प्रथम अध्याय

अध्ययनपत्रको परिचय

१.१. विषय परिचय

भाचोक गाउँ विकास समिति गण्डकी अञ्चलको कास्की जिल्लामा पर्ने एउटा गा.वि.स. हो । यो गा.वि.स. पोखराबाट ३३.६ कि.मी. उत्तर पूर्वी भागमा अवस्थित छ । यस गा.वि.स. को पूर्वमा मिजुरेडाँडा, दक्षिणमा माझठाना गा.वि.स. पश्चिममा सैमराङ गा.वि.स. र उत्तरमा अन्नपूर्ण हिमश्रृङ्खला पर्दछन् । यस गा.वि.स.को क्षेत्रफल १५.४९ वर्ग कि.मि. रहेको छ । यहाँ विभिन्न जातिका मानिसको बसोबास पाइन्छ । यहाँका उखानको सम्बन्धमा कतै अध्ययन चर्चा गरिएको छैन । त्यसैले यस क्षेत्रमा प्रचलित उखानलाई यस अध्ययनपत्रमा अध्ययन गर्ने लक्ष्य राखिएको छ ।

१.२ अध्ययन शीर्षक

यस अध्ययनपत्रको शीर्षक **भाचोक गा.वि.स.मा प्रचलित उखानको अध्ययन** रहेको छ ।

१.३ प्रयोजन

यो अध्ययनपत्र त्रिभुवन विश्वविद्यालय मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र सङ्काय पृथ्वीनारायण क्याम्पस नेपाली विभाग अन्तर्गत स्नातकोत्तर तह दोस्रो वर्षको दसौं पत्र (५१०-६) लोक साहित्य अन्तर्गत पचास (५०) पूर्णाङ्कको पूरक प्रयोजनको लागि प्रस्तुत गरिएको छ ।

१.४ समस्या कथन

प्रस्तुत अध्ययनमा निम्न लिखित समस्याहरू रहेका छन् :

भाचोक गा.वि.स. को चिनारी कुन किसिमको छ ?

भाचोक गा.वि.स.मा उखानको स्थिति कस्तो छ ?

भाचोक गा.वि.स.का उखानको कसरी मूल्याङ्कन गर्न सकिन्छ ?

१.५ उद्देश्य कथन

प्रस्तुत अध्ययनमा निम्न लिखित उद्देश्यहरू रहेका छन् :

भाचोक गा.वि.स. को चिनारी गराउनु,

भाचोक गा.वि.स.को उखानको स्थिति चिनाउनु,

भाचोक गा.वि.स.का उखानको मूल्याङ्कन गर्नु ।

१.६ पूर्व कार्यको विवरण

नेपाली लोक साहित्यमा उखानको बारेमा विभिन्न अध्येताहरूले उखानको सङ्कलन गरी पुस्तक प्रकाशित गरेको पाइन्छ । जसमध्येका केही सन्दर्भ सामग्रीलाई पूर्व कार्यको विवरणका रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ ।

पुष्करशमशेर : नेपाली उखान टुक्का कोश (१९९८)

नेपाली उखान टुक्काको वर्णक्रमानुसार सूची र वाक्यांश पद्धति इत्यादिको कोश खण्ड १ र खण्ड २ मा प्रस्तुत गरिएको छ ।

सत्यमोहन जोशी : हाम्रो लोकसंस्कृति (२०१४)

जोशीको हाम्रो लोक संस्कृति नामक यस पुस्तकमा उखान भनेको पदलालित्यले हिस्सी परेको, लाक्षणिक भावपूर्ण भएको एक लोकोक्ति हो । एक किसिमले उखान भनेकै एक हृदयकोश हो जसको प्रयोग ठाउँ र बेलाहेरी हुन्छ भनेका छन् ।

राममणि आचार्य : उखान सङ्ग्रह (२०२६)

प्रस्तुत पुस्तकमा हिन्दी र संस्कृतका उखान टुक्काहरू पाइन्छ ।

रत्नकर देवकोटा : जुम्लेली शब्द उखान सङ्ग्रह (२०२७)

प्रस्तुत पुस्तकमा जुम्लाका उखानहरूको सङ्कलन गरिएको पाइन्छ ।

कृष्णचन्द्र अर्याल : लौकिक न्यायमणिमाला (२०३२)

प्रस्तुत पुस्तकमा उखानहरूको विस्तृतीकरण पाइन्छ ।

हर्षनाथ भट्टराई : नेपाली उखान टुक्का (२०३२)

प्रस्तुत कृतिमा शैक्षिक प्रयोजनका उखानहरू रहेका छन् ।

कृष्णप्रसाद पराजुली : नेपाली उखान र गाउँ खाने कथा (२०३९)

यस पुस्तकमा नेपाली उखान र गाउँखाने कथाको अध्ययन परम्पराका साथै प्रयोग पक्ष पनि समेट्न पुगेको छ ।

धर्मराज थापा र हंसपुरे सुवेदी : नेपाली लोक साहित्यको विवेचना (२०४१)

उक्त पुस्तकमा उखानको परिचय, प्रचलन, विशेषता, वर्गीकरण र विश्लेषण गर्ने कार्य भएको छ । यसले अध्येतालाई सहज र सरल बनाएको छ ।

चूडामणि बन्धु : नेपाली लोक साहित्य (२०५८)

यस पुस्तकमा उखानका विशेषता, तत्त्व, प्रयोग, उत्पत्ति र वर्गीकरण गरिएको पाइन्छ । यसले अध्येतालाई यथेष्ट ज्ञान दिन सफल भएको छ ।

यसैगरी मोहनराज शर्माले नेपाली उखानलाई वाक्यस्तरको संरचना हुने त्यस सूत्रात्मक उक्ति वा कथनलाई उखान भनिन्छ । जसको अर्थ त्यसका उक्तिसँग सम्बन्ध हुन्छ भनेर उखानको बारेमा चर्चा गरेको पाइन्छ । माथि उल्लेख गरिएका अध्ययनले नेपाली लोक साहित्य उखानका विषयमा जानकारी गराए पनि भाचोक गा.वि.स.का उखानको जानकारी गराएका छैनन् र त्यो अभावलाई यस अध्ययनले पूरा गर्न खोजेको छ । यस अध्ययनले त्यस क्षेत्रलाई लक्षित गरेर त्यहाँका उखानको अध्ययन गर्ने लक्ष्य राखेको छ ।

७.७ अध्ययनको औचित्य

वर्तमान परिवेशमा लोक साहित्यको सबै विधानहरूको अध्ययन हुन थालेको छ र ती विधाहरूको स्वरूप कुन कुन क्षेत्रमा कस्तो कस्तो रहेको छ भन्ने कराको जानकारी पनि आजका सन्दर्भमा विज्ञसमाजलाई चासोको विषय हुन्छ । यसै सन्दर्भमा भाचोक गा.वि.स.का उखानहरूको जानकारी पनि सबैका निम्ति सरोकारको विषय बन्छ र यस अध्ययनले सो काम गर्न लागेकोले त्यसको औचित्य देखिन्छ ।

१.८ अध्ययनको सीमाङ्कन

यस अध्ययनपत्रमा नेपाली उखानको सिङ्गो अध्ययन नभएर कास्की जिल्ला अन्तर्गत भाचोक गाउँ विकास समितिमा प्रचलित उखानको सङ्कलन र वर्गीकरण मात्र गरिएको छ ।

१.९ सामग्री सङ्कलन विधि

आवश्यकता अनुसार सम्बन्धित क्षेत्रमा गई स्थानीय व्यक्तिसँग सम्पर्क राखी मूल सामग्री उपलब्ध गर्ने र पुस्तकालयीय विधिलाई आधार बनाई व्याख्या विश्लेषण गर्ने विधि प्रयोग गरिएको छ ।

१.१० अध्ययनपत्रको रूपरेखा

प्रस्तुत अध्ययनलाई व्यवस्थित गर्न अध्ययनपत्रको रूपरेखा देखाय बमोजिम निर्धारण गरिएको छ :

प्रथम अध्याय : अध्ययनपत्रको परिचय

दोस्रो अध्याय : लोक साहित्यको सैद्धान्तिक परिचय

तेस्रो अध्याय : भाचोक गा.वि.स. उखानको अध्ययन विश्लेषण

चौथो अध्याय : भाचोक गा.वि.स.मा प्रचलित उखानको अध्ययन

पाँचौ अध्याय : निष्कर्ष

सन्दर्भ सूची

परिशिष्ट

दोस्रो अध्याय

लोक साहित्यको सैद्धान्तिक परिचय

जुन साहित्यमा सर्वसाधारण जनताको स्वर मुखरित भएको हुन्छ ता जनभावना, लोकजीवनका वेदना आँसु, हासो आदि झल्किएको हुन्छ, यसैलाई लोकसाहित्य भनिन्छ । लोकसाहित्य अनादिकाल देखि जनताका यावत सुख, दुःख, हर्ष, विस्मात आदिलाई आत्मसाथ गर्दै पहाड, पर्वत, नदी, नाला, भीर, पहरा घन्काउँदै निरवच्छिन्न रूपमा अविरल गतिमा बगिरहेको छ । लोक साहित्य देश, जनजाति र राष्ट्रिय संस्कृतिको स्पन्दन हो । अर्को शब्दमा लोक साहित्य, लोक जीवनको अलिखित सामाजिक एवम् सांस्कृतिक इतिहास हो ।

लोकसाहित्य कुनै रचनाकार, प्रकाशक वा सम्पादक आदिको निजी पेवा नभएर लोकको साझा सम्पति हो अतः लोकसाहित्यको अर्थ लोकको साहित्य, लोकद्वारा सिर्जिएको साहित्य, लोकका लागि रचिएको साहित्य भन्ने हुन्छ । जुन साहित्यमा लोक भावना र लोकका अभिव्यक्ति प्रस्फुटित भएको हुन्छ यहि नै लोक साहित्य हो । यस्तै साहित्यमा सर्वसाधरण जनता भिजेका हुन्छन् र त्यसैमा हुर्केका पनि हुन्छन् । यस्तो जनताको अभिन्न अङ्गका रूपमा रहेको साहित्यलाई जनताले विभिन्न रूपमा अभिव्यक्ति दिएका हुन्छन् । लोक साहित्य अलिखित हुन्छ तापनि यसमा जनजीवनका सरल अनुभूतिहरू तिब्रताका साथ प्रकट गरिएका हुन्छन् । वास्तवमा लोक साहित्य हरेक समाज र वर्गका सोझा सिर्जनाका रूपमा हुर्किदै आएको साहित्यको भण्डार हो ।

२.१ लोक साहित्यको व्युत्पत्तिमूलक अर्थ

मानव सभ्यताको इतिहासमा भाषाको उत्पत्तिसँगै लोक साहित्यको पनि उत्पत्ति भएको मानिन्छ । आदिम अपठित मानवको सहज स्वाभाविक र अकृत्रिम भावना र कल्पनाको अभिव्यक्ति नै लोक साहित्य हो भन्न सकिन्छ । व्युत्पत्तिमूलक अर्थ अनुसार लोक र साहित्यको समासबाट यस शब्दको उत्पत्ति भएको हो । यस शब्दको वास्तविक अर्थ लोकमा प्रचलित साहित्य अर्थात् जनजिब्रोबाट आफ्नै भाषा र शैलीमा सहजपूर्वक प्रष्फुटन भएको उद्‌गारका रूपमा लिन सकिन्छ ।

पूर्वीय वाङ्मयमा यस शब्दको प्रयोग वैदिककालभन्दा पहिल्यै प्रयोग भएको मानिन्छ । यो शब्द संस्कृतको 'लोकृ धातुमा 'धञ्' प्रत्यय जोडेर बनेको छ । 'लोकृ' धातुको

अर्थ हेर्नु वा देख्नु हो, जसको लट लकारमा अन्य पुरुष एकवचन रूप 'लोकते' हुन्छ । यस कारण लोक शब्दको अर्थ हुन्छ देख्ने अर्थात् 'देखिने वाला' यसर्थ ती समस्त जनसमुदाय जो यस कार्यलाई गर्दछन् त्यसलाई लोक भनिन्छ (शर्मा, र अन्य २०६३ : १३) ।

लोक शब्द अङ्ग्रेजीमा फोक (Folk) शब्दका रूपमा प्रयोग गरिएको पाइन्छ । लोक भन्नाले प्राचीन समयदेखि विकसित हुँदै आएको जातिलाई बुझाउँछ । लोक साहित्य परम्पराकी प्रवाहमा जीवित रहन्छ । यसलाई जातिय सभ्यताको परिचयात्मक पनि मानिन्छ । यसमा युगौं युगदेखिको जीवन र उनीहरूका आकाङ्क्षा सलबलाएका हुन्छन् । सुन्ने र भन्ने परम्परामा रहेर यसले आफ्नो रूपको निर्माण गर्दै आएको छ । लोक साहित्यमा मानिसको वास्तविक जीवनको रूपरेखा झल्किएको हुन्छ । लोकमा गुन्जिने भाकालाई लोक साहित्यले समेटेको हुन्छ । यसले मानव जीवनको आवेग र संवेगलाई पनि समेटेको हुन्छ (पौड्याल,०६८ : ५) ।

२.२ लोक साहित्यका विशेषता

साहित्यको शिष्ट रूप जस्तै लोकसाहित्य पनि एउटा रूप हो । लोक साहित्यले मानव जीवनका सृष्टिदेखि मानव सभ्यताको विकास सम्म आउने समाजका सुख, दुःख, पीडा, व्यथा, उत्साह, वैराग्य, चलाखी, बहादुरी, बुद्धिमानी आदि विविध क्रियाकलाप र तिनीसँग सम्बन्धित अनुभव र अनुभूतिलाई प्रस्तुत गर्ने काम गर्दछ । अन्य साहित्यका झैं लोक साहित्यका पनि आफ्नै विशेषताहरू छन् । ती विशेषतालाई निम्नानुसार राख्न सकिन्छ ।

२.२.१ मौखिक परम्परा

२.२.२ रचयिताको अज्ञानता

२.२.३ लोक संस्कृतिको बाहक

२.२.४ सामाजिक भावना

२.२.५ वास्तविक जीवन भोगाइको अभिव्यक्ति

२.२.६ ऐतिहासिकता

२.२.७ सामूहिकता

२.२.८ मनोरञ्जनात्मकता

२.२.९ राष्ट्रिय वा राष्ट्रिय अखण्डताको स्वरूप

२.२.१ मौखिक परम्परा

लोक साहित्य निरक्षर जनसमुदायको भावनात्मक अभिव्यक्ति हो । मानव जातिको विचार विनिमय वा भाव अभिव्यक्तिको माध्यम नै भाषा हो । भाषाले लिपिको रूप लिनु भन्दा पहिले नै लोक साहित्यको जन्म भएको हो । यसमा मानव समुदायको व्यावहारिक रूपमा प्रयोग गर्दै आएको भाषा हुन्छ । यो अलिखितै रूपमा एक मुखबाट अर्को मुख हुँदै गाइँदै, भनिँदै र समयानुसार परिवर्तन हुँदै जाने हुँदा लोक साहित्यको जीवन्त रूप मौखिक परम्पराबाट नै संरक्षित भएको हुन्छ । लोक साहित्यको कथ्य र कथनकाल यति नै हुन्छ भनेर एकिन गर्न सकिँदैन । यो परापूर्व समयदेखि एक मुखबाट अर्को मुख, एक ठाउँबाट अर्को ठाउँ हुँदै विकसित तथा परिमार्जित हुँदै मौखिक रूपमा जीवित रहँदै आएको छ । यसर्थ मौखिक परम्परामा जीवित रहनु लोक साहित्यको महत्वपूर्ण विशेषता हो ।

२.२.२ रचयिताको अज्ञानता

लोक साहित्य श्रुति एवम् स्मृति परम्पराबाट हुर्किँदै अगाडि बढेको विधा हो । यो कल्पना र भावनाहरूको अन्तरस्करणबाट प्रष्फुटन हुने क्रममा यसले पछि गएर व्यापक रूप लिन गएको हो, यो मौखिक रूपमा एक युगदेखि अर्को युगसम्म आइपुग्दा यसमा क्रमिक रूपमा परिवर्तन हुँदै गयो । यसमा रचना गर्ने व्यक्तिको संलग्नता हराउँदै गयो । लोक साहित्यमा लोक जीवनमा हाँसो, वेदना, आँसु र आनन्दको अनुभूति झल्किएको हुन्छ । लोक साहित्यको रचयिता यही हो भन्ने व्यक्ति वा समूहका रूपमा एकिन गर्न सकिँदैन । यो लोक परम्पराबाट सिर्जित हुँदै आएको हुनाले यसका रचयिता अज्ञात हुनु स्वाभाविक हो ।

२.२.३ लोक संस्कृतिको वाहक

लोक साहित्य लोक संस्कृतिको वाहक मानिन्छ । लोक साहित्यमा मानव जातिको विविध संस्कृति र परम्परालाई अभिव्यक्त गरिएको हुन्छ । त्यही अभिव्यक्ति नै पछि गएर संस्कृतिको संवाहक बन्यो । लोक साहित्यको क्षेत्र व्यापक छ । मानिसको जन्मदेखि मृत्युसम्मका विभिन्न धार्मिक संस्कार, चाडपर्व, ॠतु परिवर्तन, पूर्वजहरूको सौर्ययुक्त कामको गुणगानमा विभिन्न रसमा गीत गाउने परम्परा लोक संस्कृतिको एक अंश हो । मानव मनमा आउने उल्लास र आनन्दको संचार लोकगीतमा प्रकट हुन्छ । मानव जीवनका हरेक क्षण र वर्षभरिका विभिन्न उत्सव चाडपर्व आदिमा गाउने र मनाउने खालको गीतको

अभिव्यक्ति लोकगीतमा हुन्छ । लोक साहित्यमा क्रमिक रूपमा नवीनता र आदिमता झल्किएको हुन्छ । यसर्थ लोक साहित्यले मानव जीवनको जन्मदेखि मृत्युपर्यन्त आइरहने संस्कृतिको धरोहरको रूपमा संवाहकको भूमिका निर्वाह गरेको हुन्छ ।

२.२.४ सामाजिक भावना

लोक साहित्य लोक जीवनका भावना र कल्पनाको अभिव्यक्ति हो । लोक साहित्यले जीवनका तीता-मीठा भोगाइहरूलाई व्यक्त गरिरहेको हुन्छ । लोक साहित्यका स्रष्टा विशेष प्रतिभाशाली वा प्रबुद्ध व्यक्ति नभएर सामान्य जनसमुदाय नै हुन्छ जो बौद्धिकता, कृत्रिम चिन्तनबाट मुक्त हुन्छ । यसका साथै त्यस्तो समुदाय निरक्षर पनि हुन्छ । विशेषतः यसले सामाजिक भावनालाई पालन गरेको हुन्छ । सामाजिक भावनासँग सोझै सम्पर्क राख्ने लोक साहित्यले भावनालाई ढाकछोप नगरी समाजको भावना जस्तो छ, त्यस्तै साहित्मा उतार्ने काम गर्दछ । लोक साहित्यमा सामाजिक यथार्थको चित्रण हुनुका साथै लोक जीवनका भावनाहरू प्रतिविम्बित हुने भएकाले यो बढी लोकप्रिय र जीवन्त बनेको पाइन्छ ।

