Nepalese Culture
Vol. 17 : 77-96, 2024
Central Department of NeHCA,
Tribhuvan University, Kathmandu, Nepal
DOI: https://doi.org/10.3126/nc.v17i1.64415

लिम्बू समुदायमा प्रचलित लोकनृत्य धाननाच

भूपालकुमार सेन्दाङ
शोधार्थी: विद्यावारिधि, संस्कृति विभाग, त्रि.वि.
bhupalsendang@gmail.com

लेखसार

नेपालको सुदुर पूर्वी भागमा बसोबास गर्ने लिम्बू (याक्थुङ) समुदायमा प्रचलित विभिन्न संस्कृतिहरू मध्ये लोकनृत्य धाननाच (यालाङ) एक महत्त्वपूर्ण संस्कृति हो । संस्कृति मानव जातिको पहिचानको आधार हो । यसको विकास मानव जीवन यापनलाई सहज र सरल तरिकाले अगाडि बढाउन भएको देखिन्छ । लिम्बू भाषामा धाननाचलाई 'यालाङ' भनिन्छ । यहाँ 'या' भनेको धान र 'लाङ' भनेको नाच्नु हो । यसबाट धाननाचको उत्पत्ति र विकास धानखेतीसँग सम्बन्धित रहेको देखिन्छ । धाननाचमा वाद्यवादनको खासै प्रयोग हुँदैन । यस नाचमा गाईने गीतलाई 'पालाम' भनिन्छ । धाननाचमा गीत गाउने छुट्टै गायक हुँदैन । नृत्यकारहरूले नै पालाम गीत पनि गाउनु पर्दछ । 'पालाम' शब्द 'पानलाम' बाट बनेको हो जसको अर्थ 'पान' भनेको कुरा र र 'लाम' भनेको बाटो हो । तसर्थ पालामको अर्थ मनमा लागेको कुरा वा हृदयमा उठेको भाव वा विचारलाई काव्यात्मक रूपमा कथेर भन्ने बाटो (लाम) हो । याक्थुङ/लिम्बू जातिको महत्त्वपूर्ण सांस्कृतिक सम्पदाको रूपमा रहेको धाननाच (यालाङ) को उत्पत्ति कसरी भयो ? यो नाच किन र कसरी नाचिन्छ ? धाननाचमा गाइने पालाम गीतलाई भाव र प्रसङ्गको आधारमा के कति प्रकारमा वर्गीकरण गर्न सकिन्छ ? भन्ने मुख्य शोध प्रश्नहरूको जवाफ प्राप्त गर्ने उद्देश्यले यो अध्ययन गरिएको छ । यो एक गुणात्मक प्रकृतिको अन्वेषणात्म तथा ऐतिहासिक अध्ययन हो । यस अध्यायनमा सङ्कलित प्रारम्भिक तथ्याङ्कहरू धाननाचको प्रत्यक्ष अवलोकन र धाननाचसम्बन्धी ज्ञाता तथा अभ्यासकर्तासँगको अन्तर्वार्ताको माध्यमद्वारा सङ्कलन गरिएका छन् भने द्वित्तीयक तथ्याङ्कहरू धाननाचसम्बन्धी प्रकाशित अप्रकाशित पुस्तक, शोधपत्र तथा लेखरचनाहरूबाट सङ्कलन गरिएका छन् । धाननाच मौखिक परम्परा अनुरूप पुस्तान्तरण हुदै आएकोले कतिपय तथ्याङ्कहरू लिम्बू समुदायमा प्रचलित आख्यान तथा किंवदन्तीहरूबाट पनि सङ्कलन गरिएका छन् । प्राप्त तथ्याङ्कहरूलाई व्याख्या विश्लेषण गर्दा धाननाचको उत्पत्ति र विकास मानिसले कृषिकर्म सुरुगरे पश्चात धानखेतीको विकास भएसँगै क्रमशः भएको पाइन्छ । यस्तै सुरूमा यस नाचका व्यावस्थित नियमहरू नभएकोमा मानव विकृति बढेपछि दार्शनिक येहाङको पालादेखि साईनो-सम्बन्ध लाग्ने महिला पुरुषबीच धाननाच्न नहुने र शिष्ट, मर्यादित तथा अनुसाशित ढङ्गले यो नाँच नाच्नुपर्ने नियमहरू तर्जुमा भएको पाइएको छ । प्रारम्भमा धानको परालबाट अन्नको दाना झार्नको लागि नाचिने यो नाच पछिल्लो समयमा

युवा-युवतीबीच आपसमा दुःखसुखका अनुभूतिहरू साँटासाँट गर्ने, प्रेम र मायाप्रिति भावनाहरू अभिव्यक्त गर्ने, विरह र बेदनाहरू पोख्ने, सामाजिक यथार्थता प्रकट गर्ने र मनोरञ्जन तथा आनन्द प्राप्त गर्ने प्रयोजनको लागि नचिएको देखिन्छ । साथै धाननाचमा गाइने पालाम गीतलाई यसको विशेषताको आधारमा मुख्यतः तुम्मुइ पालाम, मिम्मुइ पालाम र सेम्मुइ पालाम गरी तीन प्रकारमा वर्गीकरण गर्न सकिने तथ्य यस अध्यायनबाट प्रकाशमा आएको छ ।

शब्दकुञ्जी : धाननाच, पालाम, लिम्त्रू समुदाय, यालाङ ।

परिचय

नेपाल भौगोलिक र सामाजिक रूपले विविधतायुक्त मुलुक हो । सामाजिक रूपमा नेपाल बहुजातीय, बहुभाषिक र बहुसांस्कृतिक विशेषताले युक्त रहेको छ भने भौगोलिक रूपले हिमाल, पहाड र तराई क्षेत्रहरूमा विभाजित छ । यस देशमा विभिन्न जातजाति, भाषा, धर्म र संस्कृतिका मानिसहरूको बसोबास रहेको पाइन्छ । यहाँ बसोवास गर्ने सबै जातजातिहरूको आ-आफ्नै फरक फरक मौलिक रीतिरिवाज, परम्परा, धर्म-संस्कृति र जीवन पद्धति रहेको छ । राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को तथ्याङ्क अनुसार नेपालमा दशवटा विभिन्न धर्म मान्ने, १४२ जातजाति र १२४ भाषाहरू बोल्ने मानिसहरू बसोबास रहेको छ । नेपालमा बसोवास गर्ने यी विभिन्न जातिहरूमध्ये लिम्बू जाति पनि एक हो ।

नेपालमा बसोवास गर्ने विभिन्न जातजातिहरू मध्ये लिम्बू जाति पनि एक हो । लिम्बू जातिको स्व-पहिचान नाम "याक्थुङ" हो । यो जातिलाई नेपालमा शासन गर्ने प्राचीन किरात वंशको एक शाखाको रूपमा लिइन्छ । लिम्बूजाति मूलत किरात धर्म मान्दछन् । मुन्धुम लिम्बू जातिको जीवन दर्शन हो । लिम्बूहरूको आफ्नै भाषा रहेको छ जसलाई "याक्थुङ पान" भनिन्छ । लिम्बू भाषाको लेख्य परम्पराको लागि शिरिजङ्गा लिपिको प्रयोग गरिन्छ । नेपालको पूर्वी भागका ताप्लेजुङ, संखुवासभा, पाँचथर, तेह्रथुम, धनकुटा, ईलाम, झापा, सुनसरी तथा मोरङ जिल्लाहरूमा विशेष गरेर लिम्बू समुदायको सघन बसोबास रहेको देखिन्छ । नेपालको राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार नेपालमा लिम्बू जातिको जनसंख्या ४१४७०४ रहेको छ। यो नेपालको कुल जनसंख्या २९१६४५७८ को १.४२ प्रतिशत हो। यसको अतिरिक्त भारत, बेलायत, हङकङ, बर्मा, थाइल्याण्ड र भूटान जस्ता देशहरूमा पनि लिम्बू जातिको बसोबास रहेको पाइन्छ ।

संस्कृति मानवको जीवन पद्धति हो। मानवले विद्यमान वातावरणमा अनुकुलन भई आफ्नो अस्तित्वलाई कायम राख्ने क्रममा अनेकौ संस्कृतिहरूको विकास गरेको हुन्छ । यसभित्र मानिसको सामाजिक जीवनका सम्पूर्ण क्रियाकलापहरू समेटिएका हुन्छन् । मानवका धर्म, परम्परा, रीतिरिवाज, भाषा, कला, चालचलन, पेशा, आनीबानी, लवाइखुवाइ, भेषभूषा, विश्वास, मूल्य-मान्यताहरू जस्ता सम्पूर्ण विषयहरू सांस्कृतिक अध्ययन अन्तर्गत पर्दछन् । त्यसैले संस्कृति मानव जातिको पहिचानको आधार पनि हो । संस्कृतिलाई विभिन्न समाजशास्त्री तथा मानवशास्त्रीहरूले आ-आफ्नै ढङ्गले परिभाषित गरेका छन् । मानवशास्त्री भद्या त्थयिच को परिभाषा अनुसार "संस्कृति त्यो सम्पूर्ण जटिलता हो जसमा ज्ञान, कला, विश्वास, नैतिकता, कानुन, प्रथा तथा सम्पूर्ण क्षमता र गुणहरू सम्मिलित हुन्छन् जुन कुराहरू समाजको सदस्य हुनुको नाताले मानिसले समाजबाट

प्राप्त गर्दछ” (Tylor, 1871, P. 1-2) । मानवशास्त्री :बष्लियधकपष को अनुसार “संस्कृति मानिसका शारीरिक र मानसिक आवस्यकता परिपूर्ति गर्न बनाइएको साधन हो” (Malinowski, 1960, p. 39-40) ।

लोकनृत्य नेपाली जनजीवनको एक महत्त्वपूर्ण संस्कृति हो । नृत्य एक अमूर्त संस्कृति हो र यो अभिनय कलाको रूपमा प्रस्तुत गरिन्छ । लोकनृत्यलाई विभिन्न विद्वान्हरूले आ-आफ्नै ढङ्गले परिभाषित गरी वर्गीकरण गरेका छन् । नृत्यशास्त्रमा “विशिष्ट अङ्गसंचालनको प्रदर्शनद्वारा जनताको चित्तलाई प्रसन्न गराउने क्रियालाई” नृत्य भनिएको छ । वाल्टर सोरेलले “निर्दिष्ट वाद्य तथा गीतको ताल र लयमा निरन्तर क्रियाशील शरीरको सिर्जनशील चाल नै लोकनृत्य हो र सामान्यतः हर्ष वा आनन्दको समयमा भावावेगलाई बहिर्मुखी शक्तिमा रूपान्तरण गरी लोकनृत्यको स्वरूप निर्माण हुन्छ” भनी लोकनृत्यको परिभाषा गरेका छन् (पराजुली, २०६३, पृ. ५-६) । विषयवस्तुका आधारमा नेपाली लोकनृत्यलाई पौराणिक नृत्य, ऐतिहासिक नृत्य, सामाजिक नृत्य र अतिरञ्जित नृत्य गरी चार भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ (पराजुली, २०६३, पृ. ५७) । कुनैपनि समाजमा लोकनृत्यको प्रयोजन देवपूजा, ऋतुउत्सव, मनोरञ्जन, वीरगाथा, संस्कारविधान जस्ता कार्यका लागि हुने गर्दछ । यसबाट स्पष्ट हुन्छ कि कुनैपनि उत्सव, पर्व, तथा मनोरञ्जन जस्ता अवसरमा साङ्गीतिक परिवेशमा मानवमनका भावनाहरूलाई व्यक्त गर्न गरिने कलात्मक अङ्गसञ्चालन क्रिया नै लोकनृत्य हो ।

