छाउपडी प्रथाको सामाजिक आयाम

(अछाम जिल्लाको वस्तुगत अध्ययन)

शोध-पत्र

त्रिभुवन विश्वविद्यालय मानविकी तथा सामाजिकशास्त्र संकाय अन्तर्गत

पृथ्वीनारायण क्याम्पस, समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभाग

स्नातकोत्तर तह द्वितीय वर्षको आठौं पत्रको

प्रयोजनका लागि

प्रस्तुत

शोधार्थी

कृष्ण बहादुर रावल

रोल नं. ७३/०६४

रजिष्ट्रेशन नं. ६-१-९९९-१६७८-९६

समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभाग

पृथ्वीनारायण बहुमुखी क्याम्पस, पोखरा

२०६९

सिफारिस पत्र

श्री मूल्याङ्कन समिति,

त्रिभुवन विश्वविद्यालय,

पृथ्वीनारायण क्याम्पस,

समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभाग, पोखरा

यस क्याम्पसका छात्र कृष्णबहादुर रावल रोल नं १०६/०६२ (एम.ए.दोस्रो वर्ष, समाजशास्त्र/मानवशास्त्र) ले स्नातकोत्तर तहको दोस्रो वर्षको आठौँ पत्रको आंशिक आवश्यकता परिपूर्ति गर्नाका लागि प्रस्तुत गरेको "**छाउपडी प्रथाको सामाजिक आयाम (अछाम जिल्लाको वस्तुगत अध्ययन)**" सम्बन्धी विषयको शोधपत्र मेरो प्रत्यक्ष निर्देशन र सुपरिवेक्षणमा तयार पार्नुभएको हो । प्रस्तुत शोधपत्रलाई आवश्यक मूल्याङ्कनका लागि सिफारिस गर्दछु ।

....

(मुकुन्द लम्साल)

शोध निर्देशक

समाजशास्त्र /मानवशास्त्र विभाग,

पृथ्वीनारायण क्याम्पस , पोखरा

मिति : २०६९ मंसिर १७

स्वीकृति पत्र

त्रिभुवन विश्वविद्यालय, मानविकी तथा सामाजिकशास्त्र संकाय अन्तर्गत समाजशास्त्र तर्फका छात्र कृष्णबहादुर रावलले आठौं पत्रको प्रयोजनका लागि यस विभागमा प्रस्तुत गर्नुभएको **'छाउपडी प्रथाको सामाजिक आयाम (अछाम जिल्लाको वस्तुगत अध्ययन)'** विषयक शोधपत्र मूल्याङ्कन समितिबाट स्नातकोत्तर उपाधिका लागि उचित ठहऱ्याइएकाले स्वीकृति प्रदान गरिएको छ ।

शोधपत्र मूल्याङ्कन समिति

....	....	....
(मुकुन्द लम्साल)	(डा. विकास के.सी.)	(शान्ति भुसाल)
शोध निर्देशक	बाह्य परीक्षक	विभागीय प्रमुख

मिति : २०६९ मंसिर

भाषा सम्पादकबाट गरिएको

सिफारिस पत्र

प्रस्तुत **'छाउपडी प्रथाको सामाजिक आयाम (अछाम जिल्लाको वस्तुगत अध्ययन)'** विषयक शोधपत्रको भाषिक सम्पादन मैले गरेको हुँ । यसको भाषिक स्वरूप सन्तोषजनक रहेको हुँदा म यस शोधपत्रको स्वीकृतिका लागि सिफारिस गर्दछु ।

....

चूडामणि खनाल

सह-प्राध्यापक

नेपाली विभाग

पृथ्वीनारायण क्याम्पस

पोखरा

मिति : २०६९ मंसिर

कृतज्ञता ज्ञापन

प्रस्तुत शोधपत्र मैले आदरणीय गुरु मुकुन्द लम्सालको कुशल निर्देशनमा तयार पारेको हुँ । यस सोधपत्रमा मैले छाउपडी प्रथालाई गुणात्मक रूपमा विश्लेषण गर्ने प्रयास गरेको छु । यस प्रयासलाई साकार पार्न र यस शोधपत्रको तयारीका क्रममा प्राध्यापन तथा विविध व्यावहारिक कार्यको व्यस्तताबीच पनि मलाई आफ्नो अमूल्य समय दिई शोधकार्यमा अभिप्रेरित गर्दै यो शोधपत्रलाई यस रूपमा ल्याउन समुचित मार्ग निर्देशन गरिदिनुहुने शोधनिर्देशक श्रद्धेय गुरुप्रति सर्वप्रथम हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु ।

