



साहित्यिक नाम
नाम
आमा
बुबा
ठेगाना
जन्ममिति
शिक्षा
प्रकाशित कृतिहरु

लेखकको परिचय
: प्रकाश 'उज्वल' बनेपा
: प्रकाशबहादुर कायस्थ
: सरस्वती कायस्थ
: सूर्यबहादुर कायस्थ
: बनेपा नगरपालिका ५, वकुटोल
: २०१४ भाद्रकृष्ण जन्माष्टमी
: एम्बीए (त्रिभुवन विश्वविद्यालय)
: सुखका लागि परिवर्तन
: स्वस्थताका पक्षहरु
: स्वास्थ्यमा सदुपयोग, मन, बिन्हाबि
: नेवा: सभ्यताका केही संस्कृति संस्कारहरु
(हातमा)
: पत्रपत्रिकाहरुमा लेख, कविता, कथाहरु
: रङ्गिगन जीवन
: सिर्जनशीलता
: मानवता
: कविता संग्रह, गीत संग्रह
: सुभाष स्मृति कर्मशीलता सम्मान २०७९
: शब्दयात्रा प्रतापमान-भर्ना मास्के नेवा:
सभ्यता अनुसन्धान विद्वत्तवृत्ति २०८२
: सचिव, नेवा: पत्रकार राष्ट्रिय दबू
काभ्रे कचा:
: निर्बर्तमान सञ्चालक सदस्य, बिन्धवासिनी बचत तथा
ऋण सहकारी संस्था लि.
: आजीवन सदस्य, नेपाल हृदयरोग निवारण प्रतिष्ठान
: आजीवन सदस्य, सुभाष स्मृति प्रतिष्ठान
: संरक्षक, जनमत मासिक

अप्रकाशित

मान सम्मान

आवद्धता

नेवा: सभ्यताका केही संस्कार-संस्कृति



नेवा: सभ्यताका केही संस्कार-संस्कृति

प्रकाश 'उज्वल' बनेपा

प्रकाश 'उज्वल' बनेपा

नेवाः सभ्यताका केही संस्कार-संस्कृति

प्रकाश 'उज्ज्वल' बनेपा

प्रकाशक



शब्दयात्रा प्रकाशन

अक्षरधाम, शब्दसाधक तीर्थ
बनेपा - ६, काभ्रेपलाञ्चोक

(प्रकाशनपुष्प : २६९)

यो पुस्तक

sypublication.com.np/prakashujjwal

मा पढ्न सक्नुहुनेछ ।

- प्रकाशनकाल : २४ फागुन २०८२
ने. सं. ११४६ चिल्लागा पञ्चमी
- प्रकाशनप्रति : ५०० मात्र
- सर्वाधिकार : प्रकाशकमा
- संस्करण : प्रथम
- अक्षराङ्कन : लेखक स्वयं
- शुद्धीकरण : गीता अधिकारी
- आवरणसज्जा : इ. रोशन मञ्जुश्री अधिकारी
- मुद्रक : सर्वश्री क्वालिटी प्रिन्टर्स
- मूल्य : रु. २००।-

.....

Newa Savyataka Kehi Samskar-Sanskriti

By Prakash Ujjwal Banepa, 9841301052

नेवाः सभ्यतालाई
संरक्षण र सम्वर्द्धन गरी
जीवन्त राख्न सक्रिय रहने
सबैमा यो पुस्तक समर्पित छ

लेखकीय

नेवा: सभ्यताका धेरै विषयहरूमा अध्ययन गर्ने र आफ्ना दृष्टिकोणहरू अभिव्यक्त गर्ने ठाउँहरू थुप्रै छन् । त्यसैले नेवा: संस्कृति, संस्कार लगायतका तजिलजि (भाषा, संस्कृति, संस्कार) लाई केलाएर केही वर्ष अघिदेखि नै आफूलाई जानकारी भएका नेवा: सभ्यताका विषयहरू कहिलेकाहीं सुनाउने गर्ने क्रम सुरु भइसकेको थियो । केही विषयहरूलाई लिपिबद्ध गर्ने काम पनि हुन थालेको थियो । यही क्रममा शब्दयात्रा प्रकाशनको नियमित कार्यक्रम अन्तर्गत 'शब्दयात्रा प्रतापमान-भरना मास्के नेवा: सभ्यता अनुसन्धान विद्वतवृत्ति, २०८२' बाट सम्मानित भएपछि नेवा: सभ्यताका बारेमा अझ बढी अध्ययन गर्ने र त्यसलाई समाजका माझ पस्किने इच्छा बढ्न थाल्यो । त्यसैको उपजका रूपमा नेवा: सभ्यताभित्र खानपानसँग जोडिएका तजिलजि (संस्कृति, संस्कार) लाई सोधखोज गर्ने र लिपिबद्ध गर्न थालें र नेवा: सभ्यताका केही संस्कृति संस्कार नामको पुस्तक सृजना गर्नु उपयुक्त देखें । यस कार्यमा हौसला दिनुभएकोमा शब्दयात्रा प्रकाशन, अग्रज लोकमान मास्के तथा शब्दयात्रा प्रकाशनका संस्थापक अध्यक्ष मित्र हरि मञ्जुश्रीप्रति आभारी छु ।

दुई वर्षअघि नेवा: सभ्यताका एक विषयमा विद्यासागर इङ्लिस स्कूलका प्रिन्सिपल मित्र हीरा शर्माले आफ्ना केही छात्रछात्राहरूलाई जानकारी दिन अवसर दिनुभएको थियो । त्यस विषयमा त्यति बेला नै लिपिबद्ध गर्ने काम भएको थियो । विषय प्रवेशका लागि सहयोग गर्नुभएकोमा मित्र हीरा शर्माप्रति आभारी छु ।

सबै सभ्यताहरूका आ-आफ्ना रीतिरिवाज हुन्छन् । जाति, धर्म, कुल अनुसारका व्यवहारहरू, खानपानका विभिन्न प्रकार तथा तरिकाहरू हुन्छन् । नेवा: सभ्यतामा पनि आफ्नै मौलिक व्यवहार, चाडपर्व, रीतिरिवाज, धर्म अनुसारका विधि-विधान र व्यवहारहरू छन् । परम्परागत

रूपमा चलिआएका रीतिथितिहरूलाई अध्ययन गर्दा सभ्यताका मूल मर्महरू पनि थाहा पाउने हुन्छ । त्यसैले पनि नेवाः सभ्यतामा विभिन्न विषयहरूमध्ये विषयगत रूपमा छुट्टाछुट्टै अध्ययन गरी तिनीहरूका बारेमा गहन पहिचान, महत्त्व र उपलब्धिहरू जानकारी पाउनु आवश्यक नै भइसकेको छ ।

कतिपय संस्कृति सम्पदा धेरै कम मात्र चलनचल्तीमा छन्, कतिपय लोप भइसकेका छन्, कतिपय संस्कृति आयातीत रूपमा प्रतिस्थापन हुन थालेका छन् । मौलिक तजिलजिलाई जीवन्त राख्न ती विषयहरूमा अध्ययन गरी सबैलाई जानकारी गराउनु सभ्यताको संरक्षण तथा संबर्द्धनमा योगदानको सानो पाइला हुन सक्छ । त्यसैले पनि यो अध्ययन मेरा लागि महत्त्वपूर्ण र गौरव गर्न सकिने विषय भएको छ ।

हरेक महिना चन्द्रमान तथा सौर्यमानका आधारमा विभिन्न चाडपर्वहरू, जात्रापर्वहरूलाई मनाउने परम्परादेखि चलाइआएका नेवाः सभ्यताका संस्कृति हुन् । ती सबै नै चाड तथा जात्रापर्वहरू खानपानसँग जोडिएका छन् । त्यसैले ऋतु, मौसम, तथा दिनहरूका आधारमा मनाइने चाड, जात्रापर्वहरू र ती समयमा खाने-पिउने विषयहरूलाई यस पुस्तकमा समेटिनुपर्ने आवश्यकता महसुस गरेको हो । यस अर्थमा धेरै नै आनन्दको महसुस गर्ने अवसर पाएको छ । नेवाः सभ्यताका जन्मदेखि मरणसम्मका सोह्र संस्कार र विभिन्न संस्कृतिहरूमा भव्य (भोज) सँग जोडिएका कृयाकलापहरूले नेवाःहरूका खानपानका विषयमा अध्ययन गर्नु र लिपिबद्ध गर्नु सभ्यताका संरक्षण र संबर्द्धनमा टेवा दिने अवसर प्राप्त भएको महसुस गरेको छ ।

यस अध्ययनमा नेवाः सभ्यतामा ऋतु, मौसम, महिना अनुसारका अन्नबाली भित्राएर, खेतिपातीको काम गरेर वा अन्य कुनै काम गरेपछिको चाडपर्व वा खुसी वा दुःखका परिस्थिति र खानपानका विधि मिलाइएका छन् । सोही अनुसारका पूजा वा कुनै क्रियाकलाप गरेर खाने पिउने गरिन्छ । यो नेवाः सभ्यताको विशेषता नै मान्नुपर्दछ । त्यसैले एउटा

भनाइ सुन्ने-सुनाउने गरिएको छ 'नेवाः विग्रियो भोजले' । यो भनाइ अद्यापि चलनचल्तीमा नै छ । यद्यपि व्यवहारलाई अनियन्त्रित र अव्यवस्थित हुनबाट जोगाउन र सतर्कता अपनाउन यस्ता अध्ययनहरू गर्ने र लेख, पुस्तकहरू प्रकाशन हुनु आवश्यक भएको छ । समयको माग पनि यही हो भन्ने लागेको छ । समुदाय तथा ठाउँविशेषमा यस पुस्तकमा उल्लेख भएकाभन्दा फरक वा थप संस्कृति संस्कार रहेका छन् भन्ने पाठकहरूले तिनीहरूका बारेमा सुभाब दिनुहुनेछ भन्ने आशा गरेको छु ।

यस पुस्तकमा समेटिएका नेवाः सभ्यताका चाड, जात्रापर्वहरू र तीसँग सम्बन्धित खानपानका चर्चाहरूले नेवाः तथा गैह्रनेवाःहरूमा सभ्यतासँग जोडिएका संस्कृति, संस्कारहरूका बारेमा थोरै भए पनि जानकारी दिनेछ भन्ने विश्वास लिएको छु ।

अन्तमा, यस पुस्तकका रूपमा सृजना गर्न हौसला प्रदान गर्नु भएकोमा शब्दयात्रा प्रकाशन, अग्रज लोकमान मास्के तथा पुस्तकलाई विशेष बनाउन सल्लाह दिनुहुने मित्र हरि मञ्जुश्रीप्रति पुनः आभार व्यक्त गर्दछु ।

— प्रकाश 'उज्ज्वल' बनेपा

ने. सं. १९४६ चित्लागा पञ्चमी

वि. सं. २०८२ फागुन २४ गते

प्रकाशकीय

प्रकाश 'उज्ज्वल' बनेपा (प्रकाशबहादुर कायस्थ) नेपाली र नेपाल दुवै भाषामा सशक्त सिर्जना गर्ने सर्जक हुनुहुन्छ । उहाँका विभिन्न पुस्तकहरू प्रकाशित छन् । उहाँ नेवाः सभ्यताका संस्कार-संस्कृतिसम्बन्धी जानकार व्यक्ति पनि हुनुहुन्छ ।

प्रकाश 'उज्ज्वल' बनेपा (प्रकाशबहादुर कायस्थ) लाई शब्दयात्रा प्रकाशनले लघु अनुसन्धान परियोजना अन्तर्गत २०८२ सालको 'शब्दयात्रा प्रतापमान-भरना मास्के नेवाः सभ्यता अनुसन्धान विद्वतवृत्ति' समर्पण गरेको थियो । लेखक तथा लेखाविज्ञ लोकमान मास्केले कोष व्यवस्थापन गर्नुभएको त्यही विद्वतवृत्ति अन्तर्गत रहेर उहाँले 'नेवाः सभ्यताका केही संस्कार-संस्कृति' नामक प्रस्तुत प्रतिवेदन तयार पार्नुभएको हो । यस प्रतिवेदनका लागि उहाँमा हार्दिकतापूर्वक बधाई अर्पण गर्दछु ।

विद्वतवृत्ति प्राप्त गरेपछिको छोटो समयमा नै प्रतिवेदन उपलब्ध गराइदिनुभएकोमा अन्वेषक तथा लेखक प्रकाश 'उज्ज्वल' बनेपा (प्रकाशबहादुर कायस्थ) प्रति आभार व्यक्त गर्दछु । यस प्रतिवेदनको प्रकाशनका लागि जसजसले आआफ्ना तर्फबाट योगदान गर्नुभएको छ, उहाँहरू सबैप्रति धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु ।

यो प्रतिवेदन शब्दयात्रा प्रकाशनको वेबसाइटमा राखिएको छ । त्यसैले गुगल खोली sypublication.com.np/prakashujjwal बाट यो प्रतिवेदन निःशुल्क पढ्न र डाउनलोड गर्न सक्नुहुनेछ । धन्यवाद !