नृत्य कलाको उत्पत्ति र विकास कहिले भयो ? भन्ने प्रश्नको यकिन जवाफ पाउन धेरै कठिन छ । लिम्बू जातिको मुन्धुममा लोक्फादेम्बा र हाङ्फादेम्बाले प्रथम घर निर्माण गर्ने क्रममा घरलाई धमिराबाट संरक्षण (थक्थाम) गर्न सर्वप्रथम च्याब्रुङ नाच (केलाङ) नाचिएको प्रसङ्ग पाइन्छ (खजुम, २०७१, पृ. २७) । यस्तै खष-आर्य समुदायमा प्रचलित अनुश्रुति अनुसार लोकनृत्यको प्रणेता भगवान शङ्कर हुन । उनले ताण्डव नृत्यको सुरुआत गरेकाले उनलाई नटेश्वर पनि भनिन्छ । पाश्चात्य विद्धानहरू म्याक्समुलर र हर्टेजका अनुसार बैदिक कर्मकाण्डमा गरिने विभिन्न विधिविधानबाट नृत्यको उत्पत्ति भएको हो (पराजुली, २०६३, पृ. ८-९) । यसरी मानवसभ्यताको सुरुआतसँगसँगै मानवसमुदायले आफ्ना मानवीय मनोवृत्ति र भावनाहरूलाई शरीरका विभिन्न अङ्गहरूको सञ्चालनबाट व्यक्त गर्ने क्रममा प्रागऐतिहासिक कालमा नै नृत्यकलाको विकास भएको पाइन्छ । यस्तो नृत्यकलाको उत्पत्ति मानिसहरूले कुनै पर्वोत्सवमा खुसीयाली व्यक्त गर्नु, प्राकृतिक सैन्दर्यबाट पुलकित हुनु, मृतकहरूको शोकमा भावविह्वल हुनु, ईश्वरीय उपासनाबाट मुक्ति प्राप्त गर्ने भावनाको जागरण हुनु तथा विभिन्न अवसरमा मनोरञ्जन प्राप्त गर्नु जस्ता कार्यहरूमा व्यक्त गरिने आङ्गिक भाव प्रस्तुतीको पृष्ठभूमिबाट भएको देखिन्छ ।

पूर्वी नेपालका लिम्बू समुदायमा प्रचलित धाननाच ऋतुसापेक्ष सामाजिक लोकनृत्य हो । विभिन्न स्थान वा जिल्लाअनुसार लिम्बू भाषामा धाननाचलाई यालाङ, याराक्मा, चालाक्मा, यालाङ्मा र यालाक्मा जस्ता पर्यवाची नामहरू भनेको पाइन्छ । यस्तै धाननाच्ने शैलीमा पनि स्थान अनुसार केही फरकपना पाइन्छ । यसै आधारमा धाननाचका किसिमहरूमा सरक्पा, थुरूप्या, ताम्ब्राङग्या, सिरथाप्ये र केङजोरी मुख्य भेदहरू रहेका छन् (लावती, २०६२, पृ. ६९) । यस्तै चैतन्य सुब्बाले धाननाचका प्रकारहरू याङसिचङ, थुरूप्या र ताम्राङ्गे भनी उल्लेख गरेका छन् (सुब्बा, सन १९९५, पृ. ५८) । यो नाच महिला र पुरुषहरू एक अपसमा हात समाई तेर्सो रेखामा लामबद्ध भई वा गालो घेरामा घेराबन्दी भई नाच्ने गरिन्छ । नृत्यका प्रमुख तत्त्वहरूमा गीत, वाद्य तथा अभिनय रहेकोमा यो नृत्यमा वाद्यवादनको प्रयोग हुँदैन । यो नृत्यको उत्पति कृषि युगको सुरुआतसँगै धानको

परालबाट अन्नको गेडा झार्न मानिसहरू मिलेर परा ल माड्ने कार्यबाट थालनी भएकोले यसको नामाकरण धाननाच वा यालाङ रहेको आख्यान पाइन्छ ।

धाननाचमा गाइने गीतलाई पालाम भनिन्छ । पालाम महिला पुरुषहरूबीचको जुहारी गीत हो । यो छन्द, लय र शैली मिलाएर भनिन्छ । पालाम धाननाचको क्रममा लिम्बू भाषामा भन्ने चलन छ । धाननाचको क्रममा पालाम नृत्यकारहरूले सवाल जवाफ गर्दै गाउने गर्दछन् । यस नृत्यमा गोडाको चाल, शरीरको लर्काई तथा मुखमुद्राको हाउभाउ महत्त्वपूर्ण रहन्छ । उत्पत्ति कालमा धानको परालबाट अन्नको गेडा झार्न यो नाचको सुरुआत भएको भएता पनि हाल आएर विशेषत यो नाच विभिन्न चाडपर्व, मेला तथा हाटवजार, भोज भतेर, पाहुना आउँदा-जाँदा तथा शुभकार्यहरूमा युवा-युवतीवीच नाच्ने चलन छ ।

समस्या कथन

लिम्वू समुदायमा प्रचलित महत्त्वपूर्ण सांस्कृतिक सम्पदाको रूपमा रहेको धाननाचको हालसम्म खासै प्राज्ञिक अनुसन्धान भएको छैन । सन्दर्भ साहित्यको पुनरावलोकन गर्दा यस सम्बन्धमा भएका सिमित अध्ययनहरू पनि पूर्ण र एकिकृत छैनन । यसबाट धाननाच संस्कृतिको सम्बन्धमा विस्तृत जानकारी लिन चाहने पाठक तथा अध्येताहरूका लागि स्रोत-सामाग्रीको अभाव टड्कारो देखिन्छ । यसको अतिरिक्त हाल विश्वपरिवेशमा छाएको आधुनिकीकरण, उदारीकरण र विश्वव्यापीकरणको प्रभावले रैथाने संस्कृतिहरू लोपहुँदै गएको अवस्थामा त्यसको प्रत्यक्ष असर धाननाचमा पनि परेको देखिन्छ । यस्तो परिवेशमा धाननाच संस्कृतिको प्रचार-प्रसार र संरक्षणको खाँचो रहेको देखिन्छ । यसैले धाननाच (यालाङ) को उत्पत्ति कसरी भयो ? यो नाच किन र कसरी नाचिन्छ ? यस नाचमा गाइने पालाम गीतलाई विशेषताको आधारमा के कति प्रकारमा वर्गीकरण गर्न सकिन्छ ? भन्ने शोध प्रश्नहरूको जवाफ प्राप्त गर्ने उद्देश्यले प्रस्तुत अध्ययन गरिएको छ ।

शोध विधि

प्रस्तुत अध्यायन गुणात्मक अनुसन्धान विधिको प्रयोग गरी तयार गरिएको एक आलेख हो । यो अध्ययन धाननाचको ऐतिहासिक पक्षको शोधसँग पनि सम्बन्धित भएकोले एक ऐतिहासिक अध्ययन पनि हो । प्रस्तुत अनुसन्धानमा प्राथमिक र द्वितीयक दुवै किसिमका तथ्याङ्कहरू सङ्कलन गरिएका छन् । अध्ययनमा आवश्यक प्राथमिक तथ्याङ्कहरू स्थलगत अवलोकन तथा अन्तर्वार्ताको माध्यमद्वारा सङ्कलन गरिएका छन् । प्राथमिक स्रोतबाट तथ्याङ्क सङ्कलनका लागि मेला, पर्व र उत्सवमा नाचिएको धाननाचको अवलोकन गरिएको छ भने केही धाननाचका अभ्यासकर्ता एवं जानिफकारहरूसँग अन्तर्वार्ता लिईएको छ । यस्तै द्वित्तीयक तथ्याङ्कहरू पुस्तकालय अध्ययन विधि अन्तर्गत विभिन्न प्रकाशित तथा अप्रकाशित ग्रन्थ, पुस्तक, लेख-रचना, शोधपत्र, प्रतिवेदन र इन्टरनेटमा प्रकाशित सामाग्रीहरूबाट सङ्कलन गरिएका छन् ।

विषयगत रूपमा धाननाचको ऐतिहासिक पक्षको खोजी, यसका उद्देश्य र तौरतरिकाको व्याख्या र नाचमा गाइने पालाम गीतको विश्लेषण गर्न अध्ययनलाई सिमित गरिएको छ । शैलीगत प्रस्तुतिको आधारमा धानचाचमा केही भेद देखिए पनि विषयवस्तुका हिसाबले समानता भएकोले ताप्लेजुङ जिल्लामा प्रचलित

धाननाचलाई नमुनाको रूपमा अध्ययन गरी प्रस्तुत गरिएको छ । स्थानगत विभिन्नताको कारणले धाननाचमा आएको शैलीगत भिन्नतालाई यहाँ विवेचना गरिएको छैन ।

प्रस्तुत अध्ययन प्राथमिक र द्वितीयक स्रोतहरूबाट सङ्कलित समग्र तथ्यहरूलाई गुणात्मक तथ्याङ्क विश्लेषण विधि अनुसार सम्पादन, संकेतिकरण र वर्गीकरण गरी ब्याख्या तथा विश्लेषण गर्दै सम्पन्न गरिएको छ । दुवै स्रोतबाट प्राप्त तथ्यहरूलाई विषय र उद्देश्य अनुसारका शीर्षकहरूमा राखी वर्णनात्मक शैलीमा यो आलेख तयार गरिएको छ । साथै अध्ययनमा प्राप्त तथ्याङ्कहरूको ब्याख्या एवं विश्लेषण गरी निचोडमा पुग्न आगमन विधिको प्रयोग गरिएको छ ।

