नुभन्दा पहिला बिस्तरा राम्रोसँग सफा गरेर मात्र सुत्नुपर्दछ । फोमको गद्दा र सिरानी लगाउनु हुँदैन, शरीरलाई नोक्सान गर्दछ । सिरानी बढी अग्लो हुनुहुँदैन । मेरुदण्ड र नशा सम्बन्धी रोगले समात्न सक्छ । सुत्दा सिरानी पूर्व या दक्षिणतर्फ हुनु पर्दछ । आयुर्वेदले बताएको छ –

प्राक्शीरे शयनं विद्या धनमायुश्च दक्षिणे ।

पश्चिमे प्रवला चिन्ता हानिमृत्युः तथोत्तरे ॥

अर्थात् पूर्वतर्फ सिरानी गरेर सुत्दा विद्या, दक्षिणतर्फ सिरानी गरेर सुत्दा आयु र धनको प्राप्ति हुन्छभने पश्चिमतर्फ सिरानी गरेर सुत्दा चिन्ता र उत्तरतिर सिरानी गरेर सुत्दा मृत्यु नै हुन्छ । कतिपय व्यक्तिहरू उत्तरतर्फ सिरानी गरेर सुत्नु भएको होला तर म त मरेको छैन भन्ने प्रश्न आउनसक्छ । हो, तत्काल त मृत्यु हुँदैन, पटक-पटक उत्तरतर्फ सिरानी गरेर सुत्दा मुटुसम्बन्धी रोग लागेर व्यक्तिको मृत्यु हुन्छ । जुन उत्तरीय विद्युतीय प्रवाह दक्षिणतर्फ बगेको हुन्छ । त्यस विद्युतीय प्रवाहले हामी उत्तरतर्फ शिर गरेर सुत्दा हाम्रो मुटुले जुन रगत पम्प गरिरहन्छ, त्यसलाई अवरोध गर्दछ र मस्तिष्कमा राम्रोसँग रगत पुग्न सक्दैन । त्यसैले सुरु-सुरुमा नराम्रा सपना देख्ने, ऐँठन हुने, विकार ग्रस्त सपना देखिन्छन् । पछि गएर हृदयाघात भएर व्यक्तिको मृत्यु नै हुन्छ । पृथ्वीमा राम्रा-नराम्रा सबै प्रकारका विद्युतीय शक्तिहरू विद्यमान छन् । यिनै शक्तिहरूको प्रभाव हाम्रै जीवनचक्रमा परेको हुन्छ । जो हामीलाई थाहा नै हुँदैन । आजभन्दा हजारौँ बर्ष पहिले हाम्रा महान् ऋषिमुनिहरूले आफ्नो चेतनशक्तिद्वारा यी सूक्ष्मशक्तिहरू प्रयोग गरेर जो बताएका थिए, त्यो आजका वैज्ञानिकहरूले आफ्नो भौतिक प्रयोगशालामा हेर्दा सत्य र तत्थ्य पाएकोले अचम्भित भएका छन् ।

बिछ्यौनामा गएपछि आँखा बन्द गरेर आफ्नो इष्टदेवलाई स्मरण गर्ने । दिनभरि गरिएका राम्रा-नराम्रा कामहरूको मूल्याङ्कन गर्दै नराम्रा काम र कुराहरूलाई अब नगर्ने संकल्प गर्दै भगवान्सँग क्षमा माग्ने र बाँया कोखो सुत्ने । आयुर्वेदले पूर्ण स्वस्थ रहनका लागि यस प्रकार निर्देशन दिएको छ–

वामशायी द्विभुञ्जान षट्मूत्री द्विपुरीषकः ।

स्वल्पमैथुनकारी च शतं वर्षाणि जीवति ॥

अर्थात् बायाँ कोखो सुत्ने, बिहान साँझ दुईपटक मात्र खाने, कम्तीमा ६ पटक पिसाब गर्ने, बिहान-साँझ दुई पटक दिसा गर्ने र अल्पमात्रा मैथुन गर्ने व्यक्ति नै सय वर्षसम्म स्वस्थ बाँच्दछ ।

विहान आँखा खुले पछि उत्तानो हुने दुबै हातलाई घषर्ण गरेर आँखामा राख्ने कम्मर देखि दाँया मोडिने बाँया मोडिने र फेरी दाँया मोढि बाँया हातले जमिनमा टेकि उठने ।

हप्तामा एकदिन या पन्ध्र दिनमा एक दिन उपवास गर्ने । उपवास गर्दा मिश्री र कागतीपानी दुई तीन पटक पिउने र अरु समयमा सादा पानी नै पिउने, दिन भरिमा करिब छ–सात लिटर पानी पिउने । उपवासको समयमा ठोस पदार्थहरू खानु हुँदैन । अर्को दिन भोजनको समयमा मुग दाल र चामल मिलाई बनाएको खिचडी खाने वा दालको झोल र गीलो भात खाने ।

मालिश गर्नु स्वास्थ्यका लागि महत्त्वपूर्ण कुरा हो । अतः हप्ताको एक पटक मालिश गर्ने । मालिश गर्दा आधिकारिक आयुर्वेद औषधि निर्माण कम्पनिको तेल या शुद्ध तोरीको तेलले मालिश गर्ने । मालिश सही विधिबाट मात्र गर्नुपर्दछ, गलत तरिकाबाट गरिएको मालिसले फाइदा नभएर नोक्सान पनि हुन सक्दछ ।

श्वास–प्रश्वास हर समय नाकबाट मात्र हुनुपर्दछ । मुखबाट श्वास प्रश्वास गर्नाले स्मरण शक्ति कम हुन्छ र मस्तिष्क सम्बन्धी रोगहरू लाग्दछन् । मुखको काम खाने र बोल्ने हो, श्वास प्रश्वास गर्ने होइन ।

कालस्य वशगाः सर्वे न कालः कस्यचिद्वशः ।

यो संसार कीटपतंगदेखि ब्रह्मापर्यन्त कालका वशमा छन् तर काल कसैका वशमा छैन । त्यसैले काल सबैको नियन्ता हो । महर्षि सुश्रुतको भनाइमा– काल अर्थात् समय भगवान् हो । आदि, मध्य र अन्तहीन छ । अनि वनस्पतिका रसहरूको गुण र मनुष्यको जन्ममरणादि पनि कालका अधीनमा छ–

कालो हि नाम (भगवान्) स्वयम्भूरनादिमध्यनिधनः ।

अत्र रसव्यापत्सम्पत्ती जीवितमरणे च
मनुष्याणामायत्ते .....।

सर्वाण्येव भूतानि कलयति क्षयं नयनीति कालः
(सु.सू.)

अर्थात् सम्पूर्ण भूतप्राणीहरूलाई कवलित गर्ने, नष्ट गर्ने हुनाले काल भनिएको हो ।

कालः कलयतां प्रभुः अर्थात्, क्षय गर्नेहरूको प्रभु, नष्ट गर्न समर्थ, संहारकारक काल हो । यस्तो सर्वसमर्थ काल युग, वर्ष, अयन, ऋतु, महिना, पक्ष, अहोरात्र (२४ घण्टा) मुहूर्त्त, कला, काष्ठा, निमेष र अक्षि गरिएका ठूलो परिमाणदेखि अत्यन्त सूक्ष्म परिमाणयुक्त इकाईहरूमा विभक्त भएर व्यवहृत छ । उक्त खण्डहरूमध्ये वर्ष, अयन ऋतु, महिना, पक्ष, दिन र मुहूर्त व्यावहारिक दृष्टिले बढी महत्त्वपूर्ण छन् । प्रकृतिको व्यवस्था, विविधता, चित्र-विचित्रताले अयन, ऋतु, महिना, पक्ष र दिनले संसारको हरेक क्रियाकलाप र पदार्थलाई प्रत्यक्ष रूपमा प्रभाव पार्दै निर्दिष्ट गरिरहेका हुन्छन् । मनुष्यको व्यवहार पनि यिनीहरूकै सेरोफेरोमा घुमिरहेको हुन्छ । यिनीहरूलाई कसैले नकार्न सक्ने सामर्थ्य राख्दैन । ३० मुहूर्त्तको एक दिन, १५ दिनको एक पक्ष, दुई पक्षको (शुक्ल र कृष्ण) एक महिना, ६ महिनाको एक अयन र २ अयनको (१२ महिना) १ वर्ष गणना गरिन्छ । दुई महिनाको एक ऋतुका हिसाबले ६ वटा ऋतुहरू गणना गरिएका छन्, जस अनुसार वसन्त–चैत्र र बैशाख, ग्रीष्म–जेष्ठ र आषाढ, वर्षा–श्रावण र भाद्र, शरद्–आश्विन र कार्तिक, हेमन्त–मार्गशीर्ष र पौष, शिशिर–माघ र फाल्गुण रहेका छन् । सूर्य, चन्द्रमा र वायु मिलेर संसारको सञ्चालन गरिरहेका हुन्छन् । यिनीहरूको गति अनुसार, खास गरेर सूर्यको गति परिवर्तन सँगसँगै वातावरणमा पनि परिवर्तन आउँछ, शीत, वर्षा, गर्मी आदिको बाहुल्य हुन्छ ।

सूर्यले उत्तरी गोलार्द्धतर्फ र दक्षिणी गोलार्द्धतर्फ क्रमशः गति गर्दछन् । सूर्यको गति उत्तरतर्फ हुँदा पृथ्वीमा क्रमशः ताप बढ्न थाल्दछ र दक्षिणतर्फ हुँदा क्रमशः शीतलता बढ्दछ । उत्तरको गति भएको अवस्थालाई उत्तरायण र दक्षिणी गतिको अवस्थालाई दक्षिणायन भनिएको छ । महर्षि सुश्रुत भन्नुहुन्छ –

त एते शीतोष्णवर्षालक्षणाश्चन्द्रादित्योः
कालविभागकरत्वादयने द्वे भवतो दक्षिणमुत्तरं च ।

(सुश्रुत. सूत्रस्थान)

अर्थात् चन्द्र र सूर्यको काल विभाजनका कारण शीत, उष्ण र वर्षाका लक्षणले युक्त भएका दक्षिणायन र उत्तरायण निर्माण हुन पुग्दछन् ।

उत्तरायणमा शिशिर, वसन्त र ग्रीष्म ऋतु हुन्छन् । यस अवस्थामा सूर्यको शक्ति बढ्दै जान्छ र यसको अन्त्यमा अर्थात् ग्रीष्म ऋतुमा सूर्यको प्रचण्ड शक्तिद्वारा अत्यन्त तापित हुन्छ यो पृथ्वी । यो अवधिलाई आदान काल पनि भनिएको छ । **आदानं पुनराग्नेयम्** (च.सू.६/४) अर्थात् आदानकाल अग्नितत्वयुक्त हुन्छ । आचार्य वाग्भट्को भनाइ छ–

शिशिराद्यास्त्रिभिस्तैस्तु विद्यादयनमुत्तरम् ।

आदानं च, तदादत्ते नृणां प्रतिदिनं बलम् ॥ *(अ.हृ.)*

अर्थात् शिशिर, वसन्त र ग्रीष्म ऋतुले युक्त उत्तरायण हुन्छ र यसैलाई आदानकाल पनि भनिन्छ । **शोषयति वा संसारस्य बलमिति आदानम्**– अर्थात् यस समयमा मनुष्यहरूको बल प्रतिदिन क्रमशः घट्दै जान्छ, मनुष्य कमजोर हुँदैजान्छ । महर्षि चरक त यसो भन्नुहुन्छ –

तत्र रविर्भाभिराददानो जगतः स्नेहं
वायवस्तीव्ररूक्षाश्चोपयन्तः शिशिरवसन्तग्रीमेषु
यथाक्रमं रौक्ष्यमुत्पादयन्तो रूक्षान् रसान्
तिक्तकषायकटुकांश्चाभिवर्द्धयन्तो नृणां
दौर्बल्यमावहन्ति । *(चरकःसूत्र.)*

अर्थात् आदानकालमा सूर्यले आफ्ना प्रचण्ड किरणहरूद्वारा यस जगत्को रसलाई, शीतलतालाई खिच्दछ, रूक्ष वायुले स्नेह, तैलीयपनालाई शोषण गर्दछ । यसरी सूर्य र वायुले क्रमशः शिशिर, वसन्त र ग्रीष्म ऋतुहरूमा वातावरणलाई रूखो बनाउँदै तीतो, टर्रो र पीरो यी कठोर रसयुक्त पदार्थहरूलाई उत्पन्न गराउँछन् अर्थात् यो समयमा पदार्थहरू उक्त तीन कठोर रसप्रधान बन्न पुग्दछन् । प्रतिदिन सूर्यका किरणको ताप बढ्दै जानु, शीतलताको कमी हुनु, तैलीयपनामा ह्रास आउनु, हावा रूखो हुनु, पदार्थहरूका रस पनि दाहजनक, अशान्तिकर हुनु र वातावरणको रूक्षतालेे अर्थात् सूर्यको तातो र हावाको रूखापनले शरीर पनि तापिनु, शोषिनु, शिथिल हुनु आदि कारणहरूले आदानकालमा मनुष्यको बल प्रतिदिन घट्दै जान्छ, मनुष्य दुर्बल हुन्छ ।

शारीरिक पोषण र ऊर्जाको दृष्टिले आदानकाल अनुपयुक्त हुन्छ । यो समयमा जतातै उराठ लाग्दो वातावरण देखिन्छ । शिशिर ऋतुमा रुखका सबै पातहरू झर्दछन् साथै जमिन पनि सुक्खा हुन्छ । त्यसमाथि रूखो हावा तीव्र गतिमा चल्नाले वृक्षका पातहरूको साथमा धूलोका कणहरू प्रशस्त मात्रामा उड्दछन् । अनि जंगलमा डढेलो पनि लाग्नाले एकातिर वन डढेर सखाप हुन्छ भने अर्कातिर पातहरू र धूलोमा धूवाँ पनि मिसिँदा आकाश कुइरीमण्डल बन्दछ । कति प्राणीहरू त अकालमै कालकवलित हुन पुग्दछन् । सबै भोज्य पदार्थहरूका साथै पानी पनि दूषित हुन्छ । यी विभिन्न कारणहरूले मनुष्यको जठराग्नि अर्थात् पाचनशक्ति कमजोर हुने हुनाले अपच, मन्दाग्नि आदि समस्याहरू देखा पर्दछन् । अतःस्वच्छ, हल्का र ताजा चीजहरूको ग्रहण यस अवसरमा गर्नुपर्दछ । मिताहार अपनाउनु यहाँ उपयुक्त हुन्छ । कुनै पनि कार्य, चीज र अवस्थामा हीनयोग, अतियोग र मिथ्यायोगबाट बच्नुपर्दछ ।

दक्षिणायनमा वर्षा, शरद् र हेमन्त ऋतुहरू पर्दछन् र यस अवधिलाई विसर्गकाल पनि भनिन्छ–

वर्षादयो विसर्गश्च, यद्बलं विसृजत्ययम् ।

सौम्यत्वादत्र सोमो हि बलवान् हीयते रविः॥

मेघवृष्टचनिलैः शीतैः शान्ततापे महीतले ।

स्निग्धाश्चेहाम्ललवणमधुरा बलिनो रसाः ॥ *(अ.हृ.)*

अर्थात् सूर्य दक्षिणतर्फ जाने भएको हुनाले तापमा क्रमशः ह्रास हुन्छ, वायुमा शीतलता र स्निग्धता आउँछ र चन्द्रमा बलवान् हुने भएकोले संसारलाई सोमतत्व प्रदान गरेर प्राणसञ्चार र ऊर्जावृद्धि गराउँछ । प्राणीहरूमा बल उत्पन्न गराउने हुनाले नै यसलाई विसर्गकाल भनिएको हो । यस अवधिमा रूक्षता हटेर सौम्यताले स्थान पाउँछ । आकाश मेघले ढाकिनाले, वर्षा हुनाले र शीतल वायुको स्पर्शले आदानकालमा प्रचण्ड रूपमा तातेको पृथ्वी क्रमशः शान्त र शीतल बन्दछ । स्निग्धताको प्रभाव बढ्दछ र यसका साथै अमिलो, गुलियो र नुनिलो (अम्लमधुरलवणः) रसहरूको शक्ति बढ्दछ ।

यो शक्तिको सञ्चय, उत्पादन र शरीर पोषणको समय हो । यस अवस्थामा सम्पूर्ण प्रकारले शरीरका लागि अनुकूल वातावरण बनेको हुन्छ ।

आदावन्ते च दौर्बल्यं विसर्गादानयोर्नृणाम् ।

मध्ये मध्यं वरन्त्वन्ते श्रेष्ठमग्रे च निर्दिशेत् ॥

(चरक संहिता)

अर्थात् विसर्गकालको आदि वर्षा ऋतुमा र आदानकालको अन्तिम ग्रीष्म ऋतुमा प्राणीहरूमा शक्ति क्षीण हुन्छ किनभने यतिबेला सूर्यको ताप चरम अवस्थामा हुन्छ । त्यस्तै गरेर दुवै कालको मध्यमा वसन्त र शरद् ऋतुमा मध्यावस्था अर्थात् वसन्तमा घट्दो अवस्था, पूरै घटिनसकेको र शरद्मा बढ्दो अवस्थामा हुन्छ र विसर्गको अन्तिम हेमन्त ऋतुमा र आदानको प्रथम शिशिर ऋतुमा पूर्णबली हुन्छन्- मनुष्यादिहरू । यिनै दुई ऋतु हेमन्त र शिशिरलाई खास गरेर शीतकाल भनिन्छ, जो पोषण, बलपुष्टि र ऊर्जा प्राप्तिका हिसाबले अत्यन्त महत्त्वपूर्ण मानिन्छन् ।

वसन्त ऋतुमा शारीरिक अवस्था

यो ऋतुलाई ऋतुराज पनि भनिन्छ । यो ऋतु शीतकाल र ग्रीष्मकालको सन्धिको समय हो । बाल्यावस्था र जवानी अवस्थाको सन्धिकाल युवावस्था एवं दिन र रातको सन्धिकाल साँझको समय भए झैं शीत र ग्रीष्म कालको सन्धि भएको हुनाले यो ऋतुमा उक्त दुवै ऋतुका गुणहरू हुने भएकोले त्यही अनुरूप विभिन्न असरहरू पनि देखिन्छन् । बच्चा एकै पटक युवा हुँदैन र युवा पनि एकै पटक वृद्ध हुँदैन । त्यसै गरी दिन पनि प्रातःकालबाट एकै पटक सायंकाल एवं रात्रिको समयमा प्रवेश गर्दैन । यी दुइ समयावधिका बीचमा सन्तुलन ल्याई नियोजित रूपमा संचालन गर्ने अन्य कालखण्डहरू पनि आउँछन् । त्यस्तै वसन्त ऋतु पनि अगाडि र पछाडिको समयलाई मिलाएर संतुलनमा ल्याउने ऋतु हो । ऋतुपरिवर्तनसँगै हाम्रो खानपान, रहनसहन, आदि दैनिक व्यवहारमा पनि बिस्तारै-बिस्तारै परिवर्तन गर्नुपर्छ, जसका कारणबाट अगाडिको समय र पछाडिको समयमा सन्तुलन आउन सकोस् । चरक संहिताको अध्याय २१ श्लोकमा भनिएको छ- हेमन्त ऋतुमा शीतबाट सञ्चित भएको कफले वसन्त ऋतुमा सूर्यको किरणबाट पग्लेर शरीरमा स्थित अग्निलाई मन्द गराई अनेकौं रोगहरू उत्पन्न गराउँछ ।

वसन्त ऋतुमा खान-पान

वसन्त ऋतुमा पिरो, तितो र टर्रो रस भएका पदार्थहरूबाट बनेका ताजा, हल्का र सुपाच्य आहारको सेवन गर्नु अत्यन्त आवश्यक पर्दछ ।

वसन्ते निचितः श्लेष्मा दिनकृद्भाभिरीरितः ।

कायाग्निं बाधते रोगास्ततः प्रकुरुते बहुन् ॥

चरक सूत्रको अनुसार हेमन्त ऋतुमा सञ्चित भएको कफ सूर्यका किरणहरूबाट द्रवीभूत भएर जठराग्निलाई मन्द गर्दछ, जसको कारण अनेकौं प्रकारका कफ सम्बन्धी रोगहरु उत्पन्न हुन्छन् । यसकारण कफ कुपित गर्ने पदार्थहरू यस ऋतुमा प्रयोग गर्न हुँदैन । वसन्त ऋतुमा गरिष्ठ भोजन अमिलो, चिल्लो, गुलिया पदार्थहरू धेरै मात्रामा प्रयोग गर्नु हुँदैन एवं दिनमा सुत्ने, रातमा जागा रहने काम पनि हानिकारक हुन्छ । यस समयमा सुपाच्य र हल्का भोजन गर्नुपर्छ । बोक्रा सहितको मुंगको दाल, हरियो सागसब्जी, मौसम अनुसारको फलफूल, अदुवा, मह, राति सुत्नुभन्दा अघि १ गिलास दूधमा १ चम्चा बेसार मिलाई खानु आदि कुराहरू यस समयमा हितकारी हुन्छन् । चैत्र महिनामा नीमका ५-७ वटा कलिला पातहरू र ३ वटा मरिच एक साथ चबाएर

खानाले रगत शुद्ध भएर वर्षभरि ज्वरो, घाउ, खटिरा आदि हुँदैनन् । यो काम न्यूनतम २१ दिनदेखि अधिकतम ४१ दिनसम्म गर्नुपर्छ । यतिबेला कफ कुपित हुने भएकोले रुघा-खोकी घाँटी दुख्ने, टन्सिल सुन्निने, मन्द ज्वरो आउने, हातखुट्टा दुख्ने आदि रोगहरू हुन्छन् । वसन्त ऋतुमा कहिले जाडो र कहिले गर्मी हुने विषम वातावरण र हावापानी हुने भएकोले यसका प्रभावले प्रशस्त मौसमी रोगहरू उत्पन्न हुन्छन् । उपर्युक्त रोगहरूबाट बच्नका लागि निम्नलिखित विधि अपनाउनु पर्छ- सिधेनुन ५० ग्राम, खाने सोडा ५० ग्राम, पिसेको फिटकिरी ५ ग्राम, यी तीनवटै चीजहरूलाई राम्रोसँग मिसाउने र एउटा सिसाको भाँडोमा राख्ने । यस चूर्णलाई प्रतिदिन बिहान, दिउँसो र बेलुका ३ पटक तातो पानीमा १ चम्चाको मात्रामा राखेर कुल्ला गर्ने घाँटी सम्बन्धी सम्पूर्ण समस्याहरू समाधान हुन्छन् । यो औषधिको प्रयोग गरेपछि चिसो पदार्थ प्रयोग गर्नुहुँदैन । पेट सफा राख्नका लागि बिहान-साँझ २ पटक दिसा जाने गर्नुपर्छ । अमिलो र तारेका चीजहरू पनि प्रयोग गर्नुहुँदैन ।

वसन्त ऋतुमा रहन-सहन

स्वस्थ रहनका लागि बिहान ब्रह्ममुहुर्तमा उठ्नु सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा हो । त्यसपछि उषापान गरेर शौचादिबाट निवृत भई नित्यकर्म पश्चात् योगाभ्यास गर्ने हप्तामा १-२ पटक मालिश गर्नु पर्छ । बेलुका १० बजेसम्ममा सुतिसक्नु पर्छ । बिहान ४ बजेभित्र उठ्नु पर्छ । सुत्नुभन्दा २ घण्टा अगावै बेलुकाको भोजन गरिसक्नुपर्छ

ग्रीष्म ऋतु शारीरिक अवस्था

यस ऋतुमा सूर्य पूर्णरूपले तेजवान् हुन्छन् । सूर्यका प्रखर किरणहरुले जलीय अंशलाई शोषण गर्दछन्, जसबाट खोलानाला, तलाउ, नदी, आदि पानीका स्रोतहरु सुक्छन् । वनस्पति एवं प्राणीहरूको जलीय अंश घट्छ । त्यसैले तिर्खा धेरै लाग्दछ । यस समयमा शरीरमा पानीको मात्रा कम हुन नदिनका लागि १-१ घण्टामा १ गिलासको दरले पानी खाँदै गर्नुपर्छ । अपच र मलावरोध हुन दिनुहुँदैन ।

ग्रीष्म ऋतु खान-पान

ग्रीष्मऋतुमा गुलिया, शीतल, रसिला प्रकृतिका पदार्थहरू, मौसम अनुसारका फलफूलहरू खानुपर्दछ । रातो खुर्सानीलाई पूर्ण प्रतिबन्ध लगाएर हरियो खुर्सानी र मसलाहरू कम मात्रामा प्रयोग गर्नुपर्छ । गर्मी प्रकृतिका र तारेका चीजहरू सकेसम्म प्रयोग गर्नुहुँदैन । माछामासु, मद्यपान, धूम्रपान, आदि गर्ने व्यक्तिहरूलाई विभिन्न रोगहरू लाग्दछन् । भोजन हल्का र सुपाच्य नै गर्नु उपयुक्त हुन्छ । साँझको समयमा दही, प्याज, केरा, चनाको पीठोबाट बनेका खाद्य चीजहरू, पिँडालु, भन्टा र तारेका पदार्थहरू खानु हुँदैन । राति सुत्ने बेलामा १ गिलास दूधमा १-२ चम्चा घिउ राखेर पिउनु अत्यन्त हितकारी हुन्छ । दिनमा १-१ घण्टामा एक-एक गिलास पानी लिइरहनुपर्छ । दिनभरिमा न्यूनतम १० गिलास पानी खानु अत्यावश्यक हुन्छ । दिनमा १ पटक १ गिलास पानीमा आवश्यकता अनुसार मिश्री र एउटा कागतीको रस मिलाई लिनुपर्छ । यो समयमा जौंको सातुलाई पानीमा घोलेर मिठो बनाई खानु पनि उत्तिकै लाभदायक हुन्छ ।

दिउँसोमा भोजनको केही समय पछाडि खरबूजा, तरबूजा, काँक्रो, सुन्तला, केरा, आदि फलफूलहरू खानुपर्दछ । फ्रिजको पानी खानाले घाँटी सम्बन्धी विभिन्न समस्याहरूका साथै अपच, मलावरोध आदि समस्याहरू उत्पन्न हुन्छन् । गाग्रोमा राखेको पानी लिनु फाइदाजनक हुन्छ । यस ऋतुमा मासको दाल, सर्सिउँको साग, तेल, अमिलो दही, लहसुन, मह, चनाको पीठो, उष्ण प्रकृतिका पदार्थहरू खानुहुँदैन । सौंफ, नौनी, काँचो नरिवल, नरिवलको पानी एवं शीतल प्रकृतिका पदार्थहरू खानुपर्दछ । यो समयमा काँचो प्याज खानु पनि हितकारक हुन्छ । त्यस्तै गोजीमा प्याज बोकेर हिँड्नाले लू लाग्ने डर पनि हुँदैन । यस ऋतुमा भोजन पनि अधिक गर्नु हुदैन किनभने यो समयमा पाचन प्रणाली कमजोर हुन्छ । खाना खाँदा निश्चिन्त, शान्त भएर खानुपर्छ र प्रत्येक गाँसलाई हतार नगरी राम्ररी चबाएर निल्नुपर्छ ।

ग्रीष्म ऋतुमा रहन-सहन

यस ऋतुमा घाम र तातो हावाबाट बच्नु प्रमुख कुरा हो । घरबाट बाहिर निस्कने बेलामा गाग्रोको पानी १

गिलास खाएर निस्कनुपर्छ । टाउकोलाई घामबाट बचाइराख्ने उपाय गर्नुपर्छ । यो समयमा यात्रामा हिड्दा अमृतधारा बनाई १०-१५ वटा बतासाका साथ खानुपर्छ । यात्राको समयमा बान्ता हुने टाउको दुख्ने, पेट दुख्ने, बटार्ने, अपच हुने आदि भएमा एउटा बतासामा ३ थोपा अमृतधारा राखेर लिनाले केही क्षणमा नै आराम मिल्छ । यदि कारणवश रात्रिमा जागा रहनुपऱ्यो भने एक-एक घण्टाको अन्तरमा थोरै-थोरै चिसो पानी खाइरहनु पर्छ । यसले तिर्खाले सताउँदैन । तिर्खा लाग्ने बित्तिकै पानी खाइहाल्नु पर्छ । यसको वेगलाई रोकेको खण्डमा मुख सुक्ने, कान बन्द हुने रिँगटा लाग्ने, मुटु दुख्ने आदि समस्याहरू उत्पन्न हुन्छन् ।

सूर्योदयभन्दा पहिले उठेर १ किलोमीटरभन्दा बढी दौडनु र नित्य योगाभ्यास गर्नु स्वस्थ रहने सबभन्दा उत्तम उपाय हो । सूर्योदयभन्दा पहिले वायुमण्डलमा शुद्ध, शान्त र निर्विकार प्राणवायु हुन्छ । यसको सेवनले हाम्रो फोक्सो बलियो हुन्छ । बिहान चाँडै उठ्नु तप होभने राति अबेर सुत्नु ताप हो, विचार गरेर आफैँ छनौट गर्न सक्नुहुन्छ । मैँले त मेरो अध्ययन र अनुभवको कुरालाई प्रस्तुत गरिदिएँ ।

वर्षा ऋतुमा शारीरिक स्वास्थ्य

वर्षाऋतुबाट सूर्यको गति दक्षिणतर्फ शुरु हुन्छ । यसै समयबाट विसर्गकाल शुरु हुन्छ । दक्षिणायनको समयमा मनुष्यहरूलाई शक्ति प्राप्त हुन्छ । वर्षाऋतुका प्रारम्भिक दिनहरूमा वर्षाको पानी तातो जमिनमा पर्दाखेरि बाफ उठ्दछ । त्यसका प्रभावले प्राणीहरूको शरीर शिथिल भई पाचन प्रणाली कमजोर हुन जान्छ । यी दिनहरूमा खास गरेर वात कुपित हुन्छ । पित्त र कफ पनि कुपित हुन सक्दछन् । यस ऋतुमा पानीको कारणबाट विभिन्न रोगहरू उत्पन्न हुने भएकोले यसतर्फ विशेष ध्यान दिनुपर्छ किनभने यस समयमा धारा, पोखरी, नदी आदि सम्पूर्ण स्रोतहरूको पानी फोहोर एवं दूषित भएको हुन्छ । अतः यो समयमा पानीलाई उमालेर सूतीकपडाले छानेर मात्र पिउनुपर्छ ।

यस समयमा वात कुपित भएर पेटका विभिन्न समस्याहरू उत्पन्न हुने, जोर्नीहरू दुख्ने, दम आदि रोगहरू हुनसक्छन् । अतः शुद्ध, सात्विक र सुपाच्य भोजन गर्नुपर्छ । बासी, रुखो एवं उष्ण प्रकृतिका खानाहरू खानु हुँदैन । भैँसीको दूध पनि यतिबेला अपाच्य हुन्छ किनभने कलिलो घाँस खाएको हुनाले दूध दूषित हुनजान्छ तर गाईको दूध दूषित नभई सुपाच्य नै रहन्छ किनभने गाईमा हरेक प्रकारका विषहरूलाई छानेर दूध शुद्ध गर्न सक्ने क्षमता छ । त्यसैले गाईको दूध सर्वदा खान योग्य हुन्छ । आयुवेदले समय अनुसार त्याज्य र ग्राह्य वस्तुहरूको वर्णन राम्ररी गरेको छ । महिना अनुसार त्याज्य वस्तुहरुलाई यसरी देखाएको छ । साउनमा दुध, भदौमा मही, सेवन गर्नुहुँदैन । त्यसैगरी श्रावण मासमा हरियो साग-सब्जी सेवन गर्नाले पनि स्वास्थ्यलाई हानी गर्छ । यस समयमा सबै प्रकारले उत्तम, निरापद मानिएको बोक्रा सहितको मुँगको दाल हो । वर्षा ऋतुमा आँप प्रशस्त पाइन्छ । पाकेको एउटा आँप सफा गर्ने र चुसेर खाने र अन्तिममा मिश्री मिलाएको १ गिलास दूध पिउने, अत्यन्त फाइदा हुन्छ । आँप राम्रोसँग पच्दछ । आँपको बोक्रा निकालेर दूधमा मिलाई आँपरस बनाएर खानुपर्छ, उत्तिकै लाभदायक हुन्छ । हरिया मकै पोलेर खाने समयमा मकै खाँदा हरियो खुर्सानीको बियाँ निकालेर जिरा, नुन मिलाई पिसेर चटनीको रूपमा कागती निचोरेर खानुपर्दछ । खाँदाखेरि हतार नगरीकन राम्ररी चबाएर स्वाद लिँदै-लिँदै खानुपर्छ । मकै खाएपछि पानी पिउनु हुँदैन ।

वर्षा ऋतुमा पित्तबर्द्धक पदार्थहरूको पनि सेवन गर्नुहुँदैन किनभने पित्तबर्द्धक खानाले सञ्चित पित्तलाई कुपित गराउँछ । त्यसैले तेलयुक्त खाना, तेलमा तारेका खाद्यपदार्थ, अमिलो, मसला, अति तातो पदार्थको सेवन हानिकारक हुन्छ । यदि वात पनि कुपित भएको छभने त शरीरलाई झन नोक्सान गर्छ । एउटा घरमा लागेको आगोलाई निभाउनको लागि पानीको उचित व्यवस्था नभएको अवस्थामा हावा चल्नाले त्यो घरमात्र नभएर वरीपरिका अन्य घरहरू पनि क्षणभरमा नै नष्ट हुन्छन् । वात नै वायु हो, पित्त नै अग्नि हो र कफचाहिँ पानी हो । त्यसैले यिनीहरूलाई सम अवस्थामा राख्नु सम्पूर्ण दुर्घटनाबाट बच्ने उपाय हो ।

वर्षा ऋतुमा रहन सहन

यस समयमा शरीरको सफाइमा पूर्ण ध्यान दिनुपर्दछ । प्रतिदिन जसो कपडा सफा गरेर लगाउनु पर्दछ । यसो गर्नाले छाला सम्बन्धी रोगहरूबाट बच्न सकिन्छ । चिसो कपडा लगाउनु हुँदैन, नुहाएर शरीरलाई राम्रोसँग पुस्नुपर्दछ । दुषित एवं फोहोरो पानीले नुहाउनु हुँदैन । वर्षा ऋतुमा विभिन्न स्रोतहरूको पानीलाई उमालेर सेलाएपछि मात्र पिउनुपर्दछ । घरभन्दा बाहिर होटल, दोकान आदिमा पानी पिउनु र खाना खानु पनि हुँदैन । खोला, नदी, तलाउ आदिमा पनि नुहाउन फाइदाजनक हुँदैन । रात्रीको समयमा बाहिर हिड्दा उज्यालो लिएर मात्र हिड्नु पर्दछ । वर्षाकालमा रसायनको सेवन गर्नु अत्यन्त आवश्यक हुन्छ । रसायनको रूपमा ठूलो हर्राको एक चम्चा चूर्णमा एक चम्चा सिधेनून मिलाई बिहान खालिपेटमा प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

वर्षाशीतोचिताङ्गानां सदृशैव किमस्मिभिः।

तप्तानामयितं पित्तं प्रायः शरदि कुप्यति ॥

वर्षा ऋतुमा सञ्चित भएको पित्त शरद ऋतुमा सूर्यको किरणले तापमान भएर कुपित हुन्छ । यस ऋतुमा वात दोष शान्त रहन्छ । यो समयमा घाममा घुम्नु डुल्नु हुँदैन र अधिक परिश्रम पनि गर्नु हुँदैन । यस ऋतुमा चन्द्रमाको प्रकाशमा हिँड्नु, डुल्ने गर्नाले अधिक फाइदा गर्दछ तर चन्द्रमाको किरणमा सुत्न हुँदैन किनभने यतिबेला रात्रीको समयमा शीत पर्दछ । यसले शरीरलाई फाइदा गर्दैन । यस ऋतुमा गृष्म ऋतुको अनुसार आहार-विहार गर्नुपर्दछ ।

वर्षा ऋतुमा खान पान

शरदऋतु वर्षाऋतु र शीतऋतुको सन्धि हो । शीतकाल र गृष्मऋतुको सन्धिकाल वसन्त ऋतु भएझैं यी दिनहरूमा सूर्यको ताप गृष्म ऋतुमाभन्दा बढी हुने भएकोले शरीरको पित्त प्राकृतिक रूपमा कुपित रहन्छ । पित्तको वृद्धि हुनाले जठराग्नि मन्द हुन्छ, यसकारण भोक कम लाग्छ । पित्तलाई शमन गर्ने पदार्थहरू जस्तै- गुलियो, रसिलो, सुपाच्य, हल्का चिसो प्रकृति भएका एवं तितो रसयुक्त आदिको प्रयोग हितकारक हुन्छ । शरद ऋतुमा खिर खानु अत्यन्त फाइदाजनक हुन्छ । खिर बनाइसकेपछि खिरलाई चन्द्रमाको किरण पर्ने ठाउँमा एक घण्टा राखेपछि सेवन गर्नाले मानसिक एवं शारीरिक रुपबाट अत्यन्त फाइदा गर्दछ । यो समयमा पित्त कुपित हुने भएकाले समय-समयमा यौगिक क्रियाहरू वस्ति क्रिया र कुञ्जल क्रिया गर्नु अत्यन्त उपयोगीसिद्ध हुन्छ ।

शरद ऋतु

वर्षाशीतोचिताङ्गानां सदृशैव किमस्मिभिः।

तप्तानामयितं पित्तं प्रायः शरदि कुप्यति ॥

वर्षा ऋतुमा सञ्चित भएको पित्त शरद ऋतुमा सू

रहन सहन

यो समयमा घाममा घुम्नु डुल्नु हुदैन र अधिक परिश्रम पनि गर्न हुदैन । यस ऋतुमा चन्द्रमाको प्रकाशमा हिड्नु, डुल्ने गर्नाले अधिक फाईदा गर्दछ । तर चन्द्रमाको किरणमा सुत्ने हुदैन किनभने यतिबेला रात्रीको समयमा सित पर्दछ । यसले शरीरलाई फाइदा गर्दैन । यस ऋतुमा गृष्म ऋतुको अनुसार आहार बिहार गर्नु पर्दछ ।

खान पान

शरद ऋतु, वर्षा ऋतु र शित ऋतुको सन्धि हो । शितकाल र गृष्म ऋतुको सन्धिकाल वशन्त ऋतु भएझै यि दिनहरुमा सूर्यको ताप गृष्म ऋतुमा भन्दा बढि हुने भएकोले शरीरको पित्त प्राकृतिक रुपमा कुपित रहन्छ । पित्तको वृद्धि हुनाले जठराग्नि मन्द हुन्छ यस कारण भोक कम लाग्छ । पित्तलाई शमन गर्ने पदार्थहरु जस्तै-गुलियो, रसिलो, सुपाच्य,हल्का चिसो प्रकृति भएका एवं तितो रसयुक्त आदिको प्रयोग हितकारक हुन्छ । शरद ऋतुमा खिर खानु अत्यान्त फाईदाजनक हुन्छ । खिर बनाईसकेपछि खिरलाई चन्द्रमाको किरण पर्ने ठाउँमा एक घण्टा राखेपछि सेवन गर्नाले मानसिक एवं शारीरिक रुपबाट अत्यान्त फाईदा गर्दछ । यो समयमा पित्त कुपित हुने भएकोले समय समयमा यौगिक क्रियाहरु वस्ति क्रिया र कुञ्जल क्रिया गर्नु अत्यान्त उपयोगि सिद्ध हुन्छ ।

हेमन्त ऋतुमा शारीरिक स्वास्थ्य

यो ऋतुको समाप्तिसँगै विसर्गकालको पनि अन्त्य हुन्छ । यसकालमा चिसो अत्यन्त हुन्छ, ठिहिच्याउँदो तुसारो पर्छ । कहिलेकाहिँ तराईमा त कुहिरो (हुस्सु) लागेर सूर्यको दर्शन गर्न पनि पाइँदैन । पहाडि क्षेत्रमा चिसो हावा चल्दछ । माथिल्लो पहाडि क्षेत्रमा र हिमाली क्षेत्रमा तुसारो र हिउँ पर्दछ ।

हेमन्त ऋतुमा रहन सहन

यस ऋतुमा विशेष गरेर जठराग्नि तीब्र हुन्छ । चिसो हावा र चिसो वातावरणले हाम्रो शरीरको छालामा बारम्बार प्रभाव पारिरहने हुनाले हाम्रो शरीरको उष्णता बाहिर निस्कन नपाई भित्र नै जमेर बसिरहन्छ । यसैकारणले जठराग्नि प्रवल हुन्छ । खाएको खाना राम्रोसँग पचेर बल प्राप्त हुन्छ । जाडोको मौसममा दुध, घिउ, कुराउनी, मुङ्गको दालको खिर, सानो गहतको रस, मौसम अनुसारका सागसब्जिहरू, फलहरू आदि पौष्टिक पदार्थहरुको सेवन गर्नुपर्दछ । साथै अमृतान्नलाई नास्तामा अवश्य स्थान दिनुपर्दछ । यसका साथमा भिजाएको ममफूलि, काँक्रो र नरिवल पनि लिनुपर्दछ । यस मौसममा भुटेको बदाम खानु र राती सुत्ने बेलामा गाईको एक गिलास दूधमा गाईकै एक चम्चा घिउ मिलाएर पिउनाले अत्यन्त फाइदा गर्दछ । प्रत्येक दिन दुई तीन वटा लसुनका पोटीहरूलाई चपाएर वा त्यसै पानीसँग खानु कम फाइदाजनक छैन ।

यस मौसममा काँचो अमलाको सेवनले अमृततत्वको समान काम गर्दछ । बिहान खाली पेटमा र अपरान्ह तीन-चार बजेसम्म चार-पाँचवटा अमला अवश्य खानुपर्दछ । यसका साथै रसायनको लागि ठूलो हर्रोको चूर्ण र सुठोको चूर्ण बराबर मात्रामा मिलाएर एक चम्चाका दरले बिहान खाली पेटमा खाने । आयुर्वेद ग्रन्थ चरकसंहितामा वर्णन गरिएको छ- अग्नि प्रवल भएकोले सामर्थ्य अनुसारको इन्धन पाएन भने बढेको अग्निले शरीरका धातुहरूलाई जलाउन थाल्दछ र वात कुपित हुन्छ । यो जठराग्निको स्वभाव हो । हप्तामा एकदिन उपवास गर्नाले आहारको सट्टा दोषहरूलाई पचाएर तलतिर धकेलिदिन्छ । उपवासको समयमा केवल कागती-पानी अथवा रसाहार मात्र गर्नुपर्दछ । अरु दिनभन्दा धेरै पदार्थहरू खाएर उपवास गर्नुहुँदैन ।

यस समयमा शीतको अतिबाट बच्नुपर्छ । शरीरमा तेल मालिश, नियमित योगाशन, प्रातःकालमा ताजा वायु सेवन, सूर्यस्नान आदि कार्यहरू गर्नुपर्दछ । ऊनी एवं सूतीकपडा लगाउनुपर्दछ । फोमका बिस्तारा, सिरानी प्रयोग गर्नु हानिकारक हुन्छ । तातो पानीले नुहाउनुभन्दा कुवा, इनार आदिको ताजा पानीले स्नान गर्नु गुणकारी हुन्छ । टाउको, आँखा, चेहरा एवं मलद्वार धुनका लागि तातो पानीको प्रयोग गर्नुहुँदैन । जाडोको कारणले यो समयमा अल्छी धेरै लाग्छ, त्यसमा पनि बिहानको समयमा तातो ओछ्यान छोड्न मुस्किल पर्छ तर आलस्यको अधीनमा भएर सिरक ओडी भूतको र भविष्यको कल्पना गरेर पल्टिरहने बानीले समय र स्वास्थ्य दुबैलाई हानी गर्दछ । ब्रह्महूर्तमा स्नानादि गर्दा त्यति चिसो हुँदैन, जति सूर्योदय पछाडि गर्दा हुन्छ । बिहान अबेरसम्म सुत्नाले शरीरमा बढेको अतिरिक्त गर्मीको कारणले टाउको दुख्ने, आँखा पोल्ने, मूत्राशय, शुक्राशय, पित्ताशय, मलाशय र आमाशयमा दुषित प्रभाव पर्दछ जसले गर्दा अनेकौं प्रकारका रोगहरू लाग्दछन् । बिहान चाँडै उठेर नित्यकर्ममा प्रवृत्त हुनाले यी सबै रोगहरू टाढैबाट भाग्दछन् ।

शिशिर ऋतुमा शारीरिक स्वास्थ्य

यस ऋतुमा हेमन्त ऋतुका अनुसार नै खान-पान र रहन-सहन आदि गर्नुपर्दछ किनभने यो ऋतु पनि शीतकालमा नै पर्दछ । यो समयमा फरक यतिमात्र हुन्छ कि रसायनको प्रयोग गर्न चाहनेले ठूलो हर्राको चूर्ण र पिप्लीको चूर्ण बराबर मात्रामा मिलाएर बिहान लसुन प्रयोग गरेको केही समय पछाडि खानुपर्दछ ।

रोक्न नहुने वेगहरू

हामीहरू जे जति पदार्थहरू खान्छौं, त्यसको राम्ररी पाचन भएर सारतत्व रस शरीरको पोषणको काममा आउँछ तर अवशिष्ट पदार्थ दिसा-पिसाब आदिको रूपमा शरीरबाट बाहिर निस्कन्छ किनभने शरीरलाई स्वस्थ एवं निर्विकार राख्न प्रकृति निरन्तर लागिरहेको हुन्छ । दिसा-पिसाब, अपानवायु आदि

वेगहरूलाई रोक्नाले हाम्रो शरीर स्वस्थ रहन सक्दैन । चरकसंहिताको अध्याय-६ को १ र २ श्लोकमा भनिएको छ-

न वेगान्धारयेद्धीमान्जातान्मूत्रपुरीषयोः ।
न रेतसो न वातस्य न वम्याः क्षवथोर्न च ॥
नोद्गारस्य न जृम्भाया न वेगान् क्षुत्पिपासयोः ।
न वाष्पस्य न निद्रायाः न श्वासस्य श्रमेण च ॥

अर्थात् बुद्धिमान् मनुष्यहरूका लागि दिसा-पिसाब, वीर्य, अपानवायु, हाछ्यूँ (छिक्का), डकार, हाई, भोक, तिर्खा, आँसु, निद्रा, परिश्रमबाट उत्पन्न श्वासलाई कुनै पनि परिस्थितिमा नरोक्नु (बाहिर जान दिनु) मा फाइदा हुन्छ । यदि यी वेगहरूको मार्ग अवरुद्ध भई फेरि फर्केर भित्रै घुम्न थाले भने शरीरलाई दुर्बल एवं रोगी बनाउँछन् । उपर्युक्त प्राकृतिक वेगहरूलाई रोक्नाले हुने हानिहरूको बारेमा सामान्य रूपमा तल चर्चा गर्ने प्रयत्न गरिएको छ ।

दिसा

दिसाको वेग रोक्नाले पक्वाशय दुख्ने, टाउको दुख्ने, मलावरोध हुने, पेटमा वायुप्रकोप भएर जोर्नीहरूमा गई चिल्लो पदार्थसँग मिलेर बस्नाले त्यो दूषित ग्याँसले गर्दा जोर्नीहरू दुख्ने वात रोग लाग्दछ ।

पिसाब

यो वेग रोक्नाले लिंगको मूत्रनली दुख्ने, मूत्राशय दुख्ने मूत्रावरोधको रोग लाग्ने, तल्लो पेट दुख्ने आदि समस्याहरू उत्पन्न हुन्छन् ।

वीर्य

यसलाई रोक्नाले अण्डकोष, शुक्रप्रणाली, पौरुषग्रन्थि शिथिल हुने सुन्निने र दुख्ने एवं भारि हुने हुन्छ । यसबाट हृदयरोग पनि लाग्नसक्छ । यही कुरालाई चरकसंहिता अध्याय.७ को ८ मा भनिएको छ- **मेढ्रे वृषणयो शूलमङ्गमर्द्दो हृदि व्यथा** अविवाहित युवकहरुलाई प्रमेह हुने यो एक मुख्य कारण हो । आजभोलिको कामुक एवं श्रृङ्गार प्रधान वातावरणबाट प्रभावित युवक-युवतीहरू यस्ता अनेकौं रोगहरूबाट ग्रस्त पाइएका छन् ।

अपान वायु

अपानवायुको वेगलाई रोक्नाले जोर्नीहरू दुख्ने, कब्जियत हुने, आन्द्रामा विकृति उत्पन्न हुने, पेट दुख्ने, आलस्य आउने, हाड दुख्ने, पेट फुल्ने साथै वायुविकार सम्बन्धी अनेकौं रोगहरू लाग्न सक्दछन् ।

वमन

वास्तवमा भन्ने होभने त बान्ताको वेगलाई रोक्न नै मुश्किल हुन्छ तर रोकेको खण्डमा खाना खान मन नलाग्ने, पहेंलो रोग, ज्वरो, कष्ट आदि रोगहरू लाग्दछन् ।

छिक्का

हाछ्यूँको वेग रोक्नाले घाँटी बाउँडिने, टाउको दुख्ने, अखा दुख्ने, इन्द्रियहरू दुर्बल हुने आदि समस्याहरू उत्पन्न हुन्छन् ।

डकार

यसको मार्गमा अवरोध उत्पन्न गराएमा बाडुली लाग्ने, खोकी लाग्ने, काम्ने, हृदयरोग र छाती दुख्ने आदि रोगहरू लाग्दछन् ।

हाई

शरीर भित्रको निष्क्रिय वायु निस्केर जानु लाई हाई आउनु भनिन्छ । यसको वेग रोक्नाले अंगहरू बाउँडिने, तन्द्राको स्थिति, अंगहरू निदाउने काम्ने आदि स्थितिहरू उत्पन्न हुन्छन् ।

भोक

भोकले ठोस पदार्थको शारीरिक आवश्कतालाई मनोवैज्ञानिक रुपमा संकेत गर्छ । यसलाई रोक्नाले शारीरिक दुर्बलता, कमजोरी, शरीरमा विकृत परिवर्तन, अंगहरू दुख्ने, रिंगटा लाग्ने आदि समस्याहरू देखा पर्दछन् ।

तिर्खा

तिर्खाले तरल पदार्थको शारीरिक आवश्कतालाई संकेत गर्छ । यसलाई रोक्नाले घाँटी र मुख सुक्ने, कानमा आवाज आइरहने, थकाई लाग्ने एवं हृदयसम्बन्धी रोगहरू लाग्दछन् ।

आँसु

मानसिक संवेग प्रकट हुने एक तरीका हो आँसु । यसको अवरोधबाट रुघा लाग्ने, आँखा दुख्ने, हृदय रोग, भोजनमा अरुचि, टाउको दुख्ने, रिंगटा लाग्ने आदि रोगहरू उत्पन्न हुन्छन् ।

निद्रा

शारीरिक र मानसिक थकान व्यक्त गर्ने संकेत हो निद्रा । यसको वेगलाई रोक्न अत्यन्त कठिन हुन्छ तर कहिलेकाँही रात्रि जागरणमा बस्दा निद्रा अवरुद्ध हुनजान्छ । यसबाट आँखा पोल्ने, रातो हुने, हाई आउने, अंगहरू बाउँडिने, दुख्ने मलावरोध हुने खान मीठो नहुने आदि हुन्छन् । समयमा उपयुक्त तरिकाले निद्रा नलिनाले शरीरको कार्यप्रणालीमा पूर्णरूपले गडबडी उत्पन्न हुन्छ ।

श्वास

वस प्रश्वास एक नियमित प्रक्रिया हो । परिश्रम गर्दा यसको वेग केही बढ्छ । परिश्रमबाट उत्पन्न भएको स्वासलाई जबरजस्ती रोक्नाले फोक्सो र हृदय समस्या उत्पन्न हुन्छ । मूर्च्छा र हडबडाहट जस्ता स्थितिहरू देखा पर्दछन् ।

खोकी

फोक्सो र घाँटीको समस्यालाई खोकीले बताउने गर्छ । आयुर्वेदको प्रसिद्ध शास्त्र सुश्रूत संहितामा के भनिएको छ भने खोकीको वेगलाई पनि रोक्नु हुँदैन । यसलाई रोक्नाले फोक्सो, घाँटी, हृदय एवं मस्तिष्क सम्बन्धी विभिन्न समस्याहरू उत्पन्न हुने सम्भावना हुन्छ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

खेमराज श्रीकृष्णदास प्रकाशन, बम्बई, ***भावप्रकाश*** (हिन्दी टीका सहित) ।

चौखम्भा भारती अकादमी, ***चरकसंहिता***, वाराणसी ।

आचार्य, प्रियव्रत शर्मा, ***सुश्रुतसंहिता***, चौखम्भा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी ।

श्रीकृष्ण शर्मा, ***योगरत्नाकरः*** (वैद्यकग्रन्थः), चौखम्भा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी ।

जनैपूर्णिमा र रक्षाबन्धनको महत्त्व

रमेश गौतम
उप-सचिव, उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय

लेखसार

जनै पूर्णिमा नेपाल र भारतमा मनाईने एक धार्मिक पर्व हो। यसलाई "रक्षा बन्दन" को रूपमा पनि चिनिन्छ। यो पूर्णिमामा पर्छ। यसको धार्मिक, सामाजिक र सांस्कृतिक महत्व रहेको छ। श्रावण शुक्ल पूर्णिमाका दिन उपाकर्म, ऋषितर्पणी र रक्षाबन्धन विधिपूर्वक स्नान, ऋषि तर्पण र हातमा डोरो बाँधी मनाइन्छ। सत्ययुगमा दानवद्वारा लखेटिएका देवगणलाई गुरु बृहस्पतिले रक्षा विधान तयार गरी बलशाली दानवराज बली बाँधिए, त्यसैले म तिमीलाई बाँध्छु, यसले तिमी सुरक्षित बन तथा विचलित नहोऊ भनी डोरो बाँधेर जोगाएका थिए भन्ने पौराणिक मान्यताका आधारमा चलेको रक्षाबन्धनको परम्परा आज पनि प्रचलित छ।

शब्दकुञ्जीः यज्ञोपवीत-शिखा, क्वाँटी, राम्बी

परिचय:

श्रावण शुक्लपूर्णिमा जनैपूर्णिमा, ऋषितर्पणी र रक्षाबन्धन हो। धर्मावलम्बीहरूको सनातन सबभन्दा ठूलो चिह्न नै शिखा र यज्ञोपवीत हो। ब्राह्मण ग्रन्थमा शिखा र जनै भएका ऋषिहरूको वर्णन गरिएको छ। यज्ञोपवीत बाल्यकालमै धर्मशास्त्रले वताएको उमेरमा विधि विधान अनुसार गरिन्छ। सन्यास अवस्थामा यसको आवश्यकता पर्दैन। यसबाट सिद्ध हुन्छ भने यज्ञोपवीत-शिखाको प्रयोजन ब्रह्मचर्य, गार्हस्थ र वानप्रस्थ यी तीन आश्रमसम्म हुन्छ। प्रारम्भमा यज्ञोपवीतको तीन सूत्र यही तीन अवस्थाको द्योतक हो।

जनैपूर्णिमा र रक्षावन्धन पर्व हरेकवर्ष श्रावण महिनाको शुक्लपक्षको पूर्णिमामा पर्दछ। तसर्थ यसलाई श्रावणी पनि भनिन्छ। यो पर्वमा सनातन धर्मावलम्बीहरूले बिहान सबेरै उठी जलाशयमा गै पञ्चगव्य प्राशन गरी शरीरलाई शुद्ध बनाई गोबर, खरानी, माटो, दतिवन, दूबो आदि विधिपूर्वक लगाई मन्त्र उच्चारण साथ नुहाउँदछन्। तागाधारीहरू (आर्यहरू) यस दिन विधिपूर्वक बनाएका जनैहरू र रक्षा सूत्रलाई शास्त्रीय विधिअनुसार अभिमन्त्रणा गरी गुरु पुरोहितहरूबाट श्रद्धा भक्ति साथ जनै लगाउने डोरो बाँध्ने गर्दछन्। यस दिन भद्रा पयो भने राजालाई अफाप हुने हुनाले भद्राको घडी विताई राजदरबारमा जनै लगाउने डोरो बाँध्ने चलन छ। स्त्री जाति र अरु जातिले यस दिन खास रक्षा सूत्र मात्र बाँध्दछन्। क्वाँटी दान गरी क्वाँटी घरमा पकाई खाने पनि चलन छ। यसबाट वर्षात समयको निमित्त पौष्टिक तत्त्व प्राप्त हुनुका साथै वायु शमन भई स्वास्थ्य लाभ पनि हुन्छ। यस दिन बहिनीले भाइलाई धेरै राम्रो "राखी" वनाई वाधने चलन तराई तिर प्रचलित पनि छ। जे होस् यस दिन आफ्नो गुरु पुरोहित द्वारा डोरो नाडीमा बाँधिन्छ र ब्राह्मणलाई दक्षिणा पनि दिइन्छ।

रक्षा बन्धनको सम्बन्धमा धेरै कथाहरू प्रचलित छन्। भनिन्छ कि एकपटक देवता र असुर दुवै पक्षबाट बाह्र वर्षसम्म घमासान युद्ध भयो। न देवताले जिते न असुरले जिते। देवताको सेनापति इन्द्र पनि थाके। उनी चकित हुन लागे कि हामीले असुरमाथि विजय किन प्राप्त गर्न सकेनौ, के गरेमा विजय प्राप्त गर्न सकिएला यही

सोच लिएर आफ्नो गुरु आचार्य वृहस्पति कहाँ गएँ र भन्न लागे हे गुरुदेवजी यी असुर माथि विजय प्राप्त गर्न सकिन, धेरै प्रयास गरें, केही गरे पनि विजय प्राप्त गर्न सकिन। हजुरले कृपा गरेर मलाई विजय प्राप्तगर्न सक्ने उपाय वताइ दिवक्सियोस् मैले के गर्नु उचित छ। तब गुरुदेवले भन्न लाग्नुभयो हे इन्द्र र अन्य देवताहरू हो सवै मिलेर इन्द्राणी कहाँ जाओ र भन्नु कि रक्षाको लागि व्रत गर। जव व्रत समाप्त हुन्छ त्यसबखत उनलाई जुन धागो प्राप्त हुन्छ सो इन्द्र देवको दाहिने हातमा बाधिदिनु। तब तपाईंहरूको अवश्य विजय प्राप्त हुनेछ।

आचार्य वृहस्पतिको यस्तो आज्ञा पाएर सवै देवता इन्द्राणीकहाँ गई सबै वृतान्त बताए। इन्द्राणीले पनि आफ्नो पतिको रक्षाको लागि अवश्य यो व्रत गर्ने अठोट गरिन्। इन्द्राणीले विधिवत् यो व्रत गरिन्। व्रत समाप्त भएपछि एक सूत्र इन्द्रको दाहिने हातमा बाँधी निधारमा टीका प्रसाद लगाइ दिइन् र भनिन् कि निश्चिन्त भई जानुहोस्। हजुरको यस युद्धमा विजय अवश्य हुनेछ। तव यो सूत्र वाधि प्रसाद लगाई युद्धको लागि अघि बढ्नुभयो। फेरि देवता र असुरको युद्ध सुरु भयो। यसमा इन्द्रले यति पराक्रम साथ युद्ध गरे कि असुरहरू पनि चकित भए। आखिर इन्द्रको पक्षबाट देवताको विजय प्राप्त भयो। त्यसैबेलादेखि यो पर्व मनाउँदै आएको हो।

रक्षाबन्धनको प्रचलित मान्यता

प्राचीन समयमा रक्षा बन्धन बारे एक कहानी ज्यादै प्रचलित थियो। श्रावण महिनामा ठूला-ठूला ऋषिहरू गाउँ र शहरमा घुम्दै व्यक्तिहरूलाई प्रेम र सद्भावका उपदेश दिने गर्दथे। श्रावणी अथवा रक्षा बन्धनको दिन उनीहरू विभिन्न गाउँमा ठूला-ठूला यज्ञ गर्दथे। साथै हरेक गाउँका व्यक्तिहरूको उक्त यज्ञमा संलग्न रहन्थ्यो र बडो श्रद्धाका साथ ऋषिहरूबाट गुरु मन्त्र ग्रहण गर्दथिए। ऋषिहरू गुरुमन्त्र दिनुभन्दा पहिले व्यक्तिहरूलाई सच्चाइ र प्रेममा सँधै अटल रहनुभन्ने उपदेश दिन्थे। त्यो उपदेश भक्तजनहरू स्वीकार गरेर निश्चय गर्दथे कि यो उपदेश हामी जीवनभर पालना गरौं। त्यसकारण उक्त प्रणलाई 'हमेसा याद दिलाउनको निमित्त ऋषिहरू भक्तको घरमा आई हातमा रक्षा सूत्र बाँधिदिने र जनै लगाइदिने गर्दथे।

सत्यले महाबली दानवहरूको राजा बाँधिए। त्यही सत्यमा बाँधिनलाई रक्षासूत्र बाँधिदिएको छु हे रक्षासूत्र तिमी पनि अचल रह रक्षासूत्र लगाउने यजमान पनि सत्यमा अचल हुने छन् भन्ने अर्थ भएको हो।

येन बद्धो बली राजा दानमिन्द्रो महाबल।

तेन त्वां प्रतिबध्नामि रक्षे मां चलमाचल ।।

इत्यादि श्लोक पढ्दै सूत्र बाँधिदिने र जनै यो मन्त्र पढी

यज्ञोपवीतं परमं पवित्रं प्रजापतेर्यत्सहजं पुरस्तात्।

आयुष्यमग्र्यं प्रतिमुञ्च शुभ्रं यज्ञोपवीतं बलमस्तुतेज ।।

भनी लगाई दिने गर्दथिए। आज पनि सो परम्परा कायमै छ। यसै परम्परालाई पूरा गर्नको लागि ब्राह्मणहरू आ-आफ्नो यजमान शिष्यको हातमा रक्षासूत्र बाँधिदिने र पुरानो जनैको बदला नयाँ लगाइदिन्छन्। सबै सधै सत्यमा रहुन् भन्ने गुरु पुरोहितको आशय हो। यो मन्त्रमा भनिएको छ कि यज्ञोपवीतको उत्पति प्रजापतिका साथ नै भयो। प्रजापतिको साथ उत्पन्न हुनुको मतलब यो हो कि जुन प्रकार प्रजापतिबाट संसारको सृष्टि र वृद्धि

भएको छ त्यसै प्रकार पहिलो तीन आश्रममा संसारका राष्ट्र र सभ्यताको वृद्धि हुँदै जान्छ। जो राष्ट्र संयम पूर्वक आफ्नो सभ्यता र संस्कृतिको अध्ययन गरेर नयाँ नयाँ सत्य कुराहरूको खोजी गरिन्छ। गृहस्थीद्वारा आफ्नो सभ्यता तथा जातिको पूर्ण विस्तार गराउनु प्रत्येक व्यक्तिको कर्तव्य हो। यसरी नै आध्यात्मिक चिन्तनद्वारा राष्ट्रको शक्तिको सञ्चय र वृद्धि वानप्रस्थ अवस्थाबाट हुन्छ। यी तीनैलाई ऋषि ऋण, देव ऋण, र पितृ ऋण उद्धारक भनिन्छ। प्रत्येक जनैधारीको कर्तव्य यो हुन्छ कि त्यस्तो व्यक्ति तीनै ऋणबाट मुक्त हुनु हो।

जनैको नौसूक्तमा भिन्न-भिन्न नौ गुणका साथ यज्ञोपवीत धारणद्वारा द्विजातिको बालक नवै गुणले भूषित हुन जान्छ। प्रथम देवता **ॐ कारको गुण ब्रह्मज्ञान**, द्वितीय देवता **अग्निको गुण तेज**, तृतीय देवता **अनन्तको गुण धैर्य,** चतुर्थ देवता **चन्द्रको गुण सर्व प्रियता**, पञ्चम देवता **पितृगणको गुण स्नेहशीलता**, षष्ठ देवता **प्रजापतिको गुण प्रजापालन तत्परता**, सप्तम देवता **वायुको गुण बल युक्तता**, अष्टम देवता **सूर्यको गुण प्रकाशता**, नवम देवता **सर्व देवताको गुण सात्विकता** हो। **साथै यज्ञोपवीतलाई सर्व प्रथम ब्रह्माले सूत्र पैदा गरेका हुन्, त्यसलाई विष्णुले तीन गुणा गरे, त्यसैलाई शिवजीले गाँठो अर्थात् शिखा पारे, ती त्रिदेवले तयार पारेको यज्ञोपवीतलाई सावित्रीले मन्तरिन्। यसरी त्रिदेव र शक्तिद्वारा तयार पारिएको यज्ञोपवीत ब्राह्मण, क्षत्रीय, र वैश्य यी तीनै जातले धारण गरी यस्को नियम अनुसार रहने गरेमा ज्ञान, तेज, धैर्य, सर्व प्रियता, स्नेह शीलता, प्रजापालन, तत्परता बलयुक्त प्रकाशता, सात्विकताले परिपूर्ण भै जनता, देश र समग्र विश्वको संरक्षणका निमित्त सदा सामर्थ्यले परिपूर्ण भएर आफ्नो पनि ऐहिक भविष्य उज्वल र पारमार्थिक मार्ग प्रकाशमय बनाउँन पनि सामर्थ्य हुनेछन्।**

तराई मधेशतिर दिदी बहिनीले आफ्नो भाइको रक्षाको निमित्त राखि बाँधिदिने विभिन्न किसिमका मिठाइहरू खुवाउने गर्दछन्। यस पर्वबाट यो शिक्षा प्राप्त गर्न सकिन्छ कि दिदी बहिनी र दाजुभाइ परस्परमा रक्षाको लागि सँधैभरि तयार रहनुपर्दछ चाहे उनीहरूले यसको लागि प्राणको बाजी किन लगाउन नपरोस्।

यस्तो ठूलो चाडबाड जुन ताकाधारी (आर्य) याने ब्राह्मण, क्षेत्रिय, वैश्य आदिले विधिपूर्वक नयाँ जनै फेर्ने साथै सबै अन्य वैदिक सनातनी हिन्दूहरूले रक्षा डोरो बाँध्ने सनातनदेखि चलिआएको हिन्दू परम्परा मात्र सबै सरकारी कार्यालयहरूमा बिदा दिई हिन्दूहरूलाई आफ्नो धर्म संस्कृति जोगाउने परम्परा भइराखेको छ।

यसरी यज्ञोपवीत (जनै) आर्य संस्कृतिको चिन्ह हो, यो विद्याको चिन्ह र यज्ञको वेशभूषा हो। मर्यादा पुरूषोत्तम श्रीराम, योगिराज श्रीकृष्ण, कैलाशपति शिव, चतुर्मुख ब्रह्मजी, महाराजा जनक, माता पार्वती, वाचक्नवी गार्गी, सीता, माता दुर्गा, माता रूक्मिणी, माता सरस्वती, देवी कुन्ति सतिसाध्वी द्रौपदी त्यसैगरि लंकापति राक्षस रावण आदि सबै हामीले मान्ने भगवान तथा नरनारीहरू जनै धारण गर्दथे। यद्यपि आजकाल नारीले यो जनै धारण गर्ने परम्परालाई विस्थापीत गरिएको छ। जनैमा तीन दण्ड अर्थात् तीन डोरा, नौ सूक्ष्म तन्तु र पांच शिखा वा गांठा हुन्छन् जसलाई पञ्चशिखा भनिन्छ। एउटा जनैमा तीन धागा – डोरा वा सूत्र हुन्छन्। हामी कहां तीन संख्याको ठूलो महत्व छ। ब्रह्मा, विष्णु र महेश्वर (सत्व, रज र तम) तीनगुण, पृथ्वी-अन्तरिक्ष र द्यूलोक गरी तीन लोक गार्हपत्य, आहवनीय र दक्षिण तीन अग्नि ईश्वर, जीवात्मा र प्रकृति आदि सत्ता पनि तीन छन् अतः जनैमा तीन डोरा हुनु सुसंगत छ। जनै ब्रह्मचर्य, गृहस्थ र वानप्रस्थ तीन आश्रममा रहदा मात्र धारण गरिन्छ। चतुर्थ आश्रम संन्यास आश्रममा पुगेपछि यसलाई उतारेर विसर्जन गरिन्छ। यस अभिप्रायले पनि जनैमा तीन धागा अथवा सूत्र हुन्छन्। जनैका तीन दण्ड (डोरा, सूत्र) ले मन, बचन र कर्मको एकताको शिक्षा दिन्छन्। जे

मनमा छ त्यही वचनमा हुनुपर्छ र सोही अनुसार कर्ममा पनि उतार्नुपर्दछ। जब मन, वचन र कर्म एक हुन जान्छन् मनुष्य महात्मा बन्दछ, अन्यथा त्यो दुरात्मा बन्दछ।

तीन दण्ड सूत्रको एक अर्को पनि रहस्य छ कार्यदण्ड, वाग्दण्ड र मनोदण्ड अर्थात् शरीर, वाणी र मनलाई संयममा राख्नु। कार्यसंयमद्वारा ब्रह्मचर्य पालन, गुरूजनहरूको आदर सत्कार, अहिंसा र तप आदि। वाणी संयमद्वारा सत्य, हितकारी र मधुर भाषण र स्वाध्याय गर्नु। मन संयमद्वारा मनका विकारहरू दूर गरी त्यसलाई शुद्ध र पवित्र संकल्पले मुक्त बनाउनु एवं सार्थक चिन्तन गर्नु। जनैधारीका लागि शरीर, वाणी र मनको यो संयम अत्यावश्यक छ।

तीन धागामा एक अर्को रहस्य पनि लुकेको छ यो संसार त्रिगुणात्मक छ सत्व, रज र तम तीन गुणले समस्त प्राणी बांधिएका हुन्छन्। जनैका तीन धागाले यसैको स्मरण गराउंदछन् कि हामीले यस संसारबाट निस्कनु छ र मुक्त हुनु छ। सन्यासी रुप धारण गर्दा संसारबाट माया,मोह र ममता त्यागिन्छ यस कारण 'संन्यास आश्रममा' जनै फुकालिन्छ। जनै र 'गायत्रीमन्त्रको परस्पर घनिष्ट सम्बन्ध छ। यससंगै परमेश्वर(परमाणु)को सर्वश्रेष्ठ नाम 'ओम्' मा अक्षर पनि तीन छन् अ, उ र म्। महाव्याहुति पनि तीन नै छन् 'भूः भुवः स्वः' र गायत्री मन्त्रमा पाद पनि तीन नै छन् 'तत्सवितुर्वरेण्यम्' 'भर्गो देवस्य धीमहि' 'धियो यो नः प्रचोदयात'।

शरीरमा 'वात' 'पित्त' र 'कफ' धातुहरू पनि तीन नै छन्। यिनलाई सम राख्नु पर्छ, समराख्नु स्वास्थ्य हो विषम राख्नु रोगी हुनु हो। शरीर पनि'स्थूल' 'सूक्ष्म' र 'कारण' तीन नै छन्। यिनको विवेक गरेर आत्मालाई जान्नु पर्दछ। दुःख वा ताप पनि तीन प्रकारकै छन् 'आध्यात्मिक', 'आधिदैविक' र 'आधिभौतिक'। यी तीन दुःखबाट निवृत्ति हुनु पर्दछ। यिनबाट निवृत्तिको नाम नै परमपुरूषार्थ अथवा मोक्ष हो। 'ज्ञान', 'कर्म' र 'उपासना' तीन साधन छन्। यी तीन साधनको रहस्य बुझेर तदनुसार आचरण गरी परमात्मा (तत्वज्ञान) प्राप्त गर्नु पर्छ। जनैका तीन सूत्रले एक अर्को पनि संकेत दिई रहेका छन् त्यो यो हो कि संसारमा तीन प्रकारका ऐश्वर्य छन् 'सत्य', 'यश' र 'श्री' जनैधारी मनुष्यले यी तीन मध्येबाट कुनै एकलाई छान्नु पर्दछ। त्यसैगरि जनैका तीन सूत्रले परमात्मा जीवात्मा र प्रकृति यी तीन अनादि सत्ताको सम्यक ज्ञान प्राप्त गर्ने संकेत पनि दिन्छन्। जनै धारण गरेका व्यक्तिले परमात्मा के हो त्यसको स्वरूप कस्तो छ त्यसको प्राप्ति कसरी हुन सक्दछ इत्यादि कुराहरूलाई जान्ने प्रयत्न गर्नु पर्दछ। यसैगरी म को हुं, कहांबाट आएको हुं, मलाई कहां जानु छ र मेरो जीवनको लक्ष्य के हो ? इत्यादि आत्मज्ञान सम्बन्धी समस्याहरू सुल्झाउन निरन्तर प्रयत्नशील रहने संकेत पनि यसवाट मिल्दछ। प्रकृति के हो यसबाट उपयोग लिएर मानव जीवनलाई कसरी सुखी तुल्याउन सकिन्छ आदि सनातन प्रकृतिको विविध ज्ञान प्राप्त गर्नु पर्दछ यस रहस्यलाई हृदयंगम गरी जनै धारण गर्दछ भने त्यस व्यक्तिको जनै धारण गर्नु सार्थक हो भन्ने सन्देशपनि दिई रहेको छ।

जनैका तीन सूत्रहरूको एक अर्को साह्रै महत्वपूर्ण कुराको रहस्य समेत लुकेर रहेको छ, जसको यहां समुद्घाटन गर्नु उपयुक्त हुन्छ। प्रत्येक मनुष्यलाई जन्मदै देखि तीनवटा ऋण लागेका हुन्छन् 'पितृऋण', 'देवऋण' र 'ऋषिऋण' प्रत्येक यज्ञोपवीत धारी व्यक्तिले यी तीन ऋणबाट मुक्त हुने निरन्तर प्रयत्न गर्नुपर्दछ। माता-पिताले जन्म दिएर लालन-पालन गरी सन्तानलाई हुर्काउछन्। उनीहरूको सेवा सुसार गरेर यो ऋण केही अंशसम्म तिर्न सकिन्छ। यसै कारण उपनिषदका ऋषिहरूले 'मातृदेवो भव' र 'पितृदेवो भव' भनेर उपदेश गरेका छन्।

सामान्य रूपले 'देव'को अर्थ ईश्वर हो तर इश्वर प्राप्ति कहां र कसरि हुन्छ भन्ने सवाल अष्पष्ट पारिएको छ। करूणामय ज्ञानमा ईश्वरत्वको असीम अनुकम्पा लुकेको हुन्छ। समाजिक रुपान्तरण र जनहीतप्रति ईमानदार रहेर नित्यनियम र ध्यानपूर्वक कार्य गर्नु, चिन्तन गर्नु र उपासना गर्नु 'ब्रह्मयज्ञ' कहलाउंछ यसैलाई 'देवयज्ञ' पनि भनिन्छ।

ब्रह्मादेखि महर्षि जैमिनि र दयानन्द सम्मका सच्चा त्यागी-तपस्वी र वीतराग ऋषि-महर्षि तथा विद्वानहरू जसले शाश्वत वैदिक संस्कृति र सभ्यतालाई हामीसम्म सफलतापूर्वक ल्याईपुऱ्याएका छन् यसले आधुनिक समयमा हामीलाई मार्गदर्शन गरिरहेका छन्। अवको हाम्रो कर्तव्य भनेको उनीहरूले दिएको विद्या पढेर, वेदहरूको स्वाध्याय गरेर समय सापेक्ष ढंगवाट प्रचार-प्रसार गरी ज्ञानगङ्गालाई प्रवाहमान राखु र'ऋषिऋण' बाट तीन ऋण हुने कार्य गर्नु हो। त्यसैगरी, जनैका तीन डोरा ब्रह्मग्रन्थि अथवा शिखाद्वारा परस्पर बांधिएका हुन्छन्। यसले के बोध गराउंदछ भने मनुष्यका लागि ज्ञान, कर्म र उपासना यी तीन साधन ईश्वरत्व प्राप्तिका आधारहरु हुन्। जनै धारण गरेर मनुष्य कामना गर्दछ कि म ज्ञान, कर्म र उपासनाद्वारा ईश्वरत्व प्राप्त गर्न सकुं, म जागृत, स्वप्न र सुषुप्ति अवस्थालाई पार गरेर तुरीय अवस्थामा ब्रह्मसंग मेल गर्न सकुं र जीवनको उद्देश्य पूरा गरुं। ठूला, साना र आफू बराबरीहरूका संग यथायोग्य व्यवहार गर्नेछु। अर्थात् ठूलाको आदर सम्मान, बराबरीहरूकासंग प्रेम र साना माथि दया माया र ममता प्रदर्शन गर्नेछु। यस्ता अनेकौं महत्वपूर्ण कुराहरूको दिव्य आदर्श जनैले प्रस्तुत गर्दछ। यस प्रकार जनैका तीन डोरा विज्ञानमय भै भरिएको छ। त्रिसूत्ररूप जनैका एक- एक डोरामा तीन-तीनका क्रमले ३×३=९ वटा मसिना-मसिना सूक्ष्म डोरा हुन्छन्।

जनैका ९ वटा सूक्ष्म डोराको रहस्य के छ ? जनैका पवित्र ९ तन्तुमा नौ देवहरू अवस्थित रहन्छन्। जस्तैः-

ओङ्कारः प्रथमे तन्तौ द्वितीयेग्निस्तथैवच।
तृतीये नागदैवत्यं चतुर्थे सोमदेवता।।
पञ्चमे पितृदैवत्यं, षष्ठे चैव प्रजापतिः।
सप्तमे मरूतश्चैव अष्टमे सूर्य एवं च।।
सर्वे देवास्तु नवमे इत्येतास्तन्तु देवताः।।

पहिलोमा ओंकार, दोश्रोमा अग्नि, तेश्रोमा अनन्त, चौथोमा चन्द्रमा, पाचौंमा पितृगण, छैटौंमा प्रजापति, सातौंमा वायु, आठौमा सूर्य र नवौ सूत्रमा सबै देवता प्रतिष्ठित छन्। जनै धारण गर्ने व्यक्तिले जनैका सूत्रहरूमा स्थीत नौ देवहरू संग सम्वन्धित रहेका निम्न लिखित गुणहरूलाई आफू भित्र धारण गर्नुपर्दछः

ओंकार -एकत्वको प्रकाश, ब्रह्मज्ञान।
अग्नि -तेज, प्रकाश, पापदहन।
अनन्त -अपार धैर्य र स्थिरता।
चन्द्रमा -मधुरता, शीतलता र सर्व प्रियत।
पितृगण -आशिर्वाद, दान र स्नेह।
प्रजापति -प्रजापालन, प्रेम र सौहार्द।
वायु -पवित्रता, बलशालिता र धारण शक्ति

सूर्य -गुण ग्रहण, नियमितता, प्रकाश, अन्धकारनाश र मल शोषण।
सर्वे देवता -दिव्य र सात्विक जीवन।

जनै पूर्णिमाको महत्व

जनै धारण गर्ने दिन: यस दिन ब्राह्मण तथा अन्य हिन्दु धर्मावलम्बीले नयाँ जनै (यज्ञोपवीत) लगाउँछन्।

जनै धारण गर्नुभन्दा अगाडि "उपाकर्म" (पवित्रीकरण संस्कार) गरिन्छ, जसमा ऋषिहरूलाई सम्झिने, मन्त्र पाठ गर्ने र पुरानो जनै फेर्ने चलन छ।

रक्षा बन्धन (भाइ–बहिनीको बन्धन): यस दिन बहिनीले भाईलाई (रक्षा सूत्र) बाँध्छिन् र भाईले बहिनीलाई रक्षा गर्ने प्रतिज्ञा गर्छन्। यो पर्व परम्परा प्रेम, विश्वास र सुरक्षाको प्रतीक हो।

धार्मिक महत्व: पुराण अनुसार, देवताहरू र दानवहरूबीच युद्धमा देवताहरूले विजय पाउन इन्द्राणीले इन्द्रको हातमा रक्षा सूत्र बाँधेकी थिइन्, जसले गर्दा उनी विजयी भए। यस दिन भगवान विष्णुले शेषनागलाई पृथ्वी उचाल्न मद्दत गरेको मानिन्छ।

जनै धारण गर्ने रिवाज: ब्राहमण, क्षेत्री र विशेष जातिहरुले यस दिन जनै लगाउछन्। साथै ऋषिहरुले आफ्ना शिष्यहरुलाई जनै दिने परम्परा छ। जसकले आध्यात्मिक शुद्धता र द्विजत्वको प्रतिक हो। पुरानो जनै फ्याकेर नयाँ जनै लगाईन्छ जसले गर्दा आफ्नो धार्मिक प्रतिवद्धता ताजा हुन्छ।

रक्षा सुत्र (राखी) बाँधने चलन: दाजुभाई र दिदीबहिनीहरुले एक अर्कालाई राखी बाँधनुले सुरक्षा, प्रेम र सौहार्दको प्रतिक मानिन्छ। यो परम्परा महाभारत कालदेखि चलिआएको मानिन्छ।

क्वाँटी खाने रिवाज: नेपालमा क्वाँटी पकाएर खाने चलन छ। यसले पर्वतीय एकता, प्रकृतिको उपहार र शारीरिक स्वास्थ्य मजबुत बनाउछ। यसलाई ऋषि तर्पणको रुपमा पनि लिईन्छ।

सांस्कृतिक परम्परा:

मन्दिरहरुमा भिड: नेपालमा पशुपतिनाथ, गोसाईकुण्ड र कुमारी जस्ता धार्मिक स्थलहरुमा ठूलो मेला लाग्दछ।

गोसाईकुण्ड यात्रा: धेरै श्रद्धालुहरुले जनै पूर्णिमामा गोसाईकुण्डको तीर्थयात्रा गर्छन्।

तन्त्र-मन्त्र र रक्षा कवच: केही ठाउँमा तान्त्रिकहरुले रक्षा धागो (जनै) मन्त्र पढेर दिन्छन्।

वैज्ञानिक/स्वास्थ्य लाभ

जनै परिवर्तन: शरीर विज्ञान अनुसार कानमा जनै लगाउँदा एक्युपंक्चर जस्तो प्रभाव पर्छ जसले स्वास्थ्यलाई फाइदा गर्छ

क्वाँटीको पौष्टिकता: मिसाएका अन्नहरु जस्तै मास, चना, मकै प्रोटीन र पोषणले भरपूर हुन्छन।

नेपाली समाजमा विशेषताः

जातीय एकताः यो पर्व सबै वर्ग, जाति र समुदायले मनाउँछन्।

पारिवारिक मेलमिलापः दाजुभाइ र दिदीबहिनीहरु बीचको बन्धन बलियो बनाउँछ।

स्नान, दान र पूजाः गंगा, यमुना जस्ता पवित्र नदीमा स्नान गरेर पाप धुने विश्वास छ। ब्राह्मणहरूलाई अन्न, वस्त्र, दक्षिणा दान गर्ने चलन छ।

कृषि सम्बन्धी महत्त्वः श्रावण पूर्णिमा किसानहरूले नयाँ फसलको तयारी गर्छन्, यसलाई "नयाँ अन्नको पर्व" पनि भनिन्छ।

निष्कर्ष

जनै पूर्णिमा धार्मिक आस्था, भाईचारा, संस्कार र प्रकृतिसँग जोडिएको पर्व हो। यसले समाजमा प्रेम, सद्भाव र सांस्कृतिक एकतालाई बढावा दिन्छ। जनै पूर्णिमा धर्म, संस्कृति र समाजिक सौहार्दको मिश्रण हो। यसले आत्मशुद्धि, रक्षा र प्रकृतिसँगको सम्बन्धलाई जोड्ने काम गर्दछ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

सुवेदी, मधुसूदन (२०६३), *सनातन विशेष चाडपर्व तथा धार्मिक लेख,* ललितपुरः श्रीमती सानुमाया सुवेदी।

गीताप्रेस, गोरखपुर (२०६६), *व्रत परिचय,* गोरखपुर।

https://shilapatra.com/detail/६५१७८

कपिलदेव र साङ्ख्यदर्शन

कमल पौडेल

योगाचार्य, नेपाल संस्कृत विश्वविद्यालय

लेखसार

साङ्ख्य दर्शनले पुरुष (चेतना) र प्रकृति (जड सृष्टि) यी दुई मौलिक तत्त्वलाई मादन्छ । प्रकृतिमा सत्त्व, रजस, तमस गुणहरू रहेका छन्, जसको असंतुलनले २४ तत्त्व (मन, इन्द्रिय, महाभूत आदि) उत्पन्न गर्दछ । २५औँ तत्त्व पुरुष हो जो निष्क्रिय चेतना हो । मानिसले पुरुष र प्रकृतिलाई एक मानेर दुःख पाउँछन् । विवेकज्ञान (यी दुईको भेद बुझ्ने) भएमात्र मोक्ष सम्भव छ । यसको मूल उद्देश्य दुःख निवृत्ति हो, जुन तत्त्वज्ञानद्वारा प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

उपनिषद्हरूदेखि लिएर विविध पुराणहरू तथा रामायण र महाभारत एवं अनेक साहित्यिक ग्रन्थहरूमा पनि साङ्ख्यशास्त्रका विषयहरूको उल्लेख कुनै न कुनै प्रसङ्गमा आएकै भेटिन्छ । यो साङ्ख्यशास्त्रको प्राचीनता र व्यापकताको प्रमाण हो ।

साङ्ख्यशास्त्रका प्रवर्तक महर्षि कर्दमका छोरा आचार्य कपिल मुनि हुन् भनेर मानिएको छ । यिनी भगवान् विष्णुका पञ्चम अवतार मानिन्छन् । यिनले आफ्नी आमा देवहुतीलाई साङख्यदर्शनको उपदेश गरेका थिए भन्नेकुरा श्रीमद्भागवत महापुराण अन्तर्गत तृतीयस्कन्धका पच्चीसदेखिलिएर बत्तीस अध्यायसम्म उल्लेख गरिएको भेटिन्छ । साङ्ख्यदर्शन त साँच्चै भन्ने हो भने मनोवैज्ञानिक छ, किनकि यसलाई सुनेपछि देवहुतीको मन शान्त भयो । यसमा वर्णन गरिएका तत्त्वहरू स्थूल नभएर वास्तवमा बौद्धिक जगत्का तत्त्व हुन् । यी सबै हाम्रै मनभित्र छन् ।

यसैगरी सांख्यदर्शनमा प्रस्तुत गरिएका पच्चीस तत्त्वरूपी एक अद्भुत घर हो । पुरुषले त्यस घरमा आश्रय लिएर बसेको हुन्छ । सांसारिक बन्धन र मोक्षलाई बताउन एवं बुझाउन सक्ने शास्त्र सांख्य एवं योग दर्शन नै हो ।

शब्दकुञ्जी : आप्त, मोक्ष, कैवल्य, अजा, सुपर्णा ।

पृष्ठभूमि

पौरस्त्यदर्शनले संसारको दुःखमय जीवनबाट विरक्तिलाई देखाउँदै क्रमशः भविष्यको प्रकाश र आनन्दमय अवस्थाको मार्गमा हामीलाई अग्रसर गराउँछन् । यस मार्गमा निराशाको कुनै स्थान छैन । जे जति र जस्तो ज्ञान जीवले यस जन्ममा प्राप्त गर्दछ, त्यसको नाश मृत्यु हुँदैमा हुने होइन । त्यो ज्ञान त जीवात्माको साथसाथै अहिलेको जर्जर भएको बूढो शरीरलाई छोडेर अर्को जन्ममा प्राप्त हुने नवीन शरीरमा पुग्दछ र त्यो जीवले अघिल्लो जन्ममा प्राप्त गरेको जे जति ज्ञान थियो त्यसको साथसाथै ज्ञानमार्गमा अग्रसर हुनथाल्छ । श्रुति भन्नाले वेदहरूमा बताइए अनुसार आत्मा व्यापक, नित्य, सत्, चित् र आनन्दमय छ । जिज्ञासु अध्येताले यस कुरालाई प्रतिज्ञा वाक्यजस्तै मानेर स्वीकार गर्दछ अनि त्यसलाई साक्षात्कार गर्नका लागि अग्रसर हुन्छ । यसरी जिज्ञासु ज्ञानमार्गमा अग्रसर हुन्छ र उसले म कति अगाडि बढेको छु भन्ने कुरा आफै बुझ्दै जान्छ । यो पौरस्त्यदर्शनको प्रगतिशील पक्ष हो ।

यो संसारमा मान्छेहरू अत्यन्त दुःखी र त्रस्त छन् । जसबाट छुटकारा पाउनको लागि मान्छेहरू अनेक प्रयत्न गरिरहन्छन् । दुःख निवृत्तिको एउटा प्रयास ज्ञान प्राप्ति पनि हो । अर्थात् जसबाट सदाको लागि दुःख निवृत भएर जाओस् । प्रमाण अर्थात् प्रत्यक्ष अनुमान र आप्त प्रमाणहरूद्वारा जान्न योग्य चिजहरूलाई बुझ्नु पर्दछ ।

दु:खबाट निवृत्ति प्राप्त गर्नका लागि ज्ञान प्राप्त गर्नु आवश्यक छ । सांख्य दर्शनका अनुसार दुई तत्त्व प्रमुख छन् । प्रकृति र पुरुष, पुरुषको प्रकाश प्रकृतिमा पर्नासाथ सृष्टि प्रक्रिया सुरु हुन्छ । त्यसबाट सबैभन्दा पहिले महत्तत्त्व बुद्धि र त्यसबाट अहंकार र त्यसपछि पञ्चतन्मात्राहरू ज्ञानेन्द्रिय कर्मेन्द्रिय र मन आदि १६ तत्वहरूको उत्पत्ति हुन्छ । सांख्य दर्शनले दु:खलाई दुई किसिमले एकान्तिक र आत्यन्तिक निवृति बताएको छ जसलाई मोक्ष अथवा कैवल्य भनिएको छ ।

सांख्यदर्शनका दुई प्रमुख सिद्धान्तहरू- सत्कार्यवाद र बहुत्वरूप पुरुष जसको व्याख्या पछि लेखमा गरिने छ । यहाँ यत्तिमात्र उल्लेख के गरिन्छ भने सांख्यदर्शन वस्तुत: ज्ञानप्रधान दर्शन हो जसले तात्त्विकज्ञानको माध्यमबाट मोक्ष अथवा कैवल्य प्राप्तिलाई स्वीकार गर्दछ । यसले केवल तीन प्रमाणहरू- प्रत्यक्ष, अनुमान र आप्तलाई मान्दछ ।

१.१ अध्ययनको उद्देश्य

वर्तमान समयमा सांख्य दर्शनको प्रासङ्गीकता बढ्दै गएको र लुम्बिनी प्रदेश भित्र रहेको कपिलवस्तु जिल्ला आफैमा कपिलऋषिसंग सम्बन्धित भएकाले कपिल ऋषि र सांख्य दर्शनको विस्तृत अध्ययन अनुसन्धान गरी वैश्विक स्तरमा सांख्यदर्शनको अभ्यास गर्ने ठाउँको रूपमा परिचित गराउनु पनि यस लेखको उद्देश्यभित्र पर्दछ ।

कपिलदेव र कपिलऋषिद्वारा व्याख्या एवं प्रतिपादित ज्ञानलाई यसक्षेत्रका अध्येता जिज्ञासु एवं आम जनमानसमा सांख्यदर्शनको परिचय गराउनु यसल लेखको महत्त्वपूर्ण उद्देश्य हो ।

१.२ साहित्य पुनरावलोकन

१.२.१. वेदमा साङ्ख्यदर्शन

सांख्यलाई पौरस्त्यदर्शन मध्येको सबैभन्दा पुरानो दर्शन मानिन्छ । विश्वको सर्वाधिक प्राचिन ग्रन्थ ऋग्वेदमा यसको मूल सिद्धान्तको संकेत देख्न सकिन्छ । यद्यपि त्यहाँ सिद्धान्तहरूको व्यवस्थित रूप भने देख्न सकिँदैन । तर यसको बीजारोपणलाई चाहिँ अवश्य स्वीकार गर्न सकिन्छ । विश्वको संरचना एवं सञ्चालनका लागि ईश्वर, जीव र प्रकृति यी तीन तत्वहरूको सत्तालाई त्यहाँ स्पष्ट रूपमा स्वीकार गरिएको छ -

द्वा सुपर्णा सयुजा सखाया समानं विक्षं परिषस्वजाते ।

तयोरन्य:पिप्पलं स्वाद्वत्त्यनश्नन्नन्यो अभिचाकशीति ।। ऋ. १/१६४/२०

यहाँ एक पिपलको रुख छ र त्यस रुखमा बसेका दुई सुगाहरू जसमा एकले फल भोग गरिरहेको छ भने अर्कोले भोग गरेको सुगालाई हेरिरहेको छ । यसबाट के बुझ्न सकिन्छ भने - यहाँ विश्व प्रकृति र पिप्पल त्यसलाई भोग्ने योग्य पदार्थ हुन् । भोग्नेवाला पंक्षी जीव हो र भोग नगर्नेवाला दोस्रो पंक्षी ईश्वर हो । सईश्वर सांख्यलाई यहाँ सहज रूपमा स्वीकार गरिएको छ । नासदीय, हिरण्यगर्भ एवं पुरुष-सुक्त आदिमा वर्णन गरिएका विषयहरूमा पनि सांख्यदर्शनको मूल खोज्न सकिन्छ ।

१.२.२ पुराणमा साङ्ख्यदर्शन *श्रीमद्भागवत महापुराण* (१९९४ इ.) गोविन्द भवन कार्यालय गीताप्रेस गोरखपुर:

प्रस्तुत श्रीमद्भागतवत महापुराणको द्वितीय स्कन्धमा विष्णुका २४ अवतार मध्य पाँचौ कपिलदेव कर्दम र माता देवहुतिका छोरा थिए । सर्वप्रथम यिनले आफ्नी आमा देवहूतिलाई सांख्यतत्त्वको उपदेश गरेका हुन् । यस कुराको विस्तृत विवरण श्रीमद्भागवत महापुराण तृतीयस्कन्धको अध्याय २५ देखि ३३ सम्म पढ्दा थाहा हुन्छ । यहाँ सांख्यदर्शनका सिद्धान्तहरूको व्याख्या उपदेश स्वयं कपिलदेवले आफै गरेका छन् ।

१.२.३ उपनिषदमा साङ्ख्यदर्शन - यद्यपि सम्पूर्ण उपनिषद्हरूमा दार्शनिक चिन्तन उपलब्ध भएपनि सम्पूर्ण सिद्धान्तहरूको उल्लेख भनि भएको देखिदैन । सर्वाधिक प्राचीन बृहदारण्यकोपनिषद्मा भने केही सिद्धान्तहरू पाइन्छ जहाँ पुरुषलाई द्रष्टा र क्रियाशून्य भनिएको छ (बृहदा.४/३/१५ , २/४/ १२) । यहाँ *'असंगो ह्ययं पुरुष'* भन्दै साक्षी मात्र बताइएको छ । ***'स यथा सैन्धवखिल्य उदके प्रास्त उदकमेवानुविलीयेत, न हास्योद्ग्रहणायेव स्यात्, यतो यतस्त्वाददीत लवणमेवैवं, वा अर इदं महद्भूतमनन्तमपारं विज्ञानघन एव एतेभ्यो भूतेभ्यः समुत्थाय तान्येवानु विनश्यति' । (बृहदा. २/४/ १२) ।***

यसैगरी छान्दोग्योपनिषद्मा सांख्यदर्शनको प्रसिद्ध सिद्धान्त सत्कार्यवाद व्याख्या पाइन्छ - ***'सदेवसोम्येदमग्न आसीदेकमेवाद्वितीयम्' (छा. ६/१/१)***

श्वेताश्वतर उपनिषद् र महानारायण र ईषोपनिषद्मा प्रकृतिलाई अनादिकालदेखि स्थित 'अजा' भनिएको छ र सत्व, रजस र तम गुणहरूको उल्लेख पनि भएको देखिन्छ ।

कठोपनिषद्मा पनि सांख्यदर्शनका तत्त्वलाई अव्यक्त र पुरुषको रूपमा वर्णन गरेको पाइन्छ- ***"महतः परमव्यक्तमव्यक्तात् पुरुषःपरः पुरुषान्नपरं किञ्चित" (कठो.३/११)***

१.२.४ सास्त्री राकेश : *सांख्यकारिका* - दिल्ली संस्कृत ग्रन्थसागर, सन् २००४ ।

यो सांख्यदर्शनको सम्पूर्ण सिद्धान्तहरूलाई विस्तृत रूपमा व्याख्या गर्ने ग्रन्थ रहेको छ । जसमा ७० कारिकाहरू रहेका छन् । कारिकाहरूको माध्यमबाट ईश्वरकृष्णले सरल र सहजरूपमा जिज्ञासु, मुमुक्षुहरूलाई आत्यन्तिक निवृत्तिको मार्ग बताएका छन् । कार्यकारण सिद्धान्त, सत्कार्यवाद, तत्त्वहरूको व्याख्या, सृष्टि प्रक्रिया सबैका बारेमा यस ग्रन्थमा पढ्न र बुझ्न सकिन्छ । यस ग्रन्थलाई सांख्यदर्शनको प्रामाणिक ग्रन्थको रूपमा विद्वानहरूले व्याख्या गरेको पाइन्छ ।

१.२.५. आचार्य श्री राम शर्मा : *सांख्यसूत्र*- मथुरा, युग निर्माण योजना, सन् १९९९

यस ग्रन्थमा ६ अध्यायहरू रहेका छन् प्रथम अध्यायमा १६४ सूत्र, द्वितीय अध्यायमा ४५ सूत्र, तृतीय अध्यायमा ८४ सूत्र ,चतुर्थ अध्यायमा ३२ सूत्र, पञ्चम अध्यायमा १२९ सूत्र छैठौं अध्यायमा ७० सूत्र गरी जम्मा ५२६ सूत्रहरू रहेका छन् । यस ग्रन्थलाई सांख्यदर्शनको पुरानो ग्रन्थको रूपमा मानिन्छ । यद्यपि महर्षि कपिलको समयभन्दा धरै पछि ईशाको नवौं शताब्दितिर लेखिएको मानिन्छ । यसबाट के स्पष्ट हुन्छ भने महर्षि कपिलले प्रवचनको रूपमा दिएको सांख्यदर्शनको ज्ञान धरैपछिमात्र सूत्रात्मक रूपमा लिपिबद्ध भएको पाइन्छ ।

यस ग्रन्थमा- तीन प्रकारका दुःखहरूलाई त्रिविध दुःख भनिएको छ । जो आध्यात्मिक आदिदैविक र आदिभौतिक हुन् । यस्ता दुःखहरूबाट पूर्णरूपमा निवृत हुनु अथवा यी दुःखहरूलाई पूर्ण रूपले नाश गर्नु मनुष्यहरूको मुख्य उद्देश्य हो । यहि कुराको पुष्टि गर्न सूत्रहरूको प्रणयन गरिएको पाइन्छ । संसारमा यस्ता अनेक दुःखहरू हुन्छन् ती दुःखहरूबाट मुक्तिको कामना राख्नु प्राणी मात्रको स्वभावै हो । ती दुःखबाट निवृत हुन कसरी सकिन्छ भन्ने विषयमा दार्शनिक विद्वानहरूले अनेकथरी दर्शनको प्रणयन गरेका छन् तीमध्ये सांख्य दर्शन पनि एक हो । चार पुरुषार्थ भनेका धर्म अर्थ काम र मोक्षलाई हो । यिनमा पनि सबैभन्दा महत्वपूर्ण पुरुषार्थ मोक्षलाई मानिएको छ

१.२.६.सांख्यदर्शनका आचार्यहरू :

सांख्यदर्शनका आचार्य एवम् प्रथम वक्ता कर्दम ऋषिका छोरा कपिल मुनि हुन् । यिनकी आमाको नाम देवहूति हो । देवहूति स्वायम्भुव मनुकी छोरी थिइन् । यिनले सूत्ररूपमा सांख्यदर्शनको प्रणयन गरे । श्रीमद्भागवत महापुराण तृतीयस्कन्ध २१ अध्यायको श्लोक ३२मा उल्लेख भएअनुसार यस ग्रन्थको नाम तत्वसंहिता हो ।

सर्वप्रथम यिनले आफ्नी आमा देवहूतिलाई सांख्यतत्त्वको उपदेश गरेका हुन् । यस कुराको विस्तृत विवरण श्रीमद्भागवत महापुराण तृतीयस्कन्धको अध्याय २५ देखि ३३ सम्म पढ्दा थाहा हुन्छ । कपिल मुनिलाई भगवान् विष्णुका २४ अवतार मध्ये एक मानिएको छ । यिनको जन्मस्थान हाम्रो नेपालकै कपिलवस्तु जिल्ला वाणगङ्गा नगरपालिकामा स्थित हालको कपिलधाम नामक आश्रममा थियो भन्नेकुरा स्पष्ट भइसकेको छ । यिनको समय भने निश्चितरूपमा बताउन गाह्रो छ । त्यहीँ यिनले आफ्नी आमा देवहूतिलाई सांख्यतत्त्वको उपदेश दिएका थिए । त्यसपछि यिनी स्वेच्छापूर्वक पदयात्रातिर लागे ।

यिनका साक्षात् शिष्य आसुरि हुन् । आसुरिका प्रथम शिष्य पञ्चशिख हुन् । यिनले पनि सांख्यदर्शन विषयमा एक सूत्रग्रन्थको रचना गरेका थिए भन्नेसम्म उल्लेख पाइन्छ तर त्यो ग्रन्थ अहिले उपलब्ध छैन । किन्तु यिनको नामबाट कतिपय सूत्रहरूको उल्लेख भएको भेटिन्छ । कसैका मतमा षष्टितन्त्र नामक ग्रन्थ पनि यिनैको रचना हो । अर्का विन्ध्यवास या विन्ध्यवासिन् नाम भएका सांख्यदर्शनका एक प्रसिद्ध आचार्य थिए । यिनको मत अनेक ग्रन्थहरूमा उल्लेख भएको भेटिन्छ । यिनका अतिरिक्त वार्षगण्य, जैगीषव्य, वोढु, देवल आदि पनि सांख्यदर्शनका प्रसिद्ध आचार्य थिए परन्तु कसैका पनि ग्रन्थ भने उपलब्ध छैनन् । अर्का विज्ञानभिक्षु नामका आचार्य १६औं शताब्दीमा प्रसिद्ध थिए । यिनको सांख्यप्रवचनभाष्य नामको ग्रन्थ थियो । यसपछि ईश्वरकृष्णको कुरा आउँछ । यिनी धेरै पुराना हुन् यिनको समय ईशापूर्व दोस्रो शताब्दी हो भनिएको छ । तन्त्रग्रन्थको आधारमा यिनले सांख्यदर्शन विषयमा एकदमै सुन्दर, संक्षिप्त एवं सर्वांगपूर्ण ग्रन्थ सांख्यकारिका रचना गरे । यो ग्रन्थ अहिले उपलब्ध हुन्छ । यसमा आर्या छन्दमा विरचित जम्मा ७० कारिकाहरू छन् ।

यसलाई कनकसप्तति वा सुवर्णसप्तति पनि भन्ने गरिन्छ । सांख्याचार्यहरूको परम्परालाई आचार्य ईश्वरकृष्णले आफ्नो सांख्यकारिको अन्त्यमा यसरी बताएको देखिन्छ- ***'पुरुषार्थज्ञानमिदं गुह्यं परमर्षिणा समाख्यातम् । स्थित्युत्पत्तिप्रलयाश्चिन्त्यन्ते यत्र भूतानाम् । । एतत्पवित्रमग्र्यं मुनिरासुरयेऽनुकम्पया प्रददौ । आसुरिरपि पञ्चशिखाय तेन बहुधा कृतं तन्त्रम् । ।*** (सा.का.६९-७०) उक्त दुई कारिकाको नेपाली अनुवाद पं. छविलाल पोखेलद्वारा यसरी गरिएको देखिन्छ-**'गुह्य मुक्ति ज्ञान यो परमर्षि कपिलले हो बताएको । जस्मा सृष्टि स्थिति लय भूतहरूको बताइन्छ । । श्रेष्ठ र पवित्र यो ता कपिलले आसुरिलाई दिनुभो । आसुरिले पञ्चशिखमा, उनले धेर रच्नुभो शास्त्र' । ।** (सांख्यदर्शन नामक सांख्यकारिकाको नेपाली अनुवादबाट)

नेपाली भाषामा पण्डित वाक्पतिराज जोशीले कपिलमुनिकृत सांख्यसूत्रहरूको व्याख्या गरेको पाइन्छ । त्यसैगरी ऋषभदेव शर्माद्वारा पनि ईश्वरकृष्णको सांख्यकारिकाको पद्यानुवाद भएको र त्यसलाई नेपाली भाषाप्रकाशिनी समितिले वि.सं. २००५ सालमा प्रकाशन गरेको छ । यो पुस्तिका गोरखापत्र छापाखानाबाट मुद्रित भएको छ । यसपछिमात्र पं. छविलाल पोखलद्वारा नेपाली पद्यमा अनुवादसहित गद्यव्याख्या गरिएको छ । यसको प्रकाशन श्रीमती बालकुमारी पोखेल धरान कोशी अञ्चलद्वारा वि.सं. २०४२ सालमा भएको देखिन्छ ।

हिन्दी भाषामा पनि सांख्यदर्शनको टीका र अनुवाद धेरै व्यक्तिहरूबाट भएको छ । तिनीहरूको नाम र समयको विवरण यहाँ प्रस्तुत गर्दा लेख लामो हुने हुँदा राखिएको छैन ।

१.३ साङ्ख्यदर्शनको स्वरूप

न हि सांख्ययसमं ज्ञानम्' अर्थात् यथार्थ ज्ञान त साङ्ख्यमा नै छ । यस्तो ज्ञान अन्य कुनै शास्त्रमा छैन । यस्तो भनिएकोले उपनिषद्हरूदेखिलिएर विविध पुराणहरू तथा रामायण र महाभारत एवं अनेक साहित्यिक ग्रन्थहरूमा पनि साङ्ख्यशास्त्रका विषयहरूको उल्लेख कुनै न कुनै प्रसङ्गमा आएकै भेटिन्छ । यो साङ्ख्यशास्त्रको प्राचीनता र व्यापकताको प्रमाण हो ।

साङ्ख्यशास्त्रका प्रवर्तक महर्षि कर्दमका छोरा आचार्य कपिल मुनि हुन् भनेर मानिएको छ । यिनी भगवान् विष्णुका पञ्चम अवतार मानिन्छन् । यिनले आफ्नी आमा देवहुतिलाई साङख्यदर्शनको उपदेश गरेका थिए

भन्नेकुरा श्रीमद्भागवत महापुराण अन्तर्गत तृतीयस्कन्धका पच्चीसदेखिलिएर बत्तीस अध्यायसम्म उल्लेख गरिएको भेटिन्छ । साङ्ख्यदर्शन त साँच्चै भन्ने हो भने मनोवैज्ञानिक छ, किनकि यसलाई सुनेपछि देवहुतीको मन शान्त भयो । यसमा वर्णन गरिएका तत्त्वहरू स्थूल नभएर वास्तवमा बौद्धिक जगत्का तत्त्व हुन् । यी सबै हाम्रै मनभित्र छन् ।

१.३.१ सांख्य शब्दको अर्थ

सम् उपसर्ग पूर्वक **ख्या** धातुबाट सांख्य शब्द बन्दछ । ख्या धातुको अर्थ प्रकथन हो । प्रकथन भन्नाले राम्रोसँग बताउनु भन्ने अर्थ बुझिन्छ । त्यसैगरी **चक्षिङ्** व्यक्तायां वाचि भन्ने भन्ने धातुबाट पनि ख्या आदेश हुने र सम् उपसर्ग लागेपछि सांख्य शब्द बन्दछ । चक्षिङ्को अभिप्राय राम्ररी हेरेर बुझेर भन्नु वा बताउनु हो । जुन शास्त्रमा सर्वप्रथम तत्त्वहरूको गणना गरिएको र व्याख्या गरिएको छ त्यही शास्त्र सांख्यशास्त्र भनिन्छ । गणनाको अतिरिक्त संख्याको अर्थ विचारगर्नु पनि हुन्छ । यस आधारमा सम्यक् विचार गर्नु भन्ने पनि सांख्य शब्दको अर्थ बुझिन आउँछ । शास्त्रमा यस्तो भनिएको पनि छ- ***'संख्यां प्रकुरुते चैव प्रकृतिं च प्रचक्षते । तत्त्वानि च चतुर्विंशत्तेन सांख्यं प्रकीर्तितम्'*** । । अर्थात् यसमा तत्त्वहरूको संख्या गणना गरिन्छ र प्रकृतिको व्याख्या पनि गरिन्छ । संक्षेपमा भन्ने हो भने **सम्यक् ख्यानम्** अर्थात् सम्यक् विचार गर्नु सांख्य शब्दको वास्तविक अर्थ हो । यसलाई विवेक बुद्धि पनि भनिन्छ ।

१.३.२. साख्यदर्शन र ईश्वरवाद

साख्यदर्शनलाई नमान्नेहरूले यसलाई अनीश्वरवादी, नास्तिक दर्शन हो भन्ने आक्षेप लगाउने गर्दछन् । उनीहरूका विचारमा महर्षि कपिलले सांख्यदर्शनमा ईश्वरको सत्तालाई स्वीकार गरेका छैनन्, वरु खण्डन गरेका छन् । उनीहरूको भनाइ के छ भने सांख्यदर्शनका प्रणेता कपिल मुनिले प्रकृतिलाई नै जगत्को कारण मानेका छन्, अनि ईश्वरको सत्ता रहेको छ भन्नेसम्म कुरा पनि गरेका छैनन् अर्को आक्षेप के छ भने महर्षि कपिलले सृष्टिरचनाका निमित्त २५ तत्त्वहरूको वर्णन गरेका छन् । जसमा २४ तत्त्व प्रकृतिका विभागहरू छन् भने एउटा पच्चीसौँ तत्त्व चैतन्यपुरुषलाई स्वीकार गरेका छन् । किन्तु त्यो चैतन्यपुरुषका जुन लक्षणहरूको वर्णन गरिएको छ, त्यसबाट त्यो पुरुषलाई जगत्को कर्ता मान्न सकिँदैन । यसबाट के कुरा बुझिन्छ भने(सांख्यदर्शन प्रकृक्तिवादी छ, र सृष्टिरचनामा त्यसले ईश्वरको महत्तालाई स्वीकार गर्दैन । यसलाई एकप्रकारको नास्तिकतानै भन्न सकिन्छ ।

सांख्यदर्शनका सूत्रहरूको गम्भीरता पूर्वक अध्ययन, चिन्तन, मनन गर्ने हो भने उपर्युक्त आक्षेप निःसार छ । यसको तृतीय अध्यायमा के उल्लेख गरिएको छ भने ईश्वर जगत्को उपादानकारण नभएपनि सृष्टि रचनामा निमित्तकारण भने अवश्य छ । ***अकार्यत्वेऽपि तद्योगः पारवश्यात् । । सूत्र ३ ।५५)*** अर्थात् भावार्थ के हो भने ईश्वरको कार्य-परिणाम नदेखिनेहुनाले गर्दा जगत्लाई ईश्वरकै कार्य हो भनेर मान्न त सकिदैन । किन्तु यो कुरा स्पष्टै छ कि सृष्टिरचना त्यत्तिकै आफै त हुनसक्दैन । यसको कुनै निमित्त कारण अवश्य छ । यति त मान्नैपर्ने हुन्छ कि त्रिगुणात्मिका प्रकृक्तिले यस जगत्को रचना ईश्वरकै प्रेरणाबाट गरेकी छन् । यही कुरा श्रीमद्भागवतमहापुराण दशमस्कन्धको २४ अध्यायमा भगवान्श्रीकृष्णले आफ्ना पिता नन्दबाबालाई बताउनु भएको देखिन्छ-

सत्त्वं रजस्तम इति स्थित्युत्पत्यन्तहेतवः ।
रजसोत्पद्यते विश्वमन्योन्यं विविधं जगत् । ।
रजसा चोदिता मेघा वर्षन्त्यम्बूनि सर्वतः ।
प्रजास्तैरेव सिद्धचन्ति । । -भा. १०-२४ २२-२३