२.२.५ वास्तविक जीवन भोगाइको अभिव्यक्ति

लोक साहित्यमा मानवको वास्तविक जीवनको भोगाइको अभिव्यक्ति हुन्छ । मानिसले आफ्नो जीवनको सुरुदेखि अन्त्यसम्म विविध खाले अवस्था र परिस्थितिसँग जुध्दै विताएको हुन्छ । चाहे कष्टकर जीवन होस्, चाहे मनोरञ्जन जीवन होस्, दुवैमा मानव जीवनको लोक साहित्य प्रकट भएको हुन्छ । मानव जीवन र प्रकृतिमा अत्यन्त घनिष्ट सम्बन्ध रहेको हुन्छ । यहाँ जीवनलाई प्रकृतिसँग तुलना गरेर लोक साहित्यको सिर्जना गरिएको हुन्छ । लोक जीवनमा आधारित रहेर मानवको जीवनमा आइपर्ने विभिन्न खाले आरोह अवरोह अभिव्यक्तिको माध्यमबाट लोक साहित्य बनाइएको हो । मानव जीवनको भोगाइ जस्तो छ त्यस्तै अभिव्यक्ति नै लोक साहित्यमा प्रकट गरिएको हुन्छ ।

२.२.६ ऐतिहासिकता

विविध ऐतिहासिक अभिव्यक्तिहरू र इतिहासको निश्चित कालखण्डमा घटेका घटनालाई आधार मानेर दिइएका अभिव्यक्तिहरू लोक साहित्यमा समेटिएका हुन्छन् । गोरखनाथले आशीर्वाद दिएको, आमाले सूर्य निलेको देखेको जस्ता पृथ्वीनारायण शाहसँग

सम्बन्धित किम्वदन्तीहरू, कालिदासका कथा अकवर, बीरवलका कथा कतिपय चुट्किला भोटको लडाइको सवाई आदि वर्षौंदेखि आएर पनि भन्ने र सुन्ने परम्परा चलेको छ । पृथ्वीनारायण शाहको चर्खा, जंगबहादुर राणाको कर्खा, सरुमा रानीको, मनकोइला रानीको कथा आदिले नेपाली लोकगाथाका रूपमा स्पष्ट छनक दिन्छन् । यसर्थ जनजीवनको हरेक क्षेत्रलाई आफ्नो अध्ययन क्षेत्रमा समेट्नु नै लोक साहित्यको विशेषता भएकोले ऐतिहासिकता पनि यसको विशेषता हो ।

२.२.७ सामूहिकता

लोक साहित्यमा सामूहिक भावना प्रकट भएको हुन्छ । कुनै एक व्यक्तिले मनै रचना गर्दछु र यो मेरो पेवा हो भनेर लोक साहित्यको रचना गर्न सक्दैन । यो त लोक जीवनबाट स्वतः निर्माण भएको हुन्छ वा यसको हकदार समाज नै हुन्छ । समाजका प्रत्येक व्यक्तिबाट लोक साहित्य गाइन र भनिन सक्छ । यो सबैबाट सम्भावित हुन्छ । त्यसैले यसमा सामूहिकरण रहन्छ ।

२.२.८ मनोरञ्जनात्मकता

स्वभावतः जुनसुकै समाजमा पनि थाकेका बेलामा र हर्षोल्लासका वातावरणमा अनि विविध चाडपर्वहरूमा मनोरञ्जन गर्ने परिपाटी अनादि कालदेखि चल्दै आएको छ । त्यस्तै लोक साहित्यको अपार भण्डार मानिने लोकगीत, लोक कथाहरूले सामाजिक यथार्थतालाई प्रष्ट्याउनुका साथै जनमानसलाई निःशुल्क रूपमा मनोरञ्जन प्रदान गर्दछन् । लोक कथामा पाइने साहस, बुद्धिमानी, भूतप्रेत आदिका कथा र समय समयमा गाइने लोकगीतले जनमानसलाई अत्यधिक मनोरञ्जन दिन्छन् । वस्तुतः जनधारणले श्रुति, गायन र श्रवणका माध्यमबाट मनोरञ्जन प्राप्त गर्दछन् ।

२.२.९ राष्ट्रिय वा राष्ट्रिय अखण्डताको संरक्षण

लोक साहित्यको अर्को विशेषता राष्ट्रिय अखण्डताको संरक्षण गर्नु हो । किनभने यसमा म नभएर हामीको सामूहिकता आउँछ । नेपाली लोक साहित्यका सन्दर्भमा कुरा गर्दा चार वर्ण छत्तीस जातको साझा फूलबारीका रूपमा रहेको नेपालको पूर्व मेचीदेखि पश्चिम

महाकालीसम्मकै लोक साहित्यमा राष्ट्र र राष्ट्रियताको भावना प्रवल रूपमा रहेको पाइन्छ । नेपाली राष्ट्रियतालाई परिपुष्टि दिने श्रेय नेपाली लोक साहित्यलाई छ ।

यसर्थ मानव जीवनको प्रारम्भिक कालदेखि मानिसले मौखिक रूपमा भन्दै र सुन्दै आएका विविध व्यावहारिक कुराहरूको सँगालोलाई पछि गएर मानिसले नै एउटा सङ्कलित सङ्ग्रह बनाउने प्रयत्न स्वरूप लोक साहित्यको जन्म भएको हो । मानिसको जन्मदेखि मृत्यु पर्यन्तसम्म आइपुग्दा विभिन्न व्यावहारिक ज्ञान र सीपको आवश्यकता पर्दै गयो । त्यसै अनुरूप चाहे मौखिक होस्, चाहे लिखित होस्, चाहे व्यावहारिक होस्, जीवनका हरेक पाटालाई छोएर सिर्जित साहित्य नै लोक साहित्य बन्न पुग्यो ।

लोक साहित्य लोक जीवनको ढुकढुकी हो । आधुनिक संगीत साहित्य र नृत्यको स्रोत हो । नेपालका उर्लंदा खोलाहरू, खहरेहरू गर्जदा नदीनालाहरू, कहाली लाग्दा भीर र खोंचहरू, पहाडहरू, पाखा-पखेराहरू, चौतारा भन्ज्याङ्गहरू नै नेपाली लोक साहित्यका पृष्ठभूमि हुन् । यिनैको पृष्ठभूमिमा नेपाली लोक साहित्य जन्मेको र हुर्केको हो । लोक साहित्यलाई जीवित राख्ने लोकगीत, लोककथा, लोकगाथा, लोकनाटक, उखान टुक्का, गाउँखाने कथा आदि यस अन्तर्गत पर्ने विधाहरू हुन् । यी विधाहरू मध्ये यहाँ उखान विधालाई प्रष्ट पार्न खोजिएको छ ।

२.३ लोक साहित्यको विधागत वर्गीकरण

लोक साहित्य लोक जीवनको ढुकढुकी हो । आधुनिक संगीत, साहित्य र नृत्यको स्रोत हो । नेपालका उर्लदा खोलाहरू, खहरेहरू, गर्जना, नदीनालाहरू कहालीलाग्दा भीर र खोचहरू, पहाडहरू, पाखा पखेराहरू चौतारा भञ्ज्याङ्गहरू नै नेपाली लोक साहित्यका पृष्ठभूमि हुन् । यिनैको पृष्ठभूमिमा नेपाली लोक साहित्य जन्मेको र हुर्केको हो । यथार्थमा भन्नु पर्दा मानवीय जीवनको अलिखित इतिहास नै लोक साहित्य हो । लोक साहित्यको विधागत आधारमा यस प्रकार वर्गीकरण गर्न सकिन्छ :

क) लोकगीत

लोकगीत लोक साहित्यको लोकप्रिय विधा हो । साधरण अपठित मानिसको मुखर विन्दुमा लोकगीतको प्रभाव प्रसस्त हुन्छ । यसलाई गाउँन मिठो भाखा र सुरीलो स्वर भए पुग्दछ । जिन्दगीका सुख, दुःख, हर्ष, विस्मात, घात, प्रतिघातले जब लोककविको

अन्तरहृदयमा उद्धित बनाउँछ र बाहिर प्रस्फुटन हुन्छ । त्यो लयात्मक प्रस्फुटन नै लोकगीत हो । बहुसंख्यक अशिक्षित ग्रामीण समाजका व्यक्तिहरू नै लोकगीतका स्रष्टा हुन् । लोक जीवनलाई सरस तुल्याउँछन् । सम्भवत : लोक साहित्यका अन्य सबै विधा भन्दा पनि जेठो यो विधा कुनै पनि राष्ट्र र जातिको गौरवका रूपमा रहेको हुन्छ । भाषाको जीवनता र विकासको अध्ययनका रूपमा रहेको हुन्छ । यसमा वनपाखा, लेक-वेशी, उकाली ओराली हर्ष वेदना, आँसु, हाँसो तथा जीवनका आरोह, अवरोह अवरोहको जे जति अभिव्यक्ति पाइन्छ । अरु कुनै विधामा पाउँन सकिदैन ।

ख) लोक कथा

लोक साहित्यको दोस्रो महत्त्वपूर्ण विधा लोककथा हो । लोककथामा विभिन्न अवसरमा घटित घटनाहरूको नाटकीय ढङ्गबाट चित्रण र वर्णन गरिएको हुन्छ । आफ्ना अनुभवलाई भन्ने र सुन्ने क्रममा विकसीत भएका लोककथाका लागि वक्ता र स्रोता दुवैको आवश्यकता पर्दछ । त्यस्ता लोककथाले स्रोतलाई मुग्ध पार्न सक्दछन् । त्यस्ता लोक कथाहरू प्रायः काल्पनिक अति रञ्जनात्मक र कतैकतै धार्मिक, औपदेशिक प्रवृत्तिका हुन्छन् । यसमा मानव मात्रको नभई आधिदैविक पशुपंछीकासमेत कथाहरू टिपिएका हुन्छन् । लोककथामा ढुङ्गो बोल्छ, रुख, विरुवा र मानिस एक आपसमा संवाद, कुराकानी गर्दछन, पशुपंछी सजीव निर्जीवजे जस्तो प्रकारको भएपनि सजीव मानिसले जस्तो बोल्ने र कुराकानी गर्ने क्षमता उनीहरूमा रहेको हुन्छ ।

भैरव अर्यालका अनुसार विश्वमा कुनै त्यस्तो जाति छैन जसकहाँ केही आफ्नै लोककथा नहुन । तर जुनसुकै जातिको लोककथा भएपनि यसको भनिने र सुनिने परम्परा प्रायः उस्तै हुन्छ । विभिन्न कथाका पात्रहरू मानवीय नभई आधिवैदिक र पशुपंक्षी आदि विभिन्न हुन्छन् । स्यालको छट्टु चाल, बिरालाको चोरचाल, सामन्तको मनश्री सोझाको सङ्कट, बुढाबूढीको करकर र युवायुवतीका आकर्षण विकर्षणहरू प्रायः सबै जातिले मनोरञ्जन कथाहरू हालेको पाइन्छ । मान्छे कथा सुन्ने तिर्सनामा आफ्नै बानीव्यहोरा हुन्छ, नालीबेली हुन्छ र आफ्नै जीवनका सुख, दुःख रमाइला नरमाइला हुन्छन् । आफ्नै समाजका रीतिस्थितिहरू हुन्छन् । यसरी लोककथा व्यापक विषयवस्तुलाई समेटिने भएकाले यसले लोकजीवनमा पूर्णरूपमा प्रभावित पारेको हुन्छ ।

ग) लोकगाथा

लोकसाहित्यको अर्को विधा लोकगाथा हो वैदिक साहित्यको 'गाथीन' शब्दमा 'इन्' प्रत्यय लागेर बनेका गाथा शब्दको वास्तविक अर्थ गीतिकथा हो । गेयात्मक झिल्क निकालेर सस्वर गाइने लोक साहित्यको उपविधालाई लोकगाथा भनिन्छ । यो कविताको लघुरूप मध्यरूपको बीचमा पाइने गीत र गाथा बीचको अन्तररेखा हो । अंग्रेजी लोक गाथालाई ब्यालेड (Balled) शब्दको प्रयोग गरिएको पाइन्छ । जुन ब्यालेड शब्दको व्युत्पत्ति ल्याटिन शब्द ब्लोरेबाट भएको हो । ब्लारेको अर्थ पनि नाच्नु हो । जसको आशय नृत्यका समय गाउनु हो । समग्रमा भन्दा गीतिशैलीमा रचिएको लोक कथालाई लोकगाथा भनिन्छ । यो देव देवी र वीर पुरुषका वीरता पूर्ण कार्य अथवा कुनै उल्लेखनीय सामाजिक घटना युक्त कथानक माथि आधारित हुन्छ । यो लोक साहित्यको प्राचिन विधा हो । कृष्णप्रसाद पराजुलीले व्यक्ति विशेषकै रचना भए पनि सामुहिक मानिने स्वतः सृजित वा स्फुर्त रहने जातीको उत्साहमा अँगालिने र समग्रमा विविध रूपमा समन्वयित हुने काव्य लोकगाथा हो । नेपाली साहित्यमा पनि भोटको लडाइँको सवाई राजारानी राउतको भारत सांगिनी आदि सामाजिक गाथा वीरगाथा तथा देव गाथाहरू प्रशस्त पाइन्छन । यी गाथाहरू कथा तत्त्व वा आख्यानका दृष्टिले लोकगीतका नजिक देखिन्छन् ।

घ) लोकनाटक

लोकसाहित्यको अर्को विधाको रूपमा लोकनाटकलाई लिन सकिन्छ । लोक जीवनको मनोरञ्जनको लागि गेयात्मकता, अभिनेयात्मकता अर्थात् गीत संगीत र नृत्यका तीन तत्वहरू समाविष्ट भएको लोकसाहित्यको एउटा विधालाई लोक नाटक भनिन्छ । लोक तत्वलाई शारीरिक अभिनयद्वारा लोकनाटकमा प्रस्तुत गरिने हुनाले अन्तस्करणको अवधारणालाई आगिन समयोजन तथा प्रदर्शनबाट व्यक्त गरिने मनोरञ्नपूर्ण लोकाभिव्यक्ति लोकनृत्य हो । लोकनाटकलाई भरतमुनीले आफ्नो नाट्यशास्त्रमा पनि विस्तृत रूपमा पञ्चम वेद हो । लोकनाटकमा नृत्य, गीत र सम्भावित सानातिना घटना संवादयुक्त कथावस्तु पनि पर्दछन् । नेपाली समाजमा यस प्रकारका अभिनेयात्मक कथा गीत अर्थात् गीत, संगीत र नृत्यसहितको विधाको रूपमा घाटु, धामीनाच, गाईजात्रा, इन्द्रजात्रा, मारुनी, बालुन आदि प्रचलित छन् ।

ङ) गाउँखाने कथा

लोकसाहित्यको अर्को विधा गाउँखाने कथा पनि हो । जिज्ञासा उत्पन्न गर्न, मनोरञ्जन गर्न, हास परिहास एवम् बौद्धिक कसरत गर्न अथवा बौद्धिक क्षमताको परीक्षण गर्न लोकजीवनमा गाउँखाने कथाको प्रचलन रहेको देखिन्छ । यसमा खास कुनै कथात्मक सुत्र वा घटनावली नभएर प्रश्नोत्तर पद्धति हुन्छ । यो गद्य र पद्य दुवै खालको हुन्छ । मानिसहरू दैनिक काम सकेर फुर्सदको वेलामा बसिबियाँलो गर्दा गाउँखाने कथा भन्ने गर्दछन् । गाउँखाने कथामा कथानक हुँदैन । प्रसंग अनुसार र हासी रमाइलो गर्दा बीचबाटै एक्कासी प्रश्नका पेटारो तेर्साएर सोध्ने परम्परा हुन्छ । यो अत्यन्त बौद्धिक र ज्ञानबर्द्ध पनि हुन्छ । गाउँखाने कथा आफ्नैपनको बान्कीदार तथा खिरिलो हुन्छ । उत्तर चाहेका वस्तुको आकारप्रकार बनोट र स्थितिलाई पनि गाउँखाने कथाले प्रश्नभित्रै समेटेको हुन्छ । त्यसैले गर्दा गाउँखाने कथा नेपाली लोकसाहित्यको अपरिहार्य विधाको रूपमा रहेको छ ।

च) टुक्का

आ-आफ्ना वाच्यार्थ भन्दा बेग्लै लक्ष्यार्थका निम्ति प्रयुक्त हुने दुई भन्दा बढी पदहरूको समूहलाई टुक्का भनिन्छ । यसलाई टुक्का पनि भनिन्छ । टुक्काहरू पद समूह हुन् । केही विद्वानहरूले टुक्कालाई वाक्यांश, वाक्यपद्धति वा वाग्धारा पनि भनेका छन् । यस प्रकारका पदसमूह दुई वा सोभन्दा बढी पदहरूबाट बन्दछन्, टुक्कामा आएका पदहरूसँगै एकै प्रकारका रहन्छन् । यिनमा परिवर्तन गर्न सकिन्छ जस्तै पानी पानी हुनु लाई जलजल हुनु गराउन सकिन्छ मेरा कुरा कान दिएर सुन हुन्छ तर मेरा कुरा कान प्रदान गरेर सुन हुँदैन । टुक्काहरूले लोकमनहरूको अभिव्यक्ति गर्दछन् । जस्तै आँखा चिम्लनु, आँखाको तारा, कपाल दुख्नु, कपाल मुड्नु, कान दिनु, कान फुक्नु, मन दिनु, मनपेट दिनु ।

उखानको स्रोत आख्यान हो भनिएको पाइन्छ तर आज उखान उपाख्यान भन्दा उक्ति अर्थात् लोकोक्ति ञ्का निकट देखिन्छ । लोकले मान्यता दिएका ठूलाबडा भलाद्मी वा अझै अनुभवले खरिएका लोकका विचारवान व्यक्तिका अनुभव निचोडका यी उखान जन्मेका देखिन्छन् । यी भनाई अनुभवले खारिएका मार्मिक निचोडका रूपमा हुने हुनाले छोटो मीठो तीब्र मार्मिक एवम् सवप्रिय हुन्छन् । पुरानो समाजदेखि नै ज्ञान र अनुभवका आधारमा निर्माण नै प्रयोग हुँदै आएका असीमित ज्ञान र अनुभवका सरल, सहज र प्रभावकारी रूपमा