अध्ययनको प्राप्तिहरू

धाननाचको उत्पत्ति

धाननाच लिम्बू समुदायमा प्रचलित मौलिक संस्कृति हो । यसको परम्परा ज्यादै पुरानो देखिन्छ । लिम्बू समुदायमा धाननाच परम्पराको प्रारम्भ कहिलेदेखि भयो ? भन्ने विषयमा तिथीमिति तोकेर यकिन रूपमा भन्न सकिने आधारहरू पाइदैन । कुनै पनि संस्कृतिको उद्‌भव र नामाकरण हुन विगतको कुनै न कुनै सामाजिक घट्नाक्रमले भूमिका खेलेको हुन्छ । धाननाचको उत्पत्ति सम्बन्धी मौखिक तथा लिखित श्रोतहरूको अध्ययन गर्दा विभिन्न अनुश्रुति वा किंम्बदन्तीमा यसको इतिहास सिमित रहेको पाइन्छ । मानव जातिले आफ्नो सभ्यता र संस्कृतिको विकास गर्ने क्रममा ज्ञान-विज्ञानको विविध क्षेत्रहरूमध्ये गायन तथा नृत्य संस्कृतिको पनि प्राचीन कालमै विकास गरेको देखिन्छ । यसै क्रममा विशेषत कृषि सभ्यताको विकासपछि धानखेतीको सुरुआत पश्चात कृषिकर्मको संचालन गर्दजाँदा धाननाच संस्कृतिको उत्पत्ति र विकास भएको अनुमान गर्न सकिन्छ ।

धाननाचको उत्पत्ति सम्बन्धी विभिन्न अनुश्रुतिहरू रहेको पाइन्छ । पहिलो, ईमानसिंह चेम्जोङका अनुसार 'सरक्पा' नामक लिम्बू जातिका बृद्ध पुर्खाले धानवाली पाकेपछि सुकेको धानलाई युवक-युवतीहरूलाई हातले धानका मुठाहरूलाई पछारी दाना झार्न र दाना झारेको परालालाई खुला सफा ठाउँमा राख्न निर्देशन दिए । त्यसपछि तिनीहरूलाई उक्त परालमाथि उभिएर एकआपसमा हात समाई परालमा तीन पटक थिच्न र बाँया खुट्टा एकसाथ उचाल्न र त्यसरी नै परालमा तीन पटक थिच्न र दाँया खुट्टा एकसाथ उचाल्न निर्देशन दिए । यसरी चार/चारपल्ट अगाडि र पछाडी फर्केर परालालाई थिच्दै माडियो । खुट्टाले यो पराल माड्ने चलन ब्यापक हुँदै गएर यसैबाट धाननाचको उत्पत्ति भयो (चेमजोङ, सन् २००३, पृ. ७४) ।

दोस्रो, आख्यान अनुसार मानिसले आफ्नो सभ्यताको विकास गर्दै जाँदा कृषि व्यवसाय अपनायो । कृषि युगको थालनीमा चराले अन्नका बीउहरू मानिसहरूलाई ल्याई दिएर खेतीपातिमा सहयोग गरेको विभिन्न आख्यानहरू लिम्बू समुदायमा प्रचलित छन् । यस्तै एक आख्यान अनुसार प्राचीनकालमा याक्थुङ लिम्बूहरू खेतीपाती गर्न जान्दैनथे । कृषियुग सुरुहुनु पूर्व जंगली फलफूल कन्दमुलको भरमा बाँच्ने मानिसलाई फेल्येरे फेम्पुना पु (भद्राई चरो) ले कृषि कर्म गर्न ताक्मारो या (धैयाधान) को बीउ खोजेर ल्याई दियो । मानिसले खेतीपाती गरेको अन्न पाकेपछि आफूलाई पनि खान दिनुपर्ने चरा र मानिसबीचको शर्त थियो । यसपछि मानिसहरूले उक्त धानको बीउ जमिनमा छरे । अन्न पाकेपछि हुलका हुल चराआई बाली खाई नष्ट गरेकोले

पाकेको अन्न वचाउन मानिसले जुक्ति खियाई धान पाक्नसाथ धान काटी खलामा भेला गरेर वरपरका मानिसहरू भेला भई आपसमा हात समात्दै परालको थुप्रोमाथी यताउता हिड्दै धान खानआएका चरा-चुरूङ्गीहरूलाई एकै स्वरमा हा...हा...हा.. भन्दै धपाउँदै नाच्दै परालबाट धान झार्ने कार्य गरियो । कालान्तरमा यही कर्मबाट धान नाच र पालाम गीतको सुरुआत भयो (सेर्मा, २०७१, पृ. ५-६) ।

तेस्रो आख्यान अनुसार अघि कृषि युगको सुरु भई खेती गर्न लागेका फिरन्ते मानवहरूलाई माक्चेरे पु (भगेरी चरी) ले पछि अन्न उत्पादन भएपछि आफूलाई खान दिने र खेद्न नपाइने शर्तमा ताक्मारो धान र हक्सी (जौ) को बीउ ल्याई दिएको र मानिसहरूले धानको उक्त वीउ जमिनमा काठको खन्तिले खनी खोस्री लेप्या (छर्ने अन्न) को रूपमा छरेर अन्न फलाएको तर पाकेपछि वोटमा र अन्न थुपारेको ठाउँमा आएर चराचुरूङ्गीहरूको हुलले खाई सखाप पारेपछि पाकेको अन्न सुरक्षित गर्न मानिसहरूले आपसमा हात समातेर चराहरूलाई खेद्ने लयमा हा..हा...हा... भन्दै नाचेर अन्न झार्ने परम्परा बसाए । यही नै धाननाचको उत्पतिको प्रथम प्रारूप थियो (थाम्सुहाङ, २०५८, पृ. ५६) । यो आख्यान पनि माथि दास्रो आख्यानसँगै मिल्दोजुल्दो छ । अन्नको बीउ ल्याउने चरामात्र फरक छ ।

चौथो आख्यानमा उहिले सावायेहाङहरूले लगाएको अन्नबाली काटेर कुन्यु लगाई थुपारे । उनीहरूले कुन्यू लगाएको अन्न बोटबाट दाना झार्दै दानाहरू एकातिर र पराल अर्कातिर थुपार्दै गएछन् । जति परालबाट दाना झार्दै गयो उति नै अन्नको रास बढेर कहिल्यै नसकिएपछि यसको कारण खोज्दा कुन्युमा फङ्बु ? सा पु (गोलसिमल चरा) को गुड देखेपछि सबैले त्यसलाई धपाउन हा..हा..हा.. भन्दै अन्नको नल माड्ने क्रमबाट धाननाच्न र पालाम गाउन थालियो (माबोहाङ, २०६९, पृ. ९४) ।

मुन्धुममा लिम्बू जातिका पूर्खाहरूले ढुकुरलाई पासोमा पारेर मारी त्यसको गाँड चिरेर निकालेको धानको गेडा बीउको रूपमा छरी धान उमारेको उल्लेख छ (आङबुङ, २०७९, पृ. ६६४) । धाननाच मुन्धुम अनुसार पहिलो धाननाचको आयोजना फूङ्जिरी फूङलासा भन्ने तन्देरी र फूङजिरी एकथोक्मा तरूनीवीच मिकनुप्सा हेन्जिरी भन्ने स्थानमा भएको थियो (सम्वाहाम्फे, वि.सं. २०७२, पृ. १८२) । यी तथ्यहरूले पनि कुनै किसिमले चराबाट मानिसले धानको बिउ प्राप्त गरी धानखेतीको प्रारम्भ गरेको र धाननाच यसै कृषिकर्मसँग सम्बन्धित रहेको कुराको संकेत गर्दछ ।

उपर्युक्त आख्यानहरूको विश्लेषण गर्दा धाननाच लिम्बू जातिमा प्रचलित कृषिसापेक्ष नृत्य हो । मानिसले कृषि कर्म गर्न सुरु गरेको करिव दश हजार वर्षअघि हो (खड्का, २०७८, मंसिर २५) । आख्यानहरूले कृषिसभ्यताको सुरुआतमा पंक्षीहरूले मानिसहरूलाई अन्नका वीउहरू दिएको संकेत गर्दछ । यसको साङ्केतिक अर्थ अघि मानिसहरूले खेतीपाती सुरु गर्नु पूर्व विभिन्न जंगली फलफूलहरू तथा बोटविरूवाको दानाखाई चराचुरूङ्गीहरूले बिष्टा गर्दा ती फलफूल तथा अन्नका बीउहरू जमिनमा उम्रिएपछि त्यसलाई मानिसहरूले जीवन यापनको क्रममा सङ्कलन गरी खाँदा स्वादिष्ठ तथा मिठो भएको पाएपछि मानिसहरूले सोचविचार गरी ती अन्नको खेती गर्न थालेको हुनसक्ने देखिन्छ ।

धान अन्नसँग लिम्बू जातिको ज्यादै पुरानो र अन्योन्यनश्रित सम्बन्ध रहेको देखिन्छ । लिम्बू जातिको अनेक संस्कृति धानसँग जोडिएको छ । लिम्बू भाषामा धानलाई 'या' भनिन्छ । 'या'सँग जोडिएको लिम्बू भाषामा

अनेक शब्दहरू छन् । कृषिकर्ममा काम गर्ने खेतालालाई 'या?ल्लेक्' भनिन्छ । सुकाएको अन्नको बिस्कुनलाई 'या?नाम्' भनिन्छ । यस्तै मेलापातलाई 'याःन्धा', कामलाई 'याःम्बक', अन्नको बीउबिजनलाई 'याःक्वा' र चामललाई 'याःस्या' भनिन्छ । धानको दाइँ गर्नुलाई 'या?लाक' भनिन्छ । या?लाक शब्दबाटै 'या?लाङ' अर्थात धाननाच शब्द बनेको हो । लिम्बू भाषामा रहेका उल्लेखित शब्दहरूको अध्ययनबाट लिम्बू जातिको धानअन्नसँग अतितकालदेखि नै घनिष्ठ सम्बन्ध रहेको प्रमाणित हुन्छ ।

धानको उत्पत्ति क्षेत्र दक्षिण पूर्वी चीनको याङ्जे उपत्यकाको सिचुवानलाई मानिएको छ जहाँ करिव दश हजार वर्ष अघि धानको खेती गरिन्थ्यो (मादेन, २०८०, असोज १३) । यसरी आजभन्दा नौ -दश हजार बर्षअघि चीनमा सुरुआत भएको धानखेती फैलदै नेपालको पूर्वी भागमा आईपुगेको र यसको लागि धेरै शताब्दी लागेको अनुमान गर्न सकिन्छ । दक्षिण पूर्वी एशियामा प्रचुरमात्रामा पाईने मानव अनुवंशिक गुणको समुह (ह्याप्लो ग्रुप) 'ओ' हो । दक्षिण पूर्वी चीनमा प्राचीन समयमा धानखेती गर्ने मियाओ-यायो जाति र लिम्बू जातिको ह्याप्लो ग्रुप 'ओ' एकै हो । यस समुहबाटै ह्याप्लो ग्रुप ओथ्री (एम १२२) हुँदै विभाजित भएर लिम्बू जातिको ह्याप्लो ग्रुप ओथ्रीएमथ्रीसी (एम १३४) भएको हो (मादेन, २०८०, असोज १३) । यसबाट प्राचीन समयमा दक्षिण पूर्वी चीनको याङ्जे उपत्यकाकामा धानखेती गर्ने मियाओ-यायो जाति र लिम्बू जातिको पूर्खा एकै देखिन आउँदा त्यतैबाट सिकेको धानखेती प्रविधि विभिन्न स्थानमा बसाई सर्दै नेपालको पूर्वी भागमा सर्वप्रथम प्रवेश गरेका लिम्बूका पूर्खाहरूले भित्र्याएको प्रतित हुन्छ । यसरी कृषि सभ्यताको विकासको क्रममा धानखेतीको सुरुआत भएपछि यसैसँग सम्बन्धित भएर धाननाचको उत्पत्ति भएको कुरा अनुमान गर्न कठिन पर्दैन ।