शोधप्रस्तावलाई विभागीय स्वीकृति प्रदान गरी शोधपत्र लेख्ने सुअवसर प्रदान गर्नुहुने विभागीय प्रमुख शान्ति भुसालप्रति म कृतज्ञ छु । यो शोधपत्रलाई अध्ययन गरी आवश्यक महत्त्वपूर्ण सुझाव प्रदान गर्नुहुने गुरु तथा बाह्य परीक्षक डा. विकास के.सी. र भाषा सम्पादन गरी आवश्यक सहयोग गर्नु हुने गुरु चूडामणि खनाल प्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु । त्यसै गरी शोधपत्रको तयारीका क्रममा सहयोग, सुझाव र प्रेरणा दिनुहुने विभागका आदरणीय गुरुहरू र विभागका कर्मचारीप्रति आभार प्रकट गर्दछु । यसै क्रममा छाउपडी प्रथा र छाउपडी हुदाँको आफ्ना अनुभवहरू प्रदान गरी सहयोग गर्नुहुने चाफामाण्डौ गाविस अछामका सबै दिदीवहिनीहरूप्रति आभारी छु । छाउपडी प्रथाको विविध पक्षको जानकारी दिई सहयोग गर्नुहुने अन्य विभिन्न महानुभावहहरुप्रति पनि म हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु ।

यस शोधकार्यका लागि आवश्यक पुस्तक तथा पत्रपत्रिका तथा अन्य सामग्रीहरू सरल र सहज रूपमा उपलब्ध गराई सहयोग गर्ने विभिन्न सङ्घ संस्थाहरूप्रति हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्दछु ।

कडा सङ्घर्ष गरेर आफ्ना सन्तानलाई उच्च शिक्षा हासिल गर्न प्रेरित र सहयोगको वातावरण निर्माण गरिदिनुहुने मेरा पूजनीय पिता झंकरसिँह रावल र आमा कोकिला रावल प्रति सधै ऋणी छु । यसका साथै मलाई मेरो प्रतिकूल स्वास्थ्यको अवस्थामा पनि धैर्य गर्दै पढ्न उत्प्रेरित गर्ने मेरा आदरणीय दाजुहरू रतन रावल, चक्र रावल, भाउजूहरू रुथ रावल, इशरा रावल भाइहरू भीम रावल, वृख रावल, तथा भाइवुहारी हरू अमृता र नीताप्रति आभार प्रकट गर्दछु । घरमा उपयुक्त वातावरण सृजना गर्ने मेरा भतिजाहरू जीवन, आशिष,

जेन्युन र भतिजीहरू आशा,, मेनका र अभिमाप्रति धन्यवाद व्यक्त गर्दछु । साथै आवश्यक समर्थन सहयोग गर्ने दिदी भजन भण्डारी, मेरा ससुरालीतर्फका बुवाआमा झपट सोडारी र चम्फा सोडारी साथै भाइहरू श्याम सोडारी, गणेश सोडारी, मत र अर्जुनप्रति पनि धन्यवाद व्यक्त गर्दछु ।

यो शोधपत्र तयार गर्ने क्रममा मलाई सूचना दिने मेरा विद्यार्थी भाइबहिनीहरु, शिक्षक साथीहरु, स्थानीय ब्यक्तिहरु, मेरो पढाइमा सहयोग गर्नुहुने सहकर्मी दाजु भाउजू ताप्लेजुङबासी महेश्वर गुरुङ र कविता गुरुङप्रति आभारी छु । वहाँहरुको प्रमाणपत्र र स्नातक तह पढ्दाको नैतिक सहयोगले नै म यो शोधपत्र तयार गर्ने अवस्थामा आएको छु ।