ग्रहण गर्न सकिने सारका रूपमा रहेका प्रस्तुत अनुभवजन्य ज्ञानराशी र लोकोक्तिहरू पिँढी, दरपिँढी हुँदै भाषिक सामाजिक सम्पत्ति भएर हस्तान्तरिक हुँदै जान्छन् ।

छ निष्कर्ष

मानव जीवनको प्रारम्भीक कालदेखि मानिसले मौखिक रूपमा भन्दै र सुन्दै आएका विविध व्यवहारिक कुराहरूको संगालोलाई पछि गएर मानिसले नै एउटा संकलित संग्रह बनाउने प्रयत्न स्वरूप लोकसाहित्यको जन्म भएको हो । जीवनको हरेक मोडमा अर्थात् जन्मदेखि मृत्युपर्यन्त पनि व्यवहारिक ज्ञान र सीप आवश्यकता पर्दै गयो । पुरानो कुराहरूबाट मानिसले नयाँ नयाँ ज्ञान र सिद्धान्त प्रतिपादन गर्न सजिलो हुन गएको हो । साहित्य आखिर साहित्य हो । चाहे त्यो मौखिक होस् चाहे त्यो लिखित होस् । मौखिक या लिखित जस्तो सुकै भएपनि साहित्यमा आ आफ्नै स्थान उत्तिकै महत्व छ । तरपछि कल्पनाको संसारमा रमाएको भन्दा वास्तविक धरातलमा उभिएर जीवनका हरेक पाटाहरूलाई छोएर सर्जित साहित्य नै विशेष महत्व हुनाका साथै व्यवहार उपयोगी पनि हुन जान्छ । यसरी लोकसाहित्यको व्यापकता हुन गएको हो । मानवीय जीवनका यथार्थलाई समेट्ने गरी लोक साहित्य विभिन्न विधा र उपविधामा वर्गीकरण गरिएको छ । विधा अविधा जतिसुकै भए पनि समान महत्व सदा लोकप्रिय र कर्णप्रिय रहि आएका छन् ।

२.४ उखानको परिचय

उखान लोक साहित्य अन्तर्गत पर्ने एक महत्वपूर्ण विधा हो । उखान जनजिब्रोमा एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा हस्तान्तरित हुँदै आएको सारपूर्ण अभिव्यक्ति हो । उखानहरू जनमानसका गलामा सूत्रबद्ध भएर कथ्य रूपमा समृद्धता ग्रहण गर्दै आएका हुन्छन् । जीवनका विभिन्न क्रियाकलाप रीतिस्थिति, बानी व्यवहार, चालचलन, चाँजो पाँजो, जनविश्वास र दृष्टिकोणका माध्यमबाट मूलत : व्यञ्जनात्मक अभिव्यक्तिलाई नै उखानको मुख्य आत्मा मान्न सकिन्छ । लोकमा प्रचलित उक्तिलाई अर्थात् लोकउक्तिलाई उखान भन्ने गरिएको छ । उखानको जन्म उपख्यानबाट भएको हो भन्ने भनाइ रहेको छ । नेपाली भाषामा उखानको प्रयोग अंग्रेजी भाषाको प्रोभर्वको रूपबाट आएको भन्न सकिन्छ । यसैगरी संसारका विभिन्न भाषामा उखानले उत्तिकै महत्त्व राखेको पाइन्छ । यसलाई विविध भाषामा आफ्नै नामले पुकारिन्छ (शर्मा र अन्य २०६३ : ५१८) ।

उखानले मानिसले व्यक्त गर्न चाहेको अभिव्यक्तलाई प्रष्ट र अर्थतात्विक तवरले सबैको सामुन्ने छर्लङ्ग पार्न सकिन्छ । उखान अनुभव सिद्ध ज्ञानको भण्डार हो । उखानहरू समाजका अमूल्य निधि हुन् । उखानको माध्यमबाट जुनसुकै समाजको रहनसहन आचारसंहिता र रीतिरिवाज झल्कन्छ । मानवले आर्जन गरेका विविध ज्ञानको सँगालो उखानको माध्यमबाट व्यक्त गरिन्छ । यसले भाषालाई जीवन्त राख्छ । भाषाको सशक्त अभिव्यक्ति नै उखान हो । उखानले भाषामा कहिले व्यङ्ग्यात्मक रूपमा कहिले अभिधात्मक अर्थमा प्रयोग भएर भाषिक चमत्कार बढाएका हुन्छन् । उखान समाजका साधारण व्यक्तिका मुखबाट सहज सारगर्भित सूत्रबद्ध एवम् खिरिलो रूपमा प्रकट भएका हुन्छन् । भाषिक व्यवहारमा उखानले छोटैमा परिपक्क व्यवहारिक पक्षका गहकिला अनुभव व्यक्त गर्ने सामाजिक सांस्कृतिक प्रतिबिम्ब व्यक्त गर्ने हुनाले यसको ठूलो महत्त्व छ ।

नेपाली उखानको परम्परालाई हेर्दा सर्वप्रथम मोतिराम भट्टको उखानको बखान र जान्ने कथा सङ्ग्रहमा यसको चर्चा भएको पाइन्छ । त्यसैगरी दार्जिलिङ्गबाट पादरी गंगाप्रसाद प्रधानको **पोस्तक** भन्ने पुस्तकमा ८०० उखान सङ्कलन भएको पाइन्छ । महावीरसिंह गड्तौलाको उखान वखान प्रवाह भन्ने पुस्तकमा ६५० उखान रहेका छन् । पुष्करशमशेरको नेपाली उखान टुक्काको वर्णक्रमानुसार सूची र वाक्यांश वाक्य पद्धति इत्यादिको कोश खण्ड १ र खण्ड २ मा प्रचलित उखानको सङ्कलन गरिएको पाइन्छ । सत्यमोहन जोशीको हाम्रो लोकसंस्कृति, कृष्णचन्द्र अर्यालको लौकिक न्याय मणिमाला,

अमरमणि प्रधान र पारसमणि प्रधानको नेपाली चल्ती उखान, शङ्करप्रसाद श्रेष्ठको हाम्रो उखान टुक्का, बालकृष्ण पोखेलको राष्ट्रभाषा, हर्षनाथ भट्टराइको नेपाली उखान टुक्का, पुष्करशमशेरको उखान टुक्का कोश, राममणि आचार्यको उखान सङ्ग्रह, रत्नकर टेवकोटाको जुम्लेटी शक्द र उखान सङ्ग्रह, प्रदीप रिमालको कर्णाली लोकसंस्कृति खण्ड २, बद्रीविशाल पोखेलको वैतडेली उखान, विजय चालिसेको डोटेली लोक साहित्य र संस्कृति धर्मराज थापा र हंसपुरे सुवेदीको नेपाली लोक साहित्यको विवेचना आदि पुस्तकमा उखान सम्बन्धी चर्चा गरिएको पाइन्छ । त्यसैगरी कुलप्रसाद कोइरालाको नेपाली र मैथली उखानको तुलनात्मक अध्ययन, रामचन्द्र ढुङ्गानाको उखान वखान, हिरा बहादुर श्रेष्ठको उखान सङ्ग्रह र चुट्किला, श्रीधर गौतमको उखान र वाक्यपद्धति, कृष्ण पराजुलीको नेपाली उखान र गाउँखाने कथा आदि पुस्तकमा उखानहरू संकलित रहेका छन् ।

२.५ उखानको परिभाषा

उखान मानव जातिको भाषागत उत्पत्तिसँगै जीवनका भोगाइका पर्याप्त अनुभवको सार नै उखानको प्रयोगका रूपमा विकसित हुँदै आएको पाइन्छ । उखानलाई चिनाउने क्रममा कुन्दनलाल उप्रेतीका अनुसार, ‘उखानमा मानवी ज्ञान र आ-आफ्नै सहज तथा घनीभूत रूपमा विद्यमान रहन्छ’ (उप्रेती, १९५१ : ६) ।

पुस्करशमशेरका अनुसार, ‘स्थानान्तरले गर्दा उखानको रूप फरक-फरक पर्न जान्छ, अर्थात् एक ठाउँमा खुब प्रचलित भएको उखान वा वाक्यांश अर्का ठाउँमा सुनिँदै नसुनिने पनि सक्छ’ (राणा, १९९८ : ङ) ।

बालकृष्ण पोखरेलका अनुसार, “जब हामी उखान सुनिरहेका हुन्छौं, हामीलाई लाग्छ मानौं हाम्रा पूर्वजहरूले आफ्ना सन्तानहरूले बाटो विराउलान् र कर्तव्य नचिन्लान् भनी दिव्य भाषामा आकाशवाणि सुनाइरहेका हुन्” (पोखेल, २०३६ : ११) ।

पारणमणि प्रधानका अनुसार, ‘उखान भाषाको ज्यान हो, जातिका अनुभवको सार हो’ (बन्धु, २०५८ : ७) ।

फीस्तेका अनुसार, ‘उखान व्यवहारिक जीवनमा मार्गदर्शक उक्ति हो’ (अर्याल, २०६४ : ४) ।

कृष्णप्रसाद पराजुलीका अनुसार, ‘लोक साहित्यको एक विधाको रूपमा स्वीकृत छ’ (पौड्याल, २०६८ : ५) ।

२.६ उखानका बारेमा हालसम्म भएका अध्ययन

उखानका बारेमा विभिन्न विद्वान्ले विभिन्न समयमा खोज तथा अनुसन्धानका चरणहरू पार गर्दै आएका छन् । अहिलेसम्म आइपुग्दा विभिन्न स्थान र जातजातिका आफ्नै प्रकारका जीवन भोगाइबाट प्रस्तुत हुँदै निखारिएको पाइन्छ । केन्द्रियस्तरलाई छोडेर हेर्दा नेपालको पश्चिमाञ्चलको गण्डकी क्षेत्रमा पनि विभिन्न अध्ययन कार्य भए गरेको पाइन्छ ।

सोही अन्तर्गत यहाँ स्थान विशेषका अनुसन्धान कार्यको अध्ययन गर्दा त्रिभुवन विश्वविद्यालय मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र संकाय अन्तर्गत नेपाली मूल विषय लिएर स्नातकोत्तर तह दोस्रो वर्ष दशौं पत्र (५१०-६) को प्रयोजनका निम्ति प्रस्तुत अध्ययनपत्रलाई लिन सकिन्छ । हालसम्म विभिन्न व्यक्तिले विभिन्न स्थानका उखान टुक्काका बारेमा अध्ययन गरेका छन् । जस अन्तर्गत विश्व घिमिरेको जामुनो गाविसमा प्रचलित उखानको सङ्कलन, हेम शर्मा पौडेलको पर्वत जिल्लामा प्रचलित नेपाली उखानको सङ्कलन, केदारनाथ बाँस्तोलाको काहुँ गाविसमा प्रचलित उखानहरूको सङ्कलन शीर्षकमा अध्ययनपत्र तयार पारेको देखिन्छ । यसैगरी, कमलप्रसाद लामिछानेको वरभञ्ज्याङ गाविसमा प्रचलित उखानको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण, भेषराज सुवेदीको कृस्ती नाच्नेचौर गाविसमा प्रचलित उखानको अध्ययन, भोलानाथ पौडेलको रूपा क्षेत्रमा प्रचलित नेपाली उखानको सङ्कलन र वर्गीकरण, भूपराज अर्यालको स्याङ्जा जिल्लाको केवरे भञ्ज्याङ गाविसमा प्रचलित टुक्काहरूको सङ्कलन, अध्ययन र विश्लेषण रहेका छन् ।

यसैगरी शान्ति लामिछानेले नेपाली उखानमा नारीको स्थान विषयमा शोधपत्र नै तयार गरेको पाइन्छ । यस्तै वेसीशहर क्षेत्रमा प्रचलित उखानको सङ्कलन र वर्गीकरण आदी विषयमा विभिन्न समयमा अध्ययन र शोध भएको पाइन्छ । जसका कारण नेपाली उखान लेखन सवृद्ध र सबल बन्दै आएको आकलन गर्न सकिन्छ ।

२.७ उखानका विशेषता

उखानहरू कुनै पनि भाषाका अमूल्य सम्पत्ति हुन् । यिनले कुनै पनि अभिव्यक्तलाई सशक्त र मार्मिक बनाउने काम गर्दछन् । संसारका सबैजसो भाषामा आफ्नो विशिष्ट स्थान ओगट्न सफल उखानहरू लोक व्यवहारमा अनुभवका चुट्किला र गहकिलो उक्ति बनेर सूत्रबद्धरूपमा प्रयोग गरिन्छन् । नेपाली उखानमा भावको सरलता, प्रयोगको मधुरता अनुभूतिको तीब्रता साह्रै टड्कारो रूपमा व्यक्त भएको पाइन्छ । रूप र भावका आधारमा

नेपाली उखानका विशेषताहरूलाई पहिल्याउन सकिन्छ । यस आधारमा नेपाली उखानका विशेषताहरू निम्न लिखित रहेका छन् :

सारगर्भितता

सारगर्भिता नेपाली उखानका प्रमुख विशेषता मध्ये एक मानिन्छ । सानोतिनो कथा वा पुरा अनुच्छेदले अर्थ्याउनु पर्ने कथनलाई एक टुक्रा उखानले अन्तर हृदयसम्म छुने गरी प्रस्तुत गर्दछ । नेपाली उखानहरू गहन भएर पनि सरल छन् । "ओठ चल्यो कुरा बुझ्यो, एक हातले ताली बज्दैन" जस्ता उखान कति सारगर्भित र मार्मिक छन् भन्ने कुरा थाहा पाउन सकिन्छ ।

संक्षिप्तता

संक्षिप्तता नेपाली उखानको अर्को महत्वपूर्ण विशेषता हो । उखानले संक्षिप्तमै धेरै कुरा दिएको हुन्छ । अर्थात् गाग्रोमा समुद्र भन्ने काम उखानमा हुन्छ । अतः उखानमा एउटा शब्द पन विना प्रयोजन प्रयोग गरिँदैन ।

सरलता

नेपाली उखान सरल हुनुका साथसाथै सरस र गहन पनि छन् । नेपाली उखानमा सरल भाषाको प्रयोग गरिएको हुन्छ तापनि ती बढी हृदयस्पर्शी रहेका छन् । नेपाली उखान कति सरल, चिटिक्क परेका र स्वादिला छन् भन्ने कुरा निम्न लिखित उखानहरूले प्रष्ट पार्दछन् । अल्छी तिघ्रो, स्वादे जिब्रो । जसले मह काढ्छ, उसले हात चाट्छ आदि ।

सजीवता

सजीवता नेपाली उखानको अर्को विशेषता हो वा गुण हो । उखानले अभिव्यक्तिमा प्राण भरिदिने काम गर्नुका साथै जनजीवनका यथार्थ भोगाइहरूलाई प्रस्तुत गरिने काम पनि हुन्छ । नेपाली उखान सत्यतामा आधारित र यथार्थपरक हुने भएकाले तिनमा सजीवता रहेको पाइन्छ । भनाइमा आलङ्कारिकता र सहज संवेद्यता हुनु पनि उखानको जीवन्तताको लक्षण हो ।

रूप विविधता

नेपाली उखान बोलीचालीका प्रसङ्गमा सांकेतिक वा दृष्टान्तमूलक भएर जनजिब्रामा सहज रूपमा आउने गर्छन् । सूत्रबद्ध भइकन तुकबन्दीयुक्त हुनु पनि नेपाली उखानको विशेषता नै हो । तुक्का मिलेको उखान बान्कीदार र स्वादिला हुन्छन् । केही नेपाली उखान

प्रश्नोत्तर ढाँचाका छन् भने केही गीत्यात्मक पाराका पनि रहेका छन् । नेपाली उखानले अन्य भाषाका शब्दहरूलाई आफ्नै बान्की दिएर पनि रूप सौन्दर्य प्रदान गरेका छन् । जस्तैः

पानी खानु मूलको, बिहे गर्नु कुलको,

घिउ केमा पोखियो, भागैमा,

केटाकेटी आए, गुलेली खेलाए, चरा मार्न सकेनन्, पुच्छर हात हल्लाए,

घोकन्ती विद्या, धावन्ती खेती आदि ।

लोकप्रियता

वास्तवमा उखान लोक जीवनले सिर्जना गरेको हुन्छ । त्यसलाई जनमानसले सहज रूपमा लिन्छन् पनि । त्यसैले उखान लोकप्रिय पनि रहेका छन् । नेपाली उखानहरू पुस्तौं देखि जनजिब्रामा खेल्दै - खारिदै आएकाले पनि यिनको लोकप्रियताको लख काट्न सकिन्छ । वास्तवमा नेपाली उखान लोकमानसमा भिजेका, मार्गदर्शनका रूपमा आइरहने र नेपाली भाषिक समुदायको जीवन्त अभिव्यक्ति भएकाले पनि ज्यादै लोकप्रिय भएका छन् ।

वास्तविक अभिव्यक्ति

उखानको अर्को विशेषता वास्तविकता पनि हो । यसमा मानव जीवनको वास्तविक जीवनको अभिव्यक्ति प्रकट भएको हुन्छ । मानिसले आफ्नो जीवनमा जे जस्तो तरिकाबाट भोगेको र भोग्दै आइरहेको छ सोही जीवन भोगाइ टुक्काको माध्यमबाट प्रयोग गर्ने क्षमता उखानमा हुन्छ । उखान अर्ती उपदेशदेखि लिएर मान्छेका विगतका काम कुरा, सामाजिक परिवेश आदिलाई यथार्थपरक रूपमा प्रस्तुत गरिएको हुन्छ । यो एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा, अर्को व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा, एक मुखबाट अर्को मुखमा हुँदै जीवनमा अभिव्यक्तिलाई प्रकाट गरिएको हुन्छ । जस्तै : हर्रो नपाउने जोगी, जाइफलको भोगी ।

परम्परित उखान

उखानको अर्को विशेषता परम्परित हुनु हो । मानिसको परम्परा र संस्कृतिसँग मेल खाने गरी उखानको उत्पत्ति भएको पाइन्छ । मानिसले आफ्नो परम्परित मान्यतालाई संक्षिप्त र सूत्रात्मक शैलीको रूपमा प्रयोग गरेर प्रस्तुत गर्ने गर्दछ । वैदिककालदेखि नै मानिसले लौकिक कथनलाई शास्त्र र साहित्यको माध्यमबाट प्रकट गर्दै आएका हुन् । उखानका प्रवृत्तिलाई हेर्दा नेपाली समाजको सिङ्गो तस्वीर लोक उखान भित्र प्रतिविम्वित भएको हुन्छ । एउटै उखानले विविध विशेषता बोकेका हुन्छन् । एउटै उखानमा सबै

विशेषता फेला पार्न सकिदैन । यसर्थ लोकप्रियता, सजीवता, सारगर्भिता, संक्षिप्तता, सरलता, रूपविविधता, परम्परित र वास्तविक अभिव्यक्ति नेपाली उखानका विशेषता हुन् ।