धाननाचको उद्देश्य

लिम्बू जाति विभिन्न चाडपर्व, मेला, संस्कार तथा उत्सवहरूमा रसरङ्ग गर्दछन् । यस्तो अवस्थामा धाननाच अनिवार्य नाच्ने गरिन्छ । प्रारम्भमा यस नाचको मुख्य उद्देश्य यसरी मेला-पर्वमा भेला भई रमाइलो गर्ने थिएन । त्यतिबेला मानिसहरू खलामा भेला भई धानको पराल माडी अन्न झार्ने प्रयोजनको लागि धान नाच्दथे । धाननाचको सुरुआति चरणमा पालामको विकास समेत भएको थिएन । चराहरू धपाउन केवल हा.. हा.. हा.. को लयवद्ध आवाज मात्र उच्चरण गरिन्थ्यो (सम्वाहाम्फे, २०७२, पृ. २३) । समयको बदलिदो क्रमसँगै पछिल्लो समय आएर धाननाचको उद्देश्यमा व्यापक फेरबदल आएको छ । आज धानको परालबाट अन्न झार्न कतै धान नाचेको पाइदैन । हाल विभिन्न अवसरमा धाननाच्नुको मुख्य उद्देश्य युवा-युवतीबीच आपसमा दुःखसुखका अनुभूतिहरू साँटासाँट गर्ने, प्रेम र मायाप्रिति भावनाहरू अभिव्यक्त गर्ने, विरह र बेदनाहरू पोख्ने, सामाजिक यथार्थता प्रकट गर्ने र मनोरञ्जन तथा आनन्द प्राप्त गर्ने रहेको देखिन्छ । युवा-युवतीहरूबीचमा धाननाचको माध्यमद्वारा मायाप्रिति गाँस्दै जाँदा उनीहरूको प्रेम वैवाहिक जीवनमा परिणत हुने घट्ना लिम्बू समाजमा प्रसस्तै पाइन्छ । यसबाट जीवनसाथी रोज्ने उद्देश्य पनि धाननाचमा रहेको पाइन्छ ।

धाननाचको विधि र प्रकृया

प्रारम्भमा धाननाचमा निश्चित नियमहरू थिएनन् । यसमा त्यतिबेला साइनोको छेकवार पनि थिएन । साइनोको छेकवार नहुँदा धाननाचमा खाषगरी पारिवारीक सदस्य र आफन्तहरूबीच धेरै यौनजन्य विकृति र विसँगति उत्पन्न भएकोले त्यसलाई रोक्न समाज सुधारक महात्मा येहाङले धाननाचमा साइनो-सम्बन्धको

छेकवार लगाई यसमा शिष्टता र सभ्यताको नियम वसाएको पाइन्छ (सम्बाहाम्फे, २०७२, पृ. २३) । यसैले धाननाच शिष्ट, सभ्य, अनुशासित र मर्यादित तरिकाले नाच्नु पर्दछ। यो नाचलाई शिष्ट र मार्यादित बनाउनको लागि नाचका केही नियम र प्रकृयाहरू विकसित गरिएका छन् । धाननाचको यस्ता विधि र प्रकृयालाई निम्नानुसार चर्चा गरिन्छ।

धाननाचको प्रस्ताव

धाननाचमा सर्वप्रथम नाच्नको लागि कुरा चलाइन्छ। यसलाई धाननाचको प्रस्ताव भनिन्छ। धाननाच विभिन्न मेला, उत्सव, भोज भतेर, पाहुना आउँदा-जाँदा तथा सांस्कृतिक चाडपर्व आदि अवसरमा नाचिने भएकोले यस्ता अवसरमा धाननाच्नु पर्दा तरूनी तन्देरीहरूले चिठी मार्फत वा भरपर्दो नाता-सम्बन्ध पर्ने मानिसलाई फलाना मेला वा पर्वमा धाननाच्न भेट गरौ भनी निम्तो पठाउने चलन देखिन्छ। यसरी निमन्त्रणा पाएपछि लिम्बू समुदायका चेली माइतिहरू मिलेर धननाच्न जाने र अन्यत्रबाट आएका पाहुनाहरूसँग चेली माइति साँटासाट गरेर धाननाच्ने प्रचलन पाइन्छ। यस्तो निम्तो पाएपछि धाननाच्नु जाँदा रक्सी, जाँड, मासु, चाम्रेभात, सेलरोटी तथा अचार जस्ता कोशेली लिएर जाने परम्परा छ। यसरी चिठी वा खबर मार्फत धाननाचको लागि पठाएको निम्तो दोस्रो पक्षबाट स्वीकार भएपछि धाननाचको अन्य चरणहरू अघि बढ्छन् ।

परिचयको चरण

धाननाचको प्रस्ताव स्वीकार भएपछि युवा-युवतीहरू सम्बन्धित स्थानमा धाननाचको लागि भेट हुन्छन्। यसपछि दुवै पक्षबीचमा परिचयको कार्यक्रम चल्दछ। यस्तो परिचय पहिल्यै चिनजान भएका युवा-युवतीबीच पुन आवस्यक पर्दैन । परिचय सरेक् (ख्याली) गीतको माध्यमद्वारा छन्दात्मक र लयात्मक तरिकाले गर्ने चलन छ। तर हिजोआज यस्तो परिचय गद्यात्मक कुराकानीको माध्यमबाट पनि गर्ने गरिन्छ। परिचयमा नाम, थर र ठेगाना खुलाउनु पर्छ। यसको अतिरिक्त आफ्नो बाबु र आमा तर्फका चारपुस्तामाथि सम्मका साइनो-सम्बन्धहरू खुलाउनु पर्दछ । यसरी साइनो-सम्बन्ध केलाएपछि आपसमा सम्बन्ध नलाग्ने भएमा धाननाच कार्यक्रम अघि बढ्दछ । तर साइनो-सम्बन्ध केलाउँदा साइनो लाग्ने भएमा धाननाचको प्रस्तावक पक्षले एक वोतल रक्सी राखेर क्षमा मागी साइनो सम्बन्ध के पर्छ केलाउने र उनीहरूबीच धान ननाच्ने चलन छ (सम्बाहाम्फे, २०७२, पृ. २८)। ख्यालीको माध्यमद्वारा साइनो-सम्बन्ध केलाउने एक दृष्टान्त हेरौं :

युवतीको तर्फबाट - ए..माक्फानु हाङ्फा फादङ्बाए
सुयेनले आदुमे आदाङ्बाए
ए..नेभााक्ओ नेस्से फोन्दुङ्बारो
लुङमेन्दिङ सेवा तोन्दुङ्बारो
ए..लुङसेरूङ मिजाक खेक्सुमसारूम
काइपान आल्ल चेक्सुमसारूम
ए..हेम्बारी हेम्लेङ हेप्सेसारे
काइरे पानहा खेप्सेसारे
ए..पा-लेप्साङ का:इ चेक्सुङ्बारो

आइमाग पोखे मादेनमारो
ए..इम्बिरी यङघङ थाङ्वामारो
सुयुमा पोखे काङ्भामारो
ए..थिःयाङमा कुलिङ खेम्बारोए
ताक्युमा पोखे हेम्भ्यारोए
ए..फुजिकिन पोख्से खेथेम्मारो
आसङङिन पोख्से केदेममारो
ए..फक्ताङलुङ च्वातिन सेम्भरत्लो
लिःथाक्पा काःइ एम्भरक्लो
ए..सुम्भाक्कि पथाङ हेप्सेसारे
मा-लेप्साङ काःइ खेप्सेसारे
ए..सेक्मुरी फुङजङ सेक्तुङ्बारो
मा-लेप्साङ काःइ हेक्तुङ्बारो
ए..खाम्लुम्मा लाजे पेःलुङवारो
आम्माग पोख्से पालुङवारो
ए..मिफात्रा केप्मा लाप्मादेन्न
युमाग पाख्से ताप्मादेन्न
ए..युखाबो लाजे सङसङबोरो
सुयुमा पाख्से अन्छङबोरो
ए..सान्द्रकै लाजे तेल्लक्पारो
ताक्युमा पोखे हेल्लोकमारो
ए..लुखुरी उःप्मा सुरिततारो
फूङमिङग पोखे सुनितारो
ए..साखेजङ कोक्मा साखेवाइ
आदाङ्बा पिसाङ आखेवाइ
ए..काःइपान नुरिक चेङसिङमारो
माङसाम्बान कुजेक आथानिरो
ए..थिकनाला ताजेङ नाप्सुङबारो
आदाङबा पिसाङ हिसुङबारो

(सुनिता केदेम, व्यक्तिगत अन्तर्वार्ता, मंसिर १०, २०८०) ।

(भावानुवाद : मौकाले भेटभाको मेरो हजुर, हार्दिक सेवाढोग चढाउँछु । अब म मेरो साइनो-सम्बन्धको कुरा भन्छु, सुनिदिनु होला । मेरो बाबुपट्टिको साइनो भने है । हजुरआमा मादेनमा, बुढी हजुरआमा काङभामा र कुप्रि हजुरआमा हेम्भ्यामा थरी हुन । म केदेममा हुँ । अब आमातिरको साइनो-सम्बन्धको कुरा भन्छु, सुनिदिनु होला । मेरो आमा पालुङवामा, हजुरआमा ताप्मादेनमा, बुढी हजुरआमा अन्छङबोमा र कुप्रि हजुरआमा हेल्लोकमा

थरी हुन । नाम मेरो सुनिता हो । अब हजुरपट्टि साइनो-सम्बन्ध के कसो छ ? साइनो राम्ररी केलाउँ, नत्र देउदण्ड लाग्छ है !) ।