जस्तै- माथि बादलबाट पानी नवर्षिएसम्म प्रकृक्तिमा- आँकुरा, पिपिरा, साना काइना, चिउला, मुनु केही आउँदैनन् । यदि आकाश वर्षियो भने सर्वत्र झपक्कै भै निस्कन्छन् । यहाँ ईश्वरीय प्रेरणाले वर्षिएको वर्षा नै त निमित्तकारण बनेको छ । यस्तो त हामी प्रतिवर्ष देखिरहेका छौं । होइनभने के परब्रह्म परमात्माको गोजीबाट जगत्को सृष्टि भएर स्वाट्ट वाहिर आफै निस्क्यो त ? अथवा माकुराले जाल फैलाए झै परब्रह्म परमात्माले एकैचोटि जगत् फैलाएको हो भनेर मान्ने ? अतएव यो कुरा स्पष्ट छ कि ईश्वर जगत्को उपादान कारण त होइन, किन्तु निमित्तकारण भने अवश्य हो । ईश्वरकै नियमले यो सृष्टिचक्र चलिरहेको छ । यो कुरा सांख्यदर्शन तेस्रोअध्यायको ५६औं सूत्रद्वारा स्पष्टरूपमा स्वीकार गरिएकै छ - ***'स हि सर्ववित् सर्वकर्ता ।'*** आशय के हो भने-त्यो ईश्वर सर्वान्तर्यामी छ, सबैको कर्ता भनौं अधिष्ठाता हो । विश्वको कुनैपनि पदार्थ ईश्वरीय सत्ताभन्दा बाहिरको छैन । जे जति जस्तो भइरहेको छ, त्यो सबै ईश्वरीय प्रेरणालेनै भइरहेको छ । अत: ईश्वर सम्पूर्ण जगत्को अधिष्ठाता हो र नियामक पनि हो ।

अव यसपछि आउने तेस्रो अध्यायको ५७ औं सूत्रमा त स्पाटै भनिएको छ - ***ईदृशेश्वरसिद्धिः सिद्धा ।*** अर्थात् ईश्वरको सिद्धि यस सांख्यदर्शनमा दृढतासंग गरिएको छ । यसप्रकारले साख्यदर्शनमा ईश्वरद्वारा जगत्को सृष्टि भएको कुरालाई सोझै स्वीकार नगरिएको भएपनि इंश्वरकै प्रेरणाले प्रकृतिद्वारा सृष्टि संरचना भएको कुरा मानिएको हुदा अप्रत्यक्षरूपवाट ईश्वरनै जगत्को नियामक, नियन्त्रक एवं अधिष्ठाता हो भन्नेकुरा मानिएको देखिन्छ । अत: सांख्यदर्शन नास्तिक या निरीश्वरवादी होइन वरु आस्तिक हो । यसले ईश्वरको अस्तित्वलाई स्वीकार गरेकै छ भन्ने देखिन्छ ।

१.३.३. सांख्यदर्शनमा तत्त्वहरूको विवेचना

सांख्यदर्शनमा यो समस्त जगत् २५ तत्त्वहरूको खेल हो भनेर मानिएको छ । यिनमा मुख्य दुई विभाग छन् । ती हुन् - पुरुष र प्रकृति । यी मध्ये पुरुष अथवा आत्मा त चैतन्यस्वरूप छ । त्यसको निर्माण अन्य कुनै तत्त्ववाट हुँदैन न त त्यसवाट अरु केही निर्माण हुने हो । यो त साक्षी एवं चेतनस्वरूप रहन्छ । प्रकृतिका आठ विभाग मानिएका छन् र तिनमा सोह्र विकारहरूको उत्पत्ति हुनेगर्छ । आठ प्रकृति यसप्रकार छन् - १. मूलप्रकृति, २. महत्तत्त्व, ३. अहङ्कार, ४. शब्द, ५. स्पर्श, ६. रूप, ७. रस, ८. गन्ध । शब्ददेखिलिएर रससम्मका पाँच तन्मात्राहरू भनिन्छन् । सांख्यमा प्रकृति त्यसलाई भनिएको छ, जसबाट अन्य तत्वहरू पनि उत्पन्न हुन्छन् । त्यसैले महत्तत्त्व भन्नाले बुद्धि र अहङ्कारकासाथै पञ्च तन्मात्राहरू पनि प्रकृतिनै हुन् भनेर मानिएका छन्, किनभने यिनैबाट सोह्र विकृतिहरू उत्पन्न हुनेगर्छन् । ती सोह्र विकृतिहरू - पाँच स्थूलभूतहरू भन्नाले आकाश, वायु, अग्नि, जल, र पृथ्वी । पाँच ज्ञानेन्द्रियहरू भन्नाले कान, छाला, आँखा, जिभ्रो र नाक । पाँच कर्मेन्द्रियहरू भन्नाले बोली, हात, गोडा, उपस्थेन्द्रिय तथा गुदेन्द्रिय । एघारौं इन्द्रिय मन हो । यसप्रकार आठ प्रकृति र सोह्र विकृतिहरूसमेत मिलेर चौबीस तत्त्व हुन्छन् । अनि त्यहाँ चेतनततत्त्व पुरुष भन्नाले जीवात्मालाई समेत मिलाउँदा पच्चीस तत्त्व पुग्दछन् । यहाँ पृथ्वी आदि पाँच स्थूलभूत तथा मनसहित एघार इन्द्रियहरू प्रत्यक्ष छन् । त्यसभन्दा पछि अन्य कुनै तत्त्वहरू उत्पन्न हुँदैनन् । त्यसैले यिनलाई विकृति भनिएको छ । यी एघार जो सूक्ष्म तन्मात्राहरूबाट उत्पन्न हुन्छन्, ती सबै अनुभवगम्य छन् । जब कुनै साधक अन्तर्मुखी भएर ध्यान गर्दछ, अनि बल्ल उसलाई सूक्ष्म तन्मात्राहरू भन्नाले शब्द, स्पर्श, रूप, रस तथा गन्धको ज्ञान हुन्छ । जब यी पाँचैओटा विषयको पनि मूल उद्गमलाई खोजिन्छ अनि अहंवृत्तिको साक्षात्कार हुन्छ । अहङ्कारभन्दा पनि माथि उठेर विचार गरेमा महत्तत्त्व भनौं बुद्धि अथवा अस्मितावृत्तिको दर्शन हुन्छ । योभन्दा पनि माथि उठेर खोज्नसकेमा महत्तत्त्वलाई पनि उत्पन्नगर्ने शक्ति प्रत्यक्ष नभएपनि अनुमानद्वारा बुझ्नसकिन्छ, जो मूलप्रकृति हो र त्यो अनादि छ । यसरी सांख्यदर्शनका प्रणेता महर्षि कपिलले जडत्वका जो चौबीस विभाग बताएका छन् ती प्रत्यक्ष र अनुभवगम्य छन् यही मूलप्रकृतिनै तीन गुणहरू सत्त्व, रजस् र तमोगुणको न्यूनाधिकता रहनाको कारणले जगत्का विभिन्न तत्त्वहरू नाम र रूपवाट प्रकट हुन्छन् । विश्वको

सृष्टि यसैगरी हुनेगर्छ । यसप्रकार सांख्यदर्शनको मतमा प्रमुख तीनप्रकारका तत्त्वहरू छन् ती हुन् - व्यक्त, अव्यक्त तथा ज्ञ । यिनमा ज्ञ चेतन अर्थात् पुरुष भन्नाले आत्मा हो ।

अव्यक्तु भन्नाले मूल प्रकृति हो । यसलाई प्रधान पनि भन्दछन् यो जड छ । व्यक्तका तेईस भेद छन् यी सबै कार्य-कारणको परम्परामा मूलप्रकृक्तिका परिणाम हुन् । यिनै तत्त्वहरूको यथार्थ ज्ञान हुनसकेमा सांख्यदर्शनअनुसार दुःखत्रयबाट मुक्त भइन्छ । यही मोक्ष हुनु हो । यही कुरा बताइएको पनि छ- ***व्यक्ताव्यक्तज्ञविज्ञानात्*** (सांख्यकारिका २) श्रीमद्भागवत महापुराणमा २५सांख्यतत्त्वहरूको गणना यसरी गरिएको देखिन्छ-

यत्तत्त्रिगुणमव्यक्तं नित्यं सदसदात्मकम् । प्रधानं प्रकृतिं प्राहुरविशेषं विशेषवत् ।।
पञ्चभिः पञ्चभिर्ब्रह्म चतुभिर्दशभिस्तथा । एतच्चतुविंशतिकं गणं प्राधानिकं विदुः ।।
महाभूतानि पञ्चैव भूरापोऽग्निर्मरुन्नभः । तन्मात्राणि च तावन्ति गन्धादीनि मतानि मे ।।
इन्दियाणि दश श्रोत्रं त्वग्दृग्रसननासिकाः । वाक्करौ चरणौ मेढ्रं पायुर्दशम उच्यते ।।
मनो बुद्धिरहङ्कारश्चित्तमित्यन्तरात्मकम् । चतुर्धा लक्ष्यते भेदो वृत्त्या लक्षणरूपया ।।
एतावानेव संख्यातो ब्रह्मणः सगुणस्य ह । सन्निवेशो मया प्रोक्तो यः कालः पञ्चविंशकः ।।

(तृतीयस्कन्ध २६/१०-१५)

यसरी श्रीमद्भागवत अनुसार पच्चीसौं पुरुष तत्त्व जो हो, त्यसलाई महाकाल स्वरूप शिवकै शक्ति हो भनिएको छ । अथवा त्यो शक्ति भगवान्कै चेष्टा वा माया हो भन्ने कुरा पनि उक्त अध्यायको १६-१८ श्लोकमा स्पष्ट पारिएको छ ।

सांख्यदर्शनले पुरुषबहुत्वलाई स्वीकार गरेको छ । किनभने प्रत्येक जीवात्माको स्वतन्त्र सत्ता छ । यस सिद्धान्तलाई पुष्टि गर्नका लागि सांख्यकारिकामा तीन प्रमाण बताइएका छन्-

जननमरणकरणानां प्रतिनियमादयुगपत् प्रवृत्तेश्च । पुरुषबहुत्वं सिद्धं त्रैगुण्यविपर्ययाच्चैव ।।

(सांख्यकारिका १८)

अर्थात्- प्रत्येक व्यक्ति भनौं जीवात्माहरूको जन्म, मरण र कामगराइ बेग्ला-बेग्लै हुनेहुँदा सबै जीवात्माहरूले कुनै कार्य पनि एकैसाथ सम्पन्न गर्दैनन् । तिनका प्रत्येक कार्यहरू अलग-अलग हुनेगर्छन् । अत एव त्रिगुणभेद भन्नाले सत्व, रजस् र तमोगुणको न्यूनाधिकताको भिन्नताले ईश्वर भनौं या ईश्वरांश जो जीवात्मा छ, त्यो भिन्दाभिन्दै हुन्छ अथवा अनेक हुन्छ । यदि जीवात्मा एउटै हुन्छ भन्नेकुरा मान्ने हो भने त एक व्यक्तिको जन्म हुँदा सबैको जन्म हुनुपर्ने, एक व्यक्तिको मरण हुँदा सबैको मरण हुनुपर्ने, अनि एक व्यक्तिलाई भोक लाग्दा सबैलाई एकैचोटि भोक लाग्नुपर्ने, अनि एक व्यक्तिको आँखा दुखेमा वा अन्धो भएमा सबै व्यक्तिको आँखा दुख्नुपर्ने वा अन्धो हुनुपर्ने थियो । किन्तु लोक व्यवहारमा यस्तो त हुँदैन । उनीहरू प्रत्येक व्यक्तिका जन्म, मरण र करण अर्थात् कार्यविधिहरू त फरक हुन्छन् । रुचि पनि सबैको एउटै हुँदैन । ***भिन्नरुचिर्हि लोकः*** भन्ने पनि छ । त्यसैगरी

मतिर्विभिन्ना च रुचिर्विभिन्ना स्थितिर्विभिन्ना च कृतिर्विभिन्ना ।
सर्वास्ववस्थास्वमरासुराणां प्रीतिर्विभिन्नाऽस्ति गतिर्विभिन्ना ।।
(श्रीमुकुन्दशर्मा चालिसे स्फुटकवितावलि)

त्यसैले पुरुषबहुत्व सिद्धहुन्छ, यस सिद्धान्तलाई सांख्यदर्शनले मानेको देखिन्छ ।

१.३.४. सत्कार्यवाद

विभिन्न दर्शन भनौं या विचारहरूका लेखक या प्रवक्ताहरूले आफ्ना विचारहरूलाई पुष्टि गर्न अलग-अलग वादहरूलाई अवलम्बन गरेका हुन्छन् । जस्तो कि लोकमा पनि हिंसा नगर्नेहरूलाई अहिंसावादी भनिन्छ, सत्य बोल्नेहरूलाई सत्यवादी भनिन्छ । त्यस्तै राजनीति गर्ने नेताहरूले पनि कुनै नकुनै एउटा वादलाई अङ्गीकार गरेका हुन्छन् र उनीहरूले त्यही वादलाई आदर्श मान्दछन् । जस्तै समाजवाद, साम्यवाद, पूँजीवाद, नाजीवाद, प्रजातन्त्रवाद, लोकतन्त्रवाद, गणतन्त्रवाद इत्यादि । यसैगरी साहित्यशास्त्रहरूमा केही वादहरूले विशेष चर्चा पाएका हुन्छन् । जस्तो कि अलङ्कारवाद, ध्वनिवाद, वक्रोक्तिवाद, रसवाद, रीतिवाद, गुणवाद आदि । त्यसैगरी दर्शनशास्त्रका पनि अनेक वादहरू छन् । द्वैतवाद, अद्वैतवाद, विशिष्टाद्वैतवाद, आरम्भवाद, परिणामवाद, विवर्तवाद, परमाणुवाद, ईश्वरवाद, अनीश्वरवाद आदि । यिनमा आरम्भवाद न्यायवैशेषिकहरूले मान्दछन् । सांख्य र योग परिणामवादी हुन् । ***ब्रह्म सत्यं जगन्मिथ्या*** भन्ने वेदान्तीहरू अद्वैतवादी हुन् । श्रीमद्भागवत, योगवासिष्ठ, पञ्चदशी आदि वेदान्तग्रन्थहरू अद्वैतवादी हुन् यस्तै वेदान्तमा मिथ्यावाद भनौं या मायावादलाई स्वीकार गरिएको छ । पुराणहरू पनि धेरैजसो शिववादी छन् । केही विष्णुवादी छन् थोरै पुराण देवीवादी छन् भने केही गणेशवादी र सूर्यवादी पनि छन् । यिनीहरू सबैले ती ती पुराणमा आ-आफ्नो वादको पुष्टि गर्ने गर्छन् ।

यस सन्दर्भमा सांख्यदर्शनले सत्कार्यवादलाई स्वीकार गर्दछ । किनकि सांख्यको दृष्टि सूक्ष्म छ । यसको मतमा कार्य वस्तुतः कारणमा रहन्छ । कारणबाट कार्यको उत्पत्तिको अर्थ हुन्छ अव्यक्तबाट व्यक्त हुनु, तथा कार्यको नाशको अर्थ हुन्छ - व्यक्तबाट अव्यक्त हुनु । सांख्यमा न कसैको उत्पत्ति हुन्छ न कसैको नाश हुन्छ । केवल स्वरूपमा परिवर्तन हुन्छ, वस्तुमा हुँदैन । यसैलाई सत्कार्यवाद भनिएको छ । सत्कार्यवादको सिद्धान्त भगवद्गीताअनुसार यस्तो छ- ***'नासतो विद्यते भावो नाभावो विद्यते सतः । उभयोरपि दृष्टोऽन्तस्त्वनयोस्तत्त्वदर्शिभिः ।।' (२/१६)*** यही सत्कार्यवादलाई सिद्ध गर्नका लागि सांख्याचार्य ईश्वरकृष्णले दिएका पाँच युक्तिहरू सांख्यकारिका ग्रन्थमा यसरी उल्लेख गरिएका देखिन्छन् -

असदकरणादुपादानग्रहणात् सर्वसंभवाभावात् ।

शक्तस्य शक्यकरणात् कारणभावाच्च सत्कार्यम् ।। (सा. का. ९)

अर्थात्-

१. असदकरणात् - भन्नाले असतः अकरणात् जो छैन, (असत् छ) त्यसमा उत्पन्न गर्ने सामर्थ्य छैन, अकरण छ । जस्तै खरायोको सीङ् छैन । त्यो असत् हो । त्यसले केही उत्पन्न गर्न सक्दैन ।

२. उपादानग्रहणात् - कुनै वस्तुलाई उत्पन्न गर्नको लागि कुनै विशेषकारण भन्नाले उपादानको खोजी गर्नुपर्छ । अर्थात् त्यो विशेष कारण कुनै प्रकारले सम्बद्ध हुनालेगर्दा नै त्यसलाई उत्पन्न गर्नसक्छ । अन्यथा सक्दैन ।

३. सर्वसंभवाभावात् - सबै वस्तुहरू सबै कारणबाट उत्पन्न हुँदैनन् । अतः कार्यकारणमा सत् कारण-व्यापार हुनुभन्दा पहिले पनि रहेको हुन्छ । जस्तै-तेल पाउनको लागि तिल या तोरीको खोजी गरिन्छ । किनभने तेलको उपादान कारण तिल अथवा तोरी हुनसक्छ । अरु पदार्थ भन्नाले वालुवा त हुँदैन । त्यसैले वालुवाको खोजी गरिँदैन । किनकि सबैबाट सबै वस्तु प्राप्त हुँदैनन् ।

४. शक्तस्य शक्यकरणात् - कुनै 'कारण'मा केही शक्ति हुन्छ, जसबाट केही विशेष 'कार्य' उत्पन्न हुन्छ । कारणसंग सम्बद्ध रहेको हुनाले नै उसको उत्पत्ति भएको हो । सम्बद्ध नरहेको भए त उत्पत्ति पनि हुने थिएन । अर्थात् 'कार्य' सम्पन्न हुनुभन्दा पहिले 'कारण'मा विद्यमान छ । जस्तो कि- माटोबाट घडा बन्न सक्दछ । यहाँ माटो शक्त हो भने घडा शक्य हो । अन्य पदार्थ भन्नाले घाँस, पराल आदिबाट त घडा बन्दैन ।

त्यस्तै दुधबाट दही बन्दछ । अर्थात् दही बनाउनका लागि दुध नै खोजिन्छ, अन्य पदार्थ पानी वा तेल त खोजिदैन । यहाँ दुध शक्त हो भने दही शक्य हो ।

५. कारणभावात् - सांख्यदर्शनमा 'कारण' र 'कार्य'मा अभेद या तादात्म्य सम्बन्ध रहेको मानिन्छ । यस्तो स्थितिम 'कारण' छ भन 'कार्य' पनि हुन्छ भन्ने मानिन्छ । अतएव कारणमा कार्य विद्यमान छ भन्ने मान्नुपर्छ । जस्तै-दुध सत् हो र त्यसबाट दही सत् प्रकट हुन्छ । माटो सत्बाट घडा सत् प्रकट हुन्छ । त्यस्तै उत्पत्ति हुनुभन्दा पहिले पनि अव्यक्तावस्थामा कार्य छ, भन्ने सिद्ध हुनाले त्यसबाट प्रकट भएका महत् आदि पृथ्वी पर्यन्तका तत्त्व भनौं पदार्थ पनि सत्त्व हुन् असत् होइनन् यही नै सत्कार्यवाद हो ।

१.३.५ सृष्टिप्रक्रिया

सांख्यदर्शनअनुसार मूलप्रकृतिका तीनगुण सत्व, रजस् र तमोगुण हुन्छन् । जब यी गुणहरू साम्यावस्थामा रहन्छन् त्यतिखेर प्रलयको स्थिति आउँछ । त्यसपछि मूल प्रकृति र पुरुष बाहेक अरु केही बाँकी रहँदैन । तत्पश्चात् कुनैवेला जब प्रकृतिमा संक्षोभ भन्नाले हलचल उत्पन्न हुन्छ, अनि तीनै गुणहरूमा न्यूनाधिकता अर्थात् घटीबढी हुनथाल्दछ । अनि त्यहाँ सत्वगुणको प्रधानता भएमा महत्तत्त्व भन्नाले बुद्धितत्त्वको उत्पत्रि् हुन्छ । महत्तत्त्वमा रजोगुणको प्राबल्य हुँदा अहङ्कारको उत्पत्रि् हुन्छ । फेरि अहङ्कारमा तमोगुणको प्राबल्य भन्नाले अधिकता भयो भने पञ्चतन्मात्राहरू भन्नाले शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गन्धहरू उत्पन्न हुन्छन् । यही तमोगुणको आधिक्यलेगर्दा उक्त सूक्ष्मतन्मात्राहरूबाट पांच स्थूलभूतहरू भन्नाले आकाश, वायु, अग्नि, जल र पृथ्वी उत्पन्न हुन्छन् । यिनै पांच स्थूलभूतहरूको सम्मिलन र गुणत्रयको न्यूनाधिकताको परिणामस्वरूप विभिन्नप्रकारका जड तथा जङ्गम स्ष्टिको निर्माण हुन्छ । यस कुरालाई सारसंक्षेपमा यसरी बताउन सकिन्छ-

यो प्रकृति भनेको तीनै गुणहरूको साम्यावस्था हो । प्रतिमा सत्त्वगुणको अंश बढीहुँदा महत्तत्त्व उत्पन्न हुन्छ, यसलाई वद्धिनन्त्व पनि भनिन्छ । यस्तो महत्तत्त्वलाई प्रक्तिको विर्कात पनि भनिन्छ । यमका दुई किसिमका रूप हुन्छन् । एकथरी सात्त्विक रूप, जसबाट धर्म, ज्ञान, वैराग्य तथा ऐश्वर्य उदाउँछन् । अर्कोथरी नासिक रूप, जसबाट अधर्म, अज्ञान, अवैराग्य, अनैश्वय उदाउँछन् । त्यो बद्धिमा पनि सत्त्व रजस्र तमस् यी तीनै गुणहरू रहेकै हुन्छन् । कुनैवेला सत्त्वगुण अधिकमात्रामा रहन्छ । अन्य रजस् र तमस् न्यूनमात्रामा रहन्छन् । त्यस अवस्थामा वृद्धिले सत्त्वगुणात्मक विचारहरूको चिन्तन गर्दछ । कनै वेला रजोगुणको आधिक्य हुनेगर्छ, त्यतिखेर सत्त्व र तमस्को न्यूनता हुनजान्छ । त्यस अवस्थामा वृद्धिमा पनि त्यस्तै रजोगुणी विचार उदाउँछन् र त्यस्तै किसिमका कार्यहरू गरिन्छन् । फेरि कनै वेलामा तमोगुणको आधिक्य हुनेगर्छ, त्यसवखत वृद्धिले पनि तामसिक विचारको चिन्तन गर्दछ र त्यसैप्रकारका कार्य हुनेगर्छन् । यसरी गुणत्रयको सामञ्जस्यले सृष्टिको उत्पत्रि् र विकास हुनेगर्छ । यस्तो बुद्धितत्त्ववाट फेरि अहार उत्पन्न हुन्छ ।

यो अहङ्कारको स्वरूप अभिमानात्मक हुन्छ । यसमा पनि तीनै गुण मिल्नेहुँदा तीन रूप हुन्छन् । ती वैकृत, भूतादि र तैजस हुन् । वैकृतमा विशेषगरी सात्त्विकगुणको आधिक्य रहन्छ । जसमा ५ ज्ञानेन्द्रिय, ५ कर्मेन्द्रिय, १ मनसमेत ११ इन्द्रियहरूको अभिव्यक्ति हुन्छ । भूतादिमा तमोगुणको वैशिष्ट्य रहन्छ । यसमा पाँच तन्मात्राहरूको अभिव्यक्ति हुन्छ । अर्को हो(तैजस, यसमा रजोगुणको विशेषता रहन्छ । तैजसरूप अहङ्कारले सात्त्विक तथा तामस यी दुवै अंशलाई आ(आफ्नो कार्यमा सहायता गर्दछ । यी अंशहरूले युक्तभएको अहङ्कारबाट ११ इन्द्रियहरूको अर्थात् मनसहित पाँच ज्ञानेन्द्रिय र पाँच कर्मेन्द्रियहरूको अभिव्यक्ति हुन्छ । श्रोत्र, त्वक्, चक्षु, जिह्वा, घ्राण यी पाँच ज्ञानेन्द्रिय भनौं बुद्धीन्द्रिय हुन् । यिनका विषय क्रमशः शब्द, स्पर्श, रूप, रस, तथा गन्ध हुन् । वाक्, पाणि, पाद, पायु र उपस्थ कर्मेन्द्रिय हुन् । यिनका विषय क्रमशः वर्णोच्चारण गर्नु, आदान गर्नु, विहरण गर्नु, उत्सर्ग (मलत्याग) गर्नु तथा रति (आनन्द) गर्नु हुन् । यी मध्ये मन जो छ, त्यो ज्ञानेन्द्रियहरूका साथमा कामगर्दा, ज्ञानेन्द्रियहरूकै समान भएर कामगर्न पट्टि लाग्दछ । अनि कर्मेन्द्रियहरूका साथमा कामगर्दा कर्मेन्द्रिय समान भएर कामगर्न पट्टि लाग्दछ । त्यसैले मनलाई उभयात्मक भनिन्छ । कुनै

कामगर्ने वेलामा ुयो काम गरूँ या नगरूँ भन्ने मनमा जुन सङ्कल्प र विकल्प हुनेगर्छ, त्यो मनको धर्म हो, यसैलाई मनको स्वरूप भनेर बताइएको छ-***'सङ्कल्पविकल्पात्मकं मनः ।'***

अहङ्कारको तामस अंशबाट शब्दतन्मात्रा, स्पर्शतन्मात्रा, रूपतन्मात्रा, रसतन्मात्रा, तथा गन्धतन्मात्राहरूको अभिव्यक्ति हुनेगर्छ । तन्मात्र भनेको त्यही मात्रै, भन्ने अर्थ हो । तदेव इति तन्मात्रम् । अर्थात् त्यही नै, अरु होइन । शब्दतन्मात्रा भन्नाले शब्दमात्रै, अरु होइन । यसरी शब्दतन्मात्रावाट आकाश, स्पर्शतन्मात्रावाट वायु, रूपतन्मात्रावाट तेज, रसतन्मात्रावाट जल, तथा गन्धतन्मात्रावाट पृथिवीहरू पृथक् पृथकरूपमा अभिव्यक्त हुन्छन् । यहीनै पञ्चभूतहरूको सृष्टिक्रम हो । यसैलाई सांख्यदर्शन अनुसारको सृष्टिप्रक्रिया भनिएको छ ।

१.३.६. प्रमाण विचार

उपर्युक्त २५ प्रमेयहरूको वास्तविक ज्ञानबाटनै दुःखको आत्यन्तिक निवृत्ति हुन्छ । प्रमेयहरूको ज्ञानका लागि प्रमाणहरूको आवश्यकता हुन्छ । सांख्यदर्शनको मतमा यी तीनै प्रकारका प्रमेयको भन्नाले 'व्यक्त' , 'अव्यक्त' तथा 'ज्ञ'को ज्ञान तीन प्रमाणहरूबाट हुन्छ । यसैले सांख्यशास्त्रले तीनैओटा प्रमाणलाई मानेको देखिन्छ । ती हुन् -दृष्ट भन्नाले प्रत्यक्ष, अनुमान, तथा आप्तवचन ।

१. प्रत्यक्षप्रमाण- यसको लक्षण सांख्यकारिकामा यस्तो बताइएको छ ***'प्रतिविषयाध्यवसायः'*** अर्थात् प्रत्येक ज्ञानको विषयका सम्बन्धमा बेग्ला-बेग्लै हुने जो निश्चित ज्ञान छ, त्यही नै प्रत्यक्ष हो ।

२. अनुमान- अनुमानको लक्षण न्यायमतकै अनुसार लिङ्ग र लिङ्गीको ज्ञानपूर्वक हुन्छ । यसका तीन भेद छन्- पूर्ववत् अनुमान, शेषवत् अनुमान, तथा सामान्यतो दृष्ट अनुमान ।

३. आप्तवचन- आगम अर्थात् वेदप्रमाणलाईनै आप्नवचन भनिएको छ । यी तीनै ओटा प्रमाणहरूबाट सांख्यदर्शनका सबै तत्त्वहरूको ज्ञान हुन्छ । अब यो कुरा विचारणीय छ कि कुन प्रमाणबाट कुन प्रमेयको जान हुन्छ । सांख्यमा व्यक्त, अव्यक्त तथा ज यी तीनप्रकारका प्रमेय छन् । व्यक्तको ज्ञान प्रत्यक्षबाट हुन्छ । ***(दृष्टात् प्रत्यक्षात् सामान्यतः साधारणतत्त्वानां व्यक्तानां प्रतीतिः ज्ञानम् ।)*** त्यस्तै जो अतीन्द्रिय विषय छन्, जसको प्रत्यक्ष प्रमाणबाट ज्ञानहुन सक्दैन, तिनको ज्ञान अनुमान प्रमाणबाट हुन्छ । 'अव्यक्त' जो छ, त्यो अतीन्द्रिय हो । अर्थात् परोक्ष छ । यसको ज्ञान प्रत्यक्षप्रमाणबाट हुँदैन । अतएव त्यसको ज्ञान अनुमान प्रमाणबाट हुन्छ । ***(अतीन्द्रियाणां विषयाणां अनुमानात् प्रतीतिः ज्ञानम् ।)*** यसका अतिरिक्त जो परोक्ष विषय छन् । जसको ज्ञान अनुमानबाट पनि हुनसक्दैन, तिनको ज्ञान आप्तागमबाट सिद्धहुन्छ । ***(तस्मादपि अनुमानादपि च असिद्धम् परोक्षम् अतीन्द्रियम् आप्तागमात् सिद्धम् ।)*** वेदवाक्यहरूबाट अर्थात् आप्तागमद्वारा ुज्ञु पुरुषको अस्तित्वको सिद्धिहुन्छ ।

१.३.७ मुक्तिको विचार

सांख्यदर्शनको प्रथम सूत्रमानै यो दर्शनको प्रयोजनको स्पष्ट संकेत मिल्दछ कि मनुष्य जन्मको प्रमुख लक्ष्य त्रिविधदुःखहरूबाट आत्यन्तिक निवृत्तिहुनु हो । यसै कुरालाई सर्वोच्च पुरुषार्थ मानिएको छ- ***अथ त्रिविधदुःखात्यन्तनिवृत्तिरत्यन्तपुरुषार्थः (सा.द.सू.१)*** यही वास्तविक मुक्ति हो । अहिले त यसो पनि भन्न सकिन्छ कि संसारका सबै अभाव र आवश्यकताको पूर्ति धनबाटै गर्न सकिन्छ । जस्तो कि धन भएपछि किनेर खान सकिन्छ, त्यस्तै धन भएपछि लुगा किनेर लगाउन सकिन्छ, धन भएपछि त भाडाको घरमा पनि बस्न सकिन्छ, इत्यादि । अतः सांसारिक प्रयोजनका लागि चाहिने साधनहरू तथा धन आदि प्राप्तगर्नुलाई पनि महर्षि कपिल मुनिले पुरुषार्थ मानेका छन् । किन्तु दुःखहरूको आत्यन्तिक भन्नाले सम्पूर्णरूपमा निवृत्ति उपर्युक्त साधनहरूद्वारा संभव हुँदैन । यसका लागि त ज्ञानको प्राप्तिहुनु अति आवश्यक छ, किनभने ज्ञानबाटनै मुक्ति संभव छ । **ज्ञानान्मुक्तिः (सा.द.सू.३ /२३)** यो सूत्रले बताएकै छ ।

यद्यपि आत्मा निर्विकार तथा निर्लिप्त छ किन्तु जगत्मा आएर प्रकृतिको संयोग पाएपछि उसले प्राणीको रूपमा जन्म लिन्छ । अनि त्यही शरीरलाई ुमुभन्ने ठानेर म सुखी छु, दुःखी छु, रोगी छु, विरामी छु भन्ने गर्दछ । यो सबै त अज्ञानको कारणले भएको हो । आत्मज्ञान नहुँदासम्म यस्तै स्थिति हुनेगर्छ । आत्मज्ञान भनेको आफ्नो वास्तविक स्वरूपको ज्ञान हो । ज्ञानको चरम स्थितिलाई सांख्यदर्शनमा विवेकख्याति भनिएको छ । यो स्थितिलाई प्राप्त गरेपछि साधकले मुक्ति भन्नाले दुःखहरूबाट सम्पूर्णरूपमा निवृत्ि पाउँछ । यसो भन्नुको अर्थ हो उसले मुक्ति पाउँछ । यसकुरालाई संक्षेपमा यसरी बताउन सकिन्छ(महत्तत्त्वदेखिलिएर पञ्चमहाभूतसम्मको सृष्टि ुप्रकृतिुले नै गर्दछ । यो सृष्टि वास्तविकरूपमा प्रत्येक पुरुषलाई मुक्त गराउनकै लागि हुनेगर्दछ । सृष्टिगर्नको लागि प्रकृतिले कसैको सहायता लिनुपर्दैन । 'पुरुष' को विम्ब जो 'प्रकृति'मा पर्दछ, त्यो कसैको प्रयत्नले हुने होइन, त्यो सब स्वभावतः हुने हो ।

पुरुषलाई मुक्त गर्नका लागि प्रकृतिले अनेकप्रकारका उपायहरूको रचनागर्दछ । मुक्ति त एकै जन्मको प्रयत्नबाट मिल्न गाहो छ । ज्ञानद्वारा अविद्याको नाश भएपछि प्रकृति र पुरुषले आ-आफ्नो स्वरूपलाई चिन्न थाल्छन् । यही ज्ञानले विवेक-बुद्धिलाई उत्पन्न गर्दछ ।

विवेकबुद्धि प्राप्तभएपछि पुरुषले आफ्नो स्वरूपलाई चिन्दछ । त्यसपछि उसले आफूलाई निर्लिप्त तथा निःसङ्ग सम्झन थाल्दछ । प्रकृक्तिको सृष्टिको उद्देश्य पूरा भएपछि प्रकृक्तिसँग पनि विरत हुन थाल्दछ । अनि पुरुष कैवल्य पाप्तगर्दछ । कैवल्य भनेको केवलता अर्थात् एकाकीपन हो । ***'बन्धविरहात् केवलस्य भावः कैवल्यम्'*** भनेको हुँदा सबैप्रकारका बन्धनबाट मुक्त भएपछि साधक एक्लो हुन्छ । यसैलाई कैवल्य भनेको हो । यस्तो भएपनि प्रारब्ध कर्म तथा पूर्वजन्मका संस्कारहरू अझै रहनेहुँदा कैवल्य भएपनि उसको शरीर पतन भएको हुदैन । भोगहरूको पूर्ति भइसकेपछि मात्रै संस्कारहरूको पनि नाश हुन्छ र अनिमात्र शरीर पतन हुन्छ । जबसम्म संस्कार रहन्छन् त्यतिवेलासम्म जीवन्मुक्त अवस्थामा जीव रहन्छ ।

सांख्यदर्शनमा मोक्षको स्वरूप कस्तो हुन्छ भन्ने पनि बताइएको छ । अध्यात्मपथमा प्रवृत्त हुँदै गएपछि जुन साधनहरूको वर्णन गरिएको छ, ती सबैको उद्देश्य बन्धनहरूबाट मुक्ति पाउनुनै हो । प्रकृतिको सान्निध्यबाट व्यक्तिलाई जे जति वस्तु प्राप्तहुन्छन्, अथवा जसबाट उसले आफूलाई बन्धनयुक्त ठान्दछ वा अनुभव गर्दछ, ती सबै बन्धनले गर्दा मुक्तिहुँदैन । वास्तविक मुक्ति त ज्ञानबाटमात्रै संभव छ । ***ज्ञानान्मुक्तिः अथवा ऋते ज्ञानान्न मुक्तिः*** भनेको हुँदा ज्ञान विना त मुक्ति हुँदैन । किनभने बन्धन प्रत्यक्ष अथवा जड हुँदैन, त्यो त अज्ञानको कारणले भएको हुन्छ । शरीरादिलाई आत्मा भन्ने सम्झनु र भौतिक सुख(समृद्धिलाई नै जीवनको सार भन्ने ठान्नुनै अज्ञान हो । जीवात्मालाई जबसम्म म शरीरादि होइन, आत्मा हुँ भन्ने वस्तविक ज्ञान हुदैन, तबसम्म ऊ अज्ञानजनित बन्धनबाट मुक्तहुन सक्दैन । यसप्रकारको विपरीतज्ञाननै बन्धन हो ***(बन्धो विपर्ययात् (सा.द. ३२४)*** सूत्रले बताएकै छ ।

मुक्तिमार्गमा देखापर्ने केही बाधा विरोधहरू पनि छन् । मुक्ति पाउने साधन मुख्यरूपमा ज्ञान या विवेक हो । किन्तु यो ज्ञान सहजरूपमा प्राप्तहुँदैन । यस्तो ज्ञान प्राप्तहुनलाई निकै बाधा विरोध आइपर्छन् । तिनबाट जोगिन पनि मुस्किल छ । मनुष्यजीवनमा विभिन्न आन्तरिक तथा बाह्य प्रतिकूलताहरू आइपर्छन् । जसका कारण लौकिक आकांक्षाहरू अपूर्ण भइरहन्छन् । अनि त मुक्तिमार्ग सहजरूपमा कसरी खुलोस् ? त्यो न खुल्दासम्म मुक्तिमार्गको यात्री बन्न कठिन छ । मुक्तिमार्गमा आवश्यक पर्ने लौकिक साधनहरूको प्राप्तिमा पाँच प्रकारका असन्तोष बाधक हुन्छन् भनेर बताइएका छन् । ती यस्ता छन् **- १. अर्जन** (यिनलाई पाउन दुःख हुन्छ), **२. रक्षण** (यिनको रक्षागर्न दुःख हुन्छ), **३. क्षय** (यिनको विनाश हुँदा दुःख हुन्छ), **४. भोग** (यिनको भोग गर्नमा दुःख हुन्छ, किनभने भोग गर्नाले कामना अझै बढ्दै आउँछ), **५. हिंसा** (अरुको हिंसागर्दा हुने दुःख, किनभने अरु कसैलाई दुःख या कष्ट नदिई कुनै भोगको प्राप्तिहुँदैन ।) ***आध्यात्मिकादिभेदान्नवधा तुष्टिः (सा.द. ३१४३)*** सूत्रमा यसकुरालाई स्पष्ट पारिएकै छ ।

यसैगरी ४ प्रकारका अन्य तुष्टिहरू पनि मोक्षमार्गमा बाधक हुन्छन् भनेर बताइएको छ -

१. प्रकृतितुष्टि - केही व्यक्तिहरू यस्तो सम्झन्छन् कि- प्रकृतिले हामीलाई सबैकुरा दिएको छ । भोग दिएपछि मुक्ति पनि प्रकृतिले स्वतः दिनेनै छ । त्यसैले मुक्तिका लागि ध्यान, धारणा, समाधि आदि प्रक्रियामा किन लाग्नुपऱ्यो ?

२. उपादानतुष्टि - अर्काथरी केही व्यक्तिहरूले यस्तो ठान्ने गर्छन् कि शास्त्रले बताए अनुसार सन्यास ग्रहण गरेपछि मुक्ति त स्वतः मिल्छ । त्यसका लागि ध्यान, धारणा, समाधि आदि नगरे पनि हुन्छ । यस्तो असावधानी भनौं मोक्षका उपाय प्रति उपेक्षाको भाव उपादान तुष्टिबाट हुनेगर्छ ।

३. कालतुष्टि- फेरि केही व्यक्ति यस्ता पनि हुन्छन्, जो समयले सबैकुरा आफै मिलाएको छ । समय आएपछि मुक्ति पनि स्वतः हुनेछ । त्यसका लागि अतिरिक्त प्रयत्न गर्नेपर्दैन भनेर समय सँग प्रसन्न रहन्छन् । तिनीहरूसँग मुक्ति आफै किन आउँछ र ?

४. भाग्यतुष्टि- अर्काथरी यस्ता हुन्छन् जो भाग्यलाई नै मोक्षको हेतु मान्छन् र मोक्षको लागि कुनै साधना गर्दैनन् उनीहरू यस्तो भन्छन् कि-भाग्यमा भए मुक्ति स्वयं मिल्नेछ । त्यसका लागि छुट्टै प्रयत्न गर्न आवश्यक छैन । यसरी ४प्रकारका तुष्टिहरू मोक्षमार्गमा सहायक नभएर बाधक बन्दछन् । परन्तु ज्ञानीजनले यस्तो विचार गर्दैनन् । मोक्षका निमित्र पुरुषार्थ गर्दैरहन्छन् । अध्यात्मविद्याको अध्ययनगर्नु, चिन्तन गर्नु, मननगर्नु, सत्सङ्ग गर्नु र विचार विमर्शगर्नु आदि मोक्षका निमित्र प्रारम्भिक उपाय हुन् ।

अब मोक्षपथमा सहायक अष्टसिद्धिहरू पनि छन् । तिनको चर्चा गर्नु यहाँ सान्दर्भिक हुनेछ । जुन उपायद्वारा मोक्षका निमित्र साधना गर्न सहज हुन्छ, तिनलाई सांख्यदर्शनमा सिद्धि भनिएको छ । यस्ता सिद्धिहरू आठ छन् । ***'ऊहः शब्दोऽध्ययनं दुःखविघातास्त्रयः सुहृत्प्राप्तिः । दानं च सिद्धयोऽष्टौ... ।' (सा.का.५१)*** यसअनुसार ऊह, शब्द, अध्ययन, सुहृत्प्राप्तिः, दानसमेत यी पाँच सिद्धिहरू भए । यसपछि दुःख हटाउने तीन भन्नाले आध्यात्मिकदुःखहान, आधिदैविकदुःखहान, तथा आधिभौतिकदुःखहान समेत आठ सिद्धिहरू छन् । जो मोक्षप्राप्तिका निमित्त सहायक सिद्धहुन्छन् । यिनको संक्षिप्त परिचय यस्तो छ-

१. ऊह- यसको अर्थ जन्मजात योग्यता वा पात्रता भन्ने हो । यसलाई विगत जन्मका विशिष्ट संस्कारहरूको प्रतिफल भन्ने मानिएको छ । यस्तो योग्यता प्राप्त मनुष्यको अन्तःकरणमा स्वतः तत्त्वज्ञान गर्नपट्टि झुकाव रहन्छ । उसले सद्गुरुको खोजी गर्दछ । सत्सङ्ग गर्दछ । उसलाई तत्त्वज्ञान पनि सहजतापूर्वक प्रकट हुन्छ । जसबाट मोक्ष सहजतासाथ प्राप्तहुन्छ ।

२. शब्द- यसको अभिप्राय सद्गुरुद्वारा प्राप्त हुनसक्ने शब्द भन्नाले सिद्धमन्त्र आदिको प्राप्ति भन्ने हो । जसबाट तत्त्वज्ञान प्राप्तहुन अधिक वल मिल्छ । यस्तो साधक आध्यात्मिक विद्या पढ्नमा अग्रसर हुन्छ र उसलाई अध्यात्मविद्या खुल्दैआउँछ । मोक्षमार्गमा बाधा पर्दैन ।

३. अध्ययन - अध्यात्मविद्या पनि विज्ञ गुरुजनको सान्निध्यमा रहेर निरन्तर अध्ययन गरिरहनु आवश्यक छ । हामी अध्ययन गर्दैनौं किन्तु एकैदिन वा एकैछिनको सङ्गतले ज्ञान भैहालोस् भन्ने ठान्छौं । बरु खेतीगर्ने वा लुगा सिलाउने, वा घर बनाउने आदि काम हेरेर वा देखेर जानिन्छ, किन्तु अध्यात्मविद्याको अभ्यास गुरुको सान्निध्यमा रहेर गर्नु अति आवश्यक छ । यसरी अध्ययनगर्नुलाई पनि सिद्धि मानिएको छ । जसबाट मुक्ति पाउन सहज हुन्छ ।

४. सुहृत्प्राप्ति- यसको अभिप्राय के हो भने भाग्यमा भए आफै

खाटमाथि आउँछ, भनेजस्तै अचानक कुनै साधु वा सन्त महात्मासँग अथवा कुनै त्यस्तो सिद्धपुरुषसँग भेट हुन्छ । जसबाट तत्त्वज्ञान प्राप्तहुन ठुलो सहयोग मिल्छ । सुहृत् भनेको मित्र हो । यस्तै मित्रको प्राप्ति भएमा तत्त्वज्ञान गर्नमा सहायता मिल्छ । यो पनि एउटा सिद्धि हो ।

५. दान- यसको अभिप्राय के हो भने दानशील व्यक्तिलाई सत्सङ्ग गर्ने अवसर ज्यादा मिल्छ । जसबाट उसलाई तत्त्वज्ञानको प्राप्ति सुगमतासाथ हुनसक्छ । जसबाट मुक्ति प्राप्तगर्न सहज हुन्छ । अकी कुरा दान गर्नाले उसमा त्यागको भाव उदाउँछ । यसबाट उसको अन्तःकरण शुद्धि हुन्छ । यस्तो भएमा मुक्ति प्राप्तगर्नका लागि सहज हुन्छ ।

(उपर्युक्त पाँच सिद्धिहरू तत्त्वज्ञान प्राप्तिका निमित्र् सहायक हुन् । मोक्षप्राप्तिका निमित्र् सावधान भएर लाग्ने साधकले यस्ता साधनहरूलाई स्वाभाविकरूपबाट प्राप्त गर्दछ, जसबाट उसलाई मार्गदर्शन मिल्छ । अनि ऊ अन्य तीन सिद्धिहरू पनि प्राप्तगर्न समर्थ हुन्छ, जो उक्त पाँच सिद्धिहरूको फलस्वरूप मिल्नसक्छन् । -

६. आध्यात्मिक दुःखहान - यो सिद्धि प्राप्त भएमा सबै आध्यात्मिक दुःखहरू नाश हुन्छन् ।

७.आधिभौतिक दुःखहान - यो सिद्धिबाट सबै आधिभौतिक दुःखहरू नाश हुन्छन् ।

८. आधिदैविक दुःखहान - यो सिद्धिबाट सबै आधिदैविक दुःखहरू

हट्दछन् । यो कुरा ***ऊहादिभिः सिद्धिरष्टधा (सा.द. ३१४४)*** सूत्रमा स्पष्ट पारिएकै छ । जब कि (सांख्यदर्शनको उद्देश्य तीनप्रकारका उक्त दुःखहरूबाट आत्यन्तिकरूपमा निवृत्तहुनु र मोक्षप्राप्ति गर्नु हो । यो कुरा सांख्यदर्शनको प्रथमसूत्रमानै उल्लेख गरिएको छ । ***अथ त्रिविधदुःखात्यन्तनिवृत्तिरत्यन्तपुरुषार्थः (सा.सू.१-१)*** यसप्रकार उक्त आठै सिद्धिहरू मोक्षप्राप्त गराउनमा अत्यन्त सहायक सिद्धहुन्छन् ।

१.४ निष्कर्ष

सांख्यदर्शनमा प्रस्तुत गरिएका पच्चीस तत्वरूपी एक अद्भुत घर हो । पुरुषले त्यस घरमा आश्रय लिएर बसेको हुन्छ । यो कुरो भन्नाले ज्ञान राम्ररी नबुझेर अरु व्यावहारिक कर्ममा फँस्नु हुँदैन । सांसारिक बन्धन र मोक्षलाई बताउन एवं बुझाउन सक्ने शास्त्र सांख्य योगदर्शन नै हो । यसको ज्ञान गर्नमा नलागी अन्य बहिर्मुखी मार्गतिर लगाउने कर्महरू गर्नाले के हुन्छ र ? अर्थात् केही फाइदा हुँदैन भन्ने कुरा श्रीमद्भागवत महापुराणमा पनि नारदले दक्षपुत्रहरूलाई बताएको देखिन्छ । जो यसप्रकार छ-

'पञ्चविंशतितत्त्वानां पुरुषोऽद्भुतदर्पणम् । अध्यात्ममबुधस्येह किमसत्कर्मभिर्भवेत् ।।

ऐश्वरं शास्त्रमुत्सृज्य बन्धमोक्षानुदर्शनम् । विविक्तपदमज्ञाय किमसत्कर्मभिर्भवेत् ।।'

(स्कन्ध ६ अ.५श्लोक १७-१८)

त्यसैगरी श्रीमद्भागवतको अर्को ठाउँमा यो दृश्य प्रपञ्च एवं सम्पूर्ण प्राणीवर्ग मिथ्या नै हो भन्ने निश्चय भएपनि त्यसका सबै नाम, रूप तथा आकारहरू एवं सांख्यदर्शनले बताएका चौबीस तत्वहरू पनि एउटै भगवत् स्वरूप हो त्यस्ता सांख्यनिर्देशित तपाइँ भगवान्लाई नमस्कार छ भनिएको देखिन्छ, जस्तैः

यद् रूपमेतन्निजमाययार्पितमर्थस्वरूपं बहुरूपरूपितम् ।

संख्या न यस्यास्त्ययथोपलम्भनात् तस्मै नमस्तेऽव्यपदेशरूपिणे ।।

जरायुजं स्वेदजमण्डजोद्भिजं चराचरं देवर्षिपितृभूतमैन्द्रियम् ।

द्यौः खं क्षितिः शैलसरित्समुद्रं द्वीपग्रहर्क्षेत्यभिधेय एकः ।।

यस्मिन्नसंख्येयविशेषनामरूपाकृतिः कविभिः कल्पितेयम् ।

संख्या यया तत्त्वदृशापनीयते तस्मै नमः सांख्यनिदर्शनाय ते ।। **(स्कन्ध ५ अ.१८ श्लोक ३१-३३)**

यसप्रकारले सांख्यदर्शनको मूल सिद्धान्त आत्मा, परमात्मा, सृष्टिरचना र प्रकृतिको समेत ज्ञान गराउनु हो । यसका साथै प्रकृति र पुरुषका विषयमा विवेकज्ञान प्राप्त गराउनु पनि हो । यसको अध्ययन, चिन्तन र मननगरी व्यक्तिले र समाजले मोक्षधर्मका वारेमा जानेर, बुझेर, अभ्यास गरेर, सत्सङ्ग गरेर मोक्ष प्राप्तगर्न सकून् भन्ने पनि हो, जसबाट तीनप्रकारका (आध्यात्मिक, आधिदैविक र आधिभौतिक) ताप हट्न सकून् र जन्म-मरणका दुःख समेत हटून् । यसै दृष्टिले सांख्यदर्शनको अध्ययन गर्नु पर्दछ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

ईश्वरकृष्ण (२००४), ***सांख्यकारिका,*** दिल्लीः संस्कृत ग्रन्थगार संस्कृत नगर ।

गौड, ज्वालाप्रसाद (२०१९), ***सांख्यतत्त्वकौमुदी,*** वाराणसी, चौखम्बाः सुरभारती प्रकाशन ।

आचार्य, श्रीराम शर्मा (२०००), ***सांख्य एवं योग दर्शन,*** मथुराः युग निर्माण योजना ।

अरण्य, हरिहरानन्द (२०१७), ***पातञ्जल योग दर्शन,*** दिल्लीः मोतीलाल वनारसीदास ।

पोद्दार, हनुमानप्रसाद (१९९४), ***श्रीमद्भागवत महापुराण,*** गोरखपुर, गोविन्द भवन कार्यालय गीताप्रेस ।

आचार्य, श्रीराम शर्मा (२०००), ***१०८ उपनिषद्,*** मथुराः युग निर्माण योजना ।

शर्मा, उमाशंकर (२००८), ***सर्वदर्शनसंग्रहः,*** वाराणसीः चौखम्बा विद्याभवन ।

शास्त्री, गजानन (२००९), ***सांख्यतत्त्वकौमुदी,*** वाराणसीः चौखम्बा संस्कृतसंस्थान

पन्थी, लक्ष्मीकान्त (२०१८), ***सांख्य एवं योग दर्शन,*** काठमाण्डौः विचार क्रान्ति केन्द्र ।

सुखदास, राम (२००९), ***साधक सञ्जीवनी,*** गोरखपुरः गोविन्द भवन कार्यालय गीताप्रेस ।

भजनमा हरिश्चन्द्र लीला

राजेन्द्रकुमार आचार्य
रूपन्देही

लेखसार

पौराणिक राजा हरिश्चन्द्रको कष्टप्रद एवम् कारुणिक जीवनचरित्रलाई लोकभजनमा निकै भावुक एवम् गम्भीर रूपमा गायन एवम् लीला प्रदर्शनका साथ प्रस्तुत गरिएको छ। हरिशचन्द्रको जीवनगाथासित उनकी रानी शैव्या, उनका गुरु वशिष्ठ, वशिष्ठलाई दान दिए भनेर प्रतिशोध स्वरूप हदैसम्मको अत्याचार गरी हरिश्चन्द्रलाई सताउने विश्वामित्र, रोहित वा शुनःशेपको बलि चाहने वरुण, माइलो छोरो बेच्ने अजिगर्त, रानी शैव्यालाई डङ्किनीको आरोपसहित लतार्दै ल्याई काट्न भन्ने समाज आदिबाट त्यो बेलाको अवस्थाको चित्रण हुन्छ। हरिश्चन्द्रमाथि ज्यादै अत्याचार गर्ने विश्वामित्रले रोहितलाई भगाउने र शुनःशेपलाई बन्धनमुक्त मात्र होइन, छोरो बनाउन स्वीकार गरेर राम्रो कर्म पनि देखाएका छन्। प्रस्तुत लीलाभजनलाई मुख्य शब्द, परिचय र पृष्ठभूमि, अध्ययनको उद्देश्य, सम्बन्धित साहित्यको पुनरावलोकन, अध्ययनको विधि, निष्कर्ष आदि उपशीर्षकहरूमा बाँडेर आलेख तयार गरिएको छ।

शब्दकुञ्जी : भजन, लीला, हरिश्चन्द्र, वरुण, शैव्या।

१.१ पृष्ठभूमि र परिचय

पौराणिक सूर्यवंशी राजा त्रिशंकुका छोरा हरिश्चन्द्र आफ्नो दानशीलता र सत्यताका लागि अति प्रसिद्ध थिए। अयोध्यामा राजधानी हुने मगध देशका यी ठूला राजा भएपनि उनका सन्तान थिएनन्। रानीसहित उनले सन्तान प्राप्तिका लागि धेरै दानपुण्य गरे तर फलित भएन। सन्तानकै पिरले धेरै चिन्तित भएका उनी आश्रममा पुगेर गुरुलाई दण्डवत् गरी आफ्नो समस्या पोखे। गुरु वशिष्ठद्वारा बडो ध्यानपूर्वक विचार गरियो तर कुनै सन्तानको योग नपरेको देखियो। गुरु वशिष्ठद्वारा यो कुरा जानकारी पाएर पनि राजाको मन अशान्त र अधैर्य भइरह्यो। उनले जसरी भएपनि सन्तान पाउनै पर्ने जिद्दी गरेकाले गुरु वशिष्ठले यस्तो सुझाव दिए : "वरुणदेवलाई खुसी पार्न सके सन्तान दिन्छन् कि ! उनको ध्यान र तपस्या गर्ने कि ! हरिश्चन्द्रले तदनुसार वरुणदेवको ध्यान र तपस्या गर्न थाले। यसबाट उनी खुसी भई राजाको अगाडि उपस्थित भए।

वरुणः "राजन, तिम्रो तपस्यादेखि म खुसी छु। बरु के समस्या छ भन !"
हरिशचन्द्र : "हे वरुणदेव, मेरा सन्तान छैनन्, गुरु वशिष्ठले बताउनुभए अनुसार सन्तान प्राप्तिको लागि मैले तपाईंको तपस्या गरेको हुँ। मलाई सन्तान दिनुहोस् !"
वरुणः "हे राजन, तिमीलाई सन्तान छैनन्। " हरिश्चन्द्र : "हे देवता, सन्तानको मुखै देख्न नपाई म निःसन्तान भएर मर्न चाहन्न।
वरुणः "राजन, त्यसोभए सन्तान देख्न त पाउनेछौ, सुमर्न पाउँदैनौ। पाएको सन्तान यज्ञपशुको रूपमा मलाई तुरुन्त बुझाउनुपर्नेछ। "
हरिश्चन्द्र : "हवस्, त्यो शर्त स्वीकार्य छ। तपाईंको जय होस्। "

वरुणदेव हरिश्चन्द्र राजासित बिदाबारी भएर वरुणलोकतिर हिँडे। राजा खुसीसाथ आफ्नो दरबारमा फर्की रानीलाई यो कुरा बताए। सन्तानको मुख देख्न पाइने भनी रानी शैव्या खुसी भइन्। उनीहरूले गर्भाधान संस्कार गरे। रानीलाई गर्भ रह्यो। तीन महिनामा पूजापाठसहित पुंसवन र छ महिनामा सिउँदो कोराइ संस्कार गरियो। महिना पुगेपछि पुत्र जन्मियो र हर्ष बढाइँका साथ जातकर्म भयो। राजा र रानी छोराको मुख देख्न पाएर निकै खुसी भए तर उतिखेरै वरुणदेव उपस्थित भई वचन अनुसार आफूलाई शिशु हस्तान्तरण गर्न भने। भर्खर जन्मेको शिशुलाई कसरी दिनु ? राजाले भाका सारी छैंटीपछि दिउँला भनेर पठाए। छैंटीका दिन वरुण आउँदा न्वारनमा दिने वाचा गर्दै भाका सारे। न्वारनमा शिशुको नाम रोहित रह्यो। न्वारनको दिन दाँत उम्रेपछि र त्यो बेला पनि ब्रतबन्धको बेला दिने भनी वरुणलाई फकाएर पठाए। ब्रतबन्धमा विवाहपछि दिउँला भन्ने कबोल भयो। तन्नेरी भएको रोहितले यो कुरो थाहा पाएर विवाहपछि वनतिर भाग्यो। खोज्दा भेटिएन। लिन आएका वरुण रिसाएर राजालाई जलोदर हुने र त्यसैबाट मर्नुपर्ने श्राप दिए। श्रापबाट बच्ने उपाय सोध्दा एउटा बालक किनेर दिनुपर्ने व्यहोरा राजालाई गुरु वशिष्ठले बताए। राजाले दूतलाई त्यो काममा खटाए। दूतले खोज्दै जाँदा अजिगर्त नामक एक गरीब ब्राह्मणका तीन छोरा शुनःपुच्छ, शुनःशेप र शुनःलाङ्गुलमध्ये एउटा बिक्री गर्ने कुरा आयो। जेठो बाउको र कान्छो आमाको प्यारो हुनाले माइलो छोरो शुनःशेपलाई १०० वटा गाई र केही असर्फी दिएर किने। बालकलाई डोऱ्याएर लगी यज्ञपशु बाँध्ने मौलोमा बाँधेर वरुणलाई खबर गरियो। बाँधिएको बालकको चित्कार सुनेर विश्वामित्रले राजालाई मुक्त गर्न भने। राजाले मानेनन् अनि विश्वामित्रले बालकको कानमा वरुणको मन्त्र सुनाएर जप गर्न लगाए। मन्त्रको प्रभावले वरुण प्रकट भई बालकलाई बन्धनमुक्त र राजालाई रोगमुक्त गरिदिए। राजाले वरुणसमक्ष क्षमा मागे। बाउआमाबाट बिक्री भएको बालक आफ्नो घर जान नमिली बेवारिसे भएकोले विश्वामित्रले धर्मपुत्रको रूपमा लगेर राखे। वरुण देवताले बचाएकाले बालकको नाम देवरात प्रचलित भयो।

देवरातलाई जेठो दाजु मान्न भनिए पनि विश्वामित्रको आदेशलाई ५० छोराले मानेनन् र श्रापित भए। एकाउन्नौं पुत्र मधुच्छन्दले पिताको आज्ञा स्वीकार गरी देवरातलाई दाजु माने। यता रोहित घर फर्के। हरिश्चन्द्र प्रशन्न भएर राजसूय यज्ञ गरी गुरु वशिष्ठलाई धेरै रत्नहरू दिए। त्यो देखेर तथा गुरु वशिष्ठद्वारा राजाको प्रशंसा सुनेर विश्वामित्रलाई ईर्ष्या जाग्यो। विश्वामित्रले छल गरी हरिश्चन्द्रको सारा धनसम्पत्ति र राज्य पचाइदिए। त्यति मात्र होइन, यज्ञको भूयशी दक्षिणा भनेर अड्को थापी राजा, रानी र राजपुत्रलाई बेचिन बाध्य पारे। छोरो रोहितलाई सर्पले डस्दा पनि समयमा आमाले भेट्न पाइनन्। उल्टै रानीलाई डङ्किनी भन्दै घिसारेर घाटमा पुऱ्याई हरिश्चन्द्रलाई काट्न लगाइयो। रानीले छोराको शव ल्याएको देखेर बल्ल राजाले चिनी विलाप गर्न थाले। कुनै कथामा छोराको दाह संस्कार गर्न रानीले लाएको धोती आधा च्यातेर कर तिर्न परेको भनिन्छ।

अन्त्यमा उनीहरू चिता तुल्याएर छोराको शवसितै जल्न तयार हुँदा देवीले खटाएर विश्वामित्रसहित देवगण उपस्थित भएको, विश्वामित्रले अत्याचारका लागि क्षमा मागेको र रोहितलाई राज्य फिर्ता दिएको भनिन्छ। यो आख्यान वीभत्स नरबलिको सङ्केत, अत्याचार, वेदना र करुणाले भरिपूर्ण छ।

१.२ उद्देश्य

पौराणिक कथावस्तुमा आधारित हरिश्चन्द्र लीलामा एउटा वैभवशाली राजाले पनि सन्तानको जिद्दीले गर्दा कतिसम्म हन्डर र ठक्कर खानुपऱ्यो भन्ने कुराको दृष्टान्त दिँदै सन्तानको लागि मरिहत्ते नगर्ने सुझाव दिनु यसको

मुख्य उद्देश्य हो भने करुणरस प्रधान भजन गायन, वादन र नृत्याभिनयबाट मनोरञ्जन प्रदान गर्नु अर्को उद्देश्य हो। वरुणदेवले नरबलि चाहेको आख्यानले त्यो बेला नरबलि जस्तो जघन्य कुप्रथा रहेको जानकारी दिनु, विश्वामित्रको हरिश्चन्द्रप्रति हदैसम्मको अत्याचार, गुरु वशिष्ठ र विश्वामित्रबीचको द्वन्द्वबाट प्रभावित दुरावस्थाको सूचना दिँदै लोकसंस्कृति संरक्षण पनि यसको उद्देश्य हो।

१.३ सम्बन्धित साहित्यको पुनरावलोकन

हरिश्चन्द्र लीला सम्बन्धित यी साहित्यहरू पढेर सारतत्त्व ग्रहण गरिएको छ। जो निम्नानुसार छन्।

क) भीमनिधिको सत्य हरिश्चन्द्र : वि.स. २०१३ मा छापिएको लघु आकारको यो पुस्तकमा सत्यवादी हरिश्चन्द्र राजाको मार्मिक चरित्र वर्णित छ।

ख) श्रीमद्भागवतको : (२०७१) नवम्स्कन्ध अध्याय १६ को श्लोक २९ देखि ३७ सम्म यससम्बन्धी सङ्क्षिप्त कथावस्तु दिइएको छ।

ग) महाभारतमा अनुशासन पर्व, दानधर्म अध्याय ४ का श्लोक ४२ देखि ६२ सम्म यस विषयको चर्चा छ।

घ) गीताप्रेस गोरखपुरद्वारा प्रकाशित विष्णुपुराण चतुर्थ अंश अध्याय ७ को श्लोक ३७ देखि ३९ सम्म विश्वामित्र, देवराज आदिको उल्लेख पाइन्छ।

ङ) मुरलीधर वशिष्ठकृत (२०४६) श्रीमद्देवीभागवत षष्ठमस्कन्धको हरिश्चन्द्रलाई सराप शीर्षकमा नेपाली भाषाश्लोकको अर्थमा पृष्ठ ४३७ देखि ४६७ सम्म यससम्बन्धी आख्यान विस्तृत रूपमा छ।

च) चूडामणि बन्धुको (२०५८) मा एकता प्रकाशनबाट प्रकाशित नेपाली लोकसाहित्यको पृष्ठ २७५ मा हरिश्चन्द्र लीला शीर्षक दिएर संक्षिप्त आख्यान प्रस्तुत गरिएको छ। यसमा हरिश्चन्द्रका सात रानी भनिएको छ।

छ) आप्टेको संस्कृत-हिन्दी कोशको पृष्ठ ११६७ मा हरिश्चन्द्रसम्बन्धी पुराख्यान संक्षेपमा दिइएको छ।

ज) युवराज भुसालको (२०७८) किरण पुस्तकालय गुल्मीमार्फत प्रकाशित हाम्रो भौगोलिक इतिहास पुस्तकको पृष्ठ १७ देखि सम्बन्धित आख्यान दिइएको छ।

झ) नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठानद्वारा (२०७९) प्रकाशित राजेन्द्रकुमार आचार्यको नेपाली लोकनाटक पुस्तकको पृष्ठ १५६ देखि १६१ सम्म हरिश्चन्द्र लोकनाटक शीर्षकमा विधातात्त्विक विश्लेषणसहित चर्चा गरिएको छ।

ञ) सोमप्रसाद खतिवडाद्वारा सम्पादित एवं जनता प्रकाशनद्वारा प्रकाशित नेपाली संस्कृति विश्वकोशको पृष्ठ १३३४ मा हरिश्चन्द्र शीर्षकमा संक्षिप्त रूपको तत्सम्बन्धी आख्यान दिइएको छ।

ट) लीलाधर पाण्डेयको (१९८८ इ.) हिन्दूधर्म कोशको पृष्ठ ७०१ मा विश्वामित्रलाई निकालेर वशिष्ठलाई पुरोहित बनाएकाले विश्वामित्रले हरिश्चन्द्रप्रति बदला स्वरूप अत्याचार गरेको बताइएको छ।

१.४ अध्ययन विधि

अध्ययन विधिमा प्राथमिक र द्वितीयक स्रोत उपयोग गरिएको छ। प्राथमिक स्रोतमा हरिश्चन्द्र लीला लोकभजन गायन, वादन, नृत्य, पात्र, शृङ्गार र परिवेशको अवलोकन, सङ्कलन तथा द्वितीयक स्रोतमा प्रकाशित उपलब्ध सामग्रीको अध्ययन विधिलाई प्रयोग गरिएको छ।

२. भजनको मूल पाठ

अजुद्धेका हरिश्चन्द्र राजा सत्यवादी, गए गुरु वशिष्ठको कुटी उघारी।
दण्डवत् गरीकन गुरुलाई सुधाए, पुत्र चाहियो भनिकन बिन्ती बिसाए।
पुत्र छैन तिमीलाई पुत्र छइन, यो जन्ममा तिमीलाई पुत्र छइन।
वशिष्ठले सुझाए वरुणछेउँ जान, कहे वरुण देवतालाई गर जप ध्यान।
राजाका जप ध्यानले प्रकट भए वरुण, वरुणजी भन्न लागे राजालाई सुन।
दर्शन दिन पहिला होला सुत तिमरो, त्यसै दिनदेखि सुत हुनेछ है मेरो।
सय रानीमा सेब्यारानी गरभ धारे, अजुद्धेमा आकाशदेखि फूल बरिसाए।
दमदम दुन्दुभि चँवर डोलावै, सुतको खबरले वरुणजी आवै।
छैंटी कर्म गर्न देऊ मेरा गुरु, छैंटीका दिनमा लैजाउला बरु।
छैंटीका दिनमा वरुणजी आवै, न्वारनको नाउँ राखी लैजाउला बाबै।
एघार दिनको न्वारनमा रोहित नाउँ, वरुणजी आई कहे सुत अब पाउँ।
ब्रतबन्ध गरन देऊ मेरा गुरु, बर्तनको दिनमा लैजाउला बरु।
बाहार बरिखमा भयो ब्रतबन्ध, वरुणजी आउँदा भए बिलखमन्द।
बिहा कर्म गरन देऊ मेरा गुरु, बिहा गर्ने दिनमा लैजाउला बरु।
रोहित भए तन्नेरी बिहा पनि भयो, वरुणको आगमन आँगनीमा भयो।
थाहा पाई रोहितले वनतर्फ भागे, वरुण आई राजालाई सराप दिन लागे।
जलोदर रोग लागी छट्पटिनु परोस्, त्यसै रोगले गलीगली मरिजानु परोस्।
सराप छुटौन राजा गुरुकहाँ गए, बालक किनी सट्टाभर्ना दिनू भन्दा भए।
बालक किन्न राजाले दूत खटाए, अजिगर्त दुखियाले छोरो दिन लाए।
सुनसेफ बालखु ल्याई बाँधे मौलामा, रोयो बालक चिच्याएर नहाल खौलामा।
मन्त्र दिए वरुणको विश्वामित्र रिखीले, पुकार गरो बालखुले बडो जुकतीले।
वरुण आई पाश फुकाई सुनसेफ बाँचे, जलोदर सन्च भई राजा खुसी साँचे।
राजसुर्जे जैग्गे गरी दानपुन्ने गरे, वशिष्ठलाई दक्षिणा र सम्पत्तिले भरे।
विश्वामित्र रिखीलाई डाहा भयो देखेर, छल गरे राजालाई सर्वश्व हरेर।
जति मागे पनि दिए सत्यवादी बनेर, मुर्दा पोल्ने काम पनि गरे बरै खटेर।
डङ्गिनीको बापत लागो सेब्या महारानीलाई, काट्न आदेश भयो हरिश्चन्द्र राजालाई।
रोहितको लास देखी बल्ल चिन्दा भए, विरहले रुँदारुँदै मर्न तयार भए।
देवी-देवता आइकन फूल बर्साए, विश्वामित्र जाइकन क्षमा मागी पाए।
रोहितलाई राज्य भयो अभिषेक लाए, राजा-रानी दिव्य रूप भई मुक्ति पाए।

३. मानक नेपालीमा भजन

अयोध्याका हरिश्चन्द्र राजा सत्यवादी, गए गुरु वशिष्ठको कुटी उघारी।
दण्डवत् गरिकन गुरुलाई सोधे, पुत्र चाहियो भनीकन बिन्ती बिसाए।

पुत्र छैन तिमीलाई पुत्र छैन, यो जन्ममा तिमीलाई पुत्र छैन।
वशिष्ठले सुझाव दिए वरुणसँग जान, भने वरुण देवतालाई गर जप ध्यान।
राजाका जप ध्यानले प्रकट भए वरुण, वरुणजी भन्न लागे राजालाई सुन।
दर्शन दिन पहिले होला छोरो तिम्रो, त्यही दिनदेखि छोरो हुनेछ है मेरो।
सय रानीमा शैव्यारानीले गर्भ धारण गरिन्, अयोध्यामा आकाशदेखि फूल बर्साए।
दमदम दमाहा चँवर डोलाए, छोराको खबरले वरुणजी आए।
छैंटी कर्म गर्न देऊ मेरा गुरु, छैंटीका दिनमा लैजाउला बरु।
छैंटीका दिनमा वरुणजी आए, न्वारनको नाम राखी लैजाउला बाबै।
एघार दिनको न्वारनमा रोहित नाम, वरुणजी आई भने छोरो अब पाऊँ।
ब्रतबन्ध गर्न देऊ मेरा गुरु, ब्रतबन्धको दिनमा लैजाउला बरु।
बाह्र वर्षमा भयो ब्रतबन्ध, वरुणजी आउँदा भए बिलखमन्द।
विवाह कर्म गर्न देऊ मेरा गुरु, विवाह गर्ने दिनमा लैजाउला बरु।
रोहित भए तन्नेरी विवाह पनि भयो, वरुणको आगमन आँगनमा भयो।
थाहा पाई रोहितले वनतर्फ भागे, वरुण आई राजालाई श्राप दिन लागे।
जलोदर रोग लागी छट्पटिनु परोस्, त्यसै रोगले गलीगली मरी जानु परोस्।
श्राप छुटाउन राजा गुरुकहाँ गए, बालक किनी सट्टाभर्ना दिनू भन्दा भए।
बालक किन्न राजाले दूत खटाए, अजिगर्त दुखियाले छोरो दिन लाए।
शुनःशेप बालकलाई ल्याई बाँधे मौलामा, रोयो बालक चिच्याएर नहाल खौलामा।
मन्त्र दिए वरुणको विश्वामित्र ऋषिले, पुकार गऱ्यो बालकले बडो जुक्तिले।
राजसूर्य यज्ञ गरी दानपुण्य गरे, वशिष्ठलाई दक्षिणा र सम्पत्तिले भरे।
विश्वामित्र ऋषिलाई डाहा भयो देखेर, छल गरे राजालाई सर्वश्व हरण गरेर।
जति मागे पनि दिए सत्यवादी बनेर, मुर्दा पोल्ने काम पनि गरे खटेर।
डङ्किनीको बापत लाग्यो शैव्या महारानीलाई, काट्न आदेश भयो हरिश्चन्द्र राजालाई।
रोहितको शव देखी बल्ल चिन्दा भए, विरहले रुँदारुँदै मर्न तयार भए।
देवी-देवता आइकन फूल बर्साए, विश्वामित्र गएर क्षमा मागे।
रोहितलाई राज्य भयो अभिषेक लाए, राजारानी दिव्यरूप भई मुक्ति पाए।

३.१ कथावस्तु

मगध देशको राजधानी अयोध्याका राजा हरिश्चन्द्र बडो सत्यवादी र दानी थिए। सन्तान नभएकाले उनी आफ्ना गुरु वशिष्ठको कुटीमा पुगे। गुरु वशिष्ठलाई दण्डवत् गरी पुत्र प्राप्तिको इच्छा दर्साए। गुरु वशिष्ठले यो जन्ममा नै पुत्र वा सन्तान नभएको बताउँदा पनि उनले जिद्दी छोडेनन्। गुरु वशिष्ठले वरुण देवताको जप ध्यान गर्दा उपाय लाग्ला भनी वरुणकहाँ पठाए। राजाले वरुणको जप ध्यान थाले। राजाको जप ध्यानबाट प्रसन्न भई वरुणले छोरो सुमर्न त नपाइने देख्रसम्म पाइने भनेपछि उनी फर्के। राजा हरिश्चन्द्रका सय रानीहरूमध्ये महारानी शैव्यालाई गर्भ रह्यो। आकाशदेखि पुष्पवृष्टि भयो। बाजा बजाएर हर्ष बढाइँ गरियो। दश महिनामा

शिशु जन्मेपछि वाचा अनुसार वरुण लिन आइहाले। राजाले छैंटीसम्म छोरो हेर्न पाउन माग गर्दै भाका दिए। वरुण छैंटीमा आउँदा न्वारनको भाका दिइयो। न्वारनमा आउँदा ब्रतबन्ध र ब्रतबन्धको दिनमा आउँदा बिहासम्मको भाका सारियो। तन्नेरी भइसकेका रोहित विवाहको बेला वनतिर भागे। अब भने वरुण धेरै रिसाएर भाका सार्ने राजालाई जलोदर रोगले सताउने र कालान्तरमा त्यसैबाट मर्नुपर्ने सराप दिएर फर्के। राजा हरिश्चन्द्र जलोदर रोगले ग्रसित भई छट्पटाउन थाले। त्यसको केही उपाय हुन्थ्यो कि भनेर गुरु वशिष्ठलाई गुहार्दा कसैको बालक किनेर यज्ञ पशुको रूपमा वरुणलाई दिन सुझाव दिइयो। राजाले तदनुसार दूत खटाउँदा अजिगर्त नामका दुःखीको शुनःशेप बालक किन्न पाइयो। त्यो बालक ल्याएर दूतले राजालाई बुझाए। राजाको आदेशद्वारा बालक यज्ञपशुको रूपमा मौलामा बाँधियो। बालक आतिएर रोयो-चिच्यायो। कसैले उसको आर्तनाद सुनेन। विश्वामित्रले राजालाई फुकाइदिन अनुरोध गरे तर वरुणको डरले मानेनन्। विश्वामित्रले बालकको कानमा वरुणको स्तुतिमन्त्र बताएर जप गर्न लगाए। बालकले त्यसै गऱ्यो। फलस्वरूप वरुण खुसी भई आएर पाश फुकाइदिए र राजालाई पनि रोगमुक्त गरिदिए। बालकलाई विश्वामित्रले छोरो बनाएर ग्रहण गरे। परिस्थिति सुल्झिएको थाहा पाएर रोहित फर्के। राजा र रानी शैव्याले राजसूर्य यज्ञ गरी गुरु वशिष्ठलाई धेरै धनसम्पत्ति दिएको देखेर विश्वामित्रलाई डाहा भयो। उनले अनेक छल गरी राजाको सर्वश्व हरण गरे। जति माग्दा पनि दिएर राजाको सम्पत्ति सकिएपछि भूयाशि दक्षिणा पुगेन भनी रानी, छोरा र उनैलाई पनि बेचे। राजा मुर्दा पोल्ने काममा खटिएको बेला सर्पले डसेको उनको छोरालाई ल्याएर राजालाई काट्न भनियो। उनी हत्तपत्त उठी छोराको लास ल्याएर राजाको अगाडि राखिदिइन्। बल्ल चिने राजाले र रुवाबासी चल्यो। छोराको लाससँगै चितामा मर्ने तयारी हुँदा तब देवी-देवताले फूल बर्साए। रोहित जागा भयो। विश्वामित्रले अत्याचारका लागि क्षमा मागे। राजकुमार रोहितलाई राज्यको अभिषेक भयो। राजा र रानीले दिव्यरूपसहित मुक्ति प्राप्त गरे।

३.२ पात्र

हरिशचन्द्र लीला भजनका मुख्य पात्र हरिश्चन्द्र राजा हुन् जसले पुत्रको कारण ठूलो हन्डर खाएका छन्। अन्य पात्रहरू वरुण, गुरु वशिष्ठ र विश्वामित्र हुन्। रानी शैव्या, राजपुत्र रोहित, शुनः शेप, अजिगर्त आदि सहायक पात्रहरू छन्। नाटक खेल्दा यी पौराणिक पात्रको भेषभूषाका वर्तमान पात्रहरू रहन्छन्।

३.३ परिवेश

गायन, वादन तथा नृत्य परिवेशमा मझेरी, दलान, आँगन, मन्दिरको प्राङ्गण आदि र कथाजन्य परिवेशमा अयोध्या, राजमहल, गुरु वशिष्ठको कुटी, वरुणलोक, रोहितको छैंटी, न्वारन, ब्रतबन्ध र विवाहको मण्डप, हरिश्चन्द्रको मुर्दाघाट आदि हुन्।

३.४ संवाद

यसमा राजा हरिश्चन्द्र र गुरु वशिष्ठबीचको वार्ता, वरुण र हरिश्चन्द्रको कुराकानी, रोहित र विश्वामित्रको बातचित, अजिगर्त र दूतबीचको छलफल, शुनःशेप र विश्वामित्रको कुरा, रानी शैव्या र राजाबिचको दुःखसुख आदि संवाद रहेका छन्।

३.५ द्वन्द्व

मुख्य द्वन्द्व राजा हरिश्चन्द्र र वरुणदेवको बीचमा छ। भाका सार्दै गर्दा द्वन्द्व निकै बढ्छ। विश्वामित्रले प्रतिशोध स्वरूप हरिश्चन्द्र राजा, रानी शैव्या र राजपुत्रलाई अत्याचार गर्दा पनि द्वन्द्व देखिन्छ। गुरु वशिष्ठ र विश्वामित्रका बीचमा पनि सहअस्तित्व नस्वीकारेर द्वन्द्व बढेको छ। रानी शैव्या र गाउँलेहरूबीच पनि द्वन्द्व बढेर उनलाई डङ्किनीको आरोपमा घिसार्दै मुर्दाघाटसम्म ल्याएर हरिश्चन्द्रलाई काट्नसम्म भन्न पुग्छन्।

३.६ सङ्गीत र नृत्य

भजन गाउँदा खैँजडी, मजुरा, डम्फु, मादल, तबला, हार्मोनियम, मुरली, थपडी आदिको वादनमा करुण रसधारायुक्त गीत र लीला नृत्याभिनय प्रस्तुत हुन्छ। लस्के भाकाबाट सुरु गरी चड्के भाका वा नचरी सङ्गीतमा फनफनी नचाइन्छ। यसमा चुड्का र खैँजडी अनुसार घुम्ने-घुमाउने नाच पनि प्रस्तुत हुन्छ।

३.७ शृङ्गार र भेषभूषा

हरिश्चन्द्र लीलामा मुख्य चरित्र हरिश्चन्द्र राजा हुन्। यिनको परिधान राजाले लगाउने खालका शिरपेच, माला, बाजु, पीताम्बर धोती, टल्कने भोटो, कवच, सुर्बाल आदि हुन्छन्। मसानघाटमा पुऱ्याइएपछि भने झुत्रा र मैला लुगा लगाएका रोंसेचोंसे देखिन्छन्। रानी शैव्याका पनि पहिला महँगा दरबारिया पोसाक र राज्य हरिएर बेचिएपछि झुत्राझाम्रा लुगा हुन्छन्। वरुणको देवपरिधान हुन्छ भने गुरु वशिष्ठ र विश्वामित्रका ऋषि परिधान हुन्छन्।

३.८ भाषा र शैली

हरिश्चन्द्र भजनको मूलपाठ सधुक्कडी नेपाली तथा व्रज भाषाबाट आंशिक रूपमा प्रभावित छ। श्रुतिस्मृतिमा आधारित हुने भएकाले भाषिक परिवर्तन अनुसार भजनमा पनि परिवर्तन आएको छ। यसमा चरित्र शैली अपनाइएको हुन्छ।

४. प्राप्ति र छलफल

हरिश्चन्द्र लीलाको मूल भजनपाठबाट हरिश्चन्द्र राजाको सत्यवादिता, दानशीलता र जस्तोसुकै विपत्ति परे पनि सहन सक्ने धैर्य र अटलताका सन्देशहरूको प्राप्ति भएको छ। साथै राजाको सन्तानका लागि मरिहत्ते गर्ने प्रवृत्तिले नपाउने दुःख पाएको कुरा पनि पाइएको छ। वरुणदेव यज्ञपशुको रूपमा बालक वा नरबलि चाहने पौराणिक पात्र पनि हुन्थे, विश्वामित्र जस्ता ईर्ष्यालु ऋषि पनि हुन्थे, अजिगर्त जस्ता छोरो बेच्नसक्ने दरिद्र पनि थिए र शैव्यालाई नारी भएकै कारण डङ्किनीको आरोप लगाएर अत्याचार गर्ने समाज पनि थियो भन्ने सूचना पनि प्राप्त भएको छ। यिनका आधारमा अति चाहना नगर्नु अथवा दुर्लभ वस्तुमा आसक्त नहुनू, ईर्ष्या, नलिने हुनू, अत्याचार नगर्नू, विभेद र गलत चिन्तन हटाउनू आदि विषयमा छलफल चलाउन सकिन्छ। वर्तमान समाजमा यिनका अवशेष रहन दिनु हुन्न तर राजाको धैर्य र सहनशीलता भने अनुकरणीय छ भन्ने विषयक बहस चलाउन सकिन्छ।

५. निष्कर्ष

पुराणहरूमा वर्णित राजाहरूका जीवनचरित्र केलाउँदा केही यस्ता राजा भेटिन्छन् जो केही मात्रामा हुस्सु भएका कारण, कतिपय जिद्दी स्वभाव भएकाले वा जति मागे पनि दानदातव्य दिने कारणले दुःखान्तमा परेका छन्, जस्तैः दशरथ, बलिराज, परीक्षित, हरिश्चन्द्र आदि। यीमध्ये राजा दशरथले पुत्रशोकमा ज्यान फाल्नुपरेको, राजा बलिराजले पृथ्वीलोक नै छाड्नुपरेको, राजा परीक्षितले ज्यान हाल्नु परेको र राजा हरिश्चन्द्रले सर्वश्व गुमाएर मुर्दाघाट कुर्नुपरेको जस्ता दर्दनाक एवम् करुणामयी घटना वृत्तान्त भेटिन्छन्। सबभन्दा बढी कष्ट र सजाय भोग्न बाध्य पारिएका हरिश्चन्द्रको दुःखदायी तथा करुणाले भरिपूर्ण गाथा यस लीलामा पाइने गर्छ। ठूलाले पनि गल्ती वा ज्यादै जिद्दी गरे महाकष्टमा पर्नुपर्छ भन्ने उपदेश दिन्छ। वरुण र विश्वामित्र कति निष्ठुरी बनेर सताए भन्दै तिनको क्रोध र ईर्ष्याको पराकाष्टा बताउँछ। त्यो अवस्थामा नरबलि पनि प्रचलित थियो र सामाजिक न्याय निकै कमजोर थियो, दुःखी दरिद्री र असहायले श्रमको कर त कति तिर्नुपर्थ्यो कति, आफ्नै सन्तानलाई समेत सित्तैमा वा शुल्क लिएर भएपनि यज्ञपशुको रुपमा दिन बाध्य पारिन्थ्यो। समाज दास, मालिक वा राजारङ्कको जर्जर अवस्थामा थियो भन्ने कुराको छनक यो आख्यानले दिन्छ। जस्तोसुकै कष्टमा पनि सत्यमार्ग छोड्नुहुन्न भन्ने सन्देश यसको सकारात्मक र अनुकरणीय पक्ष हो।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

आचार्य, राजेन्द्रकुमार (२०७९), नेपाली लोकनाटक, काठमाडौँः नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठान।

आप्टे, वामन शिवराम (२०१०), संस्कृत-हिन्दी कोश, दिल्लीः न्यू भारतीय बुक कर्पोरेसन।

खतिवडा, सोमप्रसाद (२०७४), नेपाली संस्कृति विश्वकोश, काठमाडौँः जनता प्रकाशन तथा प्रसारण लिमिटेड।

ज्ञवाली, ऋषिराम (२०७६), ऋषिकृत भजनमाला, रुपन्देही : कवि लेखनाथ ज्ञवाली स्मृति प्रतिष्ठान।

ढवाली, षडानन्द (२०७०), भजन सङ्ग्रह, रुपन्देही : स्वयम्।

पराजुली, मोतीलाल (२०६३), नेपालमा प्रचलित नृत्य र नृत्य नाटिकाहरू, ललितपुरः साझा प्रकाशन।

पाण्डेय, राजबलि (१९८८), हिन्दूधर्म कोश, लखनउः उत्तर प्रदेश हिन्दी सस्थान।

पाण्डे, रामनारायणदत्त शास्त्री (२०१२), महाभारत, गोरखपुरः गीता प्रेस।

बन्धु, चूडामणि (२०५८), नेपाली लोकसाहित्य, काठमाडौँः एकता प्रकाशन।

भुसाल, युवराज (२०७८), हाम्रो भौगोलिक इतिहास, गुल्मीः किरण पुस्तकालय।

श्रीमद्भागवत महापुराण (२०७१), नवमस्कन्ध अध्याय १६, गोरखपुरः गीता प्रेस।

वशिष्ठ, प. मुरलीधर (२०४६), श्रीमद्देवीभागवत नेपाली भाषाश्लोक, वाराणसीः जय नेपाल प्रकाशन।

विष्णु पुराण (२०५५), चतुर्थ अंश, अध्याय-७ गोरखपुरः गीता प्रेस।

प्राकृतिक स्रोत सम्बन्धि शाक्यकालीन परम्परा र वर्तमान अभ्यास

युवराज कंडेल
शिक्षक, कालिका मानवज्ञान माध्यमिक विद्यालय, रूपन्देही

लेखसार

नेपालका प्राचीन सभ्यताहरूमध्ये शाक्यकालीन सभ्यतालाई तराई क्षेत्रमा विकसित परिष्कृत सभ्यता मानिन्छ। गौतम बुद्धका पुर्खाहरूले विकास गरेको शाक्य गणराज्यमा मात्र नभएर तत्कालीन कोलीय राज्यमा समेत तत्कालीन समयमा उस्तै किसिमको सभ्यताको विकास भएको थियो। वन-जङ्गल र नदी किनाराबाट सुरु भएका शाक्य राजाहरूको विकासक्रम र कपिलवस्तु तथा कोलीय राज्यमा गौतमबुद्धको जीवनकाल भन्दा अघि र पछिसम्म जल जमीन र जङ्गलमा आधारित भएर जीवनपद्धति अपनाएको पाइन्छ। सिद्धार्थ गौतमले बुद्धत्व प्राप्त गरेपछि उहाँले नदी, भूमि र वनलाई विशेष महत्त्व दिएर अनुयायीहरूलाई त्यसको विवेकपूर्ण प्रयोग र संरक्षण गर्नका लागि धेरै प्रवचनहरू दिनुभएको थियो। बुद्धको दर्शनबाट प्रभावित भएर कोलीय र कपिलवस्तु राज्यका साथै तत्कालीन छिमेकी राज्यका बासिन्दाहरूले आफ्नो जीवनपद्धति प्रकृतिमुखी बनाएका थिए। बुद्धको महापरिनिर्वाण पछि छिमेकी राज्यहरूको बारम्बारको आक्रमणले गर्दा कपिलवस्तु राज्यको विनाश भएर गयो। यहाँका मानिसहरू ज्यान जोगाउनको लागि यहाँको भूमि छोडेर अन्यत्र गएपनि उनीहरूले अपनाएको संस्कार कुनै न कुनै रूपमा यस थलोमा जोगिएर रहेको छ। कपिलवस्तुदेखि रामग्रामसम्मको क्षेत्रमा शाक्यकालीन परम्पराहरू अहिलेसम्म प्रचलित छन्। तिमध्ये बगैंचा र रुखको महत्त्व, वन संरक्षण र जलस्रोत उपयोगको अभ्यासले अहिले पनि समुदायलाई अगुवाइ गरिरहेको छ। यस लेखमा प्राकृतिक स्रोतको संरक्षण र उपयोग सम्बन्धमा शाक्यकालमा के कस्ता मुख्य परम्पराहरू थिए र ती परम्पराको अहिले कस्तो अभ्यास भैरहको छ ? ती अभ्यासको वर्तमान महत्त्व के कस्तो छ भन्ने कुराको विश्लेषण गरिएको छ। यो लेखले बौद्धकालीन अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरूलाई बुझ्न, सूचीकरण गर्न र अभ्यास विस्तृतीकरण गर्न मद्दत पुग्नेछ।

शब्दकुञ्जी: प्रकृति, वन, बुद्ध, शाक्य गणराज्य, संस्कृति ।

पृष्ठभूमि

नेपालका प्रमुख प्राचीन सभ्यताहरूमध्ये हालको लुम्बिनी प्रदेशको तराईमा विकसित शाक्य सभ्यता एक वैभवशाली सभ्यता मानिन्छ। बुद्धकालीन सभ्यता भनेर चिनिने शाक्य सभ्यता हालको कपिलवस्तु जिल्लामा विकसित भएको थियो। शाक्य गणराज्यको रूपमा फरक राजनैतिक, सामाजिक अभ्यास गरेको कपिलवस्तु राज्य पूर्वमा रोहिणी नदी, पश्चिममा अचिरावती, दक्षिण– पश्चिममा कोसल राज्यको श्रावस्ती, दक्षिण– पूर्वमा मल्ल राज्य र उत्तरमा हिमालयसम्म फैलिएको बौद्ध ग्रन्थ तथा विद्वानहरूले उल्लेख गरेका छन् (वर्म्मा, १९९६, विडारी, २००३)।

मज्झिम निकायका अनुसार कपिलवस्तु राज्यको पश्चिम र दक्षिणमा कोसल राज्य तथा दक्षिण-पूर्वमा मल्लहरूको गणराज्य थियो। उत्तरमा भने यो राज्य हिमालयसम्म फैलिएको थियो। हिमालयको तल्लो पाखो, भागिरथी नदी (हाल वाणगंगा) छेउँ र शकवृक्ष (साल) हरूको जङ्गल क्षेत्रमा यो राज्य अवस्थित रहेको बौद्ध ग्रन्थ

दिग्धनिकायको अम्बेस्थ सूत्रसँगै सुमंगल विलासिनी, सौन्दरानन्द, ललितविस्तार तथा जातक कथाहरू आदि ग्रन्थहरूमा पढ्न सकिन्छ। भुवनलाल प्रधानले इ पू ५६३ सालमा भगवान् बुद्ध जन्मकालतिर कपिलवस्तु गणराज्य सानै भए पनि समुन्नत र सुसंस्कृत अवस्थामा रहेको उल्लेख गरेका छन् । त्यसताका यसको पूर्वतिर शाक्यहरूकै अर्को सानो गणराज्य कोलीय थियो। यी दुई शाक्य राज्यहरूको साँध छुट्याउँदै रोहिणी नदी पर्दथ्यो। कोलीय राज्यको दक्षिण–पूर्वमा मल्लहरूका पावा, कुशीनगर गणराज्यहरू थिए। तिनका पूर्व लिच्छविहरूको वज्जि गणराज्य थियो। यो दक्षिण–पूर्वी भूभाग गङ्गा नदीको किनारसम्म फैलिएको थियो। यो वज्जि अर्थात् लिच्छवि–गणराज्यको उत्तरी इलाका कोलीयदेखि विदेह (मिथिला) राज्यसम्म पुगेको थियो। शक्तिशाली मगध राजतन्त्रको भूभाग मल्ल, वज्जि गणराज्यहरूको दक्षिणदेखि उत्तरमा कोसी–किनारसम्म फैलिएको थियो। त्यसको पनि दक्षिण–पूर्वमा अङ्ग राज्य थियो। कपिलवस्तुको दक्षिणो –पश्चिमी सिमाना कोसलसँग जोडिएको थियो। पश्चिमको यो विशाल कोसल शक्तिशाली राजतन्त्र थियो। यसको उत्तरी सिमाना हिमालयसम्म फैलिएको थियो। कोसल र मगधको बीच कासी पर्दथ्यो। कोसलको दक्षिण–पश्चिममा चेदी,' वत्स, शूरसेन, मत्स्य र पश्चिममा पाञ्चाल, कुरु राज्यहरू थिए। बुद्धकालीन कपिलवस्तु राज्य वर्तमान नेपालको होचो पर्वतमाला चुरियाको दक्षिणी फाँटमा अवस्थित थियो र यसको वरपर माथि चर्चा गरिएअनुसार सानाठूला राज्यहरू थिए। त्यसताकाका जनपदहरूमा शासनपद्धति गणतन्त्रात्मक भए पनि जनताबाट छानिएका राजप्रमुख (राजा) नै कहिन्थे। कपिलवस्तु र कोलीय शाक्यहरूका जनपदहरू लिच्छविहरूका वैशाली, मल्लहरूका पावा, कुशीनगर जस्तै प्रजातान्त्रिक गणराज्य थिए। यिनका राजप्रमुखहरू निर्वाचित गरिएका हुन्थे (प्रधान, २०४५)।

योगी नरहरिनाथले *"शाकवृक्षपरिच्छन्नं वासं यस्मिन् प्रचक्रिरे। तस्मादिक्ष्वाकुवंश्या हि भुवि शाक्या इति स्मृताः"* भनेर शाक्यवंशीको उत्पत्ति र राज्यको बारेमा बताएका छन् (योगी, २०७७)। अधिकांश बौद्ध ग्रन्थ र विद्वानहरूका अनुसार शाक्य गणराज्यको सम्बन्ध काशी वा साकेतसँग रहेको थियो। उनीहरूका अनुसार साकेतका राजा इक्ष्वाकु (कतै ओकाक पनि उल्लेख भएको पाइन्छ) ५ छोरी र ४ छोरा जन्माएकी रानीको असामयिक निधन पछि दोस्रो विवाह गर्न बाध्य भए। दोस्रो पत्नी अर्थात् रानी बनेकी जयन्तीले केही समयमै जन्माएको पुत्र जयन्तुलाई राजा बनाउने चाहना राखेर दबाव दिन थालेकीले उनको वशमा परेका राजाबाट उल्कामुख, करकण्ड, हथिनिक, सिनीपुत्र नामक छोराहरूसँगै प्रिया, सुप्रिया, अनन्द, विजिता, विजितसेन नामक ५ छोरी गरी ९ सन्तानलाई दवावपूर्ण रूपले राज्यबाटै निष्कासन गरियो (बिडारी, २००३ इ. : ५९; बिडारी, १९९५ इ. : ५४)। अपराध बिना भएको निष्कासनलाई स्वीकारेका राजकुमार राजकुमारीहरू साकेतबाट निस्केर हिमालयतर्फ बढ्ने क्रममा भागीरथीका नामले पुकारिने वर्तमान वाणगंगा नदी किनारमा आइपुगे। कपिल ऋषिको आश्रमद्वारा सुसज्जित उक्त ठाउँमा पुगेपछि आश्रय एवं सल्लाह मागेका राजकुमार राजकुमारीलाई बस्ने अनुमती दिएका कपिल ऋषिले उपयुक्त हुने क्षेत्र पनि देखाइदिए।

कपिल ऋषिको सम्मतिपछि शकवृक्षहरूको फँडानी गरी बस्ती बसाल्ने कार्य थालेका राजकुमार र राजकुमारीहरूले समयक्रममा सुन्दर नगर हुँदै शहर–राज्यमा परिणत गरे। त्यसै क्रममा आफ्नो रगतलाई शुद्धता दिन जरुरी ठानेका उनीहरूले ऋषि कपिलको परामर्शसमेत लिई जेठी राजकुमारी प्रिया बाहेकले दाजु बहिनीमै विवाह गरेर प्रशस्त सन्तान पनि जन्माए (रकहिल, १८८४ इ. : १२)। अविवाहिता जेठी राजकुमारी

प्रियाले राजमाता सरह भै संरक्षण–व्यवस्थापन थालेपछि कपिल ऋषिकै गोत्र गौतम स्वीकारेका उनीहरूले ऋषिद्वारा निर्धारित ठाउँमा शहर बसाउने क्रममा ऋषिले दिएको माटोको प्रयोगले महल खडा गरे। त्यसरी तयार भएको शहरलाई कपिलको माटो वा भूमिका रूपमा लिएका उनीहरूले कपिलवस्तु नामकरण गरेको धारणा धेरैले प्रस्तुत गरेका छन्।

ऋषि कपिलको गोत्र स्वीकारेका उनीहरू समयक्रममा कसरी शाक्य भनिए भन्ने बारेमा पृथक पृथक धारणाहरू पाइन्छन्। 'शक' अर्थात 'साल' वृक्षहरूले ढाकिएको जङ्गल फाँडेर बस्ती बसाउँदै सुन्दर समृद्ध राज्य कायम गरेको अवस्थामा प्रभावित स्थानीय समुदायहरूद्वारा शाक्य भनिएको भन्ने धारणा धेरैले प्रस्तुत गरेका छन्। केही विद्वानहरू रक्त शुद्धतापछिको सफलतासँग 'शाक्य' नाम जोडिएको धारणा राख्छन्। जसमा रक्त शुद्धताका लागि आपसमै विवाह गरेका राजकुमार र राजकुमारीहरूले छोटो समयमै समृद्ध कपिलवस्तु राज्य बनाएपछि कुशीनगर, बैशाली, कौशाम्वि, श्राबस्तीसम्म जोड्ने काम भयो। यिनीहरूको फैलँदो प्रसिद्धि सुनेर आफूले निष्काशित गरेका छोराछोरी सम्झिएका साकेत नरेश इक्ष्वाकुले मन्त्रीहरूसँग उनीहरूको बारेमा सोधे। सबै कुरा पत्ता लगाएका मन्त्रीहरूबाट हिमालयको काखमा पवित्र नदी किनारमा अवस्थित शक उपवनभित्र सम्पन्न राज्य खडा गरिबसेको जानकारी दिए। रित्तो हात धपाइएका सन्तानहरूको उन्नति प्रगतिका समाचारबाट हर्षविभोर भएका राजा इक्ष्वाकुबाट "शाक्य वट भो कुमार, परम शाक्यवट भो कुमार" अर्थात् आहा ! समर्थवान् (शाक्य) साँच्चै समर्थवान् (शाक्य) रहेको कुमारहरू! भन्दै खुशी व्यक्त गरेकाले समयक्रममा यिनीहरू शाक्य कहलाइएका हुन्। त्यसबाहेक यिनीहरू साकेतवाट आएका हुनाले सोही स्थलकै नामका आधारमा साकेता हुँदै शाक्य भएको तर्क दिनेहरू पनि भेटिन्छन्। समग्रमा शाक्य भनिनुका पछाडि शकवृक्षको जङ्गल फाँडेर राज्य स्थापना गरेको, पिताद्वारा समर्थवान् (शाक्य) भनिएको, साकेतवाट आएकाले र सन्त कपिलको आशीर्वादमा राज्य खडा गरेको तर्कहरू पाइन्छ (रिजाल, १९९६ २१–२२;)। यसप्रकार निर्वासित राजकुमार राजकुमारीहरूद्वारा घना जङ्गलले जेलेको पवित्र नदी किनार क्षेत्रमा कपिल ऋषिको सम्मतिले राज्य खडा गरेपछि शाक्य क्षेत्रीय वंशी भन्न थालिएको हो। इच्क्षाकु सूर्यवंशी भएकोले शाक्यहरू आफूलाई सूर्यवंशी क्षत्रिय मान्दथे।

कपिलवस्तुका शाक्यवंशी शासक शुद्धोदन र मायादेवीको कोखमा ई.पू. ५६३ वैशाख शुक्ल पूर्णिमाका दिन लुम्बिनीको रमणीय उपवनमा सिद्धार्थको जन्म भएको थियो। उनको जीवनमा देखिएका विभिन्न घटनाक्रममा साढे तीन दशकको उमेरमा बोधगयामा बुद्धत्त्व प्राप्त गरे पनि त्यस अघि नै उनमा विलक्षणहरू देखिएका थिए। सानै उमेरमा उनले अन्तरनिहित प्रतिभाको विकास गर्ने गराउने अनुकूल वातावरण यही मातृभूमिमा पाएका थिए। कपिलवस्तुको पारिवारिक तथा सामाजिक वातावरण उनको प्रारम्भिक पाठशाला थियो। राजकुमार भएर पनि उनमा जगत, जीव, जीवन र अनुभवका तथ्यपरक दृष्टिहरू गम्भीर थिए। जीवन, जगत र दुःखको मूल नष्ट गर्ने अभिलाषाले उनी निरन्तर सोचमा रहिरहे। यो चरण नै उनको जीवनको ऊर्जामय सिर्जनात्मक अवस्था थियो। यसले कालान्तरमा बुद्ध बन्न प्रेरित गऱ्यो (प्रधान, २०४५)

सिद्धार्थ २९ वर्षको उमेरमा सांसारिक भोगविलास र पारिवारिक सम्बन्धलाई तिलाञ्जलि दिई ज्ञानको खोजीमा हिँडेपछि उरुवेलसमेतका विभिन्न स्थानमा ऋषिमुनिहरूसँग सत्संगत गर्दै ६ वर्षपछि मध्यममार्ग अवलम्बन गरी बोधगयामा बुद्धत्त्व (ज्ञान) प्राप्त गरे। उनले सर्वप्रथम सारनाथमा उपदेशना दिएका पञ्चभद्र वर्गीय ब्राह्मणहरू–

असित, कौडिन्य, वप्प, भद्दीय तथा मल्लिक कपिलवस्तुकै थिए। बुद्धत्त्व प्राप्ति भएपछि गौतम बुद्ध ४ पटक कपिलवस्तु आएका थिए। बुद्धको प्रभावले कोलीय र कपिलवस्तु राज्यका धेरै मानिसहरू बौद्ध धर्म अपनाएर भिक्षु बनेका थिए।

पाली त्रिपिटकमा बौद्धकालीन समाज र सभ्यताको चित्रण गरिएको पाइन्छ। यसमा जुन समाजको चित्रण छ, त्यो वैदिक कालदेखि निरन्तर विकास हुँदै आएको समाज हो। शाक्यकालीन समाजका धेरैजसो प्रस्थापना र परम्पराहरू बुद्धकाल अघिदेखि नै चल्दै आएका थिए। केही परम्परा त्यसै समाजका उपज थिए (पौड्याल, २०८०)। बौद्ध ग्रन्थहरू अध्ययन गर्दा शाक्य गणराज्य खेतीपाती र प्रकृतिमैत्री रहेको देखिन्छ, जसको प्रभाव बुद्धका प्रवचनहरूमा समेत परेको छ। प्रकृतिमुखी जीवन, खेतीपाती, पशुपालन, वन तथा जल संरक्षण जस्ता कुराहरू बौद्ध दर्शनमा आउनुपूर्व नै कपिलवस्तुका समाजमा प्रचलित थिए। बुद्धको महापरिनिर्वाणपछि कोसल नरेस बिढुढकको बारम्बारको आक्रमणपछि कपिलवस्तु राज्य छिन्नभिन्न भयो। ज्यान जोगाउन यहाँका नागरिकहरू पनि लाखापाखा लागे। इशाको सातौँ शताब्दीसम्म आइपुग्दा कपिलवस्तु राज्य निर्जन जङ्गलमा परिणत हुनपुग्यो। कपिलवस्तुका निवासीहरू लाखापाखा लागेपछि कपिलवस्तुको समाज, सभ्यता छिन्नभिन्न हुन पुग्यो। कपिलवस्तु राज्यको पतन भएर धेरै शाक्यवंशीहरू पलायन भएपछि सीमित मानिसहरू मात्र यस क्षेत्रमा रहेका थिए। उनै मानिसहरूले शाक्यकालीन सभ्यतालाई आफ्नो जीवन पद्धतिमा अपनाउँदै आएका थिए। अहिलेपनि कपिलवस्तु सेरोफेरोमा शाक्यकालीन थुप्रै परम्परा र जीवन पद्धतिका अभ्यासहरू प्रचलनमा रहेका छन्। यो क्षेत्रका आदिबासी थारूहरूको समाजमा रहेका प्रकृतिसम्बन्धी थुप्रै अभ्यासहरू शाक्यकालकै निरन्तरताको रूपमा आएका छन्। यो लेखमा मुख्यगरी रुख, वन र जलस्रोतसम्बन्धी शाक्यकालीन अभ्यास र त्यसको निरन्तरताको चर्चा गरिएको छ। यो लेखले प्रचलित प्रमुख अभौतिक सम्पदालाई बुझ्न र त्यसको अभिलेखीकरण र विस्तृतीकरण गर्दै लाभ लिन आधार तयार हुनेछ।

अध्ययनको उद्देस्य

प्राचीन शाक्य गणराज्यमा र सिद्धार्थ गौतमले बुद्धत्त्व प्राप्त गरेपछि यहाँका मानिसहरूले प्रकृतिसँग सम्बन्धित के कस्ता अभ्यासहरू गरेका थिए र ती अभ्यासहरू अहिले कुन रूपमा यस क्षेत्रमा रहेका छन् भन्ने कुराको उजागर गर्नु यस अध्ययनको मुख्य उद्देश्य रहेको छ।

सम्बन्धित साहित्यको पुनरावलोकन

प्रसिद्ध बौद्धग्रन्थ ललित विस्तार, जातक कथा, थेरी गाथा, थेरगाथा लगायतमा शाक्यकालीन सभ्यताको बारेमा धेरै कुराहरू उल्लेख गरिएको छ । यिनै ग्रन्थ र पुरातात्विक अध्ययनलाई आधार बनाएर शाक्यकालीन सभ्यताको बारेमा धेरै पुस्तकहरू लेखिएका छन्, अनुसन्धानहरू गरिएका छन्। शाक्यकालीन समाज, बुद्ध धर्म र कपिलवस्तु राज्यको बारेमा अहिलेसम्म धेरै विद्वानहरूले पुस्तक तथा लेखहरू लेखेका छन्। तीमध्ये केहीको चर्चा यस लेखमा गरिएको छ।

रासबिहारी लाल (१९५८) को " जातक कालीन भारतीय संस्कृति" मा शाक्यकालको संस्कृति, परम्परा र अभ्यासको बारेमा धेरै जानकारी पाइन्छ। यस पुस्तकमा बौद्धकालीन संस्कृति र वैदिक संस्कृतिमा के कस्तो

समानता रहेको छ ? बौद्ध संस्कृतिमा वैदिक संस्कृतिको प्रभाव कसरी परेको छ भन्ने कुराको विश्लेषण जातक कथाको आधारमा गरिएको छ। बौद्ध कालमा नदी, नदी घाट, बाटो, विश्राम स्थल सबैको साझा सम्पत्ति हुने र सबैले प्रयोग गर्न पाउने कुराको व्यवस्था हुने गरेको उक्त पुस्तक अध्ययन गर्दा देखिन्छ।

डा. भागचन्द्र जैन भास्कर (१९७२) ले लेखेको पुस्तक "बौद्ध संस्कृतिका इतिहास" मुख्यतः बौद्ध धर्मको विकासक्रम र विभिन्न बौद्ध सम्प्रदायको बारेमा केन्द्रित रहेपनि यो पुस्तकले बुद्धकालीन संस्कार र कलाको बारेमा समेत धेरै कुरा उल्लेख गरेको छ। यस पुस्तकमा बौद्धकालमा कलामा जीवजन्तु, रुख विरुवा, पहाड लगायतका वस्तुहरू कुंदिने गरेको उल्लेख छ। अहिलेको वृहत्तर लुम्बिनी क्षेत्रमा स्थानीयहरूले बनाउने संरचना र घरका भित्ता लगायतमा अहिलेसम्मको कला शैलीलाई अवलम्बन गरेको देख्न पाइन्छ।

डा. मदन मोहन सिंह (१९७२) को पुस्तक " बुद्धकालीन समाज और धर्म" शाक्यकालीन सभ्यताको बारेमा विस्तृत जानकारी दिने प्रमुख पुस्तक हो। यस पुस्तकमा पन्ध्र अध्यायहरू रहेका छन्। यी अध्यायहरूमा बुद्धकालका प्रमुख विशेषता र तत्कालीन इतिहासको सूची, वर्ण तथा जातिहरू, दास– प्रथा, विवाह, गणिका, खान– पान, वस्त्राभूषण, लोक– महोत्सव, शिक्षा, प्रमुख धर्म– सम्प्रदाय, संन्यास– जीवन तथा जैन एव बौद्ध भिक्षु– संघ इत्यादिको विवरण प्रस्तुत गरिएको छ। लेखकले तत्कालीन समाजमा वैदिक धर्म, ब्राह्मण धर्म र लोक धर्मको प्रभाव कसरी परेको थियो भन्ने कुराको सूक्ष्म ढंगले व्याख्या गरिएका छन् । यस पुस्तकमा बौद्धकालमा बलि प्रथा रहेको, नाग पूजा र वृक्ष पूजा गर्ने प्रचलन रहेको, राज्यले वन र जलस्रोतलाई प्राथमिकतामा राखेको कुरा उल्लेख गरिएको छ।

सुप्रसिद्ध बौद्ध विद्वान तथा अध्येता राहुल साङ्कृत्यायन (१९५३)ले लेखेको पुस्तक 'बौद्ध – संस्कृति' मा भारतीय उपमहाद्वीपमा बौद्ध संस्कृतिको विकासको बारेमा सविस्तार वर्णन गरिएको छ। उहाँले कपिलवस्तुबाट बौद्ध सभ्यताको सुरु भएको र त्यसलाई विश्वभरी फैलाउने काम सम्राट अशोक, हर्षबर्धन लगायतका राजाहरू र बौद्ध विद्वानहरूले गरेको उल्लेख गरेका छन् । यस पुस्तकमा समृद्ध बौद्ध सभ्यता आर्य सभ्यताको अतिक्रमणमा परेर तहसनहस भएको कुरा वर्णन गरिएको छ।

गीतु गिरी (२००८) को द स्याकर्ड कम्प्लेक्स अफ लुम्बिनी मूलतः लुम्बिनी क्षेत्रको विगत र वर्तमान अवस्थाको बारेमा लेखिएको पुस्तक भए पनि यस पुस्तकमा शाक्यकालीन ईतिहासको समेत चर्चा गरिएको छ। शाक्यहरूको जन्म कसरी भयो ? कपिलवस्तु राज्य कसरी स्थापना भयो? र त्यसबेलाको लुम्बिनी क्षेत्रको भौतिक अवस्था के कस्तो थियो भन्ने कुराको सामान्य जानकारी उनको अध्ययन पुस्तकमा पाईन्छ। लेखकले यो अनुसन्धानात्मक पुस्तकमा लुम्बिनी वरपरका सम्पदाले कसरी पर्यटनमा सघाएका छन् भन्ने कुराको राम्रो विश्लेषण गरेको भए पनि प्रचलित संस्कार र परम्पराको बारेमा धेरै बताएका छैनन्।

