

वाँफीकोटको लोकसंस्कृति

रामप्रकाश पुरी

rpp2029@gmail.com

लेखसार

वाँफीकोट गाउँपालिका नेपालको संविधान, २०७२ बमोजिम नेपालको रूकुम पश्चिम जिल्लाको राजनीतिक विभाजनअन्तर्गत अस्तित्वमा आएका ६ ओटा स्थानीय तहमध्ये एउटा हो। यस भूभागमा खसआर्य र मङ्गोलियन नस्ल सभ्यताका मानवजाति वर्षौंदेखि घनिष्ट सम्बन्ध कायम गरी बसोबास गर्दै आएका छन्। यहाँ सबै नस्ल र जातका मानिसले प्रयोग गर्ने स्थानीय भाषा सिँजाली भाषिकाको प्रभाव रहेको नेपाली भाषा हो। यहाँको संस्कृति कर्णाली सभ्यतामा आधारित छ। यहाँका खसआर्य र मङ्गोलियनको धर्म, स्थानीय देवता, विवाह संस्कार, मृत्यु संस्कार आदि कतिपय विषयमा धेरै जसो समानता रहेको छ। यहाँका खसआर्यको मस्टो र मङ्गोलियनको भाँक्री देवता सर्वश्रेष्ठ छ। यहाँ जात र थरका आधारमा विभिन्न मस्टो र भाँक्री देवतालाई कुलदेवता र इस्टदेवताको रूपमा पूजा गर्ने गरिन्छ। कुलीकपटी, टुनामुना, बोक्सी, मसान, देउराली, स्थानीय देवीदेवता, लागोभागो आदिको कुदृष्टि पर्छ भन्ने अन्धविश्वासको संस्कृति कायम छ। यहाँका मेला तथा चाडपर्व स्थानीय देवीदेवताप्रतिको विश्वाससँग सम्बन्धित रहेका छन्। लोकसाहित्यअन्तर्गत लोकगीत, लोककविता, लोककथा, लोकगाथा, गाउँखानेकथा, उखानटुक्का आदि रहेका छन्। यहाँको मुख्य बाली मकै, गहुँ, धान, कोदो, जौ आदि हुन्।

यहाँ गाई, भैंसी, बाख्रा, कुखुरा आदि पशुपक्षीको पालन गरिन्छ। समग्रमा लोकवार्तामाथि आधारित रहेर यहाँको लोकसंस्कृति निर्माण भएको छ।

शब्दकुञ्जी

मस्टो, लागोभागो, साई, लौरू, आलमाल

विषय प्रवेश

वाँफीकोट गाउँपालिका नेपालको संविधान, २०७२ बमोजिम रूकुम पश्चिम जिल्लाको राजनीतिक विभाजनअन्तर्गत अस्तित्वमा आएका ६ ओटा स्थानीय निकाय मध