युवकको तर्फबाट - ए..हुकफाके सेवा आदाङ्माए
इक्सा नु खाम्बेकले कुन्दाङमाए
ए..वालामभु च्वातेन केसातुन्न
कुखेम्सो नुर केपातुन्न
ए..केपानले हुक्वा केफन्दुरो
सरेक्ले इक्वा केहन्दुरो
ए..सिङजाङ्गो फुङ्जङ सेक्तुङसारूङ
आकाःइ पानहा हेक्तुङसारूङ
ए..याक्थुङबै साक्थिम थक्थाम्मारो
पाफक्तुङ युमा लक्समममारो
ए..कनआनि खाजोङ युमाहेना
सुयुमा पोख्से तुम्बाङफेमा
ए..केःखिङ्मा केहिम चान्दुङबारो
ताक्युमा पोख्से नेम्बाङमारो
ए..आसङङिन पोख्से लाबुङहाङ
फुङमिङङिन पोक्से मिङसोहाङ
ए..कुहेसिङ पोराक सेक्सुङबारो
मालेप्साङ काःइ चेक्सुङबारो
ए..इङवानु सोरिक खाओतीरो
आम्माग पोख्से लाओतीरो
ए..हाङतेबा लाजे फुन्छेबुङरो
युमाइन पोख्से तबेबुङरो
ए..मुक्कुमलुङ माङङिन मुक्कुमसाम
सुयुमा पोख्से साम्याङखाम
ए.. चारिम नु याःरिम सुप्सुङथाङ
ताक्युमा पोख्से थाम्सुहाङ
ए..काःइग आन्छि आहोप्सिरो
आल्लग आन्छि याराक्सिरो
ए. तेन्जिरी हुक्केन तेम्नेसिरो
याराक्से आन्छि येम्नेसिरो

(खड्क बहादुर लाबुङ, व्यक्तिगत अन्तर्वार्ता, मंसिर ७, २०८०) ।

(भावानुवाद : पृथ्वीकी मालिक्नी हजुरलाई हातजोडी सेवाढोग छ । सुनौं सुनौं लाग्दो बोल्नु भयो । ख्यालीको ढोका खोल्नु भयो । मेरो बाबुतर्फको साइनो-सम्बन्धको कुरा भनी हेर्छु । हजुरआमा लक्समममा, बुढी हजुरआमा तुम्बाहाम्फेमा र कुप्रि हजुरआमा नेम्बाङमा थरी हुन । घर मेरो हाङदेवा, थर मेरो लाबुङ र नाम मिङसोहाङ हो । अब आमातिरको साइनो-सम्बन्ध भन्छु । मेरो आमा लाओतीमा, हजुरआमा तबेबुङमा, बुढी हजुरआमा साम्याङखाममा र कुप्रि हजुरआमा थाम्सुहाङमा थरी हुन । साइनो-सम्बन्ध लाग्दैन रहेछ है । अब हात समाएर धान नाचौं है !) ।

नृत्यको प्रारम्भिक तयारी

साइनो-सम्बन्ध केलाएर आपसमा सम्बन्ध नलाग्ने स्पष्ट भएपछि धाननाचको प्रारम्भ हुन्छ । यसरी धाननाचको सुरुआत गर्दा सुरुमा केटा र केटी एकपछि अर्को गर्दै आपसमा हात समाई पङ्तिबद्ध भएर उभिनु पर्दछ । यस नाचमा केटाहरूको छुट्टै र केटीहरूको छुटै पङ्ति हुँदैन । युवा-युवती, बिवाहिता महिला-पुरुष तथा विधवा महिला सबैले धाननाचमा भाग लिने स्वातन्त्रता छ । प्रायः उमेर मिल्ने समुह मिलाएर धाननाच्ने गरिन्छ । धाननाच प्राय तेर्सो रेखामा लामबद्ध भई वा गालो घेरामा घेराबन्दी भई नाच्ने गरिन्छ । तेर्सो रेखामा लामबद्ध भई नाच्दा अगाडि पछाडि फर्कदै नाच्ने चलन छ भने गालो घेरामा घेराबन्दी भई नाच्दा दायाँतर्फ विस्तारै घुम्दै नाच्ने गरिन्छ ।

पालाम गायनको सुरुआत र अपनाउनु पर्ने सावधानी

धाननाचको लागि युवा-युवतीहरू पङ्तिबद्ध भएपछि पालाम गायन सुरु गरिन्छ । धाननाच र पालामबीच अन्योन्याश्रित सम्बन्ध छ । बिना धाननाच पनि कुनै व्यक्तिले यदाकदा मन बहलाउनु पालाम गीत गाउने गरेको पाइएतापनि पालाम प्रायः धाननाचमा नै गाइन्छ भने पालामविनाको धाननाच असम्भव हुन्छ । धाननाचमा पालाम गायनको सुरुआत केटापक्षको गाउँठाउँमा केटीहरू आए केटाहरूले र केटीपक्षको गाउँठाउँमा केटाहरू गए केटीहरूले सुरु गर्ने नियम छ । तर कुनै मेला, पर्व तथा कार्यक्रमहरूमा बीचमा अन्तै कतै भेट भएमा धाननाचको प्रस्ताव राख्ने पक्षले पालामको सुरुआत गर्नुपर्ने प्रचलन छ (खजुम, २०६८, पृ. ५) । पालाम गीत सुरु भएपछि उक्त गीतसँग सामान्जस्यता कायम गर्दै खुट्टाको चाल र शरीरको लर्काई मिलाई अनुहारको हाउभाउसाथ नाचको प्रस्तुती गरिन्छ ।

धाननाचमा संलग्न सहभागीहरूले धाननाच्दा केही सावधानीहरू अपनाउनु पर्ने हुन्छ । नाच्ने क्रममा अचानक कसैलाई खुट्टाले छोइएमा पङ्तिबाट निस्केर शीर निहुरयाई ढोग गरी क्षमायाचना गर्नुपर्छ । यस नाचमा युवकले युवती र युवतीले युवकलाई सम्बोधन गर्दा नाम काढ्न हुँदैन । लुङ्वा लुङ्वामा (सोल्टी सोल्टीनी) भनेर सम्बोधन गर्नु पर्दछ । यस्तै एक पक्षले गाएको पालाम गीतलाई अर्को पक्षले संभावित जवाफको लागि ध्यानपूर्वक सुनेर मनन गर्नु पर्दछ । धाननाच्दा साधारणतया अविभावक वा उपलब्ध तुम्याङ (पंचभलाद्मी) को निगरानीमा नाच्ने चलन रहेकाले सतर्क र अनुशासित भएर नाच्नुपर्ने हुन्छ । साथै धान नाचिरहेको बेला आवस्यक काम परेर वाहिर जानु परेमा “एकछिन् वाहिर जान्छु” भनी टोली समक्ष हातजोडी विदा माग्नु पर्छ । धाननाचमा यही नै पोशाक लगाउनु पर्छ भन्ने कुनै सुनिश्चितता नभएता पनि प्रायः परम्परागत पोशाक पुरुषले दौरा, सुरूवाल,

कोट, अस्कोट, टोपी, गलबन्दी, जुत्ता तथा महिलाले साडी, चोली, पटुकी, पछ्यौरी, जुत्ता र सुनचाँदीका विभिन्न गरगहना लगाउने प्रचलन छ ।

पालाम गायनको नेतृत्व र पालो दिने प्रणाली

धाननाचमा केटा र केटी दुवै पक्षमा एक एक जना नेता रहन्छन्, जसले पालाम गायनको नेतृत्व गर्दछन् । पालाम गीत केटा-केटीबीचको जुवारी हो । तर यसमा नेपाली लोक दाहोरी गीतमा जस्तो एक अन्तरा एक पक्षले गाएपछि तुरून्तै अर्को पक्षले जवाफ दिने चलन छैन । एक पक्षले एकभन्दा धेरै पालामको अन्तराहरू दुई-तीन घण्टासम्म गाएर अर्को पक्षलाई पालाम गीतबाटै पालो दिने गरिन्छ । आफुलाई पालो प्राप्त भएपछि अर्को पक्षले पहिलो पक्षको पालाम गीतबाट जवाफ फर्काउदै जान्छ र आफ्ना सवालहरू पनि राख्दै जान्छ । केही समय गाएपछि उसले पनि फेरी पालामबाटै पहिलो पक्षलाई पालो दिन्छ । यसरी पालाम गीत गाउने पक्षले पालो नदिएसम्म अर्को पक्षले पालाम गाउन मिल्दैन । धाननाचमा पालाम गायनमा पोख्त र अनुभवी गायकहरू भएमा यो क्रम सातदिन सातरातसम्म पनि चल्न सक्दछ ।

पलाममा दुई हरफको एक गेडा वा अन्तरा हुन्छ । पालाम भन्दा सुरुमा कुनै पक्षको नेताले लयवद्ध रूपमा एक हरफ पालाम गाएपछि अन्य सहभागीहरूले सो टोली नेतासँग दोश्रो पटक उक्त हरफ गायन गर्नुपर्छ । यसरी गाउँदा प्रायः उक्त पालामको आधा हरफ गाउने चलन छ । यसरी एक हरफ पालाम सवैले गाएपछि टुङ्याउनीमा सवैले हा..हा...हा... जोड्नु पर्छ । यसरी टुङ्याउनीमा जोडिने हा..हा...हा... को लय यसको थेगो वा स्थायी हो । यो क्रम पालाम गायनको पुरा अवधिभर चलिरहन्छ ।

धाननाचको समयसीमा र सहभागी संख्या

धाननाचको समयावधि यति नै हुन्छ भन्ने केही छैन । यो नाचमा रहेका सहभागीहरूको समय, लगाव, पालाम गायनको दक्षता तथा युवा-युवतीबीच उत्पन्न भएको मायाप्रितिको गहिराई आदिमा निर्भर रहन्छ । सामान्यतया यो नाच कम्तिमा एक दिनदेखि बढीमा एकहप्तासम्म पनि नाचेको पाइन्छ । त्यस्तै धाननाचको सहभागी संख्या पनि यति नै हुनुपर्छ भन्ने कठोर नियम पाइदैन । यसमा न्यूनतम दुई जनादेखि अधिकतम तीस-चालिस जनासम्म पनि एकै समुहमा नाच्ने गरिन्छ । तर अधिकतम संख्या दश-पन्ध्र जनाको धाननाच बढी प्रभावकारी र उपयुक्त हुन्छ । लामो अवधिको धाननाचको लागि युवा-युवतीहरूले खानेपिउने वस्तुहरूको सामुहिक रूपमा व्यवस्था मिलाएका हुन्छन् । सोही बमोजिम बीचबीचमा खाना तथा खाजा खादै धाननाच्दै जाने परम्परा छ ।

धाननाचको टुङ्ग्याउनी

टुङ्ग्याउनी धाननाचको अन्तिम भाग हो । यो अवस्थामा दुइतीन दिन लगातार धान नाचेर युवा-युवतीबीच मायाप्रेम गाढा भैसकेको हुन्छ । यस्तो बेला छुट्टिनु पर्ने भएकोले युवा-युवतीले यसलाई दुखद क्षणको रूपमा लिन्छन् । यस चरणमा युवा-युवतीले मन नमान्दा नमान्दै छुट्नु परेको विदाईको पिडादायी अवस्थाको चित्रण गर्दे पालामहरू गाउँछन् । यी पालामहरू प्रेमीप्रेमिकाबीच विदाईको क्षणमा गाईने भएकोले ज्यादै भाबुक, मर्मस्पर्सी र संबेदनाले भरिपूर्ण हुने गर्दछन् । पालामबाटै दुवै पक्षले बाँचीवर्ती रहे अर्कोपल्ट कुनै मौका