— हरि मञ्जुश्री
संस्थापक अध्यक्ष
शब्दयात्रा प्रकाशन

विषयसूची

	पृष्ठ
१. नेवाः सभ्यता एक दृष्टि	१
२. अक्षय तृतीया	५
३. क्षमापूजा	६
४. गुन्हिपुन्हि	८
५. सिथि नखः	१२
६. यःमरी पुन्हि	१५
७. घ्यःचाकु सँल्हु	१९
८. धौबजि (दही-चिउरा) खुवाउने	२१
९. सगँ (सगुन)	२३
१०. गुथि	२७
११. भवः भव्य्	३१

नेवा: सभ्यता एक दृष्टि

कुनैपनि थातथलोमा रहेका आदिवासी मानिसहरूको विकसित र प्रयोगमा ल्याइएका जनजीवन, दैनिक व्यवहार, रहनसहन, भाषा, लिपि, परिवार, समाज, खानपान, लवाइखवाइ, संस्कार, जीविकोपार्जनका व्यवसाय, चाडपर्व लगायतका विषयलाई नै समग्रमा सभ्यताका रूपमा बुझ्ने गरिन्छ ।

समुदायको आ-आफ्नै सभ्यताले पहिचान दिइरहेको हुन्छ । इतिहासलाई अध्ययन गर्दा सबैभन्दा पहिले उदाहरण दिइने सभ्यता मोहनजोदडो र हडप्पा, मेसोपोटामियाका सभ्यता नै हुन् । त्यसरी नै विकसित सभ्यताहरूमध्येको एक हो नेवा: सभ्यता ।

विगतमा नेवा:लाई जातिका रूपमा हेरिथ्यो भने अहिलेको कालखण्डले नेवा:लाई सभ्यताका रूपमा स्वीकार गरेको छ र स्थापित पनि भएको छ । नेवा:भित्र आफ्नै मौलिक विधि, पद्धति, भाषा र लिपि छन् । नेपालमण्डलका नेवा:हरू आफ्नो थातथलो छोडेर नेपालभित्र पूर्वदेखि पश्चिमसम्म र उत्तरदेखि दक्षिणसम्म बसाइ सरेपछि, ठाउँ, समय र परिवेश अनुसार पुस्तान्तरण हुँदा संस्कृति, संस्कार, भाषामा अप्रभंश भएर र अन्य गैह्रनेवा:हरूसँग मिसिएर जीवनशैलीमा फरक हुन पुगेको देखिन्छ ।

नेवा: शब्द र उत्पत्तिबारे विभिन्न इतिहासकारहरूबाट आ-आफ्नो दृष्टिकोण राखेर लेखिएका पुस्तकहरू पाइए तापनि र नेवा:को उत्पत्ति जहाँबाट आएको भए पनि वा नेपालमण्डलमा आफैँ सृजना भएर विकसित भएको आदिवासी समुदायका रूपमा वा जसरी परिभाषित गरेको भए तापनि नेवा:को आफ्नै मौलिक सभ्यता छ । विभिन्न इतिहासविद्हरू डा. जगदीशचन्द्र रेग्मी, डा. तुलसीनारायण श्रेष्ठ, धनवज्र बज्राचार्य, ज्ञानमणि नेपाल, राणाकालीन जुद्धशमशेरको

इस्तिहार आदिबाट नेवा:को उत्पत्ति, सा:पु (गोपाल), मे:पु (महिषपाल) देखि किरातकाल तथा विभिन्न कालखण्डका जातिगत वर्गीकरण, संस्कार परिमार्जन लगायत विविध विषयमा उल्लेख गरिएका छन् ।

यस अध्ययनमा नेवा:को उत्पत्ति र नेवा: नामका बारेमा भन्दा पनि नेवा: सभ्यतासँग सम्बन्धित केही संस्कृति, संस्कारका बारेमा नै विशेष वर्णन गर्ने प्रयास गरिएको छ । नेवा: सभ्यता अन्य कुनै पनि स्थानविशेष वा क्षेत्रका समुदायसँग मेल खाँदैन ।

त्यसैले नेवा: सभ्यताको अध्ययन गर्न त्यति सहज छैन । जति गहन अध्ययन गर्‍यो त्यति नै बुझ्न कठिन देखिन्छ । नेवा: सभ्यताको मूल आधार खोज्दा स्वनिगः (काठमाडौँ उपत्यका) र त्यसभन्दा पहिलाको खाल्डोको वरिपरिका बस्तीहरूलाई नै नेवा: सभ्यताको उत्पत्ति मान्नुपर्दछ ।

स्वनिगः र वरिपरिका बस्तीहरूमा पाइने संस्कृति, रहनसहन, चाडपर्व, जात्राहरू र मनाइने तरिकाहरू, जन्मदेखि मरणसम्मका सोह्र संस्कारहरूमा केही विविधता पाइए तापनि समग्रमा एकसमान छन् ।

अहिलेको समयमा नेवा: नेपालभरि फैलिएका छन् भने विश्वका प्रायः सबै मुलुकहरूमा विस्तार भइसकेका छन् । ती छरिएका नेवा:हरूका संस्कृति, संस्कार, रहनसहन, चाडपर्व आदिमा धेरै भिन्नता पाइएका छन् । त्यसका कारणहरू पनि सतही रूपमा प्रस्ट देखिन्छन् ।

जो नेवा: विभिन्न कारणले स्वनिगः वा वरिपरिका थातथलो छोडेर हिँडेका छन्, उनीहरूले आफ्ना सभ्यता, संस्कृति, संस्कार, भाषा लगायतका तजिलजिलाई सँगै लिएर गएका भए पनि पुस्तान्तरणमा उनीहरू बस्न गएका ठाउँविशेषका समाजसँगको हेलमेल, गैह्रनेवा:सँगको सङ्गत र मिसिन गएका कारण आफ्नो भाषा, संस्कृति, संस्कार (तजिलजि) लाई छोड्दै गएका वा अप्रभंशित रूपमा अवशेष बाँकी रहेका पाइन्छन् ।

उनीहरू त्यसैले नेपालका विभिन्न ठाउँहरूमा बसाइ सरेर बस्न गएका नेवा:हरूले नै नेवा: रीतिथितिलाई निरन्तरता दिन सकेनन् र नेवा: परिकार समेत बनाउन र खान नजान्ने भइसकेका छन् । उनीहरू गैह्रनेवा:को सङ्गतमा परेर वा मूल संस्कृति, संस्कारमा केहीलाई बिस्तारै छोड्दै गएका वा गैह्रनेवा:सँगको व्यवहार मिसिएर वा अप्रभंश भएका कारण हाल पुन: संस्कृति र संस्कारमा जोडिन खोज्दा फरक देखिएका हुन् । नेवा: परिकारहरू खान जानेका छैनन् । बनाउन नै जान्दैनन् । परिकारको नाम समेत थाहा छैन ।

त्यसैले धेरै लामो समयसम्म र केही पुस्ता विराएर पुन: संस्कृति र संस्कारलाई जोड्न खोज्दा काठमाडौं उपत्यका र वरिपरिका नेवा:हरूसँग अन्य ठाउँहरू र विश्वका अन्य मुलुकमा बसोबास गरिरहेका नेवा:हरूको संस्कार, संस्कृतिमा फरक हुन गएको देखिन्छ ।

नेवा: सभ्यता बृहद् भएकाले सभ्यताभिन्नका सबै विषयहरूमा अध्ययन गर्न समय, परिधिको सीमितताका कारण अहिले हामीले नेवा: सभ्यताभिन्नको मूल थातथलोमा विकसित नेवा: सभ्यताभिन्नका केही मात्र संस्कृति, संस्कार, रहनसहन, जीवनशैली आदिलाई समेट्न सकिने भएको छ । यस अध्ययनमा नेवा: सभ्यतामा विविध कार्य पर्व र जात्राहरूमा खाने-खुवाउने भव्य (भोज) खाद्य परिकारसँग सम्बन्धित केही संस्कृति र संस्कारलाई समेटिएको छ ।

नेवा: सभ्यतामा खानपान र सहनसहनको अरूमा भन्दा फरक विशेषता रहेका छन् । ती विषयमा गैह्रनेवा:हरूले मात्र होइन, अत्यधिक नेवा:हरूले समेत जानकारी राखेका छैनन् । नेपालमण्डल र वरिपरिका शहर-बस्तीहरूमा रहेका नेवा:हरूमा भव्य र अन्य खाद्य परिकारहरू के-कसरी खाइने गरेको छनभन्ने विषयलाई जानकारी लिनु र दिनु अहिलेको समयको माग भइसकेको छ । किनभने पोषणविद्हरूले समेत नेवा: परिकार र तिनीहरूमा रहेका पौष्टिकताका महत्त्वका बारेमा समय-समयमा सामाजिक सञ्जालमा सूचना दिन थालेको पाइन्छ ।

त्यसैले पनि नेवाः सभ्यताको विशेष खाना भव्यलाई अध्ययन गर्नु उपयुक्त महसुस गरी अध्ययन गरेर पुस्तक सृजना भएको छ । यसबाट थोरै भए पनि नेवाः सभ्यताका विषयमा जानकारी उपलब्ध हुने विश्वास लिएको छु ।



अक्षय तृतीया

नेवाः सभ्यतामा कृषि क्षेत्रलाई विशेष महत्त्व राख्दछ । नेवाःहरूमा अन्य व्यवसाय सँगसँगै कृषि क्षेत्रमा प्रमुख पेशाका रूपमा अँगालेको पाइन्छ । ग्रामीण क्षेत्रमा मात्र नभएर शहरी क्षेत्रका बासिन्दा नेवाःहरूले पनि उखु उत्पादन गर्ने तथा सखर पनि बनाउने पेशाका रूपमा चलाउने गरिन्थ्यो ।

उखु उत्पादन गर्न सुहाउँदो तापक्रम अनुसारको जमिन आवश्यक पर्छ । उपयुक्त ठाउँमा उखु बाली लगाएर व्यावसायिक रूपमा उखु खेती गरी सखर पनि उत्पादन गर्ने पेशाका रूपमा नेवाःहरू कतै-कतै अहिले पनि बाँकी रहेका पाइन्छन् । उखु उत्पादन गर्नेहरू र उखु उत्पादन नगर्नेहरू समेत मौसम अनुसारको शरीरमा जलविनियोजन हुन नदिन बाटोमा हिँड्ने बटुवाहरू तथा खेतीपातीमा काम गर्नेहरूलाई सखर-पानी खुवाएर शीतलता प्रदान गर्ने चलन केही दशक अघिसम्म व्यापक थियो । अहिले चिसो पेय जताततै र जहिले पनि पाउन थालेपछि, सखर-पानीप्रतिको मोह हटेको पाइन्छ ।

वैशाख शुक्लपक्ष (बछला थ्व) तृतीया महादेव र पार्वतीको विवाह भएको मानिएको दिन अक्षय तृतीया कुनै पनि शुभकार्य गर्न दिनभरि शुभसाइत रहने मानिन्छ । सौर्यमान अनुसार वसन्त ऋतु हुने भएकाले गर्मी मौसम हुने र सुख्खापनाले गर्दा शरीरमा जलको मात्रा कम हुने समय हो ।

त्यसैले अक्षय तृतीयाका दिन नेवाः सभ्यतामा मानिसहरू आउजाउ हुने ठाउँ, चोक, टोलमा सखर-पानी खुवाएर शीतलता प्रदान गर्ने प्रचलन छ । सखर-पानी दान गर्नु पुण्य कार्य मानिनुले पनि दानकार्यका रूपमा मान्यता राख्ने गरिन्छ ।



क्षमापूजा

तत्कालीन समयमा स्वनिगः (काठमाडौं उपत्यका) र वरिपरिका नेवाः बस्तीहरूका नेवाःहरूको पेशागत रूपमा केलाउँदा उद्योग व्यापार मात्र नभएर प्रमुख पेशाका रूपमा खेतीपातीलाई लिएको इतिहासले प्रस्ट गरेको छ । गोपालकाल र महिषपालकालमा पनि कृषिलाई नै प्रमुख पेशाका रूपमा लिइएको थियो । सबै सभ्यताहरूको विकास भनेको कृषिबाट नै सुरु भएको पाइन्छ ।

जेठ-असारमा घामपानीमा खेतवारीमा काम गरेर शारीरिक रूपमा शक्ति खर्च गरेको र शरीरका कोषहरू नष्ट गरेको हुँदा पुनःभरण गर्न केही नेवाः बस्तीहरूमा टोल वा बस्तीका सबै मिलेर प्रकृति धरतीसँग क्षमा माग्दै पूजा गरेर भव्य खाने गरिन्छ । हुनत क्षमापूजाको प्रथा कहिलेदेखि कहाँबाट सुरुभएको भन्ने स्पष्ट जानकारी प्राप्त भएको छैन । तापनि हरेक वर्ष प्रचलनमा रहेको क्षमापूजाले यस प्रथाको महत्त्व प्रस्ट पारेको छ ।