भुवनलान प्रधान (२०४५) ले लेखेको पुस्तक 'नेपालमा बुद्ध धर्म' मा कपिलवस्तुमा शाक्य गणराज्यको स्थापना र विनाशसम्मका धेरै कुराहरू उल्लेख गरिएका छन्। यस पुस्तकमा शाक्यवंशको उत्पत्ति र विकासका साथै बुद्धको जीवन, बौद्ध दर्शन र नेपालमा त्यसको प्रभावको बारेमा उल्लेख गरिएको छ। विभिन्न बौद्धग्रन्थ र ऐतिहासिक तथ्यको आधारमा लेखिएको यस पुस्तकमा लेखकले बौद्धकालीन संस्कार, जीवन पद्धति, खेतीपाती, उद्यमको बारेमा उल्लेख गर्नुभएको छ। उहाँका अनुसार प्राचीन शाक्य गणराज्य निकै सुन्दर र विकसित रहेको

थियो। शाक्यहरूको जीवन पद्धति आर्यहरूको जीवन पद्दतिबाट बढी प्रभावित रहेको उहाँको पुस्तकमा उल्लेख गरिएको छ।

उमाकान्त पौड्याल (२०८०)ले पाली त्रिपिटकको आधारमा बुद्धकालीन समाज नामक पुस्तक लेख्नुभएको छ। यस पुस्तकमा बुद्धकालीन राज्य, राज्यव्यवस्था, बुद्ध र उनको धार्मिक मन्तव्य, भिक्षु संघ, बुद्धकालीन धार्मिक सम्प्रदाय, वर्ण व्यवस्था, संस्कृति, दासदासी, महिला र आजीविकाको बारेमा विस्तृत वर्णन गरिएको छ। पुस्तकमा लेखकले बुद्धकालीन संस्कृतिका मुख्य अवयव भोजन, परिधान, शिष्टाचार, लोकविश्वास, संस्कार आदिका विषयमा चर्चा गर्नुभएको छ। उक्त विषयवस्तु अन्तर्गत प्राकृतिक स्रोतहरूको उपयोग गरेर बुद्धकालमा कसरी जीवन संचालन गरिन्थ्यो भन्ने कुराको संकेत मिल्छ। यसैगरी बुद्धकालीन आजीविकामा कृषि र पशुपालन कसरी गरिन्थ्यो? के कस्ता उपकरण र विधि प्रयोग गरिन्थ्यो भन्ने कुराको चर्चा गरिएको छ।

विश्लेषण र व्याख्या

१. लुम्बिनी उपवनको व्यवस्थापन

भगवान गौतम बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनी विश्वभरका बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको आस्थाको केन्द्र हो। यो स्थल नेपालकै प्रमुख धार्मिक, ऐतिहासिक स्थल र महत्त्वपूर्ण पर्यटकीय स्थल समेत हो। इ.पू. ५६३ मा कपिलवस्तुका राजा शुद्धोधनकी रानी मायादेवी आफ्नो माइत देवदह जाने क्रममा यसै स्थानमा शाक्यमुनि बुद्धको जन्म भएको थियो। कोलीय र कपिल राज्यको बिचमा रहेको उपवनलाई बुद्धले बौद्धमार्गिले जीवनमा एकपटक पुग्नै पर्ने वनको रूपमा उल्लेख गर्नुभएको छ। तराईको गर्मीमा हुर्कने सालजस्ता वृक्षहरूसँगै विभिन्न फलफूलका रुखहरूले ढाकिएको यो स्थल वैवाहिक समेतका सम्बन्धमा बाँधिएका दुवै राज्यका शासक एवं तिनका परिवार वनविहारका लागि आउने ठाउँ भएकाले सुन्दर बगैंचा अर्थात् उपवनका रूपमा विकसित संरक्षित गरेर लुम्बिनी कनाना, लुम्बिनी बाटिका, लुम्बिनी उपवन, लुम्बिनी किट्टलवन, प्रदिमोक्षवन आदि नामले उल्लेख गरेको पाइन्छ। तेलार नदी किनारमा घना शाल्मली वृक्षहरूद्वारा ढाकिएको कपिलवस्तु– रामग्रामको संयुक्त स्वामित्त्वमा रहेको र रंगीविरंगी फूलहरूद्वारा सिंगारिएको यो उपवनको नामकरणबारे भने एकरूपता पाइँदैन (गौतम,२०७७)।

लुम्बिनी उपवनको व्यवस्थापन कोलीय र शाक्य गणराज्यका नागरिकले संयुक्त रूपमा गरेको कुरा बौद्ध ग्रन्थहरूले बताउँछन्। राज्यहरूले संयुक्त रूपमा उद्यानाहरूको निर्माण र व्यवस्थापन गर्दै लाभ लिने प्रचलन पछि बिस्तारै समुदायले समेत अपनाएको देखिन्छ। शाक्य गणराज्यमा कपिलवस्तु र लुम्बिनीमा थुप्रै सुन्दर बगैंचाहरू भएको कुरा आचार्य बुद्धघोषद्वारा रचित सिद्धार्थ चरितम् महाकाव्यमा समेत उल्लेख छ (उपाध्याय,२०७८)। महाकाव्यको सप्तम सर्गको दोस्रो अध्यायमा सिद्धार्थ गौतमले विचरण गरेका कपिलवस्तुका बगैंचाहरूको सौन्दर्य वर्णन गरिएको छ। राजकुमार सिद्धार्थले त्यस उद्यान भूमिलाई देखेपछि जतातै वृक्षहरूमा लताहरू झुण्डिएका, मधुर एवं कोमल स्वरमा कोइलीहरूले गाइरहेका र भँवराहरू पनि ती फूलहरूमा भूँभूँ गर्दै घुमिरहेका हुनाले त्यो सम्पूर्ण उद्यानभूमिलाई एक प्रकारले सङ्गीतशाला जस्तै माने भन्ने उल्लेख छ। उक्त सर्गमा बगैंचामा भएका केशर, आँप, अशोक लगायतका वनस्पतिले बगैंचालाई सुन्दर बनाएको वर्णन छ।

नेपालको तराई क्षेत्र आदिवासी थारू र मधेशी समुदायको बस्ती रहेका ठाउँमा ठूलाठूला बगैँचाहरू अहिले पनि देख्न पाईन्छ। प्राय: दुई गाउँलाई पायक पर्ने स्थानमा बनाइएका यस्ता बगैँचाहरूलाई शीतल ताप्ने, सामूहिक भेला गर्ने, छलफल गर्ने थलोको रूपमा उपयोग गरिन्छ। आफ्नो विवाहको लागि जन्ती लिएर कपिलवस्तुबाट देवदह जादा राजकुमार सिद्धार्थलाई ससुराली पक्षले बगैँचामा विश्राम गराएको किम्बदन्ती रोहिणी क्षेत्रमा प्रचलित छ। अचेल पनि रूपन्देही, नवलपरासी र कपिलवस्तुका ग्रामीण भेगमा गाउँमा जन्ती प्रवेश गरेपछि पहिले बगैँचामा राखेर स्वागत सत्कार गरेर मात्र बेहुलीको घरमा लैजाने चलन छ। यसलाई शक्यकालीन सभ्यताकै निरन्तरताको रूपमा हेर्न सकिन्छ।

साल– भञ्जिका समारोह र सालवन

तराईदेखि महाभारत पहाडका खोंचसम्म हुर्कने साल वृक्षलाई हिन्दू र बौद्ध दुवै धर्मावलम्बीले विशेष महत्त्व दिएको पाइन्छ। सिद्धार्थ गौतमलाई जन्म दिने समयमा मायादेवीले साल (अशोक) वृक्षको हाँगो समातेको कुरा बौद्ध ग्रन्थहरूमा उल्लेख गरेको पाइन्छ (बिडारी, १९९९)। शाक्यकालीन समाजमा साल वृक्षको विशेष महत्त्व रहेको थियो। पालि निकायका अनुसार कोलीय र कपिल राज्यमा नागरिकहरू निश्चित तिथिमा सालको जङ्गलमा गएर सालका फूलहरू टिपेर ल्याउने र उत्सव मनाउने गरिन्थ्यो। यस उत्सवलाई साल– भञ्जिका भनिन्थ्यो। पाणिनीका अनुसार यो उत्सव प्राचीन भारतमा प्रचलित थियो। मगध देश र त्यसका छिमेकी राज्यहरूमा शाल– भञ्जिकोत्सव विशेष रूपमा मनाउने गरिन्थ्यो। जातक निदान– कथामा शाल– भञ्जिकाको बारेमा यसरि उल्लेख गरिएको छ – कपिलवस्तु र देवदहको बिचमा शालवन छ, यसमाथि दुवै नगरको अधिकार रहेको छ। यसलाई लुम्बिनी वन भनिन्छ । सम्पूर्ण शाल वृक्षहरू तलदेखि माथिसम्म फूलले भरिभराउ छन्। रुखका हाँगामा चराहरू उफ्रिरहेका हुन्छन् र फूलमा भँवराहरू गुनगुनाइरहन्छन्। झट्ट हेर्दा त्यो वन कुनै तेजस्वी राजाको नृत्य मण्डल जस्तो देखिन्छ। "अवदान– शतक" मा शालभञ्जिकाको बारेमा यस्तो उल्लेख गरेको पाइन्छ, ' कुनै समयमा भगवान बुद्ध श्रावस्तिको जेतवन विहारमा निवास गरिरहनु भएको थियो। त्यो समयमा श्रावस्तीमा शालभञ्जिका– समारोह मनाउन हजारौ मानिसहरू भेला भएका थिए। उनीहरूले ल्याएको शालपुष्प जम्मा गर्दा पहाड जत्रो थुप्रो बन्यो। मानिसहरू निकै रमाएर यताउता घुमफिर गर्ने, रमाइलो गर्ने काम गरे, उनीहरूले ठुलो उत्सव मनाए (सिंह,१९७२. ८६)।

वनमा सालका रुखमा पालुवा पलाएपछी सुन्दरता थपिँदै जान्छ। सालको रुख फूलले भरिएपछी सेताम्मे देखिन्छ। साल फुलेपछि तराईमा समयमाई र संसारी माईको पूजा गर्ने गरिन्छ। चैत्र – बैशाखमा स्थान अनुसार चतुर्दशी वा औंशीमा साल– वनमा गएर सालको रुखमुनि देवीको पूजा गर्ने गरिन्छ (घिमिरे, २०५२)। वनजङ्गल राम्रो होस्, पशुपन्छीलाई समस्या नहोस, वन सुरक्षित रहोस्, डढेलो नलागोस्, वर्षा राम्रो होस् भनेर सालको वनमा गएर पूजा गर्ने विद्यमान परम्परा शाक्यकालीन शाल– भञ्जिका उत्सवकै रूपमा रहेको देखिन्छ। यो उत्सवले वनसँग आदिवासी थारूहरूको सामिप्यतालाई झल्काउँछ। संसारी माई, वनदेवी वा समय माईको पूजा गर्ने चलन तराईका थारू बाहेकका समुदायमा समेत रहेपनि वन नजिकका थारू समुदायले यो संस्कृतिलाई राम्रोसंग जोगाएका छन्। थारू संस्कृतिको राम्रो पालना भैरहेका सघन थारू वस्तीको सेरोफेरोमा नै सालको जङ्गल बढी छ। यसले सालवनसंगको जीवन पद्धतिको सामिप्यतालाई समेत प्रष्ट पार्छ।

वन संरक्षण

कोलीय र शाक्य राज्यको स्थापना वनबाट नै भएकोले बौद्ध कालमा वन र वृक्षको उच्च स्थान रहेको पाइन्छ। जातक कथा लगायत बौद्ध ग्रन्थहरूमा उल्लेख भए अनुसार बौद्धकालीन समाजमा वृक्षको पूजा गर्ने प्रचलन थियो। तत्कालीन समाजमा देउता, अप्सरा, नाग, प्रेतात्मा आदिको निवास स्थान मानेर मानिसहरू सन्तान, यश, धन आदिको अभिलाषाले रुखको पूजा र भाकल गर्ने गर्दथे। बुद्धले रुख हुर्काउने, पार्क, पुल र पोखरी बनाउने असल व्यक्ति स्वर्ग जानको लागि योग्य हुन्छ भनेर भन्नुभएको थियो (वनरोपा सुक्त)। बुद्धको महापरीनिर्वाणको लामो समयसम्म पनि बुद्धको मूर्ति पूजा गर्ने प्रचलन थिएन, त्यसबेला मानिसहरूले बोधी वृक्षलाई नै बुद्धको प्रतीक मानेर पुज्ने प्रचलन थियो।

बुद्ध र वृक्ष एक अर्कासँग जोडिएका छन्। बुद्धको जन्म कपिल र कोलीय राज्यको बिचमा रहेको सुन्दर सालवन (जसलाई लुम्बिनी उपवन भनिन्थ्यो)मा अशोक (कतै साल, पिपल पनि उल्लेख गरिएको छ) को रुखमुनि भएको थियो। गृहत्याग गरेपछि ज्ञानको खोजीमा बुद्धको अधिकांश समय वनमा नै बितेको थियो। यही क्रममा बोधीवृक्ष (पिपल)मुनि बसेको अवस्थामा बोधगयामा उहाँले ज्ञान प्राप्त गर्नुभएको थियो। महापरिनिर्वाण सुक्तका अनुसार बुद्धले ज्ञान प्राप्त गरेपछि त्यही वृक्षमुनि लगातार ७ दिन बस्नुभएको थियो। उहाँले आफ्नो पहिलो प्रवचन पनि सारनाथमा अवस्थित वनमा नै दिनुभएको थियो। बुद्धले आफ्नो जीवनकालमा विभिन्न वनहरूमा रूखमुनि बसेर नै शिक्षा प्रदान गर्नुभएको कुरा बौद्ध साहित्यमा उल्लेख गरेको पाइन्छ। अन्तिममा बुद्धले महापरिनिर्वाण पनि कुशीनगरमा सालवृक्षमिन नै हासिल गर्नुभएको थियो (Gosling, २००१_)।

बुद्धले सम्पूर्ण जीवजगत्लाई निकै महत्त्व दिनुभएको पाइन्छ। संयुक्त निकाय अन्तर्गतको वनरोपा सुक्तमा रुख विरुवा रोप्नु, उद्यान बनाउनु, पुल, ईनार बनाउनुलाई स्वर्ग प्राप्तिको मार्गको रूपमा उल्लेख गर्नुभएको छ। बुद्धले वनलाई निकै महत्त्व दिएको कुरा विनयपिटकको महावग्ग पालीबाट पनि थाहा हुन्छ। अहिंसा बौद्ध दर्शनको मुख्य सार हो। बुद्धले प्राणीलाई मात्र नभएर वनस्पतिलाई पनि कुनै हानी पुऱ्याउन नहुने कुरामा जोड दिनुभएको छ। संयुक्त निकायको पातिमोख्य पालिमा भिक्षुहरूले रुख काट्नुलाई पाराजिक अपराध भनिएको छ। त्यसैगरी पाचित्तियामा विना कारण रुखविरुवा नष्ट गर्नुलाई अपराध मानिएको छ। .महाबग्ग पालीमा हुर्कदै गरेका विरुवामा असर नपुगोस् भनेर वर्षावासको नियम निर्धारण गरिएको छ।

त्रिपिटक, जातक कथा र अट्ठकथा लगायतका विभिन्न बौद्ध साहित्यमा धेरै किसिमका वनहरूको उल्लेख गरेको पाइन्छ। बुद्धले यात्रा गर्दा प्रायजसो आम्रावन, अमालक वन र अरण्यवनमा बस्ने गर्नुहुन्थ्यो। विनय पिटकको महावग्ग पालीमा त्यस्ता थुप्रै वनहरूको उल्लेख गरिएको छ। विभिन्न बौद्ध साहित्यमा निम्न वनको उल्लेख गरेको पाइन्छ क. आम्रवन (राजगृहमा, पावा र कुशीनगरको विचमा तथा कामण्डा मा गरि ३ वटा), ख. अम्बपालिवन (बैशालीमा), ग. अम्बातक वन (बज्जी), घ. अन्जनवन (साकेत), ङ. अन्धावन(श्रावस्ती नजिक) च. इच्छानाग्गल वन (कोसल), छ .जेतवन (श्रावस्ती नजिक), ज.जातीय वन (बज्जी राष्ट्रमा), झ. कप्पासिय वन ञ. कलान्द्कनिवाय (राजगृहमा), ट. लटठीवन , ठ. लुम्बिनी वन ड. महावन (कपिलवस्तुदेखि पहाडको किनारा हुँदै वैशालीदेखी समुन्द्रसम्म फैलिएको) ढ. मद्रकुक्षि वन (राजगूरहमा), ण. मयुर उद्यान (राजगूरहमा), त. नागवन (बज्जिमा), थ.पावारिकम्बवन (नालन्दामा) द.भेशाकला वन सुसुमारगीरिमा), ध. सिसपावन

(कोसलमा), न. शितवन (राजगृहमा) प.उपवत्तन सालवन (मल्लाराष्ट्रमा) फ. वेलुवन (राजगृहमा) ब अनुपीय–अम्बवन (मल्ल राष्ट्र) ।

यीमध्ये बुद्धको जीवनमा प्रत्यक्ष सम्बन्धित भएका वनहरू निम्न छन् (बिडारी,१९९६)

१. जेतवनः श्रावस्तीमा पर्ने यस वनमा बुद्धले एक्काईशौंदेखि पैंतालिसौं वर्षावास गर्नुभएको थियो। यहाँ बुद्धले लक्शाना सुक्त र मज्झिम निकायका ७० सुक्तहरूको प्रवचन दिनुभएको थियो।
२. निग्रोधावनः कपिलवस्तुमा रहेको यो वनमा बुद्धले ज्ञान प्राप्त गरेपछि कपिलवस्तु आउँदा आफ्नो पितालाई भेट्नुभएको थियो। बुद्धको पन्धौं वर्षावास यहाँ वितेको थियो। मज्झिम निकायका ५ वटा सुक्तहरूको प्रवचन यो वनमा दिनुभएको थियो। सातौं शताब्दीमा प्रसिद्ध चिनिया यात्री हुयाँन सांङले आफ्नो यात्रा वृतान्तमा यो वनको उल्लेख गरेका छन्।
३. महावनः त्यसैला बैशाली, उरुबेला र कपिलवस्तु गरी तीनवटा प्रसिद्ध महावन थिए. यीमध्ये कपिलवस्तु महावन हिमालदेखि बैशालीसम्म फैलिएको थियो.
४. लुम्बिनी वनः कोलीय र कपिल राज्यको बिचमा रहेको वनलाई बुद्धले बौद्धमार्गीले जीवनमा एकपटक पुग्नै पर्ने वनको रूपमा उल्लेख गर्नुभएको छ।

नवलपरासी, रूपन्देही र कपिलवस्तुमा बीशौं शताब्दीको मध्यसम्म थारूहरूको मात्र बसोबास रहँदा निग्रोधा वन, महावन र लुम्बिनी वनको अस्तित्त्व रहेको थियो। तराईमा अन्य क्षेत्रबाट अन्य जातिका मानिसहरू बसाइ सरेर आउने क्रम बढेपछि ती वनहरू टुक्रँदै गएका छन्। अहिले पनि पन्डितपुर क्षेत्रमा अमरौटको जङ्गल, देवदह क्षेत्रमा देवदह वन, लुम्बिनी क्षेत्रमा गैडहवा र रुद्रपुरको जङ्गल, कपिलवस्तु क्षेत्रमा बाणगंगा नदी किनारको वन घना रूपमै रहेको छन्।

कुलो र सिँचाइको व्यवस्था

भूमिको सिँचाइको लागि राजाले नदीमा ठूलाठूला बाँध बनाउनुपर्छ र वर्षा ऋतुको पानीलाई पनि विशाल जलाशय बनाएर संकलन गरेर राख्नुपर्छ । यदि प्रजाहरूले आफैले यस्तो गर्न चाहेमा राजाले जलाशयको लागि भूमि, नहर बनाउने बाटो र आवश्यकता अनुसार काठपात दिनुपर्छ भन्ने कुरा कौटिल्यको अर्थशास्त्रमा उल्लेख गरेको पाइन्छ । कौटिल्यले भनेअनुसारको अभ्यास शाक्य गणराज्यहरूमा भएको पाइन्छ । महासुसीम जातकमा जनताहरूले हातमा कोदालो र टोकरी लिएर बाँधलाई बलियो बनाउन हिँडेको कुरा उल्लेख छ । यसैगरी धम्मपदको पण्डितबग्गमा र थेरीगाथामा मानिसहहरूले तलाउ बनाएको र नहरबाट पानी लगेर सिँचाइ गरेको कुरा उल्लेख हुनुले राज्य र नागरिकहरूले जलाशयलाई प्राथमिकतामा राखेको सहज अनुमान गर्न सकिन्छ।

बुद्धको विचरण भूमिमा परेका राज्यहरू समतल मैदानी भागमा भएकाले खेतीपातीको कार्य पहाडको तुलनामा अपेक्षाकृत सहज थियो। नदीछेउँका उब्जाउ फाँट र जङ्गली जनावरले कम दुःख दिने जङ्गल छेउँछाउँमा खोरिया फाँडेर खेती गरिन्थ्यो। पहाडमा नदी छेउँछाउँका बेसीमा खेती गरिन्थ्यो। नदीमा बाँध बाँधेर सिँचाइ गरिनाले यी जमीनमा उब्जनी राम्रो हुन्थ्यो। त्यस बेला पहाडमा बस्ती पातलो थियो। अधिकांश भाग जङ्गलले ढाकेको हुँदा पहाडमा बाली नोक्सान गर्ने बाँदर, दुम्सी, मृग आदि जङ्गली जनावरको बिगबिगी हुन्थ्यो। बाली

स्याहार्ने बेलामा जनावरको प्रकोप बढी हुन्थ्यो। यसैले पहाडका किसानहरू बालीको रक्षा गर्न खेतमा कटेरो बनाएर बस्थे। जङ्गली जनावरलाई तर्साउन उनीहरू राति ठाउँठाउँमा आगो बाल्ने गर्थे। नदीको छेउँछाउँमा लगाएको बाली कहिलेकाहीं बाढीले बगाएर लैजान्थ्यो। वर्षायाममा मात्रै होइन, हिउँदको बाली काट्ने समयमा पनि यदाकदा यस्तो विपद् आइलाग्थ्यो र सारा मिहिनेत खेर जान्थ्यो। जीविकाको आधार नै नष्ट हुने भएकाले यस्तो अवस्था किसानका लागि ठूलो शोकको कारण बन्थ्यो(पौड्याल, २०८०)।

धेरैजसो ठाउँमा सिँचाइका लागि आकाशकै भर पर्नुपर्थ्यो। तर खोलानजिकका खेतमा खोलामा बाँध बाँधेर सिँचाइ गरिन्थ्यो। सिँचाइका लागि कुलो बनाई इच्छित खेतमा पानी पुर्‍याइन्थ्यो। कुलो बनाउन अग्लो स्थानमा खन्ने र होचो स्थानलाई पुरेर समतल बनाउने कार्य गरिन्थ्यो। जमीन समतल भएपछि नाली बनाएर एवम् आवश्यक स्थानमा काठको हुँड राखेर कुलो बनाइन्थ्यो। व्यक्तिको स्वामित्वमा रहेको कृत्रिम पोखरीबाहेक अरू प्राकृतिक ताल सार्वजनिक मानिन्थे। त्यस तलाउको पानीमा सबैको समान अधिकार हुन्थ्यो। पानीको मूल भएका ठूला तलाउको पानीबाट आसपासका होचा खेतमा सिँचाइ गरिन्थ्यो। तालबाट कुलो खनेर खेतसम्म पानी पुऱ्याइन्थ्यो। मुख्य कुलो सबैको साझा हुन्थ्यो। यसको निर्माण र मर्मत सबै मिलेर गर्थे। मुख्य कुलोबाट सहायक कुलो निकालेर आआफ्ना खेतमा पानी पुऱ्याइन्थ्यो। खडेरीमा नदी र तलाउमा पानी कम हुने हुँदा आलोपालो गरेर पानीको बाँडफाँड गरिन्थ्यो। पालोअनुसार पानी नपाउनेको बाली सुक्ने हुँदा पालो मिच्ने कार्य राम्रो मानिँदैनथ्यो।

शाक्य र कोलीयराज्यको बीचमा बग्ने रोहिणी नदीबाट दुवै राज्यका खेतमा सिँचाइ गरिन्थ्यो। जेठको प्रचण्ड गर्मीमा वर्षा नभएकाले ओइलाउन लागेको खेतीमा रोहिणी नदीको पानीले सिँचाइ गर्नु नै दुवै राज्यका निम्ति एक मात्र विकल्प थियो। रोहिणी नदीमा दुवै पक्षलाई पुग्ने पर्याप्त पानी नहुनाले पानीका लागि दुइटै पक्षबीच तँछाडमछाड हुन्थ्यो। शाक्य र कोलीयबीच वैवाहिक आदान–प्रदानले सुमधुर सम्बन्ध रहिआएको भए पनि पानीका निम्ति आपसमा गालीगलौजयुक्त वाक्युद्ध र यदाकदा मुष्टियुद्धसमेत हुन्थ्यो। झगडा बढ्दै गएपछि सशस्त्र युद्धसमेत हुने सम्भावना हुन्थ्यो (पौड्याल, २०८०)।

एक समय जेठ महिनामा कपिलवस्तुका शाक्य र कोलीयहरूको बीच सिंचाइको लागि रोहिणी नदीको पानी लिने कुराबाट उब्जेको झगडाले युद्धको रूप लिन लागेको थियो। ऐन मौकामा बुद्ध घटनास्थलमा आइपुगे। दुवै थरीलाई लडाइगडाबाट हुने हानि राम्ररी बुझाउन बुद्धले यहीं थलोमै फन्दन, दद्दभ, लटुकिक, रुक्खधम्म जातकहरू बताए। दुवै थरीको बीचमा रहेको एकतालाई खलल पर्ने कुनै पनि काम–कुरो हुनजानुको मतलब दुवैको विनाश गर्नु हुनेछ भन्ने कुराको बोध गराउन उनले बट्टक जातक पनि सुनाए। उपर्युक्त पाँच जातकको दृष्टान्तद्वारा झगडाबाट कसैको भलो नहुने र उल्टो दुवैको नाश हुने सम्भावनातिर ध्यान खिचेर उनले रिस शान्त पारिदिए। अत्तदण्ड सूत्रको व्याख्या यही वेला भएको थियो (प्रधान,२०४५)।

जलाशय निर्माण र नदीको पानीको वितरण सम्बन्धी बौद्धकालीन अभ्यास अहिले पनि नवलपरासी, रूपन्देही र कपिलवस्तु जिल्लामा देख्न सकिन्छ । नवलपरासीका बुद्धमंगल ताल र नन्दन ताल, तर्गौली दहलाई बुद्धकालमै उपयोगमा आएका तालहरू भएको विस्वास गरिन्छ र यहाँ संकलन गरिएको पानी अहिलेसम्म सिँचाइमा प्रयोग गरिन्छ। गौतम बुद्धले नुहाएको रूपन्देहीको देवदह वा पुष्करिणी दहबाट घोडाहा गाउँमा सिँचाइ हुने गरेको छ। प्राचीन कपिलवस्तु राज्यको मुटुमा पर्ने स्थानमा बाणगंगा नदीबाट पानी लगेर नेपालकै प्रसिद्ध जगदीशपुर

जलाशय निर्माण गरेर तौलिहवा, तिलौराकोट वरपर सिँचाइ गरिएको छ। तिनाउ नदीमा बनाईएका दुई बाँधबाट एशियाकै ठूलो सामुदायिक सिँचाइ प्रणाली बनाएर रूपन्देहीका उत्तरी भूभाग सिँचित गरिएको छ। प्राचीन कपिलवस्तु कोलीय राज्य अन्तर्गत पर्ने वर्तमानका भूभागमा रैथाने ज्ञान र सिपको प्रयोग गरेर सयौ जलाशय र खोलामा बाँध निर्माण गरेर सिँचाइ गर्ने गरिएको छ। समुदायले पानी संकलन र वितरण गर्ने अहिलेका अभ्यासहरू बौद्ध ग्रन्थहरूमा उल्लेखित अभ्यासहरू भन्दा फरक देखिँदैनन्।

निष्कर्ष

विभिन्न बौद्धग्रन्थ, ऐतिहासिक सामग्री र विद्वानहरूका लेखहरू अध्ययन गर्दा शाक्यकालीन सभ्यता निकै समृद्ध र परिष्कृत भएको देखिन्छ। शाक्यकुलमा जन्मिएका सिद्धार्थ गौतमले बुद्धत्त्व प्राप्त गरेपछि उनको दर्शनको प्रचार र अनुसरण शाक्य गणराज्य लगायत अरु राज्यहरूमा भएको थियो। नदी र वनसँग नजिक भएर विकसित भएको शाक्य सभ्यतामा जल, जमीन र जङ्गलको उपयोग, संरक्षण र सम्मान गरेरै जनताहरूले जीवनयापन गर्ने आफ्ना पारम्परिक गतिविधिहरू संचालन गर्ने काम गर्दथे। बगैँचा/उद्यानको सामूहिक व्यवस्थापन र उपयोग, वृक्ष पूजन, वनको संरक्षण, नदी र ताल तलैयाको संरक्षण तथा उपयोगलाई शाक्यकालमा महत्त्व दिइएको थियो। कपिलवस्तु गणराज्यको पतन पछि शाक्यहरू तितरबितर भएपछि यहाँको शाक्य सभ्यता समेत तहसनहस हुन पुगेको थियो। तर, जे जति यहाँ मानिसहरू बाँकी रहेका थिए, उनीहरूले शाक्यकालका प्राकृतिक स्रोतसम्बन्धी धेरै परम्पराहरू जोगाएर राखेका थिए। शाक्यकालीन तिनै परम्परा र अभ्यासहरू अहिलेसम्म कपिलवस्तु सेरोफेरोका मूलबासिहरूको जीवन परम्परा बनेर रहेको छ। वन र बगैँचाको संरक्षण, नदी र तालहरूको संरक्षण विद्यमान अभ्यासहरू शाक्यकालीन सभ्यताका निरन्तरताको रूपमा देखिएका छन्। यस्ता परम्पराहरूलाई जगेर्ना गर्न र अभ्यासलाई निरन्तरता दिन सकेमा प्राकृतिक स्रोत संरक्षण, संस्कृति संरक्षण र पर्यटनमा ठुलो टेवा पुग्नेछ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

Bidari, Basant (1996), "Forests and Trees Associated with Lord Buddha." *Ancient Nepal*, no. 139, Kathmandu Nepal: Department of Archaeology.

Bidari, Basant (1999), "The Nativity Trees of Prince Siddhartha." *Ancient Nepal*, no. 142, Department of Archaeology, Kathmandu Nepal

Gosling, D.L., (2001), *Religion and Ecology in India and Southeast Asia.* Rutledge, London and New York.

Fuharer, A. (1972), *Antiquities of the Buddha's Birth Place in the Naples Terai*. Indological Book House,.

Giri, Dr.Gitu. (2008), *Sacred Complex of Lumbini*.

Landon, P. (1928) *Nepal Vol.I.* Constable & Co. London.

Mishra, Tara Nanda (2004). "Evolution of Buddhism and Archaeological Excavations in Lumbini." *Ancient Nepal Journal of the Department of Archaeology*, no. 155, June.

उपाध्याय, गोपीरमण अनु. (२०७८), सिद्धार्थचरितम्, लुम्बिनी बौद्ध विस्वविद्यालय, लुमिबनी, नेपाल।

गौतम, डा. बद्रीनारायण (२०७७), "विश्व शान्तिको मुहान लुम्बिनीः प्राचीनता र विकास।" Historical Journal Volume:१२, Number:१ ।

घिमिरे, देवेन्द्र (२०५२), थारू :आदिवासी नेपाली, गोमादेवी चापागाई (प्रकाशक), बुटवल, नेपाल।

जैन, डा. भागचन्द्र भास्कर (१९७२), "बौद्ध संस्कृतिका इतिहास "आलोक प्रकाशन, नागपुर, भारत

प्रधान, भुवनलाल (२०४५), नेपालमा बौद्ध धर्म, नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान, पृष्ठ ३५– ४०)।

पौड्याल, उमाकान्त (२०८०), बुद्धकालीन समाज, फाईनप्रिन्ट बुक्स, काठमाण्डौ, नेपाल।

बस्नेत, राजन. लुम्बिनीको आधुनिक इतिहास, लुम्बिनी अनुसन्धान केन्द्र, २०८१।

वर्म्मा, जगन्मोहन, अनु. (१९९६), चीनी यात्री फाहियानका यात्रा विवरण, नईदिल्ली : नेशनल बुक ट्रस्ट।

बिडारी, बसन्त (२००३), "कपिलवस्तु जिल्लाका केही ऐतिहासिक तथा पुरातात्विक स्थलहरू", तुलसीराम वैद्य आदि (स.), प्रथम अन्तर्राष्ट्रिय इतिहास सम्मेलनको कार्य विवरण र कार्यपत्रहरू. काठमाडौं : नेपाल इतिहास संघ र इतिहास केन्द्रीय विभाग त्रि.वि., पृ. ५८– ७२।

योगी, नरहरीनाथ (२०७७), हाम्रो देश दर्शन, पल्लव पब्लिकेशन, काठमाण्डौ।

रकहिल, डब्लु. उडविली (१८८४), लाइफ अफ दि बुद्ध. लण्डन : ट्रुबनर एण्ड क. लुडगेट हिल।

रिजाल, बाबुकृष्ण (१९९६), हन्ड्रेज इअर्स अफ आरकियोलोजिकल रिसर्च इन लुम्बिनी कपिलवस्तु एण्ड देवदह. काठमाडौं : एस.के. इन्टरनेशनल पब्लिसिङ्ग हाउस।

लाल, रासबिहारी (१९५८), "जातक कालीन भारतीय संस्कृति" बिहार राष्ट्रभाषा परिषद, भारत।

साँन्कृत्यायन, राहुल (१९५३), "बौद्ध – संस्कृति" आधुनि पुस्तक पसल, कलकत्ता, भारत।

सिंह, डा. मदन मोहन (१९७२), "बुद्धकालीन समाज और धर्म" बिहार हिनदी ग्रन्थ अकादमि, पटना, भारत।

अवधी लोक जीवनका अमूर्त सांस्कृतिक परम्परा

विक्रम मणि त्रिपाठी
कपिलवस्तु

१. परिचय

हिमवत् खण्ड नेपालको गरिमामय महिमा अतीतकालदेखि नै सबैले गाउँदै आइरहेका छन् । बहुभाषिक तथा बहुसांस्कृतिक परम्परामा आधारित यस देशको सबै भाषा, लोकसाहित्य तथा सांस्कृतिक परम्पराहरूलाई एकापसमा परिचित गराउँदै तिनीहरूको संरक्षण ,सम्वर्द्धन तथा बजारीकरण गर्नसके यस देशको गौरव तथा राष्ट्रिय सांस्कृतिक परम्परामा एकताको भावना अझ बढ्नेछ । यसै सन्दर्भमा यहाँ **अवधी लोक जीवनका अमूर्त सांस्कृतिक परम्परा** का बारेमा संक्षिप्त चिनारी गराउने प्रयास गरिएको छ ।

संस्कृति भन्नाले मानव समुदायले जीवनयापनका क्रममा आफ्नो ज्ञान, सीप र क्षमताको प्रयोग गरि निर्माण, सृजना, संरक्षण एवं पालना गर्दै आएका सर्म्पूण असल जीवनशैली तथा हाम्रो पहिचान हो । अर्थात् मानिसले आफ्नो आत्मिय उन्नतिका लागि गर्ने सम्पूर्ण कार्य व्यवहारलाई संस्कृति भनिन्छ । यसमा मानवले वर्षौदेखि आर्जन गरेका ज्ञान, विश्वास, धर्म संस्कार, रीतिरिवाज, चालचलन, परम्परा, मुल्यमान्यता, भाषा, भेषभुषा, खानपान, नाचगान, जात्रा, पर्व, उत्सव, कलाकौशल, आचारविचार, क्षमता आदि पर्दछन् । यसको आधारमा के भन्न सकिन्छ कि मानिसका लागि संस्कृति साध्य र साधन दुवै हो ।

संस्कृतिको नै सेरोफेरोमा रहेर मानिस सामाजिक बन्दछ । यही सामाजिक बन्ने क्रममा उसले एक किसिमको उन्नत व्यवस्थाको विकास गरेको हुन्छ, जसलाई हामी सभ्यताका नामले चिन्दछौं । हामीमध्ये धेरैले संस्कृति तथा सभ्यतालाई एउटैरूपमा लिने गर्छौं । तर संस्कृति एवं सभ्यतामा पर्याप्त अन्तर रहेको पाइन्छ । किनकि संस्कृति हाम्रालागि आध्यात्मिक उन्नतिको परिचायक हो भने सभ्यता भौतिक उन्नतिको परिचायक हो । यति हुँदाहुँदै पनि व्यक्ति र समाज जस्तै संस्कृति र सभ्यताका बीचमा पनि परस्पर सम्बन्ध छ । यी दुवै एक अर्काका परिपूरक हुन् । संस्कृति मानिसको व्यक्तिगत जीवन एवं आध्यात्मिक उत्कर्षको परिचायक हो भने सभ्यता उसको सामाजिक जीवन तथा भौतिक उन्नतिको प्रदर्शक हो । यसको आधारमा के भन्न सकिन्छ कि सभ्यताले सांस्कृतिक क्रियाहरूलाई शक्ति प्रदान गर्छ भने सभ्यताका विकसित साधनबाट नै संस्कृतिको विकास भएको हुन्छ । एक समुदायका मानिसलाई अर्को समुदायको संस्कृति अनौठो लाग्न सक्छ तर सबैको संस्कृतिमा मौलिकता र प्रमुख विशेषता रहेको हुन्छ । त्यसैले सबैका संस्कृति सुन्दर हुन्छन् ।

संस्कृतिलाई स्थान, समय, धर्म आदि अनुसार विभिन्न नाम दिइएको हुन्छ । भौगोलिक क्षेत्रअनुसार मानव समुदायले पालना गर्ने संस्कृतिलाई सोही भौगोलिक क्षेत्रअनुसार नामकरण गरिएको पाइन्छ । पृथ्वीको पश्चिमी भागमा बसोबास गर्ने मानव समुदायको संस्कृतिलाई पश्चिमा संस्कृति भनिन्छ । पृथ्वीको पूर्वीय भागमा बसोबास गर्ने मानव समुदायहरूको संस्कृतिलाई पूर्वीय संस्कृति भनी चिनिन्छ । विभिन्न धार्मिक आस्था अनुसार पनि संस्कृतिलाई विभिन्न नामले चिनिन्छ । उदाहरणको लागि बौद्ध संस्कृति, हिन्दू संस्कृति, इस्लाम संस्कृति, इसाई संस्कृति आदि । संस्कृतिलाई देशअनुसार नेपाली संस्कृति, भारतीय संस्कृति, चिनिया संस्कृति, फ्रान्सेली संस्कृति आदि नामले चिनिन्छ । समयकालअनुसार प्राचीन संस्कृति, आधुनिक संस्कृति एवं जाति विशेष अनुसार थारू संस्कृति, नेवार संस्कृति, तामाङ संस्कृति, खस संस्कृति, भोटे (भोटिया) संस्कृति आदि नामले चिनिन्छ । यसै किसिमले क्षेत्रअनुसार अवधी, भोजपुरी, मैथिली संस्कृतिका नामले चिनिन्छ । संस्कृति भौतिक र अभौतिक गरी दुई किसिमका हुन्छन् ।

१.१. मूर्त संस्कृति

आकार प्रकार भएको, देख्न, छुन तथा प्रयोग गर्न सकिने र परापूर्व कालदेखि प्रचलनमा रहँदै र मान्दै आएका वस्तु वा क्रियाकलापहरूलाई **मूर्त संस्कृति** भनिन्छ । बाजागाजा, गरगहना, भेषभूषा, हस्तकलाका सामग्रीहरू, खानाका परिकारहरू, विभिन्न धार्मिक तथा सांस्कृतिक काममा प्रयोग हुने सामग्रीहरू, पुरातात्विक, धार्मिक र ऐतिहासिक स्थल जस्तै मठ, मन्दिर, चैत्य, गुम्वा, विहार, मस्जिद, खोलानाला, तालतलैया, मुर्तिकला, काष्ठकला, चित्रकला, प्रस्तरकला आदि **मूर्त** संस्कृतिका उदाहरणहरू हुन् ।

१.२. अमूर्त संस्कृति

देख्न, सुन्न सकिने तर कुनै निश्चित भौतिक आकार नभएको र महसुस गरी आनन्द लिन सकिने प्रकृतिका संस्कार, संस्कृति अमूर्त संस्कृति अन्तर्गत पर्दछन् । भाषा, धर्म, परम्परा, चालचलन,तीर्थ, संस्कार, रहनसहन, रीतिरिवाज, जात्रा, चाडपर्व, नृत्य, गीत, संङ्गीत, नाटक, प्रदर्शनकारी कला, लोकसाहित्य (कथा, लोकोक्ति, उखानटुक्का, गीत, गाथा, लोककथन, श्लोक), प्रवचन, मन्त्र, ध्वनि, धार्मिक तथा सामाजिक कार्य आदि अमूर्त संस्कृतिका उदाहरणहरू हुन् ।

१.२.१. अवधी नामकरण

अवधी नामकरणको सन्दर्भमा 'अवध' शब्द हिंसार्थक 'बध' धातुद्वारा पणिनीय व्याकरणको आधारमा 'अच' प्रत्यय जोडिएर बनेको छ । "नवधः अवधः" यस प्रकारको यसको व्युत्पत्ति छ । यतिमात्रै होइन, 'अयोध्या' शब्दको व्युत्पत्ति यस प्रकारले पनि हेर्न सकिन्छ । हिंसावर्धक 'युध' धातुद्वारा योध्यः/याध्यावन्द । न युध्या अर्थात् अयोध्या । यसको अर्थ हिंसा नहुने 'नवध' वा हिंसारहित भन्ने लाग्दछ । हिंसार्थक 'युध' धातुबाट 'योध्य' या योध्या' शब्द बन्दछ । यसमा 'अ' उपसर्ग लाग्दा 'अयोध्या' शब्द निर्माण हुन्छ । यसले युद्ध नहुने शान्तिक्षेत्र भन्ने अर्थ प्रवाह गर्दछ (त्रिपाठी २०६२ : २/आचार्य २०७१ : १) । अवध या अयोध्या दुवै शान्ति क्षेत्रको अर्थमा प्रयुक्त शब्द हुन् ।

१.२.२. अवधीभाषी समाज

नेपालको अवधी भाषाभाषी समाज मुख्य रूपले कर्ममा विश्वास राख्ने गंगा जमुनी संस्कृतिमा आधारित बहुजातीय एक भाषी समाज हो । यस समाजलाई धार्मिक रूपमा मुस्लिम तथा हिन्दू धर्मावलम्वीहरूको साझा समाजका रूपमा हेर्ने गरिन्छ । जातिका रूपमा यस समाजमा मुसलमान, यादव, कुर्मी, ब्राह्मण, तेली, धोबी, चमार, कोइरी, सन्यासी, धानुक, पासी, सोनार,केवट, बनिया, मल्लाह, कलवार, कोहार, नाँऊ, कानू, हलवाई, राजपूत, कायस्थ, वढई, बरई, कहार, लोध, राजभर, चिडीमार, माली, लोहार, लोनिया लगायतका जातिहरू बसोबास गर्छन् ।

वर्णव्यवस्था (ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य, शुद्र) आश्रम व्यवस्था (ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ तथा सन्यास आश्रम)मा आधारित अवधीभाषी परिवार पितृप्रधान तथा सम्पूर्ण परिवार मर्यादा क्रममा आधारित रहेको हुन्छ । परिवारमा महिलालाई उच्च स्थान प्राप्त रहेको यस क्षेत्रमा पछि मुस्लिम आक्रमण र अङ्ग्रेज शासनकालमा आएको उथलपुथलमा यिनलाई घरको सेरोफेरोमा सीमित बनाएर राखेको पाइन्छ । पर्दाप्रथा पनि सोही समयदेखि यस समाजमा सञ्चालित रहेको देखिन्छ । यस समाजको एकातिर आज्ञाकारी पुत्र, सतीसाध्वी नारी, सेवारत पुत्र तथा पुत्रबधूको आर्दश विद्यमान छ भने अर्कोतर्फ सासू, वुहारी, नन्द, भाउजू, देउरानी, जेठानी, पिता, पुत्र आदिको सम्बन्ध अन्य समाजका लागि उदाहरणीय रहेको देखिन्छ । पारिवारिक शिष्टाचार अन्तर्गत विविध किसिमका अभिवादन, स्वागत, सत्कार, आशीर्वाद आदि विविध पद्धति यस अवधी समाजमा प्रचलित रहेको पाइन्छ ।

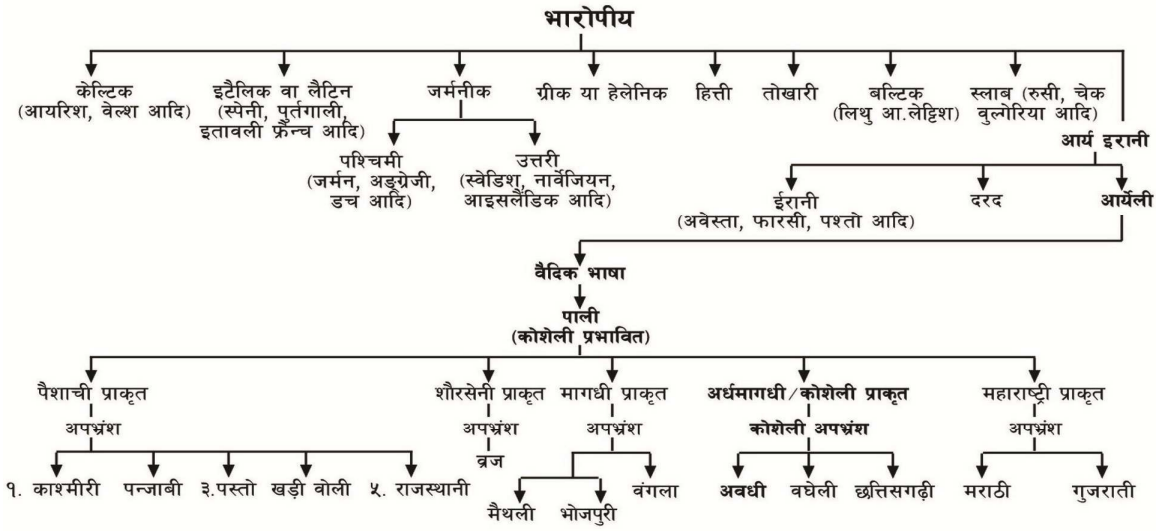
१.२.३. अवधी समाजको भाषा

भाषा त सबै जना बोल्ने गर्दछन् । हाम्रो समाजमा जातिजातिबीचमा फरक देखाउने कोसिस नगर्ने हो भने यस समाजको एउटा मात्र मुख्य भाषा अवधी हो । त्यसै गरी यहाँ बोलिने केही अरु भाषा नेपाली, उर्दू, पन्जाबी, मारवाडी, र थारू भाषा हुन् । तर यदि इमानदारीपूर्वक भन्ने हो भने विभिन्न सवालहरूमा विभिन्न किसिमका भेदविभेदका बावजुद हाम्रो समाजमा वसोवास गर्ने हरेक व्यक्ति अवधी भाषा बोल्न सक्छ र बुझ्न सक्छ ।

१.२.४. अवधी भाषाको उत्पति र विकास

भाषाशास्त्रीय अध्ययनले यस भाषालाई भारोपीय परिवारको मध्यकालीन भारतीय आर्य भाषासँग जोडेको छ । डेढ हजार वर्षको यो कालखण्ड ५०० इ.पू. देखि १००० इ. सम्म मान्न सकिन्छ । प्राकृत कालखण्डको अवधिको तेस्रो काल (५०० इ. देखि १००० इ.) सम्मको भाषाकाललाई अपभ्रंश काल मान्न सकिन्छ । यही अपभ्रंश कालको अर्धमागधीबाट अवधीको जन्म भएको मानिन्छ ।

अवधीको भाषा माता-अवधी(कोशेली) अपभ्रंश, मातामही- कोशेली प्राकृत, प्रमातामही कोशेली पाली तथा वृद्ध प्रमातामही वैदिक(प्राकृत) भाषा हो । प्राकृत तथा अपभ्रंश कालमा यसको उच्चारण अउधा या अउहाका रूपमा पनि भएको पाइन्छ ।



स्रोत : १. भाषा विज्ञान (अड़तालिसवा संस्करण) (२००४ ई. सं.) डा. भोलानाथ तिवारी, किताब महल २२ ए, सरोजनी नायडू मार्ग, इलाहाबाद, २. हिन्दी साहित्यका बृहद्ध इतिहास (षोड्स भाग, लोक साहित्य) (२०१७ वि.सं.), पं. राहुल सांकृत्यायन, डा. कृष्णदेव उपाध्याय, नागरी प्रचारिणी सभा, काशी ।, ३. हिन्दीका राष्ट्रभाषा के रूप मे विकास (१९७० ई.सं.), डा. शिवराज शर्मा, आत्माराम एण्ड सन्स, नई दिल्ली ।

१.२.५. अवधी भाषाभाषी क्षेत्र र जनसङ्ख्या

हाम्रो देश नेपालको पश्चिमी तराई मधेश क्षेत्र अर्थात् नारायणी नदीदेखि पश्चिमका नवलपरासी, रुपन्देही, कपिलवस्तु, दाङ, बाँके, बर्दिया, कैलाली तथा कञ्चनपुर जिल्लाहरूलाई अवधी भाषाभाषी क्षेत्रको रूपमा जानिन्छ । वि.स.२०७८ (सन् २०२१) को जनगणनाअनुसार नेपालमा कूल अवधी भाषाभाषीहरूको जनसङ्ख्या

८,७४,२७६ (२.९६ प्रतिशत) रहेको छ । अवधी भाषाको लेख्य परम्परामा तीन किसिमका लिपिहरू देवनागरी, कैथी र पर्सियन/मुण्डा मध्ये वर्तमान समयमा देवनागरी लिपि निकै लोकप्रिय रहेको छ ।

तालिका १: जिल्लागत भाषिक तथ्याङ्क

जिल्ला	२०२८ साल (1971)	२०३८ साल (1981)	२०४८ साल (1991)	२०५८ साल (2001)	२०६८ साल (2011)	२०७८ साल (2022)
नवलपरासी	३५,६२६	६०	७६	५४	१११	४६०
रूपन्देही	७०,४४०	९	४,३३०	४,२००	५६,११५	१,१३,७८६
कपिलवस्तु	१,६४,५५५	१,७१,०१२	२,४८,८६१	३,४३,७२७	२,८४,७०१	४,५७,००५
दाङ	१,२८१	३२६	५,३७८	९,८५६	१०,३०३	१४,०२९
बाके	३७,९९६	५९,९०३	९७,५१०	१,७०,३९२	१,१६,४७७	२,२४,१४४
वर्दिया	३,३२२	१,०६९	१५,६१५	२७,४८४	३०४३७	४५,२५२
कैलाली	११७	४५	५१	३०९	६५	२,९२४
कञ्चनपुर	४७	४६	१४	१३४	९१	१८३

१.२.६. अवधी समाजको आवास व्यवस्था

अवधी भाषी समाजको संस्कृति परम्परालाई हेर्दाखेरि यो समाज अहिंसात्मक संस्कृतिमा आधारित मांसाहारी परिकार -माछा, मासुप्रति वितृष्णा राख्ने मारकाटमा अनास्था राख्ने, दूध दहीको परिकार, मिष्ठान्न भोजन र सात्विक तामसी तथा राजसी भोजनमा सात्विक भोजनलाई प्राथमिकता दिने समाज हो । यस समाजका मानिसहरू समूहगत हिसाबले गाउँ र वस्तीको रूपमा बस्ने गर्दछन् । बस्ने घर र गोठ धेरै जसो छुट्टाछुट्टै राख्ने चलन देखिन्छ । घरहरू मुख्यत: फुसको , खपडाको र पक्की गरी तीन किसिमको हुने गर्दछन् । अनाजको भण्डारका लागि घरभित्र (माटोको ठूलाठूला भकारी) वा बाहिरी आगँनमा बखारमा (रहरको डाँठ, बाँसको कइन वा वेहयाको) राख्ने चलन छ । भान्सा कोठा र पूजा कोठा छुट्टाछुट्टै राख्ने चलन छ । लगभग हरेक घरमा खेती गर्न र दूधको लागि गोरु, राँगा, गाई भैँसी पाल्ने चलन छ ।

१.२.७. अवधी समाजका लोकदेवीदेवता

देवी देवताको सम्बन्ध स्थानीय समाजसित जोडिएको हुन्छ । अवधी समाजमा धार्मिक भावनाको उत्पत्ति प्रारम्भिक अवस्थादेखि नै भएको छ । आदिमानव जब विकास तर्फ लम्कन थाल्यो, त्यही समयदेखि प्राकृतिक परिवर्तनका बारेमा सोच्न पुग्यो । यसै क्रममा उनै प्राकृतिक शक्तिहरू जोडिएर केही स्थान र स्वरूपहरू हाम्रा पुर्खाका लागि लोक देवीदेवताका रूपमा स्थापित भए । यीमध्ये केही कुल देवताका रूपमा स्थापित भए भने केही ग्राम देवताका रूपमा गाउँका पूर्व, पश्चिम, उत्तर तथा दक्षिणदिशामा स्थापित भए । ग्राम देवताका रूपमा स्थापित यी देवताहरूमा डिउहार बाबा, कालीमाई, समयमाई, ब्रह्म बाबा, डहरचन्नी, रथवाही देवी, नागदेवता आदि आउँछन् ।

१.२.८. अवधी समाजको संस्कार व्यवस्था

यस समाजको सांस्कृतिक संस्कारको कुरा गर्दा अवधी भाषी समाज मुख्यत: हिन्दू धर्मालम्बी भएकोले धेरैजसो संस्कारहरू वर्णव्यवस्था र आश्रमव्यवस्थामा आवश्यक पर्ने आधारहरूमा व्यवस्थित रहेका देखिन्छन् । यस समाजमा पाइने यी संस्कारहरू १६ वटा रहेका छन् : गर्भाधान, पुंसवन, सीमान्तोनयन, जातकर्म, नामकरण, निष्क्रमण, अन्नप्राशन, चुडाकर्म, कर्णवेध, उपनयन, वेदारम्भ/विद्यारम्भ, समापवर्तन, विवाह, गृहस्थाश्रम, वानप्रस्थाश्रम, अन्त्येष्टि । यीमध्ये जन्म संस्कार, छठ्ठी, बरही, नामकरण, मुण्डन संस्कार, व्रतवन्ध संस्कार, विवाह संस्कार, मृत्यु संस्कार लगायतका संस्कारहरूलाई हरेक परिवारहरूद्वारा मनाइने गरिन्छ । यसै

किसिमले अवधी समाजका मुस्लिम धर्मावलम्वीहरूमा जन्म संस्कार (हकीका), मुसलमानी, निकाह संस्कार, मृत्यु संस्कार लगायतका संस्कारहरू पाइन्छन् ।

१.२.९. अवधी समाजमा पाइने व्रत तथा पर्वको व्यवस्था

अवधी समाजमा मुख्यत: वर्षभरि नै व्रत र त्योहार मनाउने चलन रहेको पाइन्छ । यस समाजमा व्रत र त्योहारको आफ्नै महत्व छ । व्रतको अर्थ मुख्यत: अन्त:शुद्धि हो भने त्योहारको अर्थ हो उत्सव, रमाइलो र मनोरञ्जन । त्यसै हुनाले व्रतमा यहाँका मानिसहरू चोखो रहनुको साथै निराहार र फलाहार गरी सम्वन्धित देवताको पूजा आजा गर्ने गर्दछन् । त्योहारमा राम्रा लुगाफाटाहरू लगाई मीठामीठा खानेकुरा खाने गदर्छन् र ऋतु अनुसारका मनोरञ्जनहरू पनि गर्ने गदर्छन् । यस समाजमा मनोकामना पूर्ति र सुखशान्ति प्राप्तिको साधन व्रत त्योहार हुने गर्दछन् । अवधी महिलाहरू यही व्रतको माध्यमले आफ्नोमात्रै नभई आफ्ना पति, बालबच्चा, परिवार तथा समाजको सुखशान्तिको कामना गर्ने गर्दछन् । यस समाजमा केही यस्ता व्रतहरू पनि प्रचलित छन् जस्मा महिला पुरुष दुवै व्रत बस्ने गर्दछन् ।

यी व्रत तथा पर्वहरूमध्ये अवधी समाजका हिन्दू धर्मावलम्वीहरूद्वारा मनाइने व्रत तथा पर्वहरूमा बरसाइत, गुरुपूर्णिमा, नागपञ्चमी, रक्षाबन्धन,बहुरा चौथ, छठ्ठी, तीज, ऋषिपञ्चमी, कृष्ण जन्माष्टमी, पितृपक्ष, नवरात्र, जुतिया, करवाचौथ (गौरी), दीपावली, यमद्वितिया, अक्षयनवमी, देवत्थानी एकादशी, तुलसी पूजा) कात्तिक पूर्णिमा,माघे संक्रान्ति(खिचडी), सकठि, महाशिवरात्री, होली, वैशाख सङ्क्रान्ति, सतुवानी, शीतलाअष्टमी, रामनवमी आदि आउँछन् ।

यसै किसिमले मुस्लिम समुदायका व्रत तथा पर्वमा रमजान वा रोजा (व्रत), ईद उल फित्र वा ईद (पर्व), ईद उल जुहा वा बकरीद (पर्व), मोहर्रम (पर्व) र सुवेरात (त्योहार) आउँछन् ।

१.२.१०. हिन्दू-इस्लाम सद्भावको पर्व मोहर्रम

मोहर्रम इस्लाम धर्ममा विश्वास गर्ने मानिसहरूको प्रमुख पर्व हो । यो इस्लाम धर्मावलम्वीहरूको पहिलो महिनामा मनाइन्छ । इस्लाम धर्ममा यस महिनाको अत्यन्त विशेषता र महत्त्व छ ।

सन् ६८० मा यसै महिनामा कर्वला नामक स्थानमा एउटा धर्मयुद्ध भएको थियो । जुन पैगम्वर हजरत मुहम्मदका नाति तथा इब्न ज्यादका बीच भएको थियो । यस धर्म युद्धमा वास्तविक जीत हज़रत इमाम हुसैन अ० को भयो । तर हेर्दाखेरि इब्न ज्यादका कमांडर शिम्रले हज़रत हुसैन रज़ी० तथा उनका सबै ७२ साथिहरू (परिवारका) लाई शहीद वनाइ सकेको थियो । जसमा उनका छ महिनाका छोरा हज़रत अली असग़र पनि शामिल थिए । त्यही वेलादेखि अवधी समाजका मुसलमानमात्रै होइन अन्य धर्मका मानिसहरूले पनि यस महिनामा इमाम हुसैन तथा उनका साथीहरूको शहादतका दिन ग़मका रूपमा मनाएर उनलाई याद गर्छन् । यो घटना आशूरेका दिन यानी मुहर्रमको दशवीका दिन भएकोले यसै दिन यो पर्व मनाइन्छ । यस घटनामा हजरत मुहम्मदका नाति हजरत हुसैन पनि शहीद भएका थिए ।

अवधी भाषी क्षेत्रका धेरै ठाउँहरूमा मोहर्रमका दिन शिया मुसलमानहरूले मातम मनाउँछन् र यसमा यहाँका हिन्दुहरू पनि त्यही रूपमा यसमा सहभागी हुन्छन् ।

१.२.११. व्रत तथा पर्व सम्बन्धी प्रदर्शनहरू

चाडपर्वहरू विभिन्न प्रदर्शनकारी कलाका कार्यक्रमहरूका लागि उपयुक्त अवसर मानिन्छन् । दशैंको अवसरमा पहाडतिर कोटमा जम्मा भै अष्टमी र नवमीमा मार हान्ने वा शस्त्राभ्यास को प्रदर्शन हुन्छ । यसै प्रकारले तलवार संचालन प्रदर्शन पनि गरिन्छन् । तराईतिर नागपञ्चमी (श्रावण सुदी पञ्चमी) पूजा आजाका साथसाथै कुस्ती र लट्ठी हात अभ्यास प्रदर्शन गरिन्छन् । "गुडिया पिट्ने" यस चाडको प्रमुख प्रदर्शन हो ।

युवतीहरू पूजा प्रसाद आदि लिएर सामूहिक गायन गर्दछन् र पिट्ने उपक्रमका वस्तुहरू जलाशय, नदी वा खोलामा विसर्जन गर्दछन् । यो पनि बालक वर्गको प्रारम्भिक लट्टी अभ्यास कै रूपमा लिन सकिन्छ । यसै किसिमले अन्य चाड-पर्वहरूमा पनि समयानुकूल मनोरन्जनात्मक प्रदर्शनहरू गर्ने गरिन्छ ।

यसै किसिमले मोहर्रमका समयमा विभिन्न रंगका तहजिया बनाएर बाजागाजासहित अवधी क्षेत्रका गाँउघरमा जुलुस निकालिन्छ । यो बेला लाठी तथा अन्य खेल पनि हुने गर्छन् ।

१.२.१२. अवधी समाजको भोजन व्यवस्था

गंगा जमुनी संस्कृतिमा आधारित यस क्षेत्रमा समशीतोष्ण जलवायु रहेकाले यहा गर्मी, वर्षा शिशिर तथा बसन्त ऋतु क्रमानुसार आउने हुनाले यिनले यहाँको माटोलाई अत्यधिक उपजाउ तथा उत्पादक बनाउने गर्छन् । यी हरेक जलवायुमा फरकफरक किसिमका अन्न, फल तथा तरकारी उत्पन्न हुने भएकाले यहाँका समाजमा पारम्परिक रूपमा उत्पादित हुने व्यञ्जनहरूमा पनि विविधता रहेको पाइन्छ । यी व्यञ्जन क्षेत्रीय जलवायु तथा मौसम अनुकूल हुने भएकाले शरीरलाई चाहिने पोषणले परिपूर्ण तथा स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले पनि अनुकूल हुन्छन् ।

यी व्यञ्जनहरूको पर्व, उत्सव तथा संस्कारहरूसित गहिरो सम्बन्ध हुन्छ । उदाहरणका लागि गोझियाको नाम आउने बित्तिकै होली तथा सेवईंको नाम आउँदा ईदको बिम्ब उपस्थित हुनेगर्छ । यसै प्रकारले बरा, दहीबडा, दलभरी पुडी आदिको नाम आउने बित्तिकै संस्कारहरूको बिम्ब हाम्रो सामुन्ने उपस्थित हुने गर्छ । यी मध्ये पर्व तथा उत्सवहरूमा बनाइने व्यञ्जनहरूलाई पकवान भनिन्छ । होली, ईद, दीपावली, नागपञ्चमी, मकर संक्रान्ति, करवाचौथ, आदिका अवसरमा सवईं, पुडी, कचौडी, दालपुरी, दहीवडा, मालपुवा, गुलगुला, गोझिया, फरा आदि पकवान बनाइन्छन् । यसै किसिमले व्रतका अवसरमा सिकंजी, शकरकन्दको खीर, सिंगाडाको लप्सी, अमावटको चटनी, आँपको गुठलीको रोटी आदि बनाइन्छन् भने संस्कार अर्थात् जातकर्म, सीमान्तोनयन, अन्न प्राशन मुण्डन, यज्ञोपवीत, विवाह, द्विरागमन तथा अन्त्यष्टि जस्ता संस्कारहरूमा पुड़ी, कचौड़ी, दाल, दही बड़ा, खीर, सोठौरा, हरीरा, पना फुलौरी, उरुद कै खड़ी दाल आदि व्यञ्जन बन्छन् । यसका साथै यहाँका मानिसहरू श्रम संस्कृतिका रूपमा आफ्नो जातीय पेशाका साथै कृषिसम्बन्धी विभिन्न सामग्रीको उत्पादनमा तल्लीन हुन्छन् । यो बेला वहाँहरूलाई सहज तथा गरिष्ठ भोजनको आवश्यकता रहेकाले सो समयमा खाने चना, मटर, उर्द, महुवा आदिबाट बन्ने घुघरी, सतुवा(सत्तु), लाटा, चबैना आदि खाने गर्छन् । साथसाथै सागपातको रूपमा चना, सरसो, बेथुवा (बेथे), पालक, मेथी, चौलाई, अमलोना, मकोय, गुमा आदिका साग यहाँ अत्यन्त रुचिका साथ खाद्य पदार्थका रूपमा खाने गरिन्छ भने औषधीय भोज्य रूपमा गोमा (द्रोण पुष्पी) तथा मकोयको साग पिलिया रोगमा सहयोगी हुन्छ । जीर्ण ज्वरो तथा भोक नलाग्ने अवस्थामा पनि यो विशेष उपयोगी हुन्छ । यस्तै सोठौरा तथा हरीरा पनि प्रसुता महिलाहरूलाई स्वास्थ्यका लागि आश्चर्यजनक लाभ प्रदान गर्छ । आलसको लड्डुले शरीरको कमजोरी हटाउँछ ।

यसका साथै अवधी समाजमा ऋतु अनुसारको पेय पदार्थलाई अत्यन्त रुचिका साथ खाने गरिन्छ । यी पेय पदार्थहरूबाट शरीरलाई तुरन्त उर्जा प्राप्त हुनुका साथै यी शरीरका लागि सुपाच्य हुन्छन् । यसका साथै यिनीहरूले शरीरका विभिन्न अंगहरूको सरसफाइ पनि गर्ने गर्छन । उदाहरणका लागि उखु, भेली, कागती पानी, बेल, आँप आदिको जुसलाई लिन सकिन्छ । यसका साथै यीमध्ये केहीमा पुदिना र बिरे नुन पनि मिलाएर खाइन्छ । जुनकि ऋतु अनुसार शरीरलाई रुचिकर हुनुका साथै स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले पनि उपयोगी हुन्छन् ।

यसै किसिमले षटरस भोज्य पदार्थलाई यहाँ मूल रूपमा चटनीका रूपमा खाने गरिन्छ । यसलाई यहाँका समुदायमा स्वाद तथा भोजनमा रोचकता ल्याउनका लागि प्रयोग गर्ने गरिन्छ । चटनीलाई स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले अहिले उपयोगी नमानिए तपनि यसमा छ रसहरू क्रमशः गुलियो (मीठा), अमिलो (खट्टा), पिरो

(कडुवा), नुनिलो (नमकीन), तिक्त तथा टर्रो (काषाय) हुन्छ । यसले हाम्रो शरीरका लागि आवश्यक रसजन्य हरेक किसिमका सूक्ष्म तत्वहरूको आपुर्तिमा सहयोग गर्नेगर्छ । यीमध्ये केहीलाई त स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले पनि विशेष उपयोगी मानिन्छ । उदाहरणका लागि मुला, पपिता, लौका आदिको सलादका साथै पुदिना, कागती, अमलाको चटनी र अचारलाई लिन सकिन्छ ।

१.२.१३. अवधी लोकसाहित्य

अवधी समाजको लोक साहित्यको कुरा गर्दा यहाँको लोकसाहित्यलाई मुख्यतः तीन भागमा विभाजित गरिएको छ : गद्य साहित्य, पद्य साहित्य, मिश्रित साहित्य । यीमध्ये गद्य लोकसाहित्यमा उपलब्ध सामग्री जीवनमा विविध क्षेत्रसित सम्बन्धित रहेका हुन्छन् । यस साहित्यमा लोककथा, लोकोक्ति आदि आउछन् । यस मध्ये अवधी लोककथाको सम्बन्धमा कुरा गर्दा यस समाजमा मुख्यतः निम्न किसिमका कथाहरू : प्रकृतिसम्बन्धी कथा, सामाजिक कथा, पशुपन्छीसम्बन्धी कथा, एतिहासिक कथा, नीति कथा, पौराणिक कथा, काम वा रति कथा, घरेलु संस्कार, व्रत उपवास, देवीदेवतासम्बन्धी कथा, भूतप्रेत, जादुटोना तथा परी कथा, पराक्रम र साहससम्बन्धी कथा, ठट्यौली र व्यङ्ग्यसम्बन्धी कथा तथा लघु छन्द कथा आदि आउँछन् । यसै किसिमले अवधी समाजमा पाइने लोकोक्तिलाई अवधी जीवनको दिशा निर्देशकको रूपमा मान्न सकिन्छ । लोकोक्तिका साथै अवधी समाजमा बुझउवलि अर्थात गाउँखाने कथाहरू पनि प्रशस्त मात्रामा पाइन्छन् ।

अवधी लोकसाहित्यमा पाइने गद्य साहित्यका साथै यहा पाइने पद्य साहित्यको आफ्नै किसिमको महत्व छ । यस अन्तर्गत अवधी समाजमा पाइने लोकगीत तथा पवारा आदि आउँछन् । अवधी लोकसाहित्यमा लोकगीतलाई विविधताले परिपूर्ण र पूर्ण विकसित साहित्यको रूपमा पाइन्छ । यसमध्ये संस्कारगीत अन्तर्गत पुत्रपुत्री जन्म सम्बन्धी गीत (सोहर,उलरा,बधाई, छठी, बरही), मुन्डन गीत (सोहर), जनेव (व्रतबन्ध) गीत, विवाह गीत, गवना गीत, मृत्यु संस्कार गीत आदि पाइन्छन् । यसै किसिमले ऋतुगीत अन्तर्गत कजरी, सावनी, बाह्रमासा, चौमासा, फगुवा, चैता आदि छन् भने जातिगीत अन्तर्गत अहिर, धोबी, कहार, नाँउ, चमार, गड़रिया आदि जातिका गीत पाइन्छन्/धार्मिक गीत अन्तर्गत त्योहार, व्रत, दान र स्नानसम्बन्धी गीत र देवीदेवता सम्बन्धित गीत यस समाजमा पाइन्छन् । यसका साथै यस समाजमा आध्यात्मिक तथा धार्मिक भावनासम्बन्धी गीत, मन्त्रतन्त्र, जादुटोनासम्बन्धी गीत, शुभसंस्कार तथा मङ्गलकामना गीत आदि पनि यहाँ उपलब्ध छन् भने श्रमसम्बन्धी गीत अन्तर्गत बइठउनी (रोपनी), कटाइ, चाउर सफाइ, साहनी आदि गीत यस समाजमा पाइन्छन् । यसै किसिमले खेलसम्बन्धी गीत अन्तर्गत यस समाजमा लोरी वा पालना सम्बन्धी गीत, केटाकेटीको गीत, कठिन शब्द उच्चारण गीत आदि पाइन्छन् साथै ऋङ्गारगीत अन्तर्गत नकटा, पूर्वी, झूमर, लचारी, गारी गीत आदि उपलब्ध छन् ।

यी लोकगीतका साथै अवधी लोकसाहित्यमा पाइने लोकगाथा(पवारा) साहित्यको आफ्नै विशेष महत्व छ । यस अन्तर्गत पौराणिक कथामा आधारित रहेर पौराणिक गाथाका रूपमा श्रवण कुमारको गाथा, अलौकिक वा रोमांचकारी गाथाको रूपमा सोरठी वृजभान लोकगाथा, प्रेमसम्बन्धी गाथाको रूपमा "राजा भरथरी", वीर रस प्रधान लोकगाथाका रूपमा 'आल्ह खण्ड' 'लोरिकाइन' आदि गाथा, निर्देशनात्मक गाथाका रूपमा 'सत्य हरिशचन्द्र' धार्मिक लोकगाथाका रूपमा 'मोरध्वज' नामक गाथा आदि यस समाजमा चलनचल्तीमा रहेको पाइन्छ ।

१.२.१४. अवधी लोकनाटक

नाटकको सम्बन्धमा अवधी जनजीवन मञ्चको रूपमा अत्यन्त प्राचीन तथा समृद्ध छ । नाटकमा कलाकारहरूले नौटंकी मण्डलीहरू गठन गरेका हुन्छन् । यी मण्डलीहरू पारिवारिक हर्षोल्लास वा विवाहसादीका अवसरमा प्रदर्शनको लागि आह्वान गरिन्छन् र निश्चित रकमको पट्टामा नाटक प्रदर्शन गर्दछन् । यिनी प्राचीन परम्पराका उल्लेखनीय घटनाहरू वा व्यक्तिहरूको जीवन सम्बन्धी कथामा आधारित हुन्छन् ।

अवधी समाजमा नाटकको प्रारम्भ आदिमकालदेखि नै भएको देखिन्छ । अवधी समाजमा प्रचलित रामलीलालाई अवधी लोकनाटकको आदर्श मान्न सकिन्छ । यसको स्वरूप मूलतः धार्मिक भए पनि यसले समाजमा प्रचलित ऐतिहासिक, सामाजिक र राजनीतिक विषयवस्तुहरूलाई आफूमा समेटेको देखिन्छ । यसमा समाजको अनुभूति, भावना र प्रवृत्तिहरूको अभिव्यञ्जना हुन्छ ।

अवधी लोकसमाजमा लोकनाट्य परम्पराको प्रारम्भ बाँदर र भालुजस्ता पशुपक्षीको सहयोगले भएको अनुमान गरिन्छ । आजभोलि पनि अवधी क्षेत्रमा प्रचलित बाँदर र भालुका खेलले यसको प्रत्यक्ष प्रमाण प्रस्तुत गर्दछ । यसमा कुनै प्रकारको कथानक देखिँदैन । एकमात्र मानिसको अनुकरण गर्नु नै यस नाटकको कथानक हुने गर्दछन् । लोकनाटकको आदिम रूप मानिएको कठपुतली नाट्य परम्परा प्राचीनकालदेखि नै अवधी लोकसमाजमा विद्यमान छ । जन्मोत्सव, विवाह तथा अन्य उत्सवहरूका समयमा विभिन्न जातिहरूमा देखाइने स्वाङ, नक्कल आदि प्रथा आज पनि प्रचलित छ । अवधी लोकनाटकको सबभन्दा सबल पक्ष भनेको यसले महाभारत, श्रीमद्भागवत र रामायण जस्ता महाकाव्यका कथानकहरूलाई आफूमा समाहित गरेर प्रदर्शित गर्नु नै हो । यसका साथै अवधी लोकनाटकले मध्यकालीन इतिहास र समाजमा घटेका मुख्य घटना तथा कुप्रथाहरूलाई पनि कथानकको रूपमा आत्मसात् गरेकोले यसको विशालता थाहा हुन्छ ।

अवधी लोकनाटक जति विशाल छ, यसको वर्गीकरण पनि त्यति नै विविधताले भरिपूर्ण छ । अवधी लोकसमाजमा पौराणिक विषयवस्तुलाई कथाबस्तुको आधार बनाएर प्रदर्शित गरिने लोकनाटकहरू परापूर्वकालदेखि बढी नै प्रचलित रहेको देखिन्छ । यसमा मुख्यतः रासलीला, रामलीला र धनुषयज्ञ आउँछन् ।

यसै किसिमले मध्यकालिक इतिहासलाई कथावस्तु बनाएर प्रस्तुत गरिने लोकनाटकहरू पनि पाइन्छन् । यसमा भक्त पुरनमल, राजा भरथरी, नल दमयन्ती, सारङ्गा सदावृक्ष आदि प्रमुख छन् । यसै किसिमले यस समाजमा यही कालखण्ड अन्तर्गतको ऐतिहासिक लोकवृत्तात्मक लोकनाटक नेटुवादयाल पनि प्रचलनमा रहेको पाइन्छ ।

यसका साथै सामाजिक विषयवस्तुहरूलाई आधार बनाएर पनि अवधी लोकसमाजमा लोकनाटक प्रदर्शन गरिएको पाइन्छ । यस अन्तर्गत सुरवा नाटक, लिल्ली घोडी आदि आउँछन् । यी नाटकहरूका अतिरिक्त अवधी लोकसमाजमा अन्य किसिमका लोकनाटकहरू पनि उपलब्ध छन्, जसमा बहुरूपिया, भाडभडैती, कठपुतली, स्वाङ, भालु र बाँदरको खेल आदि आउँछन् ।

१.२.१५. अवधी लोकनृत्य

अवधी भाषाभाषी समाजमा पाइने लोकनृत्यहरूलाई समग्रमा अवधी लोकनृत्य भनिन्छ । यस समाजमा पाइने नृत्यहरूमध्ये केही सम्पूर्ण समुदायमा प्रचलनमा रहेका छन् भने केही जातीय नृत्यहरू पनि छन् । अवधी समाजमा प्रचलित लोकनृत्य मुख्यतः सामूहिक रूपमा हुने गर्दछन् । यसमा मुख्यतः दुई वा दुईभन्दा बढी मानिसहरू मिलेर नृत्य गर्ने गर्दछन् । नृत्य गर्नेहरू साधारणतया महिलाको भेषमा पुरुष नै हुने गर्दछन् । यी नृत्यहरू अवधी समाजमा हरेक संस्कार, व्रत र त्योहारका अनिवार्य अङ्ग हुने गर्दछन् । नृत्य क्षेत्रमा विश्वविख्यात कत्थक नृत्य यस समाजको अन्य समाज र संस्कृतिहरूका लागि अनुपम योगदानको रूपमा प्रख्यात रहेको देखिन्छ । यसको प्रचलन अवधी भाषी क्षेत्रको मुस्लिम शासनसत्ता आरम्भ भएपछि प्रचलनमा आएको पाइन्छ । अवधी समाजमा प्राचीन धार्मिक नृत्यहरूमा राम र कृष्णको प्रभाव अधिक रहेको कुरा यस समाजमा प्रचलित रामलीला र रासलीला जस्ता दुई लोकनृत्य नाट्यशैलीद्वारा निश्चित हुन्छ ।

सङ्क्षेपमा अवधी भाषी समाजमा प्रचलित लोकनृत्यहरू निम्नानुसार रहेका छन् : कत्थक नृत्य, रामलीला, रासलीला, लिल्ली घोडी नृत्य (धोवी जाति), पतुरिया नृत्य, हिजडा नृत्य, देवी नृत्य, फडी नृत्य, कहरवा नृत्य, धोबिया नृत्य, बारी नृत्य, छपका नृत्य, नटका खेल र तमाशा, पवरिया नृत्य (मुसलमान) आदि पाइन्छन् ।

१.२.१६. अवधी लोक हस्तकला

अवधी समाजको लोकहस्तकला विविधतासे भरिपूर्ण छ । कपिलवस्तु जिल्लाको कुदानमा अवस्थित पुरातात्विक स्थलमा पाइएका लोककलाहरूले के प्रमाणित गर्दछन् कि यो समाजमा प्राचीनकालदेखिनै यी लोककलाहरू निर्मित हुँदै आएका छन् । अवधी लोकहस्तकलाले आफ्नो धार्मिक तथा लौकिक दुवै विशेषताका माध्यमले यस समाजको ग्रामीण तथा शहरी दुवै जीवनलाई प्रभावित गर्दै आइरहेको छ ।

यसै क्रममा अवधी लोककलाको कुरा गर्दा यो कला मुख्यत: आँगन र भित्ताहरूमा विभिन्न माङ्गलिक धार्मिक व्रत र त्योहारमा स्थानीय महिलाहरूद्वारा स्थानीय तहमा उपलब्ध कपाल, माटो, पात, सुकेका काठ, रङ्गीबिरङ्गी चामल, गहुँ, जौं, पिठो, बेसार, फूल, पाती, गाई भैंसीको गोवर आदिको प्रयोगद्वारा विविध प्रकारका कलात्मक आकृतिहरू बनाउने गरिन्छ । यस समाजमा पाइने यी आकृतिहरूलाई भूमी चित्र, भित्ती चित्र, ठप्पा चित्र, पात्र चित्र, गोदना, तथा मेहदी कलाका रूपमा आफ्नो बीच हेर्न पाउँछौ ।

यसै किसिमले अवधी समाजमा कपडामा धागो र सुई मार्फत गरिने कढ़ाइ र कशीदकारी कला, काठ, हात्ती दाँत, ढुङ्गा आदिलाई ताछेर चित्रांकित स्वरूप अलंकृत गर्ने वा मूर्ति बनाइने नक्काशी कला; चाँदी, सुन, तांबा र जिंक माथि क्रिस्टलीय पारदर्शी रूपमा जड़ान गरिने मीनाकारी कला, माटोलाई पकाएर बनाइने टैराकोटा कला, मुज र काँसमा आधारित मुज कला (सिक्की कला) र लाखबाट चुरा बनाइने लाखकला आदि यस समाजमा पाइने प्रमुख लोक हस्तकलाहरू हुन् (त्रिपाठी, २०७५ : १२) ।

२. उपसंहार

यस प्रकार अवधी लोकजीवनका अमूर्त सांस्कृतिक परम्पराले शास्त्रीय तथा लौकिक दुवै विशेषताका माध्यमले यस समाजको ग्रामीण तथा शहरी दुवै जीवनलाई गतिशील बनाउँदै आइरहेको छ । यस समाजले जसरी जसरी आफ्नो समाजमा प्रचलित अमूर्त सांस्कृतिक परम्पराहरूमा लुकेका शास्त्रीय तथा लौकिक महत्वसित सम्बन्धित वैज्ञानिक तथ्यहरूबारे यथेष्ठ जानकारी प्राप्त गर्दै जान्छ, त्यही अनुरूप यी परम्पराहरूको यस समाजमा महत्त्व बढदै जानेछ । अवधी समाजले यी परम्पराहरूलाई पारम्परिक रूपमा मात्रै नभएर यसको अर्थलाई पनि मनन गरेर आफ्नो घर, भूमि, समाज, संस्कार, व्रत एवं पर्वका साथै आफ्नो समाजमा पाइने अमूर्त सांस्कृतिक स्वरूपहरूमा व्यावसायिकता ल्याएर आफ्ना अमूर्त सांस्कृतिक परम्पराहरूको संरक्षण तथा सम्बर्द्धनमा सहयोग पुऱ्याउनुका साथै यी सबैलाई राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय तहमा स्थापित गराउन सक्षम हुनेछ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

त्रिपाठी, विक्रममणि (२०७५), *अवधी लोकचित्रकला,* नक्साल, काठमाडौं : नेपाल ललितकला प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

त्रिपाठी, विक्रममणि (२०७३), *अवधी लोकसाहित्य,* काठमाण्डौ : नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

त्रिपाठी, विक्रममणि (२०६२), *अवधी लोकसाहित्यमा खगोलीय वर्णन,* कार्यपत्र, काठमाण्डौं: नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

- - - - (२०६५-०६६), *अवधी संस्कृति एक परिचय* लोकसंस्कृति वर्ष ४ अंक-१ पूर्णाङ्क-५, पृ. ५१-५५ ।

- - - - (२०७०), *जातीय पहिचान लोककला (अवधी)* काठमाण्डौं: नेपाल ललितकला प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

उपाध्याय, डा. कृष्णदेव (१९९० इ.), *हिन्दी प्रदेश के लोकगीत,* इलाहावाद: साहित्य भवन प्रा.लि. ।

आचार्य, डा. गोविन्द (२०७१), *अवधी लोकसङ्गीतको विश्लेषण,* काठमाण्डौं: नेपाल म्यूजिक सेन्टर ।

- - - - (२०७१), *थारू जातिको लोकगीत तथा लोकसङ्गीत,* काठमाण्डौं: नेपाल म्यूजिक सेन्टर ।

खत्री, प्रा.डा. प्रेम (२०७०), (सम्पा.) *नेपालका जातीय संस्कार* काठमाण्डौं: नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

जैन, डा.शान्ति (१९९९ इ.), *लोकगीतौं के सन्दर्भ और आयाम,* वाराणसी: विश्वविद्यालय प्रकाशन ।

पन्त, प्रा.डा. जयराज (२०५५), *अँजुलीभरि सगुन पोल्टाभरि फाग,* काठमाण्डौं: नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

यादव, भगवानदास (२०६७), *अवधी लोकगीतको संकलन र समाज वैज्ञानिक अध्ययन,* काठमाण्डौं: नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

यादव, रामगोपाल (२०६७), *अवधी संस्कार,* दाङ: नेपाल अवधी संस्कृति संरक्षण प्रतिष्ठान ।

बुद्ध वचनमा कर्म र कर्मफल

गणेश घिमिरे
वरिष्ठ शाखा अधिकृत, उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय

लेखसार

जसरी रोपिएको बिउ अनुसार फल लाग्दछ, त्यसै गरी कुशल कर्म गर्नेले कुशल र खराब कर्म गर्नेले खराबै फल भोग्दछ । पुरस्कार र दण्ड प्राप्त गर्ने कुरा कर्ताको आफ्नौ हातमा हुन्छ । कर्ताको फल उसको हातबाट छिनेर कसैले लैजान सक्दैन । बुद्धले मानिसलाई उसकै कर्मको आधारमा आफ्नो भाग्य, मानसम्मानको निर्माणको रूपमा उ स्वयम हुने बताउनु भएको छ । बुद्धका अनुसार जसले आफै खराब कर्म गर्छ उ स्वयम पिडित हुन्छ । जो स्वयमले खराब कर्म गर्दैन उ स्वयम निष्कलंकित हुन्छ । शुद्धता र अशुद्धता स्वयममा निर्भर गर्छ । कसैले पनि कसैलाई परिशुद्ध बनाउन सक्दैन, प्रयत्न स्वयंले नै गर्नु पर्दछ । बुद्धले देशना गर्नुभएको कर्म र कर्मफलको ज्ञान अनुसार जीवनयापन गर्नाले अन्धविश्वासको मनोवैज्ञानिक डरलाई हटाउँदै उच्च र नैतिक रूपमा जीवनयापन गर्न सकिन्छ । कर्म र कर्मफलको वास्तविक ज्ञान भएमा हरेक व्यक्ति प्राकृतिक र कानूनीरूपमा स्वयं नियन्त्रित हुनेहुँदा व्यक्तिको हृदयमा सुख हुनुका साथै राज्यमा पनि शान्ति हुन्छ ।

शब्दकुञ्जी: प्रज्ञा, देशना, निर्वाण, नानात्व, विपाक, निष्यन्द, अधिपति, उपादान, जरामरण, धम्मपद

१. पृष्ठभूमि

मानिस शरीर, वचन र मन गरी तीन प्रकारले कार्य गर्दछ । दैनिक रूपमा शरीरले गर्ने कामहरू जस्तै: नुहाउनु, दाँत माझ्नु, पसल जानु, खाना पकाउनु यी काम हुन् । यसै गरी वचनले गर्ने कार्य जस्तै: सन्चै छ ? चिया खानु भयो ? यस्ता कामले परिणाम त दिन्छन तर कर्मफल दिदैनन् । कर्मफल दिने त मनको द्वारबाट गरिएका कामहरूले हो । यी तीन थरीका कार्यहरूमा मनले गर्ने कार्य सबभन्दा बलियो हुन्छ किनकी शरीर र वचन मनका दास हुन । मनोद्वारलाई चित्तको चेतना भनिन्छ ।

चित्तको चेतनाले सहित भएर गरिएका कामलाई मात्र कर्म भनिन्छ । बुद्धले भन्नुहुन्छ, *चेतनाहं भिक्खवे, कम्मं वदामि, चेतयित्वा कम्मं करोति-कायेन वाचाय मनसा ।* हे भिक्षु हो, मैले चेतनालाई नै कर्म भन्दछु । चेतनाद्वारा नै शरीर, वचन र मनले कर्म गर्ने हुन्छ । बुद्ध दर्शनअनुसार सुख र दुःख सबै कर्मकै फल हुन् । चेतनायुक्त कर्म कुशल र अकुशल गरी दुई प्रकारका छन् । राम्रो बानी व्यवहार, असल चरित्र र पुण्यकार्यलाई कुशल कर्म र नराम्रो बानी व्यवहार, खराब चरित्र र पापकार्यलाई अकुशल कर्म भनिन्छ ।

कुशल र अकुशल कर्मको परिणामबारे बुद्ध भन्नुहुन्छ ***"शुद्ध मनले कुरा वा काम गर्ने व्यक्तिमा आफ्नो पिछा नछोड्ने छायाँ झैं सुख पछि पछि आउँछ । त्यस्तै अशुद्ध मनले कुरा वा काम गर्ने व्यक्तिको जीवनमा गाडा तान्ने बयलको पछि पछि गाडाको पाङ्ग्रा आए झैं दुःख पछि पछि आउँछ ।"*** तसर्थ नियतवश कुशल कर्म गरेमा फल पनि कुशल नै र अकुशल कर्म गरेमा अकुशल फल नै पाउने प्रष्ट हुन्छ ।

कुशल कर्मको फलले राम्रो भवमा र अकुशल कर्मको फलले नराम्रो भवमा उत्पन्न गराउँछ चाँहे ती ब्रह्मा, देवता, मानिस, पशु, किराफट्याङ्ग्रा नै हुन् । कर्मकै कारण प्राणीहरू बारम्बार जन्ममरणको फन्दामा परिरहनु पर्नेहुन्छ । यसकारण कर्म नै हाम्रो सच्चा सम्पत्ति हो भनेर बुद्धले बताउनु भएको छ । आज हामीले पाएको सुख दुःख अतीतको कर्म पनि कारण हुनसक्छ । वर्तमानको कर्म पनि कारण हुनसक्छ । कुनै अदृष्य शक्ति वा तत्त्वले कसैलाई सुखी वा दुखी बनाउन सक्दैन । कर्म गतिलो भए प्रभाव गतिलो हुन्छ, अर्थात् बीउ अनुसारको फल लाग्दछ ।

कोही कर्मलाई भाग्य भन्दछन् तर कर्म र भाग्य एउटै होइनन् । भाग्यवादीहरू कसैको "तथास्तु" को आशा गर्दछन् तर कर्मवादीहरू अन्तरमुखी हुन्छन् र आफ्नो भाग्य आफैले बनाउँछन् । आफ्नो स्वर्ग र आफ्नो नरकको भाग्यविधाता हामी आफै हौं । आजको चोर भोलि सज्जन बन्न सक्छ, आजको महाजन भोलि कंगाल बन्न सक्छ । यो सबै आफ्नो मेहनत, दक्षता वा अकर्मण्यता र आलस्यताको कारणले हुनगएको हो । यसमा अरु कुनै कारण छैन ।

कर्मको कारक तत्त्व हामी आफैमा रहेको अविद्या र तृष्णा हो । अतीतको अविद्याको कारणले आजको यो चोलामा दुःख भोगिरहेका छौ भने अहिले पनि तृष्णाको वशमा परे भविष्यमा अर्को जन्मको दुःखको लागि तयार हुनुपर्दछ । कुन भवमा जन्म लिने र जन्म नै नलिई मोक्ष प्राप्त गर्ने भन्ने कुरा हामी आफैमा निर्भर रहन्छ । बुद्धले बताउनु भएको आर्य अष्ठांगिक मार्गमा आरुढ भएर अविद्या र तृष्णाको विनाश हुन्छ । प्रज्ञाले मात्र अविद्या र तृष्णाको जरो काट्न सक्छ र निर्वाण अवस्था भेट्टाउन सक्छ । यसर्थ हाम्रो सुगति र दुर्गतिको लागि हामी आफै जिम्मेवार भएकोले कसैको स्तुति गर्न र कसैलाई सराप्न पनि आवश्यक छैन ।

कर्म कहाँ बस्छ त भन्ने सवालमा जसरी सुन्तलाको रुखमा फल लाग्छ, सप्रिन्छ, पाक्छ अनि टिपेर खाइन्छ । बोटले फल कहाँ राखेको थियो भन्ने प्रश्नमा बोटभित्र वा जमीन मुनि लुकाएर राखेको त थिएन । यसैगरी गरिएका कर्महरू चित्तमा संचित भएर बसेका हुन्छन, जब हेतु र प्रत्यय जुर्छ अर्थात् अनुकूल कारण आउँछ, अनि कर्मको फल प्रकट हुन्छ र कर्मको प्रकृति अनुसार सुख र दुःखको रूपमा जनित हुन्छ ।

२. कर्मको सम्पत्ति र विपत्ति

कुशल वा अकुशल कर्मको आधारमा बन्ने अनुकूल परिस्थितिलाई सम्पत्ति र प्रतिकूल परिस्थितिलाई विपत्ति भनिन्छ । यी चार तत्त्वले कर्मफल दिने प्रभावकारितामा असर पुऱ्याएका हुन्छन् ।

२.१. गतिसम्पत्ति-

गतिसम्पत्ति भनेको मनुष्यलोक, देवलोक र ब्रह्मलोक जस्ता राम्रो लोकको प्राप्ति हुनु हो । यस्तो गतिसम्पत्ति प्राप्त हुँदा लोकमा धेरै कुशल कर्मले फल दिन्छन् र धेरै सुख सुविधाको उपयोग गर्न पाइन्छ ।

२.२. गति विपत्ति-

नरकलोक, तीर्यकलोक, प्रेतलोक र असुरलोक जस्ता चार अपाय लोकमा जन्म हुनु गति विपत्ति हो । त्यहाँ अकुशलले फल दिने अवसर हुन्छ र अनेक किसिमका दुःख र सास्तीको सामना गरिरहनु पर्दछ । हेला, घृणा र भोकको सिकार भइरहनु पर्दछ ।

२.३. उपधिसम्पत्ति- मनुष्यलोकमा गतिसम्पत्ति प्राप्ति हुँदा उपधिसम्पत्ति प्राप्त हुनु विशेष महत्त्वपूर्ण हुन्छ । उपधि सम्पत्ति भए रूप लावण्य हुन्छ र आफूलाई मानसम्मान प्राप्त गर्ने अवसर हुन्छ । मानिस मात्र होइन घोडा, कुकुर, बिरालोलाई पनि महाजनले पाल्ने, माया गरी मिठो खाना दिने, सरसफाइ राम्रो हुने, राम्रो ठाँउमा सुत्न पाउँने हुन्छ ।

२.४. उपधिविपत्ति-

उपधिविपत्ति हुँदा रूप पनि कुरूप हुन्छ, कसैले मन नपराउने हुन्छ, हेलाको पात्र बन्दछ, अकुशल कर्मले फल दिन तछाड मछाड गर्दछन् ।

२.५. काल सम्पत्ति-

अशल शासनको बेला देश र समाजमा शिक्षा, स्वास्थ्य, सेवा सुविधा, धर्मको वातावरण राम्रो जुरेको हुन्छ । यस्तो समयमा चोरी, हिंसा, अत्याचार हुन पाउदैन । यस्तो अवस्थामा अकुशल कर्मले पछ्याए पनि हतपत्त

फल दिन सक्दैनन्, कुशल कर्मले फल दिने अवसर प्राप्त भएको हुन्छ । राज्यमा कुशल नेताले नेतृत्व गर्दा असल शासनबाट जनताको कुशल कर्मको फल दिने वातावरण समेत तय गरेको हुन्छ ।

२.६. काल विपत्ति-

खराब शासन र भ्रष्ट नेताहरूले शासन गरिरहेको बेला युद्ध, हत्या आतंक हुन्छ । यस्तो अवस्थामा अकुशल कर्मले फल दिने मौका प्राप्त हुन्छ । गरेको व्यवसायले पनि फल दिँदैन । अकुशल कर्मको दण्डले प्रवाहित भइरहनु पर्दछ ।

२.७. प्रयोग सम्पत्ति-

होशपूर्वक काम गर्न सक्नु, उद्योग परिश्रम गर्नु, सीप विद्या सिक्न तत्पर हुनुलाई प्रयोग सम्पत्ति भनिन्छ । मनुष्यलोकमा क्षमताको उपयोग गर्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ । त्यसैले पूर्वकर्ममा मात्र भर पर्न हुदैन, वर्तमानमा प्रयोग सम्पत्तिको भरोसा गर्न अति आवश्यक हुन्छ ।

२.८. प्रयोग विपत्ति-

अल्छी हुनु, असावधानी हुनु, उद्योगहीन हुनु, प्रज्ञा ज्ञानले शून्य हुनु नै प्रयोग विपत्ति हो । यसले गर्दा ठूला ठूला अकुशल कर्मले फल दिन तत्पर हुन्छन् । यसरी प्रयोग सम्पत्ति वृद्धि गर्दै लैजानु पर्दछ । उद्योग, परिश्रम गरी लगनशीलताका साथ अगाडि बढ्नसके एक पछि अर्को जन्ममा गति सम्पत्ति प्राप्त हुँदै जाने हुन्छ र निर्वाण प्राप्त हुने जन्मसम्ममा पनि अकुशल कर्मले फल दिने साहस गर्न सक्दैन ।

मानव जीवनमा चित्त नियमका साथसाथै ऋतु नियाम, बीज नियाम र धर्म नियामले पनि त्यत्तिकै कार्य गरिरहेका हुन्छन् । चित्त नियाम अर्थात् चेतनाको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहन्छ । चित्तको चेतना नै कर्म हो र चित्तको चेतनाअनुसार कर्मको फल भोग्नु पर्ने हुन्छ । यसलाई एउटा उपमाद्वारा बुझ्न सकिन्छ । एउटा डाँकुले धन लुट्न एक व्यक्तिलाई चक्कुले छातिमा चिर्यो । तर संयोगले त्यो व्यक्ति मर्न पाएन । डाक्टरकोमा उपचार गर्न लगियो । डाक्टरले अपरेशन गर्न चक्कुले चिर्न लागे । डाक्टरले अपरेसन गर्दैगर्दा उक्त व्यक्तिको मृत्यु भयो । अब डाँकु र डाक्टरमध्ये कसले त्यो कर्मको फल भोग्छ ? चित्तको चेतना डाँकुको मार्ने थियो अर्थात् अकुशल थियो त्यसैले डाँकुले कर्मको फल भोग्छ । डाक्टरको बचाउने चेतना भएकोले उसको हातबाट व्यक्तिको मृत्यु भएता पनि डाक्टरले कर्मको फल भोग्नु पर्दैन ।

कर्म र कर्मफललाई चारप्रकारले पनि बुझ्न सकिन्छ ।

१. **कर्म गर्दा दुःख, फल भोग्दा सुख :** औषधी खाँदा तितो हुन्छ तर औषधीले बिमार निको पार्दछ ।

२. **कर्म गर्दा सुख फल भोग्दा दुःख :** परस्त्री वा पर पुरुष गमन गर्दा क्षणिक सुख जस्तो भएता पनि लोक लज्जा हुँदा साह्रै दुःख हुन्छ ।

३. **कर्म गर्दा दुःख फल भोग्दा पनि दुःख** : अरुको धन सम्पत्ति हड्पन पनि विभिन्न चालबाजी गर्नु पर्छ अर्थात् गलत तरिका अपनाउनु पर्छ परिणामस्वरूप जेल जीवन बिताउनु पर्ने हुन्छ ।

४. **कर्म गर्दा सुख फल, भोग्दा पनि सुख :** प्रसन्न चित्तले दान पुण्य गर्दा वर्तमानमा पनि सुख अनुभूति हुन्छ र भविष्यमा पनि सुगति प्राप्त हुन्छ ।

यी माथिका उदाहरणहरूबाट थाहा हुन्छ कि कर्म गर्दा वर्तमानमा जतिसुकै सुख आए तापनि त्यसबाट दुःखको परिणाम आउँछ भने त्यस्तो कर्म कदापी गर्नु हुँदैन । वर्तमानको कर्मलाई सुन्दर र कल्याणकारी बनाउनु पर्दछ चाहे जतिसुकै कष्ट सहन परोस् । कर्म र कर्मफललाई सुन्दर बनाउन हामीले आफूलाई नै अनुशासित र संयमित बनाउनु पर्दछ । आफ्नो शरीर र चित्तलाई छाडा छाड्नु हुँदैन । पूर्वजन्ममा संचित कर्म

क्लेशहरूलाई निवारण गर्दै लैजानु पर्दछ । यसको लागि मनलाई कजाउन समथ ध्यान र मनलाई निर्मल पार्न विपश्यना ध्यान गर्नु पर्दछ ।

३. कर्मको सिद्धान्त

हाम्रो वर्तमान जीवनको अवस्था पूर्णतया विगतमा गरिएका कर्महरूबाट नै नियन्त्रित हुने हो भने कर्मको अर्थ पूर्व निर्धारित भाग्यमा मात्र सीमित हुन्छ । यस्तो अवस्थामा कसैले पनि आफ्नो वर्तमान र भविष्यलाई आफ्नो इच्छा अनुसार बनाउन सक्दैन । यस्तो हुन्छ भने स्वतन्त्र विचार पनि निरर्थक हुन जान्छ । जीवन साच्चिकै मेसिन हुनजान्छ अथवा मानिस र मेसिनमा कुनै अन्तर रहँदैन । जब भाग्य र ईश्वरको अर्थ एउटै हुन जान्छ, तब व्यक्तिले म सर्वशक्तिमान् ईश्वरले बनाएको हो, उनैले नै मेरो भाग्य नियन्त्रण गर्दछन् र मेरो भाग्य बनाउन उनी स्वतन्त्र छन् भन्ने भ्रममा रहन्छ । बुद्ध दर्शन भाग्यको सिद्धान्तमा आधारित छैन ।

कर्मको सिद्धान्त कारण र परिणामको सिद्धान्त हो । यो प्राकृतिक सिद्धान्त हो जसको न्याय अथवा इनाम र सजायको धारणासँग कुनै सम्बन्ध छैन । हरेक चेतना, इच्छा वा जानिकन गरेको हरेक कामले परिणाम पैदा गर्दछन् । असल कामले असल परिणामहरू छोड्छ र खराब कामले खराब परिणाम छोड्छ भन्नु आफ्नै स्वभाव हो, आफ्नै नियम वा कानून हो । यो कसैले दिने पुरस्कार र सजाय होइन । कर्मको सिद्धान्त अनुसार आफ्नो राजिखुसीले गरेका कामहरूका परिणाम मृत्युपछि पनि निरन्तर प्रकट हुन सक्छन् । बुद्ध दर्शनले यो मान्दछ कि मानिसको मृत्युपछि पनि इच्छा, चाहना र तृष्णा यस्तो शक्तिशाली उर्जा हुन् जसले सम्पूर्ण अस्तित्त्वहरू र सारा लोकलाई समेत चलाउदछन् । हाम्रो शरीर पञ्चस्कन्धको सामूहिक रूप मात्र हो अर्थात् शारीरिक र मानसिक उर्जाहरूको सामूहिक रूप मात्र हो । यो निरन्तर रूपमा परिवर्तन भइरहेको हुन्छ । यस जीवन अवधिमा हामी हरेक क्षण जन्मन्छौं र मछौं । यो भौतिक शरिर क्रिया गर्न नसक्ने भएपछि पनि उर्जाहरू यो भौतिक शरीरसँगै मर्दैनन बरू अरू आकार र स्वरूप जसलाई हामी अरू जीवन भन्दछौं लिएर अघि बढ्छ ।

हामीले ५ वर्षको हुदा देखेको बालक अहिले ५० वर्षको भयो तर न त उही बालक हो, न उ अर्को मान्छे हो । एकजना मानिस यहाँ मर्छ र अन्तै जन्मन्छ, न त उ उही मानिस हो न त अरू कोही । यो श्रृङ्खलाको निरन्तरता मात्र हो । मृत्यु र जीवनबिचको भिन्नता केवल एक विचार क्षण मात्र हो । यो जीवनको आखिरी विचार क्षणले अर्को दोस्रो जन्मको पहिलो विचार क्षणको लागि अवस्था तयार पार्दछ । हुने र बन्ने तृष्णा भएसम्म निरन्तरताको यो चक्र (संसार) चलिरहन्छ । इच्छा र आशक्तिका पाँच स्कन्धलाई त्याग्ने र विनाश गर्नु नै दुःखको निरोध हो । वास्तविकता, सत्य र निर्वाण देख्नेले यस तृष्णा को वेग वाशक्तिलाई काटेपछि मात्र संसारको चक्र रोक्छ । वास्तविकता बुझेको व्यक्ति परमार्थ बुझेको व्यक्ति हो किनभने परमार्थ आर्यसत्य (परम अरियसच्चम्) निर्वाण हो जुन यथार्थता वा वास्तविकता हो । भ्रम र अज्ञानताविना जस्तो छ उस्तै देख्नु(यथाभूतम) भनेको तृष्णाको उन्मूलन(तन्हकखाय) र दुखको अन्त्य (निरोध) गर्नु नै सत्यको बोध गर्नु भनेको हो, यही नै निर्वाण हो ।

४. कर्म र कर्मफल बीच अन्तरसम्बन्ध

कर्मको नियमअनुसार कुशल कर्मले राम्रो फल दिन्छ, अकुशल कर्मले नराम्रो फल दिन्छ अर्थात जसले जस्तो कर्म गर्छ उसले त्यस्तै फल भोग्छ । यस सन्दर्भमा संयुक्त निकायमा यसरी उल्लेख गरिएको छ :

यादिसं वपते बीजँ, तादिसं हरते फलं ।

कल्याणकारी कल्याणं, पापकारी च पापकं ।।

जस्तो बीउ रोप्यो त्यस्तै फल पाउँछ । कल्याणकारीले कल्याण र पापकारीले पाप भोग गर्दछ ।

यसरी कर्म र कर्मफलबीच कारण र परिणामको सम्बन्ध रहेको छ । कर्मको प्रतिफल बारेमा निब्बेधिक सुत्तमा यसै जन्ममा, अर्को जन्ममा वा कुनै जन्ममा कर्मभोग गर्नु नै कर्मको प्रतिफल हो भनी उल्लेख गरिएको छ । यस जन्ममा दान दिएर, शील पालन गरेर, ज्ञानबुद्धि लगाई प्रयत्न गरी इमान्दारपूर्वक जीवन निर्वाह गरिरहेता पनि कहिले काहीँ जीवनमा उन्नति अभिवृद्धि नभई दुःख सामना गर्नुपर्ने हुन्छ । यसरी हुनु भनेको राम्रो कर्म गरेर नराम्रो प्रतिफल पाएको होइन । वर्तमान राम्रो कर्मले प्रतिफल दिइनसकेको र त्यतिन्जेल अतीत जन्मको कर्मले गर्दा फल भोग्ने अवसर मिलेको हो । कर्मको नियम नजानेकाहरूले राम्रो गर्नेहरूलाई झन् दुःख हुन्छ, धर्म गरेर पनि पाप भोग्नु परेको इत्यादि भन्ने गर्दछ । त्यस्तै वर्तमान जन्ममा मानिसहरू दुराचारी भई अनैतिक क्रियाकलाप गरी जीविका गरेता पनि उनीहरूको जीवनमा उन्नति प्रगति भइरहेको हुन्छ । यस्तो हुनु नराम्रो कर्मले राम्रो प्रतिफल दिएको होइन । वर्तमान नराम्रो कर्मले प्रतिफल दिइनसकेको र त्यतिन्जेल अतीत जन्मको राम्रो कर्मले गर्दा राम्रो फल भोग्ने अवसर मिलेको हो । कर्मको नियम नजानेकाहरूले नराम्रो गर्नेहरूलाई झन् सुख हुन्छ पापीहरूको जय हुन्छ इत्यादि भन्ने गर्दछन् । यसरी कुशल कर्म गरेको होस् वा अकुशल कर्म त्यसको फल अवश्य भोग गर्नु पर्दछ । निब्बेधिक सुत्तमा कर्मको नानात्व बारेमा यसरी उल्लेख गरिएको छ "कर्मले नरक भोग गराउने हुन्छ, कर्मले पक्षीको योनिमा भोग गराउने हुन्छ, कर्मले प्रेत योनिमा भोग गराउने हुन्छ, कर्मले मनुष्यको जन्ममा भोग गराउने हुन्छ अनि कर्मले देवलोकमा भोग गराउने हुन्छ ।" यसैलाई कर्मको नानात्व भनिन्छ ।

५. कर्मको फल

एक कालमा सम्पादित कर्मले परिणाम दिएरमात्र शान्त हुन्छ । कर्मफलको विषय आफैमा जटिल विषय पनि हो । सजिलोका लागि कर्मफललाई पाँच किसिमबाट अध्ययन गर्न सकिन्छ । ती हुन् : १. विपाकफल, २.निष्यन्द फल, ३.अधिपति फल, ४. परुरूषकार फल र ५. विसंयोग फल । यी पाँचमध्ये तीनवटा फलको बारेमा प्राथमिकताका साथ चर्चा गर्ने गरिन्छ । कर्मको संस्कारका कारण चित्तमा हुने सुख वा दुःखको अनुभूति नै विपाक फल हो । जस्तै : अपराध गरेपछि जेलको दुःख भोग्नु त्यसको विपाक फल हो । कर्मको विपाक भोगिसकेपछि त्यसको अप्रत्यक्ष प्रभाव रहनु निष्यन्द फल हो । अपराधको सजाय स्वरूप जेलबाट निस्केपछि फेरि अपराधमा मन जानु कारित्र निष्यन्द फल हो । त्यसपछि समाजमा अपराधीको छवि बन्नु अनुभूत निष्यन्द फल हो । बारम्बार अपराधपूर्ण स्थान, खराब सङ्गत र खराब समाजमा जान विवश हुनु अधिपति फल हो ।

५.१. अकुशल कर्मका फलहरू

सामान्यतः अपुण्य कर्मफल अनेक किसिमका हुन्छन् । तैपनि ती सबै दस अकुशल कर्म अन्तर्गत नै समावेश हुन्छन् । दस अकुशल कर्ममध्ये तीनवटा कायसित सम्बद्ध, चार वाकसित सम्बद्ध र तीन चित्तसित सम्बद्ध हुन्छन् ।

क) प्राणातिपात (प्राणीको हत्या गर्नु)

प्राणातिपात अर्थात् हत्या गर्नुका तीन भेद छन् । रागवश गर्ने हत्या, द्वेषवश गरिने हत्या र मोहवश गरिने हत्या । यिनीमध्ये पहिलो प्रकारको हत्या जनावरको मासु, छाला र अरू अङ्गको लागि गरिन्छ । सिकारको लागि वा पेसाको लागि गरिन्छ । आफैलाई र आफ्ना साथीहरूलाई बचाउनको लागि गरिन्छ । दोस्रो प्रकारको हत्या अर्थात् द्वेषवश गरिने हत्या भनेको द्वेषले प्रेरित भई कुनै शत्रु वा प्रतिद्वन्दीहरूको हत्या गर्नु हो । तेस्रो प्रकारको मोहवश गरिने हत्या अर्थात् अज्ञानतावश यज्ञ, उत्सव आदिहरूमा निरीह प्राणीहरूको बलि चढाउनु हो ।

यस्ता कर्महरूको फल पनि तीन प्रकारका हुन्छन् : विपाक फल, निष्यन्द फल र अधिपति फल । **विपाक** फलस्वरूप प्राणीहरू नरकमा जन्मिन्छन् । **निष्यन्द** फलस्वरूप प्राणीहरू मनुष्य गतिमा जन्मिए तापनि आयु

एकदम छोँटो भई सधैँजसो रोगहरूको वशमा रहने हुन्छ । **अधिपति** फलस्वरूप प्राणीहरू संकटग्रस्त, अनिकालग्रस्त र विपन्न देशमा जन्मिन्छन् ।

प्राणातिपात सम्बन्धमा हत्याका सबै पापहरू मध्ये पितृहत्या वा अर्हत हत्या सवार्धिक ठूलो महापाप हो ।

ख) अदत्तादान (चोरी गर्नु)

अदत्तादान वा चोरी इत्यादि पनि तीन किसिमले गरिन्छन् । बलपूर्वक, गुप्त तरीकाले र छलपूर्वक । पहिलो अदत्तादान कुनै कारणैविना हिंसा रञ्जित हुनेगरी अर्काको सामान इत्यादि बलजफ्तीपूर्वक लुट्नु वा छिनेर लिनु हो । कसैको घरमा सुटुक्क पसेर वा अरू तरिकाबाट कसैले थाहै नपाउने गरी उसका समानहरू चोर्नु दोस्रो प्रकारको अदत्तादान हो । नाप, तौलमा तलमाथि वा गडबडी गरेर वा कुनै तरिकाबाट व्यावसायिक व्यवहारहरूमा ग्राहक वा अरू कसैलाई छल्नु नै तेस्रो प्रकारको अदत्तादान हो ।