वा अवशरमा निश्चित ठाउँमा भेटहुने प्रतिज्ञा सहित धाननाचको समापन गरिन्छ । त्यसपछि युवा-युवतीहरू आपसमा भुईसोरी सेवाढोग गर्दै छुट्ने काम गर्दछन् ।

पालाम गीतको परिचय

धाननाचमा केटा र केटी पक्षबीच जुवारीको रूपमा गाइने गीतलाई पालाम भनिन्छ । यो निश्चित लय र छन्दमा मिलाएर भनिन्छ । पालाम गायकले कथेर लयात्मक भाखामा गाइने सृजनात्मक अभिव्यक्ति हो । 'पालाम' शब्द पान र लाम शब्दबाट अपभ्रंश भई वनेको हो । पान्लामको शाब्दिक अर्थ 'पान' भनेको कुरा र र 'लाम' भनेको बाटो हो । तसर्थ पालामको अर्थ मनमा लागेको कुरा वा हृदयमा तरङ्ग उठेको भाव, विचार र दर्शनलाई काव्य/कविता, चुट्का जस्ता पान (कुरा) लाई कथेर लाम (मार्ग) को रूप गराउने पद्धतिलाई नै वास्तबमा पालाम भनिएको छ (सेर्मा, २०७१, पृ. ४) । यसरी हेर्दा धाननाचको प्रसङ्गमा पालाम भनेको "बोल्ने बाटो" वा "कुरा विसाउने माध्यम" हो ।

पालामको उत्पत्ति अघि पाकेको धान काटी खलामा भेला गरेर वरपरका मानिसहरू भेला भई आपसमा हात समात्दै परालको थुप्रोमाथि यताउता हिड्दै नाच्दै धान भार्ने र अन्न खान आएका चरा-चुरूङ्गीहरूलाई एकै स्वरमा हा...हा...हा.. भन्दै धपाउने शिलशिलामा सुरुआत भएको अनुश्रुति पाइन्छ । हाक्पारे साम्लो (गीत) बाट पालामको सुरुआत भएको मान्यता रहेको छ (मेन्याङ्बो, २०६२, पृ. १००) । पालामको सुरुआति चरणमा मुन्धुमबाट पालाम गाइन्थ्यो (सम्वाहाम्फे, २०७२, पृ. २३) । यसरी प्रारम्भमा पाकेको धान थन्क्याउने कार्यबाट पालामको सुरुआत भई मुन्धुम र हाक्पारे गीतको छन्द र लयबाट गायन परम्पराबाट परिस्कृत हुँदै क्रमशः आजको रूपमा पालाम विकसित भएको अनुभूति गर्न सकिन्छ ।

समयकाल, भौगोलिक विभिन्नता र सामाजिक परिवेश अनुसार पालाम गाउने शैलीमा पनि केही पृथकता देखिन्छ । खाष गरी पालाम स्थानअनुसार केही छोटो र लामो वा विलम्बित भाकामा गाउने प्रचलन छ । पालाम गीतको विषय-वस्तु पनि परिवेश अनुसार फरक फरक हुन्छ । यस्तै पालामबाट विभिन्न भावहरू प्रस्तुत हुन्छन् । विषय-वस्तु र भावका आधारमा पालामलाई निम्नानुसार वर्गीकरण गरी अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

पालामको विषय-वस्तु

पलामको मुख्य विषय-वस्तु माया-प्रीति भएकोले यसैको सेरोफेरोमा समसामयिक सन्दर्भ र परिस्थितिलाई जोडेर गायकले पालामको सृजना गर्दछ । पालम गीतको प्रसङ्गहरू - पहिलो पल्ट तरूनी तन्देरीको चिनजान तथा भेटघाटको भएको अवस्था, पहिल्यै चिनजान भएका युवायुवतीहरूको पुन भेटघाटको भएको अवस्था, धाननाचबाट मायाप्रीति बसेको तर कारणवस अर्कैसँग विवाह भएकोमा कुनै कारणले पुन भेटघाट भै पालाम गाउँदाको अवस्था, गहिरो मायाप्रीति भएका तर परिस्थितिले लामो समय भेटहुन नसकेका युवायुवतीहरूको भेटभएको अवस्था, विवाहिता र उमेर ढल्केका महिला पुरुषबीच धाननाच्नु पर्दाको अवस्था आदि हुन सक्छन् । यस्ता प्रसङ्गहरूलाई पालाम गायनमा अभिव्यक्त गर्ने गरिन्छ । पालामको मुख्य विषय-वस्तु श्रृष्टि, मायाप्रीति, स्नेह, हाँक, व्यथा, फूर्ति र विचारविमर्श तथा समसामयिक सन्दर्भ हुने गर्दछन् (खजुम, २०६८, पृ. ५) । यस्तै पालाममा अभिव्यक्त वा संचार हुने विषयहरूमा ख्यालठट्टा, प्रेमभावको संञ्चार, प्राकृतिक सुन्दरताको प्रस्तुती तथा सामाजिक तथा सांस्कृतिक विषयको पक्षपोषण हुन (इधिङ्गो, २०७७, पृ. २५) । सुनिता सुब्बाको अनुसार

पालामको प्रमुख विषय-वस्तु प्रेम नै हो । यसको अतिरिक्त मुन्धुमका कुराहरू, जीवन दर्शन तथा सृष्टि र प्रकृतिका कुराहरू पर्दछन् (सुब्बा, २०५३, पृ. ५५-५६) ।

पालामको छन्द र रस

पालाम निश्चित लय, छन्द र भाकाको परिधिभित्र रहेर मिलाएर भन्ने गरिन्छ । पालामको छन्द कति अक्षरको हुन्छ भन्ने विषयमा सामान्य मतमतान्तरहरू रहेका छन् । पालामको छन्द सामान्यतया नौ अक्षरदेखि तेह्र अक्षरसम्मको हुनु पर्दछ (खजुम, २०६८, पृ. ७) । अम्बिकाकुमार सम्बाहाम्फेले पालामको एक हरफ सामान्यतया नौ अक्षरको हुने बताएका छन् (सम्बाहाम्फे, २०७२, पृ. २९) । पालाम गीतको भाव ज्यादै मार्मिक, श्रृङ्गारिक, सम्वेदनशील तथा प्रेममयी हुने गर्दछ । पालाम गीतमा विशेष गरेर शान्त, हास्य र करूणा रसहरू उत्पन्न हुने गर्दछन् (खजुम, २०६८, पृ. ४) । एघार अक्षरको छन्द रहेको पालामको एक दृष्टान्त हेरौं :

त क्स ङ नु से ङ घा चा दु मे ले
१ । २ । ३ । ४ । ५ । ६ । ७ । ८ । ९ । १० । ११
आ इ न बा ये न ओ आ दु मे ले
१ । २ । ३ । ४ । ५ । ६ । ७ । ८ । ९ । १० । ११

पालामको भाव र भेदहरू

समग्रमा पालाम एउटै भएपनि भाव र प्रसङ्गको आधारमा यसलाई विभाजन गरेर अध्ययन गरेको पाइन्छ । अम्बिकाकुमार सम्बाहाम्फेका अनुसार पालाम गीतबाट लगाइने मायाको प्रकार अनुसार पालाम चार किसिमका हुन्छन् । जसलाई चारमाया पालाम भनिन्छ । चारमाया पालामहरूमा बोलमाया (सिमिक्लुङमिम) पालाम, जिउमाया (थकमिम) पालाम, फूलमाया (फूङमिम) पालाम र दिलमाया (लुङमादेनमिम) पालाम हुन् । बोलमाया पालाम मुखको बोली मिठो गरेर लाउने माया हो । यद्यपि यो देखाउने दाँतजस्तो केही देखावटी र ओठेमाया हो । जिउमाया पालाम भने दैहिक मायाको गीत हो र यसले युवा-युवतीको दुई जिउ एकैहुने अवस्थामा पुऱ्याउँछ । फूलमाया पालाम भने निश्वार्थ माया-प्रेमको गीत हो । यहाँ मायालाई फूल झैं पवित्र र सुन्दर मानिन्छ । दिलमाया पालाम चाहिँ दिल वा मुटुसँग गाँसिएको वियोगान्त प्रेमको गीत हो (सम्बाहाम्फे, २०७२, पृ. २७-२८) ।

यस्तै यासेली यङयाङका अनुसार पालम गीतमा अन्तर्निहित भाव र प्रसङ्गको आधारमा पालाम गायनमा छवटा मुइ (गायनको प्रसङ्ग) हुन्छन् । पहिलो, तुम्मुइ पालाम । यो भेटघाटको प्रसङ्गमा गाइने पालम हो । यसमा कहाँ र कुन सन्दर्भमा भेट भएको हो सो विषय पालाममा व्यक्त गरिन्छ । दोस्रो, निसुममुइ पालाम । यस पालामबाट धाननाचका युवा-युवतीबीच परिचय तथा नाता गोता केलाउने काम गरिन्छ । तेस्रो, पानमुइ पालाम । यसमा माया लगाउने नलगाउने विषयमा सवाल जवाफ हुन्छ । युवा-युवतीले भेटघाटमा भएको सुखद अनुभूतिहरू साटासाट गर्दै एक अर्काको प्रसंसायुक्त पालाम गीतहरू गाउछन् । चौथो, मिम्मुइ पालाम । यसमा युवा-युवती दुवै पक्षबाट माया लगाउने कुराको स्वीकृति भएपछि मायाप्रितिका कुराहरू पालामबाट गाइन्छ । यसमा मायालाई फूलको प्रतिकको रूपमा बर्णन गर्दै पालाममा सवाल जवाफ गरिन्छ । साथै माया लगाउँदा कस्तो माया लगाउने ? भन्ने विषयमा सवाल जवाफ गरिन्छ । पाचौं, हिङमुइ पालम । यसमा दुवै पक्ष

मायाको वन्धनमा बाँधिएपछि कहाँ बस्ने ? कसरी जीउने ? के पेशा गरी खाने ? कति छोराछोरी जन्माउने ? घर कस्तो बनाउने ? आदि जस्ता विषयहरूमा पालाममा सवाल जवाफ गरिन्छ। छैटौं, सेम्मुइ पालाम। सेम्मुइ पालाम धाननाचको अन्त्यमा विदाई हुने समयमा गाइने पालाम हो। यसमा युवा-युवतीले एक आपसमा गहिरो मायाप्रेममा परी छुट्टिनु पर्दाको दुःखद परिस्थितिमा मानमा उब्जेका विरह र व्याकुलताको मार्मिक भावनाहरू अभिव्यक्त भएको पालाम गाउने गर्दछन् (यासेली यङयाङ, व्यत्तिगत अन्तर्वार्ता, मंसिर २३, २०७८)।