स्वनिगःका शहरी क्षेत्रहरूका सबै टोलहरूमा यस प्रथा नभएपनि स्वनिगः वरिपरी र बाहिरका बस्तीहरूमा क्षमापूजा प्रचलनमा रहेको पाइन्छ । क्षमापूजा तछला गा दिल्ला चढे आषाढ कृष्ण चतुर्दशीदेखि दिल्ला गा चतुर्दशी गथाँमुग चढे श्रावण कृष्ण चतुर्दशीसम्ममा कुनै पनि दिन गरिन्छ । क्षमापूजामा मासु राखेर नै भव्य खाने भएकाले एकादशीको दिन बाहेकका दिनमा मात्र क्षमापूजा गरिन्छ ।

अहिलेको समयमा धेरै मानिसहरू नोकरीका लागि कार्यालयमा जाने र कार्यालय समयपछि मात्र क्षमापूजामा सहभागी हुने भएकाले प्रायः शनिवार वा बिदाका दिन पारेर मात्र क्षमापूजा गर्ने चलन चलाउन थालिएको देखिन्छ ।

कुनै एक मन्दिरमा गएर क्षमापूजा गरी उक्त पूजाका लागि सहभागी हुन सहमत भएर आर्थिक योगदान दिएका प्रत्येक घरका एक सदस्य वा एकभन्दा बढी सदस्य गएर टीका-प्रसाद ग्रहण गरी भव्य खाने गरिन्छ ।

भव्यमा चिउरासँगै भोल मासु, सब्जी, गेडागुडी, साग लगायत गरी शक्ति पुनःभरणका लागि कार्बोहाइड्रेट, चिल्लो भएका, कोषिकाहरू पुनःनिर्माणका लागि प्रोटिनयुक्त र रोग प्रतिरोधका लागि खनिज तत्वहरूले युक्त खानेकुराहरू राखेर भव्य खुवाउने गरिन्छ । यो भव्य एकपटक खाएपछि काम गरेर थिलथिलो भएको शरीर तङ्ग्रिन्छ भन्ने मान्यता छ । यो भव्य खाएपछि खेतीपातीमा लागेकाहरूको शरीर तन्दुरुस्त भएर फूर्तिलो भएको देखिन्छ ।

नेवाःहरूमा विरामीबाट निको भएर पूर्ण रूपमा स्वस्थ हुनका लागि नेवाः भव्य एकपटक खानु उपयुक्त हुन्छ भन्ने मान्यता अहिलेसम्म पनि रहेको छ र विज्ञानसम्मत पनि रहेको छ । त्यसैले नेवाःहरूमा शारीरिक रूपमा थकित हुने काम सकिएपछि क्षमापूजा गरेरै भए पनि भव्य खाने प्रचलन कायम रहेको पाइन्छ ।



गुन्हिपुन्हि

गुँला नेपाल सम्वत्को दशौँ महिना श्रावण शुक्लपक्षमा पर्दछ । नेवाः सभ्यतामा नौको विशेष महत्त्व रहेको छ । नेपाल भाषामा गुँ को अर्थ नौ भन्ने हुन्छ । गणनामा गुँगू नौवटा, गुँता नौ प्रकार अर्थ लाग्छ । तसर्थ गुँलाथ्व महिनामा गुन्हिपुन्हि (श्रावण शुक्लपक्षको पन्ध्रौँ दिन) पर्व नेवाः सभ्यताको महत्त्वपूर्ण दिन हो ।

गुन्हिपुन्हिमा नेवारहरूमा तागाधारी या जनै लगाउनेले जनै (यज्ञोपवीत) फेर्ने चलन छ । गैरहनेवाः समुदायमा यो जनैपूर्णमाको नामले चिनिन्छ । नेवाः सभ्यतामा गुन्हिपुन्हि जनै लगाउने र हातमा सूत्र लगाउने मात्र नभई अन्य संस्कृति र संस्कारहरू पनि जोडिएको पर्व हो ।

नेवाःहरूले लगाउने जनै १२ डोराको हुन्छ । गैर नेवाःको भन्दा नेवाःहरूले लगाउन जनैमा फरक देखिन्छ । नेवाःहरूले श्रावण शुक्ल पूर्णिमाका दिन जनै फेर्नुका साथै आफ्ना पुरोहितबाट रक्षाबन्धन सूत्र हातमा बाँध्ने पनि गर्दछन् ।

पुन्हिको अघिल्लो रात (चतुर्दशीको रात) पुरोहित राजोपाध्यायद्वारा अक्षता राखिएको रातो कपडा पहेंलो रङ्गाइएको धागोमा बाँधेर अहिलेको भाषामा रक्षाबन्धन सूत्र तान्त्रिक विधिबाट जगाई रातभरि राखिएको हुन्छ । गुन्हिपुन्हिका दिन उक्त धागो (सूत्र) लिएर पुरोहित आफैँ यजमानको घरघरमा गएर यजमानका परिवारका सबैलाई रक्षाबन्धन सूत्र लगाइदिने गरिन्छ ।

अहिले गैहनेवाः पुरोहितबाट पहेंलो धागो रक्षाबन्धनको नाममा लगाउने प्रचलन सुरु भएको छ । राजोपाध्याय पुरोहितहरू जजमानीभन्दा अन्य पेशामा आकर्षित हुन थालेकाले र यजमानहरू छोड्दै जाने क्रम बढेकाले यजमानहरूलाई रक्षाबन्धन लगाइदिने क्रम

कम हुँदै गइरहेको छ । मौलिक संस्कृतिलाई आयातीत संस्कृतिले विस्थापित गर्नु चिन्ताको विषय हो ।

नेवाःहरूमा रक्षाबन्धनको नाममा भारतीय तथा नेपालका तराईमा जस्तो दिदीबहिनीहरूबाट दाइभाइलाई हातमा सूत्र बाँध्ने गरिँदैन । अहिले आयातीत संस्कृतिको नाममा ती कार्यहरू केही नेवाःहरूका साना बालबालिकाहरूमा सुरु हुन थालेको देखिन्छ ।

प्रायः तान्त्रिक विधि पूजा गर्ने नेवाःहरूले जनै लगाउने र दिखा (दीक्षा लिएर मात्र गरिने) पूजा गर्ने गर्छन् । जनै नलगाउने र दिखा (दीक्षा) नलिएकाहरू आगम (इष्टदेवता, तलेजु) मा प्रवेश गर्न पाउँदैनन् र भित्र गएर दर्शन गर्न र पूजा गर्न पाउँदैनन् । त्यसैले तागाधारी नेवाःहरू गुन्धिपुन्हिका दिन जनै फेर्ने गर्दछन् ।

उक्त दिन नौवटा धाराहरूमा गएर नुहाएर शुद्ध बन्ने, नौवटा लुगाहरू फेरेर लगाउने र क्वाति खाने चलन पनि रहेको छ । गुन्धिपुन्हिका दिन नेवाःहरूले क्वाति पकाएर खाने भएकाले विशेष पर्वका रूपमा लिइन्छ । केहीले गुन्धिपुन्हिको नौ दिन अघिदेखि नौथरीका गोडागुडीहरू भिजाएर टुसाएको गोडागुडी विहानै पकाउने गर्दछन् । अहिले अधिकांशले अघिल्लो राती मात्र गोडागुडी भिजाएर पूर्णिमाको दिन विहानै क्वाति पकाउने गरिन्छ ।

धेरै दशक अगाडिको चलन हेर्ने हो भने गुन्धिपुन्हिदेखि नौ दिनसम्म अर्थात् अष्टमीको दिनसम्म क्वाति पकाएर खाने गरिन्थ्यो । अहिले त जहिले खान मन लाग्यो, त्यति बेला क्वाति पकाएर खाने गर्न थालेको देखिन्छ ।

जुन घरमा कसैको मृत्यु भएर वर्षदिनसम्मको जुठो बारिरहेको छ, त्यस घरमा गुन्धिपुन्हिको दिन क्वाति पकाइँदैन, भोलिपल्ट सापारू (अहिलेको भाषामा यसलाई गाईजात्रा नामले चिनिन्छ) को दिन मात्र क्वाति पकाउने गर्छ । त्यसरी पकाइने क्वातिको अर्थ हो 'क्वा' भनेको तातो र 'ति' भनेको भोल । अहिले क्वातिलाई अप्रभंशित नामका

रूपमा क्वाँटी भनेर लेख्ने-बोल्ने गर्न थालेको पाइन्छ । क्वाँटी अशुद्ध हो, जसको कुनै अर्थ लाग्दैन ।

क्वाति खानुको विशेष किंवदन्ती पनि पाइन्छ । नेवा:हरूमा प्राय:को खेतीपातीको काम हुने गर्दथ्यो । जेठ, असार र श्रावण महिनामा घाम, पानी र हिलो माटोमा काम गरी शारीरिक श्रम गरेर शरीरका विभिन्न कोषिकाहरू नष्ट हुने र शरीरमा चिसोपना बढ्ने भएकाले शरीरलाई तातो पार्न र नष्ट भएका ती कोषिकाहरूको पुन:भरणका लागि प्रोटीनयुक्त आहार क्वाति खाने गरिएको हो । यसरी खाँदा शरीरमा लागेका विभिन्न रोगहरू समेत निको हुने गरेको छ ।

दिल्ला पुन्हिको भोलिपल्ट श्रावण शुक्लपक्ष प्रतिपदाका दिनदेखि गुंला सुरु हुने भएकाले बौद्ध धर्मावलम्बीहरूले बिहान गुंला बाजा बजाएर विभिन्न देवस्थलमा महिना दिनसम्म दैनिक जाने गर्दछन् र भाद्रपद कृष्णपक्ष कुशेऔंशी बाबुको मुख हेर्ने दिन गुंला पर्व समापन गरिन्छ ।

भाद्रपद कृष्ण अष्टमीका दिन पाटनमा पञ्चदान पर्व मनाउँछन् र काठमाडौं, भक्तपुर र बनेपा लगायतका अन्य ठाउँहरूमा भाद्रपद त्रयोदशीका दिन पञ्चदान पर्व मनाउने गरिन्छ ।

गुन्हिपुन्हिको भोलिपल्ट भाद्र कृष्णपक्ष प्रतिपदाका दिन नेवा:हरूको सापारू पर्वमा दिवङ्गत भएकाहरूको सम्झनामा भाँकी निकाल्ने गरिन्छ । सापारूलाई गाईजात्रा भन्ने गर्न थालिएको छ ।

‘सा’ भनेको गाई हो ‘पारू’ भनेको प्रतिपदा हो । सापारूको दिन दिवङ्गतको नाममा गाई दान दिई मृतकको आत्माको शान्तिको कामना गरिन्छ । गाई दान दिएपछि मृतकको आत्माले वैतरणी पार पाउँछ भन्ने मान्यता पनि राखेको पाइन्छ ।

सापारूका दिन बिहान पुरोहित बोलाएर गौदान गरी आफू बसेको गाउँ वा शहरमा निश्चित ठाउँहरूमा गाई वा भाँकी घुमाउने

काम गरिसकेपछि आफ्नो परिवार, नाता, कुटुम्ब, साथीहरू, टोलका छिमेकीहरूलाई क्वाति सहित भोजजस्तै गरी खुवाउने चलन छ ।

सापारूदेखि अष्टमीसम्म नेवाःहरूमा डबली नाटक प्रदर्शन गर्ने तथा विभिन्न भाँकीहरू निकाल्ने पनि गरिन्छ । ती दिनहरूमा समाजमा देखिएका विकृतिहरूलाई उदाङ्गो पार्ने र दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन दिई समाजलाई सतर्क गर्ने गरिन्छ । त्यसैले सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक, स्वास्थ्यको दृष्टिकोणले नेवाः सभ्यतामा रहेको गुन्डिपुन्डिको वैज्ञानिक महत्त्व रहेको छ ।



सिथि नखः

नेवाः सभ्यतामा मूलतः देवाली पूजा कुलदेवता पूजासँग सम्बन्धित रही प्रकृतिलाई पूजा गर्ने दिन सिथि नखः हो । उक्त दिनलाई कुमारषष्ठीका रूपमा पनि चिनिन्छ । सप्तऋषिमध्येका ६ वटाका पत्नीहरू, जसलाई ६ कृतिका नक्षत्रका रूपमा चिनिन्छ, बाट जन्मिएर गङ्गा माताबाट पालिएका महादेवका छोरा कार्तिकेय (कुमार) को पूजाको दिनका रूपमा कुमारषष्ठी मनाइन्छ । नेवाःहरूले उक्त दिनलाई सिथि नखः, दिगु पूजा, केहीले म्ह्याय्मचा नखः, प्रकृति पूजाका रूपमा मनाइन्छ । त्यसैले नेवाःहरूमा सिथि नखःको तीन विशेष महत्त्व रहेका छन् ।

सिथि नखःभन्दा दुई महिना अघिदेखि दिगु पूजा (देवाली पूजा) सुरु हुन्छ । आ-आफ्ना कुल अनुसारका दिनहरूमा देवाली पूजा हुन सकेन भने वर्षभरिकै देवाली पूजा गर्ने अन्तिम दिन सिथि नखः हो । देवाली पूजामा कुनै कुलमा बोका बलि चढाउँछन् भने कुनै कुलमा बलि चल्दैन । यसमा आ-आफ्ना कुलदेवता अनुसार पूजाविधि हुन्छ । कुनै कुलको देवाली पूजामा राजोपाध्याय पुरोहित वा कर्माचार्य (आचाजु) राखेर पूजा गर्नुपर्ने हुन्छ ।