२.८ नेपाली उखानको वर्गीकरण

उखानले मानव जीवनको विविध पक्षलाई समेटेको हुन्छ । यसको प्रयोग सामाजिक, व्यवहारिक, धार्मिक, नैतिक आदि माथि व्यङ्ग्यात्मक प्रहार गरी सुधारको अपेक्षा अनि मानव जीवनको व्यापक परिवेशमा हरेकलाई सचेत गराउने उद्देश्यले प्रयोग गरिएको हुन्छ । उखानहरू विभिन्न क्षेत्रसँग सम्बन्धित हुन्छन् । उखानको स्वरूप हेर्दा छोटो छ तर व्याख्या गर्न जटिल छ, तैपनि यिनको विषय, आकृति, कथात्मक, तौरतरिका, वाच्यार्थ आदि विविध पक्षलाई आधार मानी मूलत : दुई आधारमा वर्गीकरण गर्न उपयुक्त देखिन्छ ।

रूपात्मक आधार

विषयात्मक आधार

२.८.१ रूपात्मक आधार

रूप पक्ष उखानको मूल आधार हो । रूपलाई नै यहाँ उखानको शरीर भनिन्छ । रूप विना उखानको वर्गीकरण गर्न सकिदैन । यसमा मूलत : उखानको वाह्य स्वरूपको अध्ययन हुन्छ । यसकै पृष्ठभूमिमा उखान लक्षित अर्थवाहक रूपमा पुग्न सक्दछ । तसर्थ रूप उखानको प्रथम आवश्यक तत्त्व हो । रूपात्मक वर्गीकरणलाई दुई भागमा बाँड्न सकिन्छ ।

शब्द शक्तिमूलक दृष्टि

रूपात्मक आधारमा गरिने उखानको वर्गीकरण अन्तर्गत शब्दशक्तिका दृष्टिले उखानलाई तीन भागमा अध्ययन गर्न सकिन्छ । अभिधा लक्षणामूलक र व्यञ्जनामूलक रूपमा उखानलाई वर्गीकरण गरिन्छ । जसको छोटो चर्चा तल गरिएको छ ।

अभिधामुलक उखान

यसले शब्दको वाच्यार्थ वा सोझो अर्थको बोध गराउँदछ । टेढोमेडो र घुमाउरो अर्थ नबताई सोझो र सिधा रूपमा अर्थबोध गराउँदछ । जस्तैः

अल्छी तिघ्रो स्वादे जिब्रो

आगो ताप्नु मुढाको अर्ती सुन्नु बुढाको

जसले हान्यो उसले जान्यो

जसको शक्ति उसको भक्ति ।

लक्षणामूलक उखान

यस्ता उखानहरूले सोझो वा सिधा अर्थ नबुझाई टेडो अर्थात् लक्ष्यार्थ व्यक्त गर्छन् । अनि लक्षणामूलक व्यञ्जनले घुमाउरो सहायताले प्रयोक्ताको भाव स्रोता वा पाठक समक्ष सञ्चार हुन पुग्दछ । यसमा घुमाउरो तरिकाबाट उखानको प्रयोग गरिएको हुन्छ । नेपाली भाषामा धेरैजसो उखान लक्षणामूलक नै पाइन्छन् । जस्तैः

छोरी कुटेर बुहारी तर्साउने ।

कानो गोरुलाई औंसी न पूर्ने ।

नाङ्गो नाचे सय दाउ ।

व्यञ्जनामुलक उखान

यस्ता उखानहरूले वाच्यार्थ सोझो अर्थ र लक्ष्यार्थ भन्दा भिन्न अर्थ प्रदान गर्दछन् । यसले घुमाउरो पाराले व्यङ्ग्य अर्थ प्रदान गर्दछ । जस्तै :

चोक्टा खान गएकी बूढी झोलमा डुबेर मरी

नाच्न नजान्ने आँगन टेढो

बाह्र वर्ष रामायण पढ्यो सीता कसरी जोई ।

उखानका आकारगत तथा संरचनात्मक दृष्टि

रूपात्मक वर्गीकरण अन्तर्गत संरचनात्मक दृष्टिले उखानमा पाइने बाह्य तत्त्वको अध्ययन गरिन्छ । यहाँ संरचना भन्नाले उखानको आकार प्रकार र त्यसको निर्माण प्रकृतिलाई सङ्केत गरिएको हुन्छ । उखानको प्रयोग भएका आकारगत संरचनाका दृष्टिले हेर्नुपर्दा खासगरी शब्द बिस्तार वा नेपाली उखानको आकार एक दुई पदावलिदेखी लिएर सानो अनुच्छेदसम्मका लामा पनि भेटिन्छन् । आकारगत रूपमा लघु, मझौला र बृहत् संरचनाका उखान पाइन्छन् ।

लघु आकार

लघु आकारमा उखानको रूपमा दुई शब्ददेखि तीन शब्दसम्मको सार्थक अर्थपूर्ण अभिव्यक्ति नै लघु आकारका उखान अन्तर्गत पर्दछन् । जस्तैः

सोह्रमाथि सत्र

चुचे ढुङ्गो उही टुङ्गो

नासो गला पासो

देश अनुसारको भेष

मझौला आकारका उखान

मझौला आकारका उखानमा तीन भन्दा बढी चार वटा शब्दहरूसम्मको सार्थक ध्वनियुक्त शब्दहरूको समूहलाई आकारगत रूपमा मझौला उखानका रूपमा लिन सकिन्छ। जस्तैः जात फाल्नु गहतको झोलमा।

बृहत् आकारका उखानहरू

बृहत् आकारका उखानमा चारभन्दा बढी शब्दको सार्थक ध्वनियुक्त आकारगत संरचना रहेको हुन्छ। जस्तैः

यिनका सामु गाँस न बास भएर बस्नु भन्दा मुग्लान गएर एक गाँस खाएर बस्नु धेरै वेस। वरपर बुहारी काखै चेलो छ पर सर बुहारी काखै चेलो छ, खान लाग्यो बुहारी बराजुको ठूलो थाल कहाँ छ ?

उखानका संरचनात्मक स्वरूप

यसैगरी उखानको संरचनात्मक स्वरूपलाई आधार मानी अध्ययन गर्दा निम्न कुरा समेटिएको हुनु पर्दछ।

अनुप्रासमूलक संरचना

कुनै पनि उखानलाई अनुप्रासमय तरिकाबाट प्रकट गरिने खालको संरचना हुन्छ। जस्तै : रुझेपछि ओत नबस्नु

बुझेपछि मत नपस्नु

उपमानमूलक संरचना

कुनै पनि विषयको प्रस्तुति गर्दा अर्को प्रसङ्गलाई अगाडि ल्याएर प्रस्तुत गरी व्यक्त गरिने उखानको संरचना भनिन्छ। जस्तै :

दूध गुनाको बुद्धि र संगत गुनाको फल।

इन्द्रको अगाडि स्वर्गको बयान।

घाँटी हेरी हाड निल्नु।

गीतिप्रधान संरचना

गीतिलयको शैलीमा व्यक्ति गरिने उखानलाई गीति प्रधान भनिन्छ। यस्तो उखानहरू लयात्मक शैलीमा अभिव्यक्त गर्न सकिन्छ। जस्तै : सम्पत्तिमा सबैको हाई-हाई विपत्तिमा कोही छैन दाजुभाइ।

तुकबन्दीयुक्त संरचना

उखानमा टुक्का जोडिएर व्यक्त गरिने उखानलाई तुकबन्दीयुक्त उखान भनिन्छ । यसमा छोटा टुक्काहरू जोडिएको हुन्छ । जस्तैः

लोभीको धन लुच्चाले खान्छ ।

म ताक्छु मुढो बन्चरो ताक्छ घुँडो ।

सेवा गरे मेवा पाइन्छ ।

प्रश्नमूलक संरचना

प्रश्नको शैलीमा अभिव्यक्त गरिने उखानलाई प्रश्नमूलक संरचना भएको उखान भनिन्छ । जस्तै :

बाह्र वर्ष रामायण पढ्यो सीता कसकी जोई ?

पर्सेको बोको कति वेर रहन्छ र ?

प्रश्नोत्तरात्मक संरचना

प्रश्न र उत्तरका आधारमा संरचना हुने उखानको प्रक्रियालाई प्रश्नोत्तरात्मक संरचना भनिन्छ । जस्तैं :

के खोज्छस् काना आँखो

किन च्याउरिस मरिज आफ्नै रागले

२.८.२ विषयात्मक आधार

लोकजीवनका विविध पक्ष उखानका विषय हुन् । यिनै विषयवस्तुका आधारमा गरिने वर्गीकरण उखानको विषयात्मक वर्गीकरण हो । विषयात्मक रूपमा वर्गीकरण निम्न अनुसार गरिन्छ :

क. सामाजिक तथा नीतिचेतना सम्बन्धी उखान

ख. ज्ञान विज्ञान सम्बन्धी उखान

ग. कृषि व्यवसायी सम्बन्धी उखान

घ. लोक विश्वास सम्बन्धी उखान

ङ. उपदेशात्मक सम्बन्धी उखान

च. व्याङ्ग्यात्मक उखान

छ. स्थानपरक उखान

ज. जातिपरक उखान

झ. पशुपंक्षी सम्बन्धी उखान

ञ. नातागोता सम्बन्धी उखान

क.सामाजिक तथा नीतिचेतना सम्बन्धी उखान

समाजले स्वीकार गरेका नीतिगत तथा सामाजिक मूल्य मान्यताका रूपमा लोकप्रिय भएका उखानलाई सामाजिक तथा नीति चेतना सम्बन्धी उखान भनिन्छ । नीति सम्बन्धी उखानद्वारा प्रत्यक्ष रूपमा वा भित्री तात्पर्य बुझाउने क्रममा कथित प्रसङ्गबाट ठीक बेठीक, असल खराब आदिका मसिना र गहकिला शिक्षा र अर्ती दिएर प्रशस्त नीति चेतना प्रदान गरिन्छ । जस्तै :

- सुखमा नमात्तिनु दुःखमा नआत्तिनु
- कुचो बाट्नु लक्षिण विचार्नु
- थाहा न थिति बूढाको तिथि
- कि आफू जान्नु कि अर्काले भनेको मान्नु
- ऋण लागोस् तर दिन नलागोस् ।

ख. ज्ञान विज्ञान सम्बन्धी उखान

मानव जीवनका सैद्धान्तिक तथा व्यवहारिक ज्ञान, दर्शन, यथार्थ चिन्तन, मनोविज्ञान, भाषा, गणित, ज्योतिष आदि प्रस्तुत गरिने उखानहरूलाई यस अन्तर्गत राखिन्छ । जस्तै :

- एक विद्या चौध चतुऱ्याँई
- ठक्कर नपरी ज्ञान आउँदैन
- कच्चा वैद्यको मात्रा यमपुरीको यात्रा
- कि पढेर जान्नु कि परेर जान्नु ।

ग. कृषि व्यवसायी सम्बन्धी उखान

नेपाल कृषि प्रधान देश हो । कृषि पेसा नै यहाँका जनताहरूको मुख्य आयस्रोतको रूपमा रहेको छ । जनजीवनमा कृषि सम्बन्धी धेरै उखानहरू यहाँको समाजमा प्रचलित रहेका छन् । जस्तै :

- बारी न बोट ठूला ठूला ओठ
- असार र मंसिर त बाउ आमा ल्याए पनि यही बाटो
- चाँजो न साँजो दैलामुनि बाँजो
- छन् गेडी सबै मेरी, छैनन् गेडी सबै टेडी
- छोराछोरी राम्रा आफ्ना, खेती राम्रो अर्काको
- हुल चालमा जीउ जोगाउनु, अनिकालमा बीउ जोगाउनु ।

घ. लोकविश्वाससम्बन्धी उखान

लोक जीवन आफ्नै परम्परागत धारणामा टिकेको हुन्छ । अशिक्षित ग्रामीण जनताको ईश्वरप्रतिको आस्था, पुस्तौंदेखि धर्मप्रतिको विश्वास भाग्यमाथि भरोसा तथा अन्धविश्वासपूर्ण भावना नेपाली उखानमा व्यक्त भएका देखिन्छन् । जस्तै :

- जोगीको घर हुँदैन, भाग्यको भर हुँदैन
- हुने हार, दैव नटार
- दशा बाजा बजाएर आउँदैन
- काल आएपछि कसको पो के लाग्छ र ?

ङ. उपदेशसम्बन्धी उखान

उखानको माध्यमबाट मानिसलाई उपदेश दिन सकिने हुन्छ । मानिस आफ्नो कामबाट वैराग्य भएको अवस्थामा भाग्यलाई साहारा मान्दै धर्मकर्म सम्बन्धी उपदेश सुनेर चित्त बुझाउने खालको हुन्छ । जस्तैं :

- अघि सम्झे सदा सुखी पछि सम्झे सदा दुःखी
- अर्तीको कुरा घर्तीको पनि लिनुपर्दछ
- जिउँदो मान्छे र चोखो भात चाहिन्छ

च. व्यङ्ग्यात्मक उखान

उखानको माध्यमबाट कोही कसैलाई व्यङ्ग्यात्मक रूपमा अभिव्यक्त गरिन्छ । कोही कसैले गर्न नसक्ने कुराको बारेमा बढी गफ छाँट्ने र नसक्ने कामलाई पनि गर्छु भनेर धाक

लगाउनेलाई व्यङ्ग्यात्मक उखान प्रयोग गरेर जवाफ दिने काम गरिन्छ । विविध रूपमा र अलङ्कार प्रयोगसमेत यस्ता उखानमा गरिएको हुन्छ ।

जस्तै : जुन गोरुको सिंह छैन त्यसैको नाम तिखे

नाच्न नजान्ने आँगन टेढो

कानो गोरुलाई औंसी न पूर्ने

छ. स्थानपरक उखान

कुनै उखान स्थान विशेषलाई जनाउने खालका हुन्छन् । कहिले काहीँ कुनै कुरामा कुनै स्थानले प्रसिद्धी पाएको हुन्छ भने कुनै स्थानमा कुनै कुरालाई विशेष महत्त्व दिइएको हुन्छ । यही विशेषतालाई झल्काउने उखानको प्रयोग गरिएको पाइन्छ ।

- गयो डोटी, खायो रोटी, हिँड्ने बेलामा धोती न टोपी
- न्याय नपाए गोर्खा जानु, विद्या नपाए काशी जानु

ज. जातिपरक उखान

हाम्रो समाजमा विभिन्न जातजातिका मानिसहरू बसोबास गरेको पाइन्छ । जातिलाई आधा मानेर उखानहरू बनेको पाइन्छ । यस्ता उखानहरूको राम्रो कामको प्रशंसा र खराब कामको व्यङ्ग्यात्मक पारामा अभिव्यक्ति दिइएको हुन्छ । जस्तै :

- जहाँ गुलियो, त्यहाँ बाहुन भुलियो
- राजाको काम छाडेर कामीको दुवाली
- गोबरको बाटो र मगरको लाटो
- नेवार इष्ट र बाउ दुष्ट हुँदैन
- ताक परे तिवारी नत्र गोतामे

झ. पशुपंक्षीसम्बन्धी उखान

हाम्रो समाजमा विविध खालका पशुपंक्षीहरू पालिन्छन् । कतिपय पशुपंक्षी मानिसका लागि आवश्यक छन् र तिनीहरूको विशेषतालाई झल्काउने गरी उखानमा व्यक्त गरिएको पाइन्छ । जस्तै :

- बाख्राले बिराउने भेडाको कान काट्ने

- झिंगाको सरापले डिंगो मर्दैन
- मान्छे बुढो भए निहुँ खोज्छ डिँगा बुढो भए भीर खोज्छ
- बोकाले दाँई हुने भए गोरु किन चाहिन्थे

ञ. नातागोतासम्बन्धी उखान

नेपाली उखानहरूमा नातागोतासम्बन्धी उखानको पनि महत्त्वपूर्ण स्थान छ । नेपाली समाजमा दाजुभाइ, दिदीबहिनी, आमाबाबु, मामामाइजु एक आपसमा साइनो गाँस्ने गर्दछन् । नातागोता बाँधिएर रहेको साइनो महत्त्वपूर्ण हुन्छ । पुर्खाहरूले नातागोतालाई आधार मानेर प्रयोग गरिएका सूत्रात्मक विविधहरू नातागोता सम्बन्धी उखान भनिन्छ । जस्तै :

माागी मागी छोरीको बिहे

दिए आफू नाङ्गो नदिए इष्ट बाङ्गो

दाजुभाइ कहाँ पाइ भएपनि मुटु खाइ

ट. निष्कर्ष

लोकजीवनमा देखा परेका विभिन्न खालका आरोह अवरोहलाई सुत्रात्मक रूपमा प्रस्तुत गर्ने उपाय नै उखान हो । उखान सुत्रात्मक भएपनि त्यसको भाव व्यापक हुन्छ । सुन्दा सहज जस्तो देखिन्छ तर गहिराइमा पुगेर बुझ्न खोज्दा जटिल हुन्छ । उखानले लोक व्यवहारमा अनुभवका चुट्किला र गहकिला उक्ति सामाजिक नीति निर्देशन, शिक्षा, दृष्टान्त उपमा आदिका रूपमा सुत्रबद्ध प्रयोग गर्छन् । लोकजीवनका विभिन्न क्रियात्मक रीतिथिति बानीबेहोरा, चालचलन, विश्वास र दृष्टिकोण आदिका माझबाट उखानले मूलतः विशेष अर्थ बोकेको हुन्छ । भाषिक व्यवहारमा यस्ता उक्तिहरू व्यङ्ग्यार्थक रूपमा चमक लिएर झल्किन पुग्दछन् । संसारमा हरेर जनजाति र भाषा भाषिका मानिसहरू छन् । सबैको आ-आफ्नै प्रकारको धर्म संस्कृति अनुसार आफ्नो समाजलाई हुने खालका उखानहरू प्रत्येक समाजका सामाजिक विशेषता नै हुन् । सुत्रात्मक भएर पनि उखानले व्यापक अर्थ बोकेको हुन्छ । लोकजीवनमा प्रचलित भाषा शैलीलाई प्रयोग गरेर उखानले त्यसलाई माला गाँस्ने काम गरेको पाइन्छ । उखानले एक क्षेत्रलाई मात्र समेटेको वा लिएको पाइँदैन । यसको क्षेत्र व्यापक रूपमा रहेको पाइन्छ । लोकले अनावश्यक गफ भन्दा रोचक र सुत्रात्मक रूपमा प्रस्तुत गर्ने शैली मन पराउने हुनाले उखानको महत्त्व झन् बढ्न गएको हो । चाहे त्यो