“म ठूलो भएपछि बाबालाई पढाउछुँ” भन्ने मेरो १० वर्षे छोरो आविष्कारको सपना पूरा होस्, उसको यही भनाइले मलाई मेरो स्वास्थ्यको अत्यन्त प्रतिकूल अवस्थामा पनि अध्ययन गर्न र शोधपत्र तयार गर्न हिम्मत मिलेको छ । उसको सफलताको कामना गर्दै उसप्रति असीम प्रेम प्रकट गर्दछु ।

अध्ययन र शोध कार्यमा सहयोग गर्नुहुने सहपाठी साथीहरू र अन्य साथीहरुप्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु ।

यस शोधपत्रका अनुसन्धान गर्न महिलाका कतिपय सवालहरू आफैले सोध्न कठिन भएको थियो मलाई । त्यस कठिनतालाई सहजरूपमा समाधान गरिदिने, मेरो जीवनका हरेक क्षेत्रमा सहयोगी र सहकर्मीको भूमिका निर्वाह गर्ने मेरी जीवनसँगिनी कमलाप्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु । कमलाको सहयोग र सहकार्यविना यो शोधपत्र पूरा हुन सक्दैनथ्यो ।

....

कृष्ण बहादर रावल

शोधार्थी

मितिः २०६९ मंसिर १७

शोधसार

यो शोधपत्र **'छाउपडी प्रथाको सामाजिक आयाम (अछाम जिल्लाको वस्तुगत अध्ययन)'** त्रिभुवन विश्वविद्यालय मानविकी तथा सामाजिक शास्त्र संकाय अन्तर्गत समाजशास्त्र/मानवशास्त्र विभागमा समाजशास्त्र विषयको स्नातकोत्तर तह द्वितीय वर्षको आठौँ पत्रको प्रयोजनका लागी तयार गरिएको हो । मानव सभ्यताको विकाससँगै मानिसहरुले आफ्ना लागि आवश्यक पर्ने विभिन्न संस्कृतिको विकास गर्दै गए । ती संस्कृतिभित्र मानिसले आफूलाई सजिलाका लागि निर्माण गरेका कुराहरू विभिन्न आचरण, सम्बन्ध, संस्कारका रूपमा स्थापित हुँदै गए । पछि ती कतिपय संस्कार, आचरणहरूलाई कडाइकासाथ समाजका सबै सदस्यले पालन गरून् भनेर धर्मसँग जोड्ने प्रयास गरियो । तत्कालीन समयमा सकारात्मक परिणामका लागि विकास गरिएका कतिपय संस्कारहरू समयको परिवर्तनसँगै र मानिसमा आएको सामाजिक, शैक्षिक र मनोवैज्ञानिक परिवर्तनसँगै गलत तथा नकारात्मक पनि बन्दै गए । त्यसको एउटा उदाहरण नेपालमा राज्यले समेत कुप्रथा घोषण गरिसकेको **छाउपडी प्रथा** हो ।

मानव सभ्यताको प्रारम्भमा महिलाहरूको भूमिका र स्थान सबल सक्षम रहेको थियो समयको विकास क्रमसँगसँगै सामाजिक गतिविधिहरू सञ्चालित हुँदै जाँदा समाजमा पुरुषको प्रधानता बढ्दै गयो र समाज मातृप्रधानताबाट पितृप्रधानतामा रूपान्तरण हुन पुग्यो । महिलामाथि दोस्रो दर्जाको नागरिकका रूपमा व्यवहारहरू हुँदै आयो । हाल आएर महिला र पुरुषका बीच लैङ्गिक विभेद गर्न हुँदैन भन्ने चेतनाको विकास र महिलावादी आन्दोलनको परिणामस्वरूप समाजमा महिलाहरुले भोग्ने सामाजिक सांस्कृतिक हिंसाको कुराहरू उठ्न थाले । यस शोधमा पनि छाउपडी प्रथालाई सामाजिक सांस्कृतिक हिँसाका रूपमा विवेचना गरिएको छ ।