दिगु पूजाका दिन नेवाःहरूका कन्यालाई इहि गरेको दिनमा कन्याहरूको टाउकोमा चित्र बनाइएको कागज राखेर पहेंलो धागोले बाँधेको हुन्छ । कन्यादान दिन कुमारको प्रतीक बेललाई राखेको हुन्छ र कन्यादान सकेपछि कन्यापूजा दान थाप्न माटोको भाँडो भेगः राखिएको हुन्छ । देवालीका दिन इहि गरिएका कन्यालाई इहि गर्दाका समयमा जस्तै सिँगारेर इहिमा जस्तै टाउकोमा चित्र राखेर पहेंलो धागोले बाँधेर बेल राखिएको भेगः (दान थाप्ने माटोको भाँडो) समाएर कुलदेवतालाई पूजा गरी ती सबै चित्र, धागो, बेल र भेगः चढाउन

लगाइन्छ । त्यसैले अरू वर्षहरूमा देवाली पूजा गरिएन भने पनि इहि गरेको वर्षमा देवाली पूजा अनिवार्य गरिन्छ ।

परिवारमा विवाह गरी दुलही भित्राएपछि पनि देवालीका दिन नयाँ दुलहीलाई कुलदेवता पूजा गराएर कुलमा भित्राएको विधि-पूजा गरिन्छ । कुनै-कुनै कुलमा नयाँ दुलहीलाई भित्राउन देवाली पूजामा बोका बलि दिनुपर्ने व्यवस्था पनि रहेको हुन्छ ।

देवालीका दिन नयाँ दुलहीलाई पूजा गराएर कुलदेवताको दर्शन नगराएसम्म कुलको पूजा कोठामा भित्रन दिइँदैन, दशैँमा दशैँ कोठामा जमरा राखेर कुल अनुसारको विधि पूजा गर्ने ठाउँमा जाने अनुमति दिइँदैन । कुलदेवतालाई दर्शन गर्ने अनुमति पाउन देवालीमा दुलहीलाई भित्राउने विधि हुने भएकाले सिथि नखःको विशेष महत्त्व रहेको छ ।

सिथि नखःमा विशेष परिकार बनाएर खाने भनेको चतामरी र व हुन् । अहिले नेवाः परिकार चतामरी जस्तै होटेलहरूमा डोसा नामले परिकार उपलब्ध हुन्छ । वलाई बारा भन्ने अप्रभंशित नाम पनि भन्न थालिएका छन् । बारा नभई बडा नामको परिकार दक्षिण भारतमा मास भिजाएर पिँधेर साना-साना गोला आकारका बीचमा प्वाल पारेर तेलमा तारेर पकाइने गरिन्छ । व पकाउन मास वा मुगीको दाल भिजाएर खोस्टा निकालेर पिँध्ने र नून, जिरा, अदुवा, लसुन राखेर बनाएको लेदो (पेस्ट) लाई तावामा राखेर गोलो चेप्टो आकारमा बनाइन्छ, भित्रसम्म पाक्ने, मीठो बनाउन र पल्टाउन सजिलो बनाउनका लागि तोरीको तेल राख्ने गरिन्छ । त्यसैले सिथि नखःलाई चतामरी वको चाडका रूपमा पनि चिनिन्छ ।

कुनै-कुनै नेवाः समुदाय जस्तै मानन्धरहरूमा देवाली पूजा सकिएपछि म्थ्याय्मचा भव्य बोलाएर चेलीहरू र चेलीहरूका पाँच वर्षमुनिका छोराछोरी र नातिनातिनीहरूलाई मात्र बोलाएर भोज खुवाउने गरिन्छ । उक्त भोजलाई म्थ्याय्मचा भव्य भनिन्छ ।

सिथि नखःको विशेषता भनेको नेवाःहरूले प्रकृतिलाई पूजा गर्ने पनि हो । सिथि नखःको अधिल्लो दिन इनार, ढुङ्गेधारा, पोखरी, कुवा आदिलाई सफा गर्ने गरिन्छ । नेवाः समाजमा सिमसार क्षेत्रमा मर्मत-सम्भार तथा सरसफाइ गरी संरक्षण र धरतीलाई पूजा गरी सम्मान गर्ने प्रथा परम्परादेखि चलिआएको छ ।

नेवाः सभ्यतामा प्रकृतिलाई आराधना-पूजा गर्ने विधिका रूपमा उक्त दिन व, चतामरी समेत राखेर भूमिलाई पूजा गर्ने प्रथा अद्यापि यथावत चलिआएको हुनाले नेवाः सभ्यताले प्रकृतिलाई सम्मान गरी जल, अन्न, आयमूलक सीप प्राप्त गर्ने आधार बनाएको छ । त्यसैले नेवाः भनाइ अहिले पनि प्रचलनमा छ – “धान भित्राए गुथि, गहुँ भित्राए सिथि ।”

धान भित्राएर चिउरा कुटेर गुथि मनाउने भोज खाने र गहुँ भित्राएर सिथि नखःमा नयाँ गहुँको सातु बनाएर खाने ।



यःमरी पुन्हि

यःमरी (योमरी) मनपर्ने रोटी नेवाः सभ्यताको मौलिक रोटीका रूपमा चिनिन्छ । नेवाः मात्र भएर गैर नेवाः जोसुकैले पनि जहिले पनि खान लालायित हुने रोटी यःमरी । यःमरीको नामबाट नै यःमरी पुन्हि रहेको छ । काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लाको पनौती नगरपालिकाबाट प्रादुर्भाव भएको मान्यता रहेको यःमरीको चाड चन्द्रमानले थिंलागा पुन्हि मङ्सिर शुक्लपक्ष पूर्णिमा, सौर्यमानले दक्षिणायन हेमन्त ऋतुमा पर्छ । मौसमको पक्षबाट हेर्दा जाडो समय सुरु भएपछि नै यःमरी पुन्हि पर्छ ।

नेपालमा नेवाः समुदायको मौलिक परिकार रोटी यःमरी प्रख्यात हुँदैछ । शहरी क्षेत्रमा बसोबास गर्ने गैह्रनेवारहरू समेत प्रायः सबैले यःमरीको नाम सुनेका हुन्छन् र अधिकांशले खाएका हुन्छन् । मीठो रोटी यःमरी भनेर गुणगान गाएका हुन्छन् । नेपालमा यःमरी बनाएर खाने पर्व हो यःमरी पुन्हि (पूर्णिमा) । अर्थात् मङ्सिर शुक्लपक्ष पूर्णिमाको दिन । उक्त दिन यःमरी पुन्हिसँगै धान्यपूर्णिमा, उँधौली पर्व भनेर पनि प्रख्यात छ ।

यःमरी चामलको पिठो मुछेर सोलीजस्तै बनाई भित्र चाकु र तिल राखेर बफाएर खाने एक प्रकारको रोटी हो । अत्यन्त स्वादिष्ट, सबैले फरक किसिमको स्वाद लिएर खाने मन पर्ने रोटी भएकाले यःमरी भनेको हो । यः (यो) को अर्थ मन पर्ने र मरी को अर्थ रोटी हो । त्यसैले यःमरी भनेको मन पर्ने रोटी हो ।

नेवाःहरूको मुख्य पेशा खेतीपाती भएको समयमा धान भित्राएपछि नयाँ धानको नयाँ चामलबाट पिठो बनाएर पकाउने र खाने परिकार नै यःमरी हो । नयाँ धान भित्राएर भकारीमा राखिसकेपछि यःमरी पुन्हिका दिन नयाँ धानको चामलबाट नै

बनाइएका यःमरी राखेर भकारीमा पूजा गरिन्छ । त्यसरी पूजा गर्दा गणेश, लक्ष्मी, कुबेर, कछुवा सुकुन्दा, नाड्लो, कुचो समाएका मानिस, पानस, नायः (प्रमुख पुरुष), बायः (प्रमुख महिला) लगायत चामलको पिठोकै प्रतिमा बनाएर राख्ने गरिन्छ । ती प्रतिमाहरूलाई देवता स्थापना गरी पूजा गर्दा चामलका पिठोकै लोहँचा मरी (साना साना ढुङ्गा / पातको आकारमा बनाइएको चेप्टो रोटी) पनि चढाउने गरिन्छ । यसरी पूजा गरिएका प्रतिमाहरू पूजा गरेको चौथो दिनमा पूजा गरेर नै प्रसादका रूपमा निकालेर खाने गरिन्छ । यस अर्थमा नेवाः सभ्यतामा कृषि र खाद्य पदार्थ समग्रमा प्रकृतिलाई पुज्ने समाजका रूपमा चिनिन्छ ।

यःमरी बनाएर खानुमा स्वास्थ्यको दृष्टिकोणले पनि महत्त्व राख्दछ । यःमरीभित्र चाकु र तिल राख्ने गरिन्छ । अहिले चाकुसँग नरिवलको धूलो पनि राख्ने वा चाकुको सट्टामा खुवा राखेर यःमरी बनाउने चलन चलेको छ । चाकु कार्बोहाइड्रेटको स्रोत हो र यसले शरीरमा तातोपना दिनुका साथै यो शक्तिबर्द्धक पनि हुन्छ । धान भित्राउन खेतमा काम गर्दा शरीरको शक्ति खर्च हुने र जाडो पनि सुरु हुने समय भएकाले शरीरमा शक्ति पुनःभरण गरी जाडो मौसममा चिसोबाट बचाउन चामल, चाकु र तिल (मुटुलाई समेत मजबुत बनाउनका लागि सहयोग पुर्याउन) यःमरीको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको छ । यसबाट नेवाः सभ्यतामा मौसम अनुसारको खाना परिकारको विशेषता प्रस्ट हुन्छ । यःमरी पुन्हिको अर्को विशेषता भनेको टोलछिमेक वा चिनाजानी भएकाहरूको घरटोलमा गएर यःमरी माग्न जाने चलन हो । यसले सम्बन्धलाई सुमधुर बनाउने गर्छ भने अविवाहित केटाकेटीहरूमा प्रणयको अवसर पनि मिल्ने गर्दछ ।

यःमरी पुन्हिको साँभ्र नेवार समुदायका युवाहरू घरघरमा यःमरी माग्न जान्छन् । घरघरको दैलोमा बसेर बसेर गीत गाउँछन् । युवाहरू भन्छन् :

यःमरी च्वामु, उकिया दुने हाकु
ब्युसा ल्यासे मब्युःसा बुरीकुटी
त्यछिं तिइयः (त्य) बकुछिं तिइयः (त्य)
लातापाता कुलिंचां जूछिं तिइयः (त्य)

गीतले भन्छ : चुच्चो परेको यःमरीभिन्न कालो छ । दिने तरुनी, नदिने बुढी । चार माना देऊ, एक माना देऊ, फुटेको माटाको भाँडाको टुक्राभरि देऊ ।

यःमरी माग्ने बेलामा यःमरी च्वामु, उकिया दुनय् हाकु (कतै-कतै 'हाकु' को ठाउँमा 'हामो' पनि भन्ने गरिन्छ), ब्युम्ह ल्यासे मब्युम्ह बुरीकुटी भनेर टुक्का भन्ने गरिन्छ । यसरी यःमरी माग्न टुक्का भनिरहँदा अविवाहित केटी आएर कोही मन पर्ने केटा देखियो वा कसैलाई मन पर्ने केटी यःमरी दिन आई भने मौका मिलाएर प्रेम प्रस्ताव राख्ने गरिन्छ । इसारा गरेर नै भोलिपल्ट मतिना पारूका दिन प्रणय दिवस मनाउन समय मिलाइसकेको हुन्छ । यःमरी पुन्हिको भोलिपल्ट मतिना पारू अर्थात् प्रेम दिवस हो र सोही दिनको भेटघाटका लागि यःमरी माग्न जाने बेलामा प्रस्ताव गरिन्छ । त्यसैले यःमरी पुन्हि यःमरी खाने दिन मात्र नभएर प्रेम दिवसको प्रारम्भ पनि हो ।

नेपालको आफ्नो मौलिक प्रणय दिवस भनेको मतिना पारू हो, जुन यःमरी पुन्हिको भोलिपल्ट प्रतिपदाका दिन पर्छ । अहिले भ्यालेन्टाइन डे भनेर आयातीत संस्कृतिलाई बढावा दिन थालिएको छ । मुलुकको वास्तविक प्रणय दिवस मतिना पारूलाई व्यापक प्रचार-प्रसार गर्नुपर्ने आवश्यक पनि भएको छ । त्यसैले नेवाः सभ्यतामा नेवाः संस्कृति, संस्कारभिन्न खानपान मात्र नभएर सामाजिक व्यवहारका गतिविधिहरू पनि समाहित भएका पाइन्छन् ।

आधुनिक युगमा सबै मानिसका व्यवहारहरू आधुनिक भइसकेका छन् । त्यसैले नेपालीहरूले आफ्नै मौलिक संस्कृति समेत विर्सिसके । आधुनिकताको नाममा विदेशी संस्कार भित्राउन थालेका