तुकबन्दी उखान होस् वा प्रश्नोत्तर शैलीमा गरिएको होस् अर्थात् गीत्यात्मक र भाषान्तर प्रभावित जे जस्तो शैलीमा प्रस्तुत गरिए पनि उखानले दिने महत्व उत्तिकै छ । अतः उखान कुनै सैद्धान्तिक र पुस्तकीय आधारलाई नलिएर जनजिब्रोबाट अर्कोले मान्दै विश्वास गर्दै प्रचलनमा ल्याइएका हुनाले र जीवनको हरेक पाटालाई समेटेको हुनाले यिनीहरू अध्ययन योग्य भएका छन् । उखानले संसारका सबै क्षेत्र, कृषि, पशु, ढुङ्गा माटो, रुखविरुवा, किराफट्याङ्ग्रा, जीव निर्जीवलाई समेट्न सक्नु यसको विशेषता हो । यस प्रकारले उखानको खोज अनुसन्धानलाई व्यापकता दिन सक्ने उखानबाट लोकजीवनका धेरै झलकहरू पाउन भाचोक गा.वि.स.मा प्रचलित उखानहरू पनि त्यस्तै नेपाली लोकजीवनका विशेषतालाई व्यक्त गर्ने उखानहरू हुन् ।

तेस्रो अध्याय

भाचोक गा.वि.को. परिचय

३.१ भाचोक गाउँ विकास समितिको परिचय

गण्डकी अञ्चल स्थित कास्की जिल्लाको पूर्वी भागमा अवस्थित भाचोक गाउँ विकास समिति कास्की जिल्लाको निर्वाचन क्षेत्र नं. १ अन्तर्गत पर्दछ भने प्रशासनिक इलाका नं. ३ मा रहेको छ । यो गा.वि.स. पोखरा सहरको दक्षिणदेखि ३३.६ कि.मि. रहेको छ । भौतिक विकासको प्रशस्त सम्भावना हुँदाहुँदै पनि यो गा.वि.स. भने भर्खर विकासको पथमा पाइला चल्दै छ । शिक्षा, स्वास्थ्य, पिउने पानी, सडक, संचार आदि जस्ता भौतिक पूर्वाधारमा यो अझै पछाडि नै छ । यहाँ ४११ घरधुरीमा २४५० जनसंख्या बसोबास गर्दछन् । यस गा.वि.स.मा शिक्षा प्रदान गर्न १ उच्च मा.वि., १ नि.मा.वि. र ४ प्रा.वि. सञ्चालनमा रहेका छन् । उच्च शिक्षा हासिल गर्न यहाँका विद्यार्थीहरू पोखरातर्फ लाग्नु पर्दछ । स्वास्थ्य संस्थाको रूपमा एउटा स्वास्थ्य चौकी मात्र रहेको छ । यहाँ अझै पनि पर्याप्त पिउने पानीको अभाव छ । सडक यातायात पनि त्यति भरपर्दो छैन । यहाँबाट सदरमुकाम जोड्ने कच्ची मोटरबाटो छ भने गाउँहरूलाई जोड्न हालसालै खनिएको बाटोले बस्तीलाई जोड्ने प्रयत्न गरेको छ ।

विभिन्न जातजातिको बसोबास भएको यस क्षेत्रमा भूमि, वन, नदी किनारमा पाइने ढुङ्गा, बालुवा र पानी प्राकृतिक सम्पदाहरू हुन् भने मानवीय स्रोत साधनमा क्रियाशील जनशक्ति र तिनमा विद्यमान सीप हो । यहाँको सक्रिय जनशक्ति कृषि, शिक्षा क्षेत्रमा, निजामति सेवा, वित्तीय क्षेत्र, नेपाली सेना, नेपाल प्रहरीका अतिरिक्त भारतीय सेना, ब्रिटिश सेना साथै तेस्रो मुलुकका विभिन्न पेसामा संलग्न भएको पाइन्छ ।

यो गा.वि.स. २०३२ मा लमजुङ्ग जिल्लाबाट तत्कालीन भाचोक आदर्श गाउँ पञ्चायत कास्की जिल्लामा गाभिएको र २०३७ सालमा उक्त भाचोक आदर्श गाउँ पञ्चायतलाई विभाजन गरी पश्चिम सैमराङ र पूर्वतर्फको भागलाई भाचोक नामाकरण गरिएको हो । सोही पूर्वतर्फको भाग भाचोक गाउँ पञ्चायत नै हालको भाचोक गाउँ विकास समिति हो । यस गाउँ विकास समितिको नामाकरण सम्बन्धमा भाचोक भन्ने गाउँको नामबाट यसको नामाकरण भएको हो । यसै गाउँ विकास समिति अन्तर्गत रहेको भाचोक गाउँमा पहिलेदेखि नै गुरुङहरूको बसोबास रहेको हुँदा गुरुङ भाषामा उक्त ठाउँको नाम

"फ्होजो" रहेको पाइन्छ । स्थानीय समाजसेवी भीमबहादुर गुरुङको भनाइ अनुसार तत्कालीन बाइसे-चौबिसे राजाको पालामा लम्तरीमा बसी शासन गर्ने राजाले "फ्होजो" भन्ने गाउँ (हालको भाचोक) का बासिन्दालाई दुःख दिने गरेको र आफूहरू सुरक्षित हुन सोही लम्तरीको राजाको भाइलाई ल्याई आफ्नो राजा मानेका थिए । यसरी भाइलाई राजा मानेका र चोकको रूपमा ठाउँ रहेकोले शाब्दिक अपभ्रंश भई भाचोक भएको बताइन्छ ।

भौगोलिक रूपमा यो गा.वि.स. २८° १२' २६" उत्तरदेखि २८° १७' ०६" उत्तरी अक्षांशसम्म र ८४° ०८' १६" पूर्वी देशान्तरदेखि ८४° १०' २७" पूर्वी देशान्तरसम्म छ । समुन्द्र सतहदेखि ६०० मि. (मादी किनार थुम्सिकोट) देखि २५३० मि. उचाईमा अवस्थित छ । २५३० मिटरमा रहेको लम्तरीडाँडा यहाँको सबैभन्दा अग्लो स्थान हो । यसको पूर्वतर्फ सिमाना वार्दी खोलाले पूर्वको मिजुरेडाँडा गा.वि.स.लाई छुट्याउने काम गरेको छ । यस गा.वि.स.को पश्चिम तथा उत्तरतर्फ सैमराङ गा.वि.स. रहेको छ भने दक्षिण सिमानामा माझठाना गा.वि.स.पर्दछ । यसलाई दक्षिणतर्फ मादी नदीले छुट्याएको छ । यस गा.वि.स.को क्षेत्रफल १५.४९ वर्ग कि.मि. क्षेत्रफल ओगटेको छ । यस गा.वि.स.ले कास्की जिल्लाको ०.७६ प्रतिशत भू-भाग ओगटेको छ । यो गा.वि.स. को अधिकांश भाग ढालयुक्त छ । भट्टेडाँडा, लुम्दी, डोडेनी, कयरे, दमैगाउँ, कम्दीगाउँ, मकैखोला, पुरानो भाचोक, थुम्सीकोट आदि गाउँहरू रहेका छन् । यो कृषि उत्पादन तथा पशुपंक्षी पालनका लागि अत्यधिक उपयुक्त ठाउँहरू हुन् ।

उखानको उर्वर क्षेत्रको रूपमा यस गा.वि.स.लाई पनि लिन सकिन्छ । अहिलेसम्म यस क्षेत्रलाई समेटेर उखानको चर्चा गरिएको पाइएको छैन । तसर्थ यस क्षेत्रमा प्रचलित उखानहरूको सङ्कलन र अध्ययन गर्ने कार्य यहाँ गरिएको छ । पेसा तथा व्यवसाय सांस्कृतिक पर्व र अन्य विविध पक्षलाई समेटेका उखानहरू यहाँ प्रचलनमा रहेका छन् ।

३.२ भाचोक गाउँ विकास समितिको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि

विभिन्न समय समयमा प्रशासनिक हेरफेर हुने क्रममा २०३२ सालमा लमजुङ जिल्लाबाट तत्कालीन भाचोक आदर्श गाउँ पञ्चायत कास्की जिल्लामा गाभिँएको र २०३७ सालमा उक्त भाचोक आदर्श गाउँ पञ्चायतलाई विभाजन गरी पश्चिमतर्फको सैमराङ र पूर्वतर्फको भागलाई भाचोक नामाकरण गरिएको हो । सोही पूर्ववर्तको भाग भाचोक, गाउँ पञ्चायत नै हालको भाचोक गाउँ विकास समिति हो ।

भाचोक गा.वि.स.मा विभिन्न जातजाति जनजातिहरूको बसोबास पाइन्छ । यीमध्ये गुरुङ जाति वा तमुहरू कास्की र लमजुङ जिल्लामा बसोबास गर्न आउनु भन्दा अगाडि मनाङमा रहेका थिए । उनीहरू शिकार खेल्दै जंगली जनावरहरू पछ्याउँदै आउँदा अन्नपूर्ण शृङ्खला पार गरी दक्षिणी भेगमा आए । त्यसै क्रममा त्यहाँका अग्ला पहाडी समथर स्थानमा केही अन्नका बिऊ छरेर फर्के । अर्को पटक आउँदा त्यहाँ सप्रेको बाली पाएर र त्यसपछि उनीहरूको भनाइबाट सरेर त्यस ठाउँमा तीन समुहमा वस्ति बसाली ''क्होला सोधार'' वा "क्होलो सोप्रे ट्हो"गाउँ नामकरण गरे । हिमालबारी दक्षिणी भेगमा यो तमहरूको पहिलो ऐतिहासिक गाउँ थियो र तमु जातिकी राजधानी समेत मानियो । यो स्थान भाचोकदेखि दुई दिनको हिडाइमा पुग्न सकिन्छ । हाल यहाँ मानव वस्ती छैन । तर सयौं पुराना भत्किएका दरवार, घरका पर्खाल, ढिकीका ओखल, जाँतो, घट्टहरू भग्नावशेषका रूपमा पाइन्छ । यसरी भग्नावशेषका आधारमा हेर्दा तीन ठाउँमा बस्ती बसेको देखिन्छ । त्यसैले यसलाई "क्होल सोप्रे ट्हो" भनिन्थ्यो । जसको अर्थ गुरुङ भाषामा तीनवटा टोल भन्ने बुझिन्छ । यसरी "क्होल सोप्रे ट्हो" मा जनसंख्याको बृद्धि भएपछि गुरुङ्गहरू दक्षिण पूर्व तथा पश्चिमतर्फ विभिन्न गाउँमा छरिएर रहे जसमध्ये छ गाउँ अन्तर्गत तोनी (ताङ्तिङ) तम्जु (नार्माजुङ) ल्हयेम्रो (ध्याम्राङ) योज क्वे (थाङजाकोट) ह्वाजु (वाचोक) प्हजु (भाचोक), नेद (नागिधार) पर्गु (पाखिकोट) मा बसोवास गरेको इतिहास पाइन्छ । (स्रोत : वेदबहादुर गुरुङ (श्याम) र जगमान गुरुङको लेखबाट, तमुवान अंङ्क १,२०६४) यसरी जब गुरुङहरू "क्होल सोप्रे" बाट सामुहिक रूपमा यो भेगको लम्तरिडाँडा हुँदै भाचोकमा पनि आए र कृषिकार्य गर्न थाले ।

३.३ भौगोलिक अवस्था

सापेक्षित रूपमा कास्की जिल्लाको पूर्वी भागमा स्थित यो गा.वि.स.को भौगोलिक अवस्थिति तथा फैलावट भने २८° १२, ३६, उत्तरदेखि २८° १७, ०६, "उत्तरी अक्षाशंसम्म र ८४° ०८, १६ पूर्वी देशान्तरदेखि ८४०१०, २७" पूर्वी देशान्तरसम्म छ । समुन्द्र सतहदेखि ६०० मि. मादी किनार थुम्सिकोटदेखि २५३० मि. उचाईमा अवस्थित छ । २५३० मि. रहेको लम्तरीडाँडा यहाँको सबैभन्दा अग्लो स्थान हो । यसको पूर्वतर्फ मिजुरे डाँडा गा.वि.स.पश्चिम तला उत्तरतर्फ सैमराङ गा.वि.स. र दक्षिणतर्फ माझठाना गा.वि.स.

पर्दछन् । १५.४९ वर्ग किमि. क्षेत्रफल ओगटेको यस गा.वि.स.ले कास्की जिल्लाको ०.७६ प्रतिशत भू-भाग ओगटेको छ ।

३.४ नदीनाला

यस गा.वि.स.को दक्षिण तर्फ सीमानामा मादी नदी १.१ कि.मि. सीमाना हुँदै प्रताहित भएको छ । जसले यस गा.वि.स. को दक्षिणी भागमा समतल भू-भागको निर्माण गरेको छ । वार्दीखोला ९.१५ कि.मि. पूर्वी सीमानामा बहदै मिजुरेडाँडा गा.वि.स.सँग सीमाबद्ध गरी मादी नदीमा आएर मिसिएको मौरीखोला आदि यहाँका प्रमुख खोलाहरू हुन् । यी साना खोलाहरूको पानी पिउन तथा सिंचाइँमा प्रयोग गरिएको छ ।

३.५ हावापानी

यो गा.वि.स. अन्नपूर्ण हिम श्रृङ्खलाको दक्षिण तर्फ पर्ने भएको हुनाले यहाँ गृष्ममा अत्याधिक मात्रामा पर्वतीय तथा मनसुनी वर्षा हुन्छ । यहाँ ३३५३ मि.मि. वार्षिक वर्षा भएको पाइन्छ । यहाँ न्युनतम ३^{o} र अधिकतम, ३३^{o} सेन्टीग्रेड सम्म तापक्रम पुग्दछ । समतल क्षेत्रमा केही बढी उष्णता र अग्लो भाग तर्फ तापक्रम घट्दै गएको पाइन्छ । यस गा.वि.स. को होचो भू-भागमा अर्धोष्ण र अग्लो भागमा समशितोष्ण प्रकारको हावापानी पाइन्छ । भौगोलिक अवस्थिति र हावापानीका आधारमा होचो भागमा उष्ण सदाबहार र अग्लो स्थानमा मिश्रित प्रकारका बनस्पति पाइन्छ ।

३.६ भू-बनोट

यो गा.वि.स.पहाडी भागमा अवस्थित भएकाले यसका अधिकांश भू-भाग ढाल्युक्त छन् । यस अन्तर्गत जदी निर्मित समतल भू-भाग पहाड, भीर, ढालयुक्त, पाखा, टार, खोला, खोल्सा, टाकुरा, गल्छी भञ्ज्याङ आदि प्रकारका भू-स्वरूप छन् । वर्षाको पानी विकास हुने खोलोले ढालयक्त पाखामा कटान गरेकोले दक्षिण तर्फ डाँडामा धारहरू पाउन सकिन्छ । गा.वि.स.को भू-बनोटलाई निम्न भागमा बाँड्न सकिन्छ ।

क) समतल वेंसी क्षेत्र

समतल वेंसी क्षेत्र यो गा.वि.स.को सबै भन्दा होचो भाग हो समुन्द्र सतहबाट ६०० मिटर देखि ९०० मिटर उचाईसम्म यो क्षेत्र फैलिएको छ । जस अन्तर्गत कसेरी मकैखोला,

थुम्सीकोट आदि वस्ती तथा कृषि योग्य भूमिका साथै वन क्षेत्र समेत पर्दछन् । जसले कूल क्षेत्रफल ३.५४ वर्ग कि.मि. (२२.९११) ओगटेको छ ।

ख) बीचको ढालयुक्त पाखा

यस अन्तर्गत ९०० देखि १४०० मिटर उचाइसम्मका भागहरू पर्दछन् । यसले गा.वि.स.को कूल क्षेत्रफलको ७.६७ वर्ग कि.मि. (४९.६४) क्षेत्रफल ओगटेको छ । अधिकांश खेतीयोग्य टारी पाखाहरू यस क्षेत्र अन्तर्गत पर्दछन् ।

ग) पहाडी भू-भाग

पहाडी भू-भाग अन्तर्गत १४०० मिटर उचाई भन्दा माथिका सबै क्षेत्रहरू पर्दछन् । यसले कूल क्षेत्रफलको जम्मा ४.२४ वर्ग कि.मि. (२७.४५) भू-भाग ओगटेको छ । वडा नं. ३ मा रहेको सबैभन्दा अग्लो लम्तरी डाँडा (२५३० मीटर) यही पहाडी भू-भाग अन्तर्गत पर्दछ । साथै यस अन्तर्गत भट्टेडाँडा, बस्तीहरू हुन् । यो भाग उच्च क्षेत्रमा पर्ने भएकाले यहाँबाट पोखराको मनमोहक दृश्य अवलोकन गर्न सकिन्छ ।

३.७ भाचोकको प्रचलित स्थल लम्तरीडाँडा

भाचोक गा.वि.स.को सबै भन्दा उच्च स्थानमा रहेको ठाउँ नै लम्तरिडाँडा हो । यो समुन्द्री सतह देखि करिव २०८१ मि. उचाईमा २८^{0} १५, २८, अक्षांश र ८४^{0} ०८, ३७, देशान्तरमा अवस्थित छ । लम्तरी डाँडा नाम रहनुमा एउटा किम्बदन्ति पाइन्छ । एउटी छोरी माइत गएकी र उनलाई आमाले घर पठाउँदा कोसेली दिइ पठाइन । सो कोसेली कहिपनि नबिसाइकन जानु भनिन, तर ती छोरीले यही स्थान मा आई कोसेलीको भारी बिसाइन र बिसाएपछि त्यो कोसेलीको भारी लामो किरा बनेर गयो र हरायो । त्यही बेला देखि यस ठाउँको नाम लामोकिरा भन्न थालियो र कालान्तरमा अपभ्रंश भई लम्तरी हुन गएको हो । यो स्थान गुरुङ भाषामा मनले देखेको ठाउँ हो भनिन्छ । किनकि यस ठाउँबाट उत्तरतर्फ अन्नपूर्ण, धवलागिरी हिमशृङ्खलाको लगातार दृश्य देख्न सकिन्छ । यसमध्ये अन्नपूर्ण दक्षिण, हिमचुलीलगायतका अन्य हिम चुचुराको दृश्य आँखा अगाडि देख्न सकिन्छ । यसैगरी गुरुङ गाउँहरू थाक, याङ्जाकोट, भाचोक, बास्चोक, नागिधार, पाखुरीबोट, गिलुङ आदि देख्न सकिन्छ । त्यसैगरी लेखनाथको समतल भाग, भरतपोखरी, निर्मलपोखरी, स्याङ्जाका विभिन्न डाँडाकाँडा, माझठाना, स्याक्लुङ, रूपाकोट, वेगनासलगायत लमजुङ र तनहुँका विभिन्न डाँडाहरू देख्न सकिन्छ ।