माथि जे जति किसिमका पालामहरूको चर्चा भएतापनि गायनको प्रसङ्ग, पालाममा रहेको भाव र धाननाचको सर्वमान्य परम्परा समेतलाई ख्यालराखी सारमा भन्नुपर्दा धाननाचमा गाइने पालाम गीतलाई मोटामोटी तीन प्रकामा विभाजन गर्न सकिन्छ। धानानचमा मुख्यत तीन सन्दर्भहरू हुन्छन्। सुरुआतको भेटघाटको सन्दर्भ, बीचको मायाप्रीतिको सम्वादको सन्दर्भ र अन्तिमको बिदाइको सन्दर्भ। यी प्रसङ्गहरूको भाव पालाममा झल्केको हुन्छ। भेटघाटको प्रसङ्गसहित प्रारम्भमा गाइने पालामलाई 'तुम्मुइ पालाम' भनिन्छ। तुम्मुइ पालामपछि गाइने पालाम 'मिम्मुइ पालाम' हो। यो पालाममा युवा-युवतीले मायाप्रीतिको मार्मिक तथा गम्भीर सम्बाद गर्दछन्। यस्तै धाननाचको अन्त्यतर्फ विदाइको क्षणमा गाइने पालामलाई 'सेम्मुइ पालाम' भनिन्छ। यी पालामहरूको संक्षिप्त चर्चा निम्नानुसार गरिन्छ।

तुम्मुई पालाम

धाननाचको सुरुमा गाइने तुम्मुइ पालाम चिनापर्ची, साईनो सम्बन्ध केलाउने, भेटघाटको प्रसङ्ग र त्यस अवसरमा मनमा लागेका रमाईला अनुभूतिहरूको वर्णनसँग सम्बन्धित हुन्छ। यो पालामको गायन समय छोटो हुन्छ। यस्तो पालामको सुरुआत कुन कार्य वा प्रसङ्गमा भेटघाट भएको हो त्यसै परिवेशको भूमिका बाँधेर सुरुआत गरिन्छ। भेटघाटको अवसरमा मनमा उत्पन्न भएको खुशी र आनन्दको अनुभूति यस्तो पालाममा प्रकट भएको हुन्छ। यस प्रकारको पालामको केही अन्तराहरूको उदाहरण निम्नानुसार प्रस्तुत गरिन्छ। यहाँ प्रारम्भमा थाङबेन (तन्देरी) ले पालाम भन्न सुरुआत गरेको अवस्था छ :

<u>लिम्बू भाषामा</u>	<u>नेपालीमा भावानुवाद</u>
(१) या?पेना चासोक चाःदुमेसी	धानकोदो न्वागी पाक्यो है
तेम्दामु आइन आदुमेसी	मेलामा आज भेटभयो है
(२) हाङपाङै लाःजे चुङवामाए	हाङपाङको जग्गा चुङवाहजुर
मिःम्जिमा पेम्बेन् लुङ्वामाए	मायालु दौतारी लुङ्वाहजुर
(३) या?लाङ्नु खिर्लि इरिसारी	धाननाच्दै अब घुमौं है
आदुमे सफा एरिपारी	यो भेटमा हामी झुमौं है
(४) सेक्मुरी फूङजङ साङसाङलरो	सेक्मुरी फूल पवित्र छ है
आनिङ्वा कुजेक हाङहाङलरो	मन मेरो ज्यादै हर्षित छ है
(५) तक्सन नु सेङ्घा चादुमल्ले	लेखबेँसी अन्न पाक्दा खेरी
कुधेसो नुरीक अदुमेल्ले	साह्रै भो रमाइलो भेट्दा खेरी

(खड्क बहादुर लाबुङ, व्यक्तिगत अन्तर्वार्ता, मंसिर ७, २०८०)।

मिम्मुइ पालाम

तुम्मुइ पालामपछि गाइने पालामलाई 'मिम्मुइ पालाम' भनिन्छ। धाननाचमा यो पालाम गायन अवधि लामो हुन्छ। धाननाचको लगभग नब्बे प्रतिशत समय यही पालाम गायनमा खर्च हुन्छ। यसमा युवा-युवतीबीच मायाप्रीतिको मार्मिक तथा गम्भीर सम्बाद गर्ने गरिन्छ। यस चरणमा दुवैपक्षले एक आपसको प्रसंशा गर्दै पालाम गाउछन् । मिम्मुइ पालाममा यूवा र युवती दुवै पक्षले माया प्रेमलाई फूलको प्रतिकको रूपमा मानी यसको महिमाको बयान गर्दछन्। यसमा मायाप्रेम सफल बनाउन दुवै पक्षले के गर्ने ? प्रेम सफल भएपछि भावी जीवन कसरी लैजाने ? मायाप्रेमलाई कसरी अमर र अजर बनाउने ? भन्नेबारेमा पालामबाटै सवाल जवाफ गरिन्छ। युवकले भन्ने यस प्रकारको पालामका केही दृष्टान्तहरू हेरौं :

(१)	थो:प्पारा फुङइन सेक्सुसासु मिमजिरे ताजेङ चेङसुसासु	सयपत्री फूल केलाइ हेरौं मायाको बातचित गरी हेरौं
(२)	थाङ्वामा हङइन लोक्लतारिक पाङवान्छी मिम्जिन हिंसीतारिक	तमरै नदी बगेसम्म खेलाउ है माया बाँचेसम्म
(३)	युप्पारूङ स्वगेप् हुप्नेलआ आलुङ्मा सिगाङ युङनेलआ	औठी नै चिनो दिउला है मुटुमा हजुरलाई राखौंला है
(४)	आन्हाङनेन् येन्ले आदाङ्माए हिम्दाङमा चोक्ने मिम्जिमाए	पर्खिन्न समयले हामीलाई जीवनसाथी बनाउछु हजुरलाई
(५)	के:खिङ्मा सिङङिन आतेसारे आल्ल पा:न पुर पातेसारे	च्याब्रुङका काठहरू काटीदेउ है प्रसङ्ग टुङ्याउदै बोलीदेउ है
(६)	अम्लरी फूङ्गेन ताम्लयान्छु मिम्जिले ताजेङ तङ्लयान्छु	मायाको फूल फक्र्याउँदे जाउँ प्रितिको बातचित मिलाउँदै जाउँ
(७)	नामयाप्मी फुङइन सेक्मुरीरो कन माङहुप यो थो मेम्बोङङेरो	मानवको प्रतिकफूल सिल्लरी है यो बाचा-कसम नबदलियो है

यस किसिमले युवकले पालामका धेरै अन्तराहरू भनेपछि युवतीलाई पालाम भन्न पालो दिनु पर्दछ। यस्तो पालो पालाम भनेर दिने गरिन्छ। यस्तो पालामको एक उदाहरण हेरौ :

(८)	वयादिङ पक्लुङ साप्सुङबारो आदाङमा लेप्साङ नाप्सुङबारो	छेलोलाई हान्न तयार गरें हजुरैतिर अब पालो सारे
(९)	माङहिम्मु सेमि तिरेबारो पालाममिन खेत्ना इरेबारो	मन्दिरमा बल्यो है दियो बत्ती पालामको पालोघुम्यो हजुरपट्टि

(खड्क बहादुर लाबुङ, व्यक्तिगत अन्तर्वार्ता, मंसिर ७, २०८०)।

यसपछि पालाम भन्ने पालो युवतीको हुन्छ । युवतीले अघि युवकले भनेका पालामहरूको जवाफ फर्काउँदै निम्न बमोजिम पालाम भन्छिन् :

(१)	याङइच्छि याङग लेख्सुङङिल्ले केपानहा केरेक खेप्सुङङिल्ले	ढक्कीको चितपोट पल्टाएपछि सबै कुरा हजुरको सुनेपछि
(२)	पयमदिङ वरङ तिम्थाङ्गिन सोलुङमा पहिम हिम्थाङङिन्न	समुन्द्र सागर भरिन थाल्यो मनमा विरह चल्न नै थाल्यो
(३)	चोसापेन् नोगेन आदुम्सेसि थिक्लुङमा आन्छि आबोक्सेसि	विधाता भेट गरायौ धन्य है दुईमुटु हाम्रो एउटै बन्यो है
(४)	फुङकुसिङ नुःबा फुङ्वाबाए मिम्जिबा यम्बा लुङवामाए	फूलझैं सुन्दर सौभाग्यशाली मायालु महान सोल्टी हजुर
(५)	मुक्कुमलुङ कोक्मा सेक्वा थासु केमिम्जि पानरे मिक्वा थासु	पाथीभरा डाँडामा सितै झऱ्यो मायालु वचनले आँशु झऱ्यो
(६)	सावान्छिङ पाङ्फे लेप्मैपोख्से कन पान्हा चुमदेङ मेप्मैपोखे	जन्मेको गाउँलाई छोड्नै पऱ्यो यो कुरा साथीहरूलाई भन्नै पऱ्यो
(७)	फक्ताङलुङ तिल्लेक ओताङयुङल कन आन्छि मिम्मिन फेक्काङयुङल	कुम्भकर्ण हिमाल झैं चम्किरहोस यो हाम्रो माया सँधै फुलिरहोस
(८)	मेन्छ्यायेप युमान् थान्छिङबाआ आङ्गाआङ खा खा आन्छिङङाबा	मेन्छ्यायेपमा युमादेवी प्रकट भइन अब म मायामा समर्पित भएँ

(सुनिता केदेम, व्यक्तिगत अन्तर्वार्ता, मंसिर १०, २०८०)।

सेम्मुइ पालाम

धाननाचको अन्तिम चरणमा गाइने पालामलाई सेम्मुई (विदाई) पालाम भनिन्छ । यो युवा-युवतीले धाननाच सम्पन्न गरी छुट्टिने समय पूर्व गाइन्छ । यो पालाम गायन पनि छोटो समयमा सम्पन्न हुन्छ । धाननाचको क्रममा प्रेमीप्रेमिकाबीच गहिरो मायाप्रेम पश्चात परिस्थितिबस छुट्टिनु पर्दाको दुखद क्षणमा सेम्मुइ पालाम गाईने भएकोले यी पालामहरू ज्यादै भाबुक, मर्मस्पर्सी र संबेदनापूर्ण हुने गर्दछन् । यस प्रकारका पालामहरूको केही दृष्टान्त हेरौं :

(१) थाक्थाक्मै खिबे उक्सुङबारो कन ताःजेङ पाःनहा नुप्सुङबारो	तान बुन्दै धागो तन्काए है यो बातचित अब टुङ्ग्याएँ है
(२) हिक्लाधा सम्धो पेरिलाबे सुम्निङ्वा युङ्नु सेरीलाबे	हवाइजहाज माथि उडौं है सम्झना राख्दै छुटौं है
३) हेम्बारी पथाङ हेम्सुलाबे सोलुङमा पहिम सेन्छिलाबे	पछ्यौरी बर्को ओडौं है विरह चल्दै छुटौं है
(४) सुरिताङ केजङ सुरूरूआ मिक्वारक थारो चुरूरूआ	बतासै चल्छ सुरूर आँशुनै झर्छ चुरूरू
(५) लुङमाग सियोन योन्देथेरो सेन्दिरो ज्यासाङ आसेवारो	मनमुटु सबै पग्ली झऱ्यो बाध्यभई आखिर छुट्नै पऱ्यो