छाउपडी प्रथा शुरु हुनु र अहिलेसम्म कायम रहनुका कारणहरू के के हुन् ? छाउपडी प्रथाको प्रभाव के के हुन्, खासगरी छाउपडी गोठमा बस्ने चलनको प्रभाव के के परेका छन ? महिलामाथि छाउपडी प्रथाका नाममा गरिने विभेद र हिंसा के के हुन् ? आदि जस्ता अनुसन्धानात्मक प्रश्नहरुको उत्तर खोज्ने प्रयास यस शोधपत्रले गरेको छ । यस शोधको उद्देश्य छाउपडी प्रथाका कारणहरू र तत्कालका प्रत्यक्ष प्रभावहरू पत्ता लगाउनु रहेको थियो ।

यस अध्ययनका लागि सुदूर पश्चिमाञ्चल, सेती अञ्चल, अछाम जिल्लाको चाफामाण्डौ गाविसलाई छनोट गरिएको थियो । सो गाविसमा बसोबास गर्ने १५ देखि ४९ वर्ष उमेर समूहका २०३ जना महिलाहरूमध्ये १३ प्रतिशत अर्थात २६ जना महिला उद्देश्यमूलक नमुना छनोट विधिबाट छानिएका थिए । तथ्याङ सङ्कलनका लागि प्राथमिक तथ्याङक संकलन गर्न व्यक्तिगत घटना अध्ययन (Case Study) विधि, Key Informant Interview र अवलोकन विधि जस्ता विधिहरू प्रयोग गरिएको थियो भने विभिन्न पत्रिका, पुस्तक, रिपोर्ट, इन्टरनेट साइटहरू र प्रकाशनहरुबाट द्वितीय तथ्याङ्क सङ्कलन गरिएको थियो । प्राप्त भएका तथ्याङ्कहरू सामान्य तथ्याङ्क शास्त्रीय विधि र सामग्रीहरूको प्रयोगद्वारा विश्लेषण गरिएको छ । तथ्याङ्कहरुलाई गुणात्मक रुपमा व्याख्या गरी प्रस्तुत गरिएको छ । यस अध्ययनमा वर्णनात्मक र विश्लेषणात्मक पद्धतिको प्रयोग गरिएको छ ।

छाउपडी प्रथासम्बन्धी सम्पूर्ण चाल चलन, रीतिरिवाज, संस्कार, मनोभावनालगायत अभ्यास सबै धार्मिक जनविश्वास र आस्थामा अडेको पाइएको छ । हिन्दू धर्मको मान्यता अनुसार सामाजिक संस्कारका रूपमा विकास भएको महिलालाई रजस्वला भएको बेलामा अपवित्र मान्ने यो प्रचलन घर परिवार स्तरबाटै पूर्ण रूपमा विभेदकारी भएको पाइएको छ ।

छाउपडी प्रथाको जरा हिन्दू धर्मको अपवित्रताको मान्यता हो यसबाट सम्पूर्ण हिन्दु महिलाहरू कुनै न कुनै रूपमा अवश्य पनि अपहेलित छन् । सुदूर पश्चिमाञ्चल तथा मध्य पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्रका केही पहाडी जिल्लाहरूमा छाउपडी प्रथा भनिए पनि समग्र नेपालका हिन्दू समाजमा रजस्वला प्रथाका रूपमा यो समस्या विकराल र कुरीतिको रूपमा रहेको पाइन्छ । छाउपडी प्रथाले केटीहरू र महिलालाई वस्तुमा परिणत गरेको छ र उनीहरूको आत्मसम्मान घटाएको छ ।

अन्तमा यो भन्न सकिन्छ अछाममा छाउपडी प्रथा होइन **छाउपडी गोठ प्रथा** जीवित छ । तसर्थ यसलाई यसरी नै बुझिनु, भनिनु र व्यवहार गरिनु जरुरी छ ।

विषय सूची

विवरण	पेज नं.
सिफारिस पत्र	i
स्वीकृति पत्र	ii
भाषा सम्पादकको सिफारिस	iii
कृतज्ञता ज्ञापन	iv
विषय सूची	vi
तालिका सूची	x
चित्र सूची	xi
संक्षेपीकरण	xii
शोधसार	xiii

विषय	पेज नं.
अध्याय एक : परिचय	**१-१२**
१.१ पृष्ठभूमि	१
१.२ समस्याको कथन	९
१.३ अध्ययनको उद्देश्य	१०
१.४ अध्ययनको महत्त्व	१०
१.५ अध्ययनको सीमा	११
१.६ विशेष शब्दहरूको परिभाषा	११
१.७ अध्ययनको संगठनात्मक ढाँचा	१२