छन् । त्यसैले नेपालीहरू संस्कृति र संस्कारको पक्षबाट आफैँलाई विदेशी बनाउन थालिसकेका छन् । हामीले खोजेको विकासको लहर र आधुनिकता भनेको आफ्नै मौलिक संस्कृति र संस्कार छोडेर आयातीत विदेशी संस्कृतिलाई अनुसरण गर्नु होइन ।

पश्चिमका मुलुकहरूमा भ्यालेन्टाइनको सम्भनामा मनाउने दिनलाई आधुनिक युगमा आएर भ्यालेन्टाइन डे भनेर मनाउन थाले र वर्तमान समयमा नेपालीहरूले पनि प्रेम (प्रणय) दिवस भनेर भ्यालेन्टाइन डे मनाउन थालेका छन् । त्यसैलाई प्रेम दिवस भन्न थालियो । फेब्रुअरी १४ तारिखलाई विदेशमा भ्यालेन्टाइन डे भनिन्छ रे । त्यस दिनलाई हाम्रो देशमा प्रेम दिवस भनेर पनि सुरु गरेको पढ्न, सुन्न, देख्न पाइन थालिएको छ ।

फेब्रुअरी १४ तारिखको व्यापक प्रचार-प्रसार, समाचार सम्प्रेषण मात्र होइन, युवायुवतीहरू भेटघाट (डेटिङ) मा जाने गरेको व्यापकता छ । जसरी पनि खुसी हुनुपर्ने हो, प्रेमका पुजारीहरू भ्यालेन्टाइन डे भनेर भए पनि प्रेम गर्न सिकेका छन् । अष्टेरो मान्नुपर्ने, अचम्म मान्नुपर्ने, असहमति जनाउनुपर्ने कुनै कारण नै छैन । तर नेपालमा शताब्दीयौँदेखि मनाइआएको प्रेम दिवस 'मतिना पारू' लाई सम्झिनु अनिवार्य पनि भएको छ । नेपालको आफ्नै मौलिक प्रेम दिवस, जुन हराइसकेको थियो, लाई फेरि जागरणमा ल्याउनु ठीक होला । यसर्थ यस विषयमा उजागर गर्न प्रयत्न गर्नु उपयुक्त देखिन्छ ।



घ्यःचाकु संलु

मकर संक्रान्ति या माघ १ गते नेवाः सभ्यतामा घ्यःचाकु संलु विशेष महत्त्वको दिन मानिन्छ । शारीरिक तथा सामाजिक व्यवहार समेतको महत्त्व राख्ने घ्यःचाकु संलु माघे संक्रान्तिमा आमाको हातबाट टाउकोमा तेल लगाएर विशेष आशीर्वाद लिने दिनका रूपमा प्रख्यात छ ।

मकर संक्रान्ति सूर्य उत्तरायण हुने अर्थात् पृथ्वीको दक्षिण गोलार्द्धको मकर रेखाबाट उत्तर भूमध्य रेखातिर सर्ने दिन हो । अरू चाडहरू प्रायः तिथिबाट मनाउने भए तापनि घ्यःचाकु संलु सौर्यमानको दिन माघ १ गते नै मनाइन्छ । उक्त दिनमा कुलका सदस्यहरू आमा भएकाहरूले आमाबाट आफ्नो टाउकोमा र कानमा तेल लगाएर आशीर्वाद लिन नै आमा बसेको घरमा चाड मनाउन आउने गर्छन् ।

बिहे गरेर गइसकेका छोरीहरू समेतलाई माइतमा बोलाएर घ्यःचाकु खान र आमाबाट हातबाट तेल लगाउन र आशीर्वाद लिन त्यस दिनमा बोलाउने चलन अहिले पनि चलिरहेको छ । छोरीलाई बिहे गरेर पठाएपछि सन्तान नपाएसम्म घरको चाकु खानु हुँदैन भन्ने प्रथा अनुसार आमा नबनेसम्म छोरीहरू घ्यःचाकु संलुका दिन माइतीमा नै गएर घ्यःचाकु संलु मनाउने चलन अद्यापि चलिआएको छ ।

नेवाःहरूमा घ्यःचाकु संलुलाई हामो संलु पनि भनिन्छ । घ्यःचाकु संलुका दिन घ्यः, चाकु र तिलको लड्डु (तउला / तलासी) विशेष परिकारका रूपमा खाने गरिन्छ । घ्यःचाकु संलुमा नेवाःहरूले खाने विशेष खानेकुरा भनेको काँचो अदुवाका टुक्रा नून राखेर, काँचो तरुलको टुक्रा, मूलाको टुक्रा, घ्यः, चाकु, तउला क्रमशः खाएपछि

अन्य सागसब्जीहरू, मांसाहारीहरूले मासु सहित चिउरा खाने गर्छन् । सागसब्जीमा तरुल उसिनेर कवाफ बनाएको वा लेदो बनाएको, चम्सुर-पालुङ्गो उसिनेर साँधेको, हरियो लसुन भुटेको पाएसम्म नछुटाई खाने परिकारमा पर्छन् । घ्यःचाकु संलुका दिन बिहानको खाना यसरी नै खाने गरिन्छ ।

नेवाःहरूको घ्यःचाकु संलुका दिन यसरी खानुमा विशेष अर्थपूर्ण रहेको पाइन्छ । घ्यःचाकु संलु मीनपचासको मध्ये समयमा पर्ने भएकाले निकै जाडो हुने हुन्छ । मीनपचासको अर्थ पानीमा नै विचरण गर्ने माछालाई समेत जाडो हुने दिनहरू मङ्सिर २० गतेदेखि माघको १० गतेसम्मभित्र पर्छ । त्यसैले माछालाई समेत अत्यन्त जाडो हुने समयमा जिउलाई तताउने र शक्तिबर्द्धक खाद्य पदार्थको आवश्यकता पर्ने भएकाले कार्बोहाइड्रेटको स्रोतका रूपमा घ्यः, चाकु, तरुल, मूलालाई प्राथमिकता दिएर खाने गरिन्छ ।

ती सबै खाद्यवस्तुहरू रोगप्रतिरोधात्मक प्राकृतिक औषधिजन्य वस्तुहरूभित्र पर्दछन् । ती वस्तुहरू पहिले खानुको कारण अर्थपूर्ण छ । अदुवा नूनमा चोपेर खाँदा, काँचो तरुल, काँचो मूला खाँदा शरीरमा भएका विषाक्त तत्त्वहरूलाई फाल्ने (डिटक्सिफाई गर्ने) काम गर्छ भने घ्यः चाकु, हामो (तिल) खाँदा शरीरमा शक्ति पुनःभरण गर्ने तथा सन्तुलन राख्ने काम गर्छ । त्यसैले नेवाः समयबजि होस् वा भव्य (भोज) होस्, पूर्ण सन्तुलित भोजनका रूपमा पाउन सकिन्छ ।

नेवाः समय भव्यमा चाकु, माकु, पालु, खायु, पौँ, फाकु जस्ता गुलियो, मिठो, पिरो, तितो, अमिलो, टर्रो, चिल्लो, रेसादार सबै स्वादका किसिमका परिकारहरू पर्दछन् । त्यसैले ऋतु अनुसारका परिकार खानका लागि नेवाः सभ्यताको छुट्टै विशेषता रहेको पाइन्छ ।



धौबजि (दही-चिउरा) खुवाउने

केटा र केटीको विवाहपछि वंश चलाउन सन्तानको आशा सबैले गरेका हुन्छन् । नेवा: सभ्यतामा छोरीको सन्तान नभएसम्म छोरीको घरमा पानीसम्म पनि नखाने चलन केही दशकसम्म व्यापक थियो । यस्तो चलन अहिले पनि केही समुदायमा कायम नै रहेको छ । धेरैले यस्तो प्रथामा विश्वास गर्न छोडिसकेका छन् ।

जब महिला गर्भवती हुन्छे, तब माइतीतर्फका केही व्यावहारिक विधि, केही संस्कार सुरु हुन्छ । माइती पक्षभन्दा पहिले घरबाट नै केही संस्कार सुरु हुन्छ । जन्मदेखि मरणसम्मका सोह्र संस्कारभन्दा फरक जन्मपूर्वको संस्कार धौबजि (दही-चिउरा) खुवाउने हो । आधुनिकता र आयातीत संस्कृतिको नाममा बेबी सावरको नाममा नेपालमा पनि सबै समुदायमा चलन चलाउन थालेका छन् ।

घरकी बुहारी गर्भवती भएको नौ महिना लाग्नासाथ प्रसूति हुनुपूर्व घरबाट नै पहिले धौबजि खुवाउने गरिन्छ । हुन त गर्भको बच्चा स्वस्थ, सुन्दर, बुद्धिमान, सर्वगुणसम्पन्न होस् भन्ने कामना गर्दै विभिन्न किसिमका खाद्य वस्तुहरू खुवाउने त गरिन्छ नै, तापनि बच्चाको जन्म हुनुअघि धौबजि खुवाउने विधिमा सगँ (सगुन) देखि भोजका परिकार सबै नै राखेर खुवाउने गरिन्छ ।

धौबजि खुवाउने विधिमा सबैभन्दा पहिले त गर्भमा रहेको बच्चाका गर्भवती आमाको साथै बाबुलाई पनि सँगै राखेर सगँ (सगुन) दिने गरिन्छ । विधिवत पूजा गरेर सगँमा राखिने खैँ, डा, ला, व र ऐला (अण्डा, माछा, मासु, मास वा मुगीको रोटी र रक्सी) ले भौतिक शरीरका पञ्चतत्त्वको प्रतीकको प्रतिनिधित्व गराई शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक स्वस्थता तथा तन्दुरुस्तीको कामना र सहज रूपमा स्वस्थ सुन्दर बच्चाको जन्मको कामना गरिन्छ । बच्चाको जन्मका

लागि पुरुष र महिला दुवैको योगदान रहने भएकाले नै गर्भमा रहेको बच्चाको आमा र बाबु दुवैलाई सँगै राखेर बधाई दिने विधि धौबजि खुवाउने हो ।

गर्भवती छोरीचेलीको बच्चा जन्म हुनुअघि उनको घरबाट धौबजि खुवाउने कार्य सकेपछि माइतीबाट धौबजि खुवाउने गरिन्छ । धौबजि खुवाउने कार्यमा सगँ दिँदा सँगसँगै यःमरी, बजि (चिउरा), मासुका विभिन्न परिकार, अन्य विभिन्न परिकारहरू, धौ (दही), विभिन्न फलफूलहरू समेत दिने गरिन्छ ।

ती सबै खाद्य वस्तुहरू दिएर खुवाउनु भनेको प्रकृतिलाई स्वीकार्नु हो, शरीरका पञ्चतत्त्वलाई आफूभित्र समाहित गर्नु हो । पौष्टिक तत्त्वले परिपूर्ण खाद्य वस्तुहरू खुवाएर गर्भमा रहेका बच्चाको स्वस्थता, गर्भवतीको शारीरिक तन्दुरुस्ती तथा सहज प्रसूतिका लागि भरोसाका रूपमा धौबजि खुवाउने नेवाः सभ्यताको संस्कृति विज्ञानले पनि स्वीकार गरेको चलन अहिले पनि निरन्तर चलिआएको छ ।



सगँ (सगुन)

नेवाः सभ्यताको महत्त्वपूर्ण संस्कृतिमध्येको एक सगँ (सगुन) विधि हो । शारीरिक, मानसिक, सामाजिक स्वस्थता, सुख, शान्ति, सफलताको लागि शुभकामना, बधाई दिन तथा अकाल मृत्युबाट बचाउन समेत जन्मदिनमा, शुभकार्यमा, विभिन्न चाडपर्वमा, विशेष पूजाकार्यमा, विदाइमा, स्वागतमा, दुर्घटना भई जीवन सुरक्षित भएपछि, अशुभकार्यको समाप्त भई शुद्ध भइसकेपछिको सुरुवातमा लगायत कुनै पनि समयमा सगँ लिने-दिने गरिन्छ ।

सगँ भन्नासाथ खें (अण्डा) सगँ वा धौ (दही) सगँलाई नै बुझिन्छ । त्यसैले सगँलाई शुभसँग जोडिएको छ र अमङ्गल हुँदैन भन्ने मान्यता रहेको छ । नेवाःहरू तागाधारी भएकाले र तान्त्रिक पनि भएकाले पनि सगँलाई विशेष कार्यका रूपमा लिइन्छ ।

सगँ दिने कार्यका लागि सुकुन्दा राखेर गणेश स्थापना गरी सालको पातमा पञ्चतत्त्वको पाँच प्रतिक सहित पाञ्चायन गणेश, शिव, भगवती, नारायण तथा सूर्यको स्मरण गरी टिका लगाएर पञ्चतत्त्वलाई आवाहन गरी पूजा गरिन्छ । पूजाको थालीमा अक्षता, लावा, पहेंलो तथा रातो टिका, धौ पत्तु (दही), जजंका (देवतालाई लगाइदिने जनै), फूल, धुप, बत्ती, फलफूल, भेटी, अबिर, दही, अक्षता, लावा राखेर मुखेर बनाएको सगँ टीका राखिएका हुन्छन् । सगँ दिनका लागि सगँका सामानहरू खें सगँ भएमा अण्डा, माछा, मासु, व, न्यां (ऐला) र सिङ्गो सुपारी तथा भेटी सहितको लुगा राखिएको हुन्छ । धौ सगँ दिने भएमा दही फलफूल, सिङ्गो सुपारी तथा भेटी सहितको लुगा राखिएको हुन्छ ।