(सुनिता केदेम, व्यक्तिगत अन्तर्वार्ता, मंसिर १०, २०८०)।

अध्ययनको निष्कर्ष

धाननाच लिम्बू समुदायमा प्रचलित कृषिकर्म सापेक्ष नृत्य हो । धान अन्नसँग लिम्बू जातिको ज्यादै पुरानो र अन्योन्यनश्रित सम्बन्ध रहेको देखिन्छ । लिम्बू जातिको अनेक संस्कृति धानसँग सम्बन्धित भएकोले धाननाचको सुरुआत विशेषत धानबाली थन्क्याउने कर्मसँग सम्बन्धित रहेको पाइन्छ । धाननाच 'या?लाःङ' शब्द 'या?लाःक्मा' शब्दबाट निर्माण भएको हो जसको अर्थ धान माड्नु हो । यसरी धानको परालबाट अन्नका दानाहरू झार्न मानिसहरू भेलाभई धानमाड्ने वा दाइँगर्ने क्रममा नै धाननाचको थालनी भएको देखिन्छ । यो नाचको उत्पत्तिको समय यकिन गर्न नसके पनि यसको सुरुआत धानखेतीको विकाससँगै प्रागैतिहासिक कालमै भएको अनुमान गर्न सकिन्छ ।

धाननाचको उद्देश्य र विधिमा पहिलाभन्दा हिजोआज व्यापक परिवर्तन आएको पाइन्छ । सुरुमा धाननाचका निश्चित नियमहरू थिएनन । धाननाचको उद्देश्य पनि पराल माडेर अन्न झार्नु र धानखान आउने चराचुरूङ्गीहरूलाई धपाउने मात्र थियो । धाननाचमा त्यसबेला आजको जस्तो साइनो सम्बन्धको छेकवार पनि थिइन । यसोहुँदा कालान्तरमा धेरै यौनजन्य तथा अन्य सामाजिक विकृतिहरू उत्पन्न भएका थिए । त्यस्ता विकृतिहरूलाई समाप्त गर्न समाज सुधारक तथा दार्शनिक येहाङले यस नाचलाई शिष्ट र सभ्य वनाउन विभिन्न नियम बनाई थितिहरू वसालेको देखिन्छ । पहिला जस्तो धानको खलामा दाइँ गर्न हिजोआज कतै धान नाचेको पाइदैन । अहिले धाननाच्ने स्थान र अवसर विभिन्न चाडपर्व, मेला-बजार, सामाजिक संस्कार तथा उत्सवहरू रहेका छन् । धाननाच्नुको मुख्य उद्देश्यमा पनि परिवर्तन भई आज युवा-युवतीबीच आपसमा दुःखसुख अनुभूतिहरू साँटासाँट गर्ने, प्रेम र मायाप्रिति भावनाहरू अभिव्यक्त गर्ने, विरह र बेदनाहरू पोख्ने, सामाजिक यथार्थता प्रकट गर्ने र मनोरञ्जन तथा आनन्द प्राप्त गर्ने प्रयोजनको लागि धान नाचिन्छ ।

धाननाचको निश्चित विधि र प्रकृयाहरू रहेका छन् । धाननाच्न प्रस्ताव गर्ने, परिचय गर्ने, साइनो-सम्बन्ध केलाउने, धाननाच र पालाम भन्न सुरु गर्ने, युवा र युवतीले पालैपालो पालाम भन्ने र धाननाचको समापन गर्ने धाननाचका मुख्य मख्य चरणहरू हुन । यी चरण नै पिच्छे विचिन्न नियमहरू रहेका छन् जसको अनुसरण नृत्यकारहरूले गर्नु पर्दछ । यस्ता नियमहरूमा आमा र बाबुपट्टिका चारपुस्ता माथिसम्म साइनो सम्बन्ध लाग्ने महिला पुरूष्हरूवीच धान नाच्न नहुने, नाचमा केटा र केटी एकपछि अर्को गर्दै आपसमा हात समाई पङ्तिबद्ध भएर उभिनु पर्ने, नाच्दा युवा युवतीबीच एक आपसमा खुट्टाले छुइएमा शीर निहुर्‍याई हात जोडेर क्षमायाचना गर्नु पर्ने, नाचमा युवकले युवती र युवतीले युवकलाई सम्बोधन गर्दा नाम काढ्न नहुने र सम्बोधन गर्दा लुङ्वा लुङ्वामा (सोल्टी सोल्टीनी) भनेर सम्बोधन गर्नु पर्ने, पालाम गाउँदा पालैपालो गाउने, धाननाच्दा साधारणतया अविभावक वा उपलब्ध तुम्याङ (पंचभलाद्मी) को निगरानीमा नाच्नुपर्ने, धाननाच सम्पन्न भई छुट्दा आपसमा सेवाढोग गरेर छुट्नुपर्ने तथा शिष्ट र सभ्य तरिकाले धाननाच्नु पर्ने प्रमुख रहेका छन् ।

धाननाचमा सहभागी नृत्यकारहरूले गाउने जुवारी गीतलाई पालाम भनिन्छ । यसको सुरुआत खलामा धानखान आएका चराचुरूङ्गीहरूलाई धपाउन हा.. हा.. हा.. गर्दै लयवद्ध स्वरमा कराउदै पराल माड्ने क्रममा भएको विभिन्न आख्यानहरूबाट देखिन्छ । पालाम गीत युवा-युवतीबीच मायाप्रेमको अनुभूतिहरू सम्प्रेषण गर्ने प्रमुख माध्यम हो । यसैले पालाम गीत धाननाचको आत्मा हो । यो विना धाननाच सम्भव छैन । विभिन्न

विद्वान्हरूले पालामलाई गाइने प्रसङ्ग र यसबाट अभिव्यक्त हुने भावको आधारमा विभिन्न किसिममा वर्गीकरण गरेका छन् । तिनीहरूमा बोलमाया पालाम, जिउमाया पालाम, फूलमाया पालाम, दिलमाया पालाम, तुम्मुइ पालाम, निसुममुइ पालाम, पानमुइ पालाम, मिम्मुइ पालाम, हिङमुइ पालाम र सेम्मुइ पालाम हुन । संक्षेपमा, उल्लेखित सबै किसिमका पालामहरूमा अन्तर्निहित विषयवस्तुहरूको विश्लेषण र धाननाचको सर्वमान्य परम्परा समेतलाई मध्यनजर राखी हेर्दा धाननाचमा तुम्मुइ पालाम, मिम्मुइ पालाम र सेम्मुइ पालाम गरी मुख्यत तीन किसिमका पालामहरू रहेको देखिन्छ ।

सन्दर्भ सामाग्रीहरू

आङबुङ, डि. वि.सं. (२०७९), *याक्थुङ साम्जिक मुन्धुम,* सोदुङ्गे लेप्मुहाङ फेदाङ्मा जानपा संघ ।

इधिङ्गो, मनकुमारी (२०७७), *ताप्लेजुङको फक्ताङलुङ क्षेत्रमा प्रचलित पालामको अध्ययन,* दर्शनाचार्य शोधपत्र, त्रि.वि ।

खजुम, आइत (२०६८), यालाङ र पालाम : भ्रम र यथार्थ, *दृष्टिकोण,* अङ्क ३, महेन्द्र बहुमुखी क्याम्पस ।

खजुम, आइत (२०७१), *च्याब्रुङको नालीबेली,* विश्व याक्थुङ मुन्धुम समाज ।

खड्का, घनश्याम (२०७८), सृष्टिदेखि प्रलयसम्म, *कान्तिपुर दैनिक,* मंसिर २५, २०७८ ।

थामसुहाङ, पुष्प सुब्बा सं. (२०५८), *पालाम, लिम्बू छन्दहरू,* रूपनारायण लावती ।

पराजुली, मोतीलाल (२०६३), *नेपालमा प्रचलित नृत्य र नृत्यनाटिकाहरू,* साझा प्रकाशन ।

मादेन, कमल (२०८०), धानको बसाइँ सराई : चीनको सिचुवानदेखि पूर्वी नेपालसम्म, *नयाँ पत्रिका दैनिक,* असोज १३, २०८० ।

माबोहाङ, अर्जुनबाबु (२०६९), *लिम्बू जातिको मुन्धुम र इतिहास,* हरिश्चन्द्र माबुहाङ र भीम माबोहाङ ।

मेन्याङ्वो, लक्ष्मण (२०६२), *याक्थुङ मुन्धुम,* तेज बहादुर मेन्याङ्वो ।

राष्ट्रिय जनगणना २०७८, केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग ।

लावती, येहाङ (२०६२), *आदिवासी लिम्बू जातिको सङ्क्षिप्त परिचय,* दिल बहादुर लावती ।

सम्वाहाम्फे, अम्विका कुमार (२०७२), *चारमाया पालाम,* विश्व याक्थुङ मुन्धुम समाज ।

सुब्बा, सुनिता (२०५३), *लोक सँगीतको माध्यमबाट देखिएका लिम्बू जातिको परिवर्तित सामाजिक जीवन,* स्नातकोत्तर शोधपत्र, त्रि.वि.वि. ।

सेर्मा, चन्द्रकुमार (२०७१), *यालाक्मा मुन्धुम, दोस्रो संस्करण,* हस्तबहादुर लिबाङ र गजमति सङबाङ्फे ।

Chemjong, Imanshingh (2003). *History and Culture of Kirat People,* Fourth Edition, Kirat Yakthung Chumlung.

Malinowski, B. (1960). *A scientific theory of culture and essays*, Oxford Uuniversity Press.

Subba, Chaitanya (1995). *The Culture and Religion of Limbus,* K.B. Subba.

Tylor, E. B. (1871). *The science of culture from primitive*, In Bohamen & Glaxer (ed.), High point anthropology. Alfred A.Kmopf. Private Limited.

परिशिष्ट - १

तथ्याङ्क सङ्कलनको क्रममा अन्तर्वार्ता लिइएका स्रोतव्यक्तिहरूको विवरण

क्र.सं.	स्रोत व्यक्तिको नाम थर	उमेर वर्ष	ठेगाना	पद/पेशा	अन्तर्वार्ता मिति
१	खड्गकबहादुर लाबुङ	४१	फूङलिङ न.पा.- ९, ताप्लेजुङ	कलाकार	२०८०।०८।०७
२	यासेली यङयाङ	५०	याङवरक गा.पा.- ६, पाँनथर	कलाकार	२०७८।०८।२३
३	सुनिता केदेम	३९	फूङलिङ न.पा.- ९, ताप्लेजुङ	कलाकार	२०८०।०८।१०

परिशिष्ट - २

चित्रसूची

चित्र नं. १

तेर्सो रेखामा पङ्तिबद्ध धाननाच