यो कर्मको फल पनि तिनै किसिमका हुन्छन् । यिनमध्ये **विपाक** फलस्वरूप प्राणी प्रेत गतिमा जन्म लिन पुग्छन् । **निष्यन्द** फलस्वरूप उसले एकदम जाडो र हिमपात हुने ठाँउमा जन्म लिन्छन् । अदत्तादानमा सबैभन्दा भयानक पाप गुरु र त्रिरत्नका सम्पत्तिहरू चोर्नु वा लुट्नु हो ।

ग) काममिथ्याचार (यौन दुराचार गर्नु)

काममिथ्याचारका तीन भेदहरू छन् । जाति रक्षिता, स्वामी रक्षिता र धर्म रक्षिताहरूसित काममिथ्याचार गर्नु । यिनमध्ये पहिलो जाति रक्षितासितको काममिथ्याचार (पारिवारिक सम्बन्ध भएकाहरूसित संभोग गर्नु) भनेको आफ्नी आमा, दिदीबहिनी वा अन्य कुनै स्त्री आफन्तहरूसित काममिथ्याचार गर्नु हो । दोस्रो, राजा वा पति/पत्नीद्वारा संरक्षित व्यक्तिसित काममिथ्याचार गर्नु हो । तेस्रो काममिथ्याचार अन्तर्गत आफ्नै पति/पत्नीसित पनि अनङ्ग, अदेश, अकाल, असीमित र अनुचित ढंगबाट यी पाँच किसिमले संभोग गर्नु काममिथ्याचार पाप मानिन्छ । यिनमध्ये अनङ्गको तात्पर्य मुख वा मलद्वारबाट आप्राकृतिक ढंगले यौनाचार गर्नु हो । अदेशको तात्पर्य गुरु र शिष्यहरूको सामीप्यमा, मन्दिर र स्तूप नजिकै संभोग गर्नु हो । अकालको अर्थ उपवास लिएकी, गर्भावस्थाकी, बच्चालाई दुध खुवाइरहेकी स्त्रीसित संभोग गर्नु हो । असीमितता भन्नाले पाँच वा त्यो भन्दा बढी पटक संभोग गर्नु र अनुचित ढंगबाट काममिथ्याचार गर्नुको अर्थ आफ्नी पति/पत्नीलाई कुटेर वा करकापमा पारेर उनीसित यौन सम्पर्क गर्नु वा बलात्कार गर्नु । पुरुष वा नपुंसकको मुख वा मलद्वारबाट यौन सम्पर्क गर्नु पनि यसै भित्र पर्दछ ।

काममिथ्याचार कर्मका तीन फलहरू विपाक, निष्यन्द र अधिपति मध्ये **विपाक** फलको कारणले पापी प्रेत गतिमा जन्मिन्छ । **निष्यन्द** फलको कारणले मनुष्यै भए तापनि उसले दुष्ट पति/पत्नीसित जीवन निर्वाह गर्नु पर्ने हुन्छ । **अधिपति** फलस्वरूप ऊ धूलै धूलोले भरिएको ठाँउमा जन्म लिन पुग्छ । कामथ्याचारमा सबैभन्दा भयानक पाप आफ्नी आमा वा अर्हत्व पुगिसकेकी स्त्रीसित काममिथ्याचार गर्नु हो ।

घ) मृषावाद (झुटो बोल्नु)

मृषावादका पनि तीन भेदहरू छन् । पाराजिक मृषा, महामृषा र अल्पमृषा । यिनमध्ये पहिलो झूठ वा मृषा, श्रेष्ठ मानव धर्मको सम्बन्धमा झूठो बोल्नु अर्थात् उदाहरणको लागि आफुसित ऋद्धिसिद्धि केही नभइकनै आफूलाई ऋद्धिवान् वा सिद्धिवान् भन्नु वा भन्न लगाउनु । दोस्रो, आफू र अरूलाई हानी हुने झुठो कुरा बोल्नु । तेस्रो कसैलाई हानी नहुने झूठो कुरा बोल्नु हो ।

यस कर्मका तीन फलहरू विपाक, निष्यन्द र अधिपतिमध्ये **विपाक** फलका कारणले प्राणी पशु भएर जन्मिन्छ । **निष्यन्द**फलस्वरूप मनुष्यै भए तापनि ऊ अर्काको निन्दा मात्र गरिराख्ने व्यक्ति बन्नेछ । तेस्रो **अधिपति**

फलस्वरूप उसको सास गन्हाउने हुन्छ । तथागतको विषयमा झूठो बोल्नु र गुरुलाई झूठो बोल्नु सबैभन्दा ठूलो पाप हो ।

ङ) पैशुन्य प्रलाप (फटाहा कुरा गर्नु, चुग्ली लगाउनु)

पैशुन्य प्रलाप (फाटो ल्याउने कुरा) का पनि तीन भेदहरू छन् । हठात् पैशुन्य, संसूचन पैशुन्य र परोक्ष पैशुन्य । पहिलो पैशुन्य हो दुई परममित्रहरूलाई प्रत्यक्षरूपले (अर्थात् चाप्लुसी इत्यादि गरेर एक अर्काबीच आएर) छुट्टयाइदिनु । दास्रो पैशुन्य हो एकले भनेको कुरा अर्कोलाई सुनाएर दुई मित्रमा फूट लगाइदिनु । तेस्रो गोप्य तवरले एक आपसमा मतभेद सृजना गरी दुई मित्रहरूलाई छुट्टयाइदिनु हो ।

यसका तीन फलहरू विपाक, निष्यन्द र अधिपति मध्ये **विपाक** फलको कारणले प्राणी नरकमा जन्मिन्छ । **निष्यन्द** फलस्वरूप मनुष्यै भए तापनि उसका साथीहरू कोही पनि हुन्न । **अधिपति** फलस्वरूप समतल नभएको ठाउँमा उसको जन्म हुनेछ । अनर्थको कुरो लगाएर संघ भेद गरिदिनु सबैभन्दा ठूलो पाप हो ।

च) पारुष्य वचन (कठोर बोली बोल्नु)

पारुष्य वचन (दुर्वचन) का तीन भेदहरू छन् । सम्मुख पारुष्य, घुमाउरो पारुष्य (छेड हान्नु), परोक्ष पारुष्य । पहिलो पारुष्य, प्रत्यक्षरूपले कसैका नाना थरीका दोषहरू उसकै सामु चित्त दुख्ने गरी भन्नु । दोस्रो चित्त दुख्नेगरी कसैलाई छेद हान्नु वा कटाक्ष व्यङ्ग प्रहार गर्नु । तेस्रो, साथीहरूको सामु वा प्रियजनहरूसामु बेइज्जत हुने गरी कसैको दोष कोट्याइदिनु हो । यसका तीन फलहरू विपाक, निष्यन्द र अधिपतिमध्ये **विपाक** फलको कारणले प्राणी नरकमा जन्मिन्छ । **निष्यन्द** फलस्वरूप ऊ मनुष्य नै भएर जन्मिए पनि उसले थुप्रै अप्रिय शब्दहरू, कुराहरू सुन्नुपर्ने हुन्छ । **अधिपति** फलस्वरूप कुनै सुख्खा र गर्मी एवम् दुष्ट व्यक्तिहरूले भरिएको ठाउँमा उसको जन्म हुनेछ । आमाबाबु वा अरु आर्यजनहरूलाई दुर्वचनहरू बोल्नु सबैभन्दा ठूलो पाप हो ।

छ) सम्भिन्न प्रलाप (व्यर्थ बकबक गर्नु)

सभिन्न प्रलापका पनि तीनैवटा भेदहरू हुन्छन् । मिथ्या संभिन्नप्रलाप, लौकिक संभिन्न प्रलाप र सत्य संभिन्न प्रलाप । पहिलो संभिन्न प्रलाप तीर्थिकहरूका गलत जप वा कुराहरू हुन् । दोस्रो अनर्थका वा नचाहिँदा गफहरू हुन् भने तेस्रो संभिन्न प्रलाप धर्म नै नरुचाउने व्यक्ति वा गलत व्यक्तिलाई धर्मको प्रवचन दिनु हो ।

यसका तीन फलहरू विपाक, निष्यन्द र अधिपतिमध्ये विपाकफलको कारणले प्राणी पशु भएर जन्मिन्छ । निष्यन्द फलस्वरूप मनुष्य भएरै जन्मिए पनि उसको वचन कसैले नपत्याउने हुन्छ । अधिपति फलस्वरूप ऊ कहिले अति गर्मी त कहिले अति नै जाडो हुने ठाउँ विषम ऋतु भएको ठाउँमा जन्म लिन पुग्छ । सम्भिन्न प्रलापहरूमध्ये उत्सुकतापूर्वक धर्म सिक्न इच्छुक व्यक्तिलाई नचाहिँदा कुराहरूमा अल्मल्याई उसको मनलाई विचलित पार्नु सबैभन्दा ठूलो पाप हो ।

ज) अभिध्या (लोभ गर्नु)

अभिध्या वा लोभका तीन भेदहरू छन् । आत्मीय अभिध्या, परकीय अभिध्या र उभय-व्यतिरिक्त अभिध्या । पहिलो अभिध्या वा लोभ आफ्नो जीवन, कुल, रूप, गुण तथा धनसम्पत्तिहरूप्रति आशक्त भएर म जस्तो कोही छैन भनी सोच्नु हो । दोस्रो अर्काको धनसम्पत्ति वा गुणहरूको लोभ गरेर ती सबै मेरो भइदिए कति हुन्थ्यो ? भनी सोच्नु हो । आफ्नो र अरू कसैको अधिकार नभएको भूमिगत धनसम्पत्तिहरूको लोभ गरेर ती सबै भूमिगत सम्पत्तिहरूमा मेरो आधिपत्य रहे कति जाति हुन्थ्यो ? भनी सोच्नु तेस्रो अभिध्या हो ।

यसका तीन फलहरू विपाक, निष्यन्द र अधिपतिमध्ये विपाकफलको कारणले प्राणी प्रेत भएर जन्मिन्छ । निष्यन्दफलको कारणले ऊ मनुष्य गतिमै जन्मिए पनि अत्यन्तै लोभी व्यक्ति बन्नेछ । अधिपति फलस्वरूप

अन्नको उब्जनी नै नहुने ठाँउमा उसको जन्म हुनेछ । सम्यक प्रहाण सम्पन्न भिक्षुहरूका वस्तुहरू हात पार्ने इच्छा गर्नु सबैभन्दा ठूलो पाप वा सबभन्दा ठूलो अभिध्या हो ।

झ) व्यापाद (पीडा वा हानी दिने सोच राख्नु)

व्यापाद (कुमति राख्नु वा कुभलो चिताउनु) का तीन भेदहरू छन् : द्वेषजन्य व्यापाद, ईर्ष्याजन्य व्यापाद र प्रतिघजन्य व्यापाद । पहिलो व्यापाद, द्वेषले भरिएको चित्तले कसैलाई शत्रुलाईझैं मार्ने इच्छा गर्नु हो । दोस्रो, आफ्नो प्रतिद्वन्दीलाई कतै उसले मैलेभन्दा धेरै प्रगति त गर्ने होइन भन्ने सोचेर भयभीत भएर मार्ने इच्छा गर्नु । तेस्रो उसले मलाई पहिले धेरै दु:खहरू दियो त्यसैले अब म उसलाई मार्छु भन्ने खालको प्रतिघातले भरिएको इच्छा राख्नु हो ।

यसका तीन फलहरूमध्ये विपाकफल स्वरूप त्यो पाप गर्ने प्राणी नरकमा जन्म लिनपुग्छ । निष्यन्द फलस्वरूप ऊ मनुष्य भएरै जन्मेतापनि उग्र द्वेष भएको व्यक्ति बन्नेछ । अधिपति फलस्वरूप ऊ त्यस्तो ठाँउमा जन्म लिन पुग्छ जहाँ खाइने अन्न अत्यन्तै तीतो र रुखो हुन्छ । आनन्तर्य कर्म (पञ्च आनन्तर्य कर्म वा पञ्च महापाप गर्ने इच्छा गर्नु) सबै व्यापादहरूमध्ये अधिक ठूलो पाप हो ।

ञ) मिथ्या दृष्टि (उल्टो धारणा राख्नु)

मिथ्या दृष्टि तीन प्रकारका हुन्छन् । कर्म र फलको सम्बन्धमा मिथ्यादृष्टि, सत्यको सम्बन्धमा मिथ्यादृष्टि र त्रिरत्नको सम्बन्धमा मिथ्यादृष्टि । पहिलो कर्म र फलको सम्बन्धमा मिथ्यादृष्टि भनेको कुशल कर्म र अकुशल कर्म नै क्रमश: सुख र दु:खका कारण हुन् भन्ने तथ्यलाई नै विश्वास नगर्नु हो । मार्ग सत्य अनुष्ठान गरेर पनि दु:ख निरोध सत्य प्राप्त हुन्न भनेर मान्नु दोस्रो मिथ्या दृष्टि हो । त्रिरत्नलाई असत्य मानेर त्यसको निन्दा गर्नु तेस्रो मिथ्यादृष्टि हो ।

मिथ्यादृष्टिका फल तीन प्रकारका छन् । यिनमध्ये विपाकफलस्वरूप प्राणी तिर्यक् गतिमा जन्म लिन पुग्छ । निष्यन्द फलस्वरूप प्राणी मनुष्य भएरै जन्मेता पनि ऊ तीव्र मोहले ढाकेको व्यक्तिको रूपमा जन्मिनेछ । अधिपति फलस्वरूप ऊ त्यस्तो ठाउँमा जन्म लिनपुग्छ जहाँ अन्न नै हुँदैन । मिथ्या दृष्टिहरूमध्ये सबैभन्दा ठूलो पाप दर्शनहरूमा अल्झिरहनु हो ।

यी दसवटा अकुशल कर्म नराम्रा आचरणले मानिसलाई उन्नतिको सट्टा पतनतिर धकेल्छ । यस्ता कर्म गर्ने चरित्रहीन मानिसले यस वर्तमान जीवनमा पनि दु:ख पाउने तथा मरणपछि पनि दुर्गतिमा पतन भई दु:ख भोग गर्नुपर्ने हुन्छ । तसर्थ यी दस अकुशल कर्म असाधु (नराम्रो), सदोष (दोषसहित), दु:खदायक, अनार्य मार्ग, कृष्णमार्ग (अँध्यारो बाटो) हुन् । दस अकुशल मार्गलाई पाप पनि भनिन्छ ।

५.२. कुशल कर्मका फलहरू

शरीरबाट हुने राम्रो क्रियाकलाप, वचनबाट बोलिने राम्रो बोली, वचन, मनबाट गरिने राम्रो चिन्तन मनन र सही धाराणादि कुशल कर्म हुन् । दुश्चरित्र कर्मबाट अलग्ग हुनु नै कुशलकर्म हो । कुशल कर्म दस प्रकारका छन्:

क) कायिक कर्म

१. पाणातिपाता विरति - प्राणीहिंसाबाट अलग्ग भई दण्डको प्रयोग, शस्त्रको प्रयोग नगरिकन दयावान भई सबै प्राणीप्रति अनुकम्पा राख्नु, अरुको प्राणको रक्षा गर्नु ।

२. अदिन्नादाता विरति - चोरी काम छाडेर आफ्नो मेहनतले जति प्राप्त हुन्छ, त्यसैलाई मात्र ग्रहण गरी पवित्र जीवन व्यतीत गर्नु, क्षमता अनुसार दान दिनु ।

३. कामेसु मिच्छाचारा विरति - कामभोग सम्बन्धी मिथ्याचारलाई छोड्नु अर्थात परस्त्री वा परपुरूष गमन गर्नुबाट अलग्ग रहनु ।

ख) वाचसिक कर्म

१. मुसाबादा विरति-फटाहा कुरा गर्नुबाट अलग्ग भई सत्य कुरा गर्नु, यथार्थवादी हुनु ।
२. पिसुणवाचा विरति - चुगली गर्ने काम छोडी, झगडा हुने कामबाट अलग भई वैमनष्य भाव हटाइदिने, परस्परमा मेलमिलाप हुने कुरा गर्नु ।
३. फरूसवाचा विरति-कडा वचन बोल्न छोड्नु । सुन्नमा आनन्द हुने, मन प्रसन्न हुने सभ्य वचन प्रयोग गर्नु ।
४. सम्फप्पलापवाचा विरति- फजुल व्यर्थ कुरा छोडी समयानुकूल यथार्थ, अर्थयुक्त, तर्कयुक्त कुरा गर्नु ।

ग) वाचसिक कर्म

१. अनभिज्या - निर्लोभी भई अर्काको धनमाथि लोभ नगर्ने हुनु ।
२. अव्यापाद - द्वेषरहित भई कुनै पनि प्राणीप्रति शत्रुभाव नराखी सुखी होस् भनी मैत्री चित्त राख्नु ।
३. सम्मादिट्ठि - गलत धारणा नराखिकन सही धारणा राख्नु अर्थात् कुशल कर्मको फल राम्रो हुन्छ, अकुशल कर्मको फल नराम्रो हुन्छ भनी कर्म र कर्मफलमा विश्वास गर्ने सही धारणा राख्नु नै सम्मादिट्ठि हो ।

यी दस कुशल कर्म साधु (राम्रो), निर्दोष, सुखदायक, आर्य मार्ग, शुक्लमार्ग (उज्यालो बाटो) हुन् । यस्ता कर्म गर्ने मानिस सही आचरणका कारण सुगति स्वर्गमा उत्पन्न हुन्छ । तसर्थ दस कुशल कर्मलाई धर्म पनि भनिन्छ । दस कुशल कर्म उन्नतिको बाटो हो । दस अकुशल कर्म गर्नेले यो लोक र परलोकमा नराम्रो फल भोग्नु पर्ने हुन्छ । त्यसैले यसलाई अधर्म, अनर्थ भनिन्छ । दस अकुशल असाधु (नराम्रो), सदोष (दोष सहित), दुःखदायक, दुःख विपाक धर्म अनार्य मार्ग, कृष्णमार्ग (अँध्यारो बाटो) हुन् । दस अकुशल कर्म गर्ने मानिसले यस जन्ममा दुःख पाउँछ नै । मरणपछि पनि अपाय दुर्गतिमा उत्पन्न हुनुपर्ने हुन्छ । अकुशल गर्ने व्यक्तिको संगत गर्नु हुँदैन । कुशल गर्ने व्यक्तिको संगत गर्नुपर्दछ । उसको सेवा गर्नुपर्दछ । उसको पूजा गर्नुपर्दछ । उसको गौरव राख्नु पर्दछ । दस कुशल कर्मद्वारा शरीर, वचन र मन शुद्ध हुन्छ । दस कुशल कर्म गर्ने मानिस सुगति स्वर्गमा उत्पन्न हुन्छ । कुशल उन्नतिको बाटो हो भने अकुशल अवनतिको बाटो हो । तसर्थ कुन बाटो रोज्ने ? आफ्नै हातमा छ । बुद्धिमान व्यक्तिले उन्नति र प्रगतिको बाटो पहिल्याउँदछ ।

यस्ता पूर्णकर्महरूका फल तीन प्रकारका हुन्छन् : विपाक फल, निष्यन्द फल र अधिपति फल । विपाकफलको कारणले सत्व देवलोक, मनुष्यलोक र कामधातुमा जन्म लिन्छ । निष्यन्दफल, अरूको हत्या गर्ने कर्म त्यागेर अरु प्राणीहरूको प्राणलाई रक्षा गरेवापत उसको आयु लम्बिनेछ । अधिपति फल, अधिपति फल स्वरूप सत्व यस्तो ठाउँमा जन्मिनेछ जहाँका वस्तुहरू भद्र, असल र प्रबल स्वभावका हुन्छन् । अरू कुशल कर्म गरेवापत पनि यस्तै प्रकारका फलहरू प्राप्त भइरहने हुन्छन् ।

६. कर्मको नियन्त्रण

परापूर्वकालदेखि आफ्नो जीवनलाई प्रभाव पार्ने र निर्देशित गर्ने अरू कुनै तत्त्व वा शक्ति भएको कुरालाई धेरैजसो धर्म सिद्धान्तमा मान्यता दिएको पाइन्छ । तर बुद्धले आफ्नो मालिक आफै हो, आफू बाहेक अरू कोही आफ्नो मालिक हुनसक्दैन भनेर आफ्नो प्रयासलाई सर्वोपरि महत्त्व दिई स्वावलम्बी हुने शिक्षा दिनुभएको छ । जुन धम्मपदमा यसरी उल्लेख गरिएको छः-

अत्ता हि अत्तनो नाथो - को हि नाथो परो सिया ?
अत्तनाव सुदन्तेन - नाथं लभति दुल्लभं ।

आफू नै आफ्नो मालिक हो, आफ्नो मालिक अरु को हुनसकला ? आफूलाई राम्रोसँग दमन गर्न सक्यो भने दुर्लभ स्वामित्व प्राप्ति हुन्छ ।

त्यस्तै आफूले गर्ने काम, बोल्ने बोली र गर्ने विचार कुशल वा अकुशल भएमा सोही अनुसार शुद्ध वा अशुद्ध हुने कुरा धम्मपदमा उल्लेख गरिएको छ -

अत्तनाव कतं पापं - अत्तना सङ्गिलिस्सति ।
अत्तना अकतं पापं - अत्तनाव विसुज्झति ।
सुद्धी असुद्धी पच्चतं - नाञ्ञो अञ्ञं विसोधये ॥

आफूले गरेको पापले आफैलाई अपवित्र पार्दछ, आफूले गरेको पुण्यले आफैलाई शुद्ध पार्दछ, शुद्धि हुने र अशुद्धि हुने आफ्नै द्वारबाट हो, कसैले अरु कसैलाई शुद्ध पार्न सक्दैन ।

हाम्रो चित्त (मन) नै कर्मको संचालनकर्ता हो । मन नै कर्मको गति निर्धारण गर्नेको केन्द्र विन्दु हो । मनको स्थितिको कारण हाम्रो कर्म कुशल र अकुशल हुन्छ । अतः कर्मको नियन्त्रण गर्न मनको नियन्त्रण आवश्यक छ । मनको नियन्त्रण गरी हरेक व्यक्ति आफ्नो मालिक आफैं बन्न सक्छ ।

यो मन (चित्त) ले विभिन्न प्रकृतिको निर्देशन गरी कर्म गराउन उद्दत गर्छ । यही मनको अधिनमा रही हामी प्रत्येक कर्म गर्दछौं । यदि मन द्वेषयुक्त र क्रोधयुक्त छ भने हामी झगडालु र हिंसाप्रेमी हुन्छौं । यदि मन राग र मोहयुक्त छ भने हामी स्कन्ध (रूप, शब्द, गंध, रस, स्पर्श) प्रति आशक्त भई कार्य गर्दछौं । चित्तको संयम वा नियन्त्रण गर्न कठिन छ । महान् योगी, तपस्वी, ऋषिहरू पनि कठिन तपस्याको क्रममा मारले उनको तपस्या भंग गरेका उदारणहरू छन् । यो मार (काम) कुनै देवता वा महापुरुष नभई हाम्रो मनको दुष्प्रकृतिको सेना वा जमात हो । हाम्रो आखाँ, नाक, कान, जिब्रो र छालाको माध्यमले रूप, शब्द, गंध, रस, स्पर्श हुनाले अलग-अलग प्रकारका वेदनाहरू उत्पन्न हुन्छन् र सांसारिक धर्मप्रति आशक्त बनाउँछन् । यही वेदना (अनुभूति) तीन प्रकारका हुन्छन् । १.सुख वेदना, २.दुःख वेदना र ३.असुख-अदुःख वेदना । यी तीनै वेदना अनित्य हुन् र प्रत्ययबाट उत्पन्न भई नाश हुनेवाला हुन् । जुन अनित्य छ, त्यो न "म" हो न "मेरो" हो र न मेरो "आत्मा" हो । यस अनित्यको जसले नित्य मान्छ, उसलाई नै दुःख प्राप्त हुन्छ ।

जब हाम्रो आखाँको संयोग कुनै बाहिरी सुन्दर वस्तु (रूप)सँग हुन्छ तब विज्ञान (मन, चित्त) उत्पन्न हुन्छ, अर्थात मन त्यस्तै बन्छ । त्यो रूप हाम्रो मानसपटलमा छाउँछ । जसले सुखद वेदना उत्पन्न गर्छ, जसले हामीलाई कर्मको स्वरूप प्रदान गर्दछ । हाम्रो कर्म रागयुक्त हुन्छ । यसैगरी जब हाम्रो आखाँको संयोग कुनै बाहिरी अप्रिय वस्तु (रूप)सँग हुन्छ, तब विज्ञान (मन, चित्त) उत्पन्न हुन्छ अर्थात मन त्यस्तै बन्छ । त्यो रूप हाम्रो मानसपटलमा छाउँछ । जसले दुखद वेदना उत्पन्न गर्छ र हाम्रो कर्म रू द्वेषयुक्त हुन्छ । यही प्रकार कान, नाक, जिब्रो र छालाको सम्बन्धमा हुन्छ । यदी हामी इन्द्रियको विषय उपर संयोग भई उत्पन्न हुने वेदनालाई उत्पन्न हुन दिइएन वा उस वेदनामा आशक्त/लिप्त भइएन भने अनुभूतिको अभावमा विज्ञानको उत्पत्तिको निरोध हुन्छ । विज्ञानको निरोधको कारण कर्मको निरोध हुन्छ । कर्मको निरोधले राग, मोह, र द्वेषको निरोध हुन्छ ।

हाम्रो अकुशल(पाप) कर्मको कारण अविद्या हो । कुनै विचार र कार्यको सम्यक दृष्टिले नदेख्नु पनि अविद्या हो । अविद्याको कारण संस्कार, संस्कारको कारण विज्ञान, विज्ञानको कारण नाम रूप, नामरूपको कारण आयतन, आयतनको कारण स्पर्श, स्पर्शको कारण वेदना, वेदनाको कारण तृष्णा, तृष्णाको कारण उपादान, उपादानको कारण भव, भवको कारण जाति, जातिको करण जरा (बुढाया) मरण, शोक, दुःख खेद उत्पन्न हुन्छ । यस प्रकार केवल दुःखको पुञ्ज उत्पन्न हुन्छ ।

अविद्याको विरागको कारण नाश हुँदा संस्कारको नाश हुन्छ, संस्कार नाश हुँदा विज्ञान । यसै गरी क्रमशः भवको नाशहुँदा जाति(जन्म) र जन्मको नाश हुँदा जरामरण नाश हुन्छ । योसँगै दुःख, चित्त विकार नाश हुन्छ । यस प्रकार दुःखपुञ्जको नाश हुन्छ । अविद्याको कारण कर्मका सबै गतिविधि पैदा हुन्छन् । अविद्याको एक भाग तृष्णा हो जुन कर्मको जड हो । यही अविद्या र तृष्णाको कारण अकुशल (पाप) कर्म प्रभावित हुन्छ । लोभ, द्वेष र मोहरहित तीन आधार कुशल कर्म प्रभावित गर्दछन् । यीबाटै संसारका सबै कर्म प्रभावित हुन्छन अर्थात् कर्मका रूप मानिन्छन् ।

७. कुशलता बढाउने उपायहरू

पुण्य प्राप्त हुने अथवा भाग्य बन्ने दसवटा पुण्य क्रियाहरू छन् । यसलाई दस पुण्यक्रिया भनिन्छ । यिनीहरू पनि दस-कुशल धर्म नै हुन् जुन निम्न प्रकारका छन् ।

१. दान - आफूसँग भएको चीजवस्तु अरूको हितको निम्ति दिनु वा त्याग गर्नु ।
२. शील - शरीर र वचनलाई संयमित गर्ने अभ्यास वा सदाचार गर्नु ।
३. भावना - चित्तलाई शुद्ध र निर्मल हुने गरी अभ्यास वा सदाचार गर्नु ।
४. अपचायन - आफूभन्दा जेष्ठहरूको आदर गर्नु ।
५. वेय्यावच्च - सेवा गर्नु, आफन्तहरूलाई मद्दत गर्नु ।
६. पत्तिदान - आफूले गरेको कुशल कर्मको भाग वा पुण्य अरूलाई बाँड्नु ।
७. पत्तानुमोदन -अरुले गरेको पुण्य वा राम्रो काममा प्रसन्न भई साधु अनुमोदन गर्नु ।
८. धम्मसवन - धर्म उपदेश सुन्नु ।
९. धम्मदेसना - धर्म उपदेश दिनु वा बताउनु ।
१०. ठीक धारणा वा यथार्थ दृष्टि राखी कर्म र कर्मफलमा विश्वास गर्नु ।

यी माथि उल्लेखित पुण्य कर्महरू सम्पादन गर्नु, अकुशल कर्म परित्याग गर्दै चित्त शुद्धताको अवस्थासम्म पुग्नु नै बुद्धशिक्षाको सार हो, जुन कुरा धम्मपदमा यसरी उल्लेख गरिएको पाइन्छ -

सब्बपापस्स अकरणं- कुसलस्स उपसमपदा ।

सचित्तपरियोदपनं एतं बुद्धानसासनं ॥

कुनै पाप कर्म नगर्नु, कुशल कर्म गर्नु र आफ्नो चित्तलाई परिशुद्ध गर्नु यही नै बुद्धहरूको शिक्षा हो ।

हाम्रा क्लेश र दुःखहरू हाम्रा आफ्नै अकुशल कर्मका फलहरू हुन् जुन हामीले पहिले गरेका थियौं । अकुशल कर्मलाई प्रतिकार गर्न कुशल कर्मले मात्र संभव हुन्छ । धनी हुन देवताको जप पूजा गरेको पनि देखिन्छ तर इमान्दारीपूर्वक परिश्रम गर्नु र दान गर्नु वाहेक अर्को उपाय छैन । उद्यमी भएर धन कमाउनु र पुण्य क्षेत्र, शुद्ध ब्राह्मण, आमा-बुवा, बुढापाका, गरीब, दुःखी, असहाय आदिलाई दान दिइयो भने कर्मविपाक हुँदाखेरी झन धनी हुँदैजाने हुन्छ । दान पुरा हुनको लागि दान दिनुअघि दाताको मन प्रसन्न हुनुपर्दछ । दान दिँदै गर्दा पनि मन प्रसन्न हुनुपर्दछ । दान दिइसके पछि पनि दाताको मन प्रसन्न हुनुपर्दछ । जुनसुकै कुशल अकुशल कर्मको विपाक पुरा हुन यी तीन चेतना आवश्यक हुन्छ । कर्मको विपाक कहिले हुन्छ भन्ने निश्चित हुँदैन, तर गरेको कर्म कहिल्यै खेर जादैन, असंख्य कल्पपछि पनि फल दिनसक्छ । दानमा खर्च गरेको धन अर्को जन्ममा व्याजसहित फिर्ता पाउन बैंकमा जम्मा गरिएको धन हो । बुद्धले गृहपतिहरूलाई आफ्नो कूल आयको एकतिहाइ दान दिन, एक तिहाइ उपभोगमा खर्च गर्न र बाँकी एकतिहाइ संचय गर्न वा उद्यममा लगाउन सल्लाह दिनु भएको छ ।

८. निष्कर्ष

संसारमा कर्म र भाग्य सम्बन्धमा मानिसहरूको बुझाइ फरक फरक छ । कोही कुशल कर्म गर्दा कुशल फल प्राप्त हुने विषयमा निश्चिन्त छैनन् । कोही दुःख पर्दा भाग्यलाई दोष दिएका हुन्छन त कोही अकुशल कर्म गरी तत्काल लाभ लिन उद्धत भएको देखिन्छ । सीमित व्यक्तिहरूमात्र कुशल कर्म गरेको देखिन्छ । बुद्ध दर्शनमा कर्म र कर्मफल सम्बन्धमा राम्ररी विश्लेषण गरिएको पाइन्छ । कर्मको प्रतिफल यसै जन्ममा, अर्को जन्ममा वा कुनै जन्ममा अवश्य भोग गर्नु पर्दछ । कर्मको नियमअनुसार कुशल कर्मले राम्रो फल दिन्छ र अकुशल कर्मले नराम्रो फल दिन्छ । कर्म र कर्मफलबीच कारण र परिणामको सम्बन्ध रहेको हुन्छ । कर्म कारण हो भने सुख, दुःख तथा सुगति, दुर्गति प्राप्त हुनु फल वा परिणाम हो । कर्म र कर्मफलको अन्तरसम्बन्धको यर्थाथतालाई आत्मसात गर्न नसक्दा मानिसले अकुशल कर्म गर्न पुग्छ, जसले गर्दा आफूलाई मात्र नभई अरुलाई समेत नोक्सान पुग्ने हुन्छ । कतिपय भिन्न स्वभावका व्यक्तिहरू त जीवन केवल जन्म र मृत्युबिचको समयमा सीमित रहन्छ र त्यसपछि उसको अस्तित्त्व हराएर जान्छ भन्ने गलत मान्यता राखेको पनि देखिन्छ । यस्तो स्वभावका मानिसहरू खाने, पिउने मोजमस्ती गर्न पर्छ भन्ने विश्वास राख्दछन् । राम्रा कार्य नगरेको कारण पुण्य संचित गर्न सक्दैनन् । पाप कर्मको परिणाम नजान्दा पापकर्म गर्छन् र यस्ता मानिसहरूको पुनर्जन्म कष्टकर र दुखदायी हुनजान्छ । कतिपयले कर्मको भागीदार आफू नै हो भन्ने अनभिज्ञताको कारणले गर्दा आफ्नो चरित्र सुधारको बदलामा पापमोचन विधि अपनाउने गर्दछन् ।

यस जन्ममा इमान्दारीपूर्वक जीवन निर्वाह गरिरहेकाहरूले कहिले काहीँ दुःख सामना गर्नुपर्ने भनेको राम्रो कर्म गरेर नराम्रो प्रतिफल पाएको होइन । वर्तमान राम्रो कर्मले प्रतिफल दिइनसकेको र त्यतिन्जेल अतीत जन्मको कर्मले गर्दा फल भोग्ने अवसर मिलेको हो । त्यस्तै वर्तमान जन्ममा दुराचार गरी जीविका गर्नेको उन्नति प्रगति भइरहेको देखिनु नराम्रो कर्मले राम्रो प्रतिफल दिएको होइन । वर्तमान नराम्रो कर्मले प्रतिफल दिइनसकेको र त्यतिन्जेल अतीत जन्मको राम्रो कर्मले गर्दा राम्रो फल भोग्ने अवसर मिलेको हो । कर्मको नियम ज्ञान नहुँदा राम्रो गर्नेहरूलाई झन् दुःख हुन्छ र नराम्रो गर्नेहरूलाई झन् सुख हुन्छ कि भन्ने भ्रम पर्न सक्दछ । यसरी कुशल कर्म गरेको होस् वा अकुशल कर्म, त्यसको फल अवश्य भोग्नु पर्दछ । तसर्थ कर्म र कर्मफल बारेमा सही दृष्टि भएमा अकुशल कर्मलाई त्यागी कुशल कर्म गर्ने तथा आफूभित्र असल गुणहरूको विकास गरी मनुष्य जीवनलाई सार्थक बनाउन सकिन्छ । निब्बेधिक सुत्तमा कर्मको नानात्व बारेमा उल्लेख गरिएको छ : कर्मले नरक भोग गराउने हुन्छ, पक्षीको योनिमा भोग गराउने हुन्छ, प्रेत योनिमा भोग गराउने हुन्छ, मनुष्य जन्ममा भोग गराउने हुन्छ अनि देवलोकमा भोग गराउने हुन्छ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

आचार्य महायोगी, श्रीधर राणा रिम्पोछे, अनुवादकः नारायण प्रसाद रिजाल (२०६४), *संक्षिप्त बोधिपुष्पाञ्जली (भाग ३),* काठमाडौः व्योम कुसुमा बुद्धधर्म संघ ।

धाख्वा, ललिता (२०७७), *बौद्ध धर्ममा कर्म र कर्मफल* - Historical Journal Vol- १२, ललितपुरः पाटन संयुक्त क्याम्पस, त्रि.वि.।

बौद्ध, जुगल किशोर (२०१३ इ.), *बौद्ध धर्म में कर्म का सिद्धान्त,* नई दिल्लीः सम्यक प्रकाशन ।

भिक्षु वलपोल राहुल (२०६९), *बुद्धले के सिकाउनुभयो,* काठमाडौः अनुवादक देवकाजी शाक्य ।

लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालय (२०७७), *बुद्ध दर्शन,* रूपन्देहीः उद्योग, पर्यटन, वन तथा वातावरण मन्त्रालय प्रदेश नं. ५ ।

लोक तथा दोहरीगीत र भजन

टुकराज पाण्डे
अध्यक्ष, AUDAN, लुम्बिनी प्रदेश

लेख सार:

लुम्बिनी प्रदेशको क्षेत्र भूमिमा अन्यक्षेत्र भूमिबाट बसाइँसराइ गरी आएका होउन वा यसै भूमिका एक क्षेत्रबाट अन्यक्षेत्रमा सरि आएका गएका होउन वा त्यसै क्षेत्रमा बसोवास गरेका विभिन्न जातजाति भाषाभाषिको परम्परा, रहनसहन, कलाकौशल संस्कृति धान्दै निरन्तरता दिदै आएका प्रचलन वा आफ्नो ज्ञान, सीप र क्षमताको उपयोग गरी निर्माण वा रचना गरेका विविध सिर्जना अनुरूपको जीवनशैली नै लुम्बिनीवासीको संस्कृति हो । मानवले निर्माण वा रचना गरेका सिर्जनाहरू भौतिक र अभौतिक गरी दुई किसिमका हुन्छन् । जसलाई मूर्त र अमूर्त संस्कृतिको रूपमा पनि परिभाषित र व्याख्या गर्ने गरिएको पाईन्छ । निश्चित समाजमा सिर्जना भएर सोही समाजले आफ्नो पहिचान गरेका संस्कृतिहरु लोक संस्कृति हुन् । विभिन्न भूगोल, जातजाति, भाषाभाषी समुदाय विशेषका मानिसहरूको संस्कृति र परम्परालाई तत्तत् क्षेत्र र समुदायका लोकसंस्कृतिको रूपमा चिन्ने गरिन्छ । नेपाल राज्यको जस्तै लुम्बिनी प्रदेशको पनि बहु विशेषतायुक्त बहुजातीय, बहुभाषिक र बहुसांस्कृतिक विशेषता भएकाले यहाँको लोकसंस्कृति पनि बहुविशेषतायुक्त छ, जो लुम्बिनीको साझा चिनारी र साझा सम्पत्ति बनेको छ । लुम्बिनी प्रदेश लोकसंस्कृतिमा धनी र समृद्ध छ । यहाँका संस्कृती र कलाकौशल विश्वव्यापी चर्चापरिचर्चा हुनुका साथै विश्वव्यापी रूपमा अवलम्वन गरेको पाईन्छ । यसको उदाहरणको रूपमा बुद्ध शिक्षा, पाणिनी तपोभूमिमा शाधना गरि लिखित संस्कृत व्याकरणलाई लिन सकिन्छ । कुनै देश बहुसांस्कृतिकयुक्त हुनका लागि भूगोल वा जनसंख्याका हिसाबले ठूलो हुनुपर्दैन भन्ने ज्वलन्त उदाहरण नेपाल नै काफी छ । नेपाल चीनभन्दा भूगोलमा ६५ गुणा र भारत भन्दा २२ गुणा सानो छ र यी देशसंग जनसंख्यामा कतै तुलना नै हुन सक्दैन । राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को तथ्यांक अनुसार नेपालमा जातजातिको संख्या एक सय बयालिस पुगेको छ । तर नेपालभन्दा जनसंख्यामा कैयौं गुणा ठूलो चीनमा ५६ वटा जाति मात्र छन् भने भारतमा ३००० रहेको तथ्यांक भेटिन्छ भने मातृभाषा २७० भएता पनि १२१ भाषा बोलचालमा रहेको पाईन्छ । चिनमा ५५ जातिको जनसंख्या १० प्रतिशत छ भने हान जातिको संख्या मात्रै ९० प्रतिशत छ । नेपालमा मातृभाषाको संख्या एक सय २४ पुगेको छ । जति धेरै जाति र भाषा हुन्छन्, त्यति धेरै उनीहरुको लोकसंस्कृति हुन्छ । त्यसैले विश्वमा नेपाल लोकसंस्कृतिका हिसाबले ज्यादै समृद्ध मुलुकमा पर्दछ । सबै संस्कृतिको संरक्षण र संवर्धन गर्दै यसलाई राष्ट्रिय एकताको आधार बनाउनु आजको आवश्यकता हो । यसमा लुम्बिनी प्रदेश अग्रस्थानमा रहेको छ ।

परिचय:

परम्परागत लोक संस्कृति हाम्रो जीवनलाई सरल र रमाइलो बनाउने एउटा यस्तो कला र विश्वास हो, जुन एउटा पुस्तादेखि अर्को पुस्तामा हस्तान्तरण गरिन्छ । संस्कृतिलाई 'सम्पूर्ण समाजको जीवन पद्धति' भनिन्छ । यसले एउटा मानिसको धर्म, भाषा, शिष्टाचार, अनुष्ठान र कलावारे समावेश गरेको हुन्छ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा यो एउटा समुदाय वा समाजभित्र हुने मानवीय गतिविधि हो । रीतिरिवाज, कानुन, पोसाक, वास्तुशैली, सामाजिक स्तर र परम्पराहरू सबै सांस्कृतिक तत्वका उदाहरणहरू हुन् । सबै देशहरूको आ-आफ्नै फरक फरक संस्कृतिहरू हुने गर्छन् । देशभित्र हुने विभिन्न समाज वा समुदायहरूको संस्कृति छुट्टाछुट्टै छन् तरपनि सबैले सबैको संस्कृतिको रक्षा र सम्मान गर्ने गर्छन् । सबैले आफ्नो संस्कृतिका लागि आफ्नो मनमा एउटा विशिष्ट स्थान राखेका हुन्छन् । नेपाली संस्कृति एउटा पुस्तादेखि अर्को पुस्तामा कुनै उही रूपमा, कुनै परिस्कृत रूपमा त कुनै मिश्रित बनाई वास्तविकता भन्दा फरक रूपमा हस्तान्तरण हुँदै आएको छ । जे जसरी आएतापनि यो एक यस्तो बहुमूल्य खजाना हो, जुन नेपालीहरूले ठूलो गर्वको भावनाका साथ

प्रदर्शन गर्नु पर्दछ । नेपाली लोकगीत सङ्गीतको संस्कृति धेरै पुरानो र सबैभन्दा चाखलाग्दो संस्कृति हो भनेर विश्व सामु परिचित भै सकेको छ । हामी आफू जहाँ छौं त्यहि नै अध्ययन गर्यौं भने भूगोल, जाति, परम्परा, धर्म, कर्म (चालचलन) देखि लिएर अरू सबै क्षेत्रमा विविधता पाईन्छ । यसले हाम्रो संस्कृतिलाई विविधतायुक्त पनि बनाएको छ ।

लुम्बिनी प्रदेशका विभिन्न भागहरूमा फरक-फरक सांस्कृतिक आस्थाहरू पाउन सक्छौं, जुन यहाँको जातीय, धर्म, मूल्य-मान्यता र सामाजिक गौरव हो । यिनै मूल्य मान्यता र गौरवका आधारमा तयार गरिएका लोकभाकाका गीतसङ्गीतलाई बादविवाद, जवाफ सवाल गर्ने गरि दोहोरीगीतको रूपमा पस्कने गरेको पाईन्छ । दोहरीगीत दुईपक्ष बीचको सांगितिक सवाल जवाफ हो । यसमा गीतसङ्गीतहरूबाटै सवाल गर्ने र गीतसङ्गीतबाटै जवाफ दिने गरिन्छ । नेपालका प्राय: सबै ठाउँमा दोहरीगीत गाएको सुन्न पाइन्छ । मेला, पाखा, रोदी, चौतारी, विवाह धार्मिक कार्यक्रम, उत्सव आदिमा युवा-युवतीहरू मादल, बाँसुरी आदि बाजाहरूको तालमा दोहरीगीत गाएर कार्यक्रमलाई रोचक र आकर्षक बनाउने गर्दछन् । दोहरीगीत नेपालीहरूको परम्परा बनिसकेको छ । तर आजभोलिको नयाँ जमनामा यो पर्थामा केही कमी आएको देखिन्छ । दोहरीगीत सबै भाषामा र सबै ठाउँका मान्छेहरूले गाउने गर्छन् । दोहरीमा गीतहरू तत्काल सिर्जना गरेर गाउने गरिन्छ । दोहरीगीत युवायुवा बीच, युवतीयुवती बीच र युवा युवती बीच गाइन्छ । दोहोरी दोहोरो भन्ने शब्दबाट आएको हो । दोहोरो भन्नाले दुई तर्फबाट भन्ने बुझिन्छ । तसर्थ दोहोरी गीतमा दुई तर्फबाट आएका सङ्गीतमा अन्त्यानुप्रास मिलाएर आएका सवाल जवाफ भन्ने बुझिन्छ । विशेष गरेर दोहोरी गीत तत्काल सृजना गरिन्छ कुनै एउटा भाकामा आधारित रहेर । तथापि पछिल्लो पटक दोहोरी रेकर्ड गरेर पनि बजारमा आएका छन् र अहिले त्यसरी आएका गीतहरूले बजार लिइरहेका छन् । त्यस्ता गीतहरूमा केवल एकजना गीतकारले केटा र केटी दुवैको सवाल जवाफ समेटेका हुन्छन्, जसलाई गाएक गायिकाले त्यही अनुसार गाउने गर्दछन् । दोहोरी विशेष गरेर नेपालको मौलिक गीत हो । लोकभाका, गाँउका, दु:खका वेदनाका, प्रेमका वा समाज, वातावरण लगायतका सबैकुराहरूलाई समेटेर गीत सृजना गरिएका हुन्छ, त्यहीँ लोकगीतलाई जब सवाल जवाफ वा दोहोरो तर्फबाट गाइन्छ त्यस्ता गीतलाई लोकदोहोरी गीत भनिन्छ । दोहोरीमा विभिन्न पाटाहरू समेटिएका हुन्छन् । सोरठी, ठाडो भाका, कौडा, भ्याउरे, सालैजो, देउडा, कृष्णलिला, रामलिला र विभिन्न भजन किर्तनहरू विभिन्न भूभागहरूमा रहेका स्थानीय भाषाभाषीका गीत सङ्गीत दोहोरी शैलीमा रहेका हुन्छन् । यद्यपि प्रत्यक्ष-लाइभ- खेलिने दोहोरीमा हुने मजा रेकर्ड गरिएका दोहोरीमा नहुन सक्छ । अनि सधैँ, र जुनसुकै अवस्थामा प्रत्यक्ष दोहोरी समेटिन पनि सम्भव पनि हुदैन जसको फलस्वरूप रेकर्ड गरिएका गीतहरूको बजार राम्रो रहेको हुन्छ । लुम्बिनीप्रदेशका लोकदोहरी, भजनकृतनका गायकहरू, संकलक, स्रस्टाहरू जस्तै: स्व.लोकबहादुर थापा, बोम बहादुर कार्की, कोमल ओली, रामप्रसाद खनाल, नारायण रायमाझी, नारायण खनाल लेकाली, लक्ष्मी न्यौपाने, विष्णु माझी, स्व.लक्ष्मण रायमाझी, दुर्गा रायमाझी, पछिल्लो पटक एकनारायण भन्डारी, हुमबहादुर गैरे, देवी घर्ती, अर्जुन कौशल, रिता कौशल, विष्णुमाझी, सेमन्तमणी खराल, ईन्द्र जि.सी.सपना गाहा, खुमन अधिकारी, शान्ता न्यौपाने, राधिका हमाल, शान्ति श्री परियार, खेम सेन्चुरी, टीका सानु, अन्जली अधिकारी, कल्पना देवकोटा, शिरीष देवकोटा, बैकुण्ठ महत, रामचन्द्र चन, लक्ष्मण खड्का, बाबुराम पन्थी, ज्योती मगर, दया दर्लामी, अमृत अधिकारी, नारायण भुसाल, दामोदर बस्याल, रीतु थापा, दिपक गरौजा, बसन्त श्रेष्ठ, प्रचण्ड जि.सी.सम्म आइपुग्दा लुम्बिनीको दोहोरीगीतले ठूलो फड्को मारेको छ ।

संस्थागत व्यवस्था:

बहुजाति, बहुभाषी तथा विविध संस्कृतिको धनी हाम्रो मुलुकको राष्ट्रिय पहिचानलाई अभिव्यक्त गर्ने लोक संस्कृतिको धरोहरको रूपमा रहेको "लोक तथा दोहोरीगीत" लाई व्यवस्थित एवं मर्यादित गराउँदै नेपाली समाजको कुना कन्दरामा रहेको लोक परम्पराको मौलिकपनलाई जोगाउन तथा दु:ख, पिडा, हर्ष आँसुको

अभिव्यक्तिको सशक्त माध्यम बनेको "लोक तथा दोहोरीगीत" को मर्मलाई जीवित राख्न लोकदोहोरीसँग आवद्ध सम्पूर्ण कलाकार एवं शुभेच्छुकहरु एकजुट भै सामाजिक संस्थाको स्थापना गरिएको छ भनी २०५८ सालमा राष्ट्रिय लोक तथा दोहोरीगीत प्रतिष्ठान, नेपाल नामक संस्था स्थापना गरि, केन्द्रीय समिति निर्माण, प्रदेश समिति, जिल्ला समिति र पालिकास्तरीय समिति निर्माण गरि कृयाशिल रहदै आएका छन । विगतमा लुम्बिनीप्रदेशका दुर्गा रायमाझी, बद्री पंगेनी, चन्द्र शर्मा वर्तमानमा रिता थापाले केन्द्रीय समितिको नेतृत्व गरेबाट पनि स्पष्ट हुन्छ कि लोक तथा दोहरीगीतमा लुम्बिनीले सदैव बर्चस्व कायम राख्दै आएको छ । त्यस्तैगरि राष्ट्रिय लोकभजन चुट्का संरक्षण प्रतिष्ठान, नेपाल नामक संस्था स्थापनागरि हाल लुम्बिनीबाट नारायणप्रसाद खनाल लेकालीले नेतृत्व गरेको अवस्था छ । लुम्बिनी प्रदेशको लोकदोहरी गीत तर्फ पहिलो र दोस्रो कार्यकाल डिल्लीनारायण पाण्डेयले सफलतापूर्वक सम्पन्न गरी उत्कृष्ट प्रदेश बनाउनु भएको, सोही पथमा अघि बढ्दै दिपु मगरले नेतृत्व गरी लुम्बिनी प्रदेशलाई राष्ट्र मै सर्वोत्कृष्ठ प्रदेश बनाउन सफल हुनु भएको छ । नवलपरासी ब.सु.प. श्यामकला भण्डारी, रूपन्देही विजय सापकोटा, पाल्पा कमल भट्टराई, गुल्मी शीलु भट्टराई, अर्घाखाँची राजेन्द्र जि.सी., कपिलवस्तु सारदा खनाल, दाङ राजेन्द्र दहाल, प्यूठान निर्मलदास नकर्मी, रोल्पा डिपिन थापामगर, रूकुमपूर्व पूर्णिमा सेनठकुरी, बाँके बीरेन्द्र सिं ठकुरी, बर्दियामा गेमराज गिरीले नेतृत्व गरेका छन् । लोक भजन चुट्का दोहरी तर्फः लुम्बिनीप्रदेशमा काशिराम पोखरेलले नेतृत्व गरेकाछन भने नवलपरासी ब.सु.प. तीर्थ सापकोटा, रूपन्देही दामोदर अधिकारी, पाल्पा भरत खड्गी, गुल्मी जनक पन्त, अर्घाखाँची केशव आचार्य, कपिलवस्तु लेखनाथ घिमिरे, दाङ लिलाबहादुर वस्नेत, प्यूठान भुपेन्द्रप्रसाद अधिकारी, रोल्पा प्रमिला रेग्मी, रूकुमपूर्व कमला देवकोटा, बाँके बेदराज घिमिरे, बर्दिया नरहरि पौडेल ले नेतृत्व गरेका छन् ।

लुम्बिनीप्रदेश हिमाल, पहाड, तराई, भित्री मधेश, सिमसार क्षेत्र जस्ता विविधतायुक्त क्षेत्र भएकाले गर्दा विविध जाती, धर्म, भेषभुषा, कला संस्कृति, हिमाली, पहाडी, थारू, मधेसी, लोपोन्मुख जाती, चिडिहार, दनुवार, धामी, घर्ती, हिन्दु, मुस्लिम, बौद्ध, इसाईबीचको सहिष्णुतामा यहाँको लोकदोहरीगीत, भजनचुट्का सबैको मनमा बस्न सकेको पाईन्छ । फरकफरक जात जातिका जन्म, कर्म, जातक, विवाह, उत्सव, मृत्युको संस्कारमा भिन्दाभिन्दै प्रचलनहरू सांस्कृतिक विशेषता बनेका छन । भूमिपुजन, आकाश पुजन, प्रकृति पुजन, वृक्ष पुजन, प्राकृतिक जीवजन्तु पुजन, ढुङ्गा, माटो पुजन कार्य गर्दा, वैदेशिक यात्रामा जाँदा, फर्कदा, परम्परा उत्सव अनुसारका कृयाकलापहरू हाम्रा गीतसंगीत, भजन सांस्कृतिक धरोहर बनेका छन् । पर्वउत्सव अनुसारका पहिरन र विविध साँस्कृतिक जात्रा, संगीत, नृत्य, कला, साहित्य, नेवारी लाखे, डाफा भजन, छैटी, चाडपर्वहरू र बिशेषत मनोरन्जनको उत्कृष्ट लोकगीत र नृत्य आ-आफ्नै भाषामा फरक फरक प्रस्तुत गरिन्छ । यसले लुम्बिनी प्रदेशका जीवनशैलीले देखाउन र प्रस्ताव गर्न खोजेको कुराको प्रदर्शन पनि गर्दछ । लुम्बिनी प्रदेशको संस्कृति राष्ट्रको समृद्धि, मेलमिलाप, आपसी सद्भावना र विविधतायुक्त समाजको प्रतीक हो । परम्परागत लोकसंस्कृति दोहोरीगीत, भजन हाम्रो जीवनलाई सरल र रमाइलो बनाउने एउटा यस्तो कला र विश्वास हो जसले सदैव सकारात्मक उर्जा दिएको हुन्छ । त्यसैले भन्ने गर्दछन ***नेपाली सधैं खुशी र तनावरहित देखिन्छन्***। पूर्वीय दर्शनमा पनि सांख्य दर्शन, योग दर्शन, न्याय दर्शन, वैश्यसिक दर्शन, मीमांस दर्शन, वेदान्त दर्शन, जैन दर्शनजस्ता दर्शनहरू रहेका थिए । पूर्वीय दर्शन नेपाली संस्कार र संस्कृतिको द्योतकका रूपमा रहिआएको छ । नेपालको संस्कृतिको विकासमा गोपालवंश, महिषपाल, किराँतकाल, लिच्छवि, मल्लकाल, राणा काल, राजतन्त्रात्मक शासन काल, प्रजातान्त्रिक र लोकतान्त्रिक गणतन्त्र कालसम्म आईपुग्दा विभिन्न उतारचढाव हुँदै आएको छ । इसाको पहिलो इतिहासदेखि नवौं इतिहासमा लिच्छविकालीन शासनको उपज नै नेपाली समाजको संरचना हो । त्यसबेला नेपालमा जातीय व्यवस्थाको ऐतिहासिक जग बसेको थियो ।

लिच्छविकालमा केन्द्रदेखि ग्रामसम्मको प्रशासनिक व्यवस्था गरेको र हिन्दू तथा बौद्ध धर्म तथा दर्शनमा आधारित सांस्कृतिक एवम् सामाजिक संरचना, लिच्छवि लिपि र संस्कृत भाषा, धार्मिक सहिष्णुतासाथै विभिन्न

प्रथा, चाडपर्वजस्ता प्रमुख सांस्कृतिक मूल्य र मान्यता भित्र रहेका विविधता नै शृजनशिलताका श्रोतमा विभिन्न जातजाति, जनजातिहरूले आफ्नो मौलिक एवम् विशिष्ट संस्कृतिलाई जीवन्त बनाएका छन् । हिन्दू धर्म तथा दर्शनबाट निर्देशित विभिन्न सांस्कृतिक बहुलताभित्र पाइने सद्भाव, प्राचीनकालदेखि सांस्कृतिक तादम्यता, जाति तथा वर्ण व्यवस्थामा आधारित सांस्कृतिक परम्परा, विविध जातजातिका आ-आफ्नै संस्कार, कला तथा वास्तुकलाको भण्डार, पितृ सत्तात्मक सामाजिक परिवेश, सांस्कृतिक स्वरूप आदि जस्ता पक्षलाई नेपाली संस्कृतिको प्रमुख विशेषता मानिन्छ । नेपालको संस्कृतिमा पूर्वीय दर्शनले स्थापित गरेका मूल्य-मान्यताहरूको प्रभाव उल्लेखनीय छ । गणतन्त्रात्मक व्यवस्था स्थापना नहुन्जेल सम्मको लामो अवधिसम्म नेपाल निश्चित जाति, भाषा र समुदायको राष्ट्रको रूपमा मात्र कायम रह्यो । सबै संस्कृति एकदम महत्वपूर्ण हुन्छ भन्ने कुरा त अहिलेको समयमा सबैलाई थाहा भएकै कुरा हो । तर, अहिले आधुनिकता र वैदेशिक संस्कृतिको प्रभावका कारण कतिपय मानिसले मौलिक महत्वपूर्ण तथ्यलाई बङ्गयाएर अन्य देशको संस्कृति पछ्याउने होडबाजीमा लागेको पाईन्छ जुन दुःखद हो । संस्कृति सबै देश, समूहको लागि एउटा महत्वपूर्ण विषय हो । अझ नेपालका लागि त यसको संस्कृति एकदमै महत्वपूर्ण छ । हाम्रो संस्कृतिले सांस्कृतिक सम्पदाको प्रवद्धन गर्छ । यसले नेपाली जनतालाई राष्ट्रिय पहिचानको भावना प्रदान गर्न पनि मद्दत गर्छ । हाम्रो संस्कृतिले विभिन्न जातीय समूहहरूबीच सहिष्णुता र समझदारीलाई बढावा दिन्छ । द्वन्द्व अथवा झैझगडा रोक्छ । शृजनशिलता र शान्ति प्रवर्द्धन गर्न पनि मद्दत गर्छ ।

लोक दोहोरीका नमुना झलक:

२०४३ साल तिर **बोमबहादुर कार्की र शिवा आले**को स्वरमा खोलापारी निरमाया वारि मरूने भन्ने दोहरीले सर्वाधिक समर्थन पाएको थियो ।

केटा : चरि बस्यो निरमाया खेतैको आलीमा,
भुईमा छौ कि निरमाया रूखैको डालीमा
भेटै नहुने खोला पारी निरमाया वारि म रूने .....

केटी : मेरोमाया निरमाया भिरपाखा कता छ
बताई देउन निरमाया डाँडैको बतास,
भेटै नहुने खोलापारी निरमाया वारि म रूने .....
.....

लोकस्रस्टा नारायण रायमाझीको सृजना रचना रिमालसँगैको स्वरमा :
उन्को प्रिती पहिले हो कि मेरो प्रिती पहिले जान्दिन म एकैचोटी कुन्नि के भो ऐले
चलचित्र परदेशीमा समेत समावेश भएको :
भन्थ्यौ आमा नेपालमा दुःख छ, परदेशमा पैसाको रूख छ, कालो बादल निलो आकाशमा,
गयो आमा चढेर जहाजमा फर्के बाकसमा
नारायण रायमाझी र शर्मिला गुरूङको स्वरमा :

केटा : राम्दी पुल तरने बित्तिकै, बाँचे भेट मरेत यत्तिकै

केटी : छुट्ने बेला भै सक्यो झन झन, के हुनि हो झस्किन्छ पापी मन
लगायत सैयौं रचना र संकलन छन् ।

नारायण खनाल लेकाली र गीता भट्टराईको स्वरमा :
रामै जपे तरिन्छ, अवश्य मरिन्छ, रामै जपे तरिन्छ ।
जप छैन ध्यान छैन बुद्धिविवेक छैन, भगवानको भक्ती छैन त्यसै तरिदैन ।
शान्ति श्री परियारको स्वरमा :

केटी : जस्को साथमा जिन्दगी काटिन, उसकै माया झन बढ्यो घटेन,
अँधेरीमा जुन, मलाई रूवाउने मेरै माया हुन

केटा : नत मर्नु नबाँच्नु भाको छु, तिम्रै यादले सकिदै गाको छु,
अँधेरीमा जुन मलाई रूवाउने मेरै माया हुन .....
.....

कोमल ओलीको र प्रेमराजा महतको स्वरमा :

केटा : तिमी हामी यसरी भेट भाको दिन, मन मेरो लौननी वेईमानी किन ?
बाँझो खेतमा छड्के सलाम छ मायालाई पहिलो भेटमा

केटी : यो मनमा साह्रै नै पर्दै छ पीर, पापी नजर हे माया किन म तिर,
बाँझो खेतमा छड्के सलाम छ मायालाई पहिलो भेटमा.....
.....
करिमैमा नभाको कुरा बल गरेर हुँदैन हजुर, किरेमिरे जाले रूमाल,
मलमलकिरी जुनकिरी, मलाई हेर्यौ मजाले जस्ता पूर्ण मनोरन्जन दिने लोकदोहरी छन् ।

दुर्गा पाठकद्वारा रचित भगवानप्रति समर्पण भजन:

जय जय भगवान, जप्छौं तिम्रै नाम । तिम्रै भक्ति भावमा छौं, सधैं दर्शन पाम ॥
कमी कमजोरी हटाई सुधारतर्फ लग्छौं । अज्ञानवश भएका गल्ती हटाएर जान्छौं ॥
कुशल कर्म गरी तिम्रै शरणमा पर्छौं । माफ देउ हे दया सागर भजन किर्तन गछौं ॥
जय जय भगवान, जय जय नारायण । तिम्रै जप गर्छौं सधैं दर्शन पाम ॥
तिम्रै शक्ति तिम्रै भक्ति तिम्रै मन्त्र जाप । अन्जान हामी मानवलाई देउ शक्ति राप ॥
जय जय भगवान जप्छौ तिम्रै नाम । तिम्रै चरणमा पर्छौं सधैं दर्शन पाम ॥

त्यस्तै गरी मोति खनालद्वारा रचित जय जय सुपादेवी भगवती देउरालीकी माई भजन पनि चर्चामा आएको छ ।

नेपाली समाजमा अखण्डकिर्तनको रूपमा हरे राम हरे राम, राम राम हरे हरे ॥ हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ॥ गाउने चलन निरन्तर चलिरहेको छ । हरेक पूजाअर्चनामा भजन, किर्तन गर्दा स्वतस्फूर्तरूपमा सिर्जना गरी यस्ता भजन, किर्तन गाउने गरिन्छ । भगवान, देवीदेवता जगाउन विभिन्न लिला सहित खैजरु, मजुरा, ढोलक, मर्चुङ्गा, एकतारे, हार्मोनियम, तबला, सारङ्गी, पञ्चेबाजा, मादल, डम्फू, बजाएर गित भजनका तालमा लय मिलाएर परम्परागत पोसाकमा सजिएर लोक, भजन, चुट्का ख्याली, रत्यौली दोहोरी गितकै रुपमा गाएर नाचगान गर्ने, अखण्ड हरिकिर्तन रात समेत कटाउने, लुम्बिनी प्रदेशका विभिन्न स्थानका छुट्टाछुट्टै विशेषताहरू रहेका छन् ।

लुम्बिनीप्रदेशका श्रष्टा सर्जक र संकलकहरू ले तयार गरेका सयौका संख्यामा रहेका लोकदोहरी, भजनहरूमा अन्य विभिन्न राष्ट्रियस्तरमा ख्यातिप्राप्त कलाकारहरूले स्वर सङ्गीत भरेर सुन्दर प्रस्तुति गरेका उदाहरण छन् ।

निष्कर्ष सुझाव:

लोकगीत, लोकभजनका दोहोरीगीत संस्कृतिको रक्षा गर्नु हाम्रो सवैभन्दा पहिलो र महत्वपूर्ण कर्तव्य वा धर्म हो । यसका लागि संग्रहालय स्थापना, अध्ययन, सांस्कृतिक स्थलहरूको भ्रमण गर्ने गराउने, परम्परागत सांस्कृत कार्य साहित्य र कविता पढ्ने, आगामी पुस्तालाई सांस्कृतिक ज्ञान प्रदान गर्ने, भत्किएका सम्पदालाई समयमै मर्मत गरी मौलिकता कायम गर्ने, मौलिक र परम्परागत पोषाकको संरक्षण, पुरातात्त्विक सम्पदाहरूलाई चोरी हुनबाट जोगाउने, यी सम्पदाहरूको संरक्षण गर्न समुदायका युवाहरूले विभिन्न क्लवहरू स्थापना गर्ने र सम्पदा वरपर सरसफाइ राख्नेजस्ता सिक्ने सिकाउने, लोपोन्मुख स्वर, संगीत, गीत, भजन सुचीकरण गरि रेकर्डिङ अभिलेखिकरण, साँस्कृतिक सुचना केन्द्रको स्थापना जस्ता कामहरू गर्न सक्छौं । पछिल्लो समय आ-आफ्ना जातीय परम्परागत मान्यताको संरक्षणमा सवैको चासो पुगेको देखिनु गौरवान्वित

पक्ष छ । जस्तै थारु, पहाडी, बाहुन, क्षेत्री, नेवार, गुरुङ्ग, मगर, मधेसी सबै समुदायका आ- आफ्ना भेषभुषासंगै, थारु गीत, सोरठी, भ्याउरे, भजन किर्तन, लाखे नाच, सराय जात्रा, देउसी भैलो, तिज गीत, असारे गीत, संगीत र नृत्य नाटकहरूसंगै भाषा, कला र विविध साहित्यको क्षेत्रमा सिक्ने सिकाउने अभियानमा युवाहरूको चासोले समग्र लुम्बिनी प्रदेशको फरक चिनारी बनाउने आशा बोकेको पाईन्छ । अत: हाम्रो संस्कृति संरक्षण, सम्वर्द्धन र प्रवर्द्धन हाम्रो दायित्व हो । हाम्रो संस्कृति भनेको हाम्रो पहिचान हो । हाम्रो संस्कृति नभए हाम्रो देश रहँदैन र देश नरहे हामी जनता पनि रहँदैनौं । त्यसैले देशको सबै नागरिकले संस्कृतिको महत्व बुझ्नुपर्छ र जो जहाँ छौ, आ-आफ्नै स्थानबाट संस्कृति संरक्षण गर्न आफूले सक्ने जति सहयोग पुर्याउन नहिचकिचाउने हो भने संस्कृति संरक्षण संगै सिर्जनशीलताको विकास गराउनेछ । कुनै बेला त एक जाति, एक भाषा, एक धर्म र एक संस्कृतिको ढोलक बजाईयो । नेपालजस्तो बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक र बहुविशेषतायुक्त मुलुक निश्चित जाति, भाषा र संस्कृतिको अधिनमा रहेर होइन, सबै जाति, भाषा, परम्परा, कला, गला र हरेक संस्कृतिको साझा फूलवारी बनेर मात्रै विकास हुने हो । नेपालको मात्र होइन, विश्व समुदायको लोकसंस्कृतिसँग प्रतिस्पर्धा गरेर अब्बल हुँदै हरेक संस्कृतिका समुदायलाई नेपालीपनको अनुभूति गराएर मात्रै नेपाललाई समृद्ध मुलुक बनाउन सकिने छ । आर्थिक कोणबाट हेर्दा नेपालमा कृषि, जलस्रोत, पर्यटन र सूचना प्रविधि आर्थिक समृद्धिका महत्वपूर्ण आधार हुन् । पर्यटनको चर्चा गर्दा विश्वव्यापीरूपमा प्राकृतिक, सांस्कृतिक र साहसिक गरी तीन प्रकारका पर्यटनको अभ्यास देखिन्छ । यी सबै लुम्बिनी प्रदेशमा सम्भावना छन । नेपालमा तीनै प्रकारका पर्यटनको महत्वपूर्ण संभावना रहे पनि मूर्त र अमूर्त संस्कृतिमा आधारित सांस्कृतिक पर्यटनको सम्भावना निकै धेरै छ । त्यसको महत्वपूर्ण आधार लोकसंस्कृति र विविधतायुक्त परम्परा हुन जुन लुम्बिनी प्रदेशका सम्पत्तिका रहेका छन । लोक संस्कृति समाजका ऐना हुन, यसले समाजको संस्कारलाई प्रवर्द्धन गरेको हुन्छ । लुम्बिनी प्रदेशका हरेक जाति, भाषा र धर्मका संस्कृति र परम्परालाई प्रवर्द्धन गर्दै यसलाई अन्तर्राष्ट्रिय आयाम दिन सक्ने हो भने नेपालमा लोकसंस्कृतिको महत्वपूर्ण सम्भावना देखिन्छ । यसमा राज्यपक्षबाट लगानी गर्नुपर्ने देखिन्छ ।

त्यसैले लोकदोहरी संस्कृतिलाई संरक्षण र सुषुप्त अवस्थाकालाई उजागर गरि यसको प्रचारप्रसार गरेमा आर्थिक समृद्धिको आधार बनाउन बन्दछ । लुम्बिनी प्रदेश समृद्ध बन्छ । हाम्रो संस्कृति अध्ययन, अनुसन्धान, श्रवण र भरपुर मनोरन्जनका लागि थुप्रै आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटक यश प्रदेशमा आउनेजाने हुँदा आयस्तर बढ्ने, जनताका आधारभुत आवश्यकता पूरा हुने भएकोले खुशि र सुखि जनता हुनेछन् ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू:

राष्ट्रिय लोक तथा दोहोरीगीत प्रतिष्ठान नेपालको बिधान २०५८ ।

राष्ट्रिय लोक तथा दोहोरीगीत प्रतिष्ठान नेपालको प्रदेशका बिधान ।

राष्ट्रिय लोक भजन, चुट्का संरक्षण प्रतिष्ठान नेपालको बिधान २०६७ ।

लुम्बिनी प्रदेशको लोक संस्कृति संरक्षण र प्रवर्द्धनका लागि गीत संगीत रेकर्डिङ्ग कार्यक्रम सम्बन्धी कार्यविधि, २०८० ।

राष्ट्रिय लोक भजन, चुट्का संरक्षण प्रतिष्ठान नेपालको केन्द्रीय अध्यक्षसंग वार्ता ।

राष्ट्रिय लोक तथा दोहोरीगीत प्रतिष्ठान नेपाल, लुम्बिनी प्रदेशका अध्यक्षसंग वार्ता ।

नेपालको संविधान (२०७२), काठमाण्डौ: कानुन किताब व्यवस्था समिति ।

नेपाल सरकार राष्ट्रिय संस्कृत नीति २०६७ । काठमाण्डौ:संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय ।

लुम्बिनी प्रदेशका घर्तीहरूको सामाजिक व्यवहार, अनुष्ठान तथा चाडपर्व/उत्सवहरू

विष्णु घर्ती 'भनभनेली'
शाखा अधिकृत, नेपाल सरकार

लेखसार (Abstract)

देश, प्रदेश, व्यक्ति, जाति वा समुदाय जोकसैको पनि आफ्नो आस्थाको धरोहर भनेको आफ्नै स्थान वा समाजको सामाजिक व्यवहार, संस्कार, संस्कृति र अनुष्ठानहरू हुन्। आफूलाई विश्वास लागेको व्यवहार, चालचलन, मान्यता वा रीतिपरम्परालाई अवलम्बन गर्नु स्वभाविकै हो। अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा पनि सामाजिक संस्कार, सभ्यता विभिन्न चाडवाड र मूल्य मान्यताको स्थान उच्च रहेको पाइन्छ। सामाजिक विविधता नै आजको चर्चाको विषय बनेको छ। यसको जगेर्ना र संरक्षण जतातै गर्न खोजिएको देखिन्छ। लोपोन्मुख अवस्थामा रहेको सामाजिक व्यवहार तथा संस्कारजन्य क्रियाकलापहरूलाई उचित तरिकाले संरक्षण तथा सम्बर्द्धन गर्नका लागि सरकारी एवम् गैरसरकारी संघ संस्थाहरूबाट थुप्रै खालको लगानी भएको पाइन्छ। नेपालको सामाजिक संस्कार संस्कृतिलाई विदेशीहरूले औंधी मन पराएको अवस्था पनि छ। हाम्रो पर्यटकीय आकर्षणको मुख्य औजारमा जनजातिहरूको फरक फरक खालका सामाजिक व्यवहार, संस्कार-संस्कृति, चाडवाड आदि अझ रुचीकर छन्। यसै अन्तरगत लुम्बिनी प्रदेशमा रहेका घर्ती जातिको सामाजिक व्यवहार, संस्कार संस्कृति, अनुष्ठान, चाडपर्व एवम् उत्सवहरू पनि नेपाली समाजको एउटा अमूल्य निधिका रूपमा रहेकोले यसमा अध्यपनको विषय बनाइएको छ।

शब्दाकुञ्जी (Keywords) : सामाजिक व्यवहार, संस्कार संस्कृति, अनुष्ठान, चाडपर्व, उत्सव।

पृष्ठभूमि (Background)

सामाजिक व्यवहार भन्नाले चालचलन, रीतिस्थिति, व्यवस्था, नीति वा समाजको जीवनशैलीलाई जनाउँछ। नेपालमा विभिन्न प्रकारका राज्य व्यवस्थाहरू सञ्चालनका लागि राजनीतिक तथा प्रशासनिक विभाजनमा फेरबदल हुँदै आएको देखिन्छ। त्यसैका आधारमा जातीय सामाजिक व्यवहार, संस्कार, अनुष्ठान, चाडपर्व एवम् उत्सवहरू पनि प्रभावित हुने गर्दछन्। विगतका विभिन्न कालखण्डमा श्रमका आधारमा वर्ण र जातको विभाजन गरियो। सामाजिक परिवर्तनका क्षेत्रमा कार्यरत होमिएका विभिन्न तहका नीति निर्माताहरूलाई घर्ती जातिका बारेमा विस्तृत रूपमा जानकारी दिनुपर्ने अवस्था छ। केन्द्रीय स्तरमा संस्थागत रूपमा भुजेल समाज भनी दर्ता भए तापनि ऐतिहासक तथ्य र प्रमाणहरूका आधारमा घर्तीलाई नै स्वीकारिएको छ। सरकारी सेवा सुविधा वा अवसर प्राप्तिका लागि लुकिछिपी जनजातिको सिफारिस बनाउने क्रम बढ्दो छ। आफ्ना उत्तराधिकारीप्रतिको उत्तरदायित्वलाई भुलेको अवस्था छ। यस जातिका केही मान्छेहरूले आफ्नो वास्तविक थात, जात र थर भन्न र लेख्न हिच्किचाउँदै घर्तीक्षेत्री (जी.सी.), घर्तीमगर (जी.एम्.), थापा, क्षेत्रीलगायतका थर उपथर बताउने र लेखाउने प्रचलन बढ्दै गएको छ। कतैकतै जनै समेत लगाई आफूलाई क्षेत्री बनाउन खोजेको पनि देखिन्छ।

त्यसैले यस जातिका सामाजिक व्यवहार, संस्कार, अनुष्ठान, चाडपर्व एवम् उत्सवहरू पनि हराउँदै जान थालेकोले यस्ता खालका सामाजिक सांस्कृतिक सम्पत्तिको जगेर्ना गर्न यस विषयमा अध्ययन गर्न अवश्यक छ।

अध्ययनको उद्देश्य (Objective of the Study)

यस अध्ययनका उद्देश्यहरू देहायबमोजिम रहेका छन्

- घर्ती जातिको सामाजिक व्यवहार, संस्कार, अनुष्ठान, चाडपर्व एवम् उत्सवहरूका बारेमा यस प्रदेशका उक्त समुदायको सक्दो तथ्याङ्क समावेश गरी यथार्थ पहिचान गराउने।
- सामाजिक गतिशीलताका लागि विगतका विभिन्न क्रियाकलापहरूमा घर्ती जातिको उपस्थिति र योगदानलाई नियाल्दै आगामी दिनको सकारात्मक बाटोको पहिचान गर्ने।
- घर्ती जातिको दृष्टिकोण (अन्यलाई र आफैलाई हेर्ने) लाई परिवर्तनमुखी तुल्याउँदै आफ्नो आवाज सम्बन्धित निकायसम्म बुलन्द पार्नका लागि संगठित हुन उत्प्रेरित गर्ने।
- यस जातिको उत्तरोत्तर प्रगतिको लागि अनुकूल वातावरण सिर्जना गर्ने।

अध्ययन विधि

प्रस्तुत अध्ययनलाई सम्पन्न गर्न स्थलगत अध्ययन विधि र पुस्तकालयीय अध्ययन विधि प्रयोग गरिएको छ। यस क्रममा विवेच्य जात-समुदायका जानकार सदस्यहरूबाट सामग्री सङ्कलन गरिएको छ। यसरी उपलब्ध भएका प्राथमिक सूचनाहरूलाई विश्लेषण गरिएको छ। यो सामाजिक विषय भएकाले विश्लेषणमा गुणात्मक विधिको प्रयोग गरिएको छ। विवेच्य जातिभित्र होस् वा अन्य जाति-समुदायका बीचमा अनेक प्रसङ्गमा तुलना गरिएका अवस्था भए पनि यसमा तुलनात्मक पद्धति भन्दै विश्लेषणात्मक पद्धतिकै प्रयोग भएको छ।

घर्ती जातिको चिनारी

आजका दिनसम्म पनि केही स्थान र समूहमा सीमित र जीवित रूपमा रहेको, आफ्नो छुट्टै जातीय सामाजिक व्यवहार, संस्कार र संस्कृति भएको समुदाय वा जातिमध्ये घर्ती पनि एउटा आदिवासी जनजाति हो। पूर्वजहरू यसै प्रदेशको रुकुमको घर्ताघोट र घर्ताखोलाबाट फैलिएकोले घर्ती, बाग्लुङ्गको भुजीखोला र भुजीकोटमा बस्नेहरू भुजेल कहलाइए। घर्ती जाति आफ्नै खाले स्वतन्त्र भाषा, संस्कृति, धर्म र रीतिरिवाज भएको मध्य हाडी भू-भागमा (रुकुम, ढोरपाटन/भुजी क्षेत्र) लाई ऐतिहासिक थलो मान्ने आदिवासी जनजाति हो (भुजेल, २०६२: पृ. २४८)। विभिन्न इतिहास अनुसार सामाजिक व्यवहार, चालचलन, परम्परा, संस्कार संस्कृति, श्रम आदिका आधारमा वर्ण र जातको विभाजन गरियो। अहिले अन्य जातजातिहरूले यस जातिलाई फरक फरक ढङ्गबाट विश्लेषण गरेको अवस्था पनि छ। हाल नेपाल सरकारबाट ५९ जातिलाई आदिवासी/जनजातिमा सूचीवद्ध गरिएको छ। उक्त सूचीको चौतीसौं नम्बरमा भुजेल पनि रहेको छ। त्यसै गरीकन १२४ भाषाभाषीमध्ये लोपोन्मुख समूहमा भुजेल भाषा रहेको छ। भुजेल, भुजाल र पश्चिम चेपाङलाई नै घर्ती भाषा भनी उल्लेख गरिएको छ (भुजेल र तामाङ, २०५८: पृ. ७९)। नेपालमा बोलिने भोट-बर्मेली भाषा अन्तरगतको हिमाली उपशाखाको एउटा सदस्यको रूपमा भुजेल भाषालाई लिएको पाइन्छ (रेग्मी, २०६८: पृ. १ र २)। त्यसैगरी पाँच समूहमा वर्गीकरण गर्दा यो जाति सिमान्तकृत समूहमा परे तापनि आज सामाजिक र जातीय पहिचानका धेरै विषयले अल्पसंख्यक वा लोपोन्मुख दिशातिर उन्मुख छ। भारतका सिक्किम, दार्जलिङ्ग,

कालिङ्पोङ्लगायतका स्थान तथा नेपालको चौहत्तर जिल्लामा छरिएर बसोबास रहेको छ। आजभन्दा ७०० वर्ष अघि वि.सं. १३७२ सम्म ढोरपाटनको अर्नाकोट र देउरालीमा घर्ती/भुजेल राजाहरूले २२ पुस्तासम्म राज्य सञ्चालन गरेको इतिहास पाइएको छ (भुजेल जागरण, २०६२: पृ. २७)। अहिले यस क्षेत्रबाट वरपर छरिएर बसोबास गरेका स्थानहरूमा रुकुम, रोल्पा, गुल्मी, प्युठान, अर्घाखाँची, स्याङ्जा, पर्वत, लमजुङ्ग, गोरखालगायतका जिल्लाका विभिन्न गाउँ बस्तीहरू रहेका छन्। यो जाति अन्य जातिको माझमा प्राय: सबै बस्तीहरूमा कतै ४/६ त कतै २५/३० घरको समूहमा छरिएर रहेको पाइन्छ।

शैक्षिक अवस्था

यस जातिको शैक्षिक अवस्था त्यति सन्तोषजनक देखिँदैन। पछिल्ला समयमा भने साक्षरताको दर क्रमशः बढ्दै जानथालेको छ। स्कूल जाने विद्यार्थीहरूको संख्या वृद्धि हुँदै गएकोछ भने उच्च शिक्षामा पनि राम्रै उपस्थिति देखिन थालेको छ। शिक्षण पेशालगायत सरकारी, निजी तथा गैरसरकारी निकायमा जागिर खानेहरू पनि प्रत्येक वर्ष थपिइरहेका छन्। शैक्षिक चेतनाको विस्तार भइरहेकै छ। गाउँभरिमा १/२ जना साक्षर पाउन मुस्किल पर्ने अवस्थामा यस जातिका मान्छेको अवस्था अझ कमजोर थियो। दलाने पाठशालाहरूमा यस जातिका मान्छेहरू पढ्न गएको र कतै पढाएको अवस्था पनि पाइन्छ। डा. टीकाराम पन्थीका दलाने पाठशालाका गुरु काहिँला घर्ती थिए। उनी यस समाजका शिक्षित व्यक्ति मानिन्थे। उनी मुहूर्तविद् ज्योतिष पनि थिए (डा. पन्थी, २०६१: पृ. ३७)।

स्थलका नामहरू

जहाँजहाँ घर्तीहरू पुगे त्यहाँत्यहाँ ठूलाठूला चौर वा खर्क वा टारहरूमा घर्तीहरूले प्रथम पटक आवाद गरेर खेतीपाती गरेका उदाहरण थुप्रै भेटिन्छन्। जस्तैः घर्तीगाउँ (रोल्पा), घर्ताकोट र घर्ताखोला (रुकुम) (भुजेल जागरण, २०६२: पृ. ३० र ३१), घर्तीछाप (काभ्रेपलाञ्चोक), घर्तीटोल (सल्यान), घर्तीखोर र रोकाचौर (अर्घाखाँची), घर्तीकाचौर, घर्तीडाँडा, घर्तीटोल, घर्तीफाँट, घर्तीयाबारी र पुरानो घर्तीगाउँ (गुल्मी) (घर्ती, २०६७: पृ. २२८), घर्तीस्वाँरा (स्याङ्जा), घर्तीचौतारा (तनहुँ), घर्तीथोक (बाग्लुङ्ग र म्याग्दी), घर्तीबारी र घर्तीटार (धादिङ्ग) आदि। त्यसैगरी भुजेलहरू पनि जहाँ गएर बसे त्यहाँ आफ्नै वर्चस्व जमाए। जस्तैः भुजीखोला र भुजी उपत्यका (बाग्लुङ्ग), भुजेल गाउँ (तनहुँ), भुजौली (रूपन्देही), भुजेलथान (पर्वत), भुजेलपानी (अर्घाखाँची), भुजेलटार (भक्तपुर), भुजेलटाँरी, भुजेलथान, भुजेलधारा, भुजेलखर्क, भुजेलटोल, भुजेलमारा र भुजेलपानी (गुल्मी) (घर्ती, २०६७: पृ. २२८) आदि। यस जातिका नाममा स्थानीय स्तरमा रहेका स्थान नामले समेत यसै कुरालाई थप पुष्टि गर्दछ। यसरी नाम रहनुका केही ऐतिहासिक तथ्यहरूका बारेमा विहंगम रूपमा सोधखोज गर्न बाँकी नै छ।

थर उपथर

अहिले घर्तीका ३ प्रकारका थरहरू देखिन्छन्: जनै नलगाउने, जनै लगाउने र मगर घर्ती रहेका छन्। पुखर्दिखि नै जनै नलगाउनेहरू खास घर्ती हुन्। यसका उपथरमा घर्ती, रोका, जीटी र जीसी लेखेपनि जनै नलगाउनेहरू आदि पर्दछन् (घर्ती, २०६७: पृ. १२३)। जनै लगाउनेहरू क्षेत्रिय जातिका हुन् र यिनीहरूले कतै जीसी त कतै घर्ती क्षेत्री लेखाउँछन्। त्यसैगरी मगर जनजाति अन्तरगतको एउटा उपथरका रूपमा घर्ती

पनि रहेको छ। समग्र देशको बसोबासलाई हेर्दा पूर्वमा भुजेल थरको बाहुल्य र खवासको केही कम देखिन्छ भने पश्चिममा घर्ती थरको बाहुल्य र भुजेल केही कम देखिन्छ। पश्चिमका घर्तीहरूको बुझाइ र पूर्वका भुजेलहरूको बुझाइमा एकरूपता भएको पाइँदैन। देवघाट, तनहुँमा गरिएको एक अध्ययनले अहिले यस जातिमा मुख्य गरी घर्ती, भुजेल, निसेल र खवास गरी ४ थर छन् भने घर्तीका ६१, भुजेलका ४०, निसेलका ३८ र खवासका ४ वटा उपथर रहेको देखिन्छ (भुजेल, २०६२: पृ. ६६ र ६७)। यी थरहरू प्राचीन समयमा समेत आदिवासी/जनजाति नै थिए। घर्ती शुद्ध र अशुद्ध दुवै भएको र शुद्ध घर्तीलाई खसिया भनिने र अशुद्ध घर्ती (मिसाल र भुजाल) लाई निसेल र भुजेल भनिएको छ (भुजेल, २०६२: पृ. १०)। हाल निसेल लेख्रेहरू पाइएको छैन।

भेषभूषा

यस जातिका पुरुषहरूले कछाड, भोटो, गादा, धोती (खाइपाक), आसकोट, कालो टोपी (ल्हुपो), दौरासुरुवाल आदि लगाउँछन् भने महिलाहरूले मखमलको चोलो, घलेक, मुगीको गुन्या, हरियो पटुका, कालो बुट्टे मजेत्रो, नाकमा फुली, बुलाकी, कानमा मुन्द्री, पोते आदि लगाउँछन्। यस जातिको मुख्य पहिचान बनेको भेषभूषालाई संरक्षण तथा सम्वर्द्धन गर्नु गराउनु पर्ने टड्कारो आवश्यकता देखिएको छ।

सामाजिक व्यवहार

सामाजिक व्यवहार (सधुार) ऐन, २०३३ तथा नेपाली बृहत शब्दकोशमा "सामाजिक व्यवहार" भन्नाले विवाह, ब्रतबन्ध, चूडाकर्म, पास्नी, न्वारान, जन्मदिवस, छैंठी, बूढो-पास्नी र पितृकार्य समेतलाई जनाउँछ भनी उल्लेख गरिएको छ। आदिवासी जनजातिहरूको सम्बन्ध हजारौं वर्षदेखि सामाजिक व्यवहार, संस्कार, रीतिरिवाज, संस्कृति, अनुष्ठान, चाडपर्व, उत्सव भूमि र प्रकृतिसँग गाँसिएको छ। जनजातीय सामाजिक व्यवहार र संस्कारहरू सबैका फरक फरक विशेषताले युक्त भएका हुन्छन्। यसै सन्दर्भलाई मनन गर्दै घर्ती जातिको बारेमा यस जातिका अगुवाहरूले अग्रसर भएर आफ्नो सामाजिक व्यवहार, संस्कार र संस्कृतिलाई जोगाउने र फैलाउने काम गर्नैं पर्ने स्थिति देखिएको छ। त्यसैले यस लेखमा नेपालको लुम्बिनी प्रदेशमा छरिएर रहेका घर्ती जातिको विभिन्न सामाजिक व्यवहार, अनुष्ठान, चाडपर्व, उत्सव लगायतका संस्कारजन्य विषयहरूमा जानकारी दिइएको छ।

जन्म संस्कार

सुत्केरी बेथा लागेको जानकारी भएपछि घरका मान्छे जम्मा हुने र नजिकको सुडेनीलाई बोलाइन्छ। सुडेनीले र घर वा छरछिमेकका माहिलाहरूले सहयोग गरी सबै काम पूरा गर्दछन्। बच्चा जन्मेपछि नाल (नाभीको भाग) काट्ने काम घरमा हो भने सुडेनीले गर्दछन्। नाल काटेपछि बच्चा र आमालाई न्यानो बनाउँने र सुत्केरीलाई ज्वानो वा टिमुरको झोल पकाई ख्वाउँने काम पनि हुन्छ। नाल काटेपश्चात काँडो (साल) भए नभएको पनि निश्चित गरिन्छ। सालनाल भएपछि आमा र बच्चा सुरक्षित भएको मानिन्छ। घरको मूली मान्छेले आफ्नो कुललाई सम्झेर धुरी खाँबा र मैरीमा धजा बान्ने काम गर्दछन्। छोरा भएमा बच्चाको बाउलाई अबिर लगाई बधाइ दिइन्छ। बन्दुक पड्काउने चलन अलि पहिले गरिन्थ्यो। छोरी भएमा त्यस्तो केही गरिँदैन। पहिलो बच्चा छोरी रहेछ भने घरमा लक्ष्मी आइन् भनिन्छ भने छोरो भए कुल बढ्यो भनिन्छ।

छैंठी

छोरा जन्मेको छैठौं दिनमा गरिने कर्मलाई छैंठी भनिन्छि। छोरीको खासै गरिँदैन। यसमा साँझपख कतै आफै त कतै बाहुन बोलाएर पूजाअर्चना गरिन्छ। भजन कीर्तन तथा नाचगान गरिन्छ। कसैले भैलो खेलाउने पनि गर्दछन्। सकेसम्म रातभर जागाराम बसिन्छ। आजैका दिन राती नवजात शिशुको भाग्य रेखा कोर्ने काम भावीले गर्दछन् भन्ने मान्यता छ। भावीले बच्चाको भित्री निधारमा भाग्य लेख्दा सजिलो होस् भनेर बच्चाको शिर भएतिर रातभर उज्यालो दियो बाल्ने, नयाँ कापी-कलम पनि राख्ने, निधार खुला राख्ने, फूलपातीहरू राख्ने आदि गरिन्छ। बच्चाका बाउ आमालाई गाउँलेले मानसम्मान गर्दछन्। बाउलाई सेतो फेटा टाउँकोमा लगाइदिने, पैसाको माला लगाइदिने आदि गर्दछन्। रातभर नाचगान गर्ने र भजन कीर्तन गर्नेहरूलाई बिहानपख दान-दक्षिणा दिने प्रचलन छ।

न्वारान

बच्चाको नामकरण गरिने कर्मलाई न्वारान भनिन्छ। छोरी भए नवौं दिन र छोरा भए एघारौं दिनको दिन बाहुन बोलाएर बच्चाको नाम राख्ने काम गरिन्छ। न्वारानको पूजामा घरमूली मुख्य कर्ता हुन्छन्। आजभोलि केही जिल्लामा आफ्नै जातिका पूजारीले यस्तो कार्य गर्दै आएको अवस्था पनि छ। यस दिनमा आफन्त, दरदाजुभाइ र कुटुम्बलाई पनि बोलाइन्छ। नाम राख्दा तिथि, मिति र जन्म कुण्डलीका आधारमा राखिन्छ (भुजेल जातिको पर्व तथा संस्कार विधि, २०६८: पृ. १)।

गोसाँ बान्ने

न्वारान सकिएपछि बच्चालाई कुनै किसिमको लागोभागो, भूतप्रेत, डाइनीबोक्सी आदि नलागोस् भनेर सुरक्षाका लागि गुरु मानेर घाँटीमा गोसाँ (ओक्तो) बानिन्छ। एउटा जन्तरजस्तो बनाएर ३/४ वर्षसम्म बाँधिन्छ। यसमा कसैले कुकुरको दात, कसैले हात्तीको पाउ त कसैले कुनै जडीबुटी र उसको नालको सानो टुक्रा राखिन्छ। यसलाई सफा सेतो टालोमा बाँधेर फुका धागोले राम्ररी बेरेर घाँटीमा बाध्न मिल्नेगरी बनाइन्छ। यसलाई बिहान वा बेलुका पख सँगार (ढोका) मा बच्चालाई राखेर घरको जेष्ठ महिलाले गाईको गहुँतले चोख्याएर लगाइदिने चलन छ। बाँध्ने बेलामा अगुल्टोमा तेलको धुप हालेर त्यही धुपमाथि र बच्चाको शिरमाथि त्यो गोसाँ वा ओक्तो वा जन्तरलाई ३ वा ५ वा ७ पटकसम्म घुमाएर पानीले बच्चालाई छ्यापेर केही ठूलो स्वरमा **नानी बाबुको रक्षा होस्, कोही कसैका आँखा नलागून्** भन्दै बाँधिन्छ। बच्चाको आमा नछुने हुँदा खोलेर राखिन्छ र चोखिएपछि बाँधिन्छ। त्यसैगरी कहिलेकाहीं हराएमा र बिग्रेमा फेरि नयाँ बनाएर लगाइन्छ।

सूतक बार्ने

बच्चा जन्मेपछि न्वारान नगर्दासम्म दाजुभाइहरूमा कुनै पनि शुभकार्य वा देवकार्य वा पितृकार्य गर्न हुँदैन भन्ने मान्यता रहेको छ। न्वारानको कर्म सकिएपछि मात्र बल्ल रोकिएका कार्यहरू गर्न मिल्दछ। यस अवधिमा कसैको श्राद्ध, तिथि, बिहे, पूजाआजा आदि रहेछ भने न्वारान सकिएपछि सोही दिन वा अर्को दिन रोकिएको कार्य गरिन्छ। अनि बच्चा जन्मेको घरमा बच्चाको आमाले पूर्ण रूपमा १७ दिनपश्चात चोखिएको मान्दै चूलो चौकामा काम गर्न मिल्ने हुन्छ।

जुठो मुख लगाउने

छोराको ६ महिना र छोरीको ५ महिना पुगेपछि राम्रो दिनको साइत हेरी भात खुवाउने कामलाई जुठो मुख लगाउने भनिन्छ। यस दिनमा बच्चालाई नयाँ कपडा लगाइदिने गरिन्छ। यस कार्यमा ब्राह्मण चाहिँदैन। दरदाजुभाइ तथा इस्टमित्रहरू बोलाइन्छ। सामान्य पूजा गरी आफ्नै घरको कन्याबाट घ्यू, चिनी हाली मिठो र मसिनो बनाई पकाएको भात खुवाई शुरुवात गरिकन आमाले, बाउले, घरपरिवारका सदस्य र अन्य आमन्त्रित सबैले जुठो मुख लगाउने गर्दछन्। आजसम्म आमा वा पशुको दूधमात्र खुवाउँदै आएकोमा आजदेखि अन्न, दाल वा तरकारी समेत खुवाउन सुरू गराइन्छ। बाजे, बज्यै, मावली, आफन्तहरूले सुन वा चाँदीका बालाहरू, लत्ता कपडाहरू र पैसाहरू दिई टीका लगाइन्छ। यो दिन बालकको अन्न खाने प्रथम तथा स्मरणीय दिन भएकोले सबैजना जम्मा भइकन इच्छा अनुसारको रमाइलो र भोज भतेर चल्दछ।

पन्छेको बार्ने

यसलाई पन्छेको, बाहिर सरेको, पर सरेको, नछुने भएको पनि भनिन्छ। छोरीको पहिलो पटक रजस्वला हुँदा आफ्नो घरमा बस्न नहुने, छोरा मान्छेहरूको मुख देख्न नहुने, लुकेर बस्नु पर्ने, सूर्यको उज्यालोमा पर्न नहुने भन्दै सोही अनुसार गरिन्छ। यस बेलामा छोरीलाई कुनै दिदी बहिनीका घरमा वा पुरुष मान्छे नभएको घरमा राख्ने व्यवस्था गरिन्छ। पहिलो पटक पन्छँदा अलि धेरै दिनसम्म बार्ने र त्यसपछि बल्ल चोखिने हुन्छ। यसैगरी दोस्रो पटक, तेस्रो पटकबाट बार्ने दिन घटाउँदै अरुले बारेसरह पन्छेको बारेमा पुग्छ।

कपाल काट्ने

छोराको कपाल काट्नका लागि शुरु गर्ने उपयुक्त वार र दिनको निक्यौंल गरेपछि घरका सदस्यबाहेक आफन्तजनबाट कपाल काटिन्छ। जेठा छोराको बाउले कपाल फाल्दिन नहुने मान्यता पनि रहेको छ। यसमा त्यस्तो कुनै कार्यक्रम वा उत्सव आदि मनाउने गरेको पाइँदैन। जेठो छोरोलाई पिताले र भाञ्जलाई मामाले कपाल काट्नु हुँदैन भन्ने मान्यता छ। अन्य समयमा पनि बेलुकापख कपाल काट्नु हुँदैन भन्ने मान्यता समेत रहि आएको छ। काटेको कपाललाई कतै पर्खालको प्वाल वा चरचारमा बाहिर नआउने गरेर थन्क्याइन्छ।

ठेकीपिछा लगाउने

विवाह नहुँदै विवाह हुने पक्का भयो भन्ने कार्यका लागि गरिने एउटा संस्कारलाई ठेकीपिछा लगाउने भनिन्छ। ठेकीपिछा लगाउँदा केटा पक्षबाट २।४ जनाले काठको ठेकीमा दही, केरा, फलफूल तथा केही मिठा परिकारहरू लैजाने गर्दछन्। पहिले पहिले घरमै बनाएको कोदोको रक्सी तथा मासुका परिकार समेत लैजाने गरिन्थ्यो। यसलाई सुर्केबुङ् लैजाने पनि भनिन्छ (भुजेल जातिको पर्व तथा संस्कार विधि, २०६८: पृ. १५)। केटी पक्षका दरदाजुभाइ तथा केही आफन्तहरू भेलाभई उक्त सामग्रीहरू केटीलाई पनि खुवाउने र जम्मा भएका सबैले खाने अनि विवाह के कसरी गर्ने भन्ने विषयमा समेत कुराकानी गरिन्छ। दुलाहा पक्षकाले तीन वा पाँच कन्यालाई टीका लगाई दक्षिणा दिन्छन्। दही खाएमा उसकै हुन्छ भन्ने मान्यता छ। यो कार्य आजभोलि त्यति गरेको पाइँदैन र विवाहकै दिनमा सामान्य रूपमा गर्ने गरिएको छ। ठेकीपिछाको रूप र नाम फेरिएर आजभोलि इङ्गेजमेन्ट भएको अवस्था पनि छ।

विवाह गर्ने

मागी विवाह गर्दा जति टाढा भए पनि आफ्नै जाति खोजेर गरिन्छ। लमीमार्फत नै आफ्नो हाड नाता नपर्ने घर्ती, खवास, भुजेल र रोकाहा थरका केटा र केटीको खोजी गरिन्छ। आफन्तहरूले दुवै पक्षको कुरा मिलाउने गर्दछन्। दुवैको सहमतीमा विवाहको आयोजना गरिन्छ। इच्छा र गच्छे अनुसार कतै पञ्चे बाजा बजाउने र कतै नबजाउने पनि गरिन्छ। दुलाहालाई आमाले दही ख्वाएर जन्तीसँगै पठाउँछिन्। जन्ती जाँदा बाटोमा पर्ने देवी देउराली तथा मठमन्दिरहरूमा कपडाका राता, सेता धजा बानिन्छ। दुलहीलाई लगाउने लत्ताकपडा तथा गरगहनाहरू लगिन्छ। केटी पक्षकाले जन्तीलाई पर्छने र स्वागत गर्ने गर्दछन्। केटी पक्षका दरदाजुभाइ तथा नाता कुटुम्बहरूले दुलहीको गोडा धोई जल खाने र टीकाटालो गरी दानदक्षिणा गर्दछन्। आमा बाउलगायतले कन्यादान गर्दछन्। खानपिनको व्यवस्था जन्ती र आफन्त सबैलाई गरिएको हुन्छ। विवाह सकिएपछि दुलाहा पक्ष तथा जन्तीलाई दान दक्षिणासहित बिदाइ गरिन्छ (भुजेल जातिको पर्व तथा संस्कार विधि, २०६८: पृ. १७)। दुलहीलाई घरमा ल्याउँदा बाटोमा चिउरा बाँड्ने काम हुन्छ। दुलहीले बाँड्ने र "खाउँ बूढा" भनेर दुलाहालाई टकार्ने र दुवैले सँगसँगै खानु पर्दछ अनि जन्तीले पनि खान्छन्। बिहे गरेको १ वर्षभित्रमा प्रत्येक दुलहीले चैत, जेठाज्यू हुनेले जेठ, सासूको लागि साउन र ससुराको लागि पुस बार्ने र अधिक वर्ष (मलमास) पनि बार्ने गर्दछन्। बिहेको एक वर्ष नपुग्दै केटीपक्षका बाउआमाले छोरीको घर गई खानपान गर्न नहुने मान्यता छ। केटा पक्षबाट १ वर्ष पुग्दाको दिन केही सरसामग्रीसहित जिउँती मेट्न जानु पर्ने पनि हुन्छ। विवाहको पहिलो दसैंमा केटा पक्षबाट प्रशस्तै पाहुरपात (कसैले खसीबोका समेत)को साथमा टीका थाप्न जान्छन्।

ज्यूँति गाउने

यसलाई अन्यत्र रत्यौली भन्ने गरिएको छ। दुलाहा र जन्तीलाई विवाह गर्न पठाएपछि केटापक्षको घरमा बाँकी रहेका महिलाहरू भेला भइकन जन्तीहरू नफर्कंदासम्म विशेष गरी श्रृङ्गार रसले युक्त गीत गाउनुका साथै त्यस्तै खालका अभिनय र अभिव्यक्तिहरू पनि गरिन्छ। यसैलाई ज्यूँति गाउने वा ज्यूँति खेल्ने भनिएको छ। यसलाई लोग्ने मान्छेले हेर्नु हुँदैन भन्ने मान्यता पनि रहेको अवस्था छ।

दुलही भित्र्याउने

दुलाहाका घरमा आएपछि नयाँ दुलहीसहित दुलाहालाई घर अगाडि उभ्यार दुलाहाकी आमाले आरती बत्ती बाली स्वागत गर्ने र उक्त आरती तीन फन्का घुमाएर घरको तगाला बाहिर राखिन्छ। अनि दैलोदेखि भित्रसम्म सात वटा धानको थुप्रामाथि बालिएको दियोमा टेकाउँदै दुलहीलाई दुलाहासँगै घरमा भित्र्याउँदा दुलाहाका बहिनी वा दिदीले दुलहीलाई पछ्यौराले बाटो छेक्ने काम गर्दछन्। नव दुलहीले बाटो छेक्नेलाई अनुरोध गर्दै केही पैसा दिएपछि बाटो छोडिन्छ। घरभित्र पसेपछि आफन्तहरूले दुलहीको मुख हेर्ने काम हुन्छ। मुख हेर्दा टीका लगाइदिने, नयाँ कायम हुने नाता सम्बन्ध बताउने र सोही अनुसारको ढोगभेट पनि गर्ने, गराउने गरिन्छ। मुख हेर्नेले पैसा वा कुनै सगुन दिने चलन पनि छ। यस अवधिमा दुलाहा पनि साथमै रहन्छन्। भोलिपल्ट गृहशान्तिको पूजा गरिन्छ। दुलाहापट्टीबाट गच्छे अनुसार निम्ता गरी जन्ते बाख्रो खाने भन्दै भोजभतेर लगाइन्छ। नयाँघरमा तीन रात वा तीन दिन बिताएपछि दुलहीका घरमा दुवै जना जान्छन्। यसलाई दुलन फर्काउने भनिन्छ।

मृत्यु कर्म

यस जातिका महिला पुरुष जो कोही जे जसरी मृत्यु भए पनि दुवैलाई उमेर अवस्था अनुसार गाड्ने र जलाउने गरिन्छ। विशेषगरी बच्चाबच्ची एवम् कर्म नचलेकालाई आफ्नै जग्गा जमीनमा गाड्ने गर्दछन् भने अन्यलाई नजिकको दुइखोली दोभानको किनारमा लगेर जलाउँछन्। छोराले दागबत्ती दिन्छन्। महिलाहरू मलामी गएको खासै पाइँदैन। छोराहरू तथा श्रीमती तेह्र दिनसम्म किरियामा बस्दछन्। किरियापुत्रीले धारा, पँधेरामा गई नुहाई कसैसँग नछोइकन एकछाकमात्र खानु पर्दछ। सातदेखि एघार दिनसम्म आफन्तले घोत (घ्यू वा चामल वा चिनी) लाने गर्दछन्। दाजु भाइहरूले नुन छोड्दछन्। तेह्रौ दिनमा किरियाबाट निस्कँदा पञ्चगव्यले चोख्याइन्छ। आजभोलि यस जातिको संस्थाले तयार पारेको संस्कारसम्बन्धी किताब अनुसार एकरूपताका लागि सात दिनमा उम्कने पनि गरिएको छ। यो कार्य पूर्वी नेपालमा बढी छ भने पश्चिमतर्फ पुरानै प्रचलन चलेको छ। पहिले पहिले क्रियाकर्म सकिँदाको दिन कुखुरा काट्ने र रक्सीले चोखिने चलन पनि थियो तर अहिले त्यस्तो गरिँदैन। मृत्यु भएपछि कसैले ४५ दिन, कसैले ६ महिना त कसैले वर्ष दिनसम्म आसौच बार्ने चलन छ। यसलाई दुःख बार्ने पनि भनिन्छ। आजभोलिको पेशा, जागिर, अध्ययन आदिका लागि घर छोड्नु पर्ने भएकोले १३ दिनमै टोपी लगाउने र खानपिन पनि फुकाउने गरेको पाइन्छ। किरिया सकिँदाको दिन मृतकको नाममा विभिन्न दान दक्षिणा गरिन्छ र मलामीहरूलाई खुवाइन्छ। साथै वर्षदिन पुगेपछि मलामीलाई बोलाई पुनः खुवाउने र पितृ सम्झने काम गरिन्छ।

पिण्डदान (श्राद्ध)

आफ्ना पितृहरूको मृत्यु भएको सम्झनामा मृत्यु भएको दिन वा तिथिका आधारमा वर्षको एक पटक र बडादशैंको अगाडि आउने सोह्र श्राद्धमा एक पटक श्राद्ध गरिन्छ। कतै बाहुनद्वारा त कतै आफ्नै पूजाराद्वारा पनि गरिएको अवस्था छ। यसमा आफ्ना दरदाजुभाइहरू एवम् छोरी पक्षलाई बोलाई टीकाटालो गराउँदै खुवाउने काम पनि हुन्छ। पिण्डदान गर्ने छोराले अघिल्लो दिन मुण्डन गरी १ छाक मात्र खाई बसेका हुन्छन्। घर लिपपोत गरी चोख्याउँछन्। लत्ताकपडाहरू धुने काम गर्दछन्। पिण्डदान भ्याएपछि टीकाटालो गरेरमात्र खान्छन्। यो कार्य अहिले आफ्नै जातिका पूजारीबाट पनि गर्ने प्रचलन छ।

अनुष्ठान

नेपाली बृहत शब्दकोशमा अनुष्ठान भन्नाले यज्ञयागादि, देवताको जपतप, भाकल, उपासना, व्रत, आराधना आदिलाई बुझाउँछ भनिएको छ। बच्चा जन्मेको दिन, वार र समयका आधारमा उसको जन्मकुण्डलीसहित चिना लेखाउने काम गरिन्छ। चिना लेख्न जान्नेसँग सम्पर्क वा भेटघाट गरी यो कार्य सम्पन्न गरिन्छ। चिना लेखाउने कार्य पहिलेपहिले प्रायः छोराको मात्र गरिन्थ्यो भने हाल छोरीको पनि चिना लेखाउने चलन छ। चिनाको प्रयोग विवाह गर्दा, कुनै समस्या पर्दा चिना हेर्न जान्नेसँग हेराइकन उनले भने अनुसारको कर्म गरिन्छ। त्यसैगरी यज्ञहरू, कुनै देवदेवीको जपतप, भाकल गरेको र बिर्सेको भएमा पुरा गर्ने, कुनै तिथि वा पक्ष वा वार पारेर उपवास बसी व्रत गर्ने, पूजाआजा गर्ने वा ग्रहशान्ति गर्ने आदि काम आफै वा बाहुन बोलाएर गरिन्छ।

धामी झाँक्री मान्ने

घर्ती/भुजेल परम्परागत "शमानी धर्म" अर्थात् प्रकृतिपूजक एवम् धामी झाँक्री मान्ने जाति हो। यो समुदाय पितृपूजा, प्रकृतिपूजाजस्ता चाडपर्वमा विश्वास गर्दछ। अझैं पनि घर्ती/भुजेल धामी झाँक्रीहरू तथा बुढापाकाहरूले आ-आफ्नो स्थानमा गोठपूजा, कुलपूजा, झाँक्रीपूजाको रूपमा प्रकृति पूजा गर्दै आएका छन् (भुजेल जागरण, २०६२: पृ. २९)। घर परिवारका मान्छेहरू बिरामी भई समयमै निको नभएको अवस्थामा गाउँघरमा धामी झाँक्रीको काम गर्ने मान्छेलाई बोलाई खरानी र बेसारले फुकफाक गराउने, हेराउने, कुखुरा उठाउने, पाल्लो फाल्ने आदि गरिन्छ।

चाडपर्व/उत्सवहरू

नेपाली बृहत शब्दकोशमा चाडपर्व भन्नाले रमाइलो गरिने, पूजाआजा, मिठोमसिनो खाने र लाउने, धार्मिक कार्य तथा उत्सव भन्नाले खुशीयालीको पर्व, मङ्गल कार्य, सांस्कृतिक महत्त्व भएको विशेष दिन, चाडपर्व आदिलाई बुझाउँछ भनिएको छ। यस जातिको दुवै सन्दर्भलाई हेर्दा प्रत्येक वर्षको मंसिर पूर्णिमा र बैशाख पूर्णिमामा पाचौं दिन यस भेगका घर्ती, भुजेलहरू जातीय पोशाकमा सजिएर जङ्गलको नजिकै भुजीखोलाको किनारमा जम्मा हुन्थे। पुर्खाहरूले गर्दै आएको थान थपना गरी आफ्ना पितृहरूको र प्राकृतिक शक्तिहरूको श्रद्धापूर्वक उपासना र आराधना गर्दथे। (प्हुगाल, २०७८: पृ. ६१ र ६२)। पुर्खाहरूले गरेको प्रकृति पूजाको आधारमा हालका दिनहरूमा उधौली र उभौलीका दिन भुजेली पर्वका रूपमा मनाउने गरिएको छ। यस पर्वमा मुख्य गरी तितेपातीका लिंगा, पाँचथान शिला, बत्ती भएको दुइवटा त्रिशूल, पाँच वटा कलश, कुखुरा वा हाँस वा बोका वा फलफूलमध्ये कुनै एकवस्तु चाहिन्छ। बलिलाई मन्साउँदा आफ्नो कुलकुटुम्ब तथा सन्तानहरूलाई सधैं राम्रो होस्, पितृहरू खुशी रहून्, मनोकाङ्क्षा पुरा होस् भन्दै बलि चढाइन्छ। सबैरै नुवाइधुवाई गरी भुजेल भाषामा मन्त्रोचारण गर्दै सूर्य, वायू, जल, जङ्गल र जमीनको प्रतीकको आह्वान गर्दै घुम्दै फूल अक्षता चढाएर सेवानूङ् (नमस्कार) गरिन्छ (प्हुगाल, २०७८: पृ. ६१)। यसपछि धूपध्वाँर गरी नाचगान गरी रमाइलो पनि गरिन्छ।