सगँ दिन पूजा गर्दा मध्याह्न अघिको बिहानको समयमा भए सगँ लिने व्यक्ति पूर्व मुख गरी बस्ने र पूजा गर्ने घरको मूल नाइके

वा महिला पश्चिम मुख गरी बस्ने चलन छ । त्यस्तै गरी मध्याह्नपछि अपराह्न वा बेलुकाको समयमा भए सगँ लिने व्यक्ति पश्चिम मुख गरी बस्ने र पूजा गर्ने व्यक्ति पूर्व मुख गरी बस्ने चलन रहेको छ । पञ्चतत्त्वलाई आवाहन गरी पूजा गरिसकेपछि सगँलाई ढोगेर पञ्चतत्त्वलाई नै पहिले चढाइन्छ ।

सगँ दिने पूजामा पूजा गर्ने, त्यसपछि सगँका सबै तत्त्वहरू राखेर कुन उपलक्षमा कसलाई सगँ दिने पूजा हो, त्यसका आधारमा उसैलाई पहिले सगँ दिने प्राथमिकताका आधारमा पहिले सगँ दिइन्छ । चाडपर्वको पूजामा कुलका सबैभन्दा थकाली नायः नाइकेलाई पहिले सगँ दिने चलन छ । कुनै ठाउँमा सबैभन्दा सानी कन्यालाई पहिले सगँ दिने चलन पनि देखिन्छ । यसले मातृसत्तात्मकताको प्रतीकलाई संरक्षण गरेको पनि देखिन्छ ।

नेवाः सभ्यतामा चन्द्रमानको तिथि अनुसार बुन्हि (जन्मदिन) मनाइन्छ । जन्मदिनका दिन जसको जन्मदिन हो, उसैलाई अगाडि राखेर घरका मूल नकिँ ज्येष्ठ महिलाले पूजा गरी जन्मदिन भएका परिवारका सदस्यलाई पहिले सगँ दिने गरिन्छ । त्यसपछि जो अगाडि हुन्छ, उसैलाई सगँ दिने गरिन्छ ।

जन्मदिन बाहेक विभिन्न दिनहरूमा सगँ दिने गरिन्छ । बच्चा जन्मनुअघि धौ-बजि खुवाउने बेलामा (अहिले आयातीत संस्कृतिमा बेबी सावर भन्न थालिएको छ), बच्चा जन्मेपछि छैठीका दिन, आठौँ वा दशौँ वा बाह्रौँ दिनमा मचाबुः ब्यंके गर्ने, सुतक चोख्याउने बेलामा, मचा जङ्गो (अन्नप्रासन), इहिपा (विवाह), बुरसँखा (चूडाकर्म), कयूता पूजा (व्रतबन्ध), इहि (बेलविवाह) सकेपछि, बाह्रा (गुफा) को चारौँ दिन र बाह्रौँ दिन, जङ्गो (बुढो पास्नी ७७ वर्ष ७ महिना ७ दिन ७ घडी ७ पलामा गरिने भीमरथारोहण, हजार चन्द्रमा देखेपछि ८२ वर्ष पूरा भई ८३ वर्षमा गरिने चन्द्ररथारोहण, ८८ वर्ष ८ महिना ८ दिन ८ घडी ८ पलामा गरिने महारथारोहण, ९९ वर्ष ९ महिना ९ दिन ९ घडी ९ पलामा गरिने स्वर्गरथारोहण), तिहारमा म्ह (आत्म) पूजा,

किजापूजा, कुनै कार्य सुरु गर्नुअघि, कार्य सम्पन्न भई सफल भएपछि, परीक्षामा सफल भएपछि, नोकरीमा नियुक्ति पाएपछि, पदोन्नति भएपछि, चाडपर्व दशैंको अष्टमीको दिन (कुनै-कुनै ठाउँहरूमा मात्र स्थानीय पीठका आधारमा, उदाहरणका लागि बनेपा), तिहारमा म्हःपूजा, किजापूजा गर्दा, आमाको मुख हेर्दा, बाबुको मुख हेर्दा, विदेश जान घरबाट हिँड्ने समयमा विदाइ लिँदा, दुःखद कार्य बरखी सकेपछि भोलिपल्ट लगायतका समयमा सगँ दिने गरिन्छ ।

बुढो पास्नी र बरखी सकेको दिनमा खैँ सगँ चल्नेहरूमा पनि धौ सगँ मात्र दिने चलन छ । त्यसको भोलिपल्ट सगँ दिँदा खैँ सगँ नै दिइन्छ । चाडपर्व र विदेश जाँदा वा फर्किँदाको सगँमा लुगा दिने चलन छैन । पुरुषहरूले सगँ लिँदा टोपी लगाउने पनि चलन छ ।

नेवाः सभ्यताको सगँ विधि तान्त्रिक विधि हो । केही नेवाःहरूमा वैदिक रूपमा सगँ लिने दिने चलन भए तापनि सगँ विधिलाई तान्त्रिक नै मान्नुपर्छ । सगँमा राखिने खैँ, डा (न्या), छुया ला/ला, व, न्यां (ऐला/पूजा वा सगँमा प्रयोग गर्दा न्यां भनिन्छ) ले शरीरका पञ्चतत्त्वलाई प्रतिनिधित्व गर्दछ । शरीरका पृथ्वी, जल, वायु, अग्नि (तेज / प्रकाश) र आकाशलाई ग्रहण गरी लिने सगँले तन र मनलाई स्वस्थ बनाउँदै उत्तरोत्तर प्रगति, उन्नतिको कामना सहित बधाई पनि दिने तथा आशीर्वाद दिने गरिन्छ । त्यसैले सगँ आत्मपूजाको प्रतीक पनि हो । अर्को मत अनुसार सगँमा राखिने अण्डालाई ब्रह्मा, माछालाई विष्णु, मासुलाई महादेव, वलाई ३३ कोटि देवता र न्यां (ऐला) लाई भगवती / शक्तिको प्रतीकका रूपमा लिइएको छ । जन्मसँगै मृत्यु पनि निर्धारित भएकाले मानव जीवनमा सकारात्मक ऊर्जा प्राप्त गरी स्वस्थता, दीर्घायु, सुख, शान्ति, सफलता, भाग्योदयको कामनार्थ सगँ दिने-लिने गरिएको मान्यता रहेको छ ।

पञ्च 'म' कार अर्थात् पाँचवटा मबाट आउने मत्स्य (माछा), मद्य (मदिरा), मांस (मासु), मैथुनबाट आएको अण्डा, मुद्राका रूपमा रहेको व (बारा) । ब्रह्माण्डसँग जोडिएको हाम्रो शरीरमा ब्रह्माण्ड

पञ्चमहाभूतको प्रतीक सगँले हाम्रो भित्रको शक्तिलाई उजागर गर्ने, सक्रिय गराउने क्रिया गर्छ, भन्ने मान्यता रहेको छ । सगँमा राखिने वस्तुहरूमा अण्डाले वायुतत्त्वको प्रतिनिधित्व गर्दछ । त्यस्तै गरी माछाले जलतत्त्वको, छुयालाले पृथ्वीतत्त्व, वले आकाशतत्त्वको र न्यां (ऐला) ले तेजतत्त्व / प्रकाशको प्रतिनिधित्व गर्दछ ।

पुरुष ज्ञानले दायाँ हातमा माछा, मासु, अण्डा र व राखिन्छ, र बायाँ हातमा न्यां राखिन्छ भने महिला श्री शक्तिले बायाँ हातमा माछा, मासु, अण्डा, व राखिन्छ र दायाँ हातमा न्यां राखिन्छ ।

सगँ लिँदा तीनचोटि टोक्ने गरिन्छ । पहिले अण्डालाई टोक्ने गरिन्छ, जसले मानसिक शक्ति बढाउँछ । दोस्रो पटकमा माछा टोक्ने गरिन्छ, जसले आत्मशक्ति बढाउँछ । तेस्रो पटकमा छुयाला टोक्ने गरिन्छ, जसले शारीरिक शक्ति बढाउँछ, भन्ने मान्यता रहेको छ । अण्डा, माछा, छुयाला टोक्दा न्यां पनि हरेक पटकमा चुस्की लिने गरिन्छ । कसैले न्यां ऐला खाने गरेको छैन भने सगँ दिने बेलामा नै सगँमा एक थोपा मात्र भए पनि छर्किने गरिन्छ वा न्यांको सट्टामा दही पनि दिने चलन छ । अण्डा, माछा, मासु नखानेहरूमा भने मिठाई र फलफूल मात्र सगँ दिने पनि गरिन्छ ।

मूलतः सगँ दिने भन्नु नै शरीरका पञ्चतत्त्वलाई सशक्तीकरण गर्दै कार्यमा सफलता, सुस्वास्थ्य, सम्पन्नता र उत्तरोत्तर प्रगतिको शुभकामना दिनु र बधाई दिनु हो । त्यसैले खैँ सगँ दिने भनेको नै मानवताबाट देवत्वमा प्रवेश गरी हरेक दृष्टिकोणबाट सशक्तीकरण गर्ने सांस्कृतिक पक्षका रूपमा महत्त्व रहेको छ ।



गुथि

नेपाल सरकारको निकाय गुठी संस्थानको परिभाषा अनुसार देवीदेवताको पर्व, पूजा, जात्रा चलाउन वा मठमन्दिर, देवस्थल आदि जस्ता धार्मिक स्थल वा अन्य सामाजिक, परोपकारी र सांस्कृतिक कार्यको लागि दाताले आफ्नो हक छाडी राखिदिएको सम्पत्तिलाई गुठी भनिन्छ । त्यसैले गुठी भनेको विशेष प्रकारको सामूहिक संस्था हो, जसलाई परिवार वा समुदाय अथवा सामाजिक समूहले सञ्चालन गर्दछ । धार्मिक तथा सामाजिक र सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षण, व्यवस्थापन तथा रेखदेख गर्न गुठीको विशेष भूमिका रहन्छ ।

नेवाः सभ्यतामा सामूहिक रूपमा सहकार्य गर्ने व्यवस्था शताब्दीऔंदेखि चलिआएको छ । नेवाः बस्ती बसेको ठाउँमा टोल, छिमेकी, कुलका दाजुभाइ तथा बस्तीभिन्न बसोबास गरिरहेकाहरूको सामूहिक संस्थाका रूपमा गुथि स्थापना गरिएको हुन्छ ।

नेवाःहरूको गुथिको विकसित रूप नै सहकारी संस्था हो । सहकारीको परिकल्पना नभएको बेलादेखि नै नेवाःहरूमा एक-आपसमा सहयोगको भावनाले सहकार्य अर्थात् सामूहिक कार्य हुने गर्दथ्यो । अद्यापि यसको निरन्तरता छँदैछ ।

गुथिमा सञ्चालन व्यवस्थापनका लागि वर्षको एक पटकका लागि एकजनालाई जिम्मेवारी तोक्ने गरिन्छ, जसको कार्य सम्पन्न गर्न सबै गुथियारहरू मिलेर सहकार्य गर्दै वर्षदिनमा आइपर्ने सम्पूर्ण कामहरू गरिन्छ ।

उद्देश्य अनुसारका विभिन्न प्रकारका गुथि राखिएको पाइन्छ । कुनै देवीदेवताको नाममा विशेष मन्दिरमा पूजा चलाउन, जात्रापर्व चलाउन राखिएका सरकारी र निजी गुथि छन् । ती गुथिहरूभन्दा फरक सी गुथि (सना गुथि), लै गुथि, सम्यक् गुथि र लाखे गुथिहरू

हुन् । नेवाः सभ्यतामा पूजा, जात्रा, पर्व चलाउन राखिएका सरकारी वा निजी गुथिभन्दा यी गुथिहरू विशेष देखिन्छन् ।

आफू स्थायी रूपमा बसोबास गरिरहेका नेवाःहरूको मर्दापर्दाका अवस्थामा मृत्युसंस्कारका लागि राखिएको गुथि मलामी गुथि वा सना (सलाँ) गुथि वा सी गुथि भनिन्छ । अहिले गैह्रनेवाः समुदायमा पनि नेवाः गुथिको ढाँचामा मृत्युसंस्कारका लागि गुथि व्यवस्था सुरु भइसकेको छ । किसानहरूका बीचमा खेतीपातीको कार्यमा सहजताका लागि पर्मा / बोला लगायतका व्यवस्थाहरू सञ्चालनमा छन् । यस्तो व्यवस्था दशकौं अघिदेखि सुरु भइसकेको छ ।