यसैगरी पोखराको फेवाताल, ठूलाकोट, सराङकोट, आर्वा, काहुँ, पञ्चासेलगायतका स्थानहरू देख्न सकिन्छ । यस डाँडामा देवीदेवताका मूर्ति प्राचीन वस्तीका भग्नावशेषहरू पाइने कारणले गर्दा ऐतिहासिक रूपमा यहाँ गुरुङ राजाहरूको दरबार थियो भन्ने मानिन्छ । पुरातात्विक अध्ययन र धार्मिक दृष्टिले पनि यसको महत्व रहेको छ ।

३.८ भाचोक गाविसमा जातिगत बसोबासको अवस्था

भाचोक गाविसको वडा नं. १ पुरानो भाचोकमा गुरुङ जातिको बस्ती पाइन्छ । यसैगरी यस गाविसको वडा नं. २ र ३ लाई भाचोक नामले चिनिन्छ । यी दुवै वडामा गुरुङ जातिको बाक्लो वस्ती रहेको छ । यसका साथै दमाई, सार्कीसमेतको बसोबास रहेको छ । यस्तै वडा नं. ४ भट्टेडाँडामा ब्राह्मण, क्षत्री जातिको बसोबास रहेको छ । यस वडाका जातिको मुख्य पेशा पनि कृषि नै रहेको पाइन्छ । यस्तै वडा नं. ५ मा गुरुङ समुदायको बाहुल्यता रहेको पाइन्छ । ढोडेनी, लुम्की लगायतका गाउँमा यो समुदायको बाक्लो बस्ती छ । यस्तै केही सार्की, दमाई, कामीको पनि बसोबास रहेको छ । यस्तै वडा नं. ६ वयरेमा गुरुङ समुदायको बाक्लो बस्ती रहेको छ भने वडा नं. ७ मा दमाई गाउँ र कम्दीमा ब्राह्मण जातिको बसोबास रहेको छ । यस्तै वडा नं. ८ मकैखोलामा सुवेदीहरूको बाक्लो बस्ती रहेको छ । यस वडामा एक उच्च माध्यमिक विद्यालय रहेको छ । यस्तै वडा नं. ९ काउरे र थुम्सीकोटमा सुवेदी र गौतम जातिको बसोबास रहेको छ । यसका साथै, भुजेल, गुरुङ, मगर आदि जातिको पनि बसोबास रहेको छ । थुम्सीकोटमा एउटा आठ कक्षासम्मको विद्यालय रहेको छ ।

यहाँका मानिसहरूको पेशा तथा व्यवसाय मुख्य रूपमा कृषि नै रहेको पाइन्छ । खेतीपाती, पशुपालन, डालानाम्ला, भकारी आदि घरायसी सामग्री बनाउने गरेर पनि आजीविका चलाउँदै आएको पाइन्छ । यसका साथै केहीले शिक्षक पेशालाई पनि अपनाएको पाइन्छ । यस्तै नेपाली सेना, बिट्रिस आर्मीलगायत रोजगारीको सिलसिलामा र अन्य देशमा गएर अर्थोपार्जन गर्ने गरेको पाइन्छ । केही परिवारका केही व्यक्ति रोजगारीका लागि सेना, प्रहरीलगायत विभिन्न खाडी मुलुकहरूमा जाने गरेको देखिन्छ । शैक्षिकस्थितिको सन्दर्भमा यहाँ आठ कक्षासम्मको अध्यापन गराउने विद्यालय रहेको छ ।

चौथो अध्याय

भाचोक गा.वि.स.मा प्रचलित उखानहरूको विश्लेषण

४.१ भाचोक गा.वि.स.मा प्रचलित उखान

भाचोक गा.वि.स. गण्डकी अञ्चलको कास्की जिल्लामा पर्ने एउटा गा.वि.स. हो । यस गा.वि.स. कास्की जिल्लाको सदरमुकाम पोखराबाट ३३.६ कि.मी. पूर्वी भागमा अवस्थित छ । यो गा.वि.स. को पूर्वमा मिजुरेडाँडा, दक्षिणमा माझठाना गा.वि.स., पश्चिममा सैमराङ गा.वि.स. र उत्तरमा अन्नपूर्ण हिमश्रृङ्खला पर्दछन् । यो गा.वि.स. १५.४९ वर्ग कि.मी. क्षेत्रफलमा फैलिएको छ । यस गा.वि.स.मा ब्राह्मण, क्षेत्री, मगर, गुरुङ, नेवार, दमाई, कामी, चर्मकार आदि जातिका मानिसहरू बसेको पाइन्छ । यस गा.वि.स.मा रीतिरिवाज, चाडपर्व, चालचलन आ-आफ्नै किसिमका छन् । यहाँका मानिसको मुख्य पेसाको रूपमा कृषि, पशुपालनलाई अँगालिएको पाइन्छ । कोही व्यापार व्यवसायमा, कोही शिक्षा क्षेत्रमा, कोही निजामती सेवामा, कोही नेपाली सेनामा, कोही नेपाली प्रहरीका अतिरिक्त भारतीय सेना, ब्रिटिश सेनाका साथै तेस्रो मुलुकमा विभिन्न पेसामा संलग्न भएको पाइन्छ । यो गा.वि.स.को चारैतिर वनजङ्गल र हरिया डाँडाले घेरिएको छ । कृषि योग्य फाँटका रूपमा कल्लेरी, सोतो, पँधेरो, पुरानी, पहरे, नेवटे, टार, सुन्दरबेंसी, गोप्लेको स्वाँरो आदि रहेका छन् । यहाँ धान, गहुँ, तोरी, आलु, मकै आदि बालीहरू गरेको पाइन्छ । बारीहरू गैया, मकै, कोदो, भट्टमास, बोडी, अदुवा, बेसार आदि बालीहरू लगाउने गर्दछन् । यति भएर पनि यस गा.वि.स.मा आफ्नो लोक संस्कृतिमा धनी रहेको पाइन्छ ।

उखान लोक जीवनका आफ्ना अनुभव र ज्ञानको तीव्र व्यञ्जना दिने माध्यम हो । कुनैपनि समाजको सामाजिक सांस्कृतिक जीवनका यथार्थ चिनारी पाउनका निम्ति त्यस समाजले राँइदाँइ गरेको ठाउँमा चल्ने उखान हेर्न आवश्यक हुन्छ । उखानमा कुनै पनि भाषिक समुदायका खिरिला अभिव्यक्ति हुन्छन् । त्यहाँको सामाजिक रीतिरिवाज, रहनसहन, चालचलन, आचार विशेषता आदि उखानमा प्रकट हुने विषय हुन् । यस भाचोक गा.वि.स.मा विशेष गरेर पारिवारिक जीवनमा आधारित उखानहरू पाइन्छन् । पारिवारिक जीवन समाजको महत्त्वपूर्ण अङ्ग हो । यसैमा रहेर नै लोकले आफ्नो जीवनयात्रा चलाइरहेको हुन्छ । प्रारम्भिक शिक्षा-दीक्षा घरबाट सुरु गरिन्छ । बोली-चाली, हाउभाउ, आनीबानी जस्ता मानवीय गुणहरूको विकास पनि सर्वप्रथम घरबाटै हुन्छ । व्यक्तित्वको निर्माण वा उसको

संस्कारमा पारिवारिक जीवनको विशिष्ट भूमिका रहने हुनाले नेपाली उखानमा परिवारका सदस्यको आचरण तथा व्यवहारलाई उज्यालो पार्न चाहेको देखिन्छ । यी उखानमा नारी र पुरुषको बारेमा चित्रण आ-आफ्नै प्रकारले गरिएको पाइन्छ । यसमा उखानमा पारिवारिक सम्बन्धका बारेमा प्रष्ट रूपमा व्यक्त गरिएको छ ।

यस भाचोक गा.वि.स. मा सामाजिक सांस्कृतिक रीतिथितिमा आधारित उखानहरू प्रचलित रूपमा रहेको पाइन्छ । समाजले ग्रहण गरेका चालचलन, रीतिरिवाज वा जीवनका क्रिया प्रतिक्रियालाई उखानले सूक्ष्म रूपमा छोए पनि टड्कारो रूपमा व्यक्त गरेको पाइन्छ । नेपाली उखानले जीवनमा भोग्नुपरेका घामछाया, झरीबादल र सुखदुःख मार्मिक चित्रण गरेको पाइन्छ । सामाजिक जीवनको जस्तोसुकै अवस्थामा पनि “ढुङ्गाको भर माटो” “माटाको भर ढुङ्गो” भएर बस्न चाहन्छन् । “एक हातले ताली बज्दैन” अरु घर छिमेकीको आधार लिइन्छ । नेपाली जीवनलाई विभिन्न चाडपर्व र रीतिरिवाजले पहिलेदेखि नै प्रभावित पार्दै आएका अधिकांश नेपालीमा परम्पराप्रति ठूलो विश्वास छ । उनीहरू आफ्नो महान धर्महरू छोड्न चाहँदैनन् । त्यसैले उखानहरू सांस्कृतिक रीतिरिवाजमा आधारित रहेको पाइन्छ ।

यस भाचोक गा.वि.स.मा आर्थिक अवस्थाका बारेमा पनि उखान व्यक्त भएको पाइन्छ । बहुसंख्यक नेपालीहरूको जीवन आर्थिक समस्याले घेरिएको र अभावै अभावले थलथलिएको छ । पारिवारिक जीवन सुखी हुन नसक्नु, आर्थिक कारण नै मूल रूपमा रहेको छ । एक हातमा आँशु एक हातमा गाँस गर्नुपर्ने यहाँको दुःखद चित्रण उखानमा व्यक्त गरिएको हुन्छ । ग्रामीण क्षेत्रमा अधिकांश निम्न वर्गका व्यक्तिहरूको बसोबास रेहेको पाइन्छ । उनीहरूले बिहानदेखि बेलुकीसम्म काम गरेर दिनको छाक टार्नुपर्ने अवस्था पर्दछ । त्यही आर्थिक अवस्थाको बारेमा उखानहरू पनि बनेको पाइन्छ । यस गा.वि.स.मा पनि यस सम्बन्धी उखानहरू प्रशस्त रूपमा पाइन्छन् ।

यस गा.वि.स. मा लोकविश्वास र जीवनदर्शन सम्बन्धी उखानहरू पनि प्रचलित रहेको पाइन्छ । नेपालको अधिकांश जनताहरू लोक विश्वासलाई बढी मानेको पाइन्छ । लोक विश्वासलाई आधार मानेर आफ्नो भाग्यको फैसला समेत गर्ने गरेको पाइन्छ । यसका साथै दुःख पर्दा ईश्वरलाई सम्झने गरेको पाइन्छ । यहाँको समाजमा धर्म छोड्न हुँदैन, पापको परिणाम नराम्रो हुन्छ, बेइमानी कहिल्यै टिक्दैन भन्ने विभिन्न लोकविश्वास विभिन्न रूपमा प्रकट भएको पाइन्छ । इमान भनेको लाख हो धन भनेको खाक हो, धर्म छ साँचो

पापको धन काँचो, पाप धुरीबाट कराउँछ आदि उखानहरूले यिनै लोक विश्वासलाई प्रष्ट्याउँछ । त्यसैगरी यस गा.वि.स. मा पनि यस सम्बन्धी उखानहरू प्रचलित रहेको पाइन्छ ।

४.२ भाचोक गा.वि.स. मा प्रचलित उखानहरूको वर्गीकरण तथा विश्लेषण

४.२.१ कृषि व्यवसाय सम्बन्धी उखान

४.२.२ पशुपंक्षी सम्बन्धी उखान

४.२.३ नीति चेतना र उपदेशात्मक उखान

४.२.४ महिला सम्बन्धी उखान

४.२.५ इष्टमित्र र नातागोता सम्बन्धी उखान

४.२.६ व्यङ्ग्यात्मक उखान

४.२.७ जातिपरक उखान

४.२.८ लोक विश्वास र लाके संस्कृति सम्बन्धी उखान

४.२.९ आर्थिक अवस्था सम्बन्धी उखान

४.२.१ कृषि व्यवसाय सम्बन्धी उखान

यस भाचोक गा.वि.स. मा अन्य पेसाका तुलनामा कृषि पेसा नै यहाँको मुख्य पेसा हो । यस क्षेत्रमा बसोबास गर्ने बहुसंख्यक मानिसहरू कृषि उत्पादनमा नै भर परेका हुन्छन् । उनीहरू मेलापातमा झरीबादल नभनिकन अर्म, पर्म र पैंचो आदि गर्न कृषि व्यवसायसँग संलग्न हुन्छन् । दिनभरि खेतीपातीको काममा मेलापाता जाँदा काम गर्ने क्रममा देखिएका दुःख पीडालाई बिर्सिएर मनोरञ्जन गर्नको लागि होस् वा थकाई मार्दाको अवस्थामा पनि कृषि व्यवसाय सम्बन्धी उखानहरू प्रचलित रहेको पाइन्छ । यस गा.वि.स. मा प्रचलित कृषि सम्बन्धी उखानहरू यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ ।

- खेती न पाती के लगाउने फूलपाती
- अनिकालमा बीउ जोगाउनु हुलचालमा ज्यान जोगाउनु
- जसको खेती खायो उसको अभाग लाग्यो
- असार र मंसिर त मानु खाएर मुरी उब्जाउने समय हो
- सोम खेती बुध घर

- बारी काटी घडेरी, खेत काटी कुलो
- खेती राम्रो अर्काको छोराछोरी राम्रो आफ्नो

४.२.२ पशुपंक्षी सम्बन्धी उखान

यस गा.वि.स. मा बसोबास गर्ने मानिसहरूले अर्को मुख्य पेसाका रूपमा पशुपालन व्यवसायलाई लिएका छन् । यहाँ पालिने पशुपंक्षीलाई मुख्य आधार मानी पशुपन्छी सम्बन्धी उखानहरू समाजमा प्रचलित रहेका छन् । जस्तै :

- कुकुर बिराला जस्तै
- दूध दिने गाईको लात्ती पनि सहनु पर्छ
- नुन खाएको कुखुरा जस्तो
- कुकुरलाई मासु पैंचो
- कुकुरको पुच्छर बाह्र वर्ष ढुंग्रामा राखे पनि बाङ्गाको बाङ्गै
- बाघ बुढो र स्याल तन्नेरी
- बोकाले दाई राख्ने भए गोरु किन चाहिन्थे र
- काग भन्दा कोइली चलाख
- भेडा भेडासँग बाखा बाखासँग
- बोकाको मुखमा कुभिण्डो
- कि बाखो पाठो कि लामो बाटो
- हाँसको बीचमा बकुल्लो
- काग कराउँदै जान्छ पिना सुक्दै जान्छ
- एउटी गाई खीर खानको ताई
- आँटेको काम न पाडाको पुच्छर
- बुढो गोरु मऱ्यो भकारो खनियो

४.२.३ नीतिचेतना र उपदेशात्मक उखान

यस गा.वि.स.मा पनि परम्परागत रूपमा भोग्दै र प्रयोग गर्दै आएका रीतिरिवाज चालचलन तथा अनुभव, ज्ञान, कर्तव्य एवम् अर्ती, उपदेशका रूपमा केही उखानहरू यहाँको

समाजमा प्रचलित रहेका छन् । यहाँका नीतिचेतना र उपदेशात्मक उखानहरूले समाजका रीतिरिवाज र चालचलनलाई प्रदर्शन गर्ने गरेका हुन्छन् । जस्तै :

- पानीमा हिँड्दा पछि लाग्नु धुलोमा हिँड्दा अगि लाग्नु
- कोही नपाएपछि घुँडासँग पनि सल्लाह लिनुपर्छ
- राम्रो कुरा शत्रुको भए पनि लिनु पर्छ
- आफ्नो काम बन्छ भने कोरीको पनि पाउ मोल्नु पर्छ
- नोकरले मरी मरी गरेको र मालिकले पुलुक्क हेरेको
- कागले कान लग्यो भन्दैमा कान नछामी हिंड्न हुन्न
- मिल्ने बेलामा इख नसम्झनु खाने बेलामा घिन नसम्झनु
- चोखो भात र जिउँदो मान्छे सधैं चाहिन्छ
- हेलाँ गरेको फेलाँ पर्छ
- लात्ताले हानेको कुकुर ओच्छ्यानमा
- सिपालुले सीप खायो मखन्नीले ओठ लेप्रायो
- अभागी खानी बेलामा रिसाउँछ
- बाह्र छोरा तेह्र नाति बुढाको थैलो काँध माथि
- ओस चाटेर तीर्खा मर्दैन
- उखुको टुप्पो मूलाको फेद भत्तुवा पाले गाउँलेलाई क्षेद
- दाँत नहुनेको आँत हुँदैन
- ठूलो रुखमा बढी हावा लाग्छ
- एक चोटले ज्ञानी हुन्छ सय चोटले बानी हुन्छ
- आफ्नो नास्नु जोरीको हाँस्नु
- लेख्ने छुट्छ बोल्ने चुक्छ

४.२.४ महिला सम्बन्धी उखान

यस गा.वि.स.मा बसोबास गर्ने पुरुषहरूको संख्याको हाराहारीमा महिलाहरूको पनि संख्या रहेको पाइन्छ । अधिकांश महिलाहरू घर व्यवहारमा व्यस्त रहेको हाम्रो समाजमा ।

घरभित्रको काम महिलाले नै गरेको पाइन्छ । महिला सम्बन्धी उखानहरू समाजमा प्रचलित रूपमा रहेका पाइन्छन् ।

- पोइला जाउँ कि कुखुरा पालौं
- उहाँ भने सुब्बिनी के खाएर उभ्भिनी
- आइमाईले आँटे एकैछिन लोग्ने मान्छेले आँटे वर्ष दिन
- भोकमा पाइन मकैका ठेला बैंसमा पाइन पोइ
- स्वास्नीको अधिनमा बस्ने लोग्ने मानिस लाछी हुन्छ
- जहाँ स्त्री उही श्री
- जसको जोइ छैन उसको कोइ छैन
- गाई र छोरी जता दियो उतै जानु पर्छ
- मेरो पोड्का बजिनीको छड्का

४.२.५ इष्टमित्र र नातागोता सम्बन्धी उखान

मानव समाजको स्थापनाकालदेखि नै निश्चित नातागोता सम्बन्ध रहि आएको पाइन्छ । यही सम्बन्धको आधारमा मानव समाज संचालनको आधार पनि हो । मानव समाजमा विभिन्न खालका नाताहरू जेलिएको छ । पूर्खाहरूले त्यस्ता नातागोतालाई आधार बनाएर थुप्रै उखानहरू छोडेर गएका छन् । बुबा-छोरा, आमा-छोरी, सासू-बुहारी, दाजुभाइ, भान्जाभान्जी, ज्वाइँचेला, मावली, ससुराली सम्बन्धी उखानहरू प्रचलित रूपमा रहेका पाइन्छन् जस्तै :