देवाली गर्ने

कतै एक, कतै दुई, कतै तीनवर्ष बिराएर मङ्सीर वा बैशाख पूर्णिमाको दिनमा भाले कुखुरा वा बोकाको बलि चढाई आफ्नो कुलपूजा गर्दछन्। यसैलाई देवाली भनिन्छ। जहाँसुकै देश विदेशमा रहेबसेका भए पनि आफ्ना दरदाजुभाइहरू सकेसम्म जम्मा हुने गर्दछन्। आ-आफ्ना घरबाट बलि चढाइन्छ। जेष्ठ पुरुष पूजारी हुन्छ। पूजारीकै घरलाई मूलघर मानेर सबैजना जम्मा भई त्यहींबाटै कुललाई निकालेर आफ्नै जग्गामा तयार गरिएको देवाली स्थल (गौरो) मा लगी पूजाआजा गरिन्छ। अघिल्लो दिनदेखि नै घर सफा गरी नुवाइधुवाइ गरेर चोखो खाइन्छ। बिहानै घरमूलीले नुहाएर धजाहरू धुरी खाँबोमा बाँधेपछि जौ तिलानीको शुद्ध पानीले बलिलाई मन्साइन्छ। उसले टाउको हल्लाएमा मानेको छ वा ठिक छ भन्ने मान्यता रही आएको छ (घर्ती, २०६२, पृ. ३१)। देवाली नहुँदाका वर्ष सामान्य पूजा मात्र (धार) दिने काम गरिन्छ। ७ सय वर्ष पहिले जुम्लाबाट गुल्मी, धुर्कोटमा राजा आउँदा मैतु (धामी) घर्तीलाई समेत ल्याई राज्य थालेको इतिहास अनुसार यस राज्य वरपरका स्थानहरूमा गरिने देवाली पूजामा मैतु धामी घर्ती र दूधे लामालाई आफ्नो पुर्खा मानेर उनीहरूकै मूर्ति स्थापित गरी पूजा गर्ने गरेको पनि पाइएको छ (सुवेदी, २०५५, पृ. ३०)। पुरानो पुस्ताका जीवन दर्शनहरू तल्लो पुस्तामा पुस्तान्तरण गर्ने काम पनि यसै वेला हुन्छ।

मित/सैना लाउने

समाजमा सम्बन्ध विस्तार गर्ने यो एउटा तरिका हो। मित वा सैना लगाउनका लागि कुनै विशेष समारोह वा साइत हेरिदैन तैपनि उपयुक्त समयको ख्याल गरिन्छ। एकले अर्कालाई टिका लगाइन्छ र कुनै सामग्री साटासाट गरिन्छ। केही साथीभाइहरू तथा आफन्तसँग खानपिन गरी रमाइलो पनि गरिन्छ। पुरुषले पुरुषसँग लगाउनेलाई मित लगाउने भनिन्छ भने महिलाले महिलासँग लगाउनेलाई सैना लगाउने भनिन्छ। यसमा एउटै क्षेत्रको, एउटै वर्गको, एउटै समुदायको, एउटै जात विशेष आदि मिलाउनु पर्दैन। यो चलन आजभोलि घट्दै आए तापनि सामाजिक सद्भाव र सहिष्णुताको लागि यसको महत्त्व अत्यन्तै बढिरहेको छ। यसै आधारमा नाता कायम पनि हुने गर्दछन्। जस्तोः सैनाआमा सैनाबा, मितबा मितिनीआमा आदि।

लोकविश्वास

यस जातिमा पनि भुतप्रेत, बोक्सी, डाइनी, मसान, लागो, किचकन्नी, वायु, झाँक्री, टुनामुना आदिमा विश्वास गर्ने प्रचलन छ। लागो लागेकालाई कुखुराका चल्ला, भाले, बोका, पाठापाठी, तिल, मास, फलाम, स्याउला, दाविला, चामल, बेसार, खरानी, तीन बर्ने, पाँच बर्ने धजा आदि सामग्रीबाट मन्साउने र पन्छाउने गरिन्छ। बोक्सीको लागि पात्लो फालिन्छ। कतै फुकफाक र आखत हेर्ने समेत गरिन्छ। यसरी हेर्दा देवी लागेको भए पाठीको र देवता लागेको भए पाठाको बलि चढाउने चलन छ। त्यस्तै झाँक्री नलागोस् भनेर विभिन्न ठाउँका ठूलाठूला रुखका फेदमा कुखुराका भाले बलि दिई झाँक्री, बर्मा, बाई, आदिको पूजा गरिँदै आएको छ। अन्य संस्कार तथा परम्पराहरूमा आफ्नो इच्छा र क्षमता अनुसारका रुद्री पूजा गर्ने, शान्ति पूजा गर्ने, ग्रह कटाउने, वर-पीपल, स्वामी जस्ता विरुवा रोप्ने, चौपारी चिन्ने, पोखरी खन्नेलगायतका सामाजिक हित हुने खालका कार्यहरू गरेको पाइन्छ।

निष्कर्ष (Coclusion)

आफ्नो परिवारको ख्याल वा रेखदेख आफैले गरेझैं आफ्नो जातिको सामाजिक व्यवहार तथा संस्कार संस्कृतिलाई माया गर्ने, प्रयोग गर्ने र एकअर्कामा फैलाउँदै जाने आफैले हो। अन्य जातिको बाहुल्य भएको स्थानमा हाम्रा धर्म, भाषा, संस्कार, संस्कृति, भेषभूषा आदिका कुरा गरेर वा लागू गरेर रमिते बन्नु छैन भन्नेहरू समेत फेला परिरहेका छन्। सम्पूर्ण घर्ती/भुजेल/खवास बन्धुहरूले आ-आफ्नो क्षेत्रबाट सामाजिक व्यवहार तथा संस्कार, संस्कृतिको अवलम्बन गर्नलाई आनाकानी गरेको स्थितिले पहिचानको संकटमा परिने प्रबल सम्भावना छ। त्यसैले समग्र समाजको समृद्धिका लागि जातीय सामाजिक व्यवहारहरूको संरक्षण तथा सम्वर्धन गर्नु पर्दछ। स्थानीयस्तरमा चलेका जातीय कला, गला, सीप तथा संस्कार, संस्कृतिलाई संरक्षण, सम्वर्धन र संस्थागत गर्दै जानुपर्दछ। यसको संरक्षण गरेमा जातिको आर्थिक अवस्थामा पनि सुधार आउँछ। सामाजिक सम्बन्ध र पहिचान व्यापक बन्दै जान्छ। यसो गरिएको खण्डमा सामाजिक व्यवहारमा लाग्नको लागि तन, मन तयार हुन्छ। यसरी अगाडि बढ्दै जाँदा विकृतिहरूको पनि न्यूनीकरण हुँदै जान्छ। पारिवारिक सम्बन्धलाई सुदृढ पार्दछ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू (References)

घर्ती, विष्णु 'भनभनेली' (२०६७), *घर्ती/भुजेलहरू*, गुल्मी: भुजेल समाज सेवा, जि.स.।

घर्ती, विष्णु 'भनभनेली' (२०८२), *घर्ती जातिका सामाजिक संस्कारहरू*, नेपालका जातीय सामाजिक संस्कार, भाग नौं, काठमाडौं: नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठान।

थुसिरोङ् प्हुगाल, लक्ष्मण (२०७८), *भुजेलका ऐतिहासिक पाइलाहरू*, काठमाडौं: डेडिलिन पब्लिकेसन,।

पन्थी, टीकाराम (२०६१), *स्मरणीय गुरु काहिंला घर्ती*, भाडगाउँ दर्पण, पृ.।

भुजेल, अमृतसिंह (२०६२), *भुजेल जाति र जीवन पद्धति*, काठमाडौं: भुजेल समाज सेवा, के.स.।

भुजेल, बाबुराम र अमृत तामाङ् (२०५८), *भुजेल जाति र भाषा*, काठमाडौं: भुजेल समाज सेवा, के.स.।

रेग्मी, दानराज (२०६८), *भुजेल भाषाको व्याकरण*, काठमाडौं: भुजेल समाज सेवा, के.स.।

नेपाल कानुन आयोग (२०७२), केही नेपाल ऐन संशोधन गर्ने ऐन, २०३३ नेपाल कानुन आयोग।

सुवेदी, राजाराम (२०५५), *गुल्मीको ऐतिहासिक झलक*, गुल्मी: किरण पुस्तकालय।

प्राकृतिक तथा वैकल्पिक चिकित्सा : रेकी चिकित्सा

गोम विक्रम
बगनासकाली, पाल्पा

लेखसार

सजिलो तरिकाबाट शारीरिक, मानसिक र आध्यात्मिक जागरण गरी हिलिङ्ग गर्न सकिने रेकी सजिलो तवरको वैकल्पिक चिकित्सा प्रणाली वा विधि हो। यति सहज विधि हुँदा हुँदै पनि यसको हामीकहाँ यथेष्ट प्रचार-प्रसार हुनसकेको छैन। लुम्बिनीमा जन्मेर संसार प्रसिद्ध हुन पुगेका सिद्धार्थ गौतमले प्रतिपादन गरेको चिकित्सा विधि जापान, अमेरिका, चीन लगायत युरोपियन मुलुकहरूमा पुगेर तहल्का मच्चाएका भए पनि यहाँका नागरिकहरूलाई थाहा छैन। व्यक्तित्व विकास, योग साधना र प्राकृतिक चिकित्साको माध्यमबाट रेकीले स्वास्थ्यको क्षेत्रमा फड्को मार्न सकिन्छ। व्यक्तित्वको सर्वाङ्गीण विकासका लागि मार्ग प्रसस्त गर्ने रेकीलाई अहिलेको एलोप्याथीबाट हुनसक्ने प्रतिअसर, खर्चिलो र जटिल प्रविधिको विकल्पका रूपमा प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ। त्यसका लागि राज्यबाट ठोस कदम चालिनु जरुरी छ।

शब्द कुञ्जी - रेकी, कुण्डलिनी, रेकी हिलर, रेकी च्यानल, साधना।

रेकी परिचय

दुःखबाट मुक्ति तथा सुखको उपयोगका लागि हामीलाई प्रर्याप्त विवेक चाहिन्छ। सम्पत्ति, शिक्षा र समय लगाएपछि सिक्न सकिन्छ। तर यी तीनचीज नभए पनि रेकी साधना र सिकाइमा केही कुराले छेक्न सक्दैन, सजिलै सिक्न सकिन्छ।

त्यसो भए रेकी भनेको के हो त ? हुन त यो खासमा जापानिज शब्द हो।

रे - विश्वव्यापी, सर्वव्यापी, ब्राह्मण्डीय
की - ऊर्जा, जीवन ऊर्जा ।

जापानमा रेकीलाई कि (Ki), चीनमा ची (Chi), नेपाल- भारत र संस्कृतमा प्राण (Prana) तथा ऋषिमुनिहरूले प्राचीनकालमा कुण्डलिनी शक्ति (Kundalini Power of Serpent Fire) आदि भनी पुकारिएको पाइन्छ। जन्मिँदै आएको यही ऊर्जा ले हामी आजीवन परिपोषित हुन्छौं। ब्रह्माण्डमा व्याप्त यो ऊर्जा कहिल्यै पनि घट्दैन र यसबारे विभिन्न वैज्ञानिक परिक्षणद्वारा समेत प्रमाणित भैसकेको छ। रेकीलाई खासमा ३३ प्रतिशत मात्र ग्रहण गरेर लाभ लिन सकिन्छ। हाम्रो शरीरमा रहेका ७ वटा चक्रहरूले उक्त ऊर्जा लाई ब्रह्माण्डबाट लिन सके भने शरीर स्वस्थ्य रहन्छ। नत्र ती चक्रहरू थुनिएका वा चुहिएका भएमा उक्त व्यक्ति दीर्घ खालको रोगी हुन्छ।

हामीहरूको दैनिक जीवनलाई वातावरण, विचार आदिको प्रदुषण तथा नकारात्मकताले दिनानुदिन असर गरिरहेको हुन्छ। नियमित रेकी साधनाले शरीर मन र हृदयलाई सन्तुलित गराएर राख्दछ। रेकी Reiki जापानिज नागरिक डा. मिकाओ उसुइ (Dr. MikaoUsui) द्वारा सन् १९२२ मा २१ दिनसम्म पूर्ण रूपमा निराहार बसेर यस

किसिमको ज्ञान तथा ऊर्जा प्रतिपादन गरिएको एक विशिष्ट आध्यात्मिक उपचार तथा स्पर्श चिकित्सा क्रिया हो। यस विशेष पद्धतिमा ब्राह्मण्डीय ऊर्जा लाई हत्केलाद्वारा बिरामीसम्म पुऱ्याएर निको पार्ने गरिन्छ। यस उपचार विधिलाई वास्तवमा एक अनौठो, पूरक र वैकल्पित उपचार विधिका रूपमा लिइन्छ। रेकी हिलरले हत्केलाको माध्यमबाट बिरामीको शरीरमा मानसिक, शारीरिक, आध्यात्मिक रूपमा विशेष ऊर्जा सञ्चार गराएर तनाव रहित, शान्त र आनन्दित तुल्याउँदै उपचार गरिन्छ। यसबाट सम्बन्धितमा बिस्तारै व्यक्तिगत तवरमा विकास र लाभ मिल्दै जान्छ। रेकी हिलर (उपचारक) भएर जागृत, सन्तुलित तथा स्वस्थ भई आध्यात्मिक क्षेत्रमा विशेष योगदान दिन वा उपचार गर्न सकिन्छ। असली साधकले आफूलाई रेकी च्यानल (माध्यम) को रूपमा विकास गरी जहिले, जहाँ र जस्तो अवस्थामा भए पनि रेकी ऊर्जा द्वारा फाइदा लिन वा दिन सक्दछ। यसो भन्दैमा रेकी कुनै किसिमको तन्त्र-मन्त्र, जादू, धर्म वा सम्मोहन इत्यादि भने केही पनि होइन।

रेकीमा स्पर्श, सकारात्मक भाव, प्रेम, सद्भाव, करुणा आदि चेतना जागृत गरी सबै समस्याहरूको मूलै वा जरैदेखि कुनै प्रतिअसर (Side Effect) विना उपचार गर्न सकिन्छ। त्यस्तै रेकीका लागि विशेष योग्यता, सीप वा साधनको जरुरी पनि हुँदैन। साधना, संयम र नियमितता अपनाउन सकियो भने रेकीबाट विस्तारै जीवनमा परिवर्तन आउन थाल्दछ। नकारात्मकता हट्दै गई उज्यालो, सुख, शान्ति छाउन थाल्दछ। रोगी, समस्याग्रस्तहरू बाहेक स्वस्थ व्यक्तिले पनि रेकी ग्रहण गरी लाभ लिन सक्दछन्। विना औषधी सबै प्रकारका रोग र समस्याहरूको सजिलै उपचार गरी रोगमुक्त रहन सकिन्छ। रेकीको स्रोत तथा शक्ति जति बढी भए पनि घट्दैन वा समाप्त हुँदैन र कहिल्यै र कसैलाई पनि हानी गर्दैन बरु रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता अझ प्रबल भएर जान्छ, जस्तैः वायुमण्डलमा व्याप्त अक्सिजन शरीरले जति लिए पनि हानी गर्दैन र दैनिक रूपमा नभई पनि हुँदैन। रेकीले ऊर्जा लाई सन्तुलित राख्दछ। तनाव, पीडा, नकारात्मक कुरा मेटाउँदछ। यसबाट असाध्य र असङ्ख्य रोगहरूको जरैदेखि उपचार र रोगप्रतिरोधात्मक क्षमतालाई जागृत गराइराख्न सकिन्छ। त्यतिमात्र होइन रेकीले छाला चम्किलो, ऊर्जा वान र स्वस्थ बनाउँछ। भूत, भविष्य र वर्तमान तीनै काललाई रेकी मार्फत सुधार्न सकिन्छ। विभिन्न कार्यको सफलताको निम्ति रेकी दिन सकिन्छ। अझ अनौठो कुरा रेकी पशुपंक्षी, जीवजन्तु लगायत सजीव प्राणी र निर्जीव वस्तुहरू समेतलाई दिएर अरु बढी फलदायी बनाउन सकिन्छ।

रेकी हिलिङ्ग जस्तै संसारमा अन्य विधाका वैकल्पिक वा पूरक चिकित्सा विधि पनि रहेका छन् तिनको पनि आ-आफ्नै अस्तित्त्व र लोकप्रियता देखिन्छ, जस्तैः चीनका चो कोक सुईद्वारा प्रतिपादित प्राणिक हिलिङ्ग, डोलोरेस फ्रिगरको स्पर्श चिकित्सा (Theraputic Touch Thrapy), मन्त्र चिकित्सा, शमनिक हिलिङ्ग (Shamanic Healing), डिभाइन हिलिङ्ग इत्यादि।

उत्पत्ति, इतिहास र विस्तार

रेकी हालैमा वा वर्तमान समयमा विकास गरिएको आधुनिक खालको उपचार पद्धति भने होइन। आजभन्दा २५०० वर्ष अगाडीदेखि अस्तित्वमा रहेको पाइने रेकी खासमा ध्यानस्थ योगीहरूले परापूर्व कालदेखि प्रचलनमा ल्याइरहेको उपचार पद्धति हो। विभिन्न कालखण्डका योगी, साधक वा तपश्चीहरूले ध्यान, साधनाद्वारा पत्ता लगाई प्रचलनमा ल्याइरहेका इतिहासमा पढ्न वा सुन्न पाइन्छ जस्तैः गौतम बुद्ध, महावीर, कबीर, गुरुनानक, मुहम्मद, जिसस, शिव इत्यादि सारा ऋषिमुनिहरूले प्राचीन कालदेखि विभिन्न तवरबाट रेकीलाई प्रयोगमा ल्याइरहेको

इतिहास भेटिन्छ जस्तैः आशीर्वाद दिँदा शिरमा हात राखेर, अष्टाङ्ग दण्डवत, चरण स्पर्श गरेर, गला मिलाएर, हात मिलाएर, नमस्ते गरेर इत्यादि।

रेकीलाई पुनः प्रतिपादन गरेर अहिलेको अवस्थामा ल्याउने श्रेय भने सन् १८६२ अगस्त १५ मा क्योटोमा जन्मेका जापानीज प्रोफेसर डा. मिकाउ उसुईलाई जान्छ। साथै अहिले नेपालमा पनि थुप्रै रेकी मास्टरहरू रहेका छन्। योगी विकासानन्दले आधुनिक समयमा जापानबाट पुनः नेपालमा रेकी फर्काउनमा विशेष भूमिका निभाएको मानिन्छ।

उद्देश्यः

- प्राकृतिक चिकित्सा रेकीबीचको सम्बन्ध थाहा पाउन।
- रेकी उपचार पद्धति र यसको महत्त्व खोजी गर्न।
- हाम्रो व्यावहारिक जीवनमा रेकी उपचार पद्तिको सम्भाव्यता पत्ता लगाउन।

रेकी सिद्धान्त

रेकीलाई पनि अझ प्रभावकारी बनाउनका लागि केही खास सिद्धान्तको पालना गर्नु पर्दछ, जुन डा. मिकाउ उसुईद्वारा प्रतिपादन गरिएको थियो। सुन्दा खासै नौलो नलागे पनि यस सिद्धान्तभित्र गहन भाव लुकेको छ साथै हरेक रेकी हिलरले आफ्नो असली साधना र हिलिङ्गका लागि यिनको पालना गर्नु उपयुक्त मानिन्छ। फेरि यसले साधकमा सकारात्मक सोंच र भित्री मनैदेखि परिवर्तन गराइदिन्छ पनि। रेकीको सिद्धान्तमा रहेका हरेक बुँदामा 'केवल आजका दिनका लागि' भन्ने कुरामा जोड दिएका भए पनि यसभित्र एकदमै गम्भीर भाव एवम् दर्शन लुकेको छ। साधकले आफू दृढ संकल्पित भएर लाग्यो भने यसले सोच, विचार र जीवनलाई पूर्ण रूपमा उल्ट्याइदिन्छ। रेकी साधकले हरेक दिन साधनाका समयमा यी संकल्पहरूलाई मनन गर्दै प्रतिबद्धतापूर्वक पालना गरिरहनु पर्दछ।

१. म केवल आजको दिन रिसाउँदिन, शान्त रहन्छु।
२. म केवल आजका दिन चिन्ता गर्दिन अर्थात् निश्चिन्त रहन्छु।
३. म केवल आजका दिन आफ्नो कार्य इमान्दारितापूर्वक गर्नेछु, अल्छ्याइँ गर्दिनँ।
४. म केवल आजका दिन अस्तित्वप्रति कृतज्ञ रहन्छु।
५. म केवल आजका दिन सबै प्राणीहरूप्रति प्रेमभाव राख्दछु।

त्यसैले रेकी साधनाका समयमा कमसे कम ३/३ पटक यिनलाई जप्दै कटिबद्ध भएर पालनाका निम्ति दृढसंकल्प गर्नु पर्दछ। त्यसै गरी साँझ सुत्ने बेलामा पनि यी सिद्धान्तहरूको परिपालनामा केही समस्या भयो कि ? मनन गर्दै सुत्ने गर्दा उत्तम हुन्छ भने पालना भईरहेको अवस्थामा भने आनन्द हुन्छ र त्यही आनन्दलाई महसुस गर्दै तनावरहित हुँदै अस्तित्त्वप्रति अहोभाव प्रकट गर्दै शान्त र आनन्दका साथ खुशी मनाउँदै निदाउन सकिन्छ।

रेकी साधना

रेकी साधक तथा उपचारकहरूले रेकी ऊर्जालाई शक्तिशाली र अरु लाभदायक तुल्याउनका लागि दैनिक तथा नियमित रूपमा अपनाउनु पर्ने नियम तथा साधना अभ्यास र आचरणहरू रहेका हुन्छन्, जस्तैः रेकीका ५ वटा सिद्धान्तहरूको पूर्ण पालना गर्ने, तोकिएका रेकी ध्यान साधना वा अन्य अभ्यासहरू गर्ने तथा खास किसिमको आचरण अपनाउने गर्नु अनिवार्य हुन्छ। रेकी दीक्षा लिइसकेपछि कम्तिमा २१ दिन र बढीमा दोस्रो चरणको रेकी दीक्षा नलिउञ्जेलसम्म कठोर र दृढसंकल्पित भएर रेकी साधना जारी राख्नु उत्तम हुन्छ जसको फाइदा पनि आफैलाई हो। बिहान उठ्नासाथ तामाको भाँडोमा राखेको शुद्ध पानी पिउने र खास तोकिएका फलफूल र भोजन लिनु उपयुक्त हुन्छ। भोजनमा अर्ग्यानिक किसिमका भएको वा रोजिएको खण्डमा साधकलाई फाइदाजनक हुन्छ, जस्तैः गाउँघरमा कुनै रासायनिक पदार्थ नराखी फलाएका फलफूल, फलफूलको रस, कन्दमूल र सागपात, सलाद, अंकुरित अनाज इत्यादिका विभिन्न परिकारहरू। रेकी साधना गर्ने प्रार्थना कोठामा भएसम्म **बोटविरुवा** भए उत्तम। किनकी यसले बिरामी र रेकी साधक, उपचारक सबैको मनमस्तिष्कबाट निस्किने नकारात्मक ऊर्जा , तरङ्गलाई शोषण गरी वातावरणीय सन्तुलन कायम गर्न सघाउँछ। पृष्ठभूमिमा निरन्तर बजिरहने शान्त खालको मधुरो संगीतको व्यवस्था मिलाउन सके रेकी साधनाका लागि सहायक सिद्ध हुन्छ। उपचार कोठालाई रेकी साधना बाहेक अन्य प्रयोजनमा नल्याउँदा राम्रो हुन्छ।

(क) आभामण्डल सफाइ

हाम्रो शरीरको आँखाले देखिने कुरा भौतिक शरीर हो भने आँखाले नदेखिने सूक्ष्म शरीरबारे कतिपयलाई जानकारी नहुन सक्दछ, जस्तैः आभामण्डल। हुन त आभामण्डललाई हाम्रो शरीरको नाङ्गो आँखाले देख्न सकिँदैन विशेष क्यामेरा (किर्लियन क्यामेरा) बाट मात्र हेर्न सकिन्छ।

सरल शब्दमा भन्नुपर्दा हाम्रो शरीर १२ प्रतिशत दृश्य शरीर र ८८ प्रतिशत अदृश्य शरीर मिलेर बनेको हुन्छ। अदृश्य शरीर बयोप्लाज्माबाट बनेको हुन्छ, त्यसलाई आभामण्डल (Aura) भनिन्छ। बयोप्लाज्मा ब्रह्माण्डको जुनसुकै र जहाँ पनि पुग्न सक्दछ र पनि फेरि मूल शरीरसित जोडिएरै रहन्छ अर्थात् कुनै गायकको लाइभ प्रस्तुति प्रत्यक्ष बाहेक टिभी, रेडियो र फेसबुकबाट लाइभ प्रसारण गरिए जस्तै कसैको पनि आभामण्डललाई आह्वान गरी रेकी प्रतीक (Reiki Symbol) मार्फत रेकी दिन लिन सकिन्छ। यी रेकी प्रतीकहरू उच्च अध्यात्म प्राप्त विद्वानहरूले साधना र खोज गरेर पत्ता लगाएका हुन्। कतिपय इन्लाइटमेन्ट प्राप्त व्यक्तित्वहरू, जस्तैः गौतम बुद्धको तस्विरमा टाउकाको पछाडीपट्टी गोलाकार रूपको मण्डल देखाइएको हुन्छ सजिलो अर्थमा त्यसलाई आभामण्डल भनेर चिनाउन सकिन्छ। फेरि पनि खासमा आभामण्डल बाहिरी आँखाले देख्न भने सकिँदैन। वैज्ञानिकहरूले पुष्टि गरे अनुसार हाम्रो शरीरमा सात सयवटा केन्द्रहरूबाट जैविक ऊर्जा सतत निस्किरहने कुरो प्रमाणित गरिसकेका छन्। त्यसै गरी शरीरका चक्रहरूबाट ब्रह्माण्डव्यापी रेकी ऊर्जा शरीरभित्र प्रवेश गरिरहेको हुन्छ भने बहत्तर हजार नाडीको माध्यमबाट शरीरको सम्पूर्ण भागहरूमा प्रवाहित वा सञ्चार भईरहेको हुन्छ। शरीरमा नअटेको ऊर्जा भने सात सय केन्द्रहरूबाट निस्किएर सन्तुलित रूपको आभामण्डल कायम हुन्छ। अन्य मान्छेभन्दा रेकी साधक तथा ध्यानीहरूमा अन्य बेलाभन्दा ध्यान गर्दा तथा रेकी हिलिङ्ग गर्दा आभामण्डल प्रबल र घनीभूत भएको पाइन्छ। यही ऊर्जा अन्य रोगीमा पठाएर रेकी उपचार गरिन्छ। रोगी वा दीर्घरोगीहरूको आभामण्डल भने क्षतविक्षत भएको पाइन्छ।

(ख) सात चक्रहरू र तिनको सन्तुलन

हाम्रो शरीरलाई विभिन्न दृष्टिकोणबाट अध्ययन गर्न सकिन्छ। रेकी साधनामा हामीलाई चक्रविज्ञानको बारेमा जानकारी चाहिएकोले चक्रविज्ञानबारे ध्यानाकर्षण गर्ने प्रयत्न गरिएको छ। हाम्रो शरीरमा टाउको, गर्धन, मेरुदण्ड आदिमा रहेका स्नायु सञ्जालहरूको विशेष भूमिका रहेको हुन्छ। शरीरमा टाउकोलाई एकछिनका लागि कुनै पनि मुलुकको राजधानीसित तुलना गर्न सकिन्छ। मुलुकको योजना, आपूर्ति, निर्देशन, नियन्त्रण लगायतका प्रमुख जिम्मेवारी भए जस्तै टाउकाका स्नायुहरूले मुख्य भूमिका निर्वाह गरेका हुन्छन्। यहाँ मुख्य गरी दुईवटा ग्रन्थिहरू रहेका हुन्छन्: पाइनियल ग्रन्थि तथा पिट्युटरी ग्रन्थि । यिनलाई योगविज्ञानले सहस्रार चक्र तथा आज्ञा चक्रका रूपमा लिएको हुन्छ। त्यसै गरी घाँटीमा हुने विशुद्धि चक्रमा थाइराइड तथा प्याराथाइराइड ग्रन्थि हरू रहेका हुन्छन्। मानव शरीरमा अवस्थित यी सात वटा चक्रहरूले आ-आफ्नै खालका भूमिका रहेका हुन्छन्। ऋषिमुनिहरूले आफ्नो दिव्य दृष्टिका माध्यमबाट यी सात चक्र अर्थात् शक्ति केन्द्रहरूको काम, महत्त्व, सञ्चालन र समस्याहरूका बारेमा विस्तारमा बताएका छन्। यद्यपी यिनीहरूलाई स्थूल आँखाले देख्न वा एक्स रे गरेर हेर्न भने सकिँदैन। यी चक्रहरू सुषुम्ना नाडी (Spinal Cord) सँग जोडिएर विभिन्न कार्यहरूमाथि उत्तरदायित्व निभाउन पुगेका हुन्छन्। यी चक्रहरूमा ऊर्जा प्रवाहमा अवरोध, असन्तुलन वा समस्याले व्यक्तिको मानसिक, भावनात्मक, आध्यात्मिक तथा शरीरिक स्थितिमा प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष प्रभाव परिहाल्दछ। यसप्रकार यी चक्रहरूको केन्द्रमा रहेका ऊर्जा जागृत गराई अर्थात् सुषुम्ना नाडी सक्रिय गराई कुण्डलिनी ऊर्जा लाई विभिन्न चक्रहरू भेदन गर्दै मूलाधार चक्रबाट स्वाधिष्ठान, मणिपुर, अनाहत, विशुद्धि, आज्ञा चक्र हुँदै सहस्रार चक्रमा उर्ध्वगमन गराउँदै सिद्धि प्राप्त गर्न सकिने कुरा ऋषिमुनि तथा योग साधकहरूले बताउँदै आएका छन्।

हाम्रो शरीरका सात चक्र र तिनीहरूसित सम्बन्धित ग्रन्थि हरू

१. सहस्रार चक्र (Crown Chakra)- पाइनियल ग्रन्थि
२. आज्ञा चक्र (Third Eye Chakra)- पिट्युटरी ग्रन्थि
३. विशुद्धि चक्र (Throat Chakra) - थाइराइड, प्याराथाइराइड ग्रन्थि
४. अनाहत चक्र (Cardiac Chakra) - थाइमस ग्रन्थि
५. मणिपुर चक्र (Solar Plexus) - प्याङ्क्रियाज ग्रन्थि
६. स्वाधिष्ठान चक्र (Sacral Chakra) - एड्रेनल गन्थी
७. मूलाधार चक्र (Root Chakra) - गोनाड्स ग्रन्थि इत्यादि।

मूलाधार चक्रमा रहेको दिव्य शक्तिलाई नै कुण्डलिनी भनिएको पाइन्छ। सामान्यतयाः इडा, पिंगला नाडीबाट प्रवाहित हुने प्राण ऊर्जा संयमतापूर्वक प्राणायाम, यौगिक क्रियाहरूद्वारा साधना गरिन्छ भने सुप्त सुषुम्ना नाडीमा अदभुत शक्ति विकसित भई उर्ध्वगामी हुन थाल्दछ। यसैलाई कुण्डलिनी जागरण भनिन्छ। साधक गहिरिदै तलतिर जाने र तल मूलाधारबाट ऊर्जा क्रमश माथीतिर (वाफ जस्तो) त्यसपछि दिव्य शक्ति प्रकट हुन थाल्दछ। तत्पश्चात अधोमुखी चक्रहरू उर्ध्वमुखी हुँदै हुँदै सहस्रार चक्रतिर पुगेपछि दिव्य शक्ति प्रकट हुन थाल्दछ। यो एक पूर्ण आनन्दको अवस्था हो। त्यसपछि मनुष्यले पाउनु पर्ने बाँकी केही पनि हुँदैन। पूर्ण सुख, शान्ति र परमानन्द प्राप्त गर्ने यस्ता योगी पुरुषको समीपमा पुग्दा विकारी मनुष्यको विकार पनि शान्त हुन पुग्दछ। आफैभित्र निहीत आनन्द पाउनका लागि यिनै सात चक्रहरूमध्ये साधना जरुरी छ। कसको कुन चक्र

बढी सक्रिय छ त्यसै अनुसार व्यक्तिको स्वभाव, रुची, र आचरणको विकास हुँदै जाने हुन्छ। यी सात वटै चक्रहरू सन्तुलित हुनेहरूको व्यक्तित्व पनि उस्तै पूजित, सन्तुलित र सर्वमान्य हुँदै गएको हुन्छ। रेकीद्वारा यी सात वटा चक्रहरूमा सन्तुलन नभएको अवस्थामा नियमित रेकी साधनाद्वारा सन्तुलन कायम गर्न सकिन्छ। रेकी साधकले आफ्नो रेकी २४ केन्द्रहरूमा रेकी साधना गर्न कम्तिमा ७२ मिनेट लाग्दछ। कहिलेकाहीं समयाभाव भएको अवस्थामा ७ वटा चक्रहरूमा रेकी दिएर चक्र जागरण तथा सन्तुलन गर्न सकिन्छ। यसरी ७ चक्रहरूलाई निम्नानुसार सन्तुलन गर्न सकिन्छः

रोगीलाई सीधा उत्तानो सुत्न लगाएर एक हातले मूलाधार तथा अर्को हातले सहस्रारमा ७ मिनेटसम्म, अनि फेरि एक हातले स्वाधिष्ठान र अर्को हातले आज्ञा चक्रमा ३ मिनेट अनि त्यसपछि एक हातले मणिपुर र अर्को हातले विशुद्धि चक्रमा ३ मिनेट रेकी दिएपछि दुवै हातले शरीरको केन्द्रमा पर्ने अनाहत चक्रमा दुवै हातले ३ मिनेट रेकी दिएर सन्तुलित गरेपछि उसलाई उठ्न लगाएर नकारात्मक ऊर्जा लाई बढारेर सफा गर्न सकिन्छ। यसरी चक्रहरूलाई सन्तुलित गराउँदा शरीरमा हलुका शीतल, शान्ति एवम् आनन्दानुभूतिको महसुस हुन्छ। विभिन्न चक्रहरूसित आपसी सामञ्जस्यता, चेतना र जागृति क्षमता बढ्दै जान्छ। शरीरमा ऊर्जा सञ्चार बढ्नजान्छ। व्यक्तिमा सिर्जनात्मकता, आत्मजागृति र आत्मविश्वास बढ्दै गएपछि व्यक्तिलाई बिस्तारै मोक्ष वा मुक्तिको मार्गतर्फ डोऱ्याउँदै लैजान्छ।

(ग) विभिन्न रेकी केन्द्रहरू

रेकी साधकले आफ्नो तन्दुरुस्ती तथा शरीरमा ब्राह्मण्डीय ऊर्जा अर्थात् रेकी ग्रहण तथा साधना गर्नका निमित्त विभिन्न रेकी केन्द्रहरूमा नियमित रेकी दिनु पर्दछ। यसरी रेकी दिनका लागि विभिन्न गुरुहरू, विभिन्न देश र रेकीसित सम्बन्धित संस्थाहरू तथा ध्यान केन्द्रहरूले मानव शरीरका फरक फरक सङ्ख्या र अङ्गहरूका आधारमा रेकी केन्द्र सङ्ख्या तोकेको पाइन्छ जस्तैः हिन्दू धर्म ग्रन्थहरूले ७, जैन धर्म ग्रन्थ - ९, अमेरिकामा - १२, विकासानन्द - २०, ओशो रजनीश - २४, भारतीयहरू - २८, मिकाउ उसुई - ६८,बौद्ध धर्म ग्रन्थमा दर्जनौं केन्द्रहरू भएको विश्वास गरिएको पाइन्छ। जो जसले जे जति सङ्ख्या निर्धारण गरेका भए पनि यी सबै रेकी केन्द्रहरूमा रेकी दिएर रेकी साधकले आफ्नो शरीर, आत्मा र परोपचारका निमित्त सदैव आफूलाई ऊर्जा वान्, तन्दुरुस्त र रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता प्रबल बनाउनु प्रमुख उद्देश्य रहेको छ यहाँ सहजताका निमित्त मानव शरीरलाई निम्नलिखित रेकी केन्द्र वा क्षेत्रहरू नमूनाको रूपमा दिइएको छ, ती हुन्:

१. आँखा, २. कान, ३. बङ्गारा, ४. कञ्चट, ५. पश्चशीर्ष (घुच्चुक), ६. निधार, ७. गर्धन/गला, ८. हृदय (थाइमस),९. नाभी (मणिपुर), १०. मूलाधार, ११. फोक्सोको माथिल्लो भाग, १२. कलेजो, १३. आन्द्रा, १४. खुट्टाको जोर्नी (महिला), १५. काँध, १६ मृगौला, १७. कम्मर, १८. मूलाधार, १९. हात, २०. जाँघ, २१. घुँडा, २२. पिँडौला, २३. गोलीगाँठा र २४. पैताला आदि।

यी केन्द्रहरूमा छुट्टाछुट्टै ३/३ मिनेटका दरले दैनिक रेकी दिँदा आत्मोपचार तथा परोपचार गर्न सकिन्छ। ७ मिनेटभन्दा बढी यी केन्द्रहरूमा रेकी दिँदा मानसिक तथा आध्यात्मिक लाभ लिन वा दिन सकिन्छ। आत्मोपचारमा रेकी लिन वा परोपचारमा रेकी दिनका निमित्त हिलरले निश्चित आसनमा बसेर निश्चित अङ्गहरूमा निश्चित समयसम्म निश्चित विधिले स्पर्श गर्नुपर्ने हुन्छ।

रोगीलाई आफ्नो खास रोगअनुसार सोही केन्द्रहरूमा रेकी पठाउन सकिन्छ जस्तैः आँखा केन्द्रमा रेकी दिँदा आँखाका रोग र समस्याहरू, रुघाखोकी, पिनास, एलर्जी लगायतका समस्याहरूमा काम गर्दछ। फलस्वरूप आँखा तेजिलो हुने, स्वाद र सुँघ्ने क्षमतामा वृद्धि हुनुको साथै विभिन्न छालाका एलर्जी जस्ता रोगहरूबाट मुक्ति मिल्दछ। मानसिक हिसाबले शान्ति, सन्तोष, हलुकापन र सकारात्मक भावनाको विकास हुन पुग्दछ। आध्यात्मिक हिसाबले अन्तर्बोध हुने, दिव्यदृष्टि र अतिन्द्रीय दर्शनको विकास हुन्छ। यसै गरी शरीरका अङ्गहरूसित सम्बन्धित विभिन्न शारीरिक समस्याहरू र तिनले विकास गरेका मानसिक समस्याहरूबाट मुक्ति पाइनुका साथै शरीर शुद्ध र रोगमुक्त तथा दिनप्रतिदिन स्वस्थ हुँदै जान्छ। धेरै मानिसहरूलाई स्वैर कल्पना वा दन्त्य कथा जस्तो लागे पनि कति जीर्ण र दीर्घ रोगीहरू रोगमुक्त भएका उदाहरण रेकी लिएर स्वस्थ्यता हासिल गर्नेहरूको अनुभवमा सुन्न पाइन्छ। रेकी गुरु हवायो टकाटाकै उदाहरण लिऊँ, स्वासप्रस्वास, पित्ताशय, ट्युमर, एपेण्डिसाइटिस जस्ता विभिन्न रोगहरूले थलिएर अमेरिकाबाट जापान आएर (Maeda Orthopadic Hospital) अस्पतालमा भर्ना भई शल्यक्रियाको लागि टेबुलमा बसेकी उनले पूर्ण तयारी अवस्थामा रहेका डाक्टरसित आफ्नो रोगको वैकल्पिक उपचार विधिबारे सोध्दा डा. चुजिरो हयासीको रेकी क्लिनिकमा पठाएपछि शल्यक्रियाविना रोगमुक्त भएपछि प्रभावित भई आफूले पनि रेकी सिकेको प्रसङ्ग जोकसैका लागि प्रेरणादायी हुन सक्दछ। यी रेकी केन्द्रहरूसित सम्बन्धित अङ्गका सम्पूर्ण शारीरिक रोगहरू, मानसिक समस्यामाथि रोगीले विजय प्राप्त हासिल गर्ने मात्र होइन त्यसभन्दा परको आध्यात्मिक लाभ उठाउन सक्दछ। चैतन्यबोध, अन्तर्बोध, सपना साकार हुने, दुर्व्यसन हट्ने, सिर्जनशीलता बढ्दै जाने, संकल्पशक्ति बढ्दै जाने, क्षमाशील र विनयशील तुल्याउने लगायतका यावत् कुराहरूको लाभ मिल्दछ। यो चानेचुने कुरा होइन। यी रेकी केन्द्रहरूमा नियमित रेकी दिइसकेपछि सम्बन्धित रोगग्रस्त केन्द्रमा ५-२० मिनेट थप रेकी शक्ति सञ्चार गर्नुपर्दछ। आफूलाई फुर्सदको समय मिल्नासाथ रेकी दिन सकेमा समयको सदुपयोगसँगै स्वास्थ्य लाभ गर्न सकिन्छ।

रेकी चिकित्सा प्रणाली

रेकीलाई विभिन्न दृष्टिकोणबाट उपलब्धिमूलक बनाउन सकिन्छ। तीमध्ये विभिन्न शारीरिक तथा मानसिक रोगहरूको उपचारका लागि अपनाइने आत्मोपचार तथा परोपचार तथा आध्यात्मिक लाभ आदि प्रमुख हुन्। यसका लागि यस विधामा ३ तहका चिकित्सा प्रणाली, साधना र उपचारको उपयोग गरिन्छः

(१) रेकी स्पर्श चिकित्सा प्रणाली (Reiki Contact Healing)
(२) रेकी दूर चिकित्सा प्रणाली (Reiki Distant Healing)
(३) रेकी मास्टर चिकित्सा प्रणाली (Reiki Master Healing)

(१) रेकी स्पर्श चिकित्सा प्रणाली

यो रेकीको प्रारम्भिक तथा प्रथम तह हो। रेकी मास्टरबाट दीक्षित भएपछि साधकले नियमानुसार २१ दिनको नियमित साधनाकाल पूरा गरेपछि विभिन्न रेकी केन्द्रहरूमा नियमानुसार रेकी दिई आत्मोपचार तथा परोपचार गर्न सक्दछ। तत्पश्चात् रेकी साधकले शरीर, मन, भाव, प्राण आदिलाई शुद्ध, शून्य, स्थीर र स्वस्थ्य राख्न विभिन्न किसिमका ध्यान, आचरण र साधनाको नियमित पालना गर्नु पर्ने हुन्छ जस्तैः सूक्ष्म व्यायाम, एकाग्रता, प्राणायाम, मैत्रेय भावनाको साधना इत्यादि। यस तहमा हातले सिधै रेकी केन्द्रहरूमा स्पर्श गरी ऊर्जा पठाई उर्जित गराइ उपचार (आत्मोपचार तथा परोपचार) गरिन्छ। कुनै संकेत चिन्हको प्रयोग हुँदैन। २१ दिनको

अभ्यासपछि रेकी मास्टरको निर्देशन अनुसार थप ३ महिना अभ्यास गरी अरुको उपचार र दोस्रो तहको निमित्त योग्यता हासिल गर्न मार्ग प्रसस्त हुन्छ।

(२) रेकी दूर चिकित्सा प्रणाली

पहिलो चरणको नियमानुसार साधना पूरा गरेपछि साधकले यस तहको प्रणालीमा प्रवेश पाउँछ। यसमा तीन वटा रेकी चिन्ह (Reiki Symbol) को समेत प्रयोग हुन्छ, ती हुन् : -

(क) शक्तिको प्रतीक (The Symbol of Power)
(ख) मानसिक वा भावनात्मक प्रतीक (Emotional and Mental Symbol)
(ग) टाढाको वस्तु वा व्यक्तिसँग जोड्ने प्रतीक (Distant /Abcent Connective Symbol)

दोस्रो तहको साधकले यी प्रतीक चिन्हहरूका माध्यमबाट टाढा बसेर पनि जुनसुकै प्राणी, वस्तु तथा पितृलाई मुक्त गर्न वा उपचार गर्न सक्षम हुन्छ। यस्ता चिन्हहरू गोप्य हुनुका साथै शक्तिपात दीक्षा (शक्तिपात) बाट रेकी चिन्ह च्यानलिङ वा रेकीको च्यानलमा समावेश गरेर दिइन्छ। साधकले महिनौं त्राटक लगायतका साधना विधिबाट अभ्यास गरेपछि दूर चिकित्सा प्रणालीका निमित्त सक्षम बन्न सक्दछ भने उसमा विस्तारै ऊर्जा शक्तिको जागरण अतिन्द्रीय शक्ति जागृत हुन सक्दछ।

(३) रेकी मास्टर चिकित्सा प्रणाली

यो रेकीको अन्तिम तथा उच्चतम् तहको चिकित्सा प्रणाली हो। यस तहमा दीक्षा, ज्ञान, रोगहरूको पहिचान र उपचार तथा रेकी अध्यापनका लागि सक्षम बनाइन्छ। साधकको साधनाको आधारभूत ज्ञान, क्षमता र साधनास्तरको मूल्याङ्कन गरी दोस्रो तहको वा दूर चिकित्सा प्रणाली सकेको १ देखि ३ वर्षसम्ममा दिइन्छ। रेकी मास्टर हुनु रेकीप्रति पूर्ण उत्तरदायी भई रेकीको विकास, विस्तार र उपचारमा पूर्ण रूपले समर्पित हुनु पनि हो।

विभिन्न रोगहरू तथा रेकी उपचार

रेकीबाट सबै रोग र समस्याहरूमा उपचार दिन सकिन्छ। अमेरिका, जापान जस्ता विभिन्न विकसित मुलुकहरूमा अस्पतालमा भर्ना भएका बिरामीहरूलाई त्यहाँको उपचारसँगै रेकी हिलरद्वारा नियमित रेकी दिने व्यवस्था मिलाइएको हुन्छ। यसबाट रोगीप्रति आत्मीयता बढ्नुका साथै रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता र आत्मबलको वृद्धि र विकास हुन गई रोग निको पार्न सहज वातावरणको निर्माण हुने हुन्छ, जस्तै :

(१) आर्थराइटिस (जोर्नी दुख्ने): मूलाधार चक्र, घुँडा तथा अन्य प्रभावित जोर्नीहरूमा रेकी दिने।
(२) आँखाका समस्याहरू : आँखा, कान, कञ्चट, निधार, घुच्चुक आदिमा नियमानुसार रेकी दिने।
(३) आलस्यता : कञ्चट तथा हृदय केन्द्रमा रेकी दिने।
(४) उच्च तथा निम्न रक्तचाप : हृदय, नाभी तथा गर्धन आदि केन्द्रमा रेकी दिने।
(५) क्यान्सर : प्रभावित अंगमा धेरै समय तथा शरीरका सबै केन्द्रहरूमा (पूर्ण शरीर) रेकी दिने।
(६) टाउको दुखाई तथा अर्धकपाली (माइग्रेन) : आँखा, कान, कञ्चट तथा नाभी केन्द्रमा रेकी दिने।
(७) फ्याक्चर (भँचाइ) : प्लाष्टर माथिबाट नियमित रेकी दिने।

(८) मोटोपन : विशुद्धि चक्र तथा चक्र सन्तुलन गराउने।
(९) पक्षघात - सम्पूर्ण अङ्ग, सात चक्रहरू साथै समूह रेकी दिने।
(१०) विभिन्न स्त्री रोगहरू : नाभी एवम् गर्भाशयमा रेकी दिने। यसरी विभिन्न ताजा तथा दीर्घ रोगहरूमा निश्चित समयसम्म नियमानुसार नियमित रेकी दिई उच्च रोगप्रतिरोधात्मक क्षमताको वृद्धि गरी रोग र समस्याहरूबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ।

रेकी साधक वा उपचारकको कर्तव्य

(क) दैनिकी

रेकी लिने बिरामी तथा नियमित साधकहरूले निम्न होशियारी अपनाउनु उपयुक्त मानिन्छः

- सात्विक भोजनमात्र लिने व्यवस्था मिलाउनु पर्दछ।
- रेकी चिन्हलाई भिज्युअलाइज (परिकल्पना) गरिरहनु पर्दछ।
- अतीतका सुखद् क्षण, खुशी र सफलताका क्षण वा घटनाहरूलाई स्मरण गरिरहनु पर्छ ताकी मनमा झुक्किएर पनि नकारात्मक भाव वा ऊर्जा छिर्दै नछिरोस्।
- हरेक घण्टा शुद्ध पानी पिइराख्नु पर्दछ।
- दिनमा सरदर ७०/८० पटकसम्म गहिरो र लामो श्वास अर्थात् नाभी अनिवार्य लिने बानी बसाल्नु पर्दछ। यसले प्राणायामको साधनामा नियमितता आइरहन्छ।
- आफ्नो रोगी वा बिरामी ठीक हुँदै गइरहेको भिजुअल गरिरहनु पर्दछ। जस्तो कि फुर्सदको समय मिल्नासाथ म ठीक हुँदैछु, म ठीक हुँदैछु, मेरो सारा शरीर स्वस्थ, तन्दुरुस्त र ऊर्जावान् हुँदैछ जस्ता कुराहरूको परिकल्पना गरिरहनु पर्दछ। अनि फुर्सदको समय मिल्नासाथ विभिन्न रेकी केन्द्रहरू कम्तिमा ३ र बढीमा ७ मिनेट रेकी दिनु पर्दछ। अथवा पूरा अङ्गहरूमा रेकी दिने समय नभएमा ७ चक्रहरूको साधना गर्न छोड्नु हुँदैन। रोगग्रस्त अंगलाई रेकी दिन कदापी छुटाउनु हुँदैन।
- दैनिक स्नानका क्रममा मेरुदण्डको हड्डीमा चिसो पानी राख्दा चक्र सन्तुलित रहन मद्दत पुग्दछ। स्नानपछि तौलियाले रगडी रगडी छालालाई मसाज गर्नु पर्छ। यसले छालाका छिद्रहरू खुल्न मद्दत पुग्दछ।
- दिनमा २/३ पटक हातखुट्टाका बिसै औंलाहरूलाई दबाइराख्नु पर्दछ।

(ख) रेकी ध्यान

आफ्नो शरीरको स्वास्थ्य तथा रेकी साधनाका लागि रुची र उपलब्धता अनुसार भरिसक्य एकान्तकोठा, जङ्गल, गुफा वा ओडार छानेर रेकी ध्यानलाई नियमितता दिनु पर्दछ। ध्यान हल वा योगाश्रम जस्ता सामूहिक रेकी दिन मिल्ने वा सकिने ठाउँ भए अझ उत्तम हुन्छ।

- ध्यान गर्ने कोठा अप्राकृतिक सुगन्ध प्रयोग नगरिएको, वातावरणीय प्रदूषण, ध्वनिप्रदूषण नहुने खालको ठाउँको छनौट गर्नु पर्दछ।
- ध्यानको लागि ब्रह्ममुहूर्तको समय उपयुक्त मानिन्छ। त्यसबाहेक कामबाट फुर्सद पाउना साथ ध्यान वा रेकी दिन छाड्नु भने हुँदैन। यसबाट मनमा कहिले पनि नकारात्मक भाव प्रवेश गर्न पाउँदैन।

(ग) व्यायाम

शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्यलाई राम्रो राख्नका लागि आधा एक घण्टा पसिना आउने गरी व्यायाम गर्नु उपयुक्त हुन्छ। जस्तैः डोरी खेल्ने (स्कीपिङ्ग), हलुका उफ्रिने (जगिङ्ग), पौडी खेल्ने, प्रातः भ्रमण इत्यादि सजिला र सबै अङ्ग परिचालन हुने उपयोगी व्यायामहरू हुन्। तर खास रोग भएर औषधी लिइरहेकाले आफ्नो डाक्टरको सल्लाह बमोजिममात्र व्यायाम गर्नु पर्दछ। व्यायाम दोहोरो हावा खेल्ने वा खुला ठाउँ वा बगैंचा, जङ्गल वा मैदानमा गर्न सकिन्छ। त्यसका साथै प्राणायाम, अनुलोम-विलोम, प्राणयाम, कपालभाँती, नाडीशोधन, भस्त्रिका गर्नु उपयुक्त हुन्छ।

- त्यसै गरी सूक्ष्म व्यायामले शरीरलाई थप लचिलो बनाउन सहयोग पुऱ्याउँछ।

(घ) रेकी सहायक सामग्रीहरू

रेकी साधकहरूले दैनिक साधना तथा दिनचर्यामा विभिन्न किसिमका सामग्री तथा उपकरणहरूको प्रयोग

गर्न सक्दछन्। जस्तैः विभिन्न रंगका मालाहरू, विभिन्न रंगका पेन्सिलहरू, सिक्री (ब्रासलेट), स्फटिक (क्रिष्टल) तथा श्रीयन्त्र इत्यादि।

यी सामग्रीहरूको नियमित प्रयोगले चिन्ता, तनाव र सबै प्रकारका नकारात्मकता समाप्त गरी सन्तुलन, ऊर्जा जागरण, मनोकांक्षाको पूर्ति, हिलिङ्ग (उपचार) र शुद्धता तथा सकारात्मकता आदिको लागि सहयोगी भूमिका खेल्न सक्दछ। तिनको उपयोगबाट साधकको पहिचान झल्किनुका साथै आत्मसन्तुष्टिमा समेत वृद्धि हुने हुन्छ।

रेकी भोजन ज्ञान

सच्चा योग वा रेकी साधक बन्नका लागि खानपानमा विशेष ध्यान पुऱ्याउनु पर्नेहुन्छ। किनभने हामीले लिएको भोजनका आधारमा शरीरमा रक्त र रक्तबाट ज्ञान तन्तु र त्यसबाट विचार बन्दछ। राम्रो विचारका लागि सात्विक भोजन अनिवार्य छ। भोजनको कमीले मस्तिष्क निर्बल हुन जान्छ भने अधिकतालै जडता आउँछ। गरिष्ठ, अमिलो, तिखा स्वाद भएका, मसालेदार, भुटेतारेका इत्यादि जस्ता तामसी भोजनले ध्यान र समाधिमा बाधा सिर्जना गर्दछन् भने स्वास्थ्यमा पनि नकारात्मक असर पर्दछ। त्यसैले राम्रो साधना, स्वास्थ्यका लागि भोजनका विषयमा निम्न सावधानी अपनाउनु श्रेयस्कर हुन्छ।

१. खानामा सलाद, हरियो खुर्सानी, लसुन, अदुवा, खुर्सानी, मुला, कागती, हरियो सागपात इत्यादि नियमित समावेश भएमा उत्तम हुन्छ।
२. उठ्नासाथ नियमित कागती पानीको सेवनलाई नियमितता दिनु उपयुक्त हुन्छ।
३. दैनिक नियमित खानामा अङ्कुरित अनाज, कागजी बदाम, अंजिर आदिलाई अघिल्लो दिन भिजाएर फुलिएपछि सेवन गर्ने तथा दही, फलफूलको जुस आदिलाई नास्ताको रूपमा समावेश गर्दा उपयुक्त हुन्छ।
४. दैनिक भोजनमा ५० प्रतिशत अन्नजन्य परिकार र ५० प्रतिशत दाल, तरकारी, सलाद र फलफूल समावेश हुनु उपयुक्त मानिन्छ। आमाशयमा आधा भाग खानाको लागि चौथाइ भाग पानी र चौथाइ भाग

हावाका लागि राखिने गरी खानु पर्दछ। यसले अपानवायु, अपच र पखाला जस्ता समस्या हुनर्दिदैन। खाना खानेबित्तिकै कहिले पनि सुत्नु हुँदैन।

५. जङ्कफुड, माछामासु, धुम्रपान, मदिरापान इत्यादि नलिनु उपयुक्त हुन्छ। यिनले स्वास्थ्य र आदतमा नकारात्मक प्रभाव छाड्दछन्।

६. अंकुरित अनाजको सेवन गर्नुपर्छ, सातामा एक दिन उपवास बस्नु उत्तम हुन्छ। उपवास प्राकृतिक चिकित्सा पनि हो। तर यसको खास तरिका नमिल्दा घातक पनि बन्न सक्छ। त्यसैले होशियार हुनुपर्दछ। पाकेको भोजनमा शक्ति नहुने हुँदा फलफूलको ताजा जुस, अंकुरित अनाज, सलाद, हरियो सागपात तथा हाफ ब्वायल सागसब्जीमा बल गर्नु पर्छ।

७. खाद्यवस्तुहरू, पानी आदिमा सकेसम्म रेकी दिएर, तरल हुने गरी चबाइकन पूर्ण मस्ती र एकाग्रचित्तका साथ खानु पर्दछ। खाना साँझ ८ बजे अगावै खाने बानी बसाल्नु पर्दछ। त्यस्तै भोजनलाई यति चबाएर खाने कि चबाउँदा चबाउँदै मुखैमा तरल बनोस्।

८. भोजनको आधा घण्टा पश्चात् मात्र पानी वा फलफूल लिनु उपयुक्त हुन्छ।

९. खाना खाँदा, रेडियो, टिभी, मोबाइल जस्ता कुराहरूदेखि टाढा बसी स्वाद र आनन्दपूर्वक खाने गर्नुपर्दछ।

१०. परस्पर विरोधी खाना वा विरुद्ध आहार सकेसम्म खानु हुँदैन जस्तोः प्याजसित दूध, दूधसित दही, दूधसित लस्सी, माछामासुसित दूध, घिउ र महलाई समान मात्रामा मिलाएर खानु, अमिलो फलफूल वा सलाद दूधमा मिसाएर, दहीलाई तताएर खानु हुँदैन इत्यादि।

रेकी गुरुहरूको योगदान

(१) भगवान् बुद्ध (प्रमुख प्रतिपादक)

खासमा रेकी लुम्बिनीको कपिलवस्तुका राजा शुद्धोदन र मायादेवीका सुपुत्र गौतम बुद्धले प्रतिपादन गरेको मानिन्छ। उहाँले आफ्ना शिष्य वैद्यरत्नगर्भ समक्ष प्रकट गर्नु भएको थियो। तत्कालीन समयमा तन्त्र (The Tantra of Lightning Flas) भनिन्थ्यो। पछि चीन र जापानसम्म फैलिएको यस विद्या आठौं, नवौं शताब्दीतिर थप विस्तार भएको पाइन्छ।

दोस्रो विश्वयुद्ध महाभूकम्प जस्ता घटनाहरूका कारण रेकी मास्टर र साधकहरूको सङ्ख्या घट्दै गएपछि लगभग हराउँदै गयो। कालान्तरमा पछि भारत, चीन, जापान हुँदै सन् १९३७ तिर अमेरिकाबाट युरोप घुमी जापानबाट फेरि नेपालमा फर्किएको पाइन्छ।

(२) डा. मिकाउ उसुई (Dr. MikaoUsui)

डा. मिकाउ उसुइको जन्म जापानको क्योटोको यागो गाउँको एक गरीब परिवारमा सन् १९६५ अगष्ट १५ मा भएको थियो। श्रीमती सुदाको सुजुकीसित विवाह बन्धनमा बाँधिएपछि दुई सन्तानका पिता बनेका उसुई दोशिश विश्वविद्यालयका प्रिन्सिपल थिए। चिकित्सा विज्ञानमा रुची राख्ने उसुईलाई औषधी विज्ञान, धर्मशास्त्र, दर्शनशास्त्र आदिका प्रकाण्ड विद्वान थिए। उनलाई एकपटक आफ्नै शिष्यले "तपाईले केवल आत्मालाई ठिक राख्ने बारेमा मात्र पढाउनु हुन्छ। येशुले त आत्मा र शरीर दुवैलाई तन्दुरुस्त राख्ने उपायहरूको सम्भव भएको कुरो बताउनु भएको छ"। भन्दा नाजवाफ भएपछि राजीनामा गरी सत्यको खोजीमा निस्किएका थिए।

त्यसैको खोजमा उनले बुद्धको लुम्बिनीमा गई पाली र संस्कृत भाषाका विभिन्न ऊर्जा हरूको अध्ययन र साधना सिकेका थिए। त्यसै गरी अमेरिका, चीन, तिब्बत, नेपाल, भारत आदि मुलुकहरूको धम्मरधुस्तसित भ्रमण गरेका थिए। सन् १९२२ मा जापानको कुरायामा पर्वतमा २१ दिन निराहार साधना गरी रेकी ऊर्जा को आविष्कार प्रयोग र उपचारमा डा. उसुईले सफलता हासिल गरी छाडे। पहिलो आधिकारिक रेकी संस्था स्थापना गरी गरीब बस्तीबाट उपचार थालेका उनले जापानका विभिन्न ठाउँहरूमा घुम्दै रेकीको विकास र विस्तारमा समय दिए।

सन् १९२६ सेप्टम्बर १ मा टोकियोमा महाभूकम्प गयो। त्यसमा १ लाख ४० हजार जति हताहती र ५० हजार बढी घाइते भए। मुलुकको उक्त संकटकालीन समयमा डाक्टरद्वारा उपचार दिन नसकिएका घाइतेहरूलाई डा. मिकाउ उसुईले रेकी दिएपछि निकै सफलता हासिल गरी लोकप्रियता कमाएका थिए। उनको सेवालाई तत्कालीन जापानी सम्राटले सम्मान गरे। त्यसपछि उनले रेकीलाई धर्म, सम्प्रदायबाट छुट्ट्याई सबैको कल्याणका लागि प्रयोग गरे। त्यसबाहेक आफ्नो जीवनकालमा दुई हजार बढी शिष्यहरूलाई रेकीको अभ्यास र शिक्षा प्रदान गरेका थिए। तीमध्ये १९ जनाले चाहिँ शिनपडन अर्थात् रेकी मास्टरसम्मको दीक्षा हासिल गरेका थिए। तिनीहरूमध्ये डा. चुजिरो हयासी जस्ता प्रसिद्धि प्राप्त रेकी माष्टर उनकै समयमा उत्पादन भएको कुरा सदा स्मरणीय छ। डा. मिकाउ उसुईको समयमा रेकी हिलरले खासमा मुख्य दुई कुरालाई ख्याल गर्नुपर्ने निकै महत्त्वपूर्ण देखिन्छः पहिलो नमागिकन कहिल्यै रेकी नदिने (Never give reiki without request) तथा दोस्रो रेकी कहिल्यै पनि निःशुल्क दिनु हुँदैन। (Never give it free.) झट्ट सुन्दा सामान्य लागे पनि रेकी हिलरले रेकीको बदलामा केही नलिई कसैलाई दिनै हुँदैन यो अचुक सूत्र हो। जसले लिन खोज्छ बदलामा उसले केही न केही दिनै पर्छ नै जसले केही दिनै चाहन्न उसित लिने चाहना पनि छँदै छैन भन्ने बुझिन्छ। यस प्रकार रेकी शिष्य तयार पार्ने र उपचार सेवा दिँदादिँदै अरुको सेवाले आफ्नो स्वास्थ्यलाई ख्याल गर्न नसकी ९ मार्च १९२६ मा फुकुयामा उसुईको देहावसान भयो। डा. मिकाउ उसुईको देहान्तपछि सन् १९९४ सम्म रेकीको मूल ज्ञान लिखित नभई मौखिक परम्परामै जीवित रहँदै आएको पाइन्छ। त्यसैले पनि कतिपय कुराहरू प्रकारान्तर हुनपुगेका देखिन्छन्। अहिले यसलाई आधुनिकतासँगै संरक्षण र संबर्द्धन गर्नुपर्ने आवश्यकता बढ्दै आएको देखिन्छ।

(३) डा. चुजिरो हयासी

डा. उसुईको देहावसानपछि उहाँको उत्तराधिकारीका रूपमा उहाँकै शिष्य डा. चुजिरो हयासी उभिनु भएको देखिन्छ। भनिन्छ, उहाँले दोस्रो विश्वयुद्धपश्चात् जापानबाट रेकी विद्या लोप हुने कुरा पहिल्यै देखिसक्नु भएको थियो। त्यसैले उहाँले आफ्नो उत्तराधिकारीको रूपमा कुनै जापानी होइन अमेरिकामा जन्मेकी हवायो टकाटालाई चुन्नु भएको थियो।

उहाँले इच्छामरण गर्नु अघि अमेरिका रहेकी हवायो टकाटालाई उपस्थितिको आभाष दिलाउनु भएको थियो। अमेरिकाबाटै गुरुले बोलाएको आभाष अलौकिक रूपमा पाएपछि तत्काल जापान आउँदा सत्य साबितभयो। यसरी हयासीले अलौकिक शक्तिको चमत्कार देखाई रेकीलाई थप उचाइमा पुऱ्याउन सफल हुनु भएको पाइन्छ।

(५) श्रीमती हवायो टकाटा (Mrs. HawayoTakata)

यिनी जापानी मूलकी भए पनि अमेरिकाको हवाई टापुमा सन् १९०० मा जन्मेकी हुन्। यिनको विवाह साइची टकाटा (Mr. SaichiTakata) सँग सन् १९१७ मा विवाह भए पनि सन् १९३० मा १३ वर्षको दाम्पत्य जीवनपश्चात् उनको देहान्तपछि विधुवा जीवन र विभिन्न मानसिक तथा शारीरिक पीडाको शिकार भईन्। श्वासप्रश्वास, पित्ताशय आदि समस्याले शल्यक्रिया गर्नुपर्ने भई जापान आइपुग्दा उनलाई थप ट्युमर र एपेण्डिसाइटिसले समेत च्यापिसकेको थियो। उपचारका लागि अस्पताल भर्ना भए पनि अन्तरमनदेखि नै उनलाई शल्यक्रिया गर्न मन लागिरहेको थिएन। फेरि पनि शल्यक्रियाको लागि तयार भई टेबुलमै पुगे पनि डा. माइदालाई यसको विकल्प छैन भनेर सोधिन्। उहाँ (डा. माइदा) ले उनलाई चुजिरो हयासीको क्लिनिकमा पठाएपछि हयासीले शल्यक्रियाविनै ४ महिनाको उपचारले उनलाई शारीरिक तथा मानसिक रूपमा पूर्ण स्वस्थ्य तुल्याइदिए। चिताउँदै नचिताएको यस घटनाले उनको जीवनमा नयाँ पाठ सिकायो र थप खुशी पनि ल्याइदियो। उनी रेकीप्रति आकर्षित भईन् र सिक्ने लक्ष्य बनाएर लागिन्।

सन् १९३८ मा रेकीको माष्टर डिग्री हासिल गर्दा त्यसका लागि तिर्नु पर्ने १० हजार अमेरिकी डलर थिएन। तर रेकी प्रति अगाध आस्था र विश्वास थियो। चरम अभाव र गरिबीको मार खेपेर पनि उनले आफ्नो घर बेचेर त्यसको शुल्क तिरिन्। त्यसको बदलामा रेकीको माष्टर भएर आत्मसन्तुष्टि लिइन्। उनको यो त्यागले रेकीलाई तत्कालीन समाजमा अझ लोकप्रिय बनायो। फलस्वरूप यिनले २२ जनालाई रेकी माष्टर बनाएर सन् १९८० डिसेम्बर २२ मा देहत्याग गरिन्।

रेकीको महत्त्व र दैनिक जीवनमा उपयोग

रेकी साधक तथा हिलरहरूले आफ्नो रेकी साधनालाई लाभदायी र थप फलित बनाउनका लागि निम्नलिखित कुराहरूमा सचेत रहनु र पालना गर्नु उपयुक्त मानिन्छः-

१. दैनिक सूर्य नमस्कार
२. रेकी ध्यान साधना
३. सात्विक भोजन ग्रहण
४. सात्विक विचार लिने

५. पहिलो दीक्षा लिएपछि कम्तीमा २१ दिन र बढीमा दोस्रो दीक्षा नलिउञ्जेल नियमित रेकी साधनालाई कठोरतापूर्वक पालना गर्ने वा जारी राख्ने व्यवस्था मिलाउनु पर्दछ। रेकीबाट बोटविरुवा, पशुपक्षी इत्यादि जलजमिनमा रहने सजिव निर्जीव कुराहरू लगायत ग्रह, विश्वकै उपचार गरी शान्ति, सुस्वास्थ्य, दीर्घायु तथा रुपान्तरको बाटोमा ल्याउन सकिन्छ। हरेक वस्तुप्रति श्रद्धा, प्रेम, करुणा, सद्भावको भावना जागृत गरी आध्यात्मिकता पैदा गर्न सकिन्छ। रेकी एउटा यस्तो विधा हो जुन सामान्य भईकन विशिष्ट छ। शरीरलाई शिथिल बनाउँछ, तनाव घटाउँछ, चक्र र शक्तिको सन्तुलन गराउँछ। शरीरबाट विषाक्त कुराहरू शुद्धीकरण गरी हटाउँछ। आफसे आफ रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ र आध्यात्मिक क्षमता बढाउँछ। मानसिक, भावनात्मक सन्तुलन मिलाई शान्त, आनन्द र प्रफुल्ल राख्दछ। रेकीमा शारीरिक, मानसिक र भावनात्मक अर्थात् सम्पूर्णताको सन्तुलन मिलाउँछ। यो पूर्ण रूपमा प्राकृतिक र सुरक्षित पनि छ। रेकी पीडा, चिन्ता र

तनावले ग्रस्त रोगीहरूका लागि निकै उपयुक्त छ। यसले प्रेम, कृतज्ञता, शान्ति, सिर्जनशीलता, एकाग्रता, शुद्धता, सम्बन्ध खुला हृदय र करुणा जगाउँदछ।

निष्कर्ष

प्राकृतिक तथा वैकल्पिक चिकित्सा प्रणालीबारे जानकारी, फाइदा आवश्यकता, महत्वको प्रचारप्रसार तथा संरक्षणका निमित्त सम्बन्धित पक्षबाट यथेष्ट पहल हुनसकेमा लुम्बिनी प्रदेशमा पुन रेकीलाई गौतम बुद्धले प्रतिपादन गरेको वैकल्पिक चिकित्सा विधिका रूपमा पुनस्थापन गर्न सकिन्छ। यसबाट समष्टिगत रूपमा धेरै फाइदाहरू पनि छन्। सस्तो, सजिलो र सुलभ विधि हुँदा-हुँदै पनि यस विधिले जापान, अमेरिका र चीनमा जस्तो नेपालकै लुम्बिनी प्रदेशमा उपयुक्त स्थान पाउन सकेको छैन। सम्बन्धित पक्षबाट थप पहल जरुरी छ।

भवन्तु सब्बं मंगलम्।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

ओशो, सिद्धार्थ, (२०१२ इ.) *सम्पूर्ण अध्यात्म,* मुरथल नानकधाम, ओशोधारा ट्रष्ट।

किम्रीख, स्वामी मोहन, (२०६९) *रेकी विश्लेषणात्मक पर्यवेक्षण,* काठमाण्डौः दिव्य योग प्रतिष्ठान।

खसडबाबा, (२०७९) *योग विज्ञान,* बुक हिल पब्लिकेसन प्रा. लि.।

खसडबाबा, (२०७८) *विचार विज्ञान,* बुक हिल पब्लिकेसन प्रा. लि.।

पौडेल, डा.बुद्धिप्रसाद, र अन्य (सम्पा), (२०७६) *योग,* बुटवलः लुम्बिनी प्रदेश सरकार।

विकासान्द, डा. योगी, (२००३) *रेकी रहस्य,* सामाखुसीः रेकी योग प्रकाशन।

स्वामी रामदेव, (२०१७) *प्राणायाम रहस्य,* हरिद्वारः दिव्य प्रकाशन, ।

अन्यः विकीपिडिया, युट्युब, तस्विर स्रोत : गुगल

राजर्षि भर्तृहरि र उनको शिक्षा

महेन्द्र थापा
पत्रकार, रूपन्देही

लेखसार

प्राचीन भारतका एक महान राजा, भाषाविद्, दार्शनिक र कवि हुन् भर्तृहरि। उनको योगदान बहुआयामिक छ। राजर्षि, सिद्ध, योगी, कवि, नीतिकार तथा राजा भर्तृहरि उनको व्यक्तित्व र योगदान बारे चर्चा गरेर ग्रन्थ नै तयार गर्न सकिन्छ। उनका प्रशंसक विद्वानहरूले उनलाई ज्ञानकालागि राजपाट त्यागन सक्ने जनक जस्तो राजा, नाथ सम्प्रदायलाई गति दिने सम्प्रदाय प्रवर्तक गुरु गोरखनाथ जस्तो योगी, आचार्य चाणक्य र महात्मा विदुर जस्तो नीतिकार, सुन्दर कविता लेख्ने भवभूति जस्तो कवि र पुराणमा समेत नाम भएका पौराणिक व्यक्तिका रूपमा चर्चा गरेका छन्।

यस्ता राजर्षि महात्माको शिक्षा र उनको तपस्या एवं साधना स्थल रूपन्देहीको बुटवल र पाल्पाको सीमावर्ती क्षेत्र तिनाउ गाउँपालिका अन्तर्गतको दोभानस्थित कुहिरेभिर बारे यस लेखमा चर्चा गरिएको छ। उनका मुख्य कृतिहरू वाक्यपदीय, शतक त्रय (नीति शतक, श्रृङ्गार शतक र वैराग्य शतक) र व्याकरण महाभाष्य माथिको टिका हुन्। यस अध्ययनमा उनको भाषा दर्शन, काव्यशास्त्रीय दृष्टिकोण र व्यवहारीक जीवनका शिक्षाहरूको विश्लेषण प्रस्तुत गरिएको छ। यस अध्ययनले देखाएको छ कि भर्तृहरिका शिक्षाहरू आजको आधुनिक युगमा पनि उत्तिकै प्रासाङ्गीक र जिवनोपयोगी छन्। साथै उनको तपस्या र रचना स्थल बुटवल-दोभान क्षेत्रको कुहिरे भिरको सिद्धगुफा हो भन्ने जनश्रुतिलाई लिपिबद्ध गर्ने काम गरिएको छ।

शब्दकुञ्जी : भर्तृहरि, जनश्रुति, शतक त्रय, भाषा दर्शन, काव्यशास्त्र।

पृष्ठभूमि

संस्कृत साहित्यका अन्य कविहरूले जस्तै भर्तृहरिले पनि आफ्नो जीवनीको बारेमा मौन रही परिचय लुकाएको हुनाले उनको जीवनी अध्ययन गर्ने क्रममा जनश्रुतिको सहयोग लिनुपर्ने बाध्यता रहेको छ। कतिपय अन्वेषकहरूले उनलाई विक्रमादित्यका दाजुका रूपमा चिनाएका छन भने कतिपयले नाथ सम्प्रदायका गुरु गोरखनाथबाट दिक्षा ग्रहण गरेका शिष्य तथा अनुयायी मानेका छन्। विक्रमादित्यका दाजुका रूपमा लिँदा उनको समय आज भन्दा एक्काइस सय वर्ष अघि हुन्छ भने गोरखनाथबाट दिक्षा लिएका अनुयायी मान्दा छ-सात शताब्दी अघि मान्नु पर्ने हुन्छ। शतक त्रयको रचना इसाको सातौं शताब्दी अघि भएको कुरामा बहुसंङ्ख्यक विद्वान सहमत छन्।

भर्तृहरि को हुन् ? कहाँ तपस्या गरी ज्ञान हासिल गरे ? समय कुन हो ? उनको शिक्षा के हो ? योगदान के हो ? भन्ने विषयमा सोधखोज गर्ने क्रममा मैले धेरै व्यक्ति, पुस्तकालय र पुस्तक, पाल्पा दोभानको गड्डा गाउँ र नजिकैको सिद्धगुफा एवं भारतको गोरखपुर स्थित गोरखनाथको मन्दिर चहारें। उनी सम्बन्धी फिल्म र नाटक हेर्‍ें। उनको भोग र त्यागको कथा चित्ताकर्षक छ। लोकमा उनका बारेमा धेरै नाटक र फिल्म प्रचलित रहेछन्। जसका बारेमा यो छोटो लेखमा चर्चा गर्न सम्भव छैन। सारमा लोकले उनको भोग, सुशासन र त्यागको गीत निकै गाइरहेको छ। लोकमा उनका बारेमा प्रचलित कहानीहरू सबै सुन्दा वास्तविकता ठम्याउन नसकेर अन्यौलग्रस्त

बनिन्छ। कतै उनकी सबैभन्दा प्रिय रानी पिङ्गलाले घात गरेको कहानी छ त कतै भर्तृहरिले पिङ्गलाको आफू प्रतिको भक्ति भावको परीक्षा गर्न मृतक शिकारीको रगतमा आफ्नो राजकीय पोशाक चोबेर आफू मरेको झुठ्ठो कुरा सिपाही मार्फत दरबारमा पठाएकोमा पिङ्गलाले सभक्ति सति गएको कहानी प्रचलित छ। कतै उनको सबैभन्दा प्रिय रानी अनङ्ग सेना भएको र खासमा घात उनले गरेको एवं पिङ्गला दोस्रो प्रियतमा भएको चर्चा पाइन्छ। निकै विरोधाभास पाइन्छ, यस बारेमा। मलाई लाग्छ, उनले एउटी रानीबाट बेइमानी र अर्कीबाट भक्तिको अनुभव गरेको घटना सही हुनुपर्छ। जसले उनमा वैराग्य बोध गरायो। नारीलाई हामी अवला भन्दछौं, जो वास्तवमा गलत हो। चक्रवर्ती राजा भर्तृहरिलाई दुई नारीले जरैदेखि हल्लाईदिए। भारत वर्षमा कसैले हल्लाउन नसकेको उज्जैनको चक्रवर्ती राजालाई दुई नारीले हल्लाईदिए। दरबारको भोग निरर्थक र निस्सार रहेछ भन्ने बोध गराइदिए। योगी बनाइदिए।

घटना अनुसार चक्रवर्ती सम्राट भर्तृहरि दरबारमा रूप तथा सौन्दर्य र स्त्रीयोचित गुणका भण्डार कहलिएका रूपसीहरूसँग मस्त थिए। उनको सुशासन र विद्वताको ख्यातीबाट प्राभावित भएका एकजना साधु (ब्राह्मण) दरबारमा उनलाई भेटन् आए। भर्तृहरिले श्रद्धापूर्वक साधुलाई भेटे। साधुले राजालाई शतजिवी बनाउने अमरफल उपहार स्वरूप प्रदान गरे। "श्रद्धापूर्वक यो फल खानु होला, तपाई सय वर्ष बाच्नु हुन्छ" भन्ने आशीर्वाद दिएर साधु आफ्नो बाटो लागे। आफूले यो फल खाएर शतजिवी भईसकेको कुरा पनि साधुले सुनाएर बिदा भएका थिए। राजाले फल रतिकलाकी भण्डार सर्वप्रिय प्रियतमा रानी अनङ्ग सेनालाई सुम्पिए, रानीलाई अजर बनाएर रति सुख लिने अभिप्रायका साथ। उनको अनङ्गसेनाप्रति बेजोड प्रेम र लगाव थियो तर अनङ्ग सेनाको राजाप्रतिको भक्ति नक्कली थियो। अनङ्ग सेनाले उनै राजा भर्तृहरिको सारथी चन्द्रचुडलाई खासमा हृदय सम्राट मानेकी थिइन्। यस विषयमा कतै अस्वाध्यक्ष (सइस) त कतै सेनापतिसँग रानीको प्रेम सम्बन्ध भएको चर्चा पाइन्छ। सारथी पदले सइस र सेना दुवैलाई बुझाउँछ। रथ घोडाकै बनाइन्छ। रथी पद सेनामा प्रयोग हुन्छ। घोडाको रथ हाक्ने सारथी हो। पक्कै पनि राजाको रथ हाँक्ने सैनिक अधिकृत हुनु पर्छ। रथमा सवार भई लड्न जाने सैनिक अधिकृतलाई रथी भनिन्छ। चन्द्रचुड पनि रतिकलाका भण्डार थिए। चन्द्रचुडको रति सुखबाट प्रभावित अनङ्गसेनाले चन्द्रचुडलाई अजर राख्ने मनसायले राजाले दिएको अमरफल चन्द्रचुडलाई प्रदान गर्दछिन्। चन्द्रचुडको गणिका रूपलेखासँग पनि घनिष्ठ सम्बन्ध थियो। रति सुख लिएवापत चन्द्रचुडले रूपलेखालाई केही उपहार दिन नपाएकोमा पश्चाताप गर्दै त्यो अमरफल उनलाई दिए। बेढङ्गको अनाकर्षक त्यो अमरफलप्रति न अनङ्गसेना आकर्षित भईन् न रूपलेखा। रूपलेखाले आफू अजर भएर के गर्नु, यौवनले साथ दिएन भने यो गणिका पेशा चल्दैन। उज्जयिनी राजा दयालु र कीर्तिवान छन्। त्यसैले यसको उपयोगिता त उनलाई पो हुनसक्छ भनी भर्तृहरिलाई दिने निधो गरिन्। त्यसै दिन राजा भर्तृहरि पनि रूपलेखाको अतिथि बन्न पुगे। रूपलेखाले राजा भर्तृहरिलाई त्यो अमरफल दिइन। राजा चकित परे। सर्वप्रिय प्रियतमा अनङ्ग सेनालाई दिएको त्यो अमर फल रूपलेखाकोमा ! रूपलेखाले चन्द्रचुडले दिएको बयान राजालाई दिइन्। चन्द्रचुडले रानी अनङ्गसेनाले आफूलाई माया गर्ने गरेको र यो फल उपहार स्वरूप अनङ्ग सेनाले दिएको बयान दिए। राजाले चन्द्रचुडलाई तत्काल देश निकालाको सजाय दिए। राजाको प्रियतमा रानी उसैको सारथीको पुजारी ! राजाले त्रिलोक चौधभुवन चक्कर खाए। अनि रानी अनङ्गसेनालाई भेटी धिक्कार व्यक्त गरे। रानीलाई अपराध बोध भयो र तत्कालै आत्मदाह गरिन्। राजा गम्भीर बने। त्यसपछि राजाले राजकाज र सुशासनमा ध्यान केन्द्रित गरे। राजालाई लाग्यो कि रानी अनङ्गसेना र गणिका रूपलेखामा भिन्नता के नै रहयो र ? राजाले चिन्तन गर्दै गरे। त्यसै क्रममा शिकार खेल्न जङ्गल गए।

पहिलो पटक शिकार खेल्दा मृत शिकारी र मृग दुवैका पत्नी तत्कालै सति गएको घटनाले राजालाई चकित तुल्यायो। यो घटनाबाट अचम्मित भएका राजा दोस्रो पटक शिकार खेल्दा शिकारी साथी मञ्यो। यस पटक राजालाई रानी पिङ्गला त्यो मृत मृग र शिकारीको पत्नी जस्तै सति छन् की छैनन् ? भनी परीक्षा लिन मन लाग्यो। दोस्रो शिकारको क्रममा धेरै शिकारीले घेरेपछि बाघ आखेट (शिकार) छोडेर भाग्यो। शिकारीहरूको एउटा साथी भने बाघद्वारा मारियो। राजाले मृत शिकारीको रगतमा आफ्नो राजकीय पोशाक भिजाएर आफू मारिएको झुठो खबर पिङ्गलालाई पुऱ्याउन आफ्नो रक्त सिंचित पोशाक सहित सिपाहीलाई दरबारमा पठाए। पिङ्गलाले पतिको पोशाक छातीमा टाँसेर हे नाथ ! भन्दै तत्काल प्राण त्याग गरिन्। अहो ! कस्तो पतिव्रता ! राजा फेरि अर्को पटक जरैदेखि हल्लिए। जसरी अनङ्ग सेनाको घटनामा हल्लिएका थिए। राजा बेचैन भए। भाइ विक्रमादित्यलाई राजपाट सुम्पेर साधु रूप धारण गरे। गुरु गोरखनाथबाट दीक्षा लिएर शिष्य बने। त्यसक्रममा पनि भर्तृहरिलाई गोरखनाथले नारीलाई सम्मान गर्न आग्रह गरेको विद्वानहरूको भनाइ छ। अन्य कुरा जे सुकै भएपनि अमर फलको घटना सत्य हो। स्वयं भरतृहरिले नीति शतकको प्रारम्भ मै अर्थात् श्लोक नम्बर २ मा लेखेका छन् "मैले जुन स्त्रीलाई सधै प्रेम गर्दै आएको छु, उनी अर्कै कुनै दोस्रो पुरुषलाई प्रेम गर्दिरहिछन्। मैले प्रेम गरेको स्त्रीको प्रेमी पुरुषले पनि उनलाई होइन अर्कौं नारीलाई प्रेम गर्दोरहेछ। त्यस पुरुषले प्रेम गरेकी ती अर्की नारीले निजलाई नगर्ने रहिछन्। बरु उनी त मप्रति अनुरक्त देखिन्छिन्। त्यसरी प्रेम तन्तुहरू जेलिएको वर्तमान अवस्थालाई विचार गर्दा मैले मन पराएकी ती स्त्रीलाई, उनले मन पराएको पुरुषलाई, मलाई मन पराउने कुनै अर्की स्त्रीलाई त्यसपछि कामदेवलाई अनि त म आफैलाई समेत धिक्कार्दछु" । यो नै अमरफलको घटना भएको जनविश्वास रही आएको छ।

कुनै कुनै फिल्ममा गुरु गोरखनाथले भर्तृहरिलाई शिष्य बनाउन यस्तो घटना रचेको रहस्यमय कुरा पनि पाइन्छ। भर्तृहरि गोरखनाथको शिष्य भएपछि चन्द्रचुड पनि गोरखनाथको शिष्यको रूपमा दुवैको भेट हुन्छ र भर्तृहरिलाई चन्द्रचुडले आफू तपाईको अग्रज दाजु भएको बताउँछन्। यसबाट भर्तृहरि अझ चकित पर्दछन्। कुनै कुनै फिल्म र नाटकमा यस्तो कथा पनि पाइन्छ।

भर्तृहरि चर्कवर्ति सम्राट बने, यिनी विद्वता र सुशासनको लागि प्रसिद्ध छन्। रानीको सुख त माथि चर्चा गरिसकियो। स्वर्ग थियो, भर्तृहरिलाई, उज्जैन देश र त्यहाँको राजदरबार। जो पुण्य कर्मको सञ्चित फल मानिन्छ। यी सबै भोगेपछि भर्तृहरिमा वैराग्य उत्पन्न भयो। धेरैजसो राजा महाराजाहरू भोगविलास र राज्य विस्तारको अहंमा डुबेर नासिन्छन्। भर्तृहरि यसमा फरक साबित भए। यी सबै त्यागेर वितरागी बने। आफ्नो राज्य सञ्चालनको अनुभवमा आधारित भई नीति शतक, भोगविलासको स्वर्गीय आनन्दमा आधारित भई श्रृङ्गार शतक र वितरागी जीवनमा आधारित भई वैराग्य शतक जस्ता कालजयी साहित्यिक कृति रचना गरी समाजलाई सत्मार्ग दर्शन गराए। पाणिनी र पतञ्जलीका व्याकरण ग्रन्थमा आधारित भई वाक्यपदीय नामक व्याकरण शास्त्र रचना गरेका थिए। व्याकरण शास्त्रको पुनरुत्थान गर्ने विद्वानको रूपमा पनि उनी प्रसिद्ध छन्। धेरैले यस्तो जटिल शब्दावलीको व्याकरण किताब वाक्यपदीय पढ्न सकिँदैन भन्छन्। शतक त्रय भने लोकमा निकै प्रचलित र महिमाशाली छन्। विश्व साहित्यको स्तरमा यी कृति महत्त्वपूर्ण छन्। संसारमा यति गहिरो र स्पष्टसँग मानव चरित्र व्याख्या गरिएको साहित्य विरलै भेटिन्छन्। यिनमा महाभारत, गीता, त्रिपिटक, धम्मपद सबै ग्रन्थको सार रस पाइन्छ।

जनश्रुतिले बुटवल - दोभान क्षेत्रको कुहिरे भिरस्थित सिद्ध गुफालाई राजर्षि भरतृहरिको तपस्या तथा साधनास्थल मानेको छ। यसै जनश्रुतिको आधारमा नेपाल र भारतका लाखौं लाख भक्तजनले हरेक वर्ष सिद्धगुफा निकटका

दुईवटा सिद्धबाबा मन्दिरको दर्शन गर्ने गर्दछन्। श्रद्धापूर्वक पूजापाठ गर्ने गर्दछन्। बुटवल तर्फको सिद्धबाबा मन्दिरमा भर्तृहरिको मूर्ति स्थापना गरी पूजा गर्ने गरिएको छ। दोभान तर्फको सिद्धबाबा मन्दिरमा पनि भर्तृहरिको पूजा गर्ने गरिएको पण्डित पुरुषोत्तम बस्याल बताउँछन्। भर्तृहरिले वैराग्य शतकको श्लोक नम्बर ५४ मा लेखेका छन् - "समय समयमा ऋतुअनुसार आँप आदि मिठा फल खाएर भोक मेटाउन सकिहालिन्छ। प्यास (तिर्खा) हटाउन पानी पिउनलाई झरना उपलब्ध छँदैछ, सुत्नकोलागि भूँई र लगाउन (पहिरन) का निमित्त रुखका बोक्राहरू मनग्य पाइन्छन्। यस्तो स्थितिमा तत्कालै पाइने वा पाउन सकिने धनरुपी मदिरापान गर्ने जस्ता कुमार्गमा आफ्ना इन्द्रिय लगाइरहने दुष्ट व्यक्तिले गर्ने गरेको अपमानलाई स्वीकार गर्ने तर्फ मेरो कुनै चासो छैन" । यस्तो विशेषता भएको ठाउँ उक्त गुफा छ। अहिले पनि गुफासँगै झरना छ। एकान्त स्थल छ। यहिँबाट निस्केको झरना हो, चर्चित छरछरे झरना। हाल जङ्गल घटे पनि पहिले सुन्तला र आँपको बगैँचा भएको दोभानको गड्डा गाउँका बासिन्दाहरू बताउँछन्।

भर्तृहरिले गोरखनाथबाट शिष्यत्व ग्रहण गरेपछि गोरखपुरदेखि उत्तर पथको हिमालय क्षेत्रतिर लागेको भन्ने भनाइ प्रचलित छ। बुटवल - दोभान क्षेत्र उत्तर र दक्षिण ओहोर दोहोर गर्ने दोभान हो। तराई र पहाडको सङ्गमविन्दु हो। त्यसैले यसलाई दोभान भनिएको हो। तिनाउ नदी र चिडियाखोलाको मिलन स्थल पनि यहिँ छ। गोरखपुरदेखि दोभान सिधा उत्तरमा अवस्थित छ। घना जङ्गल बिचको गुफामा भर्तृहरिले तपस्या गरेको भन्ने जनश्रुतिसँग पनि यो गुफा मिल्दोजुल्दो छ। भारतको गोरखपुर मन्दिरबाट यो ठाउँ डेढसय बढी किलोमिटरको दूरीमा अवस्थित छ। भर्तृहरिले रानी अनङ्गसेनालाई प्रेम पूर्वक तिलोत्तमा भनी सम्बोधन गरेको पाइन्छ। तिलोत्तमा नदी निकटमा अवस्थित छ, सिद्ध गुफा।

यसक्षेत्रमा दुईवटा सिद्धबाबा मन्दिरका साथै सिद्धबाबाको नाममा धेरै सामाजिक र व्यावसायिक सङ्घ संस्थाहरू प्रचलित छन्। केही शिक्षण संस्थाका नाम पनि सिद्धबाबाका नाममा नामकरण गरिएका छन्। पाल्पा दोभानको भुतखोला माथिको गाउँ र त्यसमाथिको अर्को गाउँ गड्डाका बासिन्दाहरू यो सिद्धगुफालाई सिद्धबाबा - भर्तृहरिको तपस्यास्थल हो भनी मान्दछन्। यहाँका बासिन्दाहरू सिद्धबाबाकै आशीर्वादले आफ्ना आपत विपतका घटनाहरू चमत्कारपूर्ण ढङ्गले समाधान भएको अनुभव-अनुभूति सुनाउँछन्। गड्डा गाउँका मानिसहरू सबैजसोलाई भर्तृहरि बारेको अमरफलको घटना कण्ठस्थ छ। बैशाख पूर्णिमा र अन्य पूर्णिमामा पनि सिद्धबाबाका नाममा श्रदालुजनले रोट चढाएर पूजा गर्ने गरेको दोभानको गड्डा गाउँका पूर्व वडाध्यक्ष चित्र कुमार गुरुङ्ग बताउँछन्। भुतखोला माथिका गाउँका केही नारीहरूले आफूहरू बेला मौकामा गुफामा दर्शन गर्न जाने गरेको र जङ्गल बिचको त्यो भिरमा पाँच वर्षका बच्चा समेत सजिलैसँग आवत जावत गर्ने एवं आफूहरूलाई पनि थकाइ अप्ठ्यारो केही नहुने अनुभव-अनुभूति बताए। स्थानीय बासिन्दाहरूका अनुसार केही वर्ष अघि गड्डाको भर्तृहरि पूजा स्थलमा एक रजश्वला भएकी नारीले पूजास्थलको मर्यादा पालना गरिनछन्। सोही रात उनको घरमा लस्करै सुतेका परिवार बिच माझमा सुतेकी बालिकालाई बाघले खाइदिएछ। यस्तो अनुभव-अनुभूति र रोचक घटना यो गाउँमा धेरै सुनिन्छन्। केही वर्ष अघिसम्म गुफा क्षेत्रमा आँप र सुन्तलाको बगैँचा भएको अनुभव पनि गाउँलेहरू सुनाउँछन्। हाल संरक्षणको अभावमा गुफा नष्ट हुँदै जानथालेको छ। प्राकृतिक दृष्टिले पनि यो ठाउँ सुन्दर छ। तल तिलोत्तमा नदी, जो अप्सराको नामबाट नामकरण गरिएको हो। घना जङ्गल बिचको एकान्तमा गुफा छ। गुफामै झरना रहेको छ। साधु-सन्तको लागि तपस्या र सृजनाका लागि यो ठाउँ उपयुक्त छ।

भारत उज्जैनका चक्रवर्ति सम्राट भर्तृहरि राजपाट त्यागी सन्यासी बनेपछि यहि बुटवल - दोभान क्षेत्रको कुहिरे भिरको गुफामा तपस्या गरी अष्टसिद्धि ज्ञान प्राप्त गरी सिद्धबाबा कहलिए। उनले आफ्ना महत्त्वपूर्ण कृतिहरू पनि यसै गुफामा बसेर रचना गरेका हुनसक्छन् भन्ने धारणा छ। राजर्षि भर्तृहरि बारे सोधखोज तथा अनुसन्धान गरी उनका कृति शतक त्रयको नेपालीमा अनुवाद समेत गरेका विद्वान-लेखक मदन प्रसाद अर्याललले पनि जङ्गल र पहाडी भेगको एकान्त बासमा राजर्षि भर्तृहरिले विश्व प्रसिद्ध सुभाषि त्रिंशति भन्ने नीति-श्रृङ्गार - वैराग्य नामका तीनवटा एक/एक सय श्लोकी ग्रन्थहरूको रचना गरेका थिए भनी लेखेको पाइन्छ। यो ठाउँ यही दोभान कुहिरे भिरको सिद्धगुफा हुनुपर्छ। यो क्षेत्रमा प्रचलित जनश्रुति अनुसार यो ठाउँ उनको तपस्या स्थल हो भन्ने कुरामा द्विविधा छैन। उनका तपस्यास्थल भारतमा पनि छन् तर अष्टसिद्धि ज्ञान प्राप्ति स्थल यही गुफा हो। बुटवल - दोभान क्षेत्र विचरण स्थल हो। भर्तृहरि अहिले पनि विभिन्न भेषमा यसै सिद्धबाबा क्षेत्रमा भ्रमण गर्छन् भन्ने जनविश्वास रहेको छ। कुहिरेभिरमा हरेक दिन बिहान हिउँदमा समेत कुहिरो लागेको देख्न सकिन्छ। यो कुहिरो नभई सिद्धबाबाले गाँजा खाएर निस्केको धुवाँ हो भन्ने जनविश्वास रहेको छ। अतः यो गुफा र कुहिरेभिर क्षेत्र एवं गड्डा गाउँको संरक्षण र पर्यटकीय प्रबर्द्धन गर्नु पर्ने आवश्यकता देखिन्छ। यो क्षेत्र महाभारतका चर्चित पात्र अष्ट चिरन्जीवि मध्येका एक मानिने अश्वत्थामाको पनि विचरण तथा साधना क्षेत्र हो भन्ने जनश्रुति पाल्पाको रम्भापानी गाउँमा प्रचलित छ। बुटवल - दोभान क्षेत्र भर्तृहरि लगायत धेरै साधु-सन्तहरूको तपस्यास्थल मानिन्छ। जनश्रुतिले यही भन्छ । एक करोड दश लाख वर्ष पुरानो आदि मानव रामपिथेकसको दाँतको बङ्गारा भेटिएको स्थल पनि हो दोभान क्षेत्र। यसैले यो प्रागैतिहासिक दृष्टिकोणले समेत महत्त्वपूर्ण छ। शाक्यमुनि बुद्धको विचरण स्थल, बुद्धवल्ली क्षेत्र समेत हो यो। त्यसैले साधु, सन्त, राजर्षि, अप्सराहरूको विचरण र तपस्यास्थल हो यो क्षेत्र। यस्तो महत्त्वपूर्ण साँस्कृतिक पर्यटकीय स्थलमा वर्षेनी नेपाल र भारतका लाखौं पर्यटकहरू लक्षित गरी सिद्धबाबा क्षेत्र माथिको वसन्तपुर डाँडामा बुटवल - वसन्तपुर लुम्बिनी केबुलकार सेवा सञ्चालन गरिएको छ। यसले सिद्धबाबा क्षेत्रमा भारतीय पर्यटकहरू अझ ठूलो संख्यामा आकर्षित गर्ने अपेक्षा गरिएको छ। बुटवल तर्फको सिद्धबाबा मन्दिरले राजर्षि भर्तृहरि अध्ययन अनुसन्धान केन्द्र स्थापना र सञ्चालन गरेको छ। यो केन्द्रमा राजर्षि भर्तृहरि रचित कृतिहरू र उनका बारेमा लेखिएका पुस्तकहरू सङ्ग्रह गरिएको छ। यो मन्दिरले वि.सं. २०७३ सालमा राजर्षि भर्तृहरिका बारेमा धेरै विद्वान लेखकहरूका लेख र जनश्रुति एवं बुढापाकाका संस्मरणहरू सङ्कलन गरी संस्मृति सिद्धबाबा धाम, भर्तृहरिनाथ स्मृतिग्रन्थ प्रकाशित गरेको छ। शाक्यमुनि बुद्धले ज्ञान प्राप्त गरेको स्थल भारतको बोधगया जस्तै राजर्षि भर्तृहरिले ज्ञान प्राप्त गरेको बोधगया हो, बुटवल - दोभान क्षेत्र।

अध्ययनको उद्देश्यः

भर्तृहरिको तपस्या र रचनास्थल बुटवल-दोभान क्षेत्रको कुहिरेभिर स्थित सिद्धगुफा हो भन्ने सम्बन्धमा प्रचलित जनश्रुति सङ्कलन गरी लिपिबद्ध गर्ने र भर्तृहरिको शिक्षाको महत्त्व र महिमाको प्रचार प्रसारमा टेवा पुऱ्याउनु यस अध्ययनको उद्देश्य हो। भर्तृहरिको शिक्षा अहिलेको समयमा पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण र जीवनोपयोगी छ भनी चर्चा गर्नु समेत यस अध्ययनको उद्देश्य हो। भर्तृहरिको तपस्या स्थल बुटवल - दोभान क्षेत्रको पर्यटकीय विकासमा टेवा पुऱ्याउने उद्देश्य पनि हो। भर्तृहरिको नेपाल सम्बन्ध बारे चर्चा गरी भारत र नेपालको सांस्कृतिक सम्बन्ध थप प्रगाढ बनाउने। पर्यटन, शिक्षा र भाषा नीति निर्माणमा भर्तृहरिको शिक्षा प्रयोग गर्न सकिने सम्भावना खोज्ने उद्देश्य समेत हो।

भर्तृहरिको शिक्षाः

भर्तृहरिका मुख्य तीनवटा कृतिहरू छन्, जसले उनलाई अमर बनाएको छ।

१. **वाक्यपदीयः** यो भर्तृहरिको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कृति हो। यसमा तीनवटा काण्डहरू छन्, ब्रह्म काण्ड, वाक्य काण्ड र पद काण्ड। यस ग्रन्थमा उनले शब्द ब्रह्ववादी सिद्धान्तहरू प्रस्तुत गरेका छन्।

२. **शतक त्रयः** यसमा तीनवटा शतकहरू छन्। नीति शतक, श्रृङ्गार शतक र वैराग्य शतक। प्रत्येक शतकमा एक सय श्लोकहरू छन्, जसमा मानव जीवनका विभिन्न पक्षहरूलाई समेटिएका छन्।

३. **महाभाष्यदिपिकाः** यो पाणिनिको अष्टाध्यायी माथि र पतञ्जलीको महाभाष्य माथिको टिका हो। यसले उनको व्याकरण शास्त्रीय ज्ञानको गहिराइ देखाउँछ।

भर्तृहरिका दार्शनिक सिद्धान्तहरू

शब्द ब्रह्मवादः भर्तृहरिका दार्शनिक सिद्धान्तको केन्द्रमा शब्द ब्रह्मवाद छ। उनका अनुसार शब्द नै परम् सत्य हो। 'ब्रह्म' र 'शब्द' एउटै छन्। यो सिद्धान्त उनको वाक्यपदीयमा विस्तृत रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ। भर्तृहरिको भनाइमा सम्पूर्ण सृष्टि शब्दबाट उत्पन्न भएको हो। शब्द नै सृष्टि मूल कारण हो। यो दृष्टिकोण वेदान्तको अद्वैतवादसँग मिल्दो छ। तर, यसमा शब्दलाई विशेष महत्त्व दिइएको छ।

स्फोट सिद्धान्तः भर्तृहरिको अर्को महत्त्वपूर्ण सिद्धान्त स्फोट सिद्धान्त हो। यो भाषा विज्ञानको क्षेत्रमा एक क्रान्तिकारी सिद्धान्त मानिन्छ। उनका अनुसार हामीले बोल्ने वा सुन्ने ध्वनिहरू मात्र वाह्य अभिव्यक्ति हुन्। वास्तविक अर्थ स्फोटमा निहित हुन्छ। स्फोट एक निर्विकल्प र अखण्ड चेतना हो। जसले अर्थलाई एकै पटकमा प्रकट गर्दछ। यो सिद्धान्तले आधुनिक भाषा विज्ञानका केही सिद्धान्तहरूलाई पूर्व सूचित गरेको छ।

व्याकरण दर्शनः भर्तृहरिले व्याकरणलाई केवल भाषाहरूको नियमको सङ्ग्रह मात्र नभएर एक दर्शनशास्त्रको रूपमा प्रस्तुत गरेका छन्। उनका अनुसार व्याकरणको अध्ययनले मोक्षसम्म पुऱ्याउन सक्छ। उनले व्याकरणलाई सबै शास्त्रहरूको आधार मानेका छन्। व्याकरणको सही अध्ययन विना कुनै पनि शास्त्रको सही बुझाई सम्भव नभएको भर्तृहरिको मत छ।

भाषादर्शनमा भर्तृहरिको योगदान

भर्तृहरिलाई विश्वका पहिला भाषा दार्शनिकहरूमध्ये एक मानिन्छ। उनले भाषाको दार्शनिक पक्षहरूमाथि गहिरो चिन्तन गरेका छन्। उनका अनुसार भाषा र चेतना एक अर्कासँग अभिन्न रूपमा जोडिएका छन्। चेतनाविना भाषाको अस्तित्व हुँदैन र भाषाविना चेतनालाई अभिव्यक्त गर्न सकिँदैन। भरतृहरिले भाषालाई केवल संवादको माध्यममात्र नभएर सृष्टिको रचनात्मक शक्तिको रूपमा प्रस्तुत गरेका छन्। शब्दले वास्तविकतालाई आकार दिन्छ भन्ने उनको मान्यता छ। उनले अर्थबोधको प्रकृया माथि विस्तृत चर्चा गरेका छन्। उनका अनुसार अर्थबोध एक जटिल मानसिक प्रकृया हो, जसमा श्रोताको पूर्व अनुभव, सन्दर्भ र भाषिक क्षमताको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ।

काव्यशास्त्रमा भर्तृहरिको दृष्टिकोण

भर्तृहरिले काव्यशास्त्रको क्षेत्रमा पनि महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएका छन्। उनको शतक त्रयमा काव्यिक सौन्दर्य र दार्शनिक गहिराइको अनुपम संयोजन पाइन्छ। उनका अनुसार काव्यको मुख्य उद्देश्य मनोरञ्जनमात्र नहुने उपदेश र आध्यात्मिक उन्नती पनि हो। काव्यले मानिसलाई जीवनका उच्च आदर्शहरूतिर प्रेरणा दिनुपर्छ।

भर्तृहरिले रस र भावको सिद्धान्तमाथि पनि चर्चा गरेका छन्। उनका अनुसार काव्यमा विभिन्न रसहरूको समुचित प्रयोगले पाठकहरूमा गहिरो भावनात्मक प्रभाव पार्न सक्छ।

व्यवहारिक जीवनका शिक्षाहरू

भर्तृहरिका शिक्षाहरू केवल दार्शनिक क्षेत्रमा मात्र सीमित नभएर व्यावहारिक जीवनकोलागि पनि अत्यन्त उपयोगी छन्।

नीति शतकका शिक्षाहरू

नीति शतकका एक सयवटा श्लोक छन्, जसमा महात्मा विदुर र महान् आचार्य चाणक्यका जस्तै भर्तृहरिका पनि नीतिहरू रहेका छन्। उनको नीति शतकमा जीवन यापनकोलागि आवश्यक नैतिक मूल्यहरूको विस्तृत चर्चा छ। भर्तृहरिले ज्ञानलाई सबैभन्दा ठूलो सम्पत्ति मानेका छन्। उनका अनुसार ज्ञान मात्र त्यस्तो सम्पत्ति हो जुन बाँड्दा बढ्छ। उनले राम्रा मानिसहरूको संगतिलाई जीवनको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण आवश्यकता मानेका छन्। सत्सङ्गले मानिसलाई उच्च आदर्शतिर प्रेरणा दिन्छ। जीवनमा आउने कठिनाइहरूको सामना गर्न धैर्यताको आवश्यकता हुन्छ भन्ने उनको शिक्षा छ। नीति शतक भर्तृहरिको राजकीय अनुभवको आधारमा तयार पारिएको शिक्षा हो। जसमा मानिसको जीवनलाई नैतिकवान्, आदर्शवान्, सुखी र समृद्ध बनाउने विधिबारे चर्चा गरिएको छ। श्लोकहरू छोटा र सुन्दर छन्। नीति शतकलाई आधार मान्दा उनी भगवान् शिवका अनुयायी र भक्त देखिन्छन्। नीति शतकको मङ्गलाचरणमा उनी लेख्छन् - "दिशा, समय आदि विभेद नभएका (त्रिकालदर्शि) अनन्त र ज्ञान स्वरूप रहेका आत्मानुभव मात्रले ज्ञान गर्न सकिने शान्त ज्योतिस्वरूपी परमेश्वर शिवलाई नमस्कार छ "।

उनको समयमा नीतिशास्त्रको पालना गर्न मानिसहरूले छोडेर अनैतिक बन्दै गइरहेका र सबै वर्ग र जिम्मेवारीका अधिकारीहरू पनि अनैतिक बनेको अवस्थालाई श्लोक नम्बर १ मा चित्रण गरिएको छ। "विद्वानहरू इष्यालु एवं डाहा गर्ने स्वभाव लिन थाले, राजाहरू घमण्डी भएका छन्, अन्य व्यक्ति अज्ञानी छन् प्रयोग गर्ने व्यक्ति नहुनाले सुभाषित (ज्ञानगुनका कुराहरू) मेरो शरिर भित्रै जीर्ण हुँदैछन्" उनले लेखेका छन्।

यस्तै श्लोक नम्बर ३ मा लेख्छन् -"नपढेका मूर्ख व्यक्तिलाई सजिलैसँग चित्त बुझाउन (नियन्त्रणमा राख्न) सकिन्छ, पढेलेखेको सुभाषित वा विशेषज्ञलाई अझै सरलताका साथ विश्वास दिलाइन्छ (नियन्त्रणमा राखिन्छ)। तर, अल्पज्ञानले मै हूँ भनी घमण्ड गर्ने मानिसलाई साक्षात् ब्रहमाजी नै प्रकट भए पनि खुसी पार्न सक्दैनन्।

यसरी नीति शतकमा मानव चरित्र र समाजको सजीव चित्रण गर्दै नीति पालना गर्ने गराउने व्यक्तिलाई शिक्षा प्रदान गरिएको छ। यसमा संसारका सबै नीतिहरूको रस सार छ। छोटो मिठो उत्कृष्ट नीति शास्त्रको रूपमा भर्तृहरिको नीति शतक बहुचर्चित छ। यसमा राजनीति र शासन व्यवस्था, न्याय र धर्मको महत्त्व, शिक्षा र ज्ञानको प्रशंसा, दानशीलता र परोपकार, मित्रता र शत्रुता मुख्य विषयवस्तु रहेका छन्।

श्रृङ्गार शतकका शिक्षाहरू

यसमा प्रेम र सम्बन्धका बारेमा गहिरो दार्शनिक दृष्टिकोण प्रस्तुत गरिएको छ। कामदेव र स्त्री एवं स्त्रीया गुण तथा चरित्रका बारेमा व्यापक चर्चा र विश्लेषण गरिएको छ। यसको मङ्गलाचरणमा अर्थात् श्लोक नम्बर १ मा कवि भर्तृहरि लेख्छन् - "जुन कामदेवले ब्रह्मा, विष्णु महेश्वरलाई पनि मृग नयनी (नारी)हरूको दास बनायो। जसको

बयान शब्दद्वारा गर्नु असम्भव हुन गएको छ। यस्ता विचित्र चरित्र भएका भगवान् मकरध्वज (कामदेव) लाई नमस्कार छ" ।

त्यस्तै श्लोक नम्बर २ मा भर्तृहरि लेख्छन् - "तरुनी हुँदा अचानक मुखमा देखिने मन्द मुस्कान, बाल्यावस्था बितेर बैंस पलाएकी र मनमा के गरुँ कसो गरुँ भन्ने चुलबुले भाव लिएकी, बैंसले मात्तिएकी आकर्षक पोटिलो शरिर ढाक्न खोजिरहने लज्जावती, आकस्मिक रूपले भयाक्रान्त, लजालु पनले गर्दा आधाभाग मात्र खुलेका आँखा (कर्के नजर) ले हेर्ने, बोलिचालीमा केही इरष्यालु स्वभाव भएकाले केही झगडालु प्रवृत्ति लिएकी, अनेकौं स्त्री लीला (स्त्रीया चरित्र) का कारण नारीहरू नै पुरुषका लागि संसार बन्धनको कारण बनेका छन्" ।

श्रृङ्गार शतकका एक सय श्लोकमा यस्तै यस्तै अनुभव-शिक्षा चर्चा गरिएको छ। भर्तृहरिका अनुसार सच्चा प्रेम निस्वार्थ हुन्छ र यसले मानिसलाई उच्च आदर्शतिर प्रेरणा दिन्छ। सम्बन्धहरूमा सत्यता र इमान्दारी सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण तथ्य हो। यसमा प्रेम, सौन्दर्य र मानवीय भावनाहरूको सुन्दर चित्रण छ। प्रेमका विविध रूपहरू, नारी सौन्दर्यको वर्णन, वियोग र मिलनको पीडा, प्राकृतिक सौन्दर्यको चित्रण मुख्य विषयवस्तु रहेका छन्।