नेवाः सभ्यतामा गुथिभिन्नका सदस्यको परिवारमा कसैको मृत्यु भएमा जुठो बार्नुपर्ने बाहेकका सदस्यहरूले दाहसंस्कार तथा चोख्याउनेसम्मका कामहरू गरिदिने गर्दछन् । केही दशक पहिलेसम्म पनि मृत शरीरलाई जुठो बार्नुपर्ने व्यक्तिले छुनु हुँदैन भन्ने मान्यता थियो । त्यसैले परिवारदेखि फरक सदस्यहरू समेटिएर बनाइएको समूह / समाजलाई सी गुथि भनिएको हो । सी गुथि भए तापनि गुथि पूजाका लागि कुनै देवीदेवताका नाममा गुथि बनाइएको हुन्छ ।

नेवाःहरू व्यापारी भएका कारण कसैका भिद्य (राम्रो गरिदिने देवताको नाममा अहिले भिद्यको प्रतीकका रूपमा भीमसेन गुथि भन्न थालिएको छ) गुथि, कसैका गणेश गुथि, कसैका चण्डेश्वरी, भद्रकाली वा अन्य कुनै देवीदेवताका नाम राखेर गुथि बनाइएका छन् ।

गुथिको वार्षिक साधारण सभाका रूपमा वर्षको एकदिन कुनै निश्चित गरिएको गुथि देवताको पूजा गरी बलि चढाएर भोज खाने र वर्षदिनको गुथिको आम्दानी-खर्चको विवरण निकाल्ने गरिन्छ । विशेष गरेर मृतकको दाहसंस्कारका लागि आवश्यक सामग्रीहरूदेखि सद्गत गर्ने सम्पूर्ण काममा लागेको खर्च, दाहसंस्कार लगायत अन्य कामहरूमा सहभागी हुन नभ्याएका गुथियारहरूको जरिवाना, गुथि पूजामा लागेको र भोजमा लागेको खर्च हिसाब गरी दामासाहीले पर्ने रकम उठाउने गरिन्छ ।

गुथिको पालो लिनका लागि गुथियारहरूको क्रम निर्धारित गरिएको हुन्छ । गुथिका प्रमुख अध्यक्ष नायः, उपाध्यक्ष न्वकु रहेका हुन्छन् । उनीहरूको आज्ञा नलिई कुनै पनि काम गुथिमा गरिँदैन । अरू सबै गुथियारहरू साधारण सदस्यका रूपमा रहन्छन् ।

प्रायः गुथिमा जन्मले जेठो नायः र न्वकु रहन्छन् । नायः र न्वकुको छनोट प्रक्रिया समुदाय र स्थान अनुसारले फरक-फरक हुन्छन् । कुनै गुथिमा जन्मले ज्येष्ठताको आधारमा नायः र न्वकु चयन हुन्छ भने कुनै गुथिमा नायःको मृत्युपछि निजकै जेठो सन्तान नायः हुन्छ । न्वकुको पनि त्यसरी नै चयन गरिन्छ ।

गुथिको पूजाको मूल पक्ष पूजा सकेपछिको समय खाने र बेलुका मूःभ्वय् (मूल भोज) विषयसँग जोडिएको हुन्छ ।

समयमा बजि (चिउरा), चतामरी, व, ला (मासु), डा (न्या / माछा), खैँ, हाकु मुस्या (कालो भटमास), लाभा (सुकेको काँचो लसुन), अदुवाका टुक्रा, बोडी उसिनेर साँधेको, आलु उसिनेर साँधेको, अचार लगायत अन्य थप परिकारहरू पनि हुन्छन् ।

कुनै समुदायको गुथिमा यःमरी पनि अनिवार्य राखिने चलन पनि छ । पूजामा बलि दिइएको छ भने बोकाको स्यू (कहीं सी पनि भनिन्छ) दायौँ आँखा नायःलाई दिइन्छ, बायाँ आँखा न्वकुलाई दिइन्छ । त्यस्तै गरी दायौँ कान, बायाँ कान, थुतुनो, दायौँ बङ्गारा, बाँया बङ्गारा, जिब्रो उमेर अनुसारको क्रम मिलाएर स्यू दिने चलन रहेको छ ।

सी / सना गुथि पूजा प्रायः वर्षमा एकपटक सञ्चालन हुन्छ र पूजाको अवधि गुथिको प्रकृति अनुसारको हुन्छ । अथवा फरक-फरक हुन सक्छ । एक दिनदेखि तीन चार दिनसम्म पनि गुथिको वार्षिक पूजा हुने गर्दछ ।

अहिलेको सन्दर्भमा भन्ने हो भने गुथि पूजा भन्नु नै वार्षिक साधारण सभा हो । गुथिको पालो सार्ने कार्यका लागि कसैको देवताको प्रतिमा, सामग्रीहरू तथा कागजपत्र जिम्मा दिएर पालो सारिन्छ भने

कसैको निर्णय पुस्तिका (माइन्ट बुक) जिम्मा लगाएर पालो दिने गरिन्छ र त्यस वर्षको गुथिको जिम्मा लिएको गुथियारको पालो सकिन्छ ।



भवः भव्य्

नेवा समुदायमा विशेष पर्व, कार्यमा खाइने-खुवाइने विशेष परिकार सहितका खानालाई भवः भव्य् भनिन्छ । 'भवः' को अर्थ लहरै बसेको र 'भव्य्' को अर्थ भोज भन्ने बुझिन्छ । भवः भव्य् पातमा राखेर खाने भएकाले लप्ते भव्य् पनि भनिन्छ । भवः भव्य् सुकुलमा बसेर खाने भएर सुकु भव्य् पनि भनिन्छ । त्यसैले भवः भव्य्, लप्ते भव्य्, सुकु भव्य् नेवाः सभ्यताको परिवारका सबै सदस्यहरू बसेर वा पाहुना समेत बोलाएर खाने-खुवाउने विशेष खाना हो ।

समाजमा बसेका हुनाले मानिसहरू सुख, दुःख, खुसी, हर्ष अनुभव गर्छन् र अरूलाई पनि ती सबै अनुभवहरू बाँड्नका लागि परिवारका सदस्यहरू सबै बस्ने वा परिवारका सदस्यहरू सहित अन्य नातासम्बन्धी, इष्टमित्र, साथीभाइ, छिमेकीहरूलाई बोलाएर भोज खाने-खुवाउने गरिन्छ । सामाजिक कार्यभित्रको नेवाः सभ्यताको एक संस्कृति भवः भव्य् एक हो । नेवाःहरूमा प्रचलनमा रहेका संस्कृति-संस्कार गैह्रनेवाःहरूभन्दा भिन्न छन् ।

नेवाः सभ्यताको मानवीय जीवनका सोह्र संस्कारहरूका सुख, खुसी, दुःख, चाडपर्वमा भोजका रूपमा वा प्रसादका रूपमा विभिन्न परिकारहरू सहित खाना खाने-खुवाइने गरिन्छ । त्यसैले सुकु भव्य्, भवः भव्य्, लप्ते भव्य्लाई सबैले खुशीसाथ स्वीकार्छन् भने गैह्रनेवाः समुदायले विशेष खानाका रूपमा लिने गर्छन् ।

नेवाः सभ्यतामा तिथि, पर्व, ऋतु, पूजा, कार्यका आधारमा भव्य् खाने र खुवाउने गरिन्छ । भवः भव्य् नै खाने खुवाउने गरे तापनि पर्व, कार्यका आधारमा भवः भव्य्का विभिन्न नाम दिइएका छन् र विभिन्न नामले चिनिन्छन् । भव्य्को नाम लिएपछि नै कुन उपलक्षमा भोज गरिएको हो भन्ने प्रस्ट हुन्छ ।

नेवा: सभ्यतामा फरक ठाउँमा, फरक समुदायमा फरक-फरक किसिमका परिकार सहितका भोज खाने गरिन्छ । किसान, बौद्धमार्गी, महर्जन, प्रजापति, डङ्गेल, मानन्धर, तुलाधर लगायतका भोज केही फरक देखिन्छन् । श्रेष्ठ, प्रधान लगायतका समुदायको भोजको सुरुवात अलि फरक हुन्छ । ती समुदायहरूमा पनि स्थानविशेषले भोजका केही परिकार वा राखेर खुवाउने प्रक्रियामा केही भिन्नता रहेका हुन्छन् । मू: (मूल) भव्य भोज सबैको समान नै हुन्छन् । भव्य विभिन्न प्रकारका हुन्छन् । कार्यविशेषका आधारमा भव्यको नाम रहेको हुन्छ ।

(क) समय् :

घरभित्र वा बाहिर कुनै पूजाविशेषमा प्रसादका रूपमा परिवारका सदस्यहरू मात्र बसेर समय् खाने गरिन्छ । गैह्रनेवा: भाषामा समय्लाई विहानको चमेना रूपमा लिइन्छ । समय्मा बजि (चिउरा), छुयाला (पोलेर साँधेको मासु वा अहिले उसिनेर साँधेर पनि बनाउने गरिन्छ), व (मासको रोटी हाल बारा भन्ने चलन चलेको छ, बारा होइन) हुन्छ ।

दक्षिण भारतको परिकार बडा जुन मास पेलेर व बनाएजस्तै गरी बनाएर गोलो चेप्टो बीचमा प्वाल हुने गरी बनाएर तेलमा डुब्ने गरी पकाइन्छ, जसलाई नेपालमा बडालाई अप्रभंश गरिएको नाम बारा भन्ने गर्न थालिएको छ ।

व गोलो चेप्टो बीचमा प्वाल नभएको तावामा राखेर पकाइन्छ, चतामरी (चामलको पिठोको पातलो गोलो रोटी), खें (अण्डा उसिनेर फ्राई गरेको), हाकुमुस्या (कालो भटमास भुटेर साँधेको), लाभा (काँचो लसुन बोक्रा छिलेर साँधेको), पालु (अदुवाका टुक्राहरू साँधेको), आलुवाला (आलु उसिनेर साँधेको), भुति (बोडी उसिनेर साँधेको), भव्य अचार (मुला, काँक्रो, गाजर, केराउ, लप्सी / कागती मिसाएर बनाएको अचार), ऐला (रक्सी), थ्वँ (जाँड) ।

(ख) छुयाला भव्य :

मानन्धर समाजमा विशेष पूजा, विशेष कार्य, श्राद्ध / पितृ कार्य भोज गर्नुपूर्व परिवारका सदस्य तथा अन्य सहयोगीहरूबाट काममा सहयोग लिन निम्तो भोज नै छुयाला भव्य हो । नेवा:हरूमा कुनै पनि भोजको आयोजना गर्दा आफ्ना परिवार, कुल, नाताकुटुम्ब, टोल-छिमेकी, साथी लगायतलाई निम्ता गरिन्छ । ठूलो समूहमा भोज खुवाउन आफ्नो परिवारले मात्र व्यवस्थापन गर्न सम्भव नहुने भएकाले भोज पकाउन तथा राखेर खुवाउन समेत सहयोगीहरूको आवश्यकता पर्छ । तसर्थ त्यसरी भोजको व्यवस्थापनका लागि सहयोगीहरू रूपमा कुलका सदस्यहरू, नाताकुटुम्ब, साथीहरूबाट सहयोगका लागि अनुरोध गर्न र सहयोगीहरू सुनिश्चित गर्न मानन्धर परिवारमा छुयाला भव्य खुवाउने गरिन्छ । छुयाला भव्य पनि भवः भव्य नै हुन्छ ।

(ग) लैका भव्य :

वज्राचार्य, शाक्य, तुलाधर लगायतको समाजमा विशेष पूजा, विशेष कार्य भोज गर्नुपूर्व भोजका लागि सहयोगी परिवारका सदस्य तथा अन्य सहयोगीहरूलाई काममा सहयोग गर्न निम्तो भोज, जसलाई लैका चियेगु पनि भन्ने गरिन्छ, लैका चियेगु गर्नमा लागि भवः भव्य गर्नुपर्छ भन्ने छैन, समय मात्र खुवाउने पनि गर्न सकिन्छ ।

(घ) म्थ्याय्मचा भव्य :

मानन्धर समाजमा देवाली पूजापछि परिवारका छोरीचेलीहरू र उनीहरूका ५ वर्षसम्मका छोराछोरीहरूलाई खुवाइने भोजलाई म्थ्याय्मचा भव्य भनिन्छ । म्थ्याय्मचा भव्य पनि भवः भव्य नै हुन्छ ।

(ङ) मचाबु: ब्यंका भव्य :

घरमा बच्चा जन्मेपछि न्वारान गरी चोख्याएको दिन वा १२ औं दिन खुशियाली गरी खुवाइने मचाबु: ब्यंका भोज हो । मचाबु: ब्यंका

कार्य बच्चा जन्मेको चौथो दिन वा छैठौं दिन वा आठौं दिन वा दशौं दिनमा पनि गर्न सकिन्छ ।

हुन त सुतक भनेको बच्चाको आमा र बाबुलाई मात्र १२ दिनसम्म लाग्छ भन्ने पनि गरिन्छ, तापनि बच्चा जन्मेपछि कुलका सबैले सुतक बार्ने गरिन्छ । न्वारान गरेको दिनदेखि सुतक चोखिएको भन्ने गरिन्छ । त्यसरी सुतक चोखिएको दिन मचाबुः ब्यंका न्वारानको दिन भोज गर्ने गरिन्छ । मचाबुः भव्य पनि लप्ते भव्य नै गरिन्छ ।