अध्याय दुई : सम्बन्धित साहित्यको अध्ययन **१३-४५**

२.१ सैद्धान्तिक समालोचना १३

२.२ पूर्व अध्ययनको समिक्षा २४

२.३ अवधारणात्मक खाका ४४

अध्याय तीन : अनुसन्धान विधि **४६-४८**

३.१ अध्ययन क्षेत्र छनोटको औचित्य ४६

३.२ अध्ययनको ढाँचा ४६

३.३ तथ्याङ्कको प्रकृति र स्रोत ४६

३.४ समग्र र नमुना ४७

३.४.१ प्राथमिक तथ्याङ्क सङ्कलन विधि ४७

क. घटना अध्ययन ४७

ख. अवलोकन ४७

ग. Key Informant Interview ४७

३.५ कार्यक्षेत्रका कठिनाइहरू ४८

३.६ तथ्याङ्क प्रस्तुतीकरण र विश्लेषण ४८

अध्याय चार : तथ्याङ्कको प्रस्तुतीकरण र विश्लेषण **४९-७८**

४.१ परिचयात्मक विवरण ४९

४.१.१ अध्ययन क्षेत्रको सामान्य परिचय ४९

४.१.२ जनसङ्ख्या विवरण (वडागत) ५०

४.१.३ गाविसको सामाजिक, सांस्कृतिक तथा आर्थिक अवस्था ५१

४.१.३.१ जातीअनुसार जनसङ्ख्या तथा घरधुरी विवरण ५१

४.१.३.२ गाविसको आर्थिक हैसियत स्तरीकरण ५२

४.२ जातजातीअनुसार उत्तरदाताको विवरण ५३

४.३ उत्तरदाताको शैक्षिक अवस्थाअनुसारको विवरण ५४

४.४ उत्तरदाताको पेशाअनुसारको विवरण ५४

४.५ उत्तरदाताको उमेर समूहअनुसार विवरण ५५

४.६ उत्तरदाताको आर्थिक अवस्थाअनुसारको विवरण ५७

४.७ उत्तरदाताको वैवाहिक अवस्थाअनुसारको विवरण ५८

४.८ उत्तरदाताको परिवारको किसिम अनुसारको विवरण ५८

४.९ पहिलो रजस्वला (पानी छाउ ओर्लंदा) को अनुभव ५९

४.१० वर्तमानमा छाउपडीको अवस्था ६३

४.१०.१. गोठमा बस्ने महिलाहरूको अवस्था ६४

४.१०.२ घरमा बस्ने महिलाको अवस्था ६७

४.११ रजस्वलाका बेला नुहाउने र कपडाको व्यवस्थापन ६८

४.१२ रजस्वला भएको बखत रगत बग्ने अवधि ६९

४.१३ रजस्वलाका समयमा बालबालिकाको अवस्था ७०

४.१४ छाउपडी सम्बन्धी ज्ञान ७१

४.१५ छाउपडी अवस्थाका केही बन्देजहरू ७६

४.१६ छाउपडी गोठको भौतिक अवस्थाको अवलोकन ७७

अध्याय पाँच : व्यक्तिगत घटना अध्ययन, समूह छलफल र अवलोकन तथा विश्लेषण ७९-१०६

५.१ व्यक्तिगत घटना अध्ययन ७९

५.२ धार्मिक व्यक्तिहरूसँगको छलफल ८८

५.३ शिक्षकहरूसँगको छलफल ९१

५.४ विद्यार्थीहसँगको छलफल ९४

५.५ स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूसँगको छलफल ९६

५.६ स्वास्थ्यकर्मीहरूसँगको छलफल ९७

५.७ महिला विकास कार्यालयका अधिकृतहरूसँगको छलफल १००

५.८ एक जना स्थानीय संस्कृति कर्मी तथा राजनीतिक अगुवाको अनुभव १०४

५.९ छाउपडी प्रथा व्यवस्थापनका उपायहरू १०६

अध्याय छ : अध्ययनको सारांश, निष्कर्ष, र सुझावहरु **१०७-११८**

६.१ सारांश १०७