वैराग्य शतकका शिक्षाहरू

यसमा संसारको नश्वरता र आध्यामिक जीवनको महत्त्वमाथि चर्चा गरिएको छ। संसारका सबै वस्तुहरू नश्वर छन् भन्ने बोधले मानिसलाई सत्य खोजीतिर प्रेरणा दिन्छ। वाह्य सुख सुविधाहरूमा मात्र निर्भर नभएर आन्तरिक शान्तिको खोजी गर्नु पर्छ भन्ने शिक्षा वैराग्य शतक मार्फत भर्तृहरिले दिएका छन्। वैराग्य शतकको श्लोक नम्बर २ मा भर्तृहरि लेख्छन् - "झरी, वर्षा, नदी नाला, रुख, पात, पतिङ्गर, पहाड, पर्वत, किल्ला गढी आदिका कारणले पुग्नै कठिन पर्ने ठाउँको भ्रमण मैले गरिसकें। तर पनि कुनै फल पाउन सकिन। आफ्नो उच्च कुल, जाति र मर्यादालाई किञ्चित नमानेर धनी वर्गको सेवा गर्दा पनि निष्फल भएँ। बेइजती सहेर कागले जस्तै अर्काको घरमा खाना (भोजन) खाएँ। तर पनि मेरो तृष्णा घट्न सकेन, यो बढ्दो नै छ। यसैले हे तृष्णा (तिर्सना) तँ किन घट्दैनस किन बढ्दै छस् ? अर्थात् मानिसको तिर्सना कहिल्यै घट्दैन, बढ्दै गएको हुन्छ" ।

त्यसैगरी श्लोक नम्बर ४९ मा लेख्छन् - "मानिसको आयु एकसय वर्ष भनी शास्त्रले निर्धारण गरेको छ। एकसय वर्षमध्ये आधा सय अर्थात् ५० वर्ष रात (निद्रा) कै रूपमा व्यतीत हुन्छ, बाँकी ५० वर्षमध्ये २५ वर्ष बाल्यावस्था र बृद्धावस्थाको रूपमा व्यतित हुन्छ, त्यसपछि बाँकी बचेको २५ वर्षलाई रोग, व्याधि, दुःख, नोकरी (परसेवा), आत्मजनको वियोग आदिले प्रभावित पार्दछ। यसैले यो जीवनमा मानिसलाई कहाँबाट सुख प्राप्त होला र मानिसको यो जीवन नै जलतरङ्ग जस्तो चञ्चल र क्षणभंगुर छ" । भर्तृहरिले वैराग्य शतकमा पुनर्जन्मको चक्रबाट मुक्ति वा मोक्ष प्राप्तिको उपाय बताउँदै श्लोक नं. ९९ मा लेख्छन् - "जसको हात नै शुद्धपात्र बनेको छ, घर-घर घुमेर सङ्लन गरिएको अर्थात् भिक्षा मागेर ल्याएको अन्न नै भोजन बन्न गएको छ, चारै दिशाहरू विशाल बस्त्र समान भएका छन् वा जो दिगम्बर भएको छ, स्थीर अचल ठूलो यो पृथ्वी, जसका लागि एक महान बिछौना बन्न गएको छ, सबै सरसंगतलाई छाडेर आत्मसन्तोषी बन्दै हीनता आदि विषय वासनालाई परित्याग गर्दै महात्माहरू पुनर्जन्मरुपी कर्मलाई समूल नष्ट पार्दछन्। योग साधनामा लाग्नेहरूले मोक्ष प्राप्त गर्दछन्" । यो कृति भर्तृहरिको आध्यात्मिक चिन्तनको परिणाम हो। यसमा सांसारिक जीवनको व्यर्थता, मोक्ष प्राप्तिका उपायहरू, आत्मज्ञानको महत्त्व र वैराग्यको महिमा मुख्य विषयवस्तु रहेका छन्।

निष्कर्ष

यस अध्ययनको आधारमा निष्कर्षमा पुग्न सकिन्छ कि राजर्षि भर्तृहरि प्राचीन भारतका एक महान् बहुआयामिक व्यक्तित्व थिए। उनको योगदान वा कृतिहरू आजको समयमा पनि उत्तिकै प्रासङ्गिक छन्। उनका दार्शनिक सिद्धान्तहरू, भाषा वैज्ञानिक आविष्कारहरू र व्यावहारिक जीवनका शिक्षाले मानव सभ्यताको विकासमा महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएका छन्। भविष्यमा पनि मानव जातिको मार्ग दर्शन गर्न सक्षम छन्।

नेपाली समाज संस्कृतिकालागि भर्तृहरिका शिक्षाको विशेष महत्त्व छ। नेपालको बहुआयामिक र बहुसांस्कृतिक परिवेशमा उनका दृष्टिकोणले सामाजिक सद्भावना र एकता स्थापनामा योगदान पुऱ्याउन सक्छन्।

आधुनिक युगमा भाषा शिक्षण, मानसिक स्वास्थ्य, सामाजिक सद्भावना र आध्यात्मिक विकासका क्षेत्रहरूमा उनका शिक्षाहरूको व्यापक प्रयोग हुनसक्छ। यसकालागि उनका कृतिहरूको सरल र बोधगम्य अनुवाद, शैक्षिक पाठ्यक्रममा समावेश र व्यवहारिक कार्यशालाहरूको आयोजना गर्नु आवश्यक छ।

राजर्षि भर्तृहरिको तपस्या र अष्टसिद्धि ज्ञान प्राप्ति स्थल नेपालको बुटवल - दोभान क्षेत्र स्थित कुहिरेभिरको सिद्धगुफा हो। यहाँ स्थित सिद्धबाबा मन्दिरमा राजर्षि भर्तृहरिको मूर्ति स्थापना गरी पुजा गर्ने गरिएको छ। कपिलवस्तुको तिलौराकोट क्षेत्र पनि भर्तृहरिसँग सम्बन्धित मानिन्छ। यहाँ उनले केही समय बिताएको र तपस्या गरेको जनश्रुति छ।

भर्तृहरिसँग सम्बन्धित सिद्धबाबा मन्दिर शाक्यमुनि बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनी निकटमा अवस्थित छ। तिलौराकोट शाक्यमुनि बुद्धले २९ वर्षसम्म राजकुमारको रूपमा जीवन बिताएको स्थल हो। लुम्बिनी-तिलौराकोट र सिद्धबाबाको संयोजनले यो क्षेत्र एक अद्वितीय आध्यात्मिक केन्द्र बनेको छ।

भर्तृहरिको नेपालसँगको सम्बन्ध गहिरो र व्यापक छ। उनका भाइ राजा विक्रमादित्यले चलाएको मानिने विक्रम सम्वत् नेपालको राष्ट्रिय सम्वतको रूपमा प्रचलित छ। साथै कवि शिरोमणि लेखनाथ पौड्यालले भर्तृहरि वैराग्य भएको घटनालाई आधार बनाएर भर्तृहरि निर्वेद नाटक लेखेका छन्। वि.सं. १९७४ - ७५ ताका गोर्खा भाषा प्रकाशिनी समिति (हालको साझा प्रकाशन) द्वारा प्रकाशित उक्त नाटक भर्तृहरि बारे लेखिएको पहिलो पुस्तक हो। यो नाटक पहिले नेपालका राजा र राणाहरूका दरबारमा मञ्चन गरिन्थ्यो।

नेपालको पर्यटन विकासमा भर्तृहरिको योगदान अत्यन्त महत्त्वपूर्ण छ। सिद्धबाबा मन्दिरले धार्मिक, सांस्कृतिक र शैक्षिक पर्यटनलाई प्रबर्द्धन गर्न महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ।

भविष्यमा भर्तृहरिसम्बन्धी अध्ययन अनुसन्धानलाई थप व्यापक बनाउनु आवश्यक छ। उनका शिक्षाहरूलाई व्यापक प्रचार प्रसार गर्नुपर्छ। यसले नेपाल र भारतको सांस्कृतिक सम्बन्धलाई थप बलियो बनाउन सहयोग गर्दछ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

- संस्मृति सिद्धबाबा धाम, भर्तृहरिनाथ स्मृति ग्रन्थ, सिद्धबाबा मन्दिर बुटवल।
- नीति (विदुर, चाणक्य र भर्तृहरि) मदन प्रसाद अर्याल, काठमाडौं।
- भर्तृहरि शतक, न्यू साधना पाकेट बुक्स, भारत
- भर्तृहरि शतक, मनोज पब्लिकेशन्स, भारत
- एआई
- जनश्रुति

आस्था र विश्वासको प्रतीक करणीमाई : इतिहास

गीतादेवी शर्मा
भैरहवा बहुमुखी क्याम्पस

सार (Abstract)

लुम्बिनी प्रदेशको सिद्धार्थनगरमा अवस्थित आस्था र विश्वासको प्रतीक करणीमाईको छुट्टै इतिहास बोकेको छ । प्राचीनता बोध गर्ने यस शक्तिपीठमा मनको इच्छा पूरा हुने जनविश्वास रहेको छ । बटुवाहरूको आस्था, विश्वास, सद्भाव र प्रेमको प्रतीक स्वरूप बनाइएको शक्तिपीठमा स्थानीयहरूको श्रद्धाभाव देखिन्छ । मनोकामना पूरा हुने जनविश्वासले गर्दा नै विहानसाँझ श्रद्धालुहरूको भिड् हुने गर्दछ । विशेष गरी देवी पूजा र शनिवार भक्तजनहरूको भिड् लाग्ने गर्छ । यस करणीमाईको शक्तिपीठलाई लुम्बिनी प्रदेशको गरिमा स्वरूप संरक्षण र विकासले ठूलो टेवा पुग्नसक्छ । लुम्बिनी प्रदेशमा रहेको ऐतिहासिक र पुरात्त्विक स्मारकहरूको पहिचना पनि हो । लुम्बिनी प्रदेशको ऐतिहासिक, पुरातात्विक सम्पदा, सांस्कृतिक तथा सामाजिक पक्षलाई समेत उजागर गरेको पाइन्छ । एकता र सद्भावको भावलाई झल्काउने गरी ठूलो पिपलको रूखमुनि देवीको आराधाना गरेर भजनकीर्तन गरेको इतिहास छ । माटोको पिण्डी स्वरूप बनाएर देवीको आराधाना गरेर रात बिताएको प्रसङ्ग छ । यसै ठाउँमा करणीमाई शक्तिपीठ रहनगयो । आस्था राखेर बाटोमा देवीको आराधना गरेर बसेको ठाउँमा नै शक्तिपीठ स्थापना हुन पुग्यो ।

शब्दकुञ्जी : लुम्बिनी प्रदेश, पुरातात्विक सम्पदा, पुरात्त्विक स्मारक ।

१.१. पृष्ठभूमि

लुम्बिनी प्रदेशको सिद्धार्थनगरमा अवस्थित करणीमाई आस्था र विश्वासको प्रतीक स्वरूप स्थापना भएको मानिन्छ । मुक्तिनाथ जाने तीर्थयात्रीले सुनसान जङ्गलमा बास बस्न पर्ने भएकाले देवीको आराधाना गरेर जङ्गली जनावरहरूको डर र त्रास आफ्नो मनमा रहेको हटाउन र रात कटाउन भजनकीर्तन गरेर बसेका थिए भन्ने जनविश्वास रहदैँ आएको छ । यस शक्तिपीठमा मनको इच्छा पूरा हुने जनविश्वास रहँदै आएको छ । गोपी साहू गुप्ताले राजस्थानको माटो ल्याएर पिण्डीको स्थापना गरेका थिए । केही वर्ष माटोकै शक्तिपीठमा पूजाआजा गरियो भने पछि खिइँदै जाने भएकाले तामाको आवरण लगाएर राखियो । शक्तिस्वरूपणी पिण्डीको छेउँमा राजस्थानको करणीमाताको स्वरूप प्रतिमा राखिएको छ । करणीमाई शक्तिपीठमा इच्छा पूरा हुने विश्वासले पूजाआजा गरिन्छ । देवी पूजा, नवरात्र र शनिवारका दिन विशेष पूजा हुने भएकाले बढी भिड् हुने गर्दछ । बिहान र साँझ श्रद्धालुहरूको बढी भिड् हुने गर्दछ । धार्मिक आस्था र विश्वास बोकेका यात्रीले देवीको आराधाना गरेर रात बिताए र भोलिपल्ट आफ्नो गन्तव्यमा मुक्तिनाथ यात्रामा निस्के । नेपालको मुक्तिनाथ क्षेत्र देवभूमिका रूपमा विश्वमै परिचित छ । देवभूमिको दर्शन गर्न जाँदा आस्थाको प्रतीक देवीको पूजा गरेर सुनसान जङ्गलको भय हटाएको हुन् भन्ने जनविश्वास रहेको देखिन्छ । भगवान्को आराधानाले सबै कुरा पूरा हुन र आफूलाई केही नहुने भन्ने विश्वासले करणीमाईको शक्तिपीठ स्थापना गरेका हुन् भन्ने मान्यता रहिआएको छ । मानिसको आस्था र विश्वास भनेकै ईश्वर हुन् । ईश्वरको भक्तिले मोक्ष प्राप्त हुन्छ साथै हाम्रो रक्षा ईश्वरले गदर्छन् भन्ने विश्वास प्राणी जगत्मा नै हुन्छ ।

मध्यकालसम्म पनि तराईको यो भूभाग जङ्गलै जङ्गल थियो । जङ्गलको बिचमा बास बस्न डर र त्रास हुने भएकाले ईश्वरको भक्तिमा लीन भएर बसेको इतिहास देखिन्छ । आस्था र विश्वासका साथ प्राचीनता बोध गराएको करणीमाई शक्तिपीठ लुम्बिनी प्रदेशको प्राचीनतालाई झल्काउँछ । अहिले यो शक्तिपीठ नगरको केन्द्रमा रहन पुगेकाले श्रद्धालुहरूको भिड् हुन्छ । वि.सं. २०२३ देखि २०२८मा राधा,कृष्ण, सन्तोषी, गणेश र करणीमाता गरी पाँचवटा देवीदेवताको मूर्तिसँगै स्थापना गरिएको हो । सितलामाता, बनदेवीको पनि विशेष पूजा गर्ने गरिएको छ । विशेष रूपमा ग्रहहरूमा शसक्त मानिने शनिदेवको मूर्ति स्थापना गरेर भक्तालुहरूद्वारा मन्दिर बनाइको छ । सिद्धार्थनगरमा यो एकमात्र शनिदेव भएको मन्दिर हो । त्यसैले पनि शनिवारका दिन यहाँ बढी भिड् हुने गर्छ । भक्तिप्रतीको आस्था बोकेका सबैले आफ्नो इष्टदेवदेवीलाई विस्तारै यो देवीको शक्तिपीठमा विराजमान गराएकाले पनि विविधतामा एकता देखिन्छ । मन्दिर परिसरभित्र शिव, पार्वती, गणेश, बह्मा, व्यास, हनुमान, दुर्गा, राधा, कृष्ण, खाटु श्याम, राम, लक्ष्मण, मच्छे अवतार, ११ वटा हात्तीको प्रतिमा, नागदेताको प्रतिमा, नन्दीको प्रतिमा, शिवलिङ्ग, शनिदेव, बुद्ध, सन्तोषी माता, विश्वकर्मा, कोटहीमाई, करणीमाई, लक्ष्मी, सरस्वतीका मूर्तिका साथ ८३वटा शालिग्राम समेत गरी सम्पूर्ण देवीदेवतालाई राखिएका छन् । यसका साथै शिवलिङ् र नन्दीका साना, ठुला मुर्तिहरू पनि रहेका छन् । यो शक्तिपीठलाई वि.सं. २०३४ सालमा शिखर आकारको मन्दिर बनाइएको छ । यस्तो मानिसको भावनात्मक विश्वास र प्रेमसँग सम्बद्ध महत्वपूर्ण स्थानको आन्तरिक रूपमा प्रगति गरे मात्र संरक्षण, विकास र प्रवर्द्धन हुनसक्छ । यस्तो प्रचीनता बोकेको शक्तिपीठको प्रचार प्रसारको अभावले नै होला अध्ययन र व्यापकता पाउन सकेको छैन । इतिहास झल्काउने शक्तिपीठको दिगो विकासका लागि लुम्बिनी प्रदेशमा स्थानीय तहबाट नै संरक्षण र प्रवर्द्धन गरी विकास गर्न सकिन्छ ।

१.२. मुख्य उद्देश्यहरू (Main objectives)

यस अध्ययनको मूलत: निम्नलिखित उद्देश्यहरू रहेका छन् :

(क) करणीमाई शक्तिपीठसँगको भावनात्मक प्रेमको अध्ययन ।

(ख) करणीमाई शक्तिपीठको ऐतिहासिक अध्ययन ।

(ग) धार्मिक प्रवर्द्धन गर्न शक्तिपीठको अध्ययन ।

(घ) ईश्वरप्रति मानिसमा रहेको आस्था र विश्वासको अध्ययन ।

१.३. अध्ययन विधि (Methodology)

कुनै पनि अनुसन्धानलाई वैज्ञानिक र व्यवस्थित रूप दिनको निमित्त अध्ययन विधिको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ । यो अध्ययन रुपन्देहीको सिद्धार्थनगर भित्री भागमा रहेको आस्था र प्रतीकको भावना व्यक्त गर्ने करणीमाई देवीको शक्तिपीठलाई समेटेर गरिएको छ । जसका लागि पुस्तकलय, सम्बन्धित परामर्शदाताहरू, स्थानीय समुदायसँग सम्बन्धित तथ्याङ्कको सहयोग लिएको छ । मूलत: यो अध्ययन गुणात्मक विधिमा आधारित छ । यसमा सङ्कलित सामग्रीहरूको वर्णन एवं विश्लेषण गरिएको छ ।

१.४. विश्वासको प्रतीक करणीमाई शक्तिपीठको उत्पत्ति र ऐतिहासिक पक्ष

करणीमाईको मन्दिर भारतका राजस्थानमा अवस्थित छ । त्यहाँबाट आएका तीर्थयात्रीहरू मुक्तिनाथ जाने क्रममा बाटोमा बास बस्न परेको थियो । यसै क्रममा आफूले श्रद्धाभाव राखेका इष्टदेवीलाई सम्झेर भयलाई टाढा राखेका थिए भन्ने जनविश्वास रहेको देखिन्छ । तीर्थयात्रा गर्दा यात्रीहरूको समुदायमा भक्तिभाव जागेको

हुन्छ । त्यहीँ भक्तिभाव आस्था र विश्वास स्वरूप स्थापना भएको यो शक्तिपीठ श्रद्धाको प्रतीक हो । सिद्धार्थनगर नामकरण पूर्व नै मानिस कसैको बसोबास नरहेको बेला बाटोबाट जाने राजस्थानका भक्तालुहरूले राजस्थानको करणीमाताको मन्दिर परिसरको माटो ल्याएर स्थापना गरिएको शक्ति स्वरूपणी पिण्डी शक्तिपीठ बन्न पुग्यो ।

राजस्थानको उदयपुरमा अवस्थित करणीमाईको मन्दिरको कथा रोमञ्चक छ । करणीमाई ब्रह्मचारी रहने उद्देश्यले आफ्नो कान्छी बहिनीलाई पति देपीजीसँग वंश अगाडि बढाउन विवाह गरिदिइन् । पति देपाजीका चार सन्तान भए । जसमध्ये कान्छो छोरो लक्ष्मणको कोलायतको कपिलसरोवरमा नुहाउने क्रममा डुबेर मृत्यु भयो । यो देखेर कान्छी बहिनीले करणीमातासँग फेरि जीवित पार्न विलौना गरिन् । करणीमाताले दुःख देख्न नसकेपछि केटाको शरीरलाई आफ्नो हातमा उठाएर मूर्ति भित्री गर्भगृह भएको ठाउँमा ल्याइन् । सबै ढोकाहरू बन्द गरेर मृत्युको देवता यमराजसँग पुनः जीवित पार्न आग्रह गरिन् । यमराजले सृष्टिको पुर्नजन्मको चक्रमा बाधा पुग्ने प्रसङ्ग ल्याए । करणीमाताले पनि अवदेखि आफ्नो परिवार यमराजका साथ आउने छैनन् । आफू जहाँ बस्छिन् त्यहीँ उनीहरू बाच्ने छन् । आफूसँगै रहने छन् भनेर काव(मुसा)को मूर्त रूप रोजिन् । उनका वंश मानव चरणमा मर्छन् यो तिनीहरू कावका रूपमा पुनर्जन्म लिन्छन् र मन्दिर भित्र नै बस्छन् । जब कावको मत्यु हुन्छ फेरी मानव चरणको रूपमा मानवकै पुनर्जन्म लिन पुग्छन् । यो तरिकाले पुर्नजन्मको चक्र पनि चल्ने भयो र आफ्नाहरू आफूसँग रहने भए । यस्तो मान्यता रहेको करणीमाईको संरक्षणमा रहँदा मृत्यु भयो भने पनि त्यसै मन्दिरभित्र मुसाका रूपमा विराजमान हुने र पुनः मानव जन्म प्राप्त हुने विश्वासले पनि करणीमाईको ध्यान भजन गरेर बसेको विश्वास गर्न सकिन्छ ।

मानव स्वरूपमा करणीमातामा सानैदेखि भक्तिभाव राख्ने स्वभावकी थिइन् । उनी जप, ध्यान, तप गर्ने, सेवाको भावना राखेर सेवा गर्ने गर्थिन् । ईश्वरलाई प्राप्त गर्न तल्लिन भएकाले स्वयम्मा शक्ति स्वरूपणी भई सकेकी थिइन् । त्यसैले पनि उनले बोलेका, गरेका, कुरा पूरा हुने गर्थ्यो । दयाकी खानी शक्ति स्वरूपणी करणीमाईलाई जसले भक्तिभावले माग्छ त्यो मनोकामना सिद्ध हुन्छ भन्ने जनविश्वास परापूर्वकालदेखि रहँदै आएको थियो । मानवरूपी करणीमाताको शक्ति अपार रहेकाले पनि उनको स्वरूपको पूजाआजा अहिले पनि छ । त्यसैले पनि करणीमाताप्रति मानिसको विश्वास बढ्दै गएको पाइन्छ । जसले गर्दा मानिस गलत काम गर्नबाट टाडा रहन्छ । मानिस संयम र नियन्त्रणमा रहन्छ ।

१.५ मानिसहरूको धर्मप्रतीको आस्था र विश्वास

श्रद्धालुहरूको आस्था र विश्वासले नै करणीमाईसँगै अन्य देवी देवताहरूको पनि स्थापना गरेका छन् । करणीमातासँगै प्रकृतिकी देवी वनदेवी र सितलामाताको यहाँ पूजा गर्ने गरिन्छ । आफूले चिताएको कुरा पूरा भएपछि देवीको वाहन, वनदेवीको प्रतीक हात्तीको प्रतिमा आफ्नो गच्छ अनुसार मन्दिरमा चढाउने परम्परा रहेको छ । हात्तीका साना ठुला थुप्रै प्रतिमाहरू मन्दिर परिसरभित्र देख्न पाइन्छ । सबै बाटो बन्द भएको बेला मानिसको आस्था र विश्वास भनेकै ईश्वर हुन्छन् । सबैतिरको ढोका बन्द भएपछि ईश्वरप्रति भक्तिभाव भाकल सिर्जना हुन्छ । छोराछोरी नभएर, विवाहमा बाधा र अन्य ग्रहहरू खराब भएको बेला यहीँ शक्तिपीठमा आएर आफ्नो इच्छा पूरा होस् भन्ने भाकल गर्छन । सो भाकल पूरा भएपछि आफ्नो इष्टदेवको प्रतिमाहरू चढाउने गरेका छन् । (जेलेबी सहानी स्थानीय मन्दिरको संरुक्षणमा बसेकी एक महिला वर्ष ७६) यसशक्ति पिटमा विवाह, ब्रर्तबन्ध, ग्रहपूजा, प्रकृति पूजा आदि हुने गरेको पाइन्छ । यस शक्तिपीठमा १८ वटा मूर्ति

स्वरूप र ११ वटा हात्ती, ८३ वटा शालिग्राम स्थापना गरेको देखिन्छ । करणीमाईको भक्ति सँगै एकै ठाउँमा चिताएका सम्पूर्ण देवीदेवता तथा श्रद्धाको प्रतीकको स्मरण गर्नु ईश्वरप्रतीको विश्वास र समानता पनि हो ।

हरेक दिन यस शक्तिपीठमा हजारौँ भक्तजनहरूको भिड् लाग्ने गर्छ विशेष पूजाका दिन लगभग दिनभरि नै भिड् हुन्छ । विवाह, व्रतवन्ध, ग्रह पूजा प्रकृति पूजा, हवन्, पास्नी, व्यक्तिगत, वा सामूहिक रूपमा विधिवत पूजा समेत हुने गर्छ । पूजाले मन मस्तिष्कलाई बलियो बनाउँछ र आत्माविश्वास बढाउँछ जसले गर्दा मानिस स्वस्थ्य रहन पुग्छ । पूजा पाठ नै हो जसले मानिसको भित्रको नकरात्मक ऊर्जालाई समाप्त पारेर सकरात्मक ऊर्जा दिन सक्छ । यसले मानिस मानसिक रूपमा स्वस्थ्य रहन सक्छ । जसले मानिसलाई दीर्घजिवी र निरोगी राख्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।

१.६ वरपिपलको इतिहास नभएको पुरानो रूखबाट बनेको गणेशको प्रतिमाप्रति भक्तहरूको बढी विश्वासमा प्रकृतिको पूजा

पिपल, निम, अनार र वरको समिश्रण भएको रूखको फेदमा करणीमाईको स्थापना गर्न पिण्डी स्थापना गरको माथिल्लो भागमा रूखको जरासँगै बनेको गणेश आकृतिलाई भक्तहरूले गणेशको प्रकृति प्रतिमाका रूपमा पूजा गरेको पाइन्छ । (चित्र १) वृहत रूपमा रहेको वरपिपलको रूखमा अनार र नीमको रूख पनि देखिन्छ । वृहत वरपिपल, नीम र अनारको समिश्रण भएको रूखमा गणेश, मानव आकृति स्वरूप शनिदेव, हात्तीका प्रतिमाहरू देख्न सकिन्छ । यस्तो अद्भुत यस क्षेत्रमै नरहेको भक्तहरूको दावी छ । गणेशको प्रतिमा प्रकृतिबाटै बनेको भएर भक्तहरूले अझ बढी आस्था र विश्वास राखेको पाइन्छ । वृहत रूखको बाहिरपट्टिको हाँगामा हात्तीले मुख खोलेर आफ्नो सुँड उचालेको जस्तो आकृति देख्न सकिन्छ । (चित्र २) पिण्डी राखेको रुखको जराको माथि भागमा जराबाटै बनेको ठुलो हात्ती र हात्तीको बच्चाको स्वरूप देख्न सकिन्छ । (चित्र ३) पिपलको फेदमा मानव आकृति देखिएकाले भक्तजनहरूले स्वयम् शनिदेव यहाँ विराजमान भएको भन्ने जनविश्वास छ । (चित्र ४) शनिलाई तेल, दिपक, कालो कपडा चढाउने गरेको पाइन्छ । यो शक्तिपीठको विशेषता भनेकै प्रकृतिबाट आफै निर्मित हात्ती, गणेश र शनि स्वरूप हो । भक्तहरूले यस्तो शक्तिपीठ सिद्धार्थनगरभित्र अन्यत्र नरहेकाले पनि भक्तहरूले बढी आस्था र विश्वास राखेको पाइन्छ । प्रकृति सँगै देवीदेवता रहेको करणीमाई शाक्तिपिटमा आफूले चिताएको पूरा भएको बताउँछन् । जोस्, जाँगर, लगाव र आत्मविश्वासका साथ मिहिनेत गरेर काम गरे कुनै पनि कुरन पूरा नहुने कुरै हुँदैन । त्यो पनि ईश्वरको आराधानाले प्राप्त गर्दा ईश्वरप्रतीको विश्वास अझ अटल रहन्छ । अदृश्य शक्तिका रूपमा ईश्वरलाई मान्ने परम्परा परपुर्वकालदेखि नै चल्दै आएको छ । मानव सृष्टिपूर्व नै ईश्वरको सिर्जना भएको तथ्य धार्मिक ग्रन्थहरूमा समेत उल्लेख छ । त्यसैले पनि आज पनि मानिसहरूमा ईश्वर प्रतीको श्रद्धा उत्तिकै देखिन्छ । विरमीको अन्तिम अवस्थामा डाक्टरले पनि अब कुनै ईश्वरले चमत्कार गरे मात्र हुन्छ आफ्नो हातमा केही नरहेको भन्ने सुनिन्छ । ईश्वर प्रतीको आस्था र विश्वास मानिसमा रहेको भाव यस शक्तिपीठमा समेत रहेको पाइन्छ । यहाँ वनदेवीको पनि पूजा गर्ने परम्परा रहेको पाइन्छ ।

१.७ चुनौतीहरू

यस शक्तिपीठको चारैतिर सरकारी भवनहरू निर्माण भएको छन् । जसले गर्दा शक्तिपीठ प्रवेशद्वारमा सरकारी गाडी र निजी गाडीहरू प्रवेशले वाधा पुऱ्याएको देख्न सकिन्छ । शक्तिपीठ परिसरमा भक्तहरूले भाकल पुरा भएर चढाएको हात्तीको प्रतिमाहरूलाई मन्दिर परिसरमा राख्न समेत वाधा पुगेको देखिन्छ । आस्था र

विश्वासले चढाएको प्रतिमा स्वरूप राख्ने समस्याले श्रद्धालुहरू निराश देखिन्छ । मुख्य द्वारदेखि मन्दिरसम्मको भाग खुला रहने हो भने भक्तहरूले श्रद्धाका साथ पूजा पाठ गर्ने अवसर मिल्ने र मन्दिर परिसरमा पस्न बाधा नपुग्ने भक्तहरूको गुनासो भेटिन्छ । मन्दिरको परिसरभित्र सवारीको आगमन निषेधित हुन सके आस्था र विश्वासले चढाएको हात्तीको प्रतिमा राख्न पनि समस्या हुने थिएन भन्ने भक्तहरूको इच्छा छ ।

१.८ संरक्षण र प्रचार प्रसारको खाँचो

करणीमाई शक्तिपीठको महत्त्व छिमेकी देश भारतमा समेत रहेकाले यसको संरक्षणलाई दिगो बनाउनु पर्ने देखिन्छ । यस शक्तिपीठ विश्वका अन्य शक्तिपीठले जस्तै महत्त्व बोकेको कुरालाई प्रचार प्रसारको खाँचो पनि उत्तिकै दखिन्छ । मानिसहरू यहीँ आस्था र विश्वासले टाडा टाडासम्म धार्मिक यात्राहरू गरिरहेका हुन्छन् । यस करणीमाईको शक्तिपीठमा नवदुर्गा र देवी पूजनमा भक्तहरू टाडा टाडाबाट आउने गर्दछन् । नवदुर्गामा पनि यस शक्तिपीठमा देवीको उपसना गरिन्छ । जसका लागि भारतबाट समेत भक्तहरू आउने गर्दछ । जसरी रामेश्वर पछि पशुपति दर्शन गर्ने पर्ने मान्यता छ भने भारतको करणीमाताको दर्शनपछि यो पिण्डी स्थापना गरिएको शक्तिपीठमा दर्शन गर्दा पुण्य प्राप्त हुन्छ भन्ने मान्यता रहेको छ । त्यसैले पनि यसको ठुलो महत्त्व रहेकाले पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न प्रचार प्रसारको खाँचो रहेको देखिन्छ । प्राकृतिक रूपमा नै अस्तित्त्व बोकेको यस शक्तिपीठलाई लुम्बिनी प्रदेश कै पहिचान गराउन सकिन्छ । मौलिक र संस्कृतिक पहिचानको इतिहास बोकेका शक्तिपीठलाई संस्कृतिक रूपमा संरक्षणले पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न सकिन्छ । सिद्धार्थनगरको केन्द्रमा रहेको शक्तिपीठले बजार आसपास क्षेत्र, आन्तरिक र बाह्य पर्यटक प्रवर्द्धलाई समेत टेवा पुऱ्याउन सकिन्छ ।

धार्मिक संस्कृतिक, एतिहासिक पहिचान बनाउन स्थानीय भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ । स्थानीय तहमा यसको चर्चा जति पाइन्छ त्यति नै यसको संरक्षण गर्नु पर्यटन प्रवर्द्धनमा मद्दत पुग्नु हो । जसरी एउटा माटोको पिण्डी स्थापना गरेको स्थानमा भक्तिभावले दवीको आराधाना गरेर मनको इच्छा पूरा हुदै गएपछि अन्य आआफ्ना इष्टदेवको स्थापना गरे त्यसरी नै उक्त शक्तिपीठमा जमुना साहू भन्ने भक्तले ४ कट्टा ४ धुर जमिन दान गरेपछि अन्य भक्तहरूले पनि आआफ्नो इष्टदेवदेवी स्थापना गरेपछि मन्दिरको स्वरूप ठुलो हुँदै गयो । यसमा देवीको पूजासँगै शनिदेव र प्रकृतिकी देवी सितलामाता आदि त्रिशक्तिको रूपमा पूजाआजा हुने गरेको पाइन्छ । अहिले पनि भारतबाट पशुपति तीर्थ यात्रा जाने तीर्थयात्रीहरू यस शक्तिपीठमा बास बस्ने, पूजाआरधना गरेर जाने गरेको पाइन्छ । यसका लागि भण्डारण पनि हुने गर्छ । तीर्थयात्रीलाई असुविधानहोस भनेर भोजन र भजनको व्यवस्था रहेको छ ।

निष्कर्ष

परापुर्वकालदेखि नै नेपालमा शक्तिको पूजा हुँदै आएको छ । दैवी शक्तिसँग सम्पूर्ण देवदेवी तथा ग्रह, प्रकृति पूजाले मानिसको जीवनमा हुने उताव चडावलाई आस्था र विश्वास कै आधारमा समाधान हुने गरेको मान्यता रहदै आएको पाइन्छ । ईश्वरीय भक्तिभाव मानव सृष्टिपूर्व नै रहेको कुरा पौराणिक कथामा उल्लेख छ । आस्था विश्वास र भक्तिभावले नै सृष्टि चलेको हो । संविधानको निर्माण हुनुभन्दा अगाडि नीति शास्त्र, धार्मिर्क ग्रन्थलाई नै आधार बनाएर अनुशासन, नीति नियम मान्ने गरिन्थ्यो । त्यसैले पनि मानिसको विश्वास भक्ति भावमा रहदै आएको प्रमाण करणीमाइको शक्तिपीठ हो । माटोको पिण्डबाट स्थापना गरेर सुरू गरिएको उक्त शक्ति पिटमा अहिले सबै देव, देवी, ग्रहको मूर्ति स्थापना गरेर नै पूजा गरिन्छ । यसका साथै शताब्दी औँ अगाडिको वरपिपलको रूखमा बनेको आकृतिहरूको पूजा गर्ने गरेको पाइन्छ । रूखको जरा र हाँगाबाट बनेको आकृति स्वरूप यस क्षेत्रमा यो मात्र एक हो त्यसैले पनि यसको महत्त्व बढी रहेको भनिएको पाइन्छ ।

प्रकृतिबाट निर्मित आकृतिले स्वयम् भगवान विराजमान रहेको जनविश्वास रहेको छ । भाकल पूरा भएपछि हात्ती चढाउने परम्परा रहेको यस मन्दिरमा श्रालुहरूको आसथा र विश्वास रहेको छ ।

कुनैपनि क्षेत्रको विकास र पहिचान गराउन धार्मिक संस्थाहरूले ठुलो भूमिका खेलेको हुन्छ । त्यस क्षेत्रको पहिचनजलाई स्थानीय मठमन्दिरले ठुलो सहयोग गर्छ । विकट र विकास नभएको क्षेत्रमा पर्यटन प्रवर्द्धन गरे मात्र स्थानीय चहलपहल बढ्ने सक्छ । मानिसको आस्था र विश्वास जहाँ रहन्छ त्यहाँ जसरी पुग्ने गर्छन् । मानिस पुगेको ठाउँ नै छिटो विकास हुन्छ । यस्तो कुरामा राज्य, प्रदेश र स्थानीय स्तरमा धार्मिक पिटहरूको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्न सके मात्र मानिसको विश्वास र आस्था दिगो रहन सक्छ ।



चित्र न. १ – पिपल, निम, अनार र वरको समिश्रण भएको रूखको फेदमा करणीमाईको पिण्डी स्थापना गरको माथिल्लो भागमा रूखको जरासँगै बनेको गणेश तथा हात्तीको आकृति ।



चित्र न. २ – वृहत रूखको बाहिरपट्टिको हाँगामा हात्तीले मुख खोलेर आफ्नो सुँड उँचालेको आकृति ।



चित्र न. ३ – पिण्डी राखेको रुखको जराको माथि भागमा जराबाटै बनेको ठुलो हात्ती र हात्तीको बच्चाको स्वरूप ।



चित्र न. ४ –पिपलको फेडमा मानव आकृति शनिदेव तथा गणेशकोजस्तो देखिने आकृति ।

सन्दर्भ सामग्रीहरू

गितु गिरी, *लुम्बिनिको इतिहास*, लुम्बिनी: लुम्बिनी इन्टरनेसन रिसर्च इन्स्च्युट, २०१० ।

गितु गिरी, बृहत लुम्बिनी क्षत्रको पर्यटकीय सम्पदा, ऐरावती प्रकाशन प्रा.लि, काठमाण्डौं पृ. १३६ वि. स. २०६९।

Website: https://en.wikipedia .org.. karani Mata Udiapur. Rajasthan.

रूपन्देहीको सेमरहनास्थित प्रकटेश्वर महादेवसँग जोडिएको स्थानीय आस्था तथा धार्मिक विश्वास

मिना शाही

रूपन्देही

सार (Abstract)

लुम्बिनी प्रदेशको रूपन्देही जिल्लाका मायादेवी गाँउपालिका अन्तर्गत वडा नम्बर ५ सेमरहनामा अवस्थित यो मन्दिर वि.सं. २०४८ साल फागुन महिनामा उत्खनन् गर्दा शिवलिङ्गको साथै शिवपार्वती,गणेश र देवीका प्रस्तरका प्रतिमाहरू प्राप्त भएको हुनाले यस धार्मिक पीठलाई प्रकटेश्वर महादेव नामकरण स्थानीयवासीद्वारा गरिएको हो । यहाँ प्राप्त अन्य कलात्मक वस्तुस्मारकहरू तथा ईट्टाहरू लुम्बिनी मायादेवी मन्दिरको परिसरमा रहेका कलात्मक वस्तुहरूसँग मेल खाने भएकाले यो पीठ र धार्मिक र पुरातात्विक तथा ऐतिहासिक दृष्टिकोणले पनि अनुसन्धानको केन्द्र बन्न पुग्छ । स्थानीय बासिन्दाहरूले प्रकटेश्वर महादेवलाई चमत्कारी एवं इच्छापूर्ति गर्ने देवताको रूपमा विश्वास गर्छन् ।

यो तीर्थस्थलको धार्मिक अवस्थाबारे पर्याप्त अध्ययन भएको देखिँदैन । प्रस्तुत आलेखमा बुद्धकालीन कपिलवस्तुको सांस्कृतिक अभ्यासको निरन्तरता यस प्रकटेश्वर महादेवप्रतिको स्थानीय आस्था तथा विश्वाससँग कसरी जोडिएको छ भनेर अध्ययन गरिएको छ । साथै, धार्मिक पीठलाई केन्द्र बनाएर स्थानीय अर्थतन्त्रमा देखिएको सकरात्मक प्रभाव बारे अध्ययन गरिएको छ । प्राचिन संस्कृतिको धरोहरका रूपमा रहेको यो धार्मिक पीठ सामाजिक सद्भाव र शान्तिको केन्द्रका रूपमा स्थापित भएको तथ्य पुष्टि भएको छ ।

मुख्य शब्दावली (Keywords) : स्थानीय आस्था, धार्मिक विश्वास, सांस्कृतिक परम्परा, जनश्रुति, धार्मिक स्थल ।

पृष्ठभूमि (Backround)

प्रकटेश्वर महादेव धार्मिक पीठको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि जनश्रुतिमा आधारित छ ।जनविश्वास अनुसार, यो स्थलमा महादेवको शिवलिङ्ग 'प्रकट' रूपमा उत्पन्न भएको हो, जसका कारण यस धार्मिक पीठलाई 'प्रकटेश्वर' नामले चिनिन्छ । स्थानीय बासिन्दाहरू र पुजारीहरूको कथन अनुसार, वर्षौं अघि यो स्थान वन क्षेत्रका रूपमा थियो, जहाँ जमीनको ठूलो खाल्टोमा प्रस्तरको शिवलिङ्ग देखिए पछि वि.स.२०४८ मा उत्खनन् गर्न थालियो । त्यस बेला शिवलिङ्ग प्रकट भएको विश्वास गरिन्छ ।त्यसपछि यो स्थान श्रद्धा र भक्ति केन्द्रका रूपमा विकसित हुँदै आएको छ । मौखिक परम्परा र स्थानीय जनश्रुतिले यसलाई पुरानो धार्मिक स्थलको रूपमा प्रमाणित गर्छ ।

समयसँगसँगै यहाँ अन्य विभिन्न देवी देवताहरूका मन्दिरहरू थपिँदै गएका छन् र धार्मिक पीठहरूको धार्मिक र सामाजिक गतिविधि क्रमशः विस्तार हुँदै गएको छ । आज यो क्षेत्र केवल पूजाआराधनाको केन्द्र नभई सामाजिक मेलमिलाप र सांस्कृतिक गतिविधिको थलो पनि बनेको छ । प्रकटेश्वर मन्दिर केवल धार्मिक दृष्टिले मात्र नभई ऐतिहासिक, पुरातात्विक दृष्टिले पनि महत्त्वपूर्ण स्थलको रूपमा चिनिन थालेको छ ।यहाँका कलात्मक वस्तु स्मारकहरू ईट्टाहरू कला, शैली तथा निर्माण प्रविधिका दृष्टिले विश्लेषण गर्दा लुम्बिनी मायादेवी मन्दिरको परिसरमा रहेका कलात्मक वस्तुहरूसँग मेल खाने भएकाले, लुम्बिनी क्षेत्रको धार्मिक र सांस्कृतिक विस्तारका सन्दर्भमा, सेमरहना जस्ता स्थलहरू उपकेन्द्रका रूपमा विकसित भएका हुनसक्ने सम्भावनालाई यसले बल दिन्छ ।

स्थानीय एक जमिनदारले गरेको स्थलको सतही उत्खननका क्रममा शिवलिङ्ग मात्र नभई अन्य ऐतिहासिक प्रस्तरका मूर्तिहरू तथा ईट्टाहरू र फेला परेका छन्, जसले यस क्षेत्रको प्राचीन धार्मिक गतिविधिहरूलाई सङ्केत गर्छ । प्राचीन शाक्यवंशी राजाहरूको पूर्वी सिमाना रोहिणी नदीसम्म विस्तारित भएको तथ्य बौद्ध साहित्यमा उल्लेख भएको हुँदा यो क्षेत्र पनि गौतम बुद्धकै पैतृक राज्यमा पर्ने तथ्य प्रमाणित हुन्छ । शाक्यवंशी राजा र जनताहरूले प्रारम्भमा शैव धर्म नै मान्ने हुँदा यस क्षेत्रमा तत्सम्बन्धी अवशेष तथा स्मारकहरू प्राप्त हुँदा निकै शुक्ष्म ढंगबाट अध्ययन तथा अनुसन्धान गर्न सकेमा यो स्थल नेपालकै महत्त्वपूर्ण पुरातात्विक स्थल बन्ने सम्भावना राख्दछ । प्रकटेश्वर महादेव धार्मिक पीठबाट प्राप्त मन्दिर, मूर्ति केवल एक धार्मिक मूर्ति नभई स्थानीयको गहिरो आस्था, संस्कार र समृद्धिको आशाको प्रतीक बनेको छ । यसप्रति देखिएको श्रद्धा र सम्मानले स्थानीय संस्कृतिको जगेर्ना मात्र होइन, यो स्थल विश्वसम्पदाकै रूपमा रहन सक्ने देखिन्छ ।

अध्ययनको उद्देश्य (Objective of the study)

यस अध्ययनका मूलत: निम्नलिखित उद्देश्यहरू छन् :

क) प्रकटेश्वर महादेवसंग जोडिएको स्थानीय आस्था तथा धार्मिक विश्वास अध्ययन गर्नु ।

ख) स्थानीय समुदायको धार्मिक आस्था र विश्वास पहिचान गर्नु ।

ग) धार्मिक पीठको सामाजिक, सांस्कृतिक र आर्थिक प्रभावको अध्ययन गर्नु ।

डा.गितु गिरी, (२०५९), लुम्बिनी अञ्चलका सांस्कृतिक पर्यटकीय स्थलहरू

गिरीको (२०५९) लुम्बिनी अञ्चलका सांस्कृतिक पर्यटकीय स्थलहरू आठौं अध्यायमा रूपन्देही शीर्षकमा प्रकटेश्वर महादेव धार्मिक पीठको उत्खनन् बारेमा चर्चा गरेको पाइन्छ ।

गौतमको (२०६१)

तीर्थपर्यटन पुस्तक पनि महत्त्वपूर्ण रहेको छ । तीन अध्यायमा विभाजित प्रस्तुत पुस्तकमा विभिन्न स्थलमा रहेका शिव र अन्य हिन्दू देवीदेवताहरू बारेमा र तृतीय अध्यायमा भगवान पशुपतिनाथ शीर्षकमा महादेव र शिवलिङ्ग बारे चर्चामा गरिएको छ ।

कपिलदेव लामिछाने, डा.गितु गिरी, डिल्लीराज भट्टराई, मणिराम भट्टराई, श्रीबहादुर राइमाझी (२०७२) रूपन्देही दर्पण पुस्तकमा

'रूपन्देहीको सांस्कृतिक झलक' मा मूर्त तथा अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदा साथै प्रकटेश्वर महादेव मन्दिरको मूर्तिको बारेमा छोटो चर्चा गरिएको छ ।

प्रा.डा.पेशल दाहाल र उप. प्रा.सोम प्रसाद खतिवडा,(२०६०),नेपालको कला र वास्तुकला

यस पुस्तकमा धार्मिक स्थल र हिन्दु मठ,मन्दिरहरूका कला शैली बारे चर्चा गरिएको छ । त्यस कारण पनि उक्त पुस्तक आवश्यक दखिन्छ ।

गिरी (२०६९), बृहत् लुम्बिनी क्षेत्रका पर्यटकीय सम्पदा पुस्तक

लुम्बिनी भ्रमण वर्ष २०१२ का अवसरमा प्रकाशित गरिएको थियो । यो पुस्तक ११ वटा अध्यायहरूमा विभाजित छ । यीमध्ये छैठौं अध्यायमा रूपन्देही सम्पदाहरूको बारेमा विश्लेषण गरिएको छ । यस पुस्तकमा प्रकटेश्वर महादेव मन्दिरको बारेमा केही जानकारी दिइएको छ ।

अध्ययन विधि (Methodology)

प्रकटेश्वर महादेवसंग सम्बन्धित स्थानीय आस्था र विश्वासहरूको अध्ययन एक गुणात्मक अनुसन्धान हो । यस आलेख मा सम्बन्धित विषयका प्राथमिक एवं द्वितीयक स्रोतका आधारमा तथ्यांक संकलन गरी अध्ययन कार्य सम्पन्न गरिएको छ ।

१. प्राथमिक स्रोत (Primary source)

यस अध्ययनको लागि प्राथमिक वा मूलस्रोत जुटाउंन अध्ययन क्षेत्रमा गई निम्न प्रविधि उपयोग गरिएको छ:

क) अवलोकन (Observation)

यस अध्ययनका लागि प्राथमिक तथ्यांक संकलन गर्ने क्रममा सम्बन्धित स्थलमा स्वयं प्रत्यक्ष रूपमा गई धार्मिक पीठमा गरिने पूजाआजा, पर्व गतिविधि र व्यवहारलाई अवलोकन गरिएको छ ।

ख) अन्तरर्वाता (Interview)

प्रकटेश्वर मन्दिर सम्बन्धित विद्वानहरू तथा यहाँका स्थानीय बासिन्दा, पुजारीहरू र आउने श्रदालुहरूसँग अन्तरवार्ता गरिएको छ । यसले उनीहरूको व्यक्तिगत अनुभव, आस्था र परम्परा बुझ्न मद्दत पुऱ्याएको छ ।

२. द्वितीयक स्रोत (Secondary source)

यस अध्ययनका लागि आवश्यक पर्ने तथ्य संकलनका लागि द्वितीयक स्रोतका रूपमा केही विद्वानहरूद्वारा प्रकासित पुस्तक, लेखहरू उपयोग गरिएको छ ।

तथ्यांक प्रदर्शन, प्राप्ति र विश्लेषण (Data Presentation, Reseult and Discussion)

लुम्बिनी प्रदेशको रूपन्देही जिल्लाको गाँउ पालिका अर्न्तगत वडा नम्वर ४ बिर्सौली गा.वि.स. परिवर्तित हुदै क्रमशः गोनहा गा.वि.स.पाँच सेमरहना र हाल मायादेवी गा.वि.स.वडा नम्वर ५ सेमरहनामा, भैरहवादेखि करिव १२ कि.मी. लुम्बिनी जाने सडकबाट करिव २ किलो मिटर दक्षिण पूर्व दिशामा प्रकटेश्वर महादेव मन्दिर अवस्थित छ । यो मन्दिर धार्मिक, सांस्कृतिक र ऐतिहासिक दृष्टिले महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । यस मन्दिर निर्माणमा यही कै बासिन्दाहरू हिन्दु र मुस्लिम समुदायका दाताहरूका सहयोगद्वारा भएको उल्लिखित शिलालेखबाट जानकारी हुन्छ । यहाँ अन्य विभिन्न देवीदेवताका मन्दिरहरू पनि निर्माण भएकाले थप चर्चामा आएको छ । यस मन्दिरको क्षेत्र लगभग ३० कट्ठा रहेको छ ।

स्थानीय समुदायले प्रकटेश्वर महादेवलाई चमत्कारी एवं इच्छापूर्ति गर्ने देवताका रूपमा विश्वाास गछ्रन । प्राचिन कालदेखि नै यहांका बासिन्दाहरूले यो स्थानलाई भैरव थान भनी फुल,धूप र अक्षता जस्ता पूजा सामाग्री चडाउँने गर्दथे ।

यहाँ हरेक दिन नित्य पूजाहरू भई नै रहन्छ । यस मन्दिरमा विशेष गरी प्रत्येक वर्ष फागुन कृष्ण चर्तुदशीमा महाशिवरात्री पर्व, र श्रावण महिनाको सोमबार भव्य रूपमा मेला उत्सव मनाउँने गर्दछ । यस पर्वमा हिन्दु धर्मावलम्वीहरूले परम्परागत आस्था र विश्वासलाई पछ्याउदै निंजल व्रत बसी सबैरै देखि मन्दिर रहेको शिवलिङ्गको पूजा अर्चना गर्ने असंख्य श्रदालुहरूको भीड लाग्ने गर्छ । यस मन्दिरको शिव लिङ्गको दर्शन गर्नाले प्रकटेश्वर महादेवको आशिर्वाद प्राप्त हुने र मनोकामना पुर्ण हुन्छ भन्ने धार्मिक जनविश्वास रहेको छ । सोमबारका दिन सेतो कपडा लगाउने र सेतै रंगको वस्तुहरूको दान गरेमा विशेष फल प्राप्त हुने धार्मिक विश्वास छ । यही दिनमा भगवान शिवप्रति समर्पित भई शिव स्त्रोत, रुद्राक्ष, बेल पत्ताको पूजा गर्नाले शिव प्रसन्न हुन्छन् भन्ने विश्वास गरिन्छ ।

सोमवार महादेवप्रति श्रद्धाभाव राख्दै पाँच काम गर्नाले मनोकांक्षा पूरा हुने विश्वास गरिन्छ । उक्त दिनलाई शिव अर्थात चन्द्रमाका दिनका रूपमा लिइन्छ । सवेरै शिव चालीसा पाठ गर्नाले शिव प्रसन्न भई समस्या समाधान हुने विश्वास छ ।.दाम्पत्य जीवनमा आउने समस्या समाधानका लागि विहानै महादेवलाई मनन गरी रुद्राश शिवलाई अर्पण गर्नाले मनले चिताएको पूरा हुने धार्मिक विश्वास छ । बेलपत्रमा सेतो चन्दनको टीका बनाएर शिवलिङ्गको पूजा गर्नाले पनि फलिफाप हुनछ । शिव मन्दिरमा गई ' ॐ नमो धनदाय स्वाहा' मन्त्र रुद्राक्ष मालाले ११ पटकजप गर्नाले लाभ हुने धार्मिक विश्वास छ ।

यहाँ आउँने श्रदालुहरू, स्थानीय बासिन्दा तथा प्रत्यक्ष अवलोकनको माध्यमबाट गरिएको अधययनले देखाएको छ कि प्रकटेश्वर पूजा आराधनाले समुदायमा धार्मिक एकता, सांस्कृतिक निरन्तरता र सामाजिक मेलमिलापमा टेवा पुऱ्याएको छ । साथै मन्दिरलाई केन्द्र बनाएर स्थानीय अर्थतन्त्रमा समेत प्रभाव परेको पाइन्छ ।

यहाँका पुजारी र बासिन्दाहरूको भनाई अनुसार यहाँ घटेका सत्य घट्नाक्रमहरूले गर्दा पनि यो मन्दिर प्रसिद्ध हुन गएको हो ।यहाँ धार्मिक आस्था र विश्वासका साथ यस स्थान खण्डहरको रूपमा केवल १३ से.मी. जति अग्लो कालो निलो प्रस्तर भू-सतहमा देखिन्थ्यो भने यसको यर्थाथ रूप के हो भन्ने कसैलाई जानकारी थिएन । धार्मिक आस्था र विश्वासको परिणाम स्वरूप कसैले पनि यहांको रहस्य बुझ्ने जमर्को गरेनन् केवल धार्मिक परम्परा नै यसको आस्था पुस्ता दरपुस्ता हस्तान्तरण हुदैं आयो । यहां सात कुण्ड र नौ कुण्ड पनि भएकोले यसको रहस्य पत्ता लगाउने मनसायले एक जना जमीनदारले उत्खखन् गर्दा विशाल प्रस्तर प्रतिमा फेला पारे । उनले त्यस बखत ज्यामीहरूलाई लगाई उक्त प्रस्तरलाई भू-गर्वबाट बाहिर निकाल्ने प्रयत्न गर्दा नसकेपछि हात्तीको मद्दतले पनि सो कार्य पूर्ण नभई हात्ती एक्कासी बिरामी परी मरेको हुदां पुनः कसैले पनि त्यहां उत्खखन् गर्न सकेनन् भन्ने किंवदन्ती प्रचलित छ । यस घटनाले त यो स्थानको दैवी शक्तिको धारणालाई थप बलियो बनायो ।

यसैगरी अर्को घटना आजभन्दा करिब ३०/३५ वर्ष अगाडिको भनिन्छ । करिब छ,सात जना चोरहरूले यो धार्मिक पीठबाट बहुमुल्य वस्तुहरू चोरेर भाग्दा अकस्मात् उनीहरूको आँखाले देख्न नसक्ने भएको भनेर भनिन्छ अनि उनीहरूले पुनः मन्दिरमा गई चोरेका सामानहरू बुझाएपछि फेरि आँखा देख्न सके भन्ने किंवदन्तीले गर्दा पनि यो मन्दिर निकै चर्चामा आयो ।

यसै मन्दिरमा अवस्थित उमा-महेश्वरको प्रस्तर प्रतिमामा एक जना स्थानीय महिलाले उमाको अर्थात पार्वतीको बाँया स्तन अज्ञात रूपमा टुटाएकी थिइन् । तत्पश्चात उनको पनि बाँया स्तन पतन भयो । यस्तो घटना के कसरी भएको भन्ने पत्ता लागे पछि यसै स्थानमा गई क्षमायाचना पूजाआजा गरेर निको भएको घटना पनि निकै चर्चित भयो ।

उक्त घटनाहरूले यस स्थानप्रतिको दैवी धारणा झन् बलियो तुल्यायो । यी परम्परागत आस्था तथा विश्वासमा बाँधिएका भैरवनाथको चर्चा आन्तरिक तथा बाह्य जगतमै चर्चित भयो। यसै बखत सिद्धार्थ नगर वडा नं. ८ का बासिन्दा स्वर्गीय रमेश थापा तत्सम्बन्धी घटना प्रभावित भई वि.सं. २०४८ साल फागुन कृष्णचतुर्दशीका दिनमा रहस्योद्घाटन गर्ने मनसायले भैरव थान उत्खनन् गराउने जर्मो गरे । उनले स्थानीय बासिन्दाहरूसंग परामर्श गरी निजी खर्च र केही अन्य व्यक्तित्वहरू बाट खर्च संकलन गरि लगानी लगाई कुल्लीहरू मार्फत अव्यवस्थित तरिकाले उत्खनन् प्रारम्भ गर्दा ठूला -ठूला वस्तुहरू मात्र संकलन गर्दा निकै नै तथ्यहरू धेरै जनकारी हुँदै गयो । उनीहरूले उत्खनन् गर्दा शिव पीठिकामा आघात पुऱ्याएको दिनमै उनी भैरहवा घरतिर जाने क्रममा बेथरी निर एक्कासि मौरीका झुन्डको रूपमा स-साना जिवाणुहरूले उनलाई आक्रमण गर्न थाले पछि उनको सोच जिवाणुहरू नभई अवश्य पनि दैवीशक्ति कै प्रतीक हुन सक्छ भनी महादेवको संरक्षण गर्ने र गाईदान गर्ने भाकल गरे पश्चात् सो अवरोधहरू हटेर गएको हुँदा भाकल पनि

पुरा गरेको तथ्य उत्खनन्मा संलग्न स्व.रमेश थापाले बताएका थिए ।यसरी दैवीशक्तिमा निहित मानिने यस स्थानमा शिवलिङ्ग, शिव पार्वती,देवीको प्रस्तर मूर्ति, गणेश आदि प्रस्तरका प्रतिमा र पुराना ईंटाहरू समेत उपलब्ध भएकोले यसको संरक्षण, संवर्द्धन तथा देवालयहरू निर्माणको लागि हिन्दुमात्र नभई मुस्लिम धर्मका व्यक्तित्व तथा स्थानीय समाजसेवी तथा धर्मात्मा व्यक्तित्वहरूको सक्रियतामा संचालक समिति गठन भई शिखर (नागर) शैलीमा मन्दिर निर्माण गरिएको थियो भने अहिले नव निर्मित मूल मन्दिर पाँच तल्ले नेपाली तल्ले शैलीमा निर्माण गरिएको छ । यहाँको उत्खनन,स्तरविन्यास, वर्गिकरण तथा विश्लेषण हुन, शैव देवालय रहेको तथ्य कलावस्तु प्रमाणित गरेका छन् । यसैको आधारले पनि प्रकटेश्वर महादेव धार्मिक पीठ भक्तजनहरूको लागि ठूलो धार्मिक आस्था र विश्वासको केन्द्र रहेको छ. ।साथै तान्त्रिक प्रभावले लोकप्रिय भएको तथ्य भैरवको असर रहेको तथ्य लोकोक्तिबाट बुझिने हुदाँ काल भैरवको धार्मिक पीठ पनि मूल धार्मिक पीठको दाँया पट्टि दक्षिण भागमा स्थापना गरिएको छ ।

प्रटेश्वर मन्दिर परिसरमा प्राप्त धार्मिक विश्वाससंग जोडिएका प्रतिमाहरू :

१. शिवलिङ्ग

प्रकटेश्वर धार्मिक पीठबाट प्राप्त शिवलिङ्गको परिधि १ मिटर ४१ से.मि.को छ । यो २ मीटर ८० से.मी.को वर्गाकार गर्भगृहमा अवस्थित रहेको शिवलिङ्ग हिन्दू धर्ममा भगवान् शिवको प्रतीक स्वरूप मानिन्छ र यसप्रति रहेको धार्मिक आस्था र विश्वास अत्यन्त गहिरो, व्यापक र पवित्र छ । प्रकटेश्वर धार्मिक पीठबाट प्राप्त शिवलिङ्गलाई स्थानीय समुदायले अत्यन्तै पवित्र र शक्तिशाली धार्मिक प्रतीकको रूपमा मान्ने गरेका छन् ।

शिवलिङ्ग केवल प्रतिमा वा ढुङ्गाको संरचना मात्र नभई सृष्टिको अनादि र अनन्त स्वरूप, आध्यात्मिक चेतना र ब्रह्माण्डीय ऊर्जाको प्रतीकका रूपमा स्थापित छ । हिन्दू धर्ममा शिवलाई त्रिदेवहरूमध्ये संहारकर्ता मानिन्छ । शिवलिङ्गलाई शिवको निराकार रूप मानिँदै पुजिन्छ, स्थानीय तथा अन्य स्थानबाट आउने भक्तजनहरूले शिवलिङ्गमा जल, दूध, बेलपत्र, धतुरा, गङ्गाजल आदि अर्पण गरी आफ्नो श्रद्धा व्यक्त गर्छन् । सोमवार, महाशिवरात्रि, श्रावण महिनाको बोलबम जस्ता पर्वका दिनहरूमा विशेष पूजाआजा गर्ने परम्परा रहेको छ । शिवलिङ्गको पूजा गर्दा पाप क्षय हुने, मनोकांक्षा पूरा हुने, र मोक्ष प्राप्त हुने जनविश्वास रहिआएको छ । यस्ता जनविश्वासहरूले सम्पूर्ण हिन्दू समाजमा शिवलिङ्गलाई एक अत्यन्त प्रभावशाली र चमत्कारी प्रतीक बनाएको छ । प्रकटेश्वर महादेवको शिवलिङ्ग जमिनबाट आफैँ प्रकट भएको भन्ने जनश्रुति छ, जसले यस स्थानमा जनविश्वास र श्रद्धालाई अझ प्रगाढ बनाएको छ । शिवलिङ्ग प्रतिको आस्था केवल धार्मिक विश्वासमा सीमित छैन । यसले जीवन, मृत्यु, सृष्टि र मोक्षको गहिरो अर्थ बोक्दछ । यो शिवलिङ्गले गाउँ र वरपरका क्षेत्रहरूलाई प्राकृतिक विपद्, रोगव्याधि र अन्य संकटहरूबाट रक्षा गर्छ भन्ने स्थानीयवासीहरू विश्वास गर्छन् । यो शिवलिङ्ग अत्यन्त पुरानो भएको विश्वास गरिन्छ, र यसले यस क्षेत्रको ऐतिहासिक धार्मिक परम्परा झल्काउँछ ।

२. शिव-पार्वतीको प्रस्तर प्रतिमा

मूल मन्दिरको पूर्वी प्रवेश द्वारको दाँयातिरको भित्तामा प्रतिष्ठापित गरिएको छ । यस प्रतिमा ७१ से.मी. लम्बाइ र ४४ से.मी. चौडाइ युक्त छ ।यस प्रस्तर फलकमा दाँयातिर शिवका चार हातले विभिन्न आयुधहरू लिएको देखिन्छ । दाँयातिरको माथिल्लो भागमा परशु लिएको देखाइएको छ । यस प्रतिमाप्रति जनमानसमा श्रद्धा र विश्वासले गहिरो रूप लिएको छ ।शिव-पार्वतीको प्रतिमा हिन्दू धर्ममा शक्ति र शिव को समन्वयको प्रतीक मानिन्छ । शिव सृष्टिको तत्त्व र पार्वती सृजनात्मक शक्तिको रूप भएकाले, दुवैको एकसाथ मूर्तिरूपमा प्राप्त हुनु सन्तुलित जीवन, परिवार सुख, र धार्मिक समृद्धि को सूचक मानिन्छ ।प्रकटेश्वर महादेव धार्मिक पीठको उत्खनन तथा स्थानीय जनश्रुतिहरूको आधारमा भगवान शिव र देवी पार्वतीको मूर्ति फेला परेको विवरण प्राप्त भएको छ। यस्ता प्रतिमाहरू, विशेषत: धार्मिक स्थलभित्र प्रकट भएको विश्वास गरिएका,

जनमानसमा गहिरो धार्मिक आस्था र श्रद्धाको केन्द्र बन्न पुग्छन् । स्थानीय बासिन्दाहरूको विश्वास अनुसार यी पुर्तिहरू जमिनमुनि स्वत: प्रकट भएका थिए, जसले यस स्थानलाई "पवित्र भूमिमा ईश्वर स्वयं प्रकट भएको स्थल" को रूपमा मान्यता दिएको छ । यस्तो विश्वासले मन्दिरको महत्त्वलाई निकै वृद्धि गरेको देखिन्छ । स्थानीय जनविश्वास अनुसार यी प्रतिमाहरूको दर्शन गर्दा मनोकांक्षा पूरा हुन्छ, वैवाहिक सुख प्राप्त हुन्छ, र रोगव्याधिबाट मुक्ति मिल्छ भन्ने धारणा प्रचलित छ । विशेष गरी दाम्पत्य जीवनमा सन्तुलन कामना गर्ने दम्पतीहरू यहाँ पूजा गर्न आउने गर्छन् । जसकारण उनीहरूमा सौभाग्य वृद्धि हुने धार्मिक विश्वास रहिआएको छ ।

३. प्रस्तरको लक्ष्मी प्रतिमा

लक्ष्मी हिन्दू धर्ममा धन, समृद्धि र सौभाग्यकी देवी हुन् । विष्णुकी शक्ति, ऐश्वर्य, सौन्दर्य एवं सौभाग्य देवीको रूपमा परिचत लक्षमी ७१ से.मी.अग्लो तथा ४० से.मी. चौडा प्रस्तर प्रतिमा उपलब्ध छ । समभंग मुद्रामा रहेकी लक्ष्मीका दुई भुजाहरूमा दाँयातिर चक्र र बाँयातिर कमल पुष्प लिएको छ । अग्निपुराणमा पनि लक्ष्मीले विष्णुका आयुध धारण गर्ने भनिएको छ त्यसैले स्थानीय जनमानसमा यस स्वरूपले देवी लक्ष्मीको प्रत्यक्ष उपस्थिति झल्काउने विश्वास बनाएको छ । महादेवको धार्मिक पीठबाट लक्ष्मी प्रतिमा प्राप्त हुनु स्थानीयले देवीको प्रत्यक्ष कृपा वा संकेतको रूपमा लिने गर्छन् । यसले यो स्थानको धार्मिक महत्वलाई झनै बढाएको छ । दीपावलीजस्ता पर्वहरूमा लक्ष्मी पूजाको विशेष महत्त्व हुने हुँदा यस प्रतिमाले त्यो धार्मिक भावना झन् गहिरो बनाउँछ । यो स्थानमा मूर्ति भेटिएपछि त्यहाँ नियमित पूजापाठ, लगायतका धार्मिक गतिविधिहरू सुरु भएका छन् । यसले समुदायमा धार्मिक ऊर्जा पुन: जागृत गराएको छ ।

४. दुर्गा देवीको प्रतिमा

धार्मिक पीठको पश्चिम द्वारको दाँयापट्टि अवस्थित छ । वर्षौंदेखि घाम पानी हुरी बतासको अविरल प्रहार तथा जैविक घर्षणबाट जीर्ण अवस्थामा पुगेको सिंहवाहिनी दुर्गाको प्रस्तर मूर्ति सादा तथा कठोर प्रस्तरमा बनाइएको छ । यो करीब ६२ से.मी अग्लो र ३८ से.मी चौडाइ यस दुर्गाको प्रस्तर मूर्ति शारीरिक हृष्टपुष्टताले स्त्रीत्व बुझाउँछ भने उनी सिंहासनमा रहनु नै यसको परिचायकको मूल आधार हो । अन्य भागहरू अस्पष्ट देखिन्छ । शुंग तथा कुषाणकालीन भारतमा सिंहयुक्त दुर्गालाई सिंहवाहिनी भनिन्थ्यो भने शाक्यहरूले पनि उक्त मूर्ति बनाएको तथ्य डा. जे.एन.बनर्जीले उल्लेख गर्दछन् । समभवत: भारतीय प्रभावबाट काठमाण्डौं उपत्यका भित्र, कपिलवस्तु, तिलौराकोट आदि स्थानहरूमा दुर्गाका प्रतिमा स्थापना गरे झैं यहाँ पनि प्राचीनकालदेखि नै शक्तिको उपासना गरिएको हुन सक्दछ ।यसकै प्रभावबाट यहाँ पनि उक्त मूर्ति बनाइएको बुझिन्छ । त्यसकारण प्रकटेश्वर महादेव मन्दिर ऐतिहासिक तथा धार्मिक दृष्टिकोणले महत्त्वपूर्ण स्थल मानिन्छ । यस मन्दिर परिसरमा प्राप्त भएको दुर्गा देवीको प्रतिमाले स्थानीय बासिन्दा तथा भक्तजनको विशेष ध्यान आकर्षित गरेको छ । स्थानीय बासिन्दाहरूले दुर्गा देवीलाई शक्तिशाली र रक्षक देवीको रूपमा पूज्ने गरेका छन् । प्रतिमाको प्राप्तिलाई देवीको "शक्ति प्रकट" रूपमा लिइएको छ, जसले गर्दा यसको महिमा अझै बढेको छ । भक्तजनहरूले यो प्रतिमालाई देवीले आफूलाई प्रकट गरी आशीर्वाद दिन आएको संकेतको रूपमा लिएका छन् । श्रद्धालुहरू यो स्थानमा पुगेर दुर्गा पूजा अर्चना गरी आफ्नो मनोकामना पूर्ण हुने जनविश्वास रहेको छ । व्रत, पूजा, र नवदुर्गा महोत्सवका क्रममा मूर्तिको विशेष पूजन गरिन्छ । प्रकटेश्वर महादेवको मन्दिरमा प्राप्त दुर्गा देवीको स्वरूपले स्थानीय बासिन्दामा गहिरो धार्मिक भावना र आस्था जागृत भएको देखिन्छ ।

५. गणेशको प्रस्तर स्वरूप

मूल धार्मिक पीठको पश्चिमी द्वारको बाँयापट्टि अवस्थित गणेशको ७६ से.मी लम्बाइ र ४८ से.मी.चौडाइ प्रस्तर मूर्ति जीर्ण अवस्थामा रहेको छ । गणेशका दुई भुजा र पेट शास्त्रीय ढंगले अंकित गरिएको छ भने

अंगहरू अस्पष्ट केवल आकृति मात्र बुझिने अवस्थामा रहेको छ । प्रकटेश्वर मूल धार्मिक पीठबाट प्राप्त गणेश मूर्ति हिन्दू धर्मावलम्बीहरूको लागि अत्यन्तै पूजनीय र श्रद्धाको विषय बनेको छ । यो मूर्ति धार्मिक, सांस्कृतिक र ऐतिहासिक दृष्टिले महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । गणेश भगवानलाई 'विघ्नहर्ता' अर्थात् बाधा हटाउने देवता मानिन्छ । प्रकटेश्वर मुल धार्मिक पीठकाबाट प्राप्त यो मूर्ति चमत्कारी मानिन्छ, जसका कारण भक्तजनहरू यसको पूजा गर्दा आफ्नो समस्या, रोग, र विघ्नहरू हट्ने विश्वास राख्छन् । स्थानीयहरू र दर्शनार्थीहरूबीच यो मूर्ति उत्खखन्बाट प्राप्त भएको भनाइ छ । यस्तो घटनाले प्रतिमा प्रति गहिरो आध्यात्मिक आस्था जन्माएको छ । धेरै भक्तहरूले यहाँ पूजा गरेपछि आफ्नो मनोकामना पूरा भएको अनुभव वाँडेका छन् । यसरी यो मूर्तिप्रति जनमानसमा निकै श्रदा र विश्वास बसेको छ । यो स्वरूप हेर्न र पूजा गर्न टाढाटाढाबाट पनि भक्तजनहरू आउने गरेका छन् ।

यहाँ भेटिएका ईट्टाहरू लुम्बिनी मायादेवीको मन्दिरका ईट्टाहरूसँग मिल्दो आकार छन् र बुट्टा पनि समान बनाइएको हुदाँ लुम्बिनीबाट ल्याई बनाएको हुनसक्ने तर्क प्रस्तुत गर्दै आएका छन् । यी ईट्टाहरू साना ठूला गरी दुई किसिमका देखिएका थिए भने अहिले ठूला २८x१८ से.मी का मात्र छन् र साना ईट्टा भने हराइसकेको छ । ईशाको चौथो शताब्दीमा खस राजाहरूको पूर्वागमन, मुस्लिम आक्रमण र नेपाल-अग्रेज युद्धको प्रभाव क्षेत्र भएकोले समय समयमा यहाँका देवालयहरू नष्ट गरिएका हुनसक्ने प्रबल सम्भावना देखिन्छ ।यहाँका प्रस्तर प्रतिमा, ईट्टाहरूको अध्ययन तथा विश्लेषणबाट प्राचीनकालसंग जोड्न नसकेपनि पूर्व मध्यकालीन कलाशैलीको आभास हुन्छ । अझ यसको संरक्षण, समबर्द्धन र अनुसन्धान गर्दै जानु अत्यन्त आवश्यक छ र यसैबाट बढी तथ्य प्रकाशित हुने छन् ।

पहिले प्रकटेश्वर महादेवको मूल प्रतिमालाई दुई तल्ले र शिखर शैलीमा निमार्ण गरिएको थियो भने पछि स्थानीयहरूको विश्वास र सहयोगमा यस प्रकटेश्वर महादेवको मूल धार्मिक पीठलाई पाँचतल्ले शैलीमा निर्माण गरी वि.स. २०७८ साल कार्तिक ११ गते उद्घाटन सम्पन्न भएको थियो । यो क्षेत्र वरपर अन्य विभिन्न देवीदेवताका प्रतिमाहरू पनि निर्माण भएको छ । तिनको विवरण निम्नानुसार छ :

१. मूल जहाँ शिव लिङ्ग प्रतिष्ठापित छ र यस धार्मिक पीठ भित्रै पूर्व दायाँ भित्तामा लक्ष्मी,बाँया भित्तामा शिवपार्वती र पश्चिम गणेश र दाँया भित्तामा प्रस्तरका दुर्गा प्रतिमाहरू स्थापित मन्दिर पाँच तल्ले शैलीमा रहेको छ ।

२. मुल धार्मिक पीठको दाँया दक्षिण दिशा तिर गणेशको धार्मिक पीठ स्थापित छ ।

३. मुल धार्मिक पीठकाो दाँया तिर काल भैरव शनिदेवको धार्मिक पीठ स्थापित छन् ।

४. मुल धार्मिक पीठकै बाँया दिशा तिर पार्वती धार्मिक पीठ रहेको छ ।

५. यसै पार्वती धार्मिक पीठको पूर्व दिशामा हनुमान धार्मिक पीठ अवस्थित छ ।

६. हनुमान धार्मिक पीठको दाँया पूर्व तिर बागेश्वर अष्टदेवी धार्मिक पीठ र विश्वेश्वर मन्दिर यी दुवै धार्मिक पीठका पार्श्वहरू जोडी गजुर सहित दुई शिखर शैलीको धार्मिक पीठ स्थापना गरिएको छ ।

७. यी दुवै धार्मिक पीठ देखि पूर्व दिशामा चारैतिरबाट पोखरीमा टायल लगाई पोखरी बनाएको र पोखरीको बिच भागमा नर्मदेवेश्वर धार्मिक पीठ शिखर शैलीमा निमार्ण भएको छ । यो धार्मिक पीठको तल्लो भागमा गंगा मैया र छट्टीमाईको धार्मिक पीठ रहेको छ । यहाँ छठ पर्वमा श्रदालुहरूले भव्य रूपमा पूजा गर्दछ । यो छट्टीमाईको पूर्व नदी, पोखरी जलाशय मा भेला भई मनाइने भएकोले यस्तो पोखरीलाई 'छठ पोखरी' पनि भनिन्छ । कार्तिक शुक्ल षष्ठीका दिन सूर्य अस्ताउँदो र उदाउँदो सूर्यको पूजा भव्य रूपमा गरिन्छ यो पर्वमा यहाँका मूल अवधी र भोजपुरी भाषीको समुहको भिड लाग्दछ ।

८. नर्मदेश्वर धार्मिक पीठको दाँया पूर्व तिर राधा कृष्णको धार्मिक पीठ तल्ले शैलीमा निमार्ण गरेको छ ।

९. यसै राधाकृष्णको धार्मिक पीठ देखि पूर्व दक्षिण दिशातिर धर्मशाला बनाइएको छ। जहाँ आगन्तुक अतिथि, स्थानीय बासिन्दाहरू, श्रदालुहरूका विभिन्न धार्मिक संस्कार, सामाजिक कार्य र पुजारीको बासस्थानको निमित्त विभिन्न दाताहरूको सहयोगले यस धर्मशालामा ठूलो हल सहित चार वटा कोठाहरू निर्माण गरिदिएका छन् ।

१०. यसै गरी दक्षिण भागमा भण्डारा कक्ष रहेको छ र यहाँ समय समयमा भक्तजनहरूको धार्मिक कार्यक्रममा भण्डारा पनि लगाउने गर्दछ साथै यहाँ चुणाकर्म संसकार पनि गरिन्छ ।

११. मूल धार्मिक पीठको पूर्व दाँया पट्टि हवन कुण्ड रहेको छ जुन ईट्टा र सिमेन्ट ले निर्माण भएको छ भने चारै दिशा तिर तीन तीन वटा आर्क बनाएर खुल्ला राखिएको छ र माथि तिर धुँवा जाने चिम्नी छत बनाइएको छ । यहाँ भक्तजनहरूले हवन पूजाआजा र विवाह व्रतबन्ध जस्ता पवित्र कार्यक्रम गर्दछ। साथै भक्तजनहरूको मनोकामना पुर्ण भएपछि यहाँ आई हवन पूजापाठ गर्दछन् ।

निष्कर्ष (Conclusion)

प्रकटेश्वर धार्मिक पीठले स्थानीय बासिन्दाहरूको गहिरो श्रद्धा र विश्वासलाई प्रतिबिम्बित गर्छ । उत्खनन्बाट प्राप्त शिवलिङ्ग सहित अन्य प्रतिमाहरूले यस स्थलको पुरातात्विक सम्भावनालाई उजागर गरेको छ । यी सामाग्रीहरू लुम्बिनीका अन्य पुरातात्विक सम्पदाहरूको शैलीसँग मेल खाने देखिन्छन्, जसले प्रकटेश्वर महादेव धार्मिक पीठ र लुम्बिनी क्षेत्रका बीचको ऐतिहासिक तथा सांस्कृतिक सम्बन्धलाई संकेत गर्छ । यो धार्मिक पीठ न केवल पूजा-अर्चनाको केन्द्र हो, यो स्थानीय सामाजिक एकता, परम्परागत मूल्य र सांस्कृतिक निरन्तरता जीवित राख्ने प्रतीक पनि हो ।

धार्मिक पीठमा आयोजित धार्मिक पर्वहरू विशेषगरी महाशिवरात्री, सोमवाका दिनहरू र श्रावण महिनाका पाँच सोमवारका दिनहरूमा श्रदालुहरूको उल्लेखनीय सहभागिता देखिन्छ ,जसले मन्दिरको सामाजिक र सांस्कृतिक प्रभावलाई पुष्टि गर्छ ।साथै, धार्मिक पीठले स्थानीय अर्थतन्त्रमा पनि सकारात्मक प्रभाव पारि्हेको छ, जसले धार्मिक पर्यटनको सम्भावनालाई बल दिन्छ ।

यस अनुसन्धानबाट प्रकटेश्वर महादेव धार्मिक पीठको धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक र पुरातात्विक महत्त्व स्पष्ट भएको छ । भविष्यमा विस्तृत पुरातात्विक अध्ययन र संरक्षणका प्रयासहरू आवश्यक छन् । जसले धार्मिक पीठको सम्पूर्ण महत्त्वलाई उजागर गर्न मद्दत पुऱ्याएनेछ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू (References)

१. खत्री, प्रेम र दहाल पेशल (२०५१),*नेपालको कला र पुरातत्त्व,* भोटाहिटी, काठमाडौं : एम.के. पब्लिसर्स ।

२. खत्री, प्रेम कुमार (२०५८), *नेपालको धार्मिक मत र सामाजिक संरचना,* भोटहिटी, काठमाडौं : एम.के. पब्लिसर्स ।

३. गिरी, गितु (२०५९), *लुम्बिनी अञ्चलका सांस्कृतिक पर्यटकीय स्थलहरू,* बुटवलःमेचीकाली अफसेट प्रिन्टिङ्ग प्रेस ।

४. गिरी, गितु (२०६९), *बृहत् लुम्बिनी क्षेत्रका पर्यटकीय सम्पदा,* काठमाडौ : ऐरावत प्रकाशन ।

५. लमिछाने, कपिलदेव र अन्य (२०७२), *रूपन्देही दर्पण* भैरहवाः रूपन्देही शैक्षिक तथा सामाजिक प्रतिष्ठान (रेसा) ।

६. पाण्डे, रामनिवास र रेग्मी दिनेशचन्द्र (२०५४), *नेपालको पौराणिक इतिहास,* कृर्तिपुर, काठमाडौं: नेपाल र एशियाली अनुसन्धान केन्द्र,त्रिभुवन विश्वविद्यालयय ।

७. बराल, बासु (२०५०), *हिन्दू सामाजिक संगठनको प्रारूप,*कालीमाटी काठमाडौं :सुनकोशी छापाखाना ।

८. रेग्मी, जगदीशचन्द्र (२०३१), *नेपालको धार्मिक इतिहास,* काठमांडौ : नेपाल राजकीय प्रज्ञा-प्रतिष्ठान ।

अवधी उखान (लोकोक्ति) र टुक्का (मुहाबरा)

जगतराम यादव
पूर्व शिक्षक, दाङ

लेखसार (Abstract)

उखान मानिसको दैनिक जनजीवनको अनुभवबाट उब्जिएर आएका पूर्णवाक्य हुन्छन् जो नैतिक शिक्षा, सत्य जीवन या व्यावहारिक ज्ञानलाई सरल शब्दमा व्यक्त गर्दछन्। यिनको प्रयोग उपदेश दिन, कुनै स्थितिलाई स्पष्ट गर्न वा शिक्षा दिनका निमित्त गरिन्छ।

शब्दकुञ्जी: अवधी, शनिच्चर, काजल, अधजल, मरघद।

विशेषताहरू

उखान पूर्ण वाक्यको ढाँचामा हुन्छन्। यिनीहरू अनुभवमा आधारित हुन्छन् र व्यवहारमा उपयोगी हुन्छन्, जस्तै: *नाचैक न जानै अंगनवै टेढ।*

तुक्का

त्यसैगरी शब्दहरूको यस्तो समूह हो जसको शाब्दिक अर्थ अर्कै हुन्छ, परन्तु प्रयोगमा उसको विशेष र गूढ. अर्थ हुन्छ। उखानको अभिधात्मक अर्थ र टुक्काको लाक्षणिक अर्थ हुन्छ। अभिधात्मक अर्थलाई टुक्काले बुझाउँदैन। यसको प्रयोग भाषालाई प्रभावशाली, रोचक र अभिव्यक्तिपूर्ण बनाउनका लागि गरिन्छ। तुक्का वाक्यांश रूपमा हुन्छ र लक्षणिक अर्थ हुन्छ। यसले भाषामा सौन्दयृ र चातुर्य ल्याउँछ, जस्तै: *दातेक तरे अंगुरी दबाइब।*

यस प्रकार प्रेमरस घुलित 'गागर मा सागर' भर्ने उच्च साहित्यको प्रयोग र मन्त्रमुग्ध हुने कलात्मक छन्दबन्दले उखान र टुक्काहरू जनजिब्रोमा बसेका हुन्।कथ्यरूपमा नेपाली उखान (लोकोक्ति) अन्तर्गत तुक्कालाई उखानसँगै राखेर अध्ययन र सङ्कलन गर्ने चलन रहि आए पनि यी भिन्न विधा हुन्। अत: तुक्का तुकबन्दियुक्त हुन् र उखान तुकबन्दी बिहीन छन्, जस्तै:

(क) एक अनार सौ बिमार। (ख) आँख तरेरब्।

१. पृष्ठभूमि

समाज निर्माण र उत्पत्तिसँगै भाषाको जन्म भएको हो। धार्मिक, सामाजिक, सांस्कृतिक क्रियाकलापका साथ मानिसका अनुभवहरूको साररूप 'दूधको तर' झैं उखान टुक्काले रूप धारण गरेका हुन्। अवध विश्वविद्यालय-अयोध्या, बनारस हिन्दू विश्वविद्यालय, सम्पूर्णानन्द विश्व विद्यालय, डा. भीम राव अम्बेडकर विश्वविद्यालय मेरठ, महात्मा गान्धी काशी विश्वविद्यालय, इलाहाबाद विश्वविद्यालय, संस्कृत विश्वविद्यालय दाङ, त्रिभुवन विश्वविद्यालय काठमाण्डौ जस्ता अवधी भाषी क्षेत्रमा रहेका र नरहेका विश्वविद्यालय रहेर पनि अवधी उखान टुक्काहरू जनजिब्रो मै सीमित रहेका देखिन्छन्। सामाजिक अनुभव, लोक अनुभव र सांस्कृतिक अनुभवका आधारमा उखान त्यस्तै दैनिक भाषाको प्रयोग, सांकेतिक प्रयोग र व्यङ्ग्य प्रयोगमा

टुक्काको पृष्ठभूमि रहेको पाइन्छ। अतः यिनको सङ्कलन र सैद्धान्तिक विश्लेषण गरिन जरूरी छ।

२. अध्ययनको उद्देश्य (Objective of the study)

समाजमा रहेका उखान र टुक्काहरूको अध्ययनको मूल उद्देश्य सांस्कृतिक संरक्षण गर्नु हो। जसबाट भाषागत ज्ञानको बिस्तार, नैतिक शिक्षामा सबलीकरण र समाजमा ऐनाको कार्य गर्दै रचनात्मक साहित्य शैलीको विकास गर्नु हो। त्यसैले नेपालको लुम्बिनी प्रदेशदेखि भारतको उत्तर प्रदेशसम्म उखान-टुक्का रुपी बिरासत फैलिएको हुँदा संरक्षण गर्ने हेतुले अध्ययन गर्ने उद्देश्य राखिएको हो।

३. सम्बन्धित साहित्यको पुनरावलोकन (Literature Review)

अवधी उखान टुक्का अध्ययनको सन्दर्भमा १८ औं शताब्दीका भारतमा जन्मेका घाघ अविष्मरणीय नाम हो। उनका उखान टुक्काहरूले कृषि क्रान्तिका लागि महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका हुन्। त्यसैगरी आचार्यको (२०६३) रासी लोक साहित्य पुस्तकमा अवधी उखान टुक्काहरु सङ्कलित छन्।

४. घाघका केही उखानहरूः

१) *थोरै जोतै बहुत हेंगावै, ऊचै बाँधै क्यारी*
एतनेम् बच्चे भुखै मरैं तौ दियै घाघका गारी।

भावार्थः कृषि कर्म गर्दा जोताइभन्दा बढी हेंगा लगाउनु र आली अग्लो बाँध्नु। यति गर्दा पनि उब्जनी भएन र बच्चाहरू भोकै रहे भने "घाघ" लाई गाली गर्नु।

२) *जै दिन जेठ चलै पुरवाई, तै दिन सावन सुखा जाई।*

भावार्थः जेठ महिनामा जति दिन पूर्वी वायु चल्छ त्यति नै दिन साउन मासमा सुक्का हुन्छ।

३) उत्तरा उत्तर दै गयो, हस्त गयो मुख मोरि
भलि विचारी चितरा, परजा लाइ बहोरि।

भावार्थः वर्षान्तमा उत्तरा नक्षत्रमा पानी नपर्ने हस्ता पनि मुख मोडेर जाने परन्तु चित्रा नक्षत्र थोरै भए पनि वर्षात गरि दिने हो भने प्रजालाई राहत मिल्छ।

४) *पुरबा रोपै पूर किसान, आधा खखरी आधा धान*

भावार्थः पूर्वा नक्षत्रमा कृषकले धान रोप्यो भने आधा घाँसपात र आधा अन्न उब्जन्छ। सही समयमा खेती गर्नुपर्छ भन्ने सुझाव छ।

५) *सुकै उठी बादरी, रही शनिच्चर छाय*
घाघ कहैं सुन भकुवा भाइ, बिन बरसे न जाय।

भावार्थः शुक्रवार लागेको बादल शनिवारसम्म ढाकिरह्यो भने यो बादल पानी न परी छाड्दैन।

६) *खेतीपाती, बिनती औ घोडे कै तंग*
अपने हाथ सम्हारियो, लाख लोग होय संग।

भावार्थः खेतीपाती, बिन्तिपत्र र घोडाको लगाम आफ्नो हातमा हुनुपर्छ चाहे जति जना आफनो साथमा भए पनि त्यसले अर्थ राख्दैन।

७) *करिया बादर जिया डरावै, भुरा बादर पानी लावै।*

भावार्थः कालो मेघ देख्दा डर लाग्छ परन्तु पानी पार्ने बादल खैरो हुन्छ।

८) *गोहुँ बाहें, धान बिदाहें।*

भावार्थः गहुँ खेतीका लागि जति जमिनको जोताइ गऱ्यो त्यति राम्रो तर धानको लागि रोपे पछि गोडमेलको जरुरी हुन्छ।

९) जेतना गहिर जोतौ खेत, बीज परे फल अच्छा देत।

भावार्थः जति गहिरो जोताइ गऱ्यो त्यति नै उत्पादन बढी पाइन्छ।

१०) तीत्तिर बरनी बादरी विधवा काजल रेख
वा बरसै वा घर करै इमे मीन न मेख।

भावार्थः तित्रारंगको बादल, गाजल लगाएकी विधवा या पानी पर्ने हो या घर गर्ने (पोइल जाने) हो भन्ने संकेत दिन्छ यसका लागि साइत हेर्नु पर्दैन।

११) सावन कै पुरवैया, भादौं कै पछियाव
कन्त डंगरवा बेचिकय लरिका लेव जिवाय।

भावार्थः श्रावण महिना भरि पूर्वी हावा र भाद्र महिना भरि पश्चिमी वायु चल्यो भने खेती गर्न छोडेर भएका पशु चौपाया बेची बालबच्चा पाल्नु।

१२) सोम, शनिचर पूरब न चाल
मंगर, बुध उत्तर दिश काल
जे विफै का दक्खिन जाय
बिना गुनाहे जुत्ता खाय।

भावार्थः सोमवार र शनिवार पूर्व दिशा, मंगलवार र बुधवार उत्तर दिशा, बिहिवार दक्षिण दिशा नजानु, यी वारमा दिशाशूल मानिन्छ।

१३) रोहिनी बरसै मृग तपै, कुछ कुछ अद्रा जाय
घाघ कहैं सुन घाघिनी, स्वान भात नहि खाय।

भावार्थः यदि रोहिणी नक्षत्रमा राम्रो वर्षात हुन्छ, मृगशिरामा धूप हुन्छ र आद्रामा थोरै पानी पर्छ भने फसल अति राम्रो भै कुकुरले भात खान छोड्छन्।

१४) पानी बरसै आधे पूस
आधा गल्ला आधा भूस।

भावार्थः आधा आधी पुसमा पानी पऱ्यो भने आधा अन्न र आधा घाँसपात हुन्छ।

१५) सावाँ साठा साठि दिना
जब पानी बरसै रात दिना।

भावार्थः सावाँ र साठा धान साट्ठी दिनमा तयार हुन्छ जब रात दिन पानी परिरहन्छ।

१६) जौ पुरबा पुरुवाइ पावै
सुखी नदिया नाव चलावै।

भावार्थः पूर्वा नक्षत्रमा पूर्वी हावा चल्यो भने सुकेको नदीमा डुंगा चलाउनु पर्ने हुन्छ।

१७) सावन मास चलै पुरवाई
बरधा बेचि बेसाहौ गाई।

भावार्थः साउन मासमा पूर्वी हावा चल्यो भने सुक्खा पर्छ र गोरु बेचेर गाई किनिहाल्नु।

१८) जोते खेत घास न टुटै
तेकर भाग सांझ ही फुटै।

भावार्थः जुन किसानको जोताइले खेतको घाँस सुक्दैन त्यसको भाग्य पहिले नै फुटेको संझिनु पर्छ यानी उत्पादन हुँदैन।

१९) हल् हल् बेंट कुदारी कय
हसिकय बोलय नारी से
यी सब काम नकम्मा
जे हसिकय मागै दम्मा।

भावार्थः कोदालोको बिडँ हल्लिने, नारीसँग हाँसेर बोल्ने र हाँस्दै ऋण असुली गर्ने सबै कार्य कमजोर हुन्।

२०) हथियम् हाथगोड चितवम् फूल
बरसै सेवाती झब्बा झूल।

भावार्थः जडहन जातको धान बाली लगाउँदा हस्ता नक्षत्रमा गर्व, चितामा फूल खेल्यो भने स्वाती नक्षत्रमा धान झप्किएर आउँछ।

२१) मरघक बरसे मातक परसे
भूखा न माँगै कुछ हर से।

भावार्थः आमाले पस्किएको भोजन सरह मघा नक्षत्र बर्सिएपछि तृप्ति हुन्छ, त्यसपछि भोकाएको मान्छेले पनि भगवानसँग माग्नु पर्दैन।

२२) पूरब धनुही पच्छिम भान
घाघ कहैं बरखा नियरान।

भावार्थः 'घाघ' को मतानुसार सूर्यास्तका बखत पूर्वमा इन्द्रेणी देखा पऱ्यो भने चाडै नै पानी पर्ने हुन्छ।

२३) चित्रा बरसे तीन जायँ
मेथी मास उखार।

भावार्थः चित्रा नक्षत्र बर्सियो भने मेथी, मास र ऊखुको नोक्सान हुन्छ।

२४) एक मास ऋतु आगे धावै
आधा जेठ अषाढ कहावै।

भावार्थः ऋतुले एक महिना पूर्व नै आफनो प्रभाव देखाउँछ, जस्तैः जेठमा नै आषाढको लक्षण देखिन्छ।

२५) एक बूँद जो चैत में परै
सहस बूँद सावन मे हरै।

भावार्थः चैत्र महिनामा एक थोपा पानी पऱ्यो भने साउनको हजार थोपा पानी हरण भैहाल्छ।

२६) चइत सोवै रोगी, बैशाख सोवै जोगी
जेठ सोवै राजा, अषाढ सोवै अभागा।

भावार्थः चैतमा दिउँसो सुत्ने मानिस रोगी, बैशाखमा योगी, जेठमा राजा महाराजा र आषाढमा सुत्ने मान्छे अभागा मानिन्छ।

२७) चैते गुड, बैशाखे तेल, जेठे पन्थ असाढे बेल।
सावन साग न भादो दही, कुवार करेला न कातिक मही।
अगहन जीरा पूसे धना, माघे मिश्री फागुन चना।
यी बारह जे देय बचाय, वहि घर वैद्य कब्बो न जाय।

भावार्थः चैत्रमा भेली, बैशाखमा तेल, जेठमा यात्रा, आषाढमा बेल, साउनमा साग, भादोमा दही, असोजमा करेला, कातिकमा मही, मंसीरमा जिरा, पुसमा धनिया, माघमा मिस्री र फागुनमा चना यी बारह महिनामा वर्जित छन्।यी महिनामा यसको प्रयोगबाट जोगिने हो भने वैद्यको काम छैन।

२८) भुइयाँ खेडे हर हे चार, घर हो गिहथिन गऊ दुधार।
अरहर दाल, जडहन कै भात, गागल निबुवा औ घिउ तात।
खाँड दही जो घरमे होय, बाँके नयन परोसै जोय।
कहैं घाघ तब सबही झूठ, उहाँ छोडि इहँवै बैकुण्ठ।

भावार्थः गाउँको नजिक खेतबारी होस्, चार हल गोरुको खेती होस्, घरमा कुशल गृहणी होस्, दुधालु गाई होस्, अरहरको दाल, जडहनको भात, रसदार ज्यामिर र तातो घीउ होस्, दही र सक्खर घरमा होस्, कटाक्ष नजरले हेर्दै पस्किने स्त्री होस् यति भए पछि घर नै स्वर्ग तुल्य हुन्छ।

२९) सावन हरैं भादों चीत, कुवार मास गुड खायउ मीत
कातिक मूली अगहन तेल, पूस मे करै दूध से मेल।
चैत मास मे नीम बेसहनी बैशाखे मे खाय जडहनी।
जेठ मास जो दिन मे सोवै, ओकर जर अषाढ मे रोवै।

भावार्थः साउन मासमा हर्रो, भादो मासमा चिराइतो, असोजमा भेली, कार्तिकमा मुला, मंसीरमा तेल, पुसमा दूध, माघमा घिउ र खिचरी, फागुनमा प्रातः स्नान, चैत मासमा नीमको सेवन, बैशाखमा जडहनको भात, जेठमा दिउँसो सुत्ने काम भयो भने आषाढमा ज्वरो आउँदैन र जीवन सुखमय रहन्छ।

३०) भूरी हथिनी चँदुली जोय
पूस महावट बिरलै होय।

भावार्थः फुस्रो रंगको हात्ती, खल्वाट भएको स्त्री, पुस महिनाको वर्षा बहुत शुभ मानिन्छ, यो कहिले काहीं मात्र संयोग हुन्छ।

३१) नारी सुहागिन जल घट लावै, दधि मछली जो सनमुख आवै
सनमुख धेनु पिआवै बाछा, यही सगुन है सबसे आछा।

भावार्थः यदि सौभाग्यवती नारी पानीले भरिएको गाग्री भरेर आउँदैछिन्, कसैले सामुन्नेबाट दही र माछा लिएर जाँदैछ र सामुन्ने गाईले बाछोलाई दूध चुसाउँदै छ भने यसलाई शुभ सकुन / सगुन मानिन्छ।

३२) नारी करकसा कटहा घोर, हाकिम होइकय खाय अँकोर
कपटी मित्र पुत्र हो चोर, घरघा यिनको गहिरे बोर।

भावार्थः घाघको विचारमा कर्कशा नारी, कटहा घोडा, घुसखोर हाकिम, कपटी मित्र र चोर पुत्र छ भने यिनलाई पानीमा डुबाइदिनु पर्छ।

३३) नसकट पनहीं बतकट जोय, जो पहिलौंठी बिटिया होय
पातर खेत बौरहा भाय, घाघ कहैं दुख कहाँ समाय।

भावार्थः नसा काट्ने जुत्ता, कुरा काट्ने पत्नी, पहिलो सन्तान छोरी, हलो जोत्न न बन्ने साँगुरो खेतबारी र भाइ सनकी भयो भने दुःखको सीमा नै हुँदैन।

३४) आलस नींद किसानै नासै, चोरै नासै खाँसी
अँखिया लीबर बेववै नासै, बाबै नासै दासी।

भावार्थः आलस्यले किसानलाई, खोकीले चोरलाई, कचेरा आइरहने आँखा बेश्यालाई तथा दासीले साधुलाई नास गर्छन्।

३५) रहै निरोगी जो कम खाय
काम न बिगरै जो गम खाय।

भावार्थः जो व्यक्ति अल्पहारी हुन्छ त्यो निरोगी रहन्छ। जो व्यक्ति धैर्यतापूर्वक आफनो कार्य गर्छ त्यो सफल हुन्छ।

५. अवधी उखानहरू (लोकोक्ति):

१) अधजल गगरी छलकत जाय।(अल्प ज्ञानी धेरै डिङ हाक्छ)
२) जाके पयर न फटै बेवाइँ ते का जानै पीर पराई।(पीडामा नपरेकोले अर्कको दुःख बुझ्दैनन्)
३) होनहर बिरवक लहलह पात। (सानैबाट प्रतिभावान हुनु)
४) एक हाथ लेना एक हाथ देना।(बराबरी व्यवहार गर्नु)
५) एक चनक दुइ दलियौं नाय। (एकदम नजिकको सम्बन्ध)
६) ओखरिम् मूड तौं पहरूवक कौंन गिन्ती।(अप्ठ्यारोमा केको पीडा)
७) दुधार गाय कै दुइ लात भला।(असलको कमजोरी नजरन्दाज गर्नु)
८) जेहकय बाँदर ओहै नचावै।(जसको वस्तु हो उसैले प्रयोग गर्न जानेको हुन्छ)
९) जेहकय लाठी तेहकय भैंस। (बलियोको बर्चश्व)

१०) जेहका पिया भावैं ओहै सोहागिन्। (आत्म सन्तुष्टि नै सुन्दरता)

११) चिलरेक कारण कथरिम् आग।(शत्रुका भयले आफैलाई नोक्सानी पुऱ्याउनु)

१२) जस करनी तस पार उतरनी।(जस्तो काम त्यस्तै भोगाइ)

१३) जौ पुत दरबारी होय देव पित्तर से जावै खोय।(राष्ट्रको दायित्व बोक्नेले पितृ परम्परा बिर्सन्छ)

१४) ठग मारै अन्जान बनिया मारै जान। (अन्जानभन्दा जानकार नै विश्वासघाती हुन्छ)

१५) सोनारे कय सौ चोट लोहारेकै एक्कै चोट।(एकै पटकमा ठूलो प्रहार)

१६) जेहकय अगाइ तेहकय सगाई।(समयमा कार्य गरे फाइदै फाइदा)

१७) अंधरक आगे रोवै आपन दिदा खोवै।(नसम्झिनेका अगाडि दुःख न बिसाउनु)

१८) आनेक आस नित्त उपास।(अरुको भर पर्नु हुँदैन)

१९) मग्घक बरसल मातक परसल।(मघाको पानी र आमाको हातको भोजनमा आत्मसन्तुष्टि हुन्छ)

२०) आँगनदेखि घर पहिचानै।(रूपरेखाबाट पहिचान हुनु)

२१) आज मरै काल बासी धरै।(वर्तमानको व्यवस्था छैन भने भोलिको लागि के सोच्ने)

२२) जैसा का तैसा मिलै मिलै डोम का डोम।
दाताको दाता मिलै मिलै कोम का कोम।(वर्गअनुसार मेल हुनु)

२३) बिटिया करै जानिकय पानी पियै छानि कै।(छोरी र पानी दुवैको पारख गरी लिनु दिनुपर्छ)

२४) अंधरक देशवम् कनवा राजा।(कमजोर वर्गमा थोरै जानकार नेतृत्व लिन्छ)

२५) चोरै चोर मौसियाउद भाइ।(सबैजना बदमास)

२६) नानिक आगे ननियउरेक बखान।(नजानेको विषयको बखान गर्नु)

२७) नाचैक न जानै अंगनवै टेढ।(आफनो खोट नदेख्ने अरुलाई दोष)

२८) केहसे खेलवार सग मौसी से।(नजिकको साइनोमा मजाक)

२९) जहुलिक करै पुता पुता तहुलिक करै अपने बुता।(अरुको भरोसा नगर्नु)

३०) जेहकय भौरी ते रनबन रोवै, कलन्दर ठोंक ठोंक खाएँ।(जसको धन ऊ ठोकर खाने त्यसैमा अरुले मोज गर्ने)

३१) नाटस खेती बहुरियस घर।(अपरिपक्वबाट व्यवहार चल्दैन)

३२) आधा गाँव जरिगवा फुहर कहैं कहुँ लत्ता गन्धात है।(दुनियाका बारे बेखबर)

३३) सेंतकय चाउर मौसियक सराध।(अर्काको धनमा रमाउनु)

३४) हाथगोड नरई पेट जस परई।(रोगी हुनु)

३५) दानी दान दियै भण्डारिक पेट पिराय।(इर्ष्या भाव)

३६) चिरइ चिरङ्गन सोवैं धाना रोटी पोवैं।(समयको ख्याल नगरी अबेलासम्म खाना पकाउनु)

३७) जौने पतरिम् खाय ओहिम् छेद करै।(बैगुनी)

३८) कहाँ कै राम रामौझा कहाँ कै उर्देक भसक्का।(समय सान्दर्भिक व्यवहार नगर्नु)

३९) चिरैयक जान जाय लडिकवन्क खेलौना।(अरुको पीडाबोध नगर्नु)

४०) एक हाथ काँकर नौ हाथ बिया।(भ्रामक प्रचार बाजी)

४१) जहाँ सुइ न जाय तहाँ फार ढकेलै। (बलजफती कार्य गर्नु)

४२) सिंकिक आडेम् बाघ मारै।(लुकीछिपी काम गर्नु)

४३) राँडि रोवैं शेर शेर अहिबाती रोवैं दुई दुई शेर।(नहुनेभन्दा हुने झन दुःखी)

४४) कोहिक लखे जेठ पुत कोहिक लखे कनवा।(अर्काको खिल्ली उडाउनु)

४५) घरमा भुजी भाँग नाय बगियम् भण्डारा। (सुकुलगुण्डा व्यवहार गर्नु)

४६) भैंस के आगे बेन बजावै भैंस ठाढ पगुराय। (मूर्खको अगाडि रुनु)

४७) भैंस भरै जिउका सास मरैं घिउका। (आ-आफनै स्वार्थ)

४८) हर्दिक मोल कस चोट पिराय जस। (समयानुसार कुनै चीजको महत्व)

४९) मुड मुडाय गदहा चढे निर्दोष। (चोखो बन्न खोज्नु)

५०) कालिह करै सो आज कर आज करै सो अब।
पलमे परलय होत है बहुरि करौ गे कब। (समय पर्खिदैन)

५१) तेलिक तेल मुराउक भाँटा भुटन वालेक का जाता। (अरुको कमाइमा रमाउनु)

५२) थरिया भर राई देश भर छितराई। (देखदा थोरै मात्रा धेरै)

५३) बिन पेंदिकै लोटा। (ठेगाना नभएको)

५४) एक पन्थ दुइ काज। (एउटा कामबाट दोहोरो फाइदा)

५५) भाइ फुटै गवाँर लुटै। (आपसी द्वन्दले कमजोर हुनु)

५६) कुकुर भुका करत हाथी चला करत। (आफनो लक्ष्यमा दृढ रहनु)

५७) कहेप धोबिया गदहप नाय चढत है। (आवश्यकता परेका बखत बेवास्ता गर्नु)

५८) करिया अक्षर भैंस बराबर। (अनपढ हुनु)

५९) धान खाय मुस मारी जाय बिलार। (एउटाले गल्ती गर्ने अर्कोलाई सजाय)

६०) हाथी चलै गावँ गावँ जेहकय हाथी तेहकय नावँ। (नामी ग्रामी हुनु)

६१) खग ही जानै खग कै भाषा। (पक्षीको बोली पक्षी नै बुझदछ)

६२) खिसियान बिलार खम्मा नोचै। (आफ्नो काम बिगारेर अरू माथि रिस पोख्नु)

६३) खुँटक बलपय बाछा नाचै। (अरुको बलमा फुर्ति लगाउनु)

६४) गुँड खाय गुलगुलस परहेज। (फल खाने तर वृक्षमुनि नबस्ने)

६५) जे गरजत ते बरसत नाय। (धेरै बोल्नेले काम गर्दैन)

६६) घर कै भेदिया लङ्का ढहावै। (अगोपनीयताले विनास गर्छ)

६७) घर कै जोगी जोगडा बहरेक जोगी सिद्ध। (घरकोभन्दा बाहिरको राम्रो देख्नु)

६८) कुकुरेक प्यार करौ तौ अपनै मुह चाटै। (निचलाई बढी माया नगर्नु)

६९) जहाँ गईं गंगा रानी तहौं परा पाथर पानी। (जसको शरणमा गयो त्यहीं नै संकट)

७०) चार दिन कै चाँदनी फिर अंधेरिया रात। (पुरानै अवस्थामा फर्किनु)

७१) दुबे से चौबे बनै गए तौ एक पद घरहुँस गँवाइन्। (घटुवा हुनु)

७२) एक तौ चोरी औ सिना जोरी। (आफनो कमजेरीलाई लुकाउन खोज्नु)

७३) छुछुन्दर के मुडेप चमेलिक तेल। (मूल्यहीनलाई मूल्यवान् बनाउन खोज्नु)

७४) जल मे रहिकय मगरमच्छ से बैर। (जसको घरमा बस्यो उसैसँग दुश्मनी)

७५) जब तक साँस तब तक अस। (अन्तिमसम्म भरोसा राख्नु)

७६) जहाँ न पुगै रबि तहाँ पुगै कवि। (भावनात्मक कल्पना शक्ति हुनु)

७७) जहाँ मुर्गा नाय बोलत तहाँ का सकार नाय होत। (दैनिक प्रकृया चलिरहन्छ)

७८) दुलहिन ओहै जो पिया मन भावै। (मन प्रसन्न भएको चीज राम्रो)

७९) साँपौ मरिजाय लठियौ न टुटै। (मध्यमार्गी निर्णय)

८०) गाँडि जरि गवा घुम्ची रंगैम् बाउर।(आफनो हैसियत नदेख्नु)

८१) ईश्वर कय महिमा कहुँ धूप कहुँ छाह।(विविधता पूर्ण संसार)

८२) लसरी जरी जाय पर ऐठन न जाय। (स्वभाव परिवर्तन नहुनु)

८३) का बरखा जब कृषि सुखाने।(लगन पछिको पोतेको के काम)

८४) आनेक मुहुसे मकनी भल मिठाय। (अरुको कामबाट लोभिनु)

८५) जस करनी तस पार उतरनी। (आफनो कर्मको फल)

८६) जैसा देवै तैसा पावै पुत भतार के आगे आवै।(उपकार गरे उपकार पाइन्छ, बैगुन गरे बैगुन)

८७) जस अन्न तस मन।(अहार अनुसार विचार)

८८) चोर चोरिस जाय तौ ओरा फेरिस जाय।(जति सज्जनता देखाय पनि गुण अवगुण देखिन्छ)

८९) साँवन मे आँख फुटै तौ बारहौ मास हरेरै देखत।(समय नबुझ्नु)

९०) आँधर गुरु बहिर चेला माँगत भेली पकरावत ढेला।(असमझदारहरूको संगत)

९१) अबका पछताब जब चिडिया चुन गै खेत।(चुके पछिको पश्चाताप)

९२) उत्तर केरा दक्खिन बाँस तेहकय होय सम्पत्ति कै नास।(दिशाशूल हुनु)

९३) तय रानी मै रानी के भरै कुवाँ ङै पानी। (सबैले बडप्पन देखाउनु)

९४) हड्डी बहायक कुकुर लडाइब।(लालच देखाएर झगडा बझाउनु)

९५) जैसन देखै गावँ कै रिति तैसै बाँधै आपन भिति।(समाज अनुसार चल्नु)

९६) जैसन रहे बाले मियाँ तैसै रहीं रसुला न ओय बाँधै छानी छप्पर न ओय डारैं चुल्हा।(जोइपोइ एकनास हुनु)

९७) हरवाहेक हरकै ताक बहुरियक कजरेक ताक।(आ-आफ्नै कामको धुन)

९८) खटिया खडी बिस्तारा गोल। (अप्ठयारोमा पर्नु)

९९) जतनै छोट ओतनै खोट। (बैगुनी स्वभाव हुनु)

१००) घरे बियाह बहु कण्डा बिनै।(काम कुरो एकातिर कुम्लो बोकी ठिमीतिर भनेझैं)

१०१) तरे मसका उप्पर भात बहिनी हमरे सुक्खै खात।(नाटकीय ढंगको व्यवहार)

१०२) करैला जस छाती फाटब। (मुटु छियाछिया हुनु)

१०३) अहिरेम छोट गोडियम मोट।(औकात हेरी काम दिनु)

१०४) नीच लतियाये काँटा बतियाये।(दुर्व्यवहारीलाई यातना र काँडालाई छाँटकाँट गरे सुध्रिन्छ)

१०५) कूर से दूर रहै।(अपराधीदेखि टाढा रहनु)

१०६) राम लगाइन् जोडी एक आँधर एक कोढी।(दुवै दोषयुक्त हुनु)

१०७) सोनेम् सोहागा। (राम्रोमा झन राम्रो)

१०८) जेइ रोगी तेइ बैध।(अनुभवबाट भुक्तभोगी)

१०९) छोट मुहँ बडा बात। (औकातभन्दा ठूलो कुरा)

११०) साँच मे आँच कस। (सत्यमा डर लाग्दैन)

१११) दुधेक जरी बिलार मट्ठा फुकि फुकि पियै। (ठोकर खाएपछि सावधान रहनु)

११२) पराई नारी मात समान। (शुद्ध दृष्टिकोण हुनु)

११३) घरिम् घर जरै अढाइ घरी भद्रा।(तत्काल कार्यान्वयन गर्न नसक्नु)

११४) फुहर कहैं कहुँ लत्ता गन्धात है। (चाल नपाउनु)

११५) आगे नाथ न पाछे पगहा।(बेलगाम हुनु)