(च) इही भव्य :

नेवाः सभ्यतामा रजस्वला हुनुपूर्व नै ७ वर्ष वा ९ वर्षमा कन्याको इही (अहिले बेलविवाहको अर्थ दिइएको) संस्कार गरिन्छ । इही सकिएपछि घरमा परिवार, आफन्तलाई घरमा बोलाएर भोज खुवाउने गरिन्छ । इही गरेको उपलक्षमा भोज खुवाउनेपछि भन्ने छैन । प्रायःको इही सकिएपछि थोरै भए पनि पाहुना बोलाएर भोज खुवाउने गरिन्छ । यसरी खुवाउने भोज भवः भव्य नै हुन्छ ।

(छ) बाह्रा भव्य :

कुमारीको रजस्वला हुनुपूर्व १२ दिन अँध्यारो कोठाभित्र राखेर १२ औं दिनमा कोठाबाट निकालेर सबैभन्दा पहिले सूर्यदर्शन गराइने संस्कार बाह्रा हो । कसैकसैको बाह्रा राख्नुअघि नै रजस्वला भई भने थाहा पाउनासाथ रजस्वला भएकी कुमारीलाई १२ दिनसम्म बाह्रा राख्ने गरिन्छ ।

बाह्रा राखेको १२ दिनमा विधिपूर्वक सूर्यदर्शन गराउने गरिन्छ । यसरी बाह्रा विधि सम्पन्न भएको उपलक्षमा बाह्रा भव्य खुवाउने गरिन्छ । बाह्रा भव्य पनि भवः भव्य नै हुन्छ ।

(ज) बुःसँखाः (बस्का) भव्य :

नेवाः सभ्यतामा केटा बच्चा जन्मँदादेखिको कपाल खौरिने विधि बुःसँखाः संस्कार (चूडाकर्म) हो । कुमारको जन्मँदाको कपाल खौरिने

संस्कार परिवारको अवस्था अनुसार ४ वर्ष वा ६ वर्ष वा ८ वर्ष वा १० वर्ष वा १२ वर्षमा गरिन्छ । नेवा:हरूमा बु:संखा: संस्कार ढिला गरिँदैन । नेवा:हरूको कुलमा बु:संखा: कार्य गर्दा पनि भव: भव्य खुवाउने गरिन्छ ।

(भ) कयूता पूजा भव्य :

कुमारलाई कयूता पूजा (ब्रतबन्ध) गरी खुवाइने भोज कयूता पूजा भव्य हो । कसैको बुसंखा र कयूता पूजा एकैपटक गर्ने चलन छ भने कसैको छुट्टाछुट्टै गर्नुपर्ने चलन छ । त्यस्तै गरी कसैको साइत हेरेर भव्य खुवाउने गरी कयूता पूजा गर्ने गरिन्छ भने कसैको भव्य खुवाउनु हुँदैन । त्यसैले दशैंको दिन पारेर कयूता पूजा गर्ने चलन पनि छ । नेवा: सभ्यतामा प्राय: १२ वर्षसम्ममा कयूता पूजा गरिसक्ने चलन रहेको पाइन्छ । साइत हेरेर कयूता पूजा गर्दा प्राय: गरी भव: भव्य खुवाउने गरेको पाइन्छ ।

(ज) ब्याहा (इहिपा) भव्य :

छोरा वा छोरीको विवाह उत्सवमा खुवाइने भोज इहिपा भव्य (शुभ विवाह) भोज हो । ब्याहा भव्य समुदाय अनुसारका फरक रहेको पाइन्छ । सामान्य रूपमा हेर्दा भव: भव्य खुवाउने भए तापनि विशेष रूपमा माकसी (मिठाई राखिएको माटोको भाँडो) बाट नै ऐंथ्यामरी वा अन्य मिठाइ भिकेर भोज खाइरहेकाहरूलाई दिने चलन छ । अथवा सामान्य मिठाई, बर्फी वा अन्य केही मिठाई दहीसँग नै भोजमा राखेर खुवाउने चलन पनि पाइन्छ ।

(ट) गुथि भव्य सनागुथि (सिगुथि) भव्य :

मलामी गुथिको वर्षदिनभरिको गुथियारहरूको मृत्युसंस्कारको हिसाब गरेर पूजा गरी खुवाइने भोज ।

(ठ) कुलछें भव्य :

दशैंको अष्टमीका दिन कुलका सबै सदस्यहरू कुलघरमा जम्मा भएर खाने भोज ।

(ड) स्याकोत्याको भव्य :

दशैको नवमीका दिन बली दिइएको छ भने टाउकोका विभिन्न भागहरू (आँखा, कान, थुतुनो, जिब्रो, बङ्गारा र कर्मले ज्येष्ठहरूको मर्यादाक्रममा प्रसाद दिई खाने भोज । पुच्छर भने पूजा राख्ने नकीं (सधवा ज्येष्ठ महिला) लाई दिइन्छ ।

(ढ) स्यूकाः भव्य :

कुनै पनि पूजामा बली दिइएको छ भने टाउकोका विभिन्न भागहरू (दायाँ आँखा, बायाँ आँखा, दायाँ कान, बायाँ कान, थुतुनो, जिब्रो, दायाँ बङ्गारा, बायाँ बङ्गारा र पुच्छर कर्मले ज्येष्ठहरूको मर्यादाक्रममा प्रसाद दिई खाने भोज । पुच्छर पूजा राख्ने घरको मूली नकिं ज्येष्ठ सधवा महिलाको हक लाग्छ ।

(ण) नखत्या भव्य :

चाडपर्व सकिएपछि चेलीबेटी सहित आफ्ना नातेदारहरू सबैलाई बोलाएर खाने भोज ।

(त) सी भव्य लत्या, खुला दकिला श्राद्ध भव्य :

परिवारका सदस्यको मृत्यु हुँदा मृत्युसंस्कारपछि १३ औं दिन वा ४५ औं दिन, ६ महिना, वार्षिकी, द्विवार्षिकी, हरेक वर्ष गरिने श्राद्धका दिन खाने खुवाइने भोज ।

(थ) जङ्गो भव्य :

बच्चा जन्मेको छोराको ४ महिना वा ६ महिना र छोरीको ५ महिनामा अन्नप्राशन पर्व जङ्गो (पास्नी) वा ७७ वर्ष ७ महिना ७ दिनका दिन गरिने भीमरथारोहण, १००० चन्द्रमा दर्शन गरिसकेको उपलक्षमा ८२ वर्ष केही महिना (सामान्य वर्ष वा अधिकमास वा क्षयमासका आधारमा) मा गरिने चन्द्ररथारोहण, ८८ वर्ष ८ महिना ८ दिनका दिन गरिने महारथारोहण, ९९ वर्ष ९ महिना ९ दिनका दिन गरिने देवरथारोहण(बुढोपास्नी) मा खाने खुवाइने भोज ।

(द) थापूजा भव्य :

सरकारी कोषबाट तलेजु नित्य पूजाका पुजारी कर्माचार्य आचा:जूहरूबाट तलेजु पूजा गरी आचा:जु पुरुष आएजति सबैलाई खुवाइने थापूजा भव्य । दिखा (दीक्षा) लिएका कसैले दीक्षा फिर्ता गरेमा था पूजा गर्ने गरिन्छ ।

(ध) पस्ता भव्य :

घरमा वा मन्दिर विशेषमा लाखवत्ती बाल्ने वा पञ्चवली दिने कार्य लगायत विशेष कार्यहरूमा वा अन्य खुसियालीका अवसरमा खुवाइने भव्य ।

नेवा: भव्यमा घटीमा ४ किसिमका र बढीमा जति पनि हुन सक्छन् । ३, ५, ७ परिकार गरिँदैन । जोर परिकारहरू हुन्छन् । ९ देखि माथि जोर-बिजोरको मतलब गरिँदैन । जति पनि हुन सक्छन् । चिउरा, अचार, दही, फलफूल परिकारमा गणना गरिँदैन ।

भव्यमा राखिने परिकारहरू क्रमबद्ध हुन्छन् । ठाउँविशेषका आधारमा केही परिकारहरू अगाडि-पछाडि हुन्छन् । भव्यको मूल प्रक्रिया समान हुन्छन् । भव्यमा बजि (चिउरा), भव्य अचार (मुला, काँक्रो, गाजर, केराउ मिसाएर बनाएको अचार), गोलभेडा अचार, ला दायका ला (भोल सहितको पकाएको मासु), तक्व: ला (ठूलो टुक्रा मासु), चिक्व: ला (सानो टुक्रा मासु), लाव, लापी, ऐला (रक्सी), थ्वँ (जाँड), बुव (गेडागुडी राजमा वा केराउ वा बोडी), आलु क्वाफ, काउली, परवर, आलु-छोँ (तामा-आलु), छ्याला/पञ्चक्वा: (आलु, मूला, चनाको भोल), बलि लिएको छ भने बलि दिएको बोकाको मासु वा कुखुराको मासु वा खसीको मासु, मी-केगु/मि क्वा: (मेथी केराउ), सियाला (भुटन), वाउँचा (साग), फसी (फर्सी), पाउँ (लप्सीको अमिलो भोल), बर्फी वा लालमोहन वा रसबरी वा बिहेमा समुदाय विशेष अनुसार लाखामरी वा ऐँथ्या वा फरक किसिमका मिठाई, धौ (दही), सिसा-बुसा (विभिन्न फलफूलका टुक्राहरू,

तुसाएको गेडागुडी प्रचलनमा भिजाएको साना वा ठूला हरिया केराउ) राखेपछि भोज सकिन्छ । भोज खाइरहँदा समय-समयमा रक्सी वा जाँड थपिरहने गरिन्छ ।

नेवाः भ्वय्को परिकार राखेर खुवाउने क्रमबद्धतालाई अध्ययन गर्दा स्वनिगःमा पनि फरक ठाउँका फरक क्रमबद्धता पाइन्छन् भने जाति समुदाय विशेषका पनि परिकार राखिदिने क्रमबद्धता पनि फरक फरक पाइन्छ ।

यल (ललितपुर) को नेवाः भ्वय्को एउटा उदाहरणलाई यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ :

१. न्हापांगु भलिं (सुरुको पहिलो चरण)

क. बजि (चिउरा)

ख. तःखा (थलथले मासु)

ग. न्याँखुना (मासुको भोलमा सिद्रा माछा राखेर बनाएको थलथले मासु)

घ. फसी (फर्सी)

ङ. खसी कवाफ

च. कय्गु क्वाः (केराउ)

छ. नेवाः अचार (काँक्रो, मुला, गाजर लगायतका साना-साना टुक्राहरू तथा केराउ र लप्सी राखेर साँधेको अचार)

२. निकःगु भलिं (दोस्रो चरण)

क. बजि

ख. पञ्च क्वाः (आलु, मुलाको भोल तरकारी)

ग. सिम्पु क्वाः (सिमी/राजमा)

घ. गोलभेडाको अचार

ङ. च्याउ

च. काउली

३. स्वकःगु भलिं (तेस्रो चरण)

क. बजि

ख. तःखा

ग. न्याँखुना

घ. खसी कवाफ

ङ. कयूगु क्वाः

च. नेवाः अचार

४. प्येकःगु भलिं (चौथो चरण)

क. बजि

ख. पञ्च क्वाः

ग. सिम्पु क्वाः

घ. गोलभेडाको अचार

ङ. बफी

५. न्याकःगु भलिं (पाँचौं चरण)

क. बजि

ख. मि क्वाः

ग. पाउँ

६. खुकःगु भलिं (छैठौं चरण)

क. बजि

ख. जुजु धौ

ग. सिसाबुसा (फलफूलका टुक्राहरू तथा टुसाइएका गेडागुडी
(केराउ)

नेवाः भव्यमा शरीरलाई आवश्यक सबै मिलेको सन्तुलित पौष्टिक तत्त्व कार्बोहाइड्रेट, चिल्लो, पिरो, अमिलो, गुलियो, प्रोटिनयुक्त खनिज सहितको खाना खाने र खुवाउने गरिन्छ। भव्यमा राखिने सबै परिकारहरू खाएमा शरीरमा भएका रोगहरू निको हुन्छ, भन्ने मान्यता रहेको छ र रोग निको भएका पनि छन्। यस

भनाइलाई अध्ययन-अनुसन्धानहरूले पुष्टि गरेका छन् र विज्ञानसम्मत भएको पनि पुष्टि भएको छ । भर्खरै बिरामीबाट उठेर आएका व्यक्तिले नेवाः भव्य एकपटक खाँदा पनि शक्तिवर्द्धक वस्तु खाएसरह शक्ति प्राप्त हुन्छ ।

त्यसैले नेवाः भव्यलाई शक्तिवर्द्धक तथा रोग प्रतिरोधात्मक खानाका रूपमा लिइन्छ । नेवाः भव्य आधुनिक 'डिनर' भन्दा धेरै गुणा वैज्ञानिक र स्वास्थ्यवर्द्धक पनि मानिन्छ ।