- दिम भने आफू नाङ्गो नदिम भने इष्ट बाङ्गो
- आँटी छोरीलाई बाघले पनि खाँदैन
- छोरा भन्दा नाति प्यारो सावाँ भन्दा व्याज प्यारो
- पोहोर मरि सासू अहिले आए आँसु
- काम पाइन बुहारी पाडाको मुजीकना
- मागी मागी छोराको बिहे
- गुन्द्रुकलाई पकाउनु पर्दैन, सालीलाई फकाउनु पर्दैन
- बाह्र वर्षमा पोइ आको म राँडीलाई ज्वरो आको

- जोई पोइ एकै मलाई दिन्छन् मकै
- आउँछ बाबुको जान्छ साहुको
- ठेस् नलागी बाबु आमा सम्झिदैन
- पराइकी छोरी आफ्नो कहिल्यै हुँदैन
- छोरी मरी गाल टरी
- छोरीको बाबुले मुख थाम्नुपर्छ
- मामाकी घोडी मेरी ही ही
- आमाको काखमा बसेर मामाको उध्यान
- श्राद्धेको सम्धी, तीजको ज्वाइँ यस्तो अप्ठेरो नपरोस् कही

४.२.६ व्यङ्ग्यात्मक उखान

उखानको माध्यमबाट कोही कसैलाई बिभाउने गरी भनिने उखानलाई व्यङ्ग्यात्मक उखान भनिन्छ । कोही कसैले आफूले गर्न नसक्ने काम गर्छु भनेर ढिपी गर्ने, गर्न सक्छु भन्यो भने यस्ता खालका व्यङ्ग्यात्मक पाराले जवाफ दिने काम हाम्रो समाजमा छ । समाजमा देखिएका विकृति र विसंगतिलाई पनि उखानको माध्यमबाट व्यङ्ग्य प्रहार गर्ने चलन हुन्छ । उखानलाई सिधा नभनी व्यङ्ग्यात्मक रूपमा भन्ने चलन छ । त्यसै गरिकन यस भाचोक क्षेत्रमा पनि प्रचलित त्यस्ता उखानहरूलाई यहाँ समेटिएको छ । जस्तैं :

- कच्चा वैद्यको मात्रा यमपुरीको यात्रा
- रातभरि करायो दक्षिणा हरायो
- कनि चाउरिस मरिज आफ्नै रागले
- इन्द्रको अगाडि स्वर्गको वयान
- आफू त छारामा खुट्टा त थारामा
- किराले हिरा बिगार्छ नकचरे भिनाजुले साली विगार्छ
- बाहिर बाहिर लोकाचार भित्रभित्र पोको पार
- बाहिर नैनासुत भित्र भुइँमा सुत
- सिपालुले सीप देखायो मखन्नीले ओठ लेप्रायो
- चोरको बाटो घारी घारी

४.२.७ जातिपरक उखान

नेपाल एक बहुजाति भएको देश हो । यस देशमा विभिन्न जातिका मानिसहरू बसोबास गरेको पाइन्छ । विभिन्न जात जातिको स्वभाव प्रकृति, बानी व्यहोरा आदि गुण, दोषलाई दिएर उखानका रूपमा प्रचलनमा आएका छन् । यहाँका हरेक जातिको बानी र क्रियाकलापलाई आलोचना गरी गुणदोष देखाइएको पाइन्छ । त्यस्तै गरी भाचोक गा.वि.स.मा पनि यस्ता उखानहरू त्यहाँको समाजमा प्रचलनमा रहेका छन् । जस्तै :

- ताक परे तिवारी नत्र गोतामे
- राजाको काम छोडी कामीको दुवाली
- गोबरको बाटो र मगरको लाटो
- बाहुनलाई खाई जाडो मगरलाई नुहाई जाडो
- कामीको एक चोट सुनारको सय चोट
- बाहुनको चित्त माखाको पित्त
- कामीको बिहेमा अठार खाँचो
- दमाईको थुक चोखो बाख्राको मुख चोखो
- बाहुनले च्याउ खाओस् न स्वाद पाओस्
- जातमा खत्री, ओडामा छत्री, भाँडामा पत्री के काम लाग्छ र ?
- कौवा भन्दा काग बाठो काग भन्दा खत्री बाठो
- बाहुनले खान्छ मुतेको ठाउँमा गुरुङले खान्छ सुतेको ठाउँमा

४.२.८ लोक विश्वास र लोक संस्कृति सम्बन्धी उखान

यस क्षेत्रको समाजमा लोकविश्वास र लोक संस्कृतिलाई परम्परादेखि नै मान्ने गरेको पाइन्छ । यस्ता उखानमा ईश्वरप्रतिको आस्था पुस्तौंदेखिको धर्मसम्बन्धी विचार र भाग्यमाथिको भरोसा तथा अन्धविश्वासपूर्ण भावना यहाँको समाजमा व्यक्त भएको देखिन्छ । यस्ता खालका उखानमा समाजले परम्परागत रूपमा चलिआएको संस्कृति लोकधर्म र लोक विश्वासलाई मान्यता दिइएको पाइन्छ । यस गा.वि.स.मा यस्ता संस्कृति, लोकधर्म, लोक विश्वासलाई आधार मानी उखानहरू प्रचलनमा रहेका छन् । जस्तैं :

- रात रहे अग्राख पलाउँछ
- ठक्कर नखाई बुद्धि आउँदैन

- हुने हार दैव नटार
- ईश्वरले दिएपछि खप्परै फोरेर दिन्छन्
- नयाँ धामी पुरानो जैसी
- पुरोहितको सम्पत्ति जजमानको विपत्ति
- धर्म डग्दैन पाप तग्दैन
- धर्मको धन साँचो हो पापको धन काँचो हो
- ढाँटेको कुराले र फाटेको लुगाले कहिल्यै हुँदैन
- सन्तोषी सदा सुखी असन्तोषी सधैं दुःखी
- भाग्यमानीको भूतै कमारो
- मिहिनेतीको भागमा सधैं माछा र मासु अल्छीको आँखामा सधैं भरि आँसु
- आइत मंगल घस्यो तेल विना कसुर पऱ्यो जेल
- सनीको छुट्टी मंगलको भेट कि आउँला ज्वरो कि दुख्ला पेट
- दिंदा नखाने राती उठी कोल चाट्ने
- लगन पछिको पोते के काम
- ढुङ्गो रातो पेट तातो
- बार बारे तिल पनि जोगिन्छ

४.२.९ आर्थिक अवस्था सम्बन्धी उखान

यस गा.वि.स.मा बसोबास गर्ने अधिकांश जनसंख्या गरिबीको रेखामुनी रहेका छन् । यस क्षेत्रका मानिसहरूको आर्थिक समस्या अभावै अभावले थिल्थिएको छ । पारिवारिक सामाजिक जीवन सुखी हुन नसक्नु, नानाभाँती च्याङव्याङ नमिल्नुमा आर्थिक कारण नै मूल रूपमा देखा पर्छ । एक हातमा आँशु र एक हातमा हँसिया गर्नुपर्ने यहाँको दुःखद् चित्रण उखानले व्यक्त गरेको हुन्छ । यस क्षेत्रको आर्थिक अवस्था समस्यालाई आधार बनाएर उखानहरू प्रचलनमा रहेको पाइन्छ । जस्तैं :

धन देखेपछि सत्य पनि लुक्छ

हुनेलाई जहाँतही नहुनेलाई कहीँ न कहीँ

अर्काको हातको धन गन्दै नगन

धन भए तेरी बर्जु मेरी जोई

पैसा न सैसाको खोलती

आफ्नो थैलीको मुख बाँध्नु अरुलाई चोर नलगाउनु

पैसा गन्नु सय फेर मान्छे चिन्तु एक फेर

धन भए सम्म सबैको प्यारो धन नभएपछि काँचो न्यारो

हातको धन दृष्टिकी स्वास्नी ।

४.२.१० ठाउँ विशेषका उखान

यस भाचोक गा.वि.स. अन्तर्गत पर्ने विभिन्न ठाउँलाई आधार बनाए चलनचल्तीमा रहेका उखानहरूले यहाँका ठाउँ विशेषलाई र यहाँको समाजमा भोगिएका अनुभूतिको वास्तविक स्वरूप यस्ता उखानबाट झल्काउन सकिन्छ ।

- लेक पसे जुको टार पसे धूलो
- डेरी त पक्कै डेरी भट्टे डाँडाका भेडा हेरी धान खाई कोदो छेरी
- लम्तरीमा बादल लागेपछि पानी पर्छ
- भाङ्ग्राका पाखा बादल लागे जस्तो
- गाँडा गाँडा भन्छन् गोतमेला थुम्सिकोटे लर्कियो रेलीमाइ सियो
- मादीमा नुन पोखियो माग्ने पनि यत्रै खा आफू पनि भुत्रै खा
- खुर्के भीरमा बाघ कराउने खोरमा बाखो हराउने
- टारीको गहुँ असिनाले खायो पहिराको डिलमा रुदै बस्यो ।

पाँचौं अध्याय

निष्कर्ष

नेपाली उखानले मानव जीवनको विविध पक्षलाई सरल तरिकाबाट प्रकट गरेका छन् । उखानले आफ्नो जीवन्तता प्रदान गर्ने क्रममा समाजका विभिन्न पाटाहरूलाई आफ्ना विषयवस्तु बनाएका हुन्छन् । कुनै पनि समाजको सामाजिक जीवनको यथार्थ चिनारी पाउनका निम्ति त्यस समाजले राइँदाइँ गरेका ठाउँमा चल्ने उखानलाई हेर्नु आवश्यक हुन्छ । उखान कुनै पनि भाषिक समुदायका खिरिला अभिव्यक्ति हुन् । त्यहाँको सामाजिक रीतिथिति रहनसहन, चालचलन, आचारविचार विषयहरू उखानमा मुखरित भएका हुन्छन् । भाचोक गा.वि.स.मा प्रचलित उखानमा पनि त्यस समाजको जीवनदर्शन, कृषिव्यवसाय, नीतिउपदेश, पशुपालन लगायत अन्य विषयसँग सम्बन्धित झलकहरू पाइन्छन् ।

यस गा.वि.स.मा प्रचलित उखानहरूमा समाजमा बसेका परिवारको जीवनमा आधारित गतिविधिहरू प्रतिबिम्वित रहेका छन् । समाजमा जन्म हुँदै पछि त्यही समाजको बोलीवचन हाउभाउमा आनीबानी जस्ता मानवीय गुणहरूको विकास पनि प्रथमतः घरैबाट थालिन्छ । व्यक्तित्वको निर्माण वा उसको संस्कारमा पारिवारिक जीवनको विशिष्ट भूमिका रहने हुनाले नेपाली उखानले परिवारका सदस्यको अवस्था तथा व्यवहारलाई सुधारी जीवनमा उज्यालो छर्न चाहेको देखिन्छ । यी उखानहरूमा नारी र पुरुषको चित्रण आफ्नै किसिमले गरेको देखिन्छ । नेपाली उखानमा आदिकालदेखि मानिसले नारीका विभिन्न रूपबाट मायाममता पाउँदै आएको छ । नारी र पुरुषको सहयात्रामा नै उसको जिउनुको सार्थकता छ र जीवन महिलायुक्त भएको छ । नेपाली उखानमा नारी र पुरुषको रूपबाट बाबुआमा, पत्नी, छोराछोरी, बुहारी, सासू ससूरा, ज्वाइँ आदिको सम्बन्ध जोडिएको हुन्छ । त्यसैलाई आधार बनाएर समाजमा तिनका बारेमा उखानहरू प्रचलनमा रहेका पाइन्छन् ।

त्यस्तै गरी उखानमा लोक जीवनको आफ्ना आफ्नै पद्धति र किसिमहरू सामाजिक संस्कृतिको परिवेश अनुसार चलेका हुन्छन् । समाजले ग्रहण गरेका चालचलन रीतिरिवाज वा जीवनका क्रिया प्रतिक्रियालाई उखानले सूक्ष्म रूपमा छोए पनि टड्कारोसित प्रकट गरेको पाइन्छ । उखानले जीवनमा भोग्नु परेका घामछायाँ, झरी, बादल, सुख दुःखको मार्मिक चित्रण गरेका हुन्छन् । सामाजिक जीवन जस्तोसुकै अवस्थामा पनि समाजमा मिलेर बसेको हुन्छ । एक हातले ताली बज्दैन, भन्ने भावनाका साथ समाजमा घरछिमेकीको

आधारहरू लिइन्छ । समाजमा जन्मे हुर्केपछि त्यस समाजमा रहेका रीतिरिवाज र चाडपर्वले त्यस समाजलाई प्रभावित पारेको हुन्छ । अधिकांश नेपालीहरूमा परम्पराप्रति ठुलो विश्वास रहेको पाइन्छ । उनीहरू आफ्नो इमान धर्म छोड्न चाहँदैनन् । इमान भनेको लाख हो, धन भनेको खाक हो, पाप धुरीबाट कराउँछ जस्ता उखानहरू समाजमा प्रचलित रहेका छन् । यस्ता उखानहरूले त्यस समाजको बारेमा छर्लङ्ग पार्दछन् । भाचोक गा.वि.स.मा पनि त्यस समाजमा रहेका चालचलनहरू सांस्कृतिक रीतिथितिलाई आधार मानी उखानहरू प्रचलनमा रहेका छन् । यस्ता उखानले त्यस समाजको चित्र छर्लङ्ग पार्दछन् ।

नेपाली उखानमा नेपाली जीवनको आर्थिक अवस्थाको बारेमा पनि उखानहरू प्रचलनमा रहेका छन् । पारिवारिक जीवनमा सुखी हुन नसक्नुको प्रमुख कारण नै आर्थिक कारण हो । समाजमा आर्थिक अवस्थाको कारणले गर्दा नै समाजमा धनी र गरिबको खाडल तयार भएका पाइन्छन् । यस आर्थिक अवस्थालाई आधार मानी उखानहरू प्रचलनमा रहेको पाइन्छ । आर्थिक विषमताले गर्दा समाजमा कसैलाई भने मरीमरी कसैलाई भने परीपरी भन्ने कुरा उखानबाट व्यक्त गरिएको पाइन्छ । यस्ता उखानहरू समाजमा प्रशस्तै पाइन्छन् । यसै उखानहरू भाचोक गा.वि.स.मा पनि प्रचलित रूपमा रहेको पाइन्छ । यस गा.वि.स.मा पनि अधिकांश जनताहरू गरिबीको रेखामुनि रहेका छन् । सीमित व्यक्तिहरू मात्र धनी छन् । यसरी धनी र गरिबको खाडल समाजमा रहेको छ । त्यस समाजमा आर्थिक अवस्थाले पारेका असरबाट उत्पन्न भएका उखानहरू यहाँको जनजिब्रोमा भिजेका छन् ।

लोक विश्वास र लोक जीवनमा आधारित उखानहरू समाजमा प्रचलनमा रहेको पाइन्छ । समाजमा रहेका यस्ता खालका उखानमा धर्म छोड्न हुन्न, पापको परिणाम नराम्रो हुन्छ, वेइमानी कहिल्यै टिक्दैन भन्ने विभिन्न लोक विश्वासहरू उखानमा प्रकट भएका पाइन्छन् । इमान भनेको लाख हो धन भनेको खाक हो, धर्मको धन साँचो, पापको धन काँचो आदि उखानहरूले लोकविश्वासलाई प्रष्ट रूपमा व्यक्त गरेका छन् । यसरी समाजमा रहेका व्यक्तिहरूले आफ्नो लोकविश्वास र जीवन दर्शनलाई आधार मानेर उखानहरू प्रचलनमा ल्याएका छन् ।

यस्ता उखानहरू बाहेक यस समाजमा रहेका व्यक्तिहरूले समाजमा कृषि पशुपालन, जातिगत, इष्टमित्र नातागोता सम्बन्धी उखानहरू प्रचलनमा रहेको पाइन्छ । मानिसहरूले परापूर्वकालदेखि नै कृषि र पशुपालन व्यवसाय गरी रहेका छन् । त्यसलाई आधार बनाएर समाजमा उखानहरू प्रचलित रहेको पाइन्छ । समाजमा जातिलाई आधार बनाएर उखानहरू

प्रचलनमा रहेको पाइन्छ । इष्टमित्रलाई आधार बनाएर प्रचलनमा रहेका उखानहरूले सासू, ससूरा, छोरी ज्वाइँ, मामा माइजूलाई आधार बनाएर प्रचलनमा ल्याएका छन् ।

यसरी नेपाली समाजमा उखानले सम्पूर्ण क्षेत्रलाई समेटेको पाइन्छ । उखानले त्यस समाजमा रहेका सकारात्मक होस् वा नकारात्मक होस् त्यसलाई सटिक पाराले समाजमा सबैले बुझ्ने खालका उखानहरू प्रचलनमा रहेका पाइन्छन् । उखानहरू सटिक पाराले सबैको मनलाई छुने खालका हुन्छन् । समाजमा रहेका सम्पूर्ण क्षेत्रलाई समेट्न सक्नु नै उखानको विशेषताको रूपमा रहेको छ । उखानले यस क्षेत्रलाई नछोएको भन्ने नै हुँदैन । सम्पूर्ण क्षेत्रलाई समेटेको हुन्छ ।

भाचोक गाउँवस्तीमा पनि नेपाली समाजमा प्रचलित उखानहरू नै धेरै छन् र जनजीवनको झलक प्रस्तुत गरेका छन् । स्थानीय झलक देखाउने केही उखानहरूले यहाँका उखानको मौलिकतालाई छुत खोजेका छन् । यति उखानले मात्र मौलिकताको भूमिका पुरा गर्न नसक्लान, तापनि स्थानीयताका भाव पाइन्छ । नेपाली भाषामा प्रचलित उखानमा पनि पाग भेदले स्थानीयता झल्काउँछ । स्थानीय भेदको अध्ययन पनि अनुसन्धानको एउटा पक्ष हुन्छ सक्छ । केही मौलिकता र केही पाठभेद भाचोक गाविसका उखानका अध्ययनमा ज्ञानका सामग्री भएका छन् ।

परिशिष्ट

कृषि व्यवसाय सम्बन्धी उखान

- फिस्टाको पेट भर्न पिस्टैलाई गाह्रो हुन्छ
- अब त चराचुरुङ्गीले पनि गुँड लगाउने बेला भयो
- साउन हरियो भदौ भरियो
- खेती न पाती के लाउँछे फूलपाती
- कृषकले अरु कुरा सहन सक्छ तर खेती खाएको सहन सक्दैन
- अन्न खरबारीमा शिला खोजेर कहाँ पाइन्छ र !
- के को खोरिया फाड्नु छ र !
- अन्नको तरान पानीको परान
- हल न चल तीन पाथी गहुँ दल
- खेती न पाती नौ मुरी तोरी
- खेती जोगाउनु अगाडिबाट चाकरी जोगाउनु पछाडिबाट
- बारी काटी घडेरी खेत काटी कुलो
- उही मुखले काफल पाक्छ उही मुखले बीउ कुचा
- सोम खेती बुध घर
- असार र मंसिर त मानु खाएर मुरी उब्जाउने समय हो
- खेतीलाई मोल र छोरालाई धन जति भएपनि प्यारै हुन्छ
- जेठाजुको खेत ग्यालग्याल बुहारीको खेत च्यातियो
- डेरी त पक्कै डेरी भट्टे डाँडाका पाडा हेरी धान खाई कोदो छेरी
- बारी न बोट ठूला ठूला ओट
- भोक न भकारी शोक न सुर्ता
- भातको सितो र सेतो जुटाउन गाह्रो हुन्छ
- भुटे पाङ पोले पिंडालु
- काम गर्ने कालु मकै खाने भालु
- काम साँचे आफूलाई खाना साँचे अरुलाई