११६) होनहार दैव न टार। (भावीले लेखेको कुरा टारेर टर्दैन)

११७) सावन से का भादौं दुबर। (कोहीभन्दा कोही कम नहुनु)

११८) भागा भूत कै दुई बार भला। (फुत्किएको वस्तुको थोरै अंशमा पनि चित्त बुझाइन्छ)

११९) गौंवक बिटिवक घुर हगनी नावँ। (नजिककालाई हेला दृष्टिले हेर्नु)

१२०) पाँचौ अंगुरी बराबर नाय होत है। (सबै समान हुँदैनन्)

१२१) जस बाप तस बेटा। (वृक्ष अनुसार फल)

१२२) आपन हत्था जगन्नत्था। (आफू नै सर्वेसर्वा)

१२३) कुकुरा अह्रवै बिलरियक, बिलरिया अह्रवै कुकुरक। (एकले अर्कालाई कजाउनु)

१२४) का हसौ तु कुम्हरक पुत न जानै कौंने कर बैठै ऊट। (अर्काको दुर्दिनदेखि नहाँस्नु)

१२५) सोवत बाघेक पेल्हर खोदब। (अनाहकमा दुश्मनलाई जिस्क्याउनु)

१२६) कुकुरेक चोट अढाइ घरी। (मार खाइरहनेका लागि कुटपिट सामान्य हुनु)

१२७) दाम न कौंडी दाँत चिदोरे दौंडी। (हैसियत नभइकन पनि ठूलो सपना देख्नु)

१२८) सन्तोषी सदा सुखी। (सन्तोष गर्ने सधैं सुखी रहन्छ)

१२९) भिक्षा न दियै तौ तुम्मा न फोरै। (सहयोग नगरे पनि असहयोग नगर्नु)

१३०) देशी बिटिया मराठी बोली। (विदेशी शैली अपनाउनु)

१३१) सोरहौ सिंगार तोर घेघवै बिगार। (गलगाँडले सोह्र सिँगार बेकार)

१३२) करै न धरै नावँ बरियार सिंह। (खुबी नसुबी नाम मात्रको धाक)

१३३) एक एक बरतिहन कै नौ नौ भूत। (जन्तीका नौ नखरा)

१३४) चतुर कौवा गुह खोदत। (धेरै चलाख बन्नेले नै तल्लो काम गर्ने)

१३५) जिब्भा हारा धन परावा। (बोली वाणी नै सबथोक)

१३६) सौखिन बिटिया भुर्किम पादै। (पुल्पुलिएको बच्चाले नाना भाँती गर्नु)

१३७) मन चंगा तौ कठौतिम गंगा। (विचार पवित्र भए संसार पवित्र देखिन्छ)

१३८) मंगना कै सौ अंगना। (भिखारीका लागि संसार छ)

१३९) देउतन चढै सोहारी कुत्ते खायँ चाहे बिलारी। (भगवान्लाई पुडी समर्पण गरेपछि जस्ले खाए पनि के भो)

६. **अवधी तुक्काहरू (मुहाबरा)**

१) बिन पेदीं कै लोटा। (पाङपुङ) (कुनै ठेकान नभएको)

२) काम से काजी (अनुभवबाट खारिने)

३) माथ सिकोरब। (आनाकानी गर्नु)

४) ठेङ देखाइब। (अस्वीकार गर्नु)

५) आँख तरेरब। (रिसको भाव देखाउनु)

६) फुस् फुसाब। (कानेखुशी गर्नु)

७) चौकन्ना होब। (सावधान हुनु)

८) दाँतेम् पसिना आइब। (हायलकायल हुनु)

९) सीन पसिन होब। (हैरान हुनु)

१०) नकुनस चना चबुवाइब। (गाह्रो कार्य गराउनु)

११) मुँह मोडब। (उपेक्षा गर्नु)

१२) पीठ देखाइब। (संकटमा साथ छोड्नु)

१३) छाती पिटब। (विलाप गर्नु)

१४) आँख फरफराब। (शुभअशुभ संकेत हुनु)

१५) दाँत किटब। (क्रोधित हुनु)

१६) तेल लगाइब। (चापलुसी गर्नु)

१७) पूर्खा पानि पाइब। (चेत्नु)

१८) सात पीढि याद करब। (कडा सबक सिकाउनु)

१९) आँख मटकाइब। (चञ्चलता दर्शाउनु)

२०) सात उपास करब। (कठीन दुःख गर्नु)

२१) आगिम घीउ डारब। (परिस्थितिलाई झन् जटिल बनाउनु)

२२) घात लाइब। (मौका हेर्नु)

२३) टुट परब। (खन्नु)

२४) छक्का छोडाइब। (हायलकायल पार्नु)
२५) धर्ना देब। (विरोध गर्न)
२६) मिजाज देखाइब। (रिसाउनु)
२७) बिजुली दौडब। (तरङ्गित हुनु)
२८) श्री गणेश करब। (आरम्भ गर्नु)
२९) नौ दुई ग्यार। (कुलेलम ठोक्नु)
३०) आँखिक तारा। (प्यारा हुनु)
३१) आग लगाइब। (झगडा बझाउनु)
३२) बात बझाइब। (कुरा फसाउनु)
३३) घात लगाइब। (अवसर छोप्नु)
३४) जग हंसाइब। (उपहास गर्नु)
३५) मोछि ऐठब। (शान देखाउनु)
३६) लिपापोती करब। (टालटुल पार्नु)
३७) दुरदुर करब। (घृणा गर्नु)
३८) छिछियाइब। (घृर्णित व्यवहार गर्नु)
३९) नजरबन्द राखब। (निगरानीमा राख्नु)
४०) जबान ऐंठब। (बोल्न नदिनु)
४१) कच्चै खाय लेब। (न पत्याउनु)
४२) नसूर होब। (निको नहुने घाउ हुनु)
४३) नैहरेक भूत। (जन्मजात रोग)
४४) छट्टियाइब। (छैठीका बेला गरिने लोकाचार)
४५) सर करब। (विजयी हुनु)
४६) काठेक भेंडहा। (तर्साउने काम गर्नु)
४८) दाँत खट्टा होब। (हिम्मत हार्नु)
४९) पेट फुलाइब। (नाराज हुनु)
५०) दाल मे काला। (शङ्का हुनु)
५१) नाक कटिजाब। (बदनामी हुनु)
५२) मुँह भरता होब। (मुखैमा कुटाइ खानु)
५३) आँखि मारब। (आँखाको इसारालै बोलाउनु)
५४) महाभारत होब। (जटिल संग्राम हुनु)
५५) गोड बझाइब। (छिट्की मारेर खसाल्ने काम)
५६) टिहुना तुरब। (खुट्टा धसेर जोड गर्नु)
५७) अंगुरी फौरब। (कुनै कार्यका लागि तयारी गर्नु)
५८) मुड हिलाइब। (स्वीकार /इन्कार गर्नु)
५९) पानिक बुल्ला। (क्षणिक जीन्दगी)
६०) का कटहर खाबो। (ताना मार्नु)
६१) ओरहन देब। (सिकायत गर्नु)
६२) हुरदङ मचाइब। (उपद्रव मचाउनु)
६३) बाल लिला करब। (रास रचाउनु)
६४) बुढापे कै सहारा। (छोरा छोरी वा लट्ठी)
६५) एडी चोटी कै जोड लगाइब। (भएभरको बल लगाउनु)
६६) मुंह मे पानी आइब। (लालच बढ्नु)
६७) राह निहारब। (प्रतीक्षा गर्नु)
६८) कान पाकि गा। (चुंगुलखोरको व्यवहारबाट आजित हुनु)
६९) सब गुड गोबर होब। (काम बर्बाद हुनु)
७०) अंगुरिप नचाइब। (आफ्नो बसमा राख्नु)
७१) का लडिकन कै खेलौना। (मजाक नसंझिनु)
७२) हाथ मलब। (पछुताउनु)
७३) गाँठ बाधब। (सधैभरि इख राख्नु)

७. अध्ययन विधि (Methodology)

समाजमा रहेका मूर्त र अमूर्त साहित्यलाई अध्ययन गर्न धेरै प्रकारका विधिहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ।

क) यस अध्ययनमा गुणात्मक विधिको प्रयोग गरिएको छ।

साहित्यिक सर्वेक्षण (Literature survey) को Method प्रयोग गरी विभिन्न पुस्तक तथा अध्ययन र अनुभवको आधारमा उखान र टुक्काहरूको ऐतिहासिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक पृष्ठभूमिमा सर्वेक्षण गरी संकलन गरिएको छ।

ख) प्रयोगमा आधारित विश्लेषण (Contextual Analysis)

यहाँ शोध वा खोज गरिएका उखान र टुक्काहरू मानव जीवनको साहित्य लेखनमा तथा संचार माध्यम प्रयोगमा ल्याइने भएको हुँदा यिनको सान्दर्भिकता जहिले पनि रहन्छ। त्यसैले Qualitative method मा

आधारित रही यो विधि अपनाइएको हो। जानकारहरूसँग साक्षातकार गरी संकलन गर्ने कार्य भएको छ।

ग) सांस्कृतिक दृष्टिकोण (Cultural Perspective)

आजको परिवेशमा कतिपय उखान र टुक्काहरू सांस्कृतिक दृष्टिकोणले अति उपयोगी छन् भने केही असान्दर्भिक मानिन्छन्। जस्तैः ढोल गवाँर, पशु औ नारी

ए सब है ताडन के अधिकारी। त्यस्तै
थोर पढै तौ हर से जाय
ढेर पढै तौ घर से जाय।

यसरी गुणात्मक, मात्रात्मक, मिश्रित, साक्षातकार, प्रश्नावली, सर्वेक्षण, संकलन, प्रक्षेपण, दस्तावेज विश्लेषण, नमुना चयन, डेटा संकलन विधि अपनाउन सकिन्छ। यहाँ भेटघाट, पुस्तक अध्ययन, श्रवण एवं श्रुतिमा आधारित रही सङ्कलन अध्ययन गरिएको छ।

विश्लेषणः उखान र टुक्काहरूको अलग अलग विश्लेषण गरी हेरिएका छन्।

क) उखान जीवनको अनुभव र सामाजिक नैतिकताको प्रतिबिम्ब हो त्यसैले यिनका माध्यमबाट उपदेशहरू दिने प्रयास गरिएको छ।

ख) टुक्का (मुहाबरा) ले भाषामा चातुर्य, व्यंग्य र अभिव्यक्तिको तिब्रता ल्याउने भएको हुँदा यहाँ समेटिएका छन्।

ग) दुवैले भाषिक - सांस्कृतिक स्मृतिलाई सम्हालेर राख्ने भएको हुँदा एक पुस्ताबाट आर्को पुस्तामा हस्तान्तरित हुँदै जानेंछन्।

घ) यिनको प्रयोग दैनिक जीवनमा साहित्य, कला, भाषण, बोलीचाली र उपदेश निमित्त प्रयोग हुने भएकाले भाषा जीवन्त बन्ने छ।

ङ) उखान र तुक्का उस्तै उस्तै लागे पनि माथि उल्लिखित आधारमा फरक विषय बस्तु हुन्। तसर्थ अवधी बोलीबाणीमा प्रचलनमा रहेका र अनुसन्धानबाट संभव भए सम्म यहाँ पस्किने काम गरिन्छ।

८. प्राप्ति (Result)

अवधी साहित्यको गरिमालाई अक्षुण बनाई राख्न लोपोन्मुख अवस्थामा रहेका उखान (लोकोक्ति) र टुक्काहरू (मुहाबरा)जो समाजमा छरपस्ट अवस्थामा रहेका छन्, तिनको सङ्कलन गरी प्रकाशन हुनु आफैमा महत्त्वपूर्ण विषय हो। यसबाट भोलिका दिनमा अनुसंधानकर्ता र उच्चशिक्षा हासिल गर्ने शोधार्थीहरूका लागि अध्ययनमा सहयोगी बन्ने छ। यहाँ विविध विषय र शैलीका अवधी उखान, टुक्काहरू सङ्कलित छन्। यसबाट सबैका लागि अवधी उखान-टुक्का बारे सङ्क्षिप्त जानकारी हुनेछ भन्ने आशा गर्न सकिन्छ।

९. निष्कर्ष (Conclusion)

समाजमा विद्यमान नेपाली अवधी तथा विविध उखानहरू सामूहिक स्मृति, अनुभव र चेतनाका अभिव्यक्ति हुन्। यस्ता उखानहरू कुनै विशेष काल खण्ड, सामाजिक परिवेश र अनुभवले जन्माएको हुनाले साहित्यिक सम्पदा हुन्। तसर्थ बूढापुराना व्यक्ति, महिला र स्रस्टा तथा पुस्तक अध्ययन एवं युट्युवको समेत प्रयोग गरी अनेक अवधी उखान र टुक्काहरू सङ्कलन गर्न सफल भएको महसुस भएको छ। उखान-टुक्का लोकका विशिष्ट अभिव्यक्ति हुन् भन्ने निष्कर्षका साथ यिनमा निम्नानुसार विशेषता रहने निक्योलि गरिएको छ।

क) **लोक अनुभवको झलकः** उखानले समाजको दीर्घकालीन अनुभव, परम्परा र मान्यताको सार पस्किएको छ।

ख) **सङ्क्षिप्ततामा गहनताः** उखान र टुक्काले शब्दहरूको गहिरो अर्थ व्यक्त गरेका छन्।

ग) **साहित्यिक सौन्दर्यः** उखान र टुक्काले साहित्यिक सौन्दर्य र चातुर्यको उन्मेष प्रस्तुत गर्छन्।

घ) **भावको अभिव्यक्तिः** भावका जटिलतालाई सरलतामा बदल्ने काम गरेका छन्।

ङ) **भाषामा जीवन्तताः** भाषालाई सरस बनाउँदै संवादलाई आकर्षक बनाएका छन्।

❑❑

सन्दर्भ सामाग्रीहरू (References / Bibliography)

१) सिंह, डा. रमेश प्रताप, (सम्पा.) घाघ और भड्डरी की कहावतें, उत्तर प्रदेश हिन्दी संस्थान लखनऊ।

२) यादव, जगतराम (२०५६), (सम्पा.) यादव संस्कृति-एक परम्परा।

३) यादव, नागेन्द्र प्रसाद (२०६५), *देउखुरी उपत्यकामा बोलिने अवधी भाषाको वाक्य व्यवस्था*।

४) शर्मा, हर्षनाथ, अनिवार्य नेपाली रचना, साझा प्रकाशन काठमाण्डौं।

५) नेपाल, घनश्याम, माध्यमिक नेपाली व्याकरण र रचना।

६) लामा, कविता, माध्यमिक नेपाली व्याकरण र रचना।

७) शर्मा, राम अवतार (२००८ इ.), हिन्दी मुहाबरे और लोकोक्तियाँ, इलाहाबाद।

८) वर्मा, डा. राम कुमार, अवधी लोक साहित्य और संस्कृति।

९) मिश्र, डा. राम बहादुर, अवधी लोकोक्तियाँ, शवंक प्रकाशन।

पाल्पाको भगवती जात्रा

सपना श्रेष्ठ

सहायक पाँचौं, पाल्पा दरबार संग्रहालय

१. परिचय

काठमाडौँ उपत्यकामा जस्तै पाल्पा तानसेनमा पनि विभिन्न जात्रा, चाडपर्वहरू मनाउने चलन छ । यस सांस्कृतिक नगर तानसेनमा हुने विभिन्न जात्रा, चाडपर्वहरूमध्येको एक हो, पाल्पा भगवती जात्रा । यो जात्रा कुनै धार्मिक महिमासँग गाँसिएको नभई नेपालको गौरवमय इतिहास, वीरता, धीरता र सेनाको रणकौशलसँग जोडिएको छ । नेपाल सरकार र ईष्ट इण्डिया कम्पनी सरकारसँग भएको आङ्ग्लो-नेपाल-वारको इतिहास यो जात्रासँग जोडिएको छ । जन्माष्टमीको भोलिपल्ट बिहानबाटै भगवती मन्दिर बाहिर रथमा राखिएको भगवतीको प्रतिमूर्तिलाई पूजा गर्न भक्तजनहरूको भिड लाग्छ । पाल्पा जिल्लाको सबभन्दा ठूलो जात्राको रूपमा भगवती जात्रा मानिन्छ । डा.कर्ण बहादुर बानियाका अनुसार मगर राज्यकालमा शिला मात्र स्थापना गरी पुज्ने चलन थियो । तर, सेनकालीन पाल्पामा प्रस्तर मूर्तिकलाको अधिक मात्रामा विकास भएको थियो । यसै क्रममा हालको मन्दिर भएको स्थानमा करीब १५औँ शताब्दीतिर एउटा मन्दिरमा महिषासुर मर्दिनीको अत्यन्त कलात्मक प्रस्तर मूर्ति रहेको थियो भनिन्छ । खैरो रंगका अठार भुजामा सुसज्जित भगवतीको प्रत्येक हातमा आयुध धारण गरेको देखाइएको छ । जुन अद्यापि हालको मूर्तिको पछाडि रहेको छ । यसलाई शाक्त सम्प्रदायको मन्दिर पनि भनिन्छ ।

शोधको उद्देश्य

काठमाडौँ उपत्यका बाहिर तर उपत्यकामा जस्तै हुने जात्रा हो । यस अध्ययनको मूल उद्देश्य तानसेन भगवती टोलमा प्रचलित रणउजीरेश्वरी भगवती जात्राको विश्लेषणात्मक अध्ययन गर्नु हो । यस अध्ययनको उद्देश्य निम्नानुसार रहेका छन् ।

क) रणउजीरेश्वरी भगवती जात्राको इतिहाससँगको सम्बन्धको बारेमा अध्ययन गर्नु ।
ख) भगवतीको मूर्तिको अध्ययन गर्नु ।
ग) पाल्पाको रणउजीरेश्वरी भगवती जात्रा र उपत्यकाको जात्रामा रहेको भिन्नताको अध्ययन गर्नु ।

अध्ययन विधि

यो अध्ययन गर्नका लागि गुणात्मक शोध पद्धति अपनाउँदै विश्लेषणात्मक र विवरणात्मक ढाँचामा अनुबन्धित गरिएको छ । विषयको दृष्टिले भने यो एक सांस्कृतिक अध्ययन हो । यस कुरालाई आधार मानेर यस अध्ययनका लागि आवश्यक तथ्यहरू प्राथमिक र द्वितीयक स्रोतहरूबाट सङ्कलन गरिएको छ ।

१. **प्राथमिक स्रोत** : प्राथमिक स्रोतहरू अन्तर्वार्ता, जात्राको अवलोकन, पुरातात्विक स्थल, मठ मन्दिर र पुराना स्मारकको स्थलगत अन्वेषण, विज्ञ एवं यहाँका स्थानीयहरूसँगको अन्तर्वार्ता आदि रहेका छन् ।

२. **द्वितीयक स्रोत** : द्वितीयक स्रोतहरूमा पूर्व प्रकाशित पुस्तक, लेख, जनश्रुति र भनाइ, डकुमेन्ट्री, जर्नलहरू आदि रहेका छन् ।

यस प्राथमिक र द्वितीय स्रोतबाट प्राप्त सामाग्री तथा तथ्याङ्कहरूलाई वर्गीकरण, प्रशोधन, विश्लेषण गरेर गुणात्मक र मिश्रित विधिबाट तानसेनको श्री ७ रणउजीरेश्वरी जात्राको बारेमा आलेख तयार पारिएको छ ।

ऐतिहासिकता

नेपालसँग अंग्रेज सरकार पटक पटक परास्त भएको इतिहास यो जात्रासँग गाँसिएको छ । पाल्पा राज्य नेपाल अधिराज्यमा विलय भयो परन्तु नेपाललाई शुभदायक भएन । एकातिर आफ्ना मित्र राजासँग गोर्खालीले यस्तो व्यवहार गरेको देखेपछि अन्य आश्रित राज्यहरूका राजाहरूले शत्रुहरूको कुरा सुनी भड्कन थाले । अर्कोतिर गोर्खालीले आफ्नो सरहद विस्तार गरेको देखेर न चीनलाई न कम्पनी सरकारलाई नै चित्त बुझेको थियो । दुवैले यस अभियानलाई रोक्न खोजिरहेका थिए । खास गरेर रोक्ने कुरामा ईष्ट इण्डिया कम्पनीले बढी चासो लिएको थियो । अङ्ग्रेजहरूले आफ्नो अगाडि नेपालीहरूको चहचहदेखी सहन्नथे । कसरी हुन्छ नेपालको बढिरहेको कदमलाई रोक्ने र मिनमेख पार्ने ताकमा कम्पनी सरकार लागिपरेको थियो ।

पाल्पा राज्य नेपाल अधिराज्यमा विलय भएपछि सेनहरूले भोग गर्दै आएको बुटवल र स्युराज लगायत गोरखपुर, बरेली, सारन, पुर्णिया आदि सीमावर्ती एकसय बाइस मौजाको विषयलाई लिएर कम्पनी सरकार र नेपाल सरकार बीच खचपच सुरु हुन थाल्यो । खासै भन्नुपर्दा नेपालद्वारा विजित पहाडी भू-भागहरूको सिमाना यकिन भएको थियो भने तराईतिरको जमिनको आधिकारिक सीमारेखा कोरिनसकेको थिएन । तराईको सिमानको विषयलाई लिएर नेपाल सरकार मात्र होइन ईस्ट इण्डिया कम्पनी/कम्पनी सरकार पनि अलमल थियो ।

बृहत नेपाल निर्माण अभियानमा पाल्पा राज्य नेपाल अधिराज्यको आश्रित राज्य बनिसकेको थियो । बुटवल र स्युराजको दुई जमिन्दारी पहिलेदेखि नै सेनहरूले भोगचलन गर्दै आएका थिए । पाल्पाको राजाले नेपालका राजा र अवधका नवाज बजिरले बुटवलको भू-भाग कम्पनी सरकारलाई स्वामित्व हस्तान्तरण गरिसकेपछि गोरखपुरका कलेक्टर र पृथ्वीपालसेनका प्रतिनिधि बसेर वार्षिक ३२०००।- रूपैयाँ भाडा लिएर पृथ्वीपालसेनलाई जमिन भोग गर्न दिने कुरामा सहमति भएको थियो ।

यस कुरामा नेपालका राजालाई कुनै आपत्ति थिएन । पृथ्वीपालसेन काठमाडौँमा कैद गरिए लगत्तै साना काजी अमरसिंह थापा र चौतरिया हस्तदल शाहको नेतृत्वको गोर्खाली सेनाले पाल्पा राज्यलाई नेपाल अधिराज्यमा विलय गरायो । अमरसिंह थापा पाल्पाको तैनाथवाला भएलगत्तै सारन र तिरुहतका बाइस गाउँको विषयमा विवाद उठ्न थालेको थियो । त्यस समयमा कुन भु-भाग नेपालको हो र कुन भू-भाग कम्पनी सरकारको हो भन्ने कुरामा विवाद भइरहन्थ्यो ।

नेपाल-अंग्रेजबीच बुटवल र स्युराजको विषयमा पनि विवाद भएको थियो तथा अंग्रेजहरू पाल्पा कब्जा गर्न चाहन्थे । नेपाल कब्जा गर्न अंग्रेज फौजले तराईको विभिन्न ठाउँहरूबाट युद्धको शुरुवात गरिसकेका थिए । सोही अनुसार पाल्पा कब्जा गर्न बुटवलबाट युद्ध गर्ने जिम्मा मेजर जनरल जोन सुलिवान उडलाई सुम्पिएको थियो । त्यसबेला पाल्पाका तैनाथवाला १९ वर्षे ठिटा नयनसिंह थापाका पुत्र उजीरसिंह थापा थिए । उनले वि.सं. १८७१ बाट १८८१ सम्म पाल्पाको तैनाथी चलाएका थिए । पाल्पा नेपालमा गाभिएपछि पहिलो तैनाथवाला भई आएका जनरल अमरसिंह थापा करीब १० वर्ष पाल्पा बसे । उनको मृत्युपश्चात् सो को नेतृत्व सम्हाल्न उजीरसिंह थापालाई पठाइएको थियो । उनको बहादुरीता, रणकौशलता, सैन्य संगठन तथा दूरदर्शी नेतृत्वका कारण बुटवल जीतगढीमा भएको युद्धमा नेपाल विजयी भएको थियो । अन्य ठाउँहरूमा नेपाली पक्षको पराजय भए पनि पाल्पामा विजयी भएको थियो ।

भगवतीको मन्दिर र मूर्ति

युद्धमा विजय हासिल गरिसकेपछि कर्णेल उजीरसिंह थापाले युद्धमा जानुअघि आफूले गरेको भाकल बमोजिम तानसेनको भगवतीको प्रस्तर मूर्तिलाई गर्भमै राखेर अष्टधातुमा अठार बाहु भएको भगवतीको मूर्ति र तीनतले कलात्मक मन्दिर निर्माण गरे (तर हाल उक्त मन्दिर दुई तले रहेको छ ।) वि.सं. १९९० सालको

भूकम्पपश्चात् पुनः निर्माण गर्दा दुई तलामा गरिएको छ । मन्दिरमा चढाइएको गजुर भने कर्णेल उजीरसिंहको उचाइ बराबर स्थापित गरेको मानिन्छ । मूर्तिलाई नागको छत्र ओढाइएको छ । शिरमा सुन्दर मुकुट धारणसँगै छेपु रहेको छ भने दायाँबायाँ चाँदीको कलात्मक नाग रहेको छ । १८ बाहु भएको मूर्तिको दायाँ हस्तहरूमा त्रिशूल, वज्र, अंकुश डमरू, चक्र, तीर, खड्ग धारण गरेको छ । बायाँतिरको हस्तमा केतका (ढाल), नाग, गदा, सुला, पास, करिहस्त मुद्रा, घण्ट, धारण गरेको छ भने एउटा हस्त अभय मुद्रामा रहेको छ । बायाँतिरको पछिल्लो हस्तले महिषासुरको टुप्पी समातिरहेको छ ।

भगवती जात्रा

श्रीकृष्णजन्माष्टमीको भोलिपल्ट नवमीका दिन हुने यस श्री ७ रणउजीरेश्वरी भगवतीको खट्यात्रामा प्रयोग हुने खट्मा "स्वस्ति श्री संवत् १८७७ साल सौर मानन् आषाढ मास दि नगतेषु १९ शुक्र वारसे दि नगत घटिषु २८ पलेषु ५५ श्री ७ भगवतीका चरणमा श्री कर्णेल उजीरसिंह थापाले चढाएको षट हो शुभ्म ।" उत्कीर्ण गरिएको छ । यसले श्री ७ रणउजीरेश्वरी भगवतीको खट्यात्रा विसं १८७७ सालदेखि चलिआएको देखिन्छ ।

कृष्णजन्माष्टमीको दिन रात्रिमा जाग्राम बसिन्छ । जाग्रामको दिन दाफा भजन मण्डलीहरूबाट राती अबेरसम्म भजन हुने गर्दछ । यसै रात मध्यान्नमा लाखेलाई मार्ने चलन छ । गथामुंग चऱ्हेदेखि सुरु भएको लाखे नाच यस दिन सेलाउने गरिन्छ । भगवतीले लाखे मारेपश्चात अर्को गथामुंग चऱ्हे नआएसम्म लाखे नाच तथा जात्रा निकाल्न पाइँदैन ।

सोही राती अष्टमीको पूजापछि साइत जुराएर भगवतीको मूर्तिलाई समितिको अध्यक्षले बोकी, नेपाली सेना प्रमुखले कर्णेल उजीरसिंह थापाको खड्ग हातमा लिएर सेनाको टोलीले सलामी दिएपछि खट्मा लगी राख्ने गरिन्छ । खट्लाई तीनपटक मन्दिर परिक्रमा गराइसकेपछि खट्लाई मन्दिरको अगाडि राखिन्छ । भोलिपल्ट नवमी अर्थात् खट्यात्राको दिन पूजा तथा बलि चढाउने गर्दछन् ।

दिउँसो मध्यान्नमा खट् उठाउने साइत हुन्छ । सेनाबाट सलामी अर्पण सहित बढाइ गरेपछि सैनिक ब्याण्ड बाजाको धुनको आवाजसँगै सैनिक जवान, सशस्त्र प्रहरी, नेपाल प्रहरी साथै निजामति कर्मचारी, विद्यार्थी लगायत सर्वसाधारणहरूको लावालस्कर अगाडि बढ्छ । विभिन्न बाजागाजा, झ्यालीको तालमा युवाहरूको जोस र जाँगरका साथ पाल्पाको सदरमुकाम तानसेनको मध्यभागमा अवस्थित श्री ७ रणउजीरेश्वरी भगवती माईको खट्यात्रा जब उठ्छ, यसले उल्लासमय विजयोत्सवको झ्याल्को दिने गर्दछ ।

खट बोक्ने जिम्मा भने कुमाल जातिको रहेको छ । खटमा एक जना पुजारी हुन्छन् भने खटको सबैभन्दा माथिल्लो भागमा एक जना कुमाल जातिका पिपा हुन्छन् । उसले खट बोकेर लैजाने क्रममा तार अथवा अन्य केही बाधा आएमा पार लगाउने गर्दछ । कुमाल जातिकाहरूले आफ्नो निधारमा तोरीको तेलमा मोहनी फिटेको कालो टीका लगाएका हुन्छन् । यो खट बत्तीस जनाले बोक्छन् । सबैभन्दा पहिले मूलपूजा भएपश्चात उनीहरूले भगवतीको खट् बोकेर अगाडि बढ्दछन् । त्यसपछि खट्ले मन्दिरलाई तीनफन्को मारेपछि कर्णेली पूजा हुने गर्छ । कर्णेली पूजा भएपछि खट्यात्रा ठूलो मूलढोकाबाट निस्किएर शीतलपाटी हुँदै पाल्पा दरबारमा पुग्छ ।

दरबारका तत्कालीन तैनाथवाला (पछि बडाहाकिम हाल प्रमुख जिल्ला अधिकारी) को पूजा पहिलो चढ्ने गर्दछ । त्यहाँपछि प्रहरी, शसस्त्र प्रहरी र पाल्पा दरबार संग्रहालयको पुजा हुन्छ । पाल्पा दरबारबाट फर्केपछि शीतलपाटी, वसन्तपुरटोल, चुत्राभञ्ज्याङ्, कैलाशनगर हुँदै फेरि शीतलपाटीमा आई-असनटोल, नारायणटोल, भीमसेनटोल हुँदै तानसेन नगरपालिका पुग्छ । नगरप्रमुखले पूजा दिएपछि खट्यात्रा सैनिक ईलाकामा प्रवेश गर्दछ ।

सैनिक ईलाकामा खट्यात्रा प्रवेश गर्दा खट्लाई सेनाका जवानहरूले नै बोक्छन् । त्यहाँ अन्य व्यक्तिहरूलाई भने जान रोक लगाइन्छ । ब्यारेकमा सेनाको गणपतिबाट पूजा सम्पन्न भएपछि खट्यात्रा बसपार्क, बडिज्ञानटोल, सिलेखानटोल, टक्सारटोल हुँदै फेरि भगवती मन्दिरमै ल्याइन्छ । उक्त खट्लाई मन्दिरको तीनफन्को लगाएर भित्राएपछि सांस्कृतिक, ऐतिहासिक एवम् राष्ट्रिय गौरव बोकेको खट्यात्राको समापन हुन्छ ।

वि.सं. १८७७ सालदेखि प्रत्येक वर्ष हर्षोल्लासका साथ विजय उत्सवको रूपमा मनाउँदै आएको श्री ७ रणउजीरेश्वरीको खट्यात्रा यो वर्ष २०५ औँ खट्यात्रा हो । जुन पहिलोपटक सम्माननीय राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलज्यूको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न भएको थियो ।

यो श्री ७ रणउजीरेश्वरी भगवतीको खट्यात्रा राष्ट्रियता, राष्ट्रिय गौरव र राष्ट्रिय अस्मितासँग गाँसिएको छ । यो पाल्पा भगवतीको खट्यात्रा राष्ट्रिय पर्व पनि हो । पाल्पा भगवती खट्यात्राको धार्मिक महिमामात्र नभई युद्धको विजयलाई प्रतिनिधित्व गर्ने विजयोत्सवसँग महत्व गाँसिएको छ । यो खट्यात्रासँग नेपालको गौरवगाथा, वीरता, धीरता र रणकौशल एवम् वीरहरूको गौरवमय इतिहास पनि जोडिएको छ ।

निष्कर्ष

पाल्पाको खट्यात्रा जस्ता धेरै अभौतिक सम्पदा लुम्बिनी प्रदेशमा छन् । यस प्रदेशमा थारू, मुस्लिम, मगर, नेवार लगायतका विभिन्न समुदायको बसोबास भएकाले यस किसिमका जात्रा तथा नाच र पर्व मेलाहरू प्रसस्त मात्रामा छन् । तीमध्ये केही जात्राहरूमात्र प्रकाशनमा आएका छन् । यदि राज्यले समयमै यी सम्पदाहरूको संरक्षणमा ध्यान दिन सकेन भने हाम्रा अमूल्य सम्पदाहरू लोप हुने खतरा पनि छ् । त्यसैले प्रदेशभर रहेका यस किसिमका सबै जात्रा तथा परम्परागत सम्पदाको खोजी गरी व्यवस्थित अभिलेख राख्ने र यिनीहरूलाई उपयुक्त ढंगले प्रदर्शन गरी धेरै भन्दा धेरै मानिसहरूले हेर्न सक्ने बनाउनु आवश्यक छ । यसका लागि खासगरी स्थानीय सरकार र प्रदेश सरकारले अभिलेख तयार गर्ने तथा आवश्यक संरक्षण र प्रवर्द्धनको योजना बनाउन सक्छन् भने संघीय सरकारले यी सम्पदाको अध्ययन अनुसन्धान गरी आवश्यक बजेट समेत व्यवस्था गरेर काम गर्नुपर्ने देखिन्छ ।

यस्ता सम्पदाहरूको श्रव्य-दृश्य सामग्री तयार पारी संग्रहालय समेत तयार गर्न सकिन्छ । यदि हामीले अभौतिक सम्पदाको संग्रहालयको सोच बनाई सोको कार्यान्वयनका लागि अहिलेदेखि नै काम गरेको खण्डमा धेरै सम्पदाहरूको संरक्षण र अभिलेख संभव छ । अन्यथा जति ढिला गऱ्यो त्यति नै यस्ता सम्पदाहरू लोप हुने र भावी पुस्ताले यिनीहरूको बारेमा जानकारी पाउने संभावना न्यून हुँदै जाने खतराछ ।

❑❑

सन्दर्भ सूची

- श्रेष्ठ, निर्मल (२०७७), *सांस्कृतिक नगर तानसेनः दि लिभिङ्ग म्युजियम,* काठमाडौं : प्राप्ति छापाखाना ।
- श्रेष्ठ, निर्मल (२०७९), *समर सौन्दर्यका नायक कर्णेल उजीरसिंह थापा, नेपाल-अँग्रेज युद्ध र महिषासुरमर्दिनी श्री ७ रणउजीरेश्वरी भगवती जात्रा,* काठमाडौं : प्र.प्राप्ति छापाखाना ।
- देउराली, मदन (२०७६), *तानसेनमा मनाइने जात्रा तथा चाडपर्वहरू,* तानसेन, पाल्पा: देउराली सांस्कृतिक अध्ययन प्रतिष्ठान ।
- पाण्डेय, तोत्रराज र नयराज पन्त, (२०६०), *नेपालको संक्षिप्त इतिहास,* काठमाडौं : खिल शर्म राजीव लोचन जोशी स्मारक प्रतिष्ठान ।
- श्री चण्डी प्रसाद गण, (२०७३), *पाल्पासँग नेपाली सेनाको सम्बन्ध,* काठमाडौं : प्र. श्री सै.ज.नि., त्रिपुरेश्वर ।
- Dhanalaxmi, Ravuri, (1981 A.D.) *British Attitude to Nepal¼s Relations with Tibet and China*, New Delhi: Bahri Publications pvt.
- Stiller, Ludwig F., (2018 A.D.) *The Silent Cry*, Kathmandu: Educational Publishing House.

तानसेन पाल्पाका केही जात्रा, पर्व : सङ्क्षिप्त चर्चा

गोविन्द भट्टराई

सम्पादक, नेतृत्व राष्ट्रिय त्रैमासिक

विषय प्रवेश

कुनै वेला काठमाडौंपछिको शक्तिशाली राज्यमा गनिने पाल्पाको सदरमुकाम तानसेन कला, संस्कृतिका हिसाबले अब्बल मानिन्छ । वर्तमानमा पनि मूलतः राजनीतिक हिसाबले मात्र नभै कला, संस्कृति र पहिचानका कारण तानसेन पाल्पा देशभर परिचित बन्न पुगेको हो । जिल्लाको सदरमुकाम तानसेन कला, संस्कृति, धार्मिक र पर्यटकीय पहिचान बोकेको नेपालकै प्राचीन प्रमुख सहरमध्ये एक हो । भिन्न जात जातिहरूको बसोवास रहेको तानसेन कला, संस्कृतिको धनी सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय नगर हो । तानसेनमा मध्यकालीन समयदेखि नै नेवार, ब्राह्मण, क्षेत्री, मगर समुदायका मानिसहरू बसोबास गर्दै आएको देखिन्छ । धार्मिक हिसाबले तानसेनमा हिन्दू, बौद्ध, मुस्लिम र इसाइ समुदायका नागरिक भेटिन्छन् । तानसेन विशेषतः नेवार तथा मगर समुदायको जातीय संस्कृतिका दृष्टिले पहिचानयुक्त सहर मानिन्छ । धार्मिक तथा सांस्कृतिक पर्व, परम्परा, जात्रा भन्नासाथ यहाँ विगतदेखि बसोबास गर्ने रैथाने समुदायका मानिसहरूले मनाउने पर्व अनि परम्परा हुन् । १४ वडामा विभाजित पहाडी नगर तानसेनभित्र भाषा, कलासँगै सांस्कृतिक विविधता रहेको छ । यस लेखमा तानसेन पाल्पामा मनाइने प्रचलित जात्रा-पर्वको बारेमा चर्चा गरिने छ ।

सांस्कृतिक नगर तानसेन

विविध संस्कृति र धर्मसँग जोडिएका फरक फरक चाड, जात्रा तथा पर्वहरू मनाइने यो सहरले नेपालमा विशेष स्थान पाएको छ । काठमाडौं उपत्यकापछि धेरै जात्रा तथा पर्वहरू मनाइने सहरमा तानसेन पर्दछ । यहाँ मनाइने जात्राहरू हेर्न तथा मेलामा सहभागी हुन नगर वरिपरिका पालिका साथै जिल्लाबाहिरबाट पनि मानिसहरूको घुइँचो लाग्ने गर्छ । स्थानीय मात्र नभै छिमेकी जिल्लाबासी समेत तानसेनको जात्रा हेर्न छुटाउँदैनन् । कारण यी जात्राहरूका आफ्नै मौलिक विशेषता रहेका छन् । गाँठे मंगल (घण्टा कर्ण) ले तानसेनमा जात्राको सुरवात भएको सङ्केत गर्ने विश्वास तानसेनवासी गर्दछन । प्रायः साउन महिनाको अन्त्य र भाद्रमहिना भरि यस नगरमा विविध धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्त्व बोकेका जात्रा, पर्व, खटयात्रा मनाइन्छ । जनै पूर्णिमाका दिनदेखि लगातार दश दिनसम्मलाई जात्राको अवधिको रूपमा लिइन्छ । तानसेन पाल्पामा मनाइने जात्राको सुरुवात विशेष झाँकी र व्यग्यात्मक शैलीको चुइँकी फिराइले दिने गरेको कलाकार किरण चित्रकार बताउनुहुन्छ । लगत्तै गाईजात्रा, रोपाइँजात्रा, बाघजात्रा, श्रीनगर सिद्धिविनायक गणेशजात्रा, सूर्यविनायक गणेशजात्रा, भीमसेनजात्रा, कुष्णजात्रा, नारायणजात्रा, ऐतिहासिक रणउजीरेश्वरी भगवतीजात्रा यस अवधिमा निकालिने मुख्य जात्राहरू हुन् ।

गाईजात्रा नेवार समुदायमा दिवंगत आफन्तको सम्झनामा मनाइने गरिन्छ । यसमा कम्वलको गाईलाई नगर घुमाउने प्रचलन रहेको छ । रोपाइ जात्रामा नेपाली बाजा(पञ्चे बाजा) सहित रोपाइकै झलकदेखि नेगरी मान्छेले नै गोरुले जसरी हलो तानेको, हलीले जोतेको, ठिंगारेले आली कुनो गरेको, खेतारीले रोपेको अनि साहु छाता ओढेर गम्कँदै हिँडेको दृश्य देखिन्छ । बाघ जात्रामा बाघको मुकुण्डो लगाएर बाघको छाला जस्तो देखिने कपडा वा आवरणमा चारहात खुट्टाले टेकेर नगर परिक्रमा गरेको पाइन्छ । श्रीनगर र सिद्धिविनायक गणेशको रथयात्रा, भीमसेन रथयात्राले नियमितता पाएका भए पनि पहिले झैं रौनक हराएको छ । अमरसिंह थापाले निर्माण गरेको अमरनारायणको रथयात्राको पनि ऐतिहासिक महत्त्व रहेको छ ।

यसैगरी तानसेन नगरपालिकाको वडा नम्बर ९ दमकडामा माण्डव्य ऋषिको रथयात्रा र तानसेन-१४ रिडीमा ऋषिकेश रथयात्रा समेत चर्चित रहेका छन् । यी रथयात्रा तथा जात्राहरूको आफ्नै इतिहास र मौलिकता रहेको छ । तानसेनमा मनाइने विविध जात्राहरूमा रणउजीरेश्वरी भवगती जात्राको महत्त्व राष्ट्रिय स्वाभिमानसँग समेत जोडिएको छ । भगवती जात्रा नामबाट मात्र चिनिने यो खटयात्रा तानसेन, पाल्पाको मात्र नभई नेपालमै ऐतिहासिक पहिचानको जात्रा भनेर चिनिएको छ ।

पाल्पा गौंडाबाट अंग्रेजलाई जितेको तीन युद्ध इतिहासमा प्रसिद्ध रहेको पाइन्छ । सर्जक पुष्कर अथक रेग्मीका अनुसार "पहिलो युद्ध अमरसिंह थापाले गुमेको जमीन फिर्ता लिन सफल भए । पाल्पा क्षेत्रबाट अंग्रेजका विरूद्ध गरिएको यो पहिलो विजय थियो । नेपोलियन बोनापोर्टलाई समेत पराजित गर्ने अंग्रेजलाई जित्न सक्दा अमरसिंह थापाको खुसीको सीमा रहेन । विजयोत्सवको खुसियालीमा उनले तिनाउ नदीको नजिकै लक्ष्मीनारायणको मूर्ति प्रतिष्ठापित गरेर एक सुन्दर मन्दिर निर्माण गर्न लगाए । अंग्रेजसँग दोस्रो र तेस्रो युद्धमा कर्णेल उजीरसिंह थापाको नेतृत्वमा रहेको नेपाली सेनाले विजय हासिल गरेको थियो । कर्णेल उजीरसिंह थापा नयनसिंह थापाका जेठा छोरा थिए भने साना काजी अमरसिंह थापाका नाति थिए । यिनी प्रधानमन्त्री भीमसेन थापाका भतिजा र माथवरसिंह थापाका दाजु थिए ।"

रेग्मीका अनुसार-"अंग्रेजी फौजको नेतृत्व जनरल सुलेभान उडले गरेका थिए । वि.सं. १८७१ पौष २२ गते जनरल उड मेजर कोम्य, इन्जिनियर मोरिसन, रेकी प्रमुख स्टेफन्स, अफिसर, कनर्कनिधि (तत्कालीन पाल्पा राज्यका सल्लाहकार) सहित ठूलो संख्यामा अंग्रेजी फौज बुटवल आइपुग्यो । नेपाली सेना नुवाकोट गढीमा रहेको ठानी अंग्रेजले बुटवल गढीमा आक्रमण गऱ्यो । तर चतुऱ्याईपूर्वक बनाइएका नक्कली गढी, ढिक, आडहरूले उनीहरूलाई फसायो र दोहरो भीडन्तमा जनरल उड, मेजर ह्याट, स्टेफन्स सहित घाइते भएकाले अंग्रेजहरू लडाइँ छाडेर भागे । धेरै अंग्रेजहरू मरे । हातहतियार छाडेर भागे । नेपालीहरूले लखेटिरहे । बुटवलगढी, नुवाकोट गढी अनि माथागढी क्षेत्रहरूमा समेत रातभरि राँको लिएर भैंसीको सिङमा पराल बाँधी आगो लाएर लखेटी अंग्रेजहरूलाई थरिकम्पन पारे । यस युद्धमा भीमसेन, रणसुर, हंसवीर, नकुल, अम्बर, वृषासुर र शूरवीर सहित सातजनावीर नेपालीहरू सहिद भए । संसार जित्ने अंग्रेजलाई नेपाली/गोर्खाली/पाल्पालीहरूले जितेको खुसीयालीमा बुटवलगढीको नाम जीतगढी राखियो । मैदानी इलाकामा नलड, पर्ख हेर र हान, छलि युद्ध गर, यही नै उजीरसिंहको लडाइँको रणनीति थियो ।"

अंग्रेजमाथिको विजयपश्चात् नेपाली सेनाको मनोबल निकै बढ्न गयो । पराजित भएर भागेका जनरल उड आत्मग्लानिसहित शिवराज गढवाट चारकोस टाढा डग्डुवा भन्ने ठाउँमा सैनिकहरू सहित बसेका थिए । उनी आफ्ना मृतक एवम् घाइते सैनिकहरू सहित बसेका थिए । उनले आफ्ना मृतक एवम् घाइते सैनिकहरूलाई फर्काउन उजीरसिंह समक्ष अनुरोध गरी सन्देश पठाएका थिए । विजयको उन्मादमा रहेका जोसिला युवा कर्णेल उजीरसिंह थापाले यसरी जवाफ दिए, 'मैले यस विजयी राज्यको फौजलाई आदेश जारी गरेको छु कि आफ्ना चोट लागेका घाइते सिपाहीहरूलाई सताउने दुःख दिने काम नगर्नू ! हाम्रो यस शक्तिशाली नेपाल राज्यमा उदण्डपूर्वक व्यवहार गर्दै आक्रमण गर्ने प्रयास गरेमा सुरवीर सेनाद्वारा अंग्रेजहरूलाई कठोर सजाय दिइनेछ ।'

उजीरसिंहको सन्देश सुनेपछि जनरल उड रिसले चुर भई शिवराज बुटवल क्षेत्रको गाउँबस्तीहरूमा आगो लगाउन र लुटपाट गर्न निर्देशन दिए । अंग्रेज सेनाले उपद्रव मच्चाउँदै रह्यो । वि.सं. १८७२ वैशाख ७ का दिन जनरल सुलेभान उड बन्दोबस्तीका सामान र सैन्यशक्तिसहित पुनः बुटवल गढी र नुवाकोट गढी आक्रमण गर्न आए । उजीरसिंह थापा सैन्य शक्ति सहित नुवाकोट गढीमा बसेका थिए भने बुटवल गढीमा समेत सैन्य शक्ति राखेका थिए । कर्णेल उजीरसिंह थापा औलो लाग्ने डरले गढी छाडेर नेपाली फौजसहित तानसेन सदरमुकाम गएका छन् भन्ने झुठो हल्ला फिजाउँदा उजीरसिंह भाग्यो भनी अंग्रेजहरू खुसी भएका थिए । बुटवल क्षेत्रसम्म उधुम मच्चाउँदै आएका अंग्रेजहरूले बन्दूक पड्काउँदा समेत नेपाली सेनाबाट कही

कतै कुनै प्रतिकार नभएकोले उनीहरू कुसुमघाट र बुटवलगढीको बीचमा रहेको तिनाउ नदी तर्न भनी लागे ।

जब अंग्रेज फौज नदीमा पस्यो तब लुकेर बसेका नेपाली फौजले अस्थायी बाँध खोलिदिए । गढीको दुलो दुलोबाट गोली वर्षा गरे । धनुवाण र गुलेली मटेङ्ग्राले हाने । अंग्रेजहरू त्राहीमाम भए । अंग्रेजी फौज नदीमा हेलिएर बग्न लागे । नेपालीहरू अंग्रेजमाथि अरिङ्गालझैँ जाइलागे । भिडन्तमा अंग्रेजहरूको ठूलो क्षति भयो । सानो ठाउँमा आफ्ना सिपाहीहरूको अनाहकमा भएको मृत्यु र फौजमा आएको विचलन देखी जनरल उडसहित अंग्रेज सेना लडाइँ छाडेर भागेर ज्यान जोगाएर फर्किए । यस लडाइँमा सयजना जति नेपालीहरू घाइते भए भने चौबीस जना वीर नेपालीहरू सहिद भएका थिए । दोस्रो पटक पनि हार खाएर फर्केका अंग्रेजी सेनाले अँझ बढी तयारी गरेर ठूलो शक्तिका साथ आक्रमण गर्छन् कि भन्ने शङ्का उजीरसिंहलाई लागेको थियो । किनकि जीतगढीको युद्धमा पराजित भएको भए तापनि नालापानी, मलाउ, देउथल र जैथकको युद्धमा अंग्रेजहरू विजयी भएका थिए । राजधानी काठमाडौंमा सन्धि पत्रमाथि छलफल हुँदै थियो । वीर उजीरसिंह थापा नेपालीहरूको स्वाभिमान झुक्ने गरी सन्धि गर्नु हुँदैन भनी सन्धिको विपक्षमा थिए । अन्ततः पूर्वमा मेची, पश्चिममा महाकाली उत्तरमा हिमाल र दक्षिणमा तराईको मैदान रहने गरी नेपाल खुम्चिदै वि.सं. १८७२ फागुन २० का दिन सुगौली सन्धि भयो र नेपाल अंग्रेज युद्ध समाप्त भयो ।

सुगौली सन्धिद्वारा नेपालले आफ्नो सम्पूर्ण मैदानी इलाका गुमाउनु परे तापनि युद्धको बेला मुख्य विवादमा रहेको बुटवल क्षेत्र भने नेपालले नै पायो । त्यसको मुख्य कारण त्यस क्षेत्रमा नेपालको विजय हुनु थियो । बुटवल क्षेत्र नेपालमै रहने भएपछि उजीरसिंह थापालगायत सम्पूर्ण पाल्पालीहरूको हर्षको सीमा रहेन । उजीरसिंहले आफ्ना बहादुर सेना, झारा सेना र समस्त पाल्पाली जनहरूको प्रशंसा गरे । उनले लडाइँमा जानुपूर्व तानसेनकी भगवती माता सामु- 'हे माता लडाइँमा विजय प्राप्त गर्न सकूँ । फर्किएपछि हजुरको नित्यपूजा चलाउँछु । गुहेश्वरीको जस्तै सुन्दर मन्दिर बनाउँछु । इन्द्रजात्रासरि नै वर्षेनी सिन्दुरे जात्रा चलाउँछु ।' भनी भाकल गरेका थिए । यो भाकल पूरा गर्न उजीरसिंहकी दुई मुखेनीहरू उजलादेवी र राजकुमारीले दिनहुँ भगवतीको पूजा आराधना समेत गरेका थिए । उजीरसिंहले तीनतले सुन्दर भगवती मन्दिर बनाउन लगाए । वि.सं. १८७६ भाद्र कृष्ण नवमीको दिनदेखि राष्ट्रिय अदवका साथ पाल्पाको तानसेनमा भगवती जात्राको शुभारम्भ भयो । भगवतीको मन्दिरलाई श्री ७ रणउजीरेश्वरी भगवती भनिन्छ । उजीरसिंहले दस वर्षसम्म पाल्पामा अख्तियारी सम्हाले ।

त्रिभुवन बहुमुखी क्याम्पस पाल्पाका प्रमुख डा. टंकप्रसाद पन्थका अनुसार -"वर्षेनी वर्ष भाद्र कृष्ण नवमीका दिन धुमधामका साथ मनाइने रणउजीरेश्वरी खट यात्रा (जात्रा) नेपाल अंग्रेज युद्धसँग जोडिएकोले यसको राष्ट्रिय महत्त्व छ । यो जात्रा नेपाली सेनाले अंग्रेज सेनालाई जीतगढी युद्धमा पराजित गरेकोले यसलाई विजय उत्सव र राष्ट्रिय गौरवका रूपमा मनाइनुपर्ने भए पनि अझै राज्यको ध्यान पुग्नसकेको छैन ।" तथापि पछिल्ला केही वर्षमा लुम्बिनी प्रदेश सरकारले भगवती खटयात्राका दिन सार्वजनिक विदा दिने गरेको छ । खटयात्रामा निजामती, सेना, प्रहरीसहित सर्वसाधारण सहभागी हुने प्रचलन कायमै रहेको छ ।

यसैगरी तानसेन नगरपालिका वडा नम्बर १४ रिडीमा रहेको ऋषिकेष भगवान्को महत्त्व नेपालमा मात्र नभइ भारतमा समेत रहेको पाइन्छ । सेन वंशीय राजा मणिमुकुन्द सेन गुल्मी जिल्लाबाट विजयोत्सव मनाउँदै आइरहेको बेला कालिगण्डकीमा स्नान गर्नको लागि डुबुल्की मार्दा भगवान् विष्णुको अवतरित चतुर्वाहु शिलामा ठोकिन गएको र सोही दिन रात्रीमा सपनामा समेत राजा मणिमुकुन्द सेनलाई दर्शन दिई मेरो यो शिलारूपी मूर्तिलाई यसै ठाउँमा स्थापित गरी यस क्षेत्रको धार्मिक महिमाको प्रचार गराऊ भन्ने निर्देशनसमेत भएकोले राजा मणिमुकुन्द सेनले यो मूर्तिको स्थापना गरेको बताइन्छ । यो मूर्ति कुनै बेला कुनै कालिगढ, मूर्तिकार तथा कुनै कलाकारबाट निर्मित भएको होइन भन्ने आम विश्वास रहनगएको छ । त्यसैले यस क्षेत्रमा आई भक्तजनहरूले कालीगण्डकीमा स्नान गरी गण्डकीको शुद्ध जल भगवान्को पाउमा अर्पण गरी सोही

पाउबाट निसृत भएको चरणोदक पान गरेमा मनुष्यले तिर्नुपर्ने पितृऋण, ऋषिऋण, देवऋणबाट समेत मुक्त हुने विश्वास रहेको छ ।

हृषिकेष मन्दिर व्यवस्थापन समितिका पूर्व अध्यक्ष तथा तानसेन-१४, अर्गली निवासी स्थानीय जानकार दुर्गादत्त रेग्मीका अनुसार "रिडीमा विशेष गरी माघ सङ्क्रान्तिमा ३ दिन मेला लाग्ने गर्दछ । ऋषिकेष मन्दिरको स्थापना कालदेखि राजा मणिमुकुन्द सेनकै राज्यकालमा उक्त मन्दिरलाई अक्षताको व्यवस्थाको लागि अर्गलीमा ठूलो गरा भन्ने खेत बनाई सिंचाइको व्यवस्था गर्न कुलोसमेत निर्माण गरिएको थियो । जुन अहिले पनि राजकुलोको नामबाट चर्चित छ । यस क्षेत्रमा विभिन्न समयमा विभिन्न मेला लाग्दछन् । जस्तै, वैशाख संक्रान्ति र वैशाख भरि उक्त ठाउँमा कालिगण्डकीमा स्नानगरी १०८ पीपलको जल खाई पुण्य प्राप्त गर्न वैशाख महिनाका सबै शनिवार विशेष मेला लाग्ने गर्दछ । जेष्ठ महिनामा दशहरा मेला तथा आषाढमा हरिशयनी एकादशी मेला, श्रावणमा सङ्क्रान्ति, आश्विनमा नवदुर्गा, कार्तिकमा हरिबोधनी एकादशी र द्वादशी विशेष मेला, माघेसंक्रान्तिमा पूर्वकालमा ३ दिन मान्ने चलन थियो । जसमध्ये जेठी, माहिली, कान्छी सङ्क्रान्ति मान्ने चलन भए तापनि हाल विशेष मेलाको कारणले दसौं दिनसम्म पनि मेला लाग्ने गर्दछ । भगवान् हृषीकेशको विशेष पर्वको रूपमा हरिबोधनी एकादशी र द्वादशीमा भव्य मेलासहित भव्य रूपमा रथयात्रासमेत गरिन्छ । उक्त रथयात्राको आरम्भ वि.सं. १९५२ देखि तत्कालीन अर्गली गुठीयारका अगुवाहरू रिडी बजारका गुठीयारहरूको सल्लाह अनुसार तत्कालीन साहु किष्णलाल श्रेष्ठको नेतृत्वमा रथयात्रा सञ्चालन भएको पाइन्छ । त्यसपछि मन्दिरको दैनन्दिन पूजाआजाको व्यवस्था गर्न र विशेष पर्व सञ्चालनको लागि रिडी बजारकै गुठीयारहरूको नेतृत्वमा समिति गठन भई केही काल समितिमार्फत् उक्त व्यवस्था चलेको थियो ।"

सन्तोष खनाल भन्नुहुन्छ-"तानसेनमा मनाइने विविध जात्रा पर्वहरूले धार्मिक तथा सांस्कृतिक सहिष्णुताको विशेषतालाई आत्मसात गरेको पाइन्छ । तानसेन नगरमा अमूर्त संस्कृति र मूर्त सांस्कृतिक सम्पदाहरू प्रचुर मात्रामा पाइन्छन् । त्यसमा पनि यो नगर चाडवाड तथा जात्रा पर्वको नगर मानिन्छ । तानसेनमा मनाइने जात्राहरूले तानसेनको इतिहास, धर्म संस्कृति र परम्परालाई जोगाइराखेको छ । नगरमा फरकफरक विशेषताहरू बोकेका जात्राहरू वर्षको सुरुवातदेखि वर्षको अन्त्यसम्म मनाइने भएकोले पनि यस नगरलाई जात्राको सहरको पर्यायको रूपमा पनि लिने गरिन्छ ।"

हुन पनि तानसेनमा वर्षैभरि जसो जात्रा तथा पर्व मनाइने गरिएको भए तापनि साउन भाद्र महिनामा मनाइने जात्राहरू सांस्कृतिक पक्षबाट मात्र नभई आर्थिक तथा सामाजिक पक्षबाट समेत महत्त्वपूर्ण मनिन्छ । तानसेनमा जात्रा सुरू भएपछि यसलाई सबै जातजाति तथा धार्मिक समुदायले स्वागत गर्छन् । जात्रा मनाउन व्यापार व्यवसाय यसले लागि बाहिर गएका र तानसेनबाट बसाइसराइ गरेका मानिसहरू पनि यो समयमा तानसेन आउने गर्छन् जसले सामाजिक एकतालाई बलियो बनाउन मद्दत गरेको छ । आर्थिक गतिविधि समेत यसै समयबाट सुरु भई दसैं तिहारसम्म निरन्तर चल्ने भएकोले पनि व्यवसायीहरू जात्राको समयलाई उत्साहपूर्वक लिने गर्दछन् । यस अवधिमा तानसेन वरिपरिबाट पनि व्यापारीहरूले आफ्नो उत्पादनलाई बेच्ने समयको रूपमा लिने गर्दछन । अन्य महिनाहरूमा सुस्ताएको आर्थिक क्रियाकलाप जात्राको समयबाट उकालो लाग्न थाल्छ । तानसेनको अर्थतन्त्र चलायमान बनाउनमा जात्रा तथा पर्वको समयले योगदान दिने तथ्यलाई भुल्न सकिँदैन ।

पछिल्लो समय तानसेनमा मनाइने विविध सांस्कृतिक र धार्मिक जात्राहरू क्रमशः औपचारिकतामा सीमित हुँदै गएको देखिन्छ । केही समूह संस्थाले जात्रा, संस्कृति बचाउन केही वर्षदेखि गरेको प्रयास प्रशंसनीय रहेको छ । तर पश्चिमा संस्कृतिको बढ्दो प्रभाव ,देखासिखी, अत्याधुनिक प्रविधिको प्रयोग तथा सामाजिक सञ्जालको जालो लगायतका कारण तथा युवा पुस्ताहरूमा परम्परागत सांस्कृतिक पर्वहरूप्रतिको बढ्दो अरुचि, बढदो महङ्गी, पुराना पुस्ता र नयाँ पुस्ताबिचको खाडल आदिले गर्दा धार्मिक सांस्कृतिक महत्त्व

बोकेका जात्रा पर्वहरू खुम्चिँदै जाने जोखिम छ । बाघजात्रा, चुइँकी फिराइ, रोपाइँजात्रा, लाखेनाँचहरूको प्रदर्शन हराउन थालेको छ । यदाकदा देखिए पनि मौलिकता गुमाउँदै गएको छ । विगतमा मनाइने तानसेनको गाईजात्राको आफ्नै मौलिकता र विशेषता थियो । त्यो अहिले ओझेलमा पर्न थालेको बुढापाकाहरूको चिन्ता भेटिन्छ । युवापुस्ता रथयात्रा/खटयात्रामा प्रत्यक्ष सहभागी हुनभन्दा सञ्चार माध्यम र सामाजिक सञ्जालबाट हुने प्रत्यक्ष प्रशारणमा रम्न थालेका छन् ।

निष्कर्ष

सांस्कृतिक महत्त्वको तानसेन नगरलाई पर्यटकीय गन्तव्यको रूपमा विकास गर्न सकिने सम्भावना रहेको सन्दर्भमा परम्परागत कला, संस्कृति, पर्व जात्राहरू ओझेल पर्दै जानु सुखद पक्ष होइन । जात्रा, पर्व लगायतका संस्कृतिकै कारण पर्यटक तानसेनमा आउँछन् । विगतका जात्राको मौलिकता, रौनकता जस्ता कुराहरू अहिले हराउँदै गएको छ । स्थानीय सरकार, प्रदेश सरकार, संघीय सरकारसँगै आम नागरिक अनि सरोकारावालाले भाषण र बोलीमा मात्र पर्यटनको चिल्ला चाप्ला कुरा मात्र नगरेर पर्यटन विकासको आधार यस्ता जात्रा, पर्व र संस्कृतिले दिने योगदानलाई आत्मसात गरेर ठोस योजना बनाउन आवश्यक भैसकेको छ । पछिल्ला वर्षमा तानसेनमा विगतमा जस्तो मौलिक जात्राहरू निकाल्न छोडेको देखिन्छ । तानसेनको मौलिक कला संस्कृति, जात्रा र पर्वको संरक्षण गर्न समयमै सरोकारवालहरूको ध्यान पुग्न सकेन भने पर्यटकीय गतिविधिबाट थोरै भए पनि तानसेनको आर्थिक क्रियाकलापलाई चलायमान बनाउने सम्भावना पनि शिक्षा र स्वास्थ्य क्षेत्रको जस्तो नारामा मात्र खुम्चिन पुग्नेछ । तानसेन नगरपालिका, लुम्बिनी प्रदेश सरकार र नेपाल सरकार तथा सरोकारवाला संघसंस्थाले सांस्कृतिक महत्त्व बोकेका तानसेन, पाल्पाका जात्रा तथा पर्व संरक्षणको दीर्घकालीन कार्यक्रम बनाएर कार्यान्वयनमा सघाउनुपर्ने खाँचो रहेको छ ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

रेग्मी, पुष्कर्रराज (२०७७), *हाम्रो तानसेन* (पूर्णाङ्क १०), तानसेन नगरपालिका

रेग्मी, दुर्गादत्त (२०७७), *हाम्रो तानसेन* (पूर्णाङ्क १०), तानसेन नगरपालिका

अर्याल, ईश्वरराज (२०४३), *नयाँ नेपालको इतिहास,* काठमाडौं: रत्न पुस्तक भण्डार ।

पंगेनी, भवेश्वर (२०६५), *नेपालको प्रशासनिक इतिहास,* भाग-२, काठमाडौं: श्रद्धा स्रष्टा प्रकाशन ।

बानियाँ, कर्णबहादुर (२०७०), *नेपालको इतिहासमा उजिरसिंह थापाको योगदान,* पाल्पा: धवल पुस्तकालय ।

रेग्मी, पुष्कर अथक (२०७६), *अमर पात्र, ऐतिहासिक नाटक सङ्ग्रह,* पाल्पा : पाल्पा साहित्य समाज

श्रेष्ठ, रामेश्वर (२०६०), *नेपालको इतिहासमा जनरल अमरसिंह थापा,* काठमाडौं: राष्ट्रिय विभूति भीमसेन थापा स्मृति प्रतिष्ठान ।

पौष्टिकताको दृष्टिले भोजपुरी मधेसी समुदायमा प्रचलित लोक परिकारहरू

शिवनन्दन जयसवाल
प्रधान सम्पादक, भोजपुरी दर्शन पत्रिका

लेखसार

यस अनुसन्धानले लुम्बिनी प्रदेश अन्तर्गत रूपन्देही, नवलपरासी, र कपिलवस्तु जिल्लाका भोजपुरीभाषी मधेसी समुदायमा प्रचलित परम्परागत लोक परिकारहरूको विविधता, पौष्टिकता, सामाजिक महत्त्व, र संरक्षणका चुनौतीहरूको गहिरो अध्ययन गर्दछ। स्थानीय तहहरूमा अन्तरवार्ता, सहभागी अवलोकन र किचन अध्ययनमार्फत संकलित तथ्याङ्कहरूलाई विश्लेषण गरी परिकारहरूको सांस्कृतिक सन्दर्भ, पोषण मूल्य र पर्यटनसँगको सम्बन्ध उजागर गरिएको छ।

शब्दकुञ्जी: भोजपुरी परिकार, मधेसी समुदाय, पौष्टिकता, सांस्कृतिक महत्त्व, संरक्षण।

१. पृष्ठभूमि

नेपालको संविधान २०७२ को प्रस्तावनाले नेपाललाई बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक, बहुधार्मिक संघीय लोकतान्त्रिक गणराज्यको रूपमा परिभाषित गरेको छ। संघीय संरचनाअनुसार देशलाई ७५३ स्थानीय तह र ७ प्रदेशमा विभाजित गरिएको छ, जसअन्तर्गत लुम्बिनी प्रदेश एक महत्त्वपूर्ण क्षेत्र हो। यस प्रदेशमा १२ वटा जिल्ला छन्, जसमा मधेस र पहाड दुवै क्षेत्र समावेश छन्। सरकारी जनगणना २०७८ अनुसार लुम्बिनी प्रदेशको जनसंख्या ५१ लाख २२ हजार ७८ छ, जहाँ कुल ६८ भाषाहरू बोलिन्छन्। नेपालीपछि अवधी, थारु र भोजपुरी क्रमशः दोस्रो, तेस्रो र चौथो ठूलो मातृभाषाका रूपमा उल्लेख गरिएका छन्। भोजपुरी भाषी जनसंख्या ५ लाख ६२ हजार ६२ (१०.९७%) रहेको छ, जुन देशको तेस्रो ठूलो मातृभाषा हो। यो भाषा विशेषतः रूपन्देही, नवलपरासी, कपिलवस्तु, दाङ, बाँके, बर्दिया जिल्लामा प्रयोग गरिन्छ।

भोजपुरी भाषी मधेसी समुदायको सांस्कृतिक जीवनशैलीमा परम्परागत परिकारहरूको विशेष महत्त्व छ। सत्तु, लिट्टि– चोखा, ठेकुआ, दही– चिउरा, पीठा, टिकिया, भुजा, गोझिया, गुलगुला, र पुरी– तरकारी आदि परिकारहरू दैनिक आहार, पर्व, रीतिरिवाज र अतिथि सत्कारको अभिन्न हिस्सा हुन्। यस्ता परिकारहरूमा प्रयोग हुने सामग्री स्थानीय उत्पादन र मौसमी स्वास्थ्य सन्तुलनमा आधारित छन्, जसमा उच्च मात्रामा प्रोटिन, फाइबर, भिटामिन, खनिज र ऊर्जादायी तत्त्व पाइन्छन्। परम्परागत ज्ञान, स्थानीय स्रोत र जीवनशैलीसँग जोडिएका यी परिकारहरू भोजपुरिया मधेसी समुदायको संस्कृति, स्वास्थ्य र पहिचानको संरक्षणमा अमूल्य योगदान पुऱ्याइरहेका छन्।

२. अध्ययनको उद्देश्य

- भोजपुरी मधेसी समुदायमा प्रचलित परम्परागत लोक परिकारहरूको विविधता, पाकशैली, र सामाजिक सन्दर्भको अध्ययन गर्नु।
- परिकारहरूको पौष्टिक मूल्यांकन गर्नु।
- परिकारहरूको संरक्षण र प्रवर्धनका चुनौतीहरू पहिचान गर्नु।

३. सम्बन्धित साहित्यको पुनरावलोकन

भोजपुरी मधेसी समुदायमा प्रचलित परम्परागत लोक परिकारहरूले स्थानीय जीवनशैली, संस्कृति, र स्वास्थ्यमा गहिरो प्रभाव पार्ने विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय अनुसन्धानहरूले देखाएका छन्। लौकभत्ता, सत्तु, मडुवा, ढेंकीको चामल, विभिन्न प्रकारका साग, बथुवा, भिण्डी, दाल, लपटा, डुबुकी, मकुनी, मासको दाल, खेसारी, गुड, तेलमा तारेका पकवानहरू तथा फुलौरी, गुलगुला, गोझिया जस्ता मिठा परिकार परम्परागत भोजपुरिया भोजन संस्कृतिका आधारस्तम्भ हुन्। यी परिकारहरू पोषक तत्त्वले भरिपूर्ण छन् र श्रमजीवी वर्गको ऊर्जात्मक आवश्यकता पूरा गर्न सक्षम छन्।

भारतीय राष्ट्रिय स्वास्थ्य संस्थान (NIH) को एक अध्ययन अनुसार, यस्ता स्थानीय परिकारहरूको नियमित सेवनले म्याक्रो तथा माइक्रोन्यूट्रिएन्टको पर्याप्तता मापन (Mean Adequacy Ratio – MAR) लाई वृद्धि गर्छ (NIH, 2020)। Murti Om (2024) ले ग्रामीण र सीमान्तकृत समुदायहरूमा पाइएको भोजपुरिया खानाका प्रोटिन, कार्बोहाइड्रेट, आइरन, क्याल्सियम, र भिटामिन B-कम्प्लेक्सजस्ता पोषक तत्त्वहरूको वैज्ञानिक विश्लेषण प्रस्तुत गरेका छन्।

सत्तु, भुटेको चनाबाट बन्ने यो परिकार, गर्मीमा उर्जा दिने सस्तो र सुलभ आहार हो, जसलाई युनेस्को (२०२१) ले 'स्थानीय सुपरफूड' को मान्यता दिएको छ। मकुनी, लिट्टी-चोखा, छेना, चिउरा, दही, आलु, मसला, दाल, घ्यू आदिले भरिएका भोजपुरिया परिकारहरू सन्तुलित पोषण दिन्छन्।

Santhanakrishnan (2018) को अध्ययनले यी परिकारहरू श्रमिक जीवनशैलीसँग मेल खाने सन्तुलित आहारको उदाहरण भएको पुष्टि गर्छ। यद्यपि, आधुनिक फास्ट फुड प्रवृत्तिले परम्परागत खानालाई विस्थापित गर्ने खतरा पनि देखिएको (African Journal of Food Science and Technology Vol. 15(10) pp. 01-02, October, 2024) छ।

४. अध्ययन विधि

यस अनुसन्धानमा सङ्कलित तथ्याङ्कहरूलाई स्पष्ट र व्यवस्थित ढङ्गले प्रस्तुत गरी गुणात्मक र मात्रात्मक दृष्टिकोणबाट विश्लेषण गरिएको छ। तथ्याङ्क मुख्यतः रुपन्देही, नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पश्चिम), र कपिलवस्तु जिल्लाका ३० घरपरिवार तथा ५ वटा महिला समूहहरूसँग गरिएको साक्षात्कार र समूह छलफलबाट प्राप्त गरिएको हो।

प्रमुख १० वटा परम्परागत भोजपुरिया परिकारहरू (जस्तै: सत्तु, लिट्टी, मडुवा रोटी, ढेंकी चामल, बथुवा साग, मासको दाल, गोझिया आदि) का पोषक तत्त्वहरूको औसत परिमाण (प्रोटिन, कार्बोहाइड्रेट, आइरन, क्याल्सियम, भिटामिन B-कम्प्लेक्स) खाद्य प्रविधि तथा गुणस्तर नियन्त्रण विभाग (DFTQC) नेपाल सरकारको मानकको आधारमा प्रस्तुत गरिएको छ।

५. विश्लेषण

५.१ दैनिक परिकारहरू र पौष्टिक मूल्य

भात-दाल-तरकारी

यो दक्षिण एसियाको जनजीवनको आधारभूत खाना हो। प्रायः बिहान र बेलुका भातसँग दाल र तरकारी अनिवार्य रूपमा पकाइन्छ। त्यसमाथि प्याज, हरियो खुर्सानी र मुलाको सलाद हुन्छ। अचारमा भरुवा मर्चा (एक प्रकारको मोटो रातो खुर्सानीभित्र मसला भरिएको परिकार), आँपको अचार वा चोखा हुनसक्छ।

भातमा कार्बोहाइड्रेट प्रशस्त पाइन्छ, जसले शरीरलाई ऊर्जा दिन्छ। दालमा प्रोटिन, आइरन, र भिटामिन B पाइन्छ। तरकारीहरूमा भिटामिन C, फाइबर र एन्टिअक्सिडेन्ट हुन्छ।

लिट्टी-चोखा : यो लिट्टी, बाटी वा भउरी मधेस र लुम्बिनी प्रदेशको भोजपुरिया क्षेत्रको एक प्रसिद्ध परिकार हो। यो परिकार गहुँको पिठोबाट बनेको गोलो आकारको लोईको बीचमा चनाको सत्तुमा नुन, मरिच, मसला र बारिक काटिएको लसुन मिसाएर तयार पारिएको भराइ राखी बनाइन्छ। परम्परागत रूपमा लिट्टी गोइँठाको आगोमा विस्तारै सेकिन्छ। हाल कोइला, ग्याँस चुल्हो वा ओभनमा पनि सेकिने गरिन्छ। कतिपय ठाउँमा यसलाई तेलमा पकाएर पनि बनाइन्छ। लिट्टी सामान्यतः चोखा (भुटेको आलु, भण्टा र टमाटरको मिक्स), मासु, छोला वा घुघनीसँग खाइन्छ। यो सम्पूर्ण भोजनको रूपमा लोकप्रिय छ। मधेस र लुम्बिनी प्रदेशका बजार, हाट र भारतीय रेलवेस्टेशन आसपास लिट्टी–चोखा बेच्ने ठेला एक सामान्य दृश्य बनेको छ। आज लिट्टी–चोखा भोजपुरिया पहिचानको प्रतीकजस्तै मानिन थालिएको छ र देश–विदेशसम्म यसको लोकप्रियता फैलिएको छ। लिट्टी गोलो, घ्यूले चम्किएको र सुँघ्नासाथ नै मुख रसाउने खालको परिकार हो। कतिपय ठाउँमा यसलाई चेप्टो पनि बनाइन्छ। यदि सतुवा भरिएको हुँदैन भने त्यसलाई सादी भउरी भनिन्छ, जुन कहिले काँही मासु वा दालसँग खाइन्छ। सत्तुको मसाला बनाउन नुन, मरिच, लसुन, मसला मिसाइन्छ। कतिपयले अचारको मसला पनि थप्छन्। आटाको लोईलाई कपजस्तो बनाइ सत्तु हालेर गोल बनाएर सेक्न तयार पारिन्छ। गोइँठा वा कोइलाको आगोमा सेकेर खरानीभित्र राखी तताइन्छ र पस्किने बेला कपडाले सफा गरी घ्यू लगाएर दिइन्छ, वा सीधा घ्यूमा डुबाएर निकालिन्छ। लीट्टि बनाउने अर्को तरिका भापमा पकाउने हो— यसलाई तेलमा छानेर पनि खाइन्छ, तर यो विधि सामान्यभन्दा कम लोकप्रिय छ। तेलमा छानेर बनाइने भउरी प्रायः यात्राका लागि वा घरमै नास्ताको रूपमा बनाइन्छ। पहिले सस्तो र कामचलाउ भोजनका रूपमा चिनिएको लिट्टी–चोखा आज भोजपुरिया संस्कृति र पहिचानको महत्वपूर्ण भाग बनेको छ।

विवाह भोज, मेलापर्व, पिकनिक, ठूला कार्यक्रमहरूमा समेत यसको उपस्थिति देखिन्छ। मधेस र लुम्बिनी प्रदेश हुँदै दिल्ली, मुम्बईजस्ता सहरदेखि विदेशसम्म यसको स्वादको चर्चा फैलिएको छ। भोजपुरिया समुदायको शान बनेको लिट्टी–चोखा अब राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा समेत लोकप्रिय बन्न पुगेको छ। सत्तुयुक्त लिट्टी उच्च प्रोटिन, फाइबर, आयोडिनयुक्त नुन, र भिटामिनयुक्त हुन्छ। चोखा यसको आदर्श संगति हो।

चोखा : आगोमा भुटिएको आलु, बैगन वा टमाटरमा नुन, हरियो खोर्सानी, लसुन, अदुवा, जिरा र तेल मिसाएर बनाइन्छ।

पोषण विश्लेषण : चोखा तेल कम प्रयोग हुने, भिटामिन C र फाइबरयुक्त स्वास्थ्यप्रद परिकार हो। आलु र बैगनमा पोटासियम र आयरन पाइन्छ।

मकुनी : मकुनी रोटी भोजपुरिया समुदायको एक परम्परागत परिकार हो, जुन विशेष गरी मधेस र लुम्बिनी प्रदेशमा लोकप्रिय छ। यो रोटी विभिन्न प्रकारका दालहरूको पिठो, मसला, र स्थानीय रूपमा उपलब्ध सामग्रीहरू प्रयोग गरेर बनाइन्छ। मकुनी रोटी पोषणयुक्त, स्वादिलो, र लामो समयसम्म भोक नलाग्ने गुणले भरिपूर्ण हुन्छ। विशेष पर्व, पूजा, भोज, तथा यात्राका अवसरमा यो परिकार बनाइने गरिन्छ।

मकुनी रोटी बनाउनका लागि आवश्यक सामग्रीहरू निम्नानुसार छन् :

पिठो : गहुँ, खेसारी, मसुरो, रहर, मटर, चना आदि दालहरूको पिठो
मसला : नून, पिसेको जीरा, थोरै ज्वानो
तरकारी : काटेको प्याज, हरियो खुर्सानी, हरियो धनिया
अन्य : कागतीको रस

बनाउने तरिका :

- सबै सामग्रीहरूलाई एकैपटक मिसाएर पिठो मुछ्ने।
- मोटोमोटो रोटी बनाएर तावामा सेक्ने।
- त्यसपछि चुलोको आगोमा बिस्तारै सेकिने।
- तयार भएको रोटीलाई यत्तिकै खान सकिन्छ वा आगोमा भुटेको आलु, भण्टा, प्याज, टमाटर, हरियो धनिया, हरियो खुर्सानी मिसाइएको चोखासँग पस्किन्छ।

मकुनी रोटी पूर्ण पौष्टिक खाना हो, जसमा कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, भिटामिन, फाइबर आदि तत्त्वहरू पाइन्छन्। यो नास्ताको रूपमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ र यात्रामा जाँदा सजिलैसँग खान सकिन्छ। मकुनी रोटी भोजपुरिया समुदायको सांस्कृतिक सम्पदा हो, जसले परम्परागत खानाको महत्त्वलाई झल्काउँछ।

लपटा : चामलको पीठोमा बेसार अलिकति चनाको वा कुनै दालको पिठो, नुन, जिरा, खुर्सानी, लसुन आदि राम्ररी घोलेर झोलिलो तरकारीको नाम हो लपटा। चामलमा अलिकति दाल भिजाएर राखिन्छ। सिलौटोमा पिँधेर लेदो बनाइन्छ। अनि प्याज, जिरा, लसुन, खुर्सानीको तडका दिएर पकाइन्छ। स्वादको लागि अलिकति दही समेत प्रयोग गर्न सकिन्छ। यो भात वा रोटिसित खाइन्छ। यो झटपट तयार पार्न सकिन्छ। दाल वा तरकारी तत्काल उपलब्ध नभएको अवस्थामा यो तरकारी निकै मिठो र उपयोगी हुन्छ। यो परम्परागत खाना हो।

डुबुकी : भोजपुरी– मधेसी समुदायमा दाल, बेसन र दहीका परिकारहरू परम्परागत रूपमा प्रचलित छन्। यी परिकारहरू स्वादिलो मात्र होइन, पौष्टिक पनि हुन्छन्। त्यही सन्दर्भमा, भोजपुरी क्षेत्रको प्रसिद्ध 'डुबकी कढ़ी÷ परिकार भोजपुरिया परिवेशमा पनि सजिलै समावेश गर्न मिल्ने परिकार हो। यसमा बेसन, दही, उडद दाल सामग्रीका रुपमा प्रयोग हुन्छन्।

प्रयोग हुने सामग्रीहरू

बेसन – १ कप
दही – २ कप (अलिकति अमिलो)
उडदको दाल – १ कप (रातभर भिजाएको)
लसुन – ५– ६ कली
हरियो खुर्सानी – २– ३ वटा
मेथीदाना – १ चम्मच
करी पत्ता – १०– १२ पत्ता
नुन – स्वादअनुसार
हल्का तेल – २ चम्चा
पानी – आवश्यकताअनुसार

क. डुबकी तयार पार्ने तरिका

उडद (मास) को दाल रातभर पानीमा भिजाउनुहोस्।
भिजाएको दालमा लसुन, हरियो खुर्सानी, नुन मिलाएर सिलौटो वा मिक्सरमा पिस्नुहोस्।
यो मिश्रणलाई सानो– सानो गोली बनाएर तेल बिना भापमा पकाउनुहोस् (स्टीमर प्रयोग गर्न सकिन्छ)

ख. कढ़ी बनाउने तरिका

एक गहिरो भाँडोमा २ चम्चा तेल तताउनुहोस्।
तेलमा मेथी, करी पत्ता र खुर्सानी हालेर भुट्नुहोस्।
त्यसमा बेसन, दही, नुन मिसाएर राम्ररी घोल तयार गर्नुहोस्।
यस घोललाई भुटेको मसालामा हालेर मध्यम आँचमा उमाल्नुहोस्।
कढ़ी उम्लिन थालेपछि स्टीम गरेको डुबकी (वड़ी) हाल्नुहोस् र केही समय सँगै पकाउनुहोस्।

पस्किने तरिका

यो परिकारलाई तातो– तातो चामल वा रोटीका साथ पस्कन सकिन्छ। चाहेको खण्डमा थोरै धनियाँ पात राख्न सकिछ।

पौष्टिकता

उडदको दाल – प्रोटिन, आइरन र फाइबरको उत्कृष्ट स्रोत हो। यो स्त्रीहरू, वृद्धहरू र बालबालिकाका लागि उडद लाभकारी हुन्छ।

दही – प्रोबायोटिक भएको कारण यसले पाचनमा सहयोग गर्छ।

बेसन – कार्बोहाइड्रेट र प्रोटिनयुक्त आहारको स्रोत हो, जुन लामो समयसम्म तृप्ति दिन्छ।

यो सम्पूर्ण परिकार न्यून तेलमा पकाइने भएकाले स्वास्थ्यको दृष्टिले हल्का र सुपाच्य मानिन्छ।

सांस्कृतिक सन्दर्भ

भोजपुरिया परम्परामा विवाह, छठपर्व, मुण्डन संस्कार जस्ता अवसरमा दाल– बेसन आधारित परिकार बनाइन्छ। त्यही क्रममा 'डुबकी कढ़ी÷ पनि आधुनिक रूपान्तरणका साथ भोजपुरिया भान्सामा समेटिन थालेको पाइन्छ। यो परिकार विशेषगरी शाकाहारी पर्वहरूमा लोकप्रिय हुनसक्छ।

रिकवच

रिकवाच अर्को स्वादिलो भोजपुरी नास्ता हो जुन सावन भदौ वा अन्य महिनामा पनि तयार गरिन्छ। पतरा, पत्रा वा रिकवच जस्ता धेरै नामले चिनिने यो व्यंजन वर्षा ऋतुमा देशभरि मन पराइन्छ। अरुई दुधियाको पात स्वास्थ्यका लागि धेरै लाभदायक हुन्छन् र यी करकटे र स्वादिलो भुजिया हाम्रो खानामा यसलाई समावेश गर्ने एक प्रचलित तरिका हो।

विधिः

१. भिजाएको चामल र दाललाई सबै मसलासहित पिस्नुहोस्।
२. अरुई/दुधियाको पात धोएर पखाल्नुहोस् र सुकाउनुहोस्। ठूलो थालमा एउटा पात राखेर त्यसमा दालको मिश्रण समान रूपमा लगाउनुहोस्।
३. अर्को पात त्यसको माथि राखेर मिश्रण लगाउनुहोस्। बाँकी पातहरूसँग पनि यसैगरी दोहोऱ्याउनुहोस्।
४. पातलाई सावधानीपूर्वक बेल्नुहोस् र छेउहरू राम्ररी टाँस्नुहोस् ताकि भर्ना बाहिर नझरोस्।
५. यसलाई स्टीमरमा २५– ३० मिनेट पकाउनुहोस्। पकाइसकेपछि निकालेर चिसो हुन दिनुहोस्।
६. समान टुक्कामा काटेर मध्यम तापनमा हल्का तेलमा सुनौलो र करकटे हुनसम्म फ्राई गर्नुहोस्।

लौकभत्ता

मधेशी भेगको पारम्परिक खानामा लौकभत्ता एउटा निकै लोकप्रिय र सुलभ व्यंजन हो। यसमा लौका, चामल, चिनी र दूध मुख्य सामग्रीका रूपमा प्रयोग हुन्छन्। लौका र चामललाई अलिकति चिनी र दूधसँग मिसाएर झोलदार भात तयार गरिन्छ, जसलाई स्थानीय भाषामा "लौकभत्ता" भनिन्छ। यो परिकार सहज तर स्वादिष्ट र पौष्टिक हुन्छ। लौकभत्ताको विशेषता यसको सरलता र पौष्टिकतामा निहित छ। लौका भनेको तरकारीको रूपमा कम क्यालोरी र बढी फाइबर हुने भाँडा हो, जसले पाचनलाई राम्रो बनाउँछ। चामलमा कार्बोहाइड्रेट हुन्छ जुन शरीरलाई ऊर्जा प्रदान गर्छ भने दूधले प्रोटिन र क्याल्सियमको स्रोतको रूपमा काम गर्छ। चिनीले हल्का मिठास थपेर स्वादिलो बनाउँछ। यसले खानामा सन्तुलित पोषण दिन्छ जुन खासगरी मधेशी गाउँघरका मानिसहरूको दैनिक खानामा उपयुक्त हुन्छ। यो परिकारलाई जिरा र रातो खुर्सानीको तड्का दिएर पकाइन्छ। जिराको तड्का खानेकुरामा विशेष स्वाद र सुगन्ध थप्ने काम गर्छ भने रातो खुर्सानीले हल्का तिखोपन दिन्छ। यसरी तयार गरिएको लौकभत्ता प्रायः खाजा वा खाना रूपमा खान सकिन्छ। मधेशी क्षेत्रका मानिसहरूले यसलाई अत्यन्त माया गर्ने गर्दछन् र यो कुनैपनि बेला सजिलै तयार गर्न सकिने खाद्य वस्तु हो। स्थानीय उत्पादनहरूमा आधारित यस व्यंजनको तयारी सजिलो, छिटो र सस्तो पर्छ। यसले आर्थिक रूपमा पनि ग्रामीण परिवारहरूलाई सहयोग पुऱ्याउँछ। साथै, यसको स्वाद र पौष्टिकताको कारणले गर्दा यो भोज तथा अन्य सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा पनि मुख्य परिकारको रूपमा प्रस्तुत गरिन्छ। लौक भत्ता मधेशी खानामा एउटा स्वस्थ र स्वादिलो विकल्प हो, जसले परम्परागत भोजन संस्कृतिलाई अझ मजबुत बनाउँछ।

कोहड भत्ता

मधेशी लोकजीवनमा मौसमी तरकारीलाई सदुपयोग गरेर बनाइने परिकारहरू स्वाद र पोषणका दृष्टिले विशेष मानिन्छन्। त्यस्तै एक सरल, सुलभ र स्वादिलो परिकार हो —कोहड भत्ता। यो परिकार बनाउने तरिका लौक

भत्तासँग धेरै हदसम्म मिल्दोजुल्दो हुन्छ। फरक यतिमात्र हो कि लौकाको सट्टामा पाकेको कोहड (फर्सी) प्रयोग गरिन्छ। कोहड भत्ता तयार गर्न पाकेको कोहडलाई स-साना टुक्रामा काटिन्छ। त्यसपछि चामल, दूध, र अलिकति चिनीलाई कोहडसँग मिसाएर हल्का झोलदार बनाइन्छ। यसमा स्वाद अनुसार नुन राखिन्छ। परिकारलाई अझ स्वादिलो बनाउन जिरा र रातो खुर्सानीको तेल वा घिउमा तड्का दिइन्छ। यही तड्का यस परिकारको पहिचान हो —जसले यसको स्वादमा एउटा सुगन्धित र मनमोहक तिखोपन थप्छ। कोहड आफैंमा भिटामिन ए, फाइबर, र एन्टिअक्सिडेन्टले भरिएको तरकारी हो। यो पचाउन सजिलो, शरीरलाई चिसो बनाउने र रक्तचाप नियन्त्रणमा सहयोग पुऱ्याउने गुणले भरिएको हुन्छ। दूध, चामल, चिनी र कोहडको संयोजनले यो भत्ता निकै पौष्टिक बनाउँछ, जुन साना बच्चादेखि वृद्धसम्मका लागि उपयुक्त हुन्छ। यो परिकार खासगरी मधेशका गाउँघरमा बिहानको खाजा, दिउँसोको हल्का खाना वा साँझको सस्तो र सरल भोजनको रूपमा बनाइन्छ।

दलफरा / दाली मेंकर दुलहा

भोजपुरी मधेसी समुदायमा एक अनौठो नामले परिचित परिकार छ —"दाली मेंकर दुलहा"। नाम सुन्दा अलि रमाइलो लाग्न सक्छ, तर स्वाद, पोषण र सांस्कृतिक महत्त्वका हिसाबले यो परिकार गम्भीर रूपमा लाजवाब र मूल्यवान छ। दालको भाँडोमा (दाली) भुलेर हालिएको दुलहा÷ भन्ने हास्यशैलीमा यस परिकारको नामाकरण गरिएको भए पनि, यो भोजन भोजपुरिया भान्साको गौरव हो।

मुख्य विशेषता

यो परिकार दाल (प्रायः अरहर वा मसुर दाल) मा गहुँको आटा वा मकैको पिठोबाट बनाइएको साना आकारका पकवानहरू (दुलहा) मिसाएर पकाइन्छ। दुलहा भन्नाले ती साना आटाका टुक्राहरू जनाइन्छ जुन दालमा राखेर पकाइन्छ, र तिनलाई दुलहाको रूपमा लजालु प्रेमका रूपमा चित्रण गरिएको हुन्छ।

सामग्रीहरू

आधा कप अरहर वा मसुर दाल
आधा कप गहुँको आटा
नुन, बेसार, हिंग
लसुन, प्याज, हरियो खुर्सानी
कसुरी मेथी, घिउ
जिरा, राइ, साबुत रातो खुर्सानी
कागती र धनियाँ पात

विधि

दाललाई पकाइन्छ र गहुँको पिठोबाट साना गोलो वा डम्बल आकारका टुक्राहरू (दुलहा) बनाइन्छ। यी दुलहाहरू दालमा हालेर मध्यम आँचमा राम्ररी उमालिन्छ। त्यसपछि प्याज, लसुन, खुर्सानी, र मसालासहितको तड्का तयार गरी दालमा मिसाइन्छ। अन्त्यमा हिङ, राइ र घिउको अर्को तड्का दिइन्छ।

पस्किने तरिका

कागती र काटिएको धनियाँले सजाएर सादा भातसँग वा अचम्म स्वादमा रोटीसँग पनि पस्किन्छ।

सांस्कृतिक महत्त्व

"दाली में मेंकर दुलहा" भोजपुरिया समुदायको हास्य, परम्परा र स्वादको अनौठो संगम हो। यो परिकारले खाना मात्र होइन, संस्कार पनि बाँड्दछ।

सत्तु

भुटेको चना वा मकै पिसेर बनाइने सत्तु भोजपुरिया घरमा विशेष गरी गर्मी याममा अत्यन्त लोकप्रिय पेय हो।

पोषण विश्लेषणः सत्तुमा प्रोटिन, फाइबर, आइरन, म्याग्नेसियम, र पाचनशक्ति सुधार्ने गुण हुन्छ। सत्तु सेवनले डिहाइड्रेशनबाट जोगाउँछ।

५.२ पर्व विशेष परिकारहरूको सामाजिक र पोषण पक्ष

ठेकुवा/थोकवा/खस्ता

छठ पर्वमा मुख्य परिकारको रूपमा बनाइने ठेकुवा गहुँको पीठो, घिउ र खोवा बाट तयार गरिन्छ। विभिन्न चाडपर्वमा आफ्नो घरमा आएका चेलीबेटीलाई माइतबाट उपहार स्वरूप यस्तो परिकार पकाएर दिने चलन छ।

पोषण विश्लेषण

कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, फ्याट र क्यालिसियमयुक्त यो परिकारले पर्वमा ऊर्जाको पूर्ति गर्छ।

दलफरा/दलपिठ

नेपालीय भोजपुरिया समाजको बहुसांस्कृतिक र विविध परिकारहरूको अनमोल विधि मध्ये, फराले विशेष स्थान ओगट्छ। यस परिकारले नेपाली र विशेष गरी मधेशी (भोजपुरी) संस्कृति र तिनको पाककला परम्परालाई जीवन्त बनाएको छ। प्राचीन कालदेखि नै दीपावलीको अवसरमा विशेष गरी भाइटीकाको दिन दिदीबहिनीहरूले आफ्ना दाजुभाइहरूलाई आफ्नै हातले पकाएर खुवाउने चलनले यस परिकारलाई सांस्कृतिक र धार्मिक महत्त्व प्रदान गरेको छ।

फराको प्रकार

फरा दुईप्रकारमा विभाजित हुन्छः सादा फरा र दालको पिठो भरिएको फरा। सादा फरा साधारण रूपमा चामलको पिठोबाट तयार गरिन्छ, जसलाई लम्बाकार, बर्फी, पेडा वा लड्डु आकारमा ढालिन्छ। अर्को प्रकार भनेको दालको पिठो भरिएको फरा हो, जसलाई अर्धचन्द्राकार वा मोमोजस्तै आकारमा बनाइन्छ। यो परिकार विशेष गरी सुपाच्य, पौष्टिक र स्वास्थ्यवर्धक मानिन्छ।

फराको निर्माण प्रक्रिया

फरा बनाउनका लागि सर्वप्रथम दाल (प्रायः चना वा हरियो मुङ) लाई पानीमा भिजाएर सिलौटोमा पिसिन्छ। यसरी प्राप्त हुने दालको मिहिन पिठोलाई मसला, नुन, अदुवा, लसुन आदि मिसाएर स्वादिष्ट बनाइन्छ। चामलको पिठोलाई पानीसँग मिसाई नरम र लोचदार बनाइन्छ। यो मिश्रणलाई सानो आकारमा गोलो वा

चन्द्राकार बनाई भित्र दालको मिश्रण भरिन्छ। अचेल यसलाई सिधै बाफमा पकाइन्छ, जुन परम्परागत हाँडीमा पकाउने विधिको आधुनिक रूप हो।

पारम्परिक पकाउने विधि

प्राचीन कालमा, फरालाई पकाउन हाडीमा पानी उमालेर त्यसको माथि प्वाल भएको ढकिया राखिन्थ्यो। ढकियामाथि शुद्ध सुती कपडा राखेर त्यसमा फरा राखिन्थ्यो। यसरी तहगत रूपमा फरालाई राखी माथिबाट थालीले ढाकेर पकाइन्थ्यो। अहिले भने आधुनिक भाँडाकुडा र ग्याँस चुलो प्रयोग गरी फरालाई सजिलै पकाउन सकिन्छ।

स्वास्थ्य र पोषण

फरा केवल स्वादिष्ट मात्र नभई अत्यन्त पौष्टिक परिकार पनि हो। यसमा प्रयोग हुने दालले प्रोटिन, फाइबर र विभिन्न भिटामिनहरूको स्रोत प्रदान गर्छ, जबकि चामलको पिठोले ऊर्जाको मात्रा थप्छ। यो परिकारमा तेल र मसलाको प्रयोग नगर्ने हुँदा सुपाच्य र स्वास्थ्यवर्धक रहन्छ। यसलाई आलु, परवल, टमाटर, र बेसारयुक्त झोलदार तरकारी वा विभिन्न अचारहरूको साथमा खाइन्छ।

फराको सांस्कृतिक महत्त्व

फरा केवल एक परिकार मात्र नभई नेपाली समाजमा भाइबहिनीको आत्मिय सम्बन्ध र प्रेमको प्रतीक हो। विशेष गरी दीपावलीमा दिदीबहिनीहरूले आफ्ना दाजुभाइलाई यो परिकार खुवाउँदै उनीहरूको दीर्घायु र सुखमय जीवनको कामना गर्ने चलनले यसलाई थप पवित्र बनाएको छ। यसरी फरा केवल पेट भर्ने खानेकुरा मात्र होइन, भावनात्मक र सांस्कृतिक धरोहर हो।

५.३ संस्कार भोजन

जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कारहरू र विभिन्न अवसरहरूमा विशेष प्रकारका परिकारहरूको प्रयोग गरिन्छ। यी परिकारहरूले धार्मिक, सांस्कृतिक, र सामाजिक अर्थ राख्छन् र यसलाई समुदायको संस्कार र परम्परामा महत्त्वपूर्ण स्थान प्राप्त छ। तल जन्मदेखि मृत्युसम्मका विभिन्न संस्कार र अवसरहरूमा प्रयोग गरिने खानेकुराहरूको विस्तृत विवरण दिइएको छः

भोजपुरिया मधेसी समुदायमा जीवनका विभिन्न संस्कारहरू विशेष परिकारहरूको माध्यमबाट सामाजिक, सांस्कृतिक र पोषण पक्षलाई समेट्ने गरी सम्पन्न गरिन्छ। जन्म संस्कारको अवसरमा बच्चा जन्मिएको खुसीमा महिलाहरूलाई घरमा बोलाइन्छ र परम्परागत सोहर गीत गाएर खुर्मा वा लड्डु वितरण गरिन्छ। त्यस्तै, दाल–भात, पकौडा, मुरब्बा, बखौरीजस्ता परिकारहरू पकाएर सामूहिक रूपमा उपभोग गरिन्छ। नामकरण संस्कारमा खीर, पुरी, आलु तरकारी, बतासा, पञ्जिरी जस्ता मिठाइँ र पकवानहरू पाहुनालाई पस्किने चलन छ। अन्नप्राशन संस्कारमा शिशुलाई सजिलो, सुपाच्य खीर वा हलुवा जस्ता परिकार खुवाइन्छ, जसमा प्रोटिन, क्यालिसियम र आइरन प्रशस्त पाइन्छ। कर्णविधन संस्कारमा शरीरलाई सन्तुलनमा राख्ने ऊष्ण प्रभाव पार्ने खाना जस्तै घिउयुक्त खाना र सुपाच्य सब्जीहरू खुवाइन्छ। मुण्डन संस्कारमा पुरी, खीर, तरकारी, मिठाई आदिको परिकार राखिन्छ, जसले शरीरमा ऊर्जा र पोषण दिन्छ। यज्ञोपवित संस्कारमा सात्विक भोजन जस्तै खीर, पुडी, सब्जी र

मिठाइको संयोजन गरिन्छ, जुन धार्मिक पवित्रतासँगै ऊर्जा प्रदान गर्छ। विवाह संस्कारमा विभिन्न चरणहरूमा पारंपरिक भोजको आयोजना गरिन्छ, जसमा क्षेत्रीय स्वाद र विविधता झल्कने परिकारहरू बनाइन्छ। अन्ततः मृत्युसंस्कारमा ब्रह्मभोजको अवसरमा चिउरा, दही, भेली, कटहरको तरकारी, पुरी र नुक्ती मिठाई जस्ता परिकार खुवाइन्छ, जसले समर्पण, एकता र परम्पराको सम्मान प्रकट गर्छ। यी सबै परिकारहरूले भोजपुरिया संस्कारहरूको सामाजिक भाव, सांस्कृतिक गहिराइ र पोषण चेतनालाई सजीव रूपमा प्रतिबिम्बित गर्छन्।

६.३ मौसमी परिकारहरू शरीर र मौसमबीचको सामञ्जस्य

यस सम्बन्धमा भोजपुरी क्षेत्रका सुप्रसिद्ध कवि तथा मौसमविद् *घाघ*का कविता र उक्तिहरू निकै सान्दर्भिक देखिन्छन्, जस्तै : उनले निम्न खानेकुराहरू स्वास्थ्यको लागि हानिकारक हुने बताएका छन्।

चैते गुण बैशाखे तेल जेठे पन्थ असाढे बेल
सावन साग न भादो दही क्वार करेला न कातिक महि
अगहन जिरा पुसे घना माघे मिस्री फागुन चना
यी १२ जे देय बचाय वह घर वैद्य कबहुँ न जाय

घुघुरी : चना, मसला, अदुवा-लसुनबाट तयार गरिने घुघुरी गाउँघरमा नियमित नास्ता हो। नागपञ्चमी पर्वको अवसरमा बिहान अनिवार्य रुपमा सबैको घरमा यो परिकार पकाइन्छ।

पोषण विश्लेषण : चनामा प्रोटिन, घुलनशील फाइबर, र भिटामिन B9 पाइन्छ। लसुन र अदुवाले रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति बढाउँछ।

५.४ अन्य अवसरका परिकारहरु

व्रत– उपवास

व्रतमा फलाहारी खाना खाइन्छ-सिंगाड़ा पिठोको हलुवा, आलुको तरकारी, दूध, फलफूल।

पोषण विश्लेषणः फलफूल र दूधबाट शरीरमा भिटामिन, क्यालिसियम, एन्टिअक्सिडेन्ट पाइन्छ।

छठ पर्व

भोजपुरिया मधेसी समुदायको सबैभन्दा पवित्र र धार्मिक पर्वहरूमध्ये एक छठ पर्व हो, जसमा सूर्य भगवान र छठी मइयाँको पूजा गरिन्छ। विशेष गरी नेपालका लुम्बिनी प्रदेश अन्तर्गत रूपन्देही, नवलपरासी र कपिलवस्तु जिल्लामा यो पर्व अत्यन्त श्रद्धा र आस्थाका साथ मनाइन्छ। छठ पर्वमा बनाइने प्रत्येक परिकार धार्मिक, सांस्कृतिक र स्वास्थ्य– सम्बन्धी दृष्टिकोणले महत्वपूर्ण मानिन्छ।

१. ठेकुवा/थोकवा/खस्ताः

छठ पर्वमा सबै घरमा बनाइने प्रमुख प्रसाद परिकार हो ठेकुवा। यसलाई गहुँको पिठो, गुड़, नरिवलको किस्सा, साउँफ र कहिलेकाहीं सुकमेल (काजु, किसमिस) मिसाएर तयार गरिन्छ। हातले वा विशेष साँचा प्रयोग गरेर टिक्की आकारमा बनाइन्छ र देसी घिउमा तारिन्छ। पूजा पछाडि ठेकुवालाई प्रसाद स्वरूप बाँडिन्छ।

२. गुड़को खीर (रसियाव)

चामल, दूध र गुड़ मिलाएर बनाइने यो खीर छठ पर्वको पूजा थालीको अभिन्न अङ्ग हो। यसलाई 'रसियाव' भनिन्छ। चिनीको सट्टा गुड़को प्रयोगले खीर स्वास्थ्यवर्द्धक मात्र होइन, परम्परागत स्वादयुक्त पनि बनाउँछ। सूर्य देवतालाई अर्पण गरिने प्रमुख परिकारमध्ये यो पनि एक हो।

३. लौकाको सब्जी

व्रतको दिनमा बनाइने सात्त्विक परिकारमध्ये लौकाको तरकारी प्रमुख हुन्छ। यो घिउ, सेंध नून (सेन्धा नमक) र जीरामा पकाइन्छ। व्रतीले व्रत खोल्ने बेला पुरीसँग खाइने परिकार हो।

४. पुरी : यो गहुँ पिसेर बनाइएको आटोलाई शुद्ध घिउमा तारेर बनाइने परिकार हो। छठ पर्वमा विशेष रूपमा पुरिका लागि गहुँलाई घरमै पिस्ने चलन अझै पनि भोजपुरिया समुदायमा कायम छ।

५. हरा चना (हरियो चनाको तरकारी)

छठ पूजा थालीमा हरियो चना पनि राखिन्छ। रातभर पानीमा भिजाइएको चनालाई घिउ, जीरा र हरियो खुर्सानीमा भुटेर बनाइन्छ। यो हल्का, पौष्टिक र पाचनमैत्री परिकार हो, जसलाई पूजा पछाडि प्रसादका रूपमा बाँडिन्छ।

सक्रान्ति पर्व

रामदाना, भुजा र तिलको लड्डू, सखरखण्ड जस्ता परिकारहरू परम्परागत रूपमा खाने गरिन्छ। मौसमको हिसाबले यस्ता परिकारहरू निकै स्वास्थ्यकर मानिन्छन्।

पोषण विश्लेषण

तिलमा आयरन, क्यालिसियम पाइन्छ। जुन हाम्रो स्वास्थ्यको लागि हितकर मानिन्छ।

होली, नागपञ्चमी पर्व

गुझिया

भोजपुरिया मधेसी समुदाय नेपालको तराई क्षेत्रमा बसोबास गर्ने एक समृद्ध सांस्कृतिक पहिचान भएको समुदाय हो, जसको परम्परागत परिकारहरूमध्ये 'गुझिया÷ विशेष पर्वहरू, विशेषतः होली, तिहार वा विवाह समारोहहरूमा अनिवार्य रूपमा बनाइने मिठाइ हो। यो परिकार विशेषगरी सोठीयहवा (जसमा चोटको पाउडर राखिन्छ), सुजियहवा (जसमा सुजी को हलुवा राखिन्छ) र खोवावाला (जसमा दूधबाट बनाइएको शुद्धखोवा राखिन्छ) गरी तीन प्रकारको हुन्छ।

बनाउने विधि

१. मैदा मुछने प्रक्रिया

मैदामा ३ चम्मच घिउ हालेर राम्ररी मिसाउनुहोस्। त्यसपछि आवश्यक मात्रामा गुनगुना पानी हालेर नर्म गुँथ्नुहोस्। गुँथिएको मैदालाई गीला कपडाले छोपेर केही समय छायाँमा राख्नुहोस्।

२. गुझिया बनाउने प्रक्रिया

गुँथिएको मैदाबाट बराबर साना लोला बनाएर प्रत्येकलाई पतलो बेल्नुहोस्।

प्रत्येक बेलिएको रोटिमा चिसो भएको खोवा को मिश्रण राख्नुहोस् र गुझियाको आकारमा बन्द गर्नुहोस्। छेउहरू राम्ररी चिप्काउनुहोस् ताकि पकाउँदा मिश्रण बाहिर निस्कन नपाओस्।

तयार गुझियालाई हल्कासँग नुहाइएको कपडाले छोपेर राख्नुहोस्।

३. पकाउने तरिका

कडाहीमा घिउ तताउनुहोस्। गुझियाहरूलाई मध्यम वा स्लो आँचमा दुवैतर्फ सुनौलो हुने गरी तार्नुहोस्। तयार गुझियालाई तातो-तातो छानिएर पस्किनुहोस्।

पोषण पक्ष

गुझिया स्वादिष्ट परिकार मात्र नभई ऊर्जा प्रदान गर्ने एक स्रोत पनि हो। खोवा र मेवा यसमा प्रोटिन, फ्याट, र खनिजको राम्रो स्रोत हुन्।

गुलगुला : गुलगुला भोजपुरी मधेसी समुदायको एक परम्परागत र अत्यन्तै लोकप्रिय मिठो परिकार हो, जुन विशेषगरी होली, नागपञ्चमी, पूजापाठ, मुण्डन जस्ता सांस्कृतिक पर्व र संस्कारका अवसरमा बनाइन्छ। यो परिकार सामान्यतया गाउँको गहुँ वा जौंको पिठो प्रयोग गरेर तयार गरिन्छ। पिठोलाई गुँड, अलैचीको धुलो, अलिकति मरिचको धुलो हालेर राम्ररी मुछिन्छ र त्यसलाई घिउ वा तेलमा फ्राइ गरिन्छ। पाकिसकेपछि गुलगुलालाई परम्परागत ढकियामा राखेर पाहुना तथा परिवारका सदस्यलाई कटौरामा पस्किन्छ, जुन आत्मीयता र सांस्कृतिक गौरवको प्रतीक हो। पौष्टिकताको दृष्टिले हेर्दा, गुलगुला अत्यन्त मूल्यवान परिकार मानिन्छ। गहुँ वा जौंको पिठोमा फाइबर, भिटामिन 'बि' समूह र म्याग्नेसियम पाइन्छ, जसले पाचन प्रणालीलाई सुदृढ बनाउँछ। गुँड आइरन, क्याल्सियम र एन्टिअक्सिडेन्टको स्रोत हो, जसले रगतमा हेमोग्लोबिन बढाउन सहयोग गर्छ। अलैची र मरिच पाचनशक्ति सुधार्न उपयोगी हुन्छन्, जबकि घिउले शरीरलाई तात्त्विक बोसो र ऊर्जा प्रदान गर्छ।

मुहर्रम पर्व (हिन्दू र मुस्लिमको साझा पर्व)

मलिदा रोटी : मुहर्रम चाडको अवसरमा प्रचलित 'मलिदा रोटी÷ मधेसी भोजपुरी समुदायमा एक लोकप्रिय लोक परिकारका रूपमा चिनिन्छ। यो परिकार विशेषगरी मुस्लिम समुदायमा श्रद्धा र प्रसादको रूपमा बनाइने भए पनि हिन्दू समुदायका मानिसहरूले पनि श्रद्धाका साथ उपभोग गर्ने गर्दछन्। यस परिकारमा गहुँ वा चामलको पिठोबाट बनेका रोटीहरूलाई सुकुटो बनाई घिउ, गुँड (वा चिनी), सुकमेल (जस्तै काजु, बदाम, किसमिस) र इलायची हालेर तयार गरिन्छ। कोही कोहीले यसलाई दूधमा हालेर केही समयसम्म राखेपछि खाने गर्दछन्। मलिदा रोटी स्वादिष्ट मात्र नभई पौष्टिकताले भरिपूर्ण हुन्छ —गहुँको पिठोबाट पाइने फाइबर र कार्बोहाइड्रेट, घिउबाट प्राप्त हुने ऊर्जा, गुँडबाट आइरन र एन्टिअक्सिडेन्ट र सुकमेलबाट पाइने प्रोटिन, भिटामिन र खनिजहरूले यसलाई सम्पूर्ण र सन्तुलित परिकार बनाउँछन्। मलिदा रोटी केवल परिकार मात्र नभई

सांस्कृतिक सहिष्णुता, सद्भाव र साझा परम्पराको प्रतीक पनि हो, जसले मधेसको धार्मिक र सांस्कृतिक विविधतालाई समेटेको छ।

तिलचउरी : तिलचउरी मुहर्रम पर्वमा विशेष रूपमा बनाइने एक परम्परागत परिकार हो, जुन भोजपुरी मधेसी समुदायमा निकै प्रचलित छ। यस परिकारलाई भक्तजनहरूले आ– आफ्नो ताजियाको अगाडि कचौरामा राखेर श्रद्धापूर्वक प्रसादको रूपमा बाँड्ने चलन छ। तिलचउरी बनाउनका लागि तिल, चामल, गुँड, घिउ, अलिकति मरिच र सुकमेल आदि मिसाइन्छ। यो परिकार स्वादमा मात्रै होइन, पौष्टिकतामा पनि भरिपूर्ण हुन्छ। तिलमा प्रशस्त मात्रामा क्यालसियम, फलाम, र भिटामिन 'ई' पाइन्छ, जसले हड्डी मजबुत बनाउन सहयोग गर्छ, चामल कार्बोहाइड्रेटको स्रोत हो, जसले शरीरलाई ऊर्जा प्रदान गर्छ। गुँडले आइरन र एन्टिअक्सिडेन्ट दिन्छ भने घिउले तात्त्विक बोसो र ऊर्जा आपूर्ति गर्छ। यिनै तत्वहरूको संयोजनले तिलचउरीलाई धार्मिक मात्र होइन, स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले पनि एक महत्वपूर्ण परिकार बनाएको छ।