६.२ निष्कर्ष ११०

६.३ सुझावहरू ११७

सन्दर्भ सामग्रीहरू ११९-१२२

अनुसूचीहरू १२३-१३३

तालिका सूची

तालिका नं.		पेज नं
४.१	चाफामाण्डौ गाविसको जनसाङ्ख्यिक विवरण	५०
४.२	जातीअनुसार चाफामाण्डौ गाविसको जनसङ्ख्या तथा घरधुरी विवरण	५१
४.३	गाविसको आर्थिक हैसियत स्तरीकरण	५२
४.४	उत्तरदाताको जातीअनुसार विवरण	५३
४.५	उत्तरदाताका शैक्षिक अवस्थाअनुसारको विवरण	५४
४.६	उत्तरदाताको उमेर समूहअनुसारको विवरण	५६
४.७	उत्तरदाताको आर्थिक अवस्थाअनुसारको विवरण	५७
४.८	उत्तरदाताको प्रथम रजस्वला हुने वेलाको बैवाहिक अवस्था	६०
४.९	प्रथम रजस्वला हुनु अगाडि रजस्वला कसरी हुन्छ भन्ने बारे जानकारी	६१
४.१०	स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले छाउपडी गोठ	६४
४.११	रजस्वला अवस्थामा घरमा बस्न पाए के गर्ने ?	६५
४.१२	रजस्वला भएको बेला घरमा बस्दा के देवी देवता रिसाउँछन् ?	६६
४.१३	घरमा बस्दा सुत्ने स्थानको विवरण	६८
४.१४	रजस्वलाका बखत राखिएको लुगाको ब्यवस्थापन	६९
४.१५	रजस्वला भएको बखत रगत बग्ने अवधि	७०
४.१६	रजस्वला कसरी हुन्छन् भन्नेबारे उत्तरदाहरूको जानकारी	७१
४.१७	छाउ हुनुसँग भगवान्को सम्बन्ध	७२
४.१८	छाउपडी प्रथा मान्न आवश्यक छ कि छैन ?	७३
४.१९	रजस्वला भएपछि शारीरिक सम्बन्ध अवधि	७४
४.२०	रजस्वला चक्रको (छाउपडी पालो)	७५
४.२१	छाउपडी गोठको भौतिक अवस्था	७७

चित्र सूची

तालिका नं.		पेज नं
४.१	चाफामाण्डौ गाविसको वडागत रूपमा जनसङ्ख्या विवरण	५०
४.२	जातीअनुसार चाफामाण्डौ गाविसको जनसङ्ख्या विवरण	५१
४.३	उत्तरदाताको पेशाअनुसारको विवरण	५५
४.४	उत्तरदाताको उमेर समूहअनुसारको विवरण	५६
४.५	उत्तरदाताको वैवाहिक अवस्थाअनुसारको विवरण	५८
४.६	उत्तरदाताको परिवारको किसिम अनुसारको विवरण	५८
४.७	उत्तरदाताको पहिलो रजस्वला भएको उमेर विवरण	५९
४.८	उत्तरदाताको रजस्वला हुनु अगाडि रजस्वलाका बारेमा जानकारी	६१
४.९	पहिलो रजस्वला हुँदा छाउपडी गोठमा बसेको दिन	६२
४.१०	वर्तमानमा छाउपडीका बासस्थान	६३
४.११	घरमा बसेर छाउ बार्ने उत्तरदाताको विवरण	६७

चिन्ह र संक्षेपीकरण

चिन्ह	अर्थ
/	वा, र
“ ”	उद्धरणचिन्ह
()	गौण अर्थ
-	योजक चिन्ह
?	प्रश्नवाचक
:	विस्तार चिन्ह
,	अल्पविराम चिन्ह
।	पूर्णविराम चिन्ह

संक्षिप्त रूप	अर्थ वा पूर्ण रूप
अनु.	अनुवादक
गविस	गाउँ विकास समिति
ना.	नाम
प्रा.	प्राकृत
वि.	विशेषण
वि.सं.	विक्रम संवत्
सं.	संस्कृत
सम्पा.	सम्पादक
से.मी	सेन्टि मीटर
त्रि.वि.वि.	त्रिभुवन विश्वविद्यालय
TU	Tribhuvan University