- हुल चालमा जिउ जोगाउन अनिकालमा बीउ जोगाउनु
- छोरा न छोरी के को मरी मरी

पशुपंक्षी सम्बन्धी उखान

- हिड्ने गोरुको पुच्छर निमठ्ने
- कुकुरको काम पनि छैन फुर्सद पनि छैन
- गाई दुब्लो छ भनेर बाच्छाले दूध खान छोड्दैन
- थारी गाई थारी आइमाई बाँझो खेत पालेर के अर्थ
- दूध न भैसीको थुनमा न पाडाको मुखमा
- कौवा कराउँछ मन डराउँछ
- झिंगाको सरापले डिंगो मर्दैन
- लम्केको हात्तीले चम्केको घोडालाई जित्न सक्दैन
- कागलाई बेल पाक्यो हर्ष न बिस्मात
- बाँदरको हातमा नरिवल
- काम गर्ने हनुमान पगरी गुत्ने ढेडु
- माछो माछो भ्यागुतो
- भैंसीको सिङ आफैलाई भारी हुँदैन
- कुकुर भुक्दै गर्छ हात्ती लम्कँदै गर्छ
- गधालाई गधाकै भारी बोकालाई बोकाकै भारी
- घरको बाघ वनको स्याल
- वाच्छो खाने बाघले पाडो पनि खान्छ
- बैंसमा स्याल पनि घोर्ले हुन्छ
- वनको चरो वनमै रमाउँछ
- वनको बाघले खाओस् कि नखाओस् मनको बाघले खान्छ
- साँडेको जुदाइ बाच्छाको मिचाइ
- हुने बेलामा गोरु पनि ब्याउँछ
- जसको लागि गोठ बनायो उसैको पुच्छर बाहिर

- डुलुवा कुकुर चलुवा विद्यार्थी काम लाग्दैन
- कुखुरो पहिला जन्म्यो कि फुल
- हारेको कुकुर सधैँ दाँत देखाउँछ
- बाघको छालामा स्यालको रजाई
- बाघ बरु भोको मर्छ घाँस खाँदैन
- लात्ताले हानेको कुकुर ओछ्यानमा
- सुँगुरलाई स्वर्गको बगैंचा
- गधाको घाँटीमा मौलाको माला
- भैंसीको कानमा बिन बजाएर के गर्नु
- खोरमा बाख्रा हराउने वनमा बाघ कराउने

नीतिचेतना र उदेशात्मक उखान

- रुझेपछि ओत नबस्नु बुझेपछि मोत नपस्नु
- आफू भलो त जगतै भलो
- योग लुकाउनु भोक देखाउनु
- फल खुवाउनु बोट नचिनाउनु
- हक दिलाउनेको हार हुँदैन
- धेरै खाए मल थोरै खाए बल
- लङ्काको युद्ध मच्चाउनु भन्दा आफ्नो सीता लुकाउनु बेस
- स्वास्थ्य नै धन हो
- गर्जने मेघ वर्षदैन
- गाँस छोड्नु साथ नछोड्नु
- आत्म राखी ज्ञान गृह राखी दान
- दानीलाई कहिल्यै हानि हुँदैन
- पाहुनाले खाएर कहिल्यै घर रित्तिँदैन
- भेडीले खाएको वन र छोरीले खाएको घर कहिल्यै पलाउँदैन
- धेरै बोलेपछि धोती खुस्केको थाहा हुँदैन

- अगुल्टाले कुकुरलाई नहान्नु, औंलाले स्वास्नी नकुट्नु
- हग्नेले हगे पनि मुतले चुठाउनु हुँदैन
- रिसले अर्को खा बुद्धिले आफू खा
- सज्जनसँगको मित्रता सधैँ शिलापत्र दुर्जन सँगको मित्रता सधैंको अलपत्र
- मिल्ने बेलामा ईख नसम्भनु खाने बेलामा घिन नसम्भनु
- हेपेकोले ढेप्छ
- जाने दरबार नजाने तरबार
- नहिड्नु साँभ, नपस्नु माभ, नखेल्नु जुवा, नपस्नु कुवा
- आगो ताप्नु मुढाको कुरा सुन्नु बुढाको
- साभका पाहुना देवता बराबर
- माटाको भर ढुङ्गो, ढुङ्गाको भर माटो
- गाई भए गोरस भाइ भए भरोसा
- भोकाएको मान्छे धेरै रिसाएको हुन्छ
- निर्धाको हात छिटो चल्छ
- भिजाले मुढाको मुख पोल्छ
- ठूलो रुखमा बढी हावा लाग्छ
- साटो दिएपछि लाटो पनि मान्दछ
- एक चोटीले ज्ञानी हुन्छ सय चोटीले बानी हुन्छ
- लेख्ने छुट्छ बोल्ने चुक्छ
- अँध्यारोमा ढुङ्गो हानेको
- मिहिनेतीको भागमा सधैं माछा र मासु, अल्छीको आँखामा सधैंभरि आँशु
- बार बारे तिल पनि जोगिन्छ
- पैसा गन्नु सयचोटी मान्छे चिन्नु एकचोटी
- दाँत नहुनेको आँत हुँदैन
- हिराको कदर जोहारीले मात्र गर्छ
- बाँसको हलो हुँदैन, पापीलाई भलो हुँदैन
- भोजन भन्दा भोक मीठो ओछ्यान भन्दा निद्रा मीठो

- हाड रहे मासु पलाउँछ
- भाग्यमानीको निधार ठुलो
- सट्टा रोटी पैंचा गाँस
- शंकाले लङ्का जलाउँछ
- सोझाको दैव सहाय
- देश पनि हेरिने मुख पनि फेरिने
- काँडोलाई झिक्न काँडै चाहिन्छ सर्पको खुट्टा सर्पले नै देख्छ

महिला सम्बन्धी उखान

- नाचका आइमाई पाँचका बजारका हाईमाई हजारका
- खुर्सानी खाँदा देखिन आँखा पिठ्यूँमा लागे हरिया माखा
- जति गरे पनि बेत्ताल त रुखैमा
- नौली बुहारी नौपुला गाँस फेरी फेरी जाँदा जगल्टाको नास
- रुद्र घण्टी नभएका जातको विश्वास हुँदैन
- आईमाईले कुरो पाएपछि तिललाई पहाड बनाउँछन्
- नारीको जन्म हारेको कर्म
- महिला नभएको घरमा ईश्वरको बास हुँदैन
- आईमाईलाई मन नदिनु मगरलाई वन नदिनु
- नदिने बर्जु बुधबार बार्छिन्
- रत्यौली भनेपछि लौरो टेक्ने सम्मका आइमाई जम्मा हुन्छन्
- उत्ताउली गाई बाघले खाई
- पोइला जानु बैंस गुमाई
- पाउने आइमाईको व्यथा थारी आइमाइलाई के थाहा
- काखमा नाठो र पेटमा पाठो नभएपछि के को डर
- आइमाईको मन पर्खालको सानो प्वालबाट पनि फुत्किन्छ

इष्टमित्र र नातागोता सम्बन्धी उखान

- बाबुभन्दा छोरो जान्ने, नाति पेटैबाट फट्याङ्ग्रा हान्ने
- आमा भिख माग्न दिन्न, बाबु खान दिन्न
- ठेस नलागी बाबु सम्भिmदैन
- पराईको छोरो आफ्नो कहिल्यै हुँदैन
- छोरी कुटेर बुहारी तर्साउने
- कहिले सासूको पालो, कहिले बुहारीको पालो
- ज्वाई, अगुल्टोले च्वाइँ
- सधैँको साटो खाऊ ज्वाइँ आटो
- उसै त बुहारी भटमास खाएकी
- छोरो पाउनु कहिले कन्धानी बाट्नु अहिले
- एक स्वास्नीको पोइ ब्रह्मचारी
- भातको ऐचो र स्वास्नी पैंचो हुँदैन
- सासूले खाएकी बुहारी र पानीले खाएको खेत
- खसी काटेर तिहुन भएन, छोरी दिएर ज्वाइ भएन भने के काम ?
- म गर्छु आग्राका कुरा सम्धी गर्छन् गाग्राका कुरा
- मावली जानु भुत्रे-झाम्रे, ससुराली जानु ठेसमेस
- ज्वाई जस्तो वैगुनी र कुकुर जस्तो गुनी कोही हुँदैन
- लोग्ने स्वास्नीको झगडा परालको आगो
- कसैलाई के को धन्दा, घर ज्वाइँलाई खानको धन्दा
- नहुने मामा भन्दा कानो मामा निको
- जेठा मामाको त भाङ्ग्राको धोती कान्छा मामाको के गति ?
- आमा गुना छोरी
- बाबु गुना छोरो
- छोरो पाल्नु सहरमा, छोरी पाल्नु कुनामा
- बाउ मोरे घिउ र भात गोरु मोरे पुर्पुरोमा हात
- निकै की छे बुहारी भनेको ओछ्यानमै मुतुवाइ

- धन कमाइ खाक साथी कमाइ लाख
- अकबरी सुनलाइ कसी लगाउनु पर्दैन
- अर्थ न पर्थ गोविन्द गाई, टाउकोमा लगाउने औषधी नाइटोमा लगाई
- बत्तीमुनि अँध्यारो
- विसौलीको भाँडोलाई धार्नीको पनियो
- माछा देखे दुलोमा हात, सर्प देखे खोकिलोमा हात
- मान्छेले सित्तैमा पाएपछि अलकत्र पनि खान्छन्
- आफूले खनेको खाल्डोमा आफै परिन्छ
- आफ्नो खुट्टामा आफैले बन्चरो हान्नु
- खाएको भन्दा नखाएको विष लाग्छ
- चितायो कि बितायो
- भोक र प्रेम लुकाएर लुक्दैन
- महादेवका अगाडि फिष्टाको टिरटिर
- गरिबले सक्कली सुन लगाए पनि नक्कली धनीले नक्कली सुन लगाए पनि सक्कली
- बलियाको ढुङ्गो माथि लड्छ, निर्बलियाको ढुङ्गो तल लड्छ
- भुसको आगो भित्र भित्रै सल्कन्छ
- बाउन्न तास त्रिपन्न खेल
- नआउने पानीका थोपा ठूला
- जान्ने गम्कन्छ नजान्ने चम्कन्छ
- ओस चाटेर तीर्खा मर्दैन
- झाडीको दुईवटा चरा देखेर हातको एउटा चरा छोडेर भाग्नु
- खाने मुखलाई जुँगाले छेक्दैन
- खोलो तऱ्यो लौरी बिर्सियो
- चाहिँदाको भाँडो नचाहिँदाको ठाँडो
- नहुने बेलामा नातिदेखि मर्दै आउँछन्
- कुचो बाट्नु, लक्षिण बिचार्नु
- घर जलेपछि खरानीको के दुःख

- एकमुठी खरानीका लागि जोगीको लडाइँ
- तै रानी मै रानी कसले भर्छ कुवाको पानी
- डढेको मुखलाई खुदो राखेको खट्टे
- खुर्सानी विना भतेर अड्किदैन
- मन नपरेको कुरा गनमन ढ्या

जातिपरक उखान

- डाँडाको र राणाको पालो गयो, ढाँटको र फाँटको पालो आयो
- हुँदा न खाँदो कामीलाई काँधो
- जैसीले नजानेको अल्छीले जानेको हुन्छ
- जाता नि कुलमा मुसाको दुलोमा
- नेवार विग्रेको भोजले राणा बिग्रेको मोजले
- कामीले माग्न जान्दैन दाद र लुतोले आउन जान्दैन
- डेरालाई डेरो नभन्नु खसलाई मेरो नभन्नु
- वैद्यका गलागाँड जैसीकी छोरी राँड
- दमाई कामीको बोली वर्षदिनको भोलि
- कमाउने कामीको घरमा आँसीको खाँचो

लोकविश्वास र लोकसंस्कृति सम्बन्धी उखान

- हाने मर्छ बोले टर्छ
- ठक्कर नखाई बुद्धि आउँदैन
- धर्मको चिनो दया पापको चिनु विपत्ति
- ईश्वरले दिए भने खप्परै फोर्नी गरी दिन्छन्
- नयाँ धामी पुरानो जैसी
- पापको धन सधैं धमिलो हुन्छ
- धर्मको धन साँचो हो पापको धन काँचो हो
- आत्तिन र मात्तिन कहिल्यै हुन्न

- दुवै हातमा लड्डु
- चिचि पनि पापा पनि
- पशुपतिको जात्रा सिद्राको व्यापार
- कुकुरलाई हान्दा ढुकुरलाई लाग्यो
- मनमा चङ्गा भए लोहोटामा गङ्गा
- पापले डुबाउँछ भने धर्मले उठाउँछ
- धेरै खाए अमृत पनि विष बन्छ
- आइत मंगल घस्यो तेल विना कसुर पर्‍यो जेल
- दिँदा नखाने राति उठी कोल चाट्ने
- मर्दाका सात वटी
- अल्छीले बल्छी खेलेको
- लगन पछिको पोते के काम
- कपाल हेरी छुरा मान्छे हेरी कुरा
- अड्को पड्को तेलको धूप
- सास छइन्जेल आस हुन्छ
- चुचे ढुङ्गो उही टुङ्गो
- जस्तालाई तस्तै ढिंडोलाई निस्तै
- नियाला घारीमा गएर बन्न न खोज्नु
- बोल्ने मान्छेको पिठो बिक्छ नबोल्ने मान्छेको चामल पनि बिक्दैन
- खट्टेमा खुदो पर्‍यो
- तँलाई हेर मँलाई हेर बेला हेर
- साँझका पाहुना देवता बराबर

आर्थिक अवस्था सम्बन्धी उखान

- नहुनेकी छोरी दाल भातमा परी
- जसका छोरा उसको धन जसका गाई उसको वन
- छन् गेडी सबै मेरी छैनन् गेडी सबै टेडी

- धन भए भाँती भाँती छोरा भए नाती नाती
- यसै ऋण उसै ऋण बूढी भैंसी किन
- धन हुनेको मन हुँदैन मन हुनेको धन हुँदैन
- लुटको धन फुपूको श्राद्ध
- चाडवाड आउँछ सबै धनीलाई मात्र आउँछ
- धन हुनेका घर माछा र मासु गरिबका घर सधैं भरि आँसु
- कोऱ्याको जीउ प्यरो अपुताको धन प्यारो
- धनीका लागि दसैं गरिबका लागि दसा
- सम्पत्तिमा सबैको हाइहाइ विपत्तिमा कोही छैन दाजुभाइ
- ज्यान जाला तर धन नजाला
- धन देखेपछि महादेवका तीन नेत्र
- हुनेलाई जहाँतहीँ नहुनेलाई कहिनकहीँ
- रातभरि करायो दक्षिणा हरायो
- ऋण लागोस् तर दिन नलागोस्
- धन देखेपछि सत्य पनि लुक्छ
- मौकामा हिरा फोर्नु बेमौकामा कौडी नछोड्नु
- साथमा छैन फुट्टी दाम बिन्ती गरी स्वास्नी पाम
- सम्पत्तिको नाममा बुच्चे ठेकी पोइला जानु लौरो टेकी
- बाबुछोराको हिसाबकिताब, आमाछोरीको ऐंचोपैंचो
- धनको मुख कालो
- कौडी न सौडी बजार बजार दौडी
- धन हातले दिएर खुट्टालाई दुःख
- आफ्नो थैलीको मुख बाँध्नु अरुलाई चोर नलगाउनु
- सकियो धन ढुक्क भयो मन
- जहाँ ताल उहीँ पानी

सन्दर्भ सूची

अर्याल,कृष्णचन्द्र (२०३२), **लौकिक न्यायमणिमाला**, ललितपुरः जगदम्बा प्रकाशन ।

अर्याल, वासुदेव (२०६४), **उखान सङ्ग्रह,** ललितपुर : जगदम्बा प्रकाशन ।

आ.दी. राममणि (२०५७), **उखान सङ्ग्रह,** ललितपुर : जगदम्बा प्रकाशन ।

उपाध्याय, कृष्णदेव (१९७१, ई.) **लोक साहित्यकी भूमिका,** इलाहावाद : इलाहावाद साहित्य भवन ।

उप्रेती, कुन्दनलाल (१९७१, ई.) **लोकसाहित्य के प्रतीमान**, आगारा भारत प्रकाशन ।

कोइराला, शम्भु (२०५५), **लोक साहित्य : सिद्धान्त र विश्लेषण**, विराटनगर : धरणीधर पुरस्कार प्रतिष्ठान ।

जोशी, सत्यमोहन (२०१४), **हाम्रो लोक संस्कृति**, काठमाडौं : रत्न पुस्तक भण्डार ।

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

देवकोटा, रत्नाकर (२०२७), **जुम्लेली शब्द र उखान सङ्ग्रह**, जुम्ला : श्रीमती रत्नकर देवकोटा ।

पराजुली, कृष्णप्रसाद (२०५८), **नेपाली उखान र गाउँ खाने कथा,** काठमाडौं : रत्न पुस्तक भण्डार ।

पोखेल, बालकृष्ण (२०२६), **राष्ट्र भाषा** काठमाडौं : साझा प्रकाशन ।

प्रधान गंगाप्रसाद (१९०८), **नेपाली उखानको पोस्तक**, दार्जिलिङ : गोर्खा प्रेस ।

प्रधान, पारसमणि (२०२७), **भाषा प्रवेश नेपाली व्याकरण**, कालिम्पोङ : भाग्यलक्ष्मी प्रकाशन ।

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

भट्टराई, हर्षनाथ (२०२३), **नेपाली उखान-टुक्का,** काठमाडौं : शर्मा पुस्तक भण्डार ।

यात्री पूर्णप्रकाशन नेपाल (२०४१), **भेरी साहित्य,** काठमाडौं : नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

राणा, पुष्करशमशेर (२०२४), **नेपाली उखान टुक्का कोश**-द्वितीय संस्करण, काठमाडौं : साझा प्रकाशन ।

रिमाल, प्रदीप (२०२८), **कर्णाली लोकसंस्कृति-भाग ५**, काठमाडौं : नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

शर्मा मोहनराज (२०२६), **शब्दरचना र वर्णविन्यास : भाषा-वैज्ञानिक पद्धति**, काठमाडौं : त्रि.वि. पाठ्यक्रम विकास केन्द्र ।