भोजपुरी परम्परागत मिठाईहरू

नेपालको तराई क्षेत्रमा बसोबास गर्ने भोजपुरी भाषी मधेसी समुदायको जीवनशैली, संस्कृति र परम्परामा मिठाईहरूको विशेष स्थान रहेको पाइन्छ। धार्मिक चाडपर्व, पारिवारिक समारोह, विवाह, उपवास तथा सामाजिक जमघटहरूमा यिनै परम्परागत मिठाईहरू अनिवार्य रूपमा प्रस्तुत गरिन्छन्। यी मिठाईहरू केवल स्वादको विषय होइनन्, यिनीहरू एक मौलिक सांस्कृतिक सम्पदा हुन् जसले समुदायको पहिचान, परम्परा र सामाजिक समरसतालाई जीवन्त बनाउँछन्। यस्ता मिठाईहरू प्रायः घरमै बनाइने हुनाले ताजा, मौलिक तथा पौष्टिक हुने गर्छन्। यस लेखमा भोजपुरिया समुदायमा लोकप्रिय र विशेष स्थान राख्ने केही प्रमुख मिठाईहरूको वर्णन, तयारी विधि तथा तिनमा पाइने पौष्टिक पक्षको समेट चर्चा गरिएको छ।

इमरती : यो भोजपुरिया मधेसी समुदायको एक विशिष्ट मिठाई हो जुन विशेष पर्व, विवाह, तीज, छठ आदिमा बनाइन्छ। यो मिठाई विशेष गरी गहुँ वा चामलको पिठो र मासको दालको मिश्रणबाट तयार गरिन्छ। उडद (मास)को दाललाई केही घण्टा पानीमा भिजाएर नरम बनाइन्छ र त्यसपछि मिक्सरमा पिसेर एकसमान घोल तयार गरिन्छ। उक्त घोलमा अलिकति चिनी, केसर, पिसेको इलाइची, खाने कपुर र लौंग हालेर चिल्लो बनाउनका लागि अलिकति घ्यू मिसाइन्छ। तत्पश्चात उक्त मिश्रणलाई कपडामा राखेर फूल वा चक्राकार आकृतिमा तातो घ्युमा छोडेर धीमा आँचमा तल्लिन्छ। जब इमरती सुनौलो रङको बन्छ तब यसलाई निकालेर चिनीको गाढा रसभित्र डुबाइन्छ। चासनीले भरिएको इमरतीलाई केही समयसम्म डुबाएर राखिन्छ जसले गर्दा त्यो रसले पूर्ण रूपमा भिजोस्। इमरतीमा प्रोटिन (दालबाट), कार्बोहाइड्रेट (चिनी), तथा थोपा मात्रामा लिपिड (घ्यु वा तेल) पाइन्छ। यो परिकारले तत्काल ऊर्जा प्रदान गर्छ, विशेष गरी धार्मिक उपवासपछि शरीरलाई ऊर्जा पुनः प्राप्त गर्न उपयोगी मानिन्छ।

जिलेबी : जिलेबी कुण्डलाकार मिठाई हो, जुन भोजपुरिया मधेसी समुदायमा विशेष पूजा, व्रत र सामाजिक समारोहहरूमा बनाइन्छ। यसको तयारीका लागि गहुँको मैदामा इष्ट (खमीर), चिनी र पानी मिसाएर झोल तयार गरिन्छ। यस घोललाई १०– १२ घण्टा फेर्मेन्ट गरिन्छ ताकि खमीर उठोस् र जलेबी फुल्लो होस्। तत्पश्चात यस घोललाई झोक्के झोलबाट तातो घ्युमा कुण्डलाकार पारेर छोडिन्छ र सुनौलो रङ नआउञ्जेल तल्लिन्छ। तयार जलेबीलाई तत्क्षणै गाढा चासनीमा डुबाइन्छ। चासनीले भिजेपछि यसको रचना बाहिरबाट

कुरकुरे र भित्रबाट रसयुक्त हुन्छ। जलेबी मुख्यतया कार्बोहाइड्रेट र चिनीबाट बनेको हुनाले तत्काल ऊर्जा प्रदान गर्छ। तर यसमा फाइबर वा प्रोटिनको मात्रा कम भएकाले नियमित र अत्यधिक सेवन स्वास्थ्यका लागि उपयुक्त हुँदैन।

लड्डु : लड्डु भोजपुरिया समुदायमा सबैभन्दा धेरै रुचाइने र विविध अवसरहरूमा प्रयोग गरिने मिठाई हो। यो बेसन, गहुँको पिठो, तिल-गुड़ वा मोतीचूरबाट बनाइन्छ। विशेष गरी तिल-गुडको लड्डु माघे संक्रान्तिमा र बेसन वा मोतीचूरको लड्डु पूजा वा भोजमा प्रचलित छ। लड्डु बनाउन बेसनलाई घ्युमा भुटिन्छ, जबसम्म यसको रंग फिक्को सुनौलो बन्दैन। तत्पश्चात यसमा चिनी मिलाइन्छ, स्वादका लागि इलाइची पिसिन्छ र अलिकति बदाम, काजु, किसमिस राखिन्छ। चिसो भएपछि हातले गोलो आकार दिइन्छ। लड्डुमा प्रोटिन, फाइबर, बोसो र आयरन जस्ता पोषक तत्वहरू पाइन्छन्। तिल र गुड़बाट आयरन तथा मिनरल्स मिल्छ भने बेसनले प्रोटिन पूर्ति गर्छ।

पेड़ा : पेड़ा विशेष अवसरमा पूजाका लागि बनाइने पारम्परिक मिठाई हो। खोवा (मावा) र चिनीको मिश्रणलाई मध्यम तापमा घ्युमा हालेर हल्लाउँदै पकाइन्छ। पाक्दा–पाक्दै गाढा भएपछि त्यसमा इलाइचीको धुलो, केसर र कहिलेकाहीं बदामको टुक्रा मिसाइन्छ। मिश्रण गाढा र सशक्त भएपछि यसलाई गोलो वा चेप्टो आकारमा बनाई सजाइन्छ। पेड़ामा उच्च मात्रामा क्यालिसयम, प्रोटिन र बोसो पाइन्छ। खोवा दूधबाट बनाइने भएकाले यसमा दुग्धजन्य सम्पूर्ण पोषक तत्वहरू उपस्थित हुन्छन्। चिनीको मात्रा उच्च हुने भएकाले मधुमेह भएका व्यक्तिहरूका लागि यो मिठाई सिमित मात्रामा खान सल्लाह दिइन्छ।

बालुशाही : बालुशाही भोजपुरिया समुदायको परम्परागत रिट्रिट मिठाई हो जसलाई मेला, बिहे तथा दशैं-तिहार जस्ता ठूला चाडपर्वमा बनाइन्छ। यसमा गहुँको पिठो, घ्यु, दही, बेकिङ सोडा मिसाएर नरम आटा गुँथिन्छ। उक्त आटालाई सानो–सानो लोइामा बनाई बीचमा हल्का प्वाल पारिन्छ। यो मिश्रणलाई धीमा आँचमा गाढा घ्युमा तारिन्छ जसले गर्दा बाहिर कुरकुरे र भित्र नरम हुन्छ। तरेपछि बालूशाहीलाई चिनीको चासनीमा डुबाएर केही समयपछि निकालिन्छ। बालूशाहीमा कार्बोहाइड्रेट, बोसो र चिनीको मात्रा अत्यधिक हुन्छ। यसको कुरकुरोपन र गाढा मिठासले यसलाई विशेष बनाउँछ, तर पोषणका हिसाबले सन्तुलित मात्रामा सेवन उपयुक्त हुन्छ।

पेठा : पेठा एक विशेष मिठाई हो जुन लौकी (घीरा)बाट बनाइन्छ। सफा लौकीलाई टुक्रा–टुक्रा पारेर तातो पानीमा उमालिन्छ। उम्लिएपछि त्यसलाई चिनीको चासनीमा राखेर लगातार हलाउँदै पकाइन्छ जबसम्म लौकी पारदर्शी नदेखिने हुन्छ। स्वाद बढाउनका लागि केवड़ा जल, केसर वा गुलाबजल थपिन्छ। पेठा हलुका, लो-क्यालोरी मिठाई हो जसमा पानीको मात्रा धेरै हुने भएकाले शरीरलाई चिसो राख्न मद्दत गर्दछ। लौकीमा फाइबर, भिटामिन सी, र मृदु खनिज तत्वहरू पाइन्छन्।

मालपुवा : मालपुवा एक किसिमको मीठो प्यानकेक हो जसलाई विशेष रूपमा होली, छठ, र भोजपुरिया भोजमा बनाइन्छ। गहुँको पिठो, सूजी, दूध, चिनी, केरा, काजु, किसमिस, नरिवल र पिसेको इलाइची मिसाएर घोल तयार गरिन्छ। यो मिश्रणलाई केही समय छोडेपछि तातो घ्युमा गोलो आकृतिमा हालेर तारिन्छ, तारेपछि चासनीमा केही बेर डुबाएर परोसिन्छ। मालपुवामा फलफूलबाट प्राकृतिक चिनी, फाइबर र भिटामिन पाइन्छ भने दूधबाट क्यालिसयम र प्रोटिन प्राप्त हुन्छ।

लपसी : (गहुँ वा चामलको पिठोबाट) लपसी भोजपुरिया समुदायको एक घरेलु तथा धार्मिक मिठाई हो जुन विशेष गरी पूजापाठ वा उपवासपछि बनाइन्छ। गहुँ वा चामलको पिठोलाई घ्युमा सुनौलो हुने गरी भुटिन्छ। त्यसपछि दूध र चिनी मिसाएर मध्यम आँचमा हाल्दै– हाल्दै गाढा बनाइन्छ। स्वादका लागि पिसेको इलाइची, बदाम, किसमिस मिसाइन्छ। लपसीमा कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, क्याल्सियम र फाइबर पाइन्छ। यसले पाचन प्रणालीलाई सहज बनाउँछ र उपवासपछिको शारीरिक ऊर्जा पुनःस्थापना गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ।

५.५ भोजपुरिया परिकारको सांस्कृतिक महत्त्व

प्रत्येक भोजपुरिया परिकार कुनै न कुनै सांस्कृतिक अवसरसँग जोडिएको हुन्छ। ठेकुवा र dhondi ढोंढी छठसँग, पूड़ी-कचौड़ी विवाह र पूजासँग, सत्तु सर्बत गर्मी मौसमसँग, लिट्टी चोखा, मकुनी श्रमजीवी जीवनसँग, र खुर्मा, बुनिया, बतासा मिष्ठान्न संस्कृतिसँग गासिएका छन्। यी परिकारहरू मात्र खाना होइनन्— सामाजिक सम्बन्ध, धार्मिक आस्था र स्थानीय ज्ञानको प्रतिनिधि हुन्।

५.६ निष्कर्ष

भोजपुरी मधेसी समुदायका परम्परागत परिकारहरू पोषण, पहिचान, र परम्पराको संगम हुन्। संरक्षण तथा प्रवर्धनले न केवल सांस्कृतिक सम्पदाको रक्षा गर्छ, तर आर्थिक, महिला सशक्तीकरण र पर्यटनको नयाँ सम्भावना पनि खोल्दछ।

❑❑

सन्दर्भ सामग्रीहरू

उपाध्याय, डा. कृष्णदेव (१९९१ इ.), भोजपुरी लोक-संस्कृति, इलाहाबाद।

जयसवाल, शिवनन्दन (२०७७), भोजपुरी भाषा आ-संस्कृति, कोटहीमाई गाउँपालिका, रूपन्देही।

https://youtu.be/Jwoj_j-QSvIsi=9HFVY4uNcgAcgorU

https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10260572/

https://togetherwomenrise.org/customsandcuisine/nepal/

Santhanakrishnan, S. (2018, April 2). All about Bhojpuri Cuisine. Awesome Cuisine. https://www.awesomecuisine.com/articles/all-about-bhojpuri-cuisine/

https://youtu.be/BtJLpb8EsbYsi=EdbKAJ4GF0gOhfRB

तीज पर्व र मौलिकता

अमृता अनमोल

वरिष्ठ उप-सम्पादक, कान्तिपुर टेलिभिजन

लेखसार

तीजको धार्मिकमात्र होइन सांस्कृतिक र सांगितीक महत्व पनि धेरै छ । लोकलयमा आधारित तीज गीत, तिनका भाका र नाच हाम्रो संस्कृति हो । हिन्दु महिलाका लागि तीज माइती एवं आफन्तको घरमा जमघट हुने, मीठो खाने, राम्रो लाउने, निर्धक्क नाचगान र रमाइलो गर्ने पर्व हो । गीतमार्फत तत्कालिन अवस्था, परिवेश, सुख, दु:ख, स्वतन्त्रता, अधिकार र सशक्तिकरणका कुरा बाहिर ल्याउने पर्व हो । यसैले यो महिला अधिकारको पर्व पनि हो ।

शब्दकुञ्जी: दरखाने, खीर, व्रत, माइतीघर, वेदना, ऋषिपञ्चमी ।

परिचय

हाम्रो देशमा विभिन्न रीतिरिवाज छन् । विभिन्न संस्कार, धर्म र संस्कृति छन् । थरीथरीका मानिसहरूले आ-आफ्नो चलनअनुसार थरीथरीका चाडपर्व मनाउछन् । सदिऔंदेखि मनाउँदै आइरहेको यो परम्परा अहिले पनि कायमै छ । नेपाली समाजमा पहिलेदेखिको विविधता अहिले पनि कायम छ । यही विविधता नै समाजको सौन्दर्यता पनि हो । जसरी एउटै फूलको बगैंचा भन्दा थरी थरीका फूलको बगैंचा नै सुन्दर देखिन्छ, त्यसैगरी थरीथरीका संस्कार संस्कृति र चाडपर्व नै समाज पनि सुन्दर बनाउछ । अनेकतामा एकता थपिदिन्छ ।

प्रसंग तीज पर्वको गरौं । नेपालको सांस्कृतिक विविधतामा तीज पर्वले विशेष महत्व राख्छ । हिन्दू धर्मावलम्बी महिलाहरूले विशेष रूपमा मनाउने यो पर्व मुख्यत: शिवपार्वतीको विवाहको सम्झना स्वरूप मनाइन्छ । तीजको मूल सन्देश धार्मिक आस्थासँग गाँसिएको छ । तर, तीजले संस्कृति, संगीत र एकताको पनि जगेर्ना गर्छ । तीजमा महिलाहरू गीत गाउने र नाच्ने गर्छन् । तीजका गीत झ्याउरे लोक लयका हुन्छन् । थरीथरीका रसमा गाइएका हुन्छन् । तीज पर्वमा दिदीबैनी र छोरीचेली माइतीघरमा जम्मा हुन्छन् । एकै ठाउँले महिलाको सामाजिक भूमिका, अधिकार र भावनात्मक अवस्थालाई पनि चित्रण गर्न सघाइरहेको छ । यसरी हेर्दा वर्तमान परिवेशमा तीज केवल धर्मशास्त्रअनुसार व्रत बस्ने र पूजाआराधना गर्ने पर्व मात्र होइन । नाचगान गर्ने र रमाइलो गर्ने पर्व पनि हो । पछिल्लो समय महिला सशक्तिकरण, चेतना र सामाजिक संवादको एक सशक्त माध्यम समेत बन्दै गएको छ ।

तीज पर्व

तीज पर्व भदौ महिनाको शुक्ल पक्ष तृतीयामा पर्ने गर्दछ । यसको आरम्भ 'दर खाने' दिनबाट हुन्छ । त्यसपछि महिलाहरू निराहार व्रत बसेर भगवान शिवको पूजा गर्छन् । रातो चुरा, रातो पोते, रातो सिन्दुर र रातै सारी ब्लाउजमा सजिन्छन् । गरगहना र राता लुगा लगाएर महिलाहरू चिरीच्याट्ट पर्छन् । अविवाहिता महिलाले आफूले मन पराएको वा योग्य वर पाउने कामना गर्छन् । विवाहिता महिलाले आफ्नो पतिको दीर्घायु र समृद्धिको कामना गर्छन् ।

तीज पर्वको ऐतिहासिक सुरुवात

हिन्दु धर्मग्रन्थहरू अनुसार हिमालयले आफ्नी पुत्री पार्वतीलाई भगवान् विष्णुसँग विवाह गरिदिने निधो गरे । थर, पार्वतीले भने भगवान शिवलाई मन पराउथिन् । उनैसँग विवाह गर्न चाहान्थिन् । त्यसैले बाबुले

विष्णुसँग विवाह गर्न बाबुले ल्याए यो प्रस्तावलाई पार्वतीले अस्वीकार गरिन् । त्यसपछि उनी घरबाट लुकेर निस्किन् । पार्वतीका साथीहरूले हरण गरेर घनघोर जंगलमा लुकाए । त्यही जंगलमा लामो समयसम्म तपस्या गरिन् । एक दिन शिवलिंग स्थापना गरी आराधना गरिन् । यसबाट शिव प्रभावित भएर प्रकट भए । पार्वतीलाई मनले चाहेको कुरा माग पूरा गरिदिन्छु भन्ने वचन दिए ।

पार्वतीले शिवलाई पतिको रुपमा मागिन् । शिवले तथास्तु भने । त्यसपछि शिव हिमालयसँग पार्वतीलाई माग्न गए । यसरी शिव र पार्वतीको विवाह भयो । त्यो दिन भाद्र शुक्ल तृतीयाको दिन थियो । यही मान्यताले हिन्दू महिलाहरूले तिजको व्रत बस्ने परम्परा चलेको हो । त्यसकै निरन्तरता स्वरुप अविवाहित महिलाहरूले असल श्रीमान् पाउने कामना सहित व्रत बस्छन् । विवाहित महिलाले श्रीमानको दीर्घायु र सुस्वास्थ्य कामना सहित यो वर्त बस्ने परम्परा छ ।

तीज मनाउने प्रक्रिया

तीजलाई मुख्यतः तीन भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ । दर खाने दिन, व्रत बस्ने दिन र ऋषि पन्चमीको दिन । तीज पर्वमा यी तीनवटै दिनको फरक फरक र विशेष महत्व छ ।

दर खाने दिन

दर खाने दिन तीजको पहिलो दिन हो । जहाँ महिलाहरू परम्परागत परिकारहरू खाएर रमाइलो गर्छन् । दर भनेको घिउ राखेको भात हो । मिठो खानेकुरा हो । तीजको दरमा परम्परागत रूपमा स्वादिलो, पौष्टिक र विविध परिकारहरू खाने चलन छ । तीज व्रत बस्नुअघि महिलाहरूले पौष्टिक भोजन खाएर भोलिपल्टको उपवासलाई सजिलो बनाउने उद्देश्यले दर खाइन्छ । दर विभिन्न क्षेत्र अनुसार फरक फरक परिकार तयार गरेर खाइन्छ । तीज दरमा खाने मुख्य परिकार घिउ राखेको भात हो । कसैले दरमा खीर, खुवा, हलुवा पनि खाने गरेको पाइन्छ । परम्परागत रुपमा राति १२ देखि १ बजेको बिचमा खाने खानेकुरा दर हो ।

दर राति खाइन्छ । खासगरी भोलिपल्टको व्रत बस्नुअघि राति वा बेलुका दर खाने चलन छ । परिवार, साथी-इष्टमित्रसँग रमाइलो गर्दै दर खाने चलनले पारिवारिक र सामाजिक नाता पनि बलियो बनाउँछ । कर्मघरबाट माइतीघरमा आएका छोरीचेलीहरू रमाइलो गर्दै दर खान्छन् । नाचगान गरेर माइतीघर अझ रमाइलो गर्छन् । यद्यपि दरखाने दिन बिहानैदेखि घरमा मिठा मिठा परिकार पकाइन्छ । बिहे गरेर गएका दिदीबहिनीसँगै आफन्तका चेलीहरूलाई भेला गरेर दर खुवाइन्छ ।

तीज

तीज पर्वको मुख्य दिन नै तृतीया वा तीज हो । जुन दिन महिलाहरू व्रत बस्छन् । बिहानै उठेर नुवाइ धुवाइ गरेर चोखो बन्छन् । रातो लुगा लगाउछन् । विवाहिता महिलाले विवाहको शौभाग्य शिरमा शिन्दुर लगाउछन् । हातमा राता चुरा लगाउछन् । रातै लुगा र गरगहनामा सजिएर नजिकको शिवालय मन्दिरमा जान्छन् । मध्यान्हमा शिवको पूजा र आरधना गर्छन् । मन्दिर परिसरमा नाचगान गरेर रमाइलो गर्छन् । यो दिन महिलाहरू पानी पनि नपिई शिवलाई प्रसन्न पार्ने प्रयासमा पूजाआराधना गर्छन् । गीत गाउछन् ।

ऋषि पञ्चमी

ऋषि पञ्चमीको दिन सप्तऋषिको पूजा गरिन्छ । महिलाहरूले भक्तीभाव पूर्वक सप्तऋषिको पूजा गर्छन् । ऋषि पञ्चमीलाई 'शुद्धिकरणको दिन' भनेर पनि लिने गरिन्छ । व्रतकथा अनुसार यो महिनावारी अर्थात् रजश्वलासँग सम्बन्धित छ । हिन्दु धर्ममा महिनावारीलाई छोइछिटो वार्ने चलन छ । यही चलनस्वरुप ऋषिपन्चमीले मान्यता पाएको पाइन्छ । यस दिन महिलाहरूले महिनावारी भएका 'पाप'हरूबाट मुक्ति पाउन

नदी या धारामा गई स्नान गर्छन् । हरेक दिनको एक पर्नेगरी दत्तीवल खान्छन् र सप्तऋषिको पूजा गर्छन् । पूजा सकेपछि नाचगान गरेर फेरि रमाइलो गर्छन् ।

तीज र महिला सशक्तिकरण

पहिले पहिलेको समयमा स्रोत साधनको अभाव थियो । सडकको बिस्तार भएको थिएन । यातायातका साधन पनि थिएनन् । विवाह भएर गएका छोरी चेलीहरूको माइत आउने र जमघट हुने भनेकै तीजको अवसरमा थियो । कतिपय छोरी चेलीहरू पारिवारिक जिम्मेवारीका कारण तीजमा पनि माइत जान नपाउने बाध्यता समाजमा थियो । त्यति बेला त्यहि माइत जान नपाएका कुरा परिवेशका दु ख पिडा, वेदनाका गीतहरू गाइन्थ्यो ।

समय बदलिएसँगै तीजको स्वरूप पनि परिवर्तन हुँदै गएको छ । विगतमा यस पर्वलाई केवल धार्मिक कर्मकाण्डको रूपमा लिइन्थ्यो । अहिले तीज पर्वले महिलाको अस्तित्व, स्वतन्त्रता र समानताको सवाल उठाउने एउटा अवसरको रूपमा विकास हुने अवसर पाएको छ । तीजले महिलाहरूबीच एकता, आत्मीयता र सांस्कृतिक पहिचानलाई मजबुत बनाएको छ । यो पर्वमा महिलाहरू विभिन्न जात, वर्ग, र भौगोलिक पृष्ठभूमिबाट आएर एउटै थलोमा रमाउने, दु:खसुख बाँड्ने, र सांगीतिक माध्यमबाट आफ्ना भावना पोख्ने गर्छन् । तीजको अवसरमा विभिन्न संघसंस्थाहरू, महिला समूहहरू, र सामाजिक अभियन्ताहरूले गोष्ठी, छलफल, सांस्कृतिक कार्यक्रम आदिको आयोजना गर्छन् । यस्ता गतिविधिले महिलालाई नेतृत्वमा उभिन, आत्मविश्वास बढाउन र नीति निर्माण प्रक्रियामा सहभागी हुन उत्प्रेरणा दिन्छ ।

आधुनिक तीज

अहिले हरितालिका तीज नजिकिदै जाँदा तीजको रौनकले गाउँदेखि बजारसम्म एक तमासको बनेको हुन्छ । घरघरमा तीजका भाका घन्कीने गर्छन् । रेडियो ,टिभीमा अरु गीतको स्थान तीज गीतले लिएका हुन्छन् । सामाजिक सञ्जाल फेसबुक, ट्वीटर र टिकटकहरू तीजमय भएका भेटिन्छन् । कसैले दर खाएका, कसैले नाचेका त कोही माइत जान लागेका फोटो र भिडियोहरू छ्याप्छ्याप्ती आउन थालेका हुन्छन् । पश्चिम पहाड र त्यसआसपासका गाउँघर र बजार क्षेत्रका चोकहरूमा तीज विशेष नाचगान चलीरहेका हुन्छन् । घरघरमा दर खुवाउन आफन्त चेलीहरू जम्मा गर्ने क्रम बढेको भेटिन्छ । चेलीहरूलाई कसकोमा कहिले जाने, खाने र नाच्ने भ्याइ नभ्याइ देखिन्छ ।

भदौ लागे यता बजार क्षेत्रका होटल तथा पार्टी प्यालेसहरू समेत तीज कार्यक्रमले भरिन थालेका छन् । संघसस्थाहरूले तीजका औपचारिक कार्यक्रम आयोजना गरिरहेका छन् । टोलविकास सस्था, सम्पर्क समाज, सहकारी लगायतले पनि आफ्ना चेलीबेटीलाई भेला गरेर दर खुवाउने, नाचगानमा सरीक गराइरहेका छन् । कतिपय संघसस्थाले प्रतियोगितात्मक तीज नाचगान आयोजना गरेका छन् । हरेकजसो विद्यालयमा तीज विशेष कार्यक्रम र प्रतियोगिता गरिएका छन् । सरकारी कार्यालय, नीजी संघसस्थाले आफ्ना महिला कर्मचारीलाई दिदीबैनीका रुपमा एक दिन दर खुवाउने र नाचगान गरेर खुशी पारिरहेका छन् । नजिकमा माइतीघर नहुने, माइत जान नपाउने र कामकाली चेलीहरू कर्मथलोमा आयोजना हुने यीनै कार्यक्रममा रमाइरहेका छन् । नाचगानमा झुमीरहेका छन् ।

तीज मुलत : महिला प्रधान पर्व हो । धार्मिक रुपमा सत्य युगमा हिमालय पुत्री पार्वतीले शिवलाई पतिका रुपमा पाउन निरहार व्रत गरेपछि पति पाएको कथामा आधारित छ । तीजका लागि निराहार व्रत बस्नुपर्ने भएकाले अघिल्ला दिन मीठोमीठो पकवान अर्थात दर खाएको आधारमा दर खाने र तीजको दिन शिवजीको पूजा गरी निराहार व्रत बस्ने चलन छ । पञ्चमीका दिन ऋषिहरूको पूजा गर्ने चलन छ । यही मान्यताका साथ तीज मनाउने हिन्दु महिलाहरू धेरै छन् । तर, पति पाउन वा पतिकै दिर्घायूका लागि मात्र तीज व्रत

बस्ने र महिनावारीको पाप पखाल्न गरिने ऋषिपञ्चमी पूजा बेतुकको मान्दै कतिपय हिन्दु महिलाहरूले पनि यी कर्म वहिष्कार गरिरहेका छन् ।

तीजको धार्मिकमात्र होइन सांस्कृतिक र सांगितीक महत्व पनि धेरै छ । लोकलयमा आधारित तीज गीत, तिनका भाका र नाच हाम्रो संस्कृति हो । हिन्दु महिलाका लागि तीज माइती एवं आफन्तको घरमा जमघट हुने, मीठो खाने, राम्रो लाउने, निर्धक्क नाचगान र रमाइलो गर्ने पर्व हो । गीतमार्फत तत्कालिन अवस्था, परिवेश, सुख, दुःख, स्वतन्त्रता, अधिकार र सशक्तिकरणका कुरा बाहिर ल्याउने पर्व हो । यसैले यो महिला अधिकारको पर्व पनि हो ।

तीज कति दिन मनाउने ?

तीज कति दिन मनाउने र कसरी मनाउने पछिल्ला वर्षहरूमा यसको वहस वढ्तै हुने गरेको छ । तीज तिथि र व्रत एक दिन हुने भएकाले कतिपयले तीज त्यसैदिन मात्रै मनाउनुपर्ने तर्क राख्छन् । कसैले पहिले पहिले एकै दिन मनाउने गरेको तर अहिले महिनौं मनाएर तीजलाई विकृत बनाएको दावी गर्छन् । तीजको सांस्कृतिक पक्षबारे जानकार हुनेले तीज एक दिन मनाउने गरेको वा एक दिनमात्रै मनाउनु पर्छभन्ने तर्क राख्नु गलत हो । तीजलाई मौलिक र सरल बनाउनुपर्छ भन्ने विचार चाहि सही हो ।

लोकलय बचाउदै तीजगीत

लोकगीतको बढ्ता चल्ती रहेको पश्चिम पहाडमा उहिले पनि साउने संक्रान्तीबाटै तीजको रौनक सुरु हुन्थ्यो । महिलाहरू कहिले कसको आँगन कहिले कसको आँगनमा तीज गीत आयोजना गर्थे । दाजुभाइहरूले मादल र खैजडी बजाएर सघाउथे । कोही दिदीबैनीसगै नाच्ने र गाउने पनि । आफ्ना सुखदुःख र भोगाइलाई गीत बनाउथे । विभेद, अभावसंगै खुसी र उद्वेगलाई गीतमार्फत् पोख्थे । तीजमा छोरीचेली ननाचेको आँगन अशुभ हुन्छ भन्ने मान्यता थियो । त्यसैले पालैपालो सबैको घरमा तीज गाइन्थ्यो । नाच्नगाउन भेला भएकालाई कांका, अमिला, अचार, चिया, हलुवा, खीर खुवाउने चलन थियो । नाग पन्चमी, गुरु पुर्णिमा, कृष्णाअष्टमी, तीज, ऋषि पन्चमी लगायतका दिन भने ठूला चौक, चौर र चौतारोमा तीज कार्यक्रम आयोजना हुन्थे । तीज नजिकिएपछि धेरै छोरीबुहारी माइत मावल जान्थे । माइत जाने बुहारीलाई पनि घरमा एक दिन दर अर्थात् मीठो पकवान खुवाएर पठाइन्थ्यो । माइत आउन नपाउने चेलीबेटीलाई दरका सामाग्री घरमै पनि पठाइन्थ्यो ।

फेरिदै गीत गाउने ठाउँ

अब अहिलेका कुरा । समय फेरिदै जाँदा तीज मनाउने शैली फेरिएको छ । उहिले गाउँघरमा गाउने महिला अहिले शहर बजारमा आएका छन् । मान्छे जहाँ जान्छ त्यससंगै सस्कार र संस्कृति पनि बोकेर आउछ । शहर बजारमा नाच्न आँगन छैनन् चौतारो छैनन् भने तीज मनाउन होटल र पार्टी प्यालेसमा जानुलाई विकृत र असभ्य मान्नु हुदैन । कामकाजी महिलाले पाहुनापाछा बोलाएर घरमा दर पकाएर खुवाउने समय पाउदैनन् त होटलमा लगेर खुवाउछन् । यस्तो सुविधा उपयोगलाई छाडा भन्न मिल्दैन । विहे, पूजा, व्रतबन्ध, जन्मदिन होटल र पार्टी प्यालेसमा गर्न हुन्छ भने तीज मनाउन नहुने कुनै अर्थपूर्ण तर्क छ र ? कामकाजी महिला काम छोडेर माइतीघर जाने अवस्था छैन । पहिले जन्मका आधारमा भेटिनेहरू अहिले कर्मका आधारमा भेटिन्छौं । उनीहरूबीच तीज मनाउनु दर खानुलाई विकृतिको पराकाष्टाका रुपमा चर्चा गरिनुको अर्थ छैन ।

दरमा के खाने ?

तीजका दरमा महिलाले के खाए र लगाए भन्ने विषय धेरै आलोचनाको विषय बनेको छ । स्वभाविक हो उत्तेजक लुगा लगाउनु र मादक पदार्थ खानु महिला पुरुष कसैले हुदैन । विडम्वना कुन पुरुषले के खाजा खायो? कति हजारको जुत्ता किन्यो , मोवाइल किन्यो , उनीहरूले चाडबाडमा के के खान्छन् ? के लाउछन् ? यसको चर्चा कहिल्यै हुदैन । तर, महिला तीजमा कुन कुन ठाउमा दर खान गए ? केके खाए ? कसरी खाए ?

यसलाई निकै बहस गरिन्छ । मानौं उनीहरू अपराधी हुन् । त्यो संस्कृति बचाउनकालागि गरिएको बहस हो कि महिलालाई आलोचना गर्न मननीय छ ।

तीजका गीत

तीज गीतको कुरा गरौं । समय र परिवेश अनुसार फरक भाका र लयमा रचिएका तीज गीतले त्यससमयको इतिहास बोलेका हुन्छन् । पहिले भक्तिभावको समय थियो । हजुरआमाका पालामा भक्तियुग थियो । पहिले भक्तिभावको समय थियो । तीजका गीत र भजनमा पनि कति कतिबेला उस्तै उस्तै शब्द दोहोरिएका हुन्थे ।त्यतिबेला 'कहामा जान्छौं रानीचरी बगाल बरीलै भगवान भेटन, देख्यौ कि देखेनौं, भेट्यौ कि भेटेनौ कस्ता छन् भगवान' भनेर भगवानप्रतिको भक्तिगीत गाइन्थ्यो ।

त्यस समयमा भगवानका रुप, अवतार र प्राथनाका बारेमा धेरै गीत गाइन्थो । तीजका गीत र भजनमा पनि कति कतिबेला उस्तै उस्तै शब्द दोहोरिएका हुन्थे । समाजको यथावस्थाको बारेमा चित्रण गरेका गीत त्यसबेला गाइन्थ्यो । घरपरिवार र समाजमा भोगेका भेदभाव, खुसी, प्रशन्नताका बारेमा धेरै गीत गाइन्थ्यो । छोरीलाई हेला गरेको कुरा, भेदभाव गरेको कुरा, माया गरेको कुरा गीतमा पोखिन्थ्यो । महिला सशक्तिकरण र चेतना प्रवाहका बारेमा गीत यसपछि आएका थिए । अरु देशका महिलाले प्रगति गरेका कुरा र नेपालका महिला पछाडि परेका कुरा त्यसबेला गाइन्थ्यो । समाजको यथावस्थाको बारेमा चित्रण गरेका गीत त्यसबेला गाइन्थ्यो । घरपरिवार र समाजमा भोगेका भेदभाव, खुसी, प्रशन्नताका बारेमा धेरै गीत गाइन्थ्यो । छोरीलाई हेला गरेको कुरा, भेदभाव गरेको कुरा, माया गरेको कुरा गीतमा पोखिन्थ्यो । महिला सशक्तिकरण र चेतना प्रवाहका बारेमा गीत यसपछि आएका थिए । अरु देशका महिलाले प्रगति गरेका कुरा र नेपालका महिला पछाडि परेका कुरा त्यसबेला गाइन्थ्यो ।

आमाका पालामा सासुबुहारीबीचको द्वन्द्व, पतिको थिचोमिचो र छोराछोरीबीचको विभेद विरुद्ध तीज गीत बनाइयो । 'स्वामी मुख हेरुँ भने खुन खाएका बाघ झैं सासु मुख हेरुँ भने पोल्ने आगो झैं' त्यही थिचोमिचोको गीत थियो । दिदीभाउजुले पनि तीज गीतबाट आफूमाथिका अन्याय र अत्याचारका कुरा तीज गीतमार्फत बाहिर ल्याए । छोरी भएकै कारण सानैमा विहे गरेर जानुपर्ने, बाबुको अंश नपाइने, पढ्न नपाइने कुरादेखि विहे गरेर गएको घरमा समेत आफूले माया नपाएका कुरा गीत बनाए र गाए । पञ्चायती शाशन, छोराछोरीको विभेद, दाइजो, बहुविवाह, बालविवाह लगायतको विरोधमा गीत गाए । 'अन्याय र अत्याचार हिंसा हुँदा बोलन, लागौ अब पञ्चायती शाशन मासन' पञ्चायती शाशन विरुद्ध दिदीभाउजुहरूले यिनी गीत गाएकै थिए । अरु बेला ठाडो शिर लगाएर हेर्न नसक्ने महिला तीज गीतमा अन्याय र अत्याचारको विरोध गर्दै गला फुलाएर गाउने र छाती फुलाएर छमछमी नाचेकै थिए । राष्ट्रसेवक नेताले बोल्न नसक्ने, समाज सुधारकले उठाउन नसकक्ने विरोध र चेतनाका कुरा बस्ती बस्तीका महिलाले उठाएका थिए । केही मुठ्ठीभर काठमाडौंका कलाकारले अहिले तीजको मौलिकता विर्सेका छन् । सस्तो लोकप्रियता र मनोरञ्जनका लागि उनीहरूले भ्याउरे लयमा मायाप्रितिका गीत मात्रै पस्केका छन् । रत्यौली र फागु पनि हाम्रा पर्व हुन् । तीज गीतलाई तिनकै झल्को दिनेगरी पस्केका छन् । नत्र मोफसलका थुप्रै महिला अहिले पनि तीज गीतमार्फत निरन्तर कुरीति कुसंस्कारको विरोध गर्दै चेतना प्रवाह गरेका छन् । तीज गीतमा परिवेश अनुसार गाउने र नाच्ने चलन अहिले पनि छ । मात्र हामीले यो पाटोलाई हेरेका छैनौं । बुटवल उपमहानगरपालिकाले आयोजना गरेको तीज मिलन कार्यक्रममा उपप्रमुखले गाएको यौटा गीत त्यसको उदाहरण हो ।

छोरी जन्मी भनेर रुदै हिड्थीन् आमाले
अहिले छाती फुलाउछिन् हाम्रा कामले
कोही डक्टर कोही शिक्षक कोही नेता भाका छौं
घर समाज देशमा नै खुसी ल्याका छौं ।

कुनै समय थियो महिलाहरूलाई आफूमाथिको अन्याय, अत्याचार र विभेद विरुद्ध बोल्न वन्देज थियो । त्यसैले हाम्रा आमा, हजुरआमाहरू आफूमाथिको अन्याय, विभेद र थिचोमिचोलाई गीत बनाएर विरोध गर्थे । अहिले त्यस्तो छैन । आफूमाथि भेदभाव भएको कुरा तत्काल भन्न र प्रतिकार गर्न सक्छौं । त्यसैले दुःख भन्दा रमाइला कुरा अहिले तीज गीत बनाइएका छन् । उपलब्धीहरू गाइएका छन् । यो स्वभाविक हो ।

कुनैपनि चाडपर्व निरपेक्ष हुदैनन् समय सापेक्ष हुन्छन् । समयसंगै तिनलाई मनाउने तरिका फेरिन्छन् । यससंगै तीज फेरिएको हो । दशैं तिहार, फागु, माघी, लोसार हेरौं न सबै फेरिएका छन् । फेरिन लागेका पर्वलाई मौलिक रुपले मनाऔं यसको धार्मिक, सामाजिक र सांस्कृतिक पक्ष मर्न नदिऔं यो चाहि बहसको विषय हुनसक्छ । चाडबाडलाई बोझीलो नबनाऔं सरल र सहज बनाऔं । सबै अट्नेगरी र मनाउन सक्नेगरी मनाऔं । यसमानेमा भने तीजको बहस गरौं ।

फेरिदै परिभाषा

पछिल्लो समय तीज पर्वको परिभाषा नै फेरिएको छ । कतिपय समयमा यसको मौलिकता धरापमा परेको छ । तीज गीतका बारेमा अझ बढी परिभाषा फेरिएको छ । पहिले र अहिले तीज गीतका भाका धेरै फेरिएका छन् । केही कलाकार र गायक गायिकाले तीजका गीतमा लेख्ने शब्द, गाउने तरिका र अभिनय गर्ने शैली फेरिएको छ । तीज, गीतका नाममा कतिपय कलाकारहरूले रत्यौली पाराका गीत निकालेको पाइन्छ । गीतमा सिंगो संस्कृतिलाई नै नंगाएर आफू हिट हुने मेलो बनाइरहेका पाइन्छन् । यो गलत हो । व्यापार र आफ्नो क्षणिक चर्चाको लागि परम्परा र संस्कृतिको गलत प्रयोग गरेर पर्वको संवेदनालाई महत्वहीन बनाइँदै छ । हरेक कुरा समयसँग परिमार्जन हुन जरुरी छ तर परिमार्जनको सिलसिलामा आफ्नो विषयवस्तुको मान्यता नै विचलित हुने गरी परिमार्जन गर्नु जायज हुँदैन ।

समय बदलियो र समयसँगै महिलाको जीवन जिउने शैली बदलियो । शोषण र दासता हट्दै गए । महिलामा आधुनिकता छायो तर आधुनिकताका नाउमा तीजको रौनक पनि उत्ताउलो र तडक भडक हुँदै गएको छ । अहिले त भन्न सक्छौ त्यो पुरानो तिजको स्वाद बदलिएर पुरै फरक भएको छ । अवका पुस्ताले खास तीज के हो भन्ने कुराको समेत पत्तो नपाउने परिस्थितिको सिर्जना हुँदै छ भन्ने कुरा सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ । जुन तीज गीतका नाममा हुने गलत क्रियाकलाप हो ।

तीजका बारेमा गलत प्रचार

पछिल्लो समय आधुनिकताको विकाससँगै सबै पर्वहरू मनाउने शैली फेरिएको छ । दसैं, तिहार, फागु पूर्णिमा लगायतका पर्व पनि मनाउने शैली फेरिएको छ । हाम्रा चाडपर्व मनाउने शैलीले समाजमा वर्गीय असमानतालाई फेरि ब्यूँताउन खोजेको जस्तो देखिन्छ । तडक भडक र विलासी प्रवृत्तिले कम आय भएकालाई हीनताबोध हुन्छ । अर्कोतिर अनावश्यक अरूलाई देखाउनकै लागि भएपनि खर्च गर्ने प्रवृत्तिले गर्दा जसरी पनि कमाउनुपर्छ भन्ने पारिवारिक दबाव हुन्छ जसले गर्दा भ्रष्टाचार समेत मौलाउँदै गएको देखिन्छ । उच्चपदस्थ सरकारी कर्मचारीहरूले परिवारलाई खुसी पार्न आफूहरूले दायाँबायाँ गर्नु परेको अनौपचारिक गफमा बताउने गरेका छन् ।

सबै पर्वहरू परम्परागत शैलीमा मनाउनुपर्छ भन्ने छैन । आधुनिक हुने नाममा बढी नै तडक भडक छन् भने ती पर्वलाई सपार्नु पर्छ । तीज मनाउने शैली फेरिदैमा तीजबारे आलोचना गर्नु गलत छ । तीज पर्वको पौराणिक, सामाजिक र सांस्कृतिक महत्व छ । कोही व्यक्ति पनि निराहार व्रत बस्छ भने स्वास्थ्यका लागि राम्रै हो । कसैले आफू व्रत बस्दा श्रीमान्को आयु लामो हुन्छ भन्ने मान्यता राख्छ भने त्यो अन्धविश्वास हो । त्यसको आलोचना गर्नु गलत हो ।

हुन त चाडपर्व मनाउने आ-आफ्नै शैली र तरिका होलान् । मनोरञ्जन बिना जीवन सार्थक नहोला तर अहिले जति समय कपडा किन्न र छिमेकीसँग खानमा प्रतिस्पर्धा गर्दै खेर फालिरहेका छौ । त्यसको केहि प्रतिशत समय र पैसा समाजको निम्ति खर्च गर्न सके राम्रो सन्देश प्रवाह हुने थियो ।

अहिलेको समयमा प्रविधिको विकाससँगै सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोगले गर्दा हिंसाका स्वरूपहरू फेरिएका छन् । युवाहरू दुर्व्यसनीका शिकार हुँदै छन् । यसरी दिनदहाडै आमा, दिदी, बहिनी, छोरी चेलीको अस्मिता, आत्मसम्मान तथा ज्यान नै जोखिममा पर्दा पनि हामी तीजजस्तो महिलाको कथा र व्यथा सुनाउने पर्वमा पनि गहना र सारीका गीतमा रमाउँदैछौं । परिस्थिति अनुसार खुसी हुनु रमाउनु राम्रो हो । तर हामी सबैको सामाजिक दायित्व छ । हामीले अन्यायको पक्षमा पनि आवाज उठाउनुपर्छ । दोषीलाई उन्मुक्ति दिनेका विरुद्ध दबाव सिर्जना गर्नुपर्छ । तीजको दरका अवसरमा गरिने कार्यक्रममा यस्ता विषय उठाउनुपर्छ ।

तीजको मौलिकता कसरी बचाउने

तीज नेपाली हिन्दु धर्मावलम्बी महिलाहरूको मौलिक पर्व हो । तीज स्वतन्त्रता र खुसीको पर्व हो । तीज गीतमा महिलाहरूले गाउने गीत विश्वमै उत्कृष्ठ छन् । तत्कालका तत्काल परिवेश, वातावरण र अवस्था जोडेर तीजमा गीत गाइन्छ । आफूले जीवनमा भोगेका दुःख, सुख, उत्साह, उमंग, अनुभूति,माया , प्रेम, हेला, असमानताका विषयमा गीत बनाइन्छ । तीज गीतमा व्यक्तिको अवस्था मात्र होइन, परिवार, समाज र देशको अवस्थाबारे पनि गीत बनाएर गाइन्छ । छमछमी नाचिन्छ । यो महिलाहरूको सशक्तिकरणको ठूलो माध्ययम हो । तीजमा विवाह गरेर गएका छोरीचेली माइतीघरमा जम्मा हुन्छन् । भेटघाट गर्छन् । यसर्थ तीज पारिवारिक जमघट र मेलमिलापको ठूलो अवसर पनि हो । तीजमा खाने दर, शिवको पूजा आराधनादेखि निराहार व्रतसम्मका आफ्नै मौलिकता छन् । यी मौलिकता र परम्परा बचाउनु र पुस्तान्तरण गर्नु हाम्रो दायित्व हो ।

❑❑

सन्दर्भ सामाग्रीहरू

अनलाइन खबर, (२०८१), हरितालिका तीजको सांस्कृतिक-धार्मिक अर्थ ।

जनश्रुति र स्थानीय नारीहरूसँगको संवाद ।

भविष्योत्तर पुराण, उत्तर पर्व (Uttar Parva), अध्याय २०, पूजा विधि, मंत्र, मूर्ति स्थापना, व्रत नियम उल्लिखित ।

नारी मासिक, (२०७३), तीजको इतिहास र महत्त्व ।

स्कन्द पुराण, अम्बिकाखण्ड (Uma–Maheshvara (संवाद), अम्बिकाखण्ड, संवाद अन्त्य, हरितालिका व्रत कथा, पार्वतीको तपस्या, शिव पार्वती मिलन ।

https://narimag.com.np/miscellaneous/2016/08/18/20160818153745.htm

https://www.onlinekhabar.com/2024/09/1534239/

रुरुक्षेत्रका धार्मिक अनुष्ठानको पुस्तान्तरण

कृष्णचन्द्र गिरी
अधिकृत, उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय

लेखसार (Abstract)

अभौतिक संस्कृतिमा भाषा, धर्म, विश्वास, रीतिरिवाज, लोककला, मौखिक परम्परा, चाडपर्व, मेला आदि पर्दछन्। मेला, चाडपर्व समाजको अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको मेरुदण्ड हुन्। यिनको पुस्तान्तरण अर्थात् एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा ज्ञान, अभ्यास र आस्थाको रूपान्तरण हुनु नेपाली सामाजिक संरचना र संस्कृतिको निरन्तरताको प्रमाण हो। यस सिलसिलामा लुम्बिनी प्रदेशको धार्मिक र सांस्कृतिक इतिहासमा रुरु क्षेत्र (रिडी) को स्थान अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण छ। रुरु क्षेत्र गुल्मी, पाल्पा र स्याङ्जा जिल्लाको संगमस्थलमा अवस्थित तीर्थभूमि हो, जसलाई नेपालको काशी पनि भनिन्छ। यहाँ प्रत्येक वर्ष माघ १ गतेदेखि माघ मसान्तसम्म लाग्ने माघे सङ्क्रान्ति मेला धार्मिक, सांस्कृतिक र सामाजिक दृष्टिले विशेष महत्त्व राख्दछ। माघे सङ्क्रान्तिमा रिडीमा स्नान गरी रुरु माधवको दर्शन गरेमा पापमोचन भई मोक्ष प्राप्त हुने जनविश्वास छ। यस रचनामा रुरुक्षेत्रका अभौतिक सम्पदाहरूको उजागर, संरक्षण र वर्तमान पुस्ताहस्तान्तरण बारे विश्लेषण गर्ने उद्देश्य रहेको छ। स्थलगत अध्ययन, अवलोकन तथा अन्तरवार्ताका आधारमा अध्ययन गरिएको यो गुणात्मक पद्धतिमा आधारित छ। यहाँको सहिष्णुता मूलक सामाजिक संरचनाले धार्मिक सह-अस्तित्वको अनुपम उदाहरण प्रस्तुत गरेको छ। यस्तो महत्त्वपूर्ण चाडपर्व र मेलाको संरक्षण, सम्बर्द्धन र प्रवर्द्धन गर्नु समयको आवश्यकता हो। यस क्षेत्रलाई पर्यटकीय केन्द्रका रूपमा विकास गरी स्थानीय आर्थिक तथा सामाजिक जीवनमा रूपान्तरण ल्याउनका लागि दीर्घकालीन योजनाहरू कार्यान्वयन तथा पुस्ताहस्तान्तरण गर्नु पर्दछ।

मुख्य शब्दावली (Keywords)

रुरुक्षेत्र, अमूर्त सम्पदा,माघे सङ्क्रान्ति, पुस्तान्तरण,संरक्षण

पृष्ठभूमि (Background)

लुम्बिनी प्रदेश विविधता भित्र एकता (Unity in Diversity) को अनुपम उदाहरण हो। हिमाल, पहाड र तराईका भूभागमा फैलिएको लुम्बिनी प्रदेशको समाजले आफ्नो पहिचानमा समावेशीपन, सहिष्णुता र धर्मनिरपेक्ष मूल्यलाई आत्मसात् गर्दै आएको छ। यसको अनुपम दृष्टान्तका रूपमा रुरुधाम रहेको छ। रुरुधाम गुल्मी जिल्लामा स्थित एक पवित्र धार्मिक क्षेत्र हो। पौराणिक मान्यता अनुसार यो विष्णुको तपोभूमि हो। प्रत्येक वर्ष माघे संक्रान्तिमा यहाँ मेला लाग्दछ, जसमा हजारौं तीर्थयात्रीहरू स्नान र दर्शन गर्न आउने गर्दछन्। धार्मिक क्रियाकलापहरू, मौखिक परम्पराहरू, लोकविश्वासहरू र साधुहरूको जीवनशैलीले यो क्षेत्रको अभौतिक सम्पदालाई परिभाषित गर्छ। जब सूर्य माघ महिनामा मकर राशिमा प्रवेश गर्छ, हिन्दू धर्मावलम्बीहरु नदीहरू, विशेष गरी दुई नदीहरूको संगम, तालहरू तथा पवित्र पोखरीहरूमा स्नान गर्न जान्छन्। शरीरलाई पवित्र बनाउन र यस लोकमा सुख र परलोकमा मोक्ष प्राप्त गर्नका लागि विभिन्न प्रकारका दानहरू दिन्छन्। धार्मिक भावनाले ओतप्रोत भक्तजनहरू लामो यात्रा तय गरी तीर्थस्थलहरूमा पुगेर त्यस दिन पवित्र स्नान गर्दछन् र

आफ्ना दिवंगत पितृहरूको शान्तिको लागि पिण्डदान समेत गर्दछन्। यी तीर्थस्थलहरूमा रुरुधाम एक महत्त्वपूर्ण क्षेत्र हो, जहाँ गण्डकी नदी बग्दछ र यसको सहायक नदी रिडी खोलाले हृषिकेश मन्दिरको उत्तर–पूर्व दिशामा संगम बनाउँछ। माघे सङ्क्रान्तिको दिन र त्यसपछिका दुई दिनसम्म नेपाल र भारतका विभिन्न भागबाट लाखौं श्रद्धालुहरू यहाँ स्नान गर्न आउँछन्। रुरुधाममा माघे सङ्क्रान्तिको समयमा गरिने धार्मिक गतिविधिहरू कार्तिक शुक्ल एकादशीका पूजाहरू सरह हुन्छन्। तर माघे सङ्क्रान्तिको दिन गण्डकी नदीमा स्नान गरी नदीको पूजा गर्नु विशेष महत्त्वको मानिन्छ। स्नानपश्चात् सूर्यदेवलाई वेदका ऋचाहरू, गायत्री मन्त्र र अक्षता, फलफूल, फूलजस्ता पूजासामग्रीहरू अर्पण गरी अर्घ दिइन्छ। अर्घाखाँची, गुल्मी, प्युठान, स्याङ्जा र बाग्लुङ जिल्लाबाट आएका श्रद्धालुहरू प्रायः रिडी बजारको लामाचौपारी नजिकै गण्डकी नदीमा स्नान गर्ने र सूर्यदेवलाई अर्घ चढाउने गर्दछन्।

सर्बप्रथम उनीहरू हृषिकेश भगवानको दर्शन गर्न जान्छन्, अनि मात्र यस क्षेत्रका अन्य मन्दिरहरूको दर्शन गर्छन्। लामाचौपारीको ठूला बरपिपलका रूखहरू मुनि केही भक्तजनहरू आफ्नै प्रकारका धार्मिक गीतहरू गाउँछन् र नाचगान गर्दछन्। यी सांस्कृतिक गतिविधिहरूले यहाँ आएका पर्यटकहरूको मनमा गहिरो प्रभाव पार्दछन्। सङ्क्रान्तिको पहिलो दिन (जेठी सङ्क्रान्ति) युवाहरू र तिनका परिवारका लागि, दोस्रो दिन (माहिली सङ्क्रान्ति) अन्य सर्वसाधारणका लागि र तेस्रो दिन (कान्छी सङ्क्रान्ति) पहिलो दुई दिनमा आउन नसकेकाहरूका लागि समर्पित रहन्छ। रुरुधाममा स्थायी रूपमा बसोबास गर्ने वृद्ध, कल्पवासी तथा तपस्वीहरू यस पर्वका धार्मिक गतिविधिमा सक्रिय सहभागीता जनाउँछन्। उनीहरू भजन, कीर्तन, सत्सङ्ग जस्ता कार्यक्रमहरूमा पूर्ण मनोयोगपूर्वक सहभागी हुन्छन्। केही गहिरो श्रद्धा भएका भक्तजनहरूले स्नान, सूर्यलाई अर्घ अर्पण मात्र होइन, लक्ष्याहुति, सत्यनारायण कथा श्रवण र पिण्डदान पनि गर्दछन्। माघे सङ्क्रान्तिको समयमा संगमस्थल नजिक रिडी खोलाको डिलमा विशाल मेला लाग्दछ। यस मेलामा लुगा, भाँडाकुँडा, सौन्दर्य सामग्री, फलफूल आदि बेच्ने व्यापारीहरू ठूलो सङ्ख्यामा आउँछन्। रुकुम, रोल्पा र बागलुङ जिल्लाबाट आएका व्यापारीहरूले ल्याएका कम्बल, माटाका भाँडा, बाँसका सामग्रीहरू, ठेकी आदि मेलामा सजाइएको देख्न पाइन्छ। यस अध्ययनमा यहाँ के कस्ता अमूर्त सास्कृतिक सम्पदा विद्यमान छन् ? कसरी धार्मिक पर्यटन प्रवर्द्धनको योजना तयार गर्न सकिन्छ ? र संरक्षण तथा पुस्तान्तरण के कसरी गर्न सकिन्छ ? भन्ने प्रश्नहरु रहेका छन्।

अध्ययनको उद्देश्यहरु (Objectives of the Study)

यस अध्ययनका उद्देश्यहरु यस प्रकार रहेका छन्–

(क) रुरुक्षेत्रको मौखिक परम्परा, धार्मिक आस्था र मेलापर्वहरूको अन्वेषण गर्नु;
(ख) धार्मिक पर्यटन विकासको योजना तयार गर्न सहयोग गर्नु तथा
(ग) अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षण तथा पुस्तान्तरण गर्नु।

साहित्यको पुनरावलोकन (Literature Review)

रुरु क्षेत्रको इतिहास वैदिक कालदेखि जोडिएको पाइन्छ। पौराणिक कथन अनुसार, यो स्थानमा भगवान विष्णुले वामन अवतार लिएर राजा बलिलाई पाताल लोकमा पुऱ्याएका थिए भन्ने विश्वास पाइन्छ। यस्तै, रिडीमा रहेको रुरु माधव मन्दिरको स्थापना राजा मुकुन्द सेनले गरेका थिए, जसले आफ्नो आमाको मृत्युपश्चात पवित्र रिडी

नदीमा मृतकको अस्थी विसर्जन गर्दा राक्षसद्वारा अवरुद्ध नदी खुलेपछि यहाँ मन्दिर स्थापना गरेका थिए भन्ने किंवदन्ती छ। रुरुक्षेत्रसँग सम्बन्धित धार्मिक, सांस्कृतिक, ऐतिहासिक र पुरातात्त्विक पक्षहरूबारे केही लेख, अनुसन्धान र जनश्रुतिहरू उपलब्ध छन्। यद्यपि यी मध्ये कतिपय पुस्तकहरू स्थानीय प्रकृतिका छन्, जसले मौखिक परम्परा र भूगोलसँग सम्बन्धित विषयलाई सीमित मात्र उजागर गरेका छन्। यसको अवधारणा, सिद्धान्त तथा व्यवहारिक पक्षलाई मध्यजर गरी यस अध्ययनमा प्रयोग गरिएका प्रमुख साहित्यको पुनरावलोकन कालक्रमका आधारमा निम्नानुसार प्रस्तुत गरिएको छः

१. राजवंशी, शङ्करमान (२०२०), *सेन वंशावली।*

यो कृति पुरातत्त्व विभागद्वारा प्रकाशित सेनवंशीय राजाहरूको वंशावली सम्बन्धी दस्तावेज हो। यसले गुल्मी, पाल्पा र रुरुधाम लगायत क्षेत्रहरूमा सेन राजाहरूको शासनकालमा निर्माण गरिएका धार्मिक संरचनाहरू र तीर्थस्थलहरूलाई ऐतिहासिक प्रमाणको आधारमा चिनाउने प्रयास गरेको छ।

२. शर्मा, भीष्म प्रसाद (२०२५), *गुल्मी जिल्लाको भूगोल।*

गुल्मी जिल्लाको भौगोलिक अवस्था, वनस्पति, जल–स्रोत, जनसांख्यिक संरचना तथा धार्मिक स्थलहरूबारे वर्णन गरिएको यस कृतिमा रुरुधाम क्षेत्रको भौगोलिक अवस्थितिलाई ऐतिहासिक दृष्टिकोणबाट जोडिएको पाइन्छ। यसले प्राकृतिक बनावट र मानव बसोबास बीचको सम्बन्ध उजागर गर्न मद्दत गर्दछ।

३. पन्थी, टीकाराम (२०४२), *केही जनश्रुतिहरू।*

यस कृतिमा गुल्मी जिल्लाका स्थानीय जनश्रुतिहरू संकलन गरी प्रस्तुत गरिएका छन्। रुरुकन्या, रिडी, गल्फूले गुफा, आदि धार्मिक स्थलसँग सम्बन्धित मौखिक परम्पराहरूको उल्लेख पुस्तकमा पाइन्छ। अनुसन्धानमा जनश्रुतिहरूको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुने भएकाले, यो कृति मौखिक इतिहास बुझ्न सान्दर्भिक सामग्रीका रूपमा रहेको छ।

४. घिमिरे, विष्णु प्रसाद (२०४५), *पाल्पा राज्यको इतिहास (भाग १)।*

पाल्पा राज्य र आसपासका क्षेत्रहरूको राजनीतिक र सांस्कृतिक विकासक्रम वर्णन गरिएको यस कृति अन्तर्गत रेसुंगा र अर्घली क्षेत्रको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि, सेनवंशीय शासकहरूको योगदान र तीर्थस्थलहरूको उल्लेख गरिएको छ। पुस्तकले पाल्पा, गुल्मी र स्याङ्जा त्रिकोण भित्र धार्मिक संरचनाको विकास कसरी भएको थियो भन्ने पक्षमा जानकारी दिन्छ।

५. सुवेदी, राजाराम (२०५५), *गुल्मीको ऐतिहासिक झलक।*

गुल्मी जिल्लाको ऐतिहासिक र सांस्कृतिक विकासक्रमलाई समेटिएको यस पुस्तकमा रुरुधाम, रिडी, लगायतका क्षेत्रको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि, धर्म, परम्परा र संस्कृतिका पाटोहरू समावेश गरिएका छन्।

६. पाण्डे, आर.एन. (२००० ई.सं.) ***Sacred Complex of Rurukshetra.***

रुरुधामको धार्मिक, सामाजिक र सांस्कृतिक पक्षहरूलाई वैज्ञानिक र मानवशास्त्रीय दृष्टिले विश्लेषण गरिएको दुर्लभ कृति हो। यो पुस्तक रुरुधामको सम्पूर्ण धार्मिक जीवन, समाज र संस्कृतिको प्रतिविम्ब भएकोले यस क्षेत्रमा अध्ययन गर्ने विद्वानहरूका लागि आधारभूत सन्दर्भ सामग्रीका रूपमा उपयोगी छ।

७. गिरी, गितु (२०५९), *लुम्बिनी अञ्चलका सांस्कृतिक पर्यटकीय स्थलहरू।*

यस पुस्तकमा लुम्बिनी अञ्चल अन्तर्गत पर्ने विभिन्न धार्मिक र सांस्कृतिक स्थलहरूको परिचय दिइएको छ। लेखकले रुरुधाम, रेसुंगा र रिडी क्षेत्रलाई पर्यटकीय सम्भावनायुक्त स्थलका रूपमा व्याख्या गर्दै आध्यात्मिक पर्यटनको विकासमा यिनको महत्त्व स्पष्ट पारेका छन्। धार्मिक सहिष्णुता र बहुसांस्कृतिक पहिचानको दृष्टिले पुस्तक उपयोगी छ।

८. सिंह, कवीन्द्रमान, *पाल्पाको सेरोफेरोतिर। (मिति नभएको)*

पाल्पा जिल्लाको सांस्कृतिक, भौगोलिक र सामाजिक परिवेशलाई समेट्ने यस कृतिमा अर्घलीको हृषिकेश मन्दिर, देवालयहरू र पाटीपौवाहरूको वर्णन गरिएको छ। यसले सांस्कृतिक सहअस्तित्व र सामाजिक संरचनाको संरक्षण प्रयासहरूको सन्दर्भमा महत्त्वपूर्ण सूचना दिन्छ। तर यी सामग्रीहरुमा यहाँको अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदा, धार्मिक पर्यटनको योजना, संरक्षण तथा पुस्तान्तरणको वारेमा तथ्यपरक आधारहरु चर्चा नगरिएकाले यस अध्ययनको आवश्यक्ता रहेको हो।

अध्ययन विधि (Methodology)

यो अध्ययन गुणात्मक (Qualitative) विधिमा आधारित छ।

प्राथमिक स्रोतः शालग्राम महोत्सव आयोजना, विगत ७ वर्षदेखि स्थलगत अनुगमन, निरीक्षण, अवलोकन, साक्षात्कार (स्थानीय सरकार, व्यवस्थापन समिति, पुजारी, साधु–सन्त, तीर्थयात्री पर्यटक)।

द्वितीयक स्रोतः धार्मिक ग्रन्थ, लेख, अनुसन्धान प्रतिवेदन तथा गएका मेलाहरूको रेकर्ड।

डेटा सङ्कलन उपकरणः प्रश्नावली, मोबाइल रेकर्डिङ, लेखोट डायरी।

तथ्याङ्क प्रस्तुति र विश्लेषण (Data Presentation and Analysis)

मेला सहभागीता माघे संक्रान्तिमा हजारौंको संख्यामा भक्तजनहरूको उपस्थिति (स्थानीय स्रोत अनुसार)

भजन परम्परा १२ भन्दा बढी पारम्परिक भजन समूहहरूले मेला अवधिमा प्रस्तुति दिने गर्छन्।

साधु जीवनशैली २५ भन्दा बढी साधुहरू स्थायी रूपमा रुरुधाममा बसोबास गर्दै योग, ध्यान, प्रवचन, भिक्षा र अनुष्ठानमा संलग्न छन्।

स्थानीय सहभागीता ८० प्रतिशत भन्दा बढी स्थानीयले वार्षिक पूजामा प्रत्यक्ष सहभागीता जनाउँछन्।

प्राप्ति र विश्लेषण (Result and Discussion)

रुरुधामको अभौतिक सम्पदामा धार्मिक आस्था, मौखिक परम्परा, पर्व उत्सव, भजन–कीर्तन, साधु–सन्तको जीवनशैली जस्ता पक्षहरू विशेष महत्त्वपूर्ण छन्। यिनीहरूले धार्मिक पर्यटन, सामाजिक सद्भाव, संस्कृति प्रसार र आन्तरिक पर्यटन प्रवर्द्धनमा भूमिका खेल्छन्। तर, अभिलेखीकरणको अभाव, नयाँ पुस्ताको चासोमा कमी, आधुनिकतावादको प्रभावले केही परम्परा संकटमा छन्। विष्णुका विभिन्न नाम र स्वरूपहरू उरुगाय, उरुक्रम, एकान्तिक, वसुदेव, वासुदेव र भागवत वैष्णव परम्पराका विविध धाराहरूको प्रतिनिधित्व गर्छन्। नेपालमा विष्णुको

आराधना प्राचीन कालदेखि नै प्रचलित रहेको छ, जसको ऐतिहासिक प्रमाण लिच्छविकालीन अभिलेखहरू, विशेषतः राजा मानदेवको चाँगु नारायण अभिलेखले पुष्टि गर्दछ। मध्यकालमा पनि विष्णुका अवतारहरूप्रति जनस्तरमा व्यापक श्रद्धा थियो, जुन विभिन्न मन्दिर र तीर्थस्थलको निर्माण तथा किंवदन्ती मार्फत प्रकट भएको पाइन्छ। यस्तो सांस्कृतिक प्रवाहको ज्वलन्त उदाहरण गुल्मी जिल्लाको रुरुधाममा अवस्थित हृषीकेश मन्दिर हो।

हृषीकेश उत्पतिको पौराणिक किंवदन्ती

बराह पुराणमा उल्लेख भए अनुसार, हिमाली कालीगण्डकी किनारमा एक ब्राह्मण देवदत्तले कठोर तपस्या गरेर इन्द्र पद प्राप्त गर्ने प्रयास गरे। देवदत्तको तप विफल पार्न इन्द्रले कामदेव, मलवायु, प्रम्लोचना आदि प्रलोभनकारी शक्तिहरू पठाए। प्रम्लोचनाको गीत र स्वरले देवदत्तको ध्यान भङ्ग भयो र उनी प्रम्लोचनासँग रतिक्रिडामा लिप्त भए। त्यसपछि आत्मग्लानि र विवेक उदय भई भृगुतुङ्ग पर्वतमा गएर पुनः कठोर तपस्या गर्दा शिव प्रसन्न भई देवदत्तलाई शिव विष्णुलाई समान ठानी आराधना गर्न प्रेरित गरे। त्यसै क्रममा भृगुतुङ्ग महादेवको उत्पत्ति भयो। प्रम्लोचनाबाट जन्मेकी एक कन्यालाई रुरु नाम गरेकी मृगिनीले पालनपोषण गरेकी हुँदा उनलाई रुरु कन्या भनियो। रुरु कन्याले यौवनसम्म तपस्या गर्दा विष्णु प्रसन्न भई सोही स्थलमा बस्ने वरदान दिनुभयो। किनभने इन्द्रियहरूको संयम (हृषिक) मार्फत उत्पत्ति भएकोले यस स्थानलाई हृषीकेश भनियो। रुरु कन्याको नामबाटै यो क्षेत्रलाई रुरुक्षेत्र भनिन थालियो। यसको अन्य नामहरू ऋषिकेश, त्रृषिकेशव वा परमलोचना पनि प्रचलित छन्।

पूजा-आराधना तथा धार्मिक परम्परा

हृषीकेश मन्दिरमा सेन वंशीय कालदेखि पाल्पा अर्घलीका भट्टराईहरूद्वारा पूजा-आराधना सञ्चालित हुँदै आएको छ। नित्य पूजा पञ्चोपचार विधिबाट बाजागाजा सहित गरिन्छ। एकादशी बाहेक प्रत्येक दिन १२ वटा रोटीको भोग चढाइन्छ। कृष्ण जन्माष्टमी, हरिबोधिनी एकादशी तथा मकर संक्रान्ति पर्वहरूमा विशेष पूजा र जात्रा गरिन्छ। वि.सं. १८९८ मा सेन राजाद्वारा गुठी जग्गा दान गरिएको ऐतिहासिक अभिलेख उपलब्ध छ। हृषीकेश मन्दिर र यससँग जोडिएका किंवदन्ती, स्थापत्य र धार्मिक परम्पराले रुरुक्षेत्रलाई नेपालको वैष्णव तीर्थ परम्परामा प्रमुख स्थान प्रदान गरेका छन्। यसको पुरातात्त्विक, धार्मिक र सामाजिक मूल्य उच्च छ। यस प्रकारको सम्पदा संरक्षण, अध्ययन र प्रवर्द्धनले अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको दीर्घकालीन हस्तान्तरणमा सघाउ पुग्छ। साथै, यस क्षेत्रलाई धार्मिक–सांस्कृतिक पर्यटनको दृष्टिले उपयोग गर्न सकिने अपार सम्भावना रहेको छ। नेपालको रुरुक्षेत्र शैव परम्पराको एक महत्त्वपूर्ण केन्द्र रहेको छ। यहाँको धार्मिक भूमिका विशेष गरी रुद्रवेणी, भृगुतुङ्गेश्वर महादेव, मणिमुक्तेश्वर, सत्येश्वर, मुक्तेश्वर लगायतका शिवालयहरू मार्फत व्यक्त हुन्छ। यी मन्दिरहरू र आसपासका धार्मिक स्थलहरूले यहाँका श्रद्धालुहरूको आस्था र सांस्कृतिक जीवनमा विशिष्ट स्थान ओगटेका छन् (चित्र नं. १)।

आरती

हिन्दू धर्म दर्शनले दैनिक जीवनका प्रत्येक क्रियाकलापलाई आध्यात्मिक र वैज्ञानिक चेतनासँग जोडेको छ। तिनै मध्ये आरती एक अत्यन्त महत्त्वपूर्ण धार्मिक अनुष्ठान हो, जसले भक्त र इष्टदेव बीचको सम्बन्धलाई सजीव

बनाउँछ। आरती केवल दीप बाली घुमाउने क्रिया होइन, यो एक श्रद्धा, समर्पण, ऊर्जा, ध्यान र आभार व्यक्त गर्ने प्रक्रिया हो, जसको जरा धार्मिक ग्रन्थ र विज्ञान दुबैमा गहिरो छ। आरतीलाई देवताको सम्मान, प्रशंसा र समर्पणको चरम भाव मानिन्छ। यो पूजाको समापनको अत्यन्त पवित्र क्षण हो, जसमा भक्तजन एकाग्र भएर इष्टदेवलाई आफ्नो श्रद्धा समर्पण गर्छन् (चित्र नं. २)। स्कन्दपुराण, नारदपुराण, गरुडपुराण आदि ग्रन्थहरूमा आरतीलाई 'दीप-सेवा' भन्ने गरिएको छ। यसमा प्रकाशद्वारा प्रभुको तेजलाई सम्झने परम्परा छ। आरतीमा प्रयोग हुने दीप (अग्नि), धूप (वायु), फुल (पृथ्वी), जल (जल) र ध्वनि (आकाश/घण्टा, शंख) पञ्चतत्त्वको प्रतीक हुन्, जसबाट ईश्वरको आराधना हुन्छ।

ध्यान केन्द्रित गर्ने माध्यम

आरतीको लय, प्रकाश र ध्वनिले भक्तको मनलाई एक बिन्दुमा केन्द्रित गर्न मद्दत गर्छ।

सकारात्मक ऊर्जा विस्तार

आरती गर्दा उत्पन्न हुने ध्वनि तरंग, गन्ध र प्रकाशले वातावरणलाई सकारात्मक बनाउँछ र अशुद्धता हटाउँछ।

समूहिक चेतनाको जागरण

आरती सामूहिक रूपमा गाइने परम्पराले सामाजिक एकता, समरसता र भक्तिभाव बढाउँछ।

प्रकाशको प्रभाव (दीपक)

दीपकको प्रकाशले पिनियल ग्रन्थि (Pineal Gland) सक्रिय गर्छ, जसले मेलाटोनिन जस्तो हर्मोन स्रावित गरी मानसिक शान्ति र ध्यानको अवस्था ल्याउँछ। घुमाइने दीपक (दक्षिणावर्त रूपमा) ले साँकेतिक रूपमा ब्रह्माण्डीय ऊर्जालाई आमन्त्रण गर्ने विश्वास छ।

ध्वनि प्रभाव (घण्टा, शंख, आरती गीत)

आरतीमा घण्टा, शंख र गीतहरू प्रयोग हुँदा उत्पन्न हुने ध्वनि तरंगले वातावरणका हानिकारक सूक्ष्म जीवाणुहरूलाई नष्ट गर्न सक्छ। मानव मस्तिष्कमा सकारात्मक कम्पन उत्पन्न गराई तनाव घटाउने कार्य गर्छ।

गन्ध र सुगन्ध (धूप, चन्दन, फूल)

आरतीमा प्रयोग हुने धूप र चन्दनमा एन्टिब्याक्टेरियल गुण हुन्छ, जसले वातावरणलाई शुद्ध पार्छ।

सुगन्धले नाक मार्ग भएर मस्तिष्कमा सन्देश पठाइ मनोवृत्तिमा सकारात्मकता ल्याउँछ।

दृष्टि र ध्यान (प्रकाशतर्फ हेर्ने अभ्यास)

दीपकको उज्यालोमा ध्यान लगाउनुले दृष्टि केन्द्र (Occipital Lobe) सक्रिय गरी मानसिक स्थिरता प्रदान गर्छ।

परम्परागत पुस्तान्तरणको माध्यम

आरती गीतहरूबाट संस्कार, धर्म, भक्ति र परम्परा नयाँ पुस्तामा मौखिक रूपमा हस्तान्तरण हुन्छ।

समूहिक भक्ति-संस्कार

सामूहिक आरतीले परिवार र समाजमा धार्मिक चेतना र सद्भाव अभिवृद्धि गर्छ। आरती हिन्दू धर्मको अत्यन्त प्रभावशाली आध्यात्मिक अभ्यास हो, जसमा ईश्वर आराधना, ऊर्जा सञ्चार, वातावरणीय शुद्धता, मनोवैज्ञानिक सन्तुलन र सामाजिक एकता समाहित हुन्छ। पौराणिक विश्वास अनुसार आरतीले भगवानलाई प्रसन्न पार्ने कार्य गर्छ भने वैज्ञानिक रूपमा यसले शरीर, मन र वातावरणमा सकारात्मक कम्पन सृजना गर्छ।

शैव आस्था र मान्यता

रुद्रवेणीको नाम रुद्र अर्थात् शिवको एक रूपबाट आएको हो। रुरुक्षेत्रमा रहेको भृगुतुङ्गेश्वर मन्दिर पनि शिवको तीर्थस्थानका रूपमा प्रसिद्ध छ। यी स्थलहरूमा प्राचीन कालदेखि नै शिवपूजाको परम्परा निरन्तरता पाएको छ। धार्मिक–सांस्कृतिक इतिहासमा भीमसेन थापा परिवारको ठूलो योगदान रहेको छ। सत्यश्वेर महादेव मन्दिरको स्थापना जनरल भीमसेन थापाकी आमाले गरेको र वि.सं. १८८० मा उनले घण्टा चढाएको ऐतिहासिक तथ्यांक उल्लेखनीय छ। शैव मन्दिरहरूमा पारम्परिक रूपमा गुठी प्रणालीद्वारा व्यवस्थापन र संरक्षण भइरहेका छन्। अमूर्त आस्था र विश्वाशका कारण देवालयहरुमा विभिन्न अंगप्रत्यङ्गहरु जोडिएका छन्। यी मन्दिरहरूमा शिखर शैली, गुम्बजाकृति, काष्ठकलाका फूलबुट्टाहरू, नागफणा, गणेश मूर्तिहरू र कलात्मक तोरणहरू विशेष रूपमा देखिन्छन्। काष्ठमा झुण्डिएका घण्टाभिलेख, नन्दी मूर्ति र प्रस्तर शिलाले मध्यकालीन सेन आस्था र विश्वासको झलक दिएका छन्।

धार्मिक अनुष्ठान

यी शिवालयहरूमा नित्य पूजा, शिवरात्रि मेला, जात्रा तथा अन्य धार्मिक अनुष्ठानहरू निरन्तर हुँदै आएका छन्। पूजा–पाठ, बाजागाजा र दान–पूजा परम्परा स्थापित छ। गुठी मार्फत मन्दिर सञ्चालन र पूजापाठको व्यवस्थापन भइरहेको भए पनि आधुनिक समयमा व्यवस्थापनमा चुनौतीहरू आइरहेका छन्। रुरुक्षेत्रका शैव सम्प्रदायले यहाँको धार्मिक जीवनलाई समृद्ध मात्र होइन, सांस्कृतिक एकताको पनि सशक्त आधार प्रदान गरेका छन्। यस क्षेत्रको वास्तुकला, ऐतिहासिक अभिलेख र धार्मिक प्रथाहरूले नेपाली शैव धर्मको समृद्ध परम्परा दर्शाउँछन्। संरक्षण, व्यवस्थापन र प्रचार प्रसारमा विशेष ध्यान दिँदा यस क्षेत्रको सांस्कृतिक सम्पदा र धार्मिक महत्त्वलाई दीर्घकालीन रूपमा सुरक्षित गर्न सकिन्छ।

माघे सङ्क्रान्तिको मेला

नेपालको मध्यपश्चिम क्षेत्रमा अवस्थित रुरु क्षेत्र (रिडी) धार्मिक, सांस्कृतिक र ऐतिहासिक दृष्टिकोणले अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण स्थल हो। यो स्थान विशेष गरी माघे सङ्क्रान्ति पर्वका अवसरमा लाग्ने रुरु मेलाका कारण प्रख्यात छ। रुरु मेला र माघे सङ्क्रान्ति पर्वले धार्मिक आस्था, सामाजिक समरसता र सांस्कृतिक विविधतालाई एकसाथ उजागर गर्छ। माघ १ गते मनाइने माघे सङ्क्रान्ति नेपाली हिन्दू समुदायको प्रमुख पर्व हो। यो पर्व सूर्यको मकर राशिमा प्रवेश गर्ने दिन मनाइन्छ, जसलाई "मकर सङ्क्रान्ति" पनि भनिन्छ। धार्मिक मान्यता अनुसार यो दिनदेखि सूर्य दक्षिणायनबाट उत्तरायणतर्फ प्रवेश गर्छ, जसलाई देवताहरूको दिन (उत्तरायण) को आरम्भ मानिन्छ। रुरु क्षेत्र (रिडी), गुल्मी, पाल्पा र स्याङ्जाको संगमस्थलमा अवस्थित नेपालको एक महत्त्वपूर्ण धार्मिक तथा सांस्कृतिक स्थल हो। रुरुक्षेत्रलाई "नेपालको काशी" पनि भनिन्छ। यहाँ विशेष गरी माघे

सङ्क्रान्तिको अवसरमा आयोजना हुने रुरु मेला अत्यन्तै ऐतिहासिक, धार्मिक र सांस्कृतिक दृष्टिले महत्त्वपूर्ण मानिन्छ। यो मेला प्रत्येक वर्ष माघ महिनामा सुरु भई एक महिनासम्म चल्ने गर्दछ। विशेषगरी माघ १ गतेदेखि ३० गतेसम्म यहाँ लाखौँ श्रद्धालुजनको भीड लाग्दछ (चित्र नं. ३)।

धार्मिक महत्त्व

रुरु धामलाई त्रिवेणी संगमको रूपमा पनि मानिन्छ जहाँ रिडी खोला, कालीगण्डकी नदी र पौराणिक धार्मिक परम्परा एकै साथ मिसिएका छन्। यहाँको रुरु माधव मन्दिर भगवान विष्णुलाई समर्पित छ। माघे सङ्क्रान्तिको अवसरमा रिडी नदीमा स्नान गरेमा मोक्ष प्राप्त हुने विश्वासले श्रद्धालुहरू यो स्थानमा आइपुग्छन्। माघ महिनाभरि विशेष गरी माघ १, १४ (माघे सङ्क्रान्ति) र पूर्णिमाका दिन स्नान गर्ने परम्परा रहेको छ। पितृका नाममा जलदान तथा तर्पण गर्ने चलन रहेको छ। रुरु माधव मन्दिर, भृगुतुन्डेश्वर शिव मन्दिर र अन्य साना ठूला देवस्थलहरूको दर्शन गरिन्छ। रुरु मेलाले धार्मिक मात्र नभई सांस्कृतिक विविधता र एकता झल्काउँछ। यो मेला नेपालको विभिन्न जातजाति, सम्प्रदाय र समुदायको सांस्कृतिक आदानप्रदानको थलो बनेको छ। मेलामा विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम, भजन कीर्तन र लोकनृत्य प्रस्तुत गरिन्छ। मेलामा विभिन्न कृषि, हस्तकला तथा घरेलु सामग्रीहरूको विक्री प्रदर्शनी हुन्छ। यस अवधिमा वस्त्र, गहना, धार्मिक सामग्री, खाद्यपदार्थ लगायतका सामग्रीहरूको व्यापार हुने गर्दछ। माघे सङ्क्रान्तिमा रिडी स्नान गरेमा विष्णुलोक प्राप्त हुने विश्वासले मेलामा भीड लाग्ने गर्छ। यहाँ शालग्राम खोज्ने परम्पराले वैदिक परम्परा झल्काउँछ। यो मेला एक महिना लामो हुने भएकाले देशविदेशबाट आएका श्रद्धालुहरूको आवागमनले रुरुक्षेत्र जीवित धार्मिक केन्द्रको रूपमा देखिन्छ। रुरु माधव, भृगुतुण्डेश्वर, रुद्रवेणी, हाटधाम, भैरवधामजस्ता महत्त्वपूर्ण धार्मिक स्थलहरू एकै ठाउँमा अवस्थित छन् (चित्र नं. ४)। स्कन्दपुराण हिन्दू धर्मका अठार पुराणमध्ये सबैभन्दा ठूलो पुराण हो, जसमा लगभग ८१,००० श्लोकहरू छन्। यसको नाम शिवपुत्र स्कन्द (कार्तिकेय) को नामबाट राखिएको हो। यो पुराण मूलतः शैव परम्परासँग सम्बन्धित छ, तर यसमा अन्य देवीदेवताको माहात्म्य, तीर्थ क्षेत्र, धर्मशास्त्र, संस्कार, व्रत, उपवास आदि विषयहरूको पनि अत्यन्त विस्तृत वर्णन गरिएको छ।

श्लोकको आधिकारिक भावार्थः

श्लोकः

"प्रयागे शतधा स्नात्वा कुरुक्षेत्रे च नैमिषे।
कृष्णभायां सकृत् स्नात्वा फलं तुल्यं लभेन्नरः।।"

शब्दार्थः

प्रयागे – प्रयाग (वर्तमान प्रयागराज, त्रिवेणी संगम)
शतधा स्नात्वा – सयपटक स्नान गरेर
कुरुक्षेत्रे च नैमिषे – कुरुक्षेत्र र नैमिषारण्य तीर्थहरूमा
कृष्णभायां – कृष्णभा अर्थात् कालीगण्डकी नदीमा
सकृत् स्नात्वा – केवल एकपटक स्नान गरे पनि
फलं तुल्यं लभेन्नरः – समान फल प्राप्त हुन्छ

भावार्थ

तीर्थराज प्रयागमा, धर्मक्षेत्र कुरुक्षेत्रमा र पवित्र नैमिषारण्यमा सयपटक स्नान गर्दा जति पुण्य फल प्राप्त हुन्छ, त्यो फल कालीगण्डकी नदी (कृष्णभा) मा केवल एकपटक स्नान गरेर नै प्राप्त हुन्छ।

व्याख्या र विश्लेषण

गण्डकी (कृष्णभा) को आध्यात्मिक महिमा

गण्डकी नदी हिन्दू धर्ममा केवल नदी नभई *देवी* तुलसीको शरीरबाट उत्पन्न पवित्र स्रोत मानिन्छ। यही नदीको शिलामा शालग्राम शिला पाइन्छ, जुन भगवान विष्णुको मूर्तिस्वरूप मानिन्छ। स्कन्दपुराणमा यस नदीलाई "मोक्षदायिनी", "पापनाशिनी" तथा "तीर्थराज प्रयाग भन्दा पनि श्रेष्ठ" बताइएको छ।

तीर्थहरूको तुलनात्मक अध्ययन

प्रयाग, कुरुक्षेत्र र नैमिषारण्य हिन्दू धर्मका अत्यन्त प्रतिष्ठित तीर्थ हुन्, जहाँ विशेष पर्वहरूमा स्नान गर्दा अनन्त पुण्य प्राप्त हुने विश्वास छ। तर, यो श्लोकले देखाउँछ कि गण्डकी (कृष्णभा) नदीको आध्यात्मिक शक्ति यति उच्च छ कि अन्य प्रसिद्ध तीर्थहरूमा बारम्बार स्नान गर्नुपर्ने पुण्यफल यसमा एकपटक स्नानले प्राप्त हुन्छ।

वेद–पुराण सन्दर्भ अनुसार गण्डकी

गण्डकी नदी केवल जल शुद्धता मात्र होइन, विष्णुभक्ति, शालग्राम दर्शन, अर्घदान जस्ता अध्यात्मिक अभ्यासका लागि पनि महत्त्वपूर्ण छ। स्कन्दपुराणमा यसलाई "दिव्य गण्डकीतुल्य" भनिएको छ, र यहाँको स्नान, श्राद्ध, तर्पण, दान इत्यादि अत्यन्त प्रभावकारी ठानिएको छ।

वैज्ञानिक दृष्टिकोण

गण्डकी नदी हिमालयबाट उत्पन्न भएकाले यसको जलमा उच्च खनिज तत्त्व पाइन्छ। यो क्षेत्रमा पाइने शालग्राम शिला (अमोनाइट जीवाश्म) स्वयं भूगर्भीय दृष्टिले अद्वितीय छ, जसले यो नदीको ऐतिहासिक र वैज्ञानिक मूल्य समेत उजागर गर्छ। स्कन्दपुराणमा उल्लेखित "कृष्णभायां सकृत् स्नात्वा" श्लोकले केवल धार्मिक महिमा मात्र होइन, गण्डकी नदीको भौगोलिक, सांस्कृतिक, आध्यात्मिक गहिराइ समेत स्पष्ट गर्छ।

रुरुक्षेत्रमा पवित्र स्नान

गण्डकी नदी हिन्दू सभ्यता र आस्था प्रणालीको मूल केन्द्र हो। यो नदीलाई मात्र जलस्रोत नभई देवी स्वरूपमा आराधना गरिन्छ। लाखौँ श्रद्धालुहरू गण्डकीको पवित्र जलमा स्नान गरी आत्मशुद्धि, मोक्ष, र पाप विमोचनको कामना गर्छन्। तर पौराणिक मान्यता र धार्मिक आस्थाको आधारमा गण्डकी स्नानको जो महत्त्व छ, त्यसमा वैज्ञानिक दृष्टिकोणबाट समेत पर्याप्त आधारहरू पाइन्छन्।

गण्डकी अवतरणको कथा

हिन्दू पुराण अनुसार गण्डकी स्वर्ग (ब्रह्मलोक) बाट पृथ्वीमा अवतरण गरी राजा भागीरथका पूर्वजहरूलाई मोक्ष दिलाउने प्रयोजनका लागि भूतलमा ल्याइएको मानिन्छ। त्यसैले गण्डकीजल पवित्र र पापनाशक मानिन्छ।

मोक्षदायिनी स्वरूप

स्कन्दपुराण, महाभारत र वाल्मीकि रामायण जस्ता ग्रन्थहरूमा उल्लेख गरिएको छ कि गण्डकी स्नान, गण्डकी जल सेवन वा अन्त्यमा गण्डकी किनारमा मृत्यु प्राप्ति हुँदा मोक्ष मिल्छ।

तीर्थस्थलको महिमा

हरिद्वार, काशी, प्रयाग, गण्डकी जस्ता तीर्थस्थलहरूमा स्नान गर्दा विशेष पुण्य प्राप्त हुन्छ भन्ने विश्वासले हरेक वर्ष करोडौं श्रद्धालुलाई आकर्षण गर्छ।

जलको स्वतः शुद्धिकरण क्षमता

अन्य नदीहरूसँग तुलना गर्दा गण्डकी नदीको पानीमा औक्सिजन धारण गर्ने क्षमता बढी पाइन्छ, जसले पानीलाई लामो समयसम्म सुरक्षित राख्न मद्दत गर्दछ। यही कारणले "गण्डकीको जल" वर्षौंसम्म बिग्रँदैन।

त्वचा र स्नायु प्रणालीमा सकारात्मक प्रभाव

बिहानको चिसो गण्डकीको जलले स्नायु तन्त्र सक्रिय बनाउँछ, रक्तसञ्चार सन्तुलित हुन्छ, मानसिक ताजगी र आत्मिक ऊर्जा प्राप्त हुन्छ।

सामूहिक स्नानको सामाजिक पक्ष

धार्मिक पर्वमा सामूहिक स्नानका कारण मानिसहरू बीच मेलमिलाप, सद्भाव, र समरसताको विकास हुन्छ। यो सामाजिक स्वास्थ्यका दृष्टिकोणबाट पनि सकारात्मक छ। पवित्र स्थलमा स्नान गर्दा मानसिक विश्वासजन्य प्रभाव (Placebo Effect) अनुसार मानसिक रूपमा शरीर हलुका, पवित्र र नकारात्मक भावनाबाट मुक्त भएको अनुभूति हुन्छ। गण्डकी स्नान प्रायः व्रत, ध्यान, जप, दानसँग जोडिएको हुँदा व्यक्तिमा आत्मसंयम, सकारात्मक सोच र आत्मविश्वासको विकास हुन्छ। आजको वैज्ञानिक युगमा गण्डकी स्नानलाई केवल कर्मकाण्डको रूपमा हेर्नु गलत हुनेछ। यदि वातावरण संरक्षण, जल स्रोतको सदुपयोग, सामूहिक एकता, तथा आत्मिक शुद्धिको दृष्टिले व्याख्या गरियो भने यसले पर्यावरणीय सन्देश र सार्वजनिक स्वास्थ्यको सुदृढीकरणमा समेत भूमिका खेल्दछ। गण्डकी स्नानको परम्परा पौराणिक युगदेखि आजसम्म जीवित छ, जुन केवल अन्धविश्वास नभई वैज्ञानिक र सामाजिक आधारमा पनि सशक्त छ। यसले धार्मिक श्रद्धा, शारीरिक सफाइ, मानसिक शान्ति र सामाजिक समरसता सबै पक्षमा सकारात्मक प्रभाव पार्दछ। त्यसैले पवित्र गण्डकी नदीमा स्नान गर्नु एक बहुआयामिक सांस्कृतिक अभ्यास हो, जसको संरक्षण र सही व्याख्या आवश्यक छ।

प्रचलन

माघे सङ्क्रान्तिको स्नान, तर्पण र दर्शनले जीवन सफल हुने, पाप क्षय भई पुण्य प्राप्त हुने जनविश्वासले यो मेला युगौंदेखि चलिआएको छ। थुप्रै परिवारले वर्षेनी एकपटक रिडी गएर स्नान गर्ने परम्परा जगेर्ना गरेका छन्। मेला व्यवस्थापनदेखि धार्मिक कार्यक्रम सञ्चालनसम्म स्थानीय समुदायको प्रमुख भूमिका रहन्छ। रुरु धाम रिडीको माघे सङ्क्रान्ति मेला धार्मिक आस्था, ऐतिहासिक गौरव, सांस्कृतिक विविधता र सामाजिक एकताको प्रतीक हो। यो मेला नेपाली समाजमा पवित्रता, शुद्धता र मोक्ष प्राप्तिको भावनासँग जोडिएको छ। सदियौंदेखि

निरन्तरता पाउँदै आएको यस मेलाको संरक्षण, प्रवर्द्धन र अध्ययनले नेपाली धार्मिक पर्यटन र संस्कृतिको विकासमा महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउँछ। नेपालको प्रसिद्ध धार्मिक तीर्थस्थल रुरुक्षेत्र ऐतिहासिक, धार्मिक तथा सांस्कृतिक दृष्टिकोणले अतुलनीय मानिन्छ। रुरुक्षेत्र विशेष गरी रुरु माघे मेला, रिडी तीर्थस्नान र ऋषिकेश अवतारका कारण प्रसिद्ध छ। यही रुरुक्षेत्रमा प्रत्येक वर्ष माघ महिनामा विशेष रूपमा मनाइने तीन प्रमुख सङ्क्रान्तिहरू जेठी, माहिली र कान्छी सङ्क्रान्तिले अनन्य महत्त्व राख्छन्।

जेठी सङ्क्रान्ति (माघ १ गते)

माघ १ गते सूर्य धनु राशिबाट मकर राशिमा प्रवेश गर्ने दिन भएकाले मकर सङ्क्रान्ति पनि भनिन्छ। यही दिन ऋषिकेश भगवान प्रकट भएको विश्वास गरिन्छ, त्यसैले "ऋषिकेश अवतरण दिवस" को रूपमा समेत मनाइन्छ। यो दिन स्नान, दान र श्राद्ध गर्दा धेरै पुण्य प्राप्त हुने विश्वास छ। नदी स्नान र मेला अवलोकन गर्न हजारौं भक्तजन रुरुक्षेत्र आउँछन्। जेठी सङ्क्रान्तिमा स्नानपछि ऋषिकेश मन्दिरमा पूजा–अर्चना गरिन्छ। तिल, चाकु, घ्यू, गुड, चामल र सुनको दान गर्नु पुण्यदायी मानिन्छ। यो दिनलाई तीनै सङ्क्रान्तिहरू मध्ये सबैभन्दा ठूलो (जेठी) मानिन्छ।

माहिली सङ्क्रान्ति (माघ १५ गते)

माघ महिनाको मध्य अर्थात माघ १५ गते पर्ने यो सङ्क्रान्तिलाई माहिली भनिन्छ। यो दिन पनि पवित्र स्नान, दान र पूजा पाठ गरिन्छ। वर्षमा एकपटक स्नान गरेर ऋषिकेश दर्शन गर्नाले मुक्ति प्राप्त हुने विश्वासले हजारौं श्रद्धालु यहाँ आउने गर्दछन्। माहिली सङ्क्रान्तिमा पनि मेला लाग्दछ, यद्यपि भीड जेठीको तुलनामा अलिक कम हुन्छ। व्रत बस्ने, तीर्थस्नान गर्ने, आरती, भजन कीर्तन गर्ने परम्परा रही आएको छ। यस दिन पवित्र रिडी खोलाको पानीमा स्नान गरेर ऋषिकेश दर्शन गर्ने चलन पुरानो छ।

कान्छी सङ्क्रान्ति (माघ ३० गते)

माघ महिनाको अन्त्यमा पर्ने माघ ३० गते कान्छी सङ्क्रान्ति मनाइन्छ। यो दिनले माघे मेलाको समापन जनाउँछ। कान्छी भन्ने शब्दले माघे सङ्क्रान्तिको तेस्रो चरण जनाउँछ। यस दिन पनि स्नान र दर्शनको महत्त्व बराबरी छ। मेलाको अन्तिम दिन भएकाले श्रद्धालुहरूको उत्साह अझ विशेष हुन्छ। विशेष गरी स्थानीय समुदाय र तीर्थयात्रीहरूको भेटघाट, व्रत र संकल्प लिने चलन रहेको छ।

तीन सङ्क्रान्तिको अनुक्रमिक सांस्कृतिक अर्थ

सङ्क्रान्ति	मिति	स्थान/उत्सव	विशेष कार्य
जेठी	माघ १	रुरुक्षेत्र – ऋषिकेश मन्दिर	स्नान, ऋषिकेश दर्शन, दान, अवतरण महोत्सव
माहिली	माघ १५	स्नान–पूजा, भजन कीर्तन	भक्तहरूको दोश्रो ठूलो जमघट
कान्छी	माघ ३०	समापन मेला	स्नान, अन्तिम दर्शन, संकल्प

धार्मिक दर्शन र जनविश्वास

रुरुक्षेत्रमा प्रचलित यी तीनवटै सङ्क्रान्तिहरूः सूर्यको संक्रमण, ऋषिकेश भगवानको प्राकट्य, तीर्थस्नानद्वारा मुक्ति प्राप्तिको विश्वास, दान पुण्यको अवसर सङ्ग गहिरो सम्बन्ध राख्दछन्। यिनको निरन्तरता हिन्दू धर्म दर्शनमा वर्णित "तीर्थ यात्रा, काल विशेष, स्नान, दान र व्रत" को वैज्ञानिक, धार्मिक र सामाजिक सूत्रसँग मेल खान्छ। जेठी, माहिली र कान्छी सङ्क्रान्तिहरू रुरुक्षेत्रको धार्मिक, सांस्कृतिक र पर्यटकीय विरासत हुन्। यी पर्वहरू पवित्र स्नान र पूजा अर्चनाको माध्यमबाट आत्म शुद्धि र मोक्ष प्राप्तिको आस्था बोकेको, स्थानीय संस्कृति र आन्तरिक पर्यटन प्रवर्द्धन गर्ने, पुस्तान्तरण मार्फत निरन्तरता पाएको परम्परा हुन्।

पुस्तान्तरण **(Intergeneration Transmission)**

यहाँका अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदाहरुको पुस्तान्तरणका लागि विभिन्न क्रियाकलापहरु संचालन गरिनु पर्ने हुन्छ। जस्तै

धार्मिक शिक्षा र परिवार केन्द्रित परम्परा विस्तार

गृह संस्कार र बाल्यकालीन सामाजीकरण

अभिभावकहरूले बालबालिकालाई सानैदेखि ऋषिकेश भगवानको कथा, माघे मेलाको महत्त्व, तीर्थस्नानको परम्परा सिकाउनुपर्छ। घरमै दैनिक पूजा, आरती र मन्त्र पाठको अभ्यास गराउनुले भावी पुस्तामा आस्था जगाउँछ।

बृद्ध ज्येष्ठले अनुभव बाँड्ने संस्कार

बुवा–हजुरबुबा, आमा–हजुरआमाले आफ्ना धार्मिक अनुभव (जस्तैः माघे मेला गएको, व्रत बसेको, दान गरेको) मौखिक परम्पराको रूपमा बालबालिकालाई सुनाउनु, जुन पुस्तान्तरणको प्रभावकारी माध्यम हो।

विद्यालय तथा पाठ्यक्रम मार्फत धार्मिक अनुष्ठानको समावेश

विद्यालयस्तरको पाठ्यपुस्तक र पाठ्यक्रम

स्थानीय विद्यालयहरूमा "रुरुक्षेत्र र यसको धार्मिक महत्त्व" समेटिने पाठ्य सामग्री समावेश गर्नुपर्छ।

नैतिक शिक्षा **(Moral Education)** अन्तर्गत धार्मिक, नैतिक र सांस्कृतिक अंश राख्ने।

अभ्यासात्मक सिकाइ **(Experiential Learning)**

विद्यार्थीलाई रुरुक्षेत्र भ्रमण, धार्मिक मेला अवलोकन तथा स्थानीय पूजाआजा कार्यक्रममा सहभागीता गराउनु।

संस्थागत संरक्षण र मेला व्यवस्थापन

धार्मिक संस्थान तथा गुठीहरूको भूमिका

रुरुक्षेत्र विकास समितिहरू, गुठी संस्था, स्थानीय धार्मिक समितिहरूले युवालाई लक्षित गरी धार्मिक कार्यशाला, भजन प्रतियोगिता र कथा वाचन कार्यक्रम आयोजना गर्न सक्छन्।

मेला व्यवस्थापनमा युवाको सहभागीता

माघे मेलाको व्यवस्थापनमा स्थानीय युवालाई स्वयंसेवक, सूचना सञ्चार, सांस्कृतिक प्रस्तुतिमा समावेश गराउनु।

डिजिटल माध्यमबाट पुस्तान्तरण

डिजिटल अभिलेखन (Digital Documentation)

रुरुक्षेत्रको अनुष्ठान, आरती, कथा, मेला, पूजा विधि आदि भिडियो, अडियो, ब्लग र अनलाइन प्लेटफर्ममा संकलन तथा प्रचार गर्नुपर्छ।

सामाजिक सञ्जाल र मोबाइल एप्स

युवापुस्ताले सहजै बुझ्ने माध्यमबाट, फेसबुक, युट्युब, इन्स्टाग्राम, टिकटक जस्ता प्लेटफर्म मार्फत धार्मिक सन्देशहरू प्रवाह गर्न सकिन्छ।

अनुसन्धानात्म लेखन

शोधकार्य र संग्रह

विश्वविद्यालय, विद्यालय, अनुसन्धान संस्था तथा संस्कृतिविद्हरूले रुरुक्षेत्रका अनुष्ठानहरूको मौखिक इतिहास, साहित्य, पुरातत्त्व र परम्परागत विधिहरूको अध्ययन गर्नुपर्छ।

अभिलेखालय स्थापना

प्रदेश अभिलेखालय **(Archives)** स्थापना गर्नुपर्ने र पाल्पा दरबार संग्रहालय मार्फत ग्रन्थ, तस्विर, सामग्री, पोशाक आदिको संरक्षण गर्न सकिन्छ।

स्थानीय स्तरमा 'धार्मिक संस्कार शिविर' सञ्चालन

युवाहरूलाई लक्षित गरी मन्त्र शिक्षा, पूजाविधि अभ्यास, कथा वाचन प्रतियोगिता, "मेरो रुरुक्षेत्र" निबन्ध/चित्रकला कार्यक्रम जस्ता रचनात्मक क्रियाकलाप गराएर आस्था र समर्पण विकास गर्न सकिन्छ।

अन्तर पुस्तीय संवाद र सहकार्यको सृजना

पुस्तान्तरणका लागि पुराना र नयाँ पुस्ताबीचको सम्बन्ध बलियो बनाउनु अत्यावश्यक हुन्छ।

"हजुरबुबासँग एक दिन", "नातिनीसँग रुरु कथा", "घरपरिवारमा पूजा समारोह" जस्ता अभिप्रेरक कार्यक्रमद्वारा सामूहिक चेतना विस्तार गर्न सकिन्छ।

रुरुक्षेत्रको धार्मिक अनुष्ठान केवल श्रद्धा र आस्थाको विषय मात्र नभई हाम्रो सांस्कृतिक पहिचान, जीवन मूल्य र सामाजिक एकताको प्रतीक हो। यसको पुस्तान्तरणका लागि परम्परा र प्रविधि बीच सन्तुलन, शिक्षा र अनुभव, परिवार, विद्यालय, संस्था र सरकारको सहकार्य अपरिहार्य छ। यी पर्वहरूको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्नु भनेको रुरुक्षेत्रको धार्मिक सांस्कृतिक जीवन्तता कायम राख्नु हो। मेलाको साथमा रहेको तर्पण, स्नान, शालग्राम पूजा, भजन-कीर्तन जस्ता विधिहरू पुस्तान्तरण हुँदै नजाँदा कमजोर हुनसक्ने सम्भावना छ। त्यसैले यसलाई

अभिलेखीकरण र व्यवहारिक अभ्यास मार्फत जोगाउनु आवश्यक छ। रिडी नदी र कालिगण्डकी क्षेत्र प्राकृतिक रूपमा पनि संवेदनशील भएकाले मेलाको चापले वातावरणीय क्षति हुन नदिन संरक्षण रणनीति आवश्यक छ। मन्दिर, तीर्थस्थल, स्नान क्षेत्र, शौचालय, सरसफाइ तथा आवास सेवाको गुणस्तर सुधार गरी आगन्तुक तीर्थालुका लागि सुगम यातायात र सुरक्षित बासस्थान उपलब्ध गराउनुपर्ने आवश्यकता देखिन्छ। भजन, लोकगीत, नाचगान, धार्मिक कथावाचन, सामूहिक पूजा आदिको औपचारिक आयोजना गर्नुपर्ने र स्थानीय कलाकार र संस्कृति बोकेका समूहलाई सहभागीतामा प्राथमिकता दिन आवश्यक देखिन्छ। बालबालिका र युवा पुस्तालाई मेला चाडपर्वको अर्थ, विधि र मूल्य बारे प्रशिक्षण दिनुपर्ने र विद्यालय तथा संस्कृत पाठशालासँग समन्वय गरी 'धार्मिक परम्परा परिचय कार्यक्रम' सञ्चालन गर्नपर्ने देखिन्छ। रुरु क्षेत्रलाई धार्मिक तथा सांस्कृतिक पर्यटकीय गन्तव्यको रूपमा विकास गर्नु पर्छ। पर्यटन प्रवर्द्धनका लागि विज्ञापन, ब्रोसर, पोस्टर, भिडियो सामग्री निर्माण गरी देश-विदेशमा प्रचार गर्नुपर्ने देखिन्छ। रुरु मेलाको इतिहास, विधि, महत्त्वबारे जानकारी सहितको वेबसाइट, मोबाइल एप निर्माण गर्नुपर्छ। सामाजिक सञ्जाल मार्फत मेला सम्बन्धी प्रत्यक्ष प्रसारण (Live Streaming), ब्लग, यूट्युब भिडियोहरू प्रचार गर्ने गर्नुपर्छ।

निष्कर्ष (Conclusion)

रुरुक्षेत्र एक तीर्थस्थलका साथै यो पुर्खाको धर्म, संस्कृति र इतिहासको एक गतिशील केन्द्र हो। यसको अभौतिक सम्पदाले नेपालको धार्मिक चेतना, सामाजिक एकता र परम्परा हस्तान्तरणमा महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको छ। यस्ता सम्पदाको संरक्षणमा समुदाय, सरकार र अनुसन्धानकर्ता मिलेर दीर्घकालीन रणनीति बनाउनुपर्छ। रुरुक्षेत्रका धार्मिक अनुष्ठानहरू केवल श्रद्धा र परम्पराको प्रतीक मात्र होइनन्, ती नेपाली समाजको सांस्कृतिक आत्माको जीवित अभिव्यक्ति हुन्। यस्ता अनुष्ठानहरू पुस्तौंदेखि मौखिक र व्यवहारिक परम्परा मार्फत हस्तान्तरण हुँदै आएका छन्, जसले समुदायको सामूहिक चेतनालाई एकीकृत गर्दै सामाजिक समरसता र नैतिक मूल्यमान्यतालाई सुदृढ बनाउने कार्य गरेका छन्। वर्तमान वैज्ञानिक युगमा धार्मिक अनुष्ठानहरूलाई अन्धविश्वासको रूपमा होइन, सामाजिक मनोविज्ञान, सांस्कृतिक उत्तराधिकार र सामूहिक स्मृतिको संरक्षणका रूपमा बुझ्न आवश्यक छ। समाजशास्त्रीय र मानवशास्त्रीय अध्ययनले पनि यस्तो प्रकारको सांस्कृतिक अभ्यासले समुदायबीच आपसी सहकार्य, सद्भाव र पहिचानको भावना सुदृढ गर्छ। पर्यटनको दृष्टिकोणले हेर्दा, रुरुक्षेत्रका मौलिक अनुष्ठानहरूलाई सांस्कृतिक पर्यटनको महत्त्वपूर्ण पाटो बनाउँदै रुरुक्षेत्रको परिचय अन्तर्राष्ट्रिय स्तरसम्म पुऱ्याउन सकिन्छ। यसको लागि वैज्ञानिक व्यवस्थापन, दस्तावेजीकरण, पूर्वाधार विकास, स्थानीय सहभागीता र डिजिटल प्रविधिको प्रयोग अपरिहार्य छ। धार्मिक अनुष्ठानको वैज्ञानिक, सांस्कृतिक र सामाजिक मूल्यलाई आत्मसात गर्दै त्यसको संरक्षण, संवर्द्धन,समुचित प्रवर्द्धन तथा पुस्ता हस्तान्तरण गर्न सकेमा रुरुक्षेत्र केवल एक धार्मिक स्थल नभएर समृद्ध सांस्कृतिक पर्यटन गन्तव्यको रूपमा स्थापित हुन सक्छ, जुन स्थानीय समुदायको आत्मसम्मान, अर्थतन्त्र र संस्कृति दुवैलाई बलियो बनाउने आधार बन्न सक्छ।

कृतज्ञता (Acknowledgment)

यस अध्ययनमा सहयोग पुऱ्याउनुहुने स्थानीय सरकार, रुरुक्षेत्रका पूजारी, साधु सन्त, स्थानीय बासिन्दा,पर्यटन डिभिजन कार्यालय रूपन्देहीप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु।

❑❑

सन्दर्भ सामग्री (References)

गिरी, गितु, (२०५९), *लुम्बिनी अञ्चलका सांस्कृतिक पर्यटकीय स्थलहरू,* सिद्धार्थनगरः लुम्बिनी युवा ग्रामीण विकास समाज।

घिमिरे, विष्णुप्रसाद, (२०४५), *पाल्पा राज्यको ईतिहास,* (भाग१), चितवनः घिमिरे प्रकाशन।

नेपाल सरकार, संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय *"सांस्कृतिक सम्पदाको सूची"*।

पन्थी, टीकाराम,(२०४२) केही जनश्रुतिहरू, गुल्मीः किरण पुस्तकालय।

पोखरेल, आर. (२०७५), *नेपाली तीर्थधामहरूको सांस्कृतिक अध्ययन,* काठमाडौंः त्रिवि प्रकाशन।

राजवंशी, शङ्करमान (सम्पा), (२०२०) *सेनवंशावली,* काठमाडौंः श्री५ को सरकार पुरातत्त्व विभाग।

शर्मा, भीष्मप्रसाद, (२०२५) *गुल्मी जिल्लाको भूगोल*, गुल्मीः मित्रब. रायमाझी।

सिंह, कवीन्द्रमान, *पाल्पाको सेरोफेरोतिर,* तानसेनः महेशमानसिंह।

सुवेदी, राजाराम, (२०५५) *गुल्मीको ऐतिहासिक झलक*, गुल्मीः किरण पुस्तकालय।

Pandey, R.N., (2000) *Sacred Complex of Rurukshetra;* Delhi: Adroit Publishers.

स्कन्द पुराण (हिन्दूग्रन्थ)









तस्विरहरू



सोरठीमा नृत्य गर्दै थारू समुदायका युवतीहरू



मारूनी नाचको एक झलक



रणउर्जीरेश्वरी भगवती खटयात्रा



श्री शालवृक्षावतार नारायण परब्रह्म



जितगढी सराएँ नृत्य, बुटवल



गुल्मीको तीज नाच



रमजान पर्व

लुम्बिनी प्रदेशका प्रमुख पर्यटकीय क्षेत्रहरू


सुपादेउराली मन्दिर, अर्घाखाँची


सिस्ने हिमाल, पूर्वी रूकुम


बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज, बर्दिया


रानीमहल, पाल्पा


रेसुङ्गा मन्दिर, गुल्मी


रामग्राम स्तुप, परासी


धारापानी, दाङ


स्वर्गद्वारी मन्दिर, प्युठान

आर्यअष्टाङ्गिक मार्ग (धर्मचक्र)



लुम्बिनी प्रदेशका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा

लुम्बिनी प्रदेश सरकार

उद्योग, पर्यटन तथा यातायात मन्त्रालय

राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

इ-मेलः lumbinimoletm@gmail.com, info.moletm@lumbini.gov.np

वेवसाइटः www.moletm.lumbini.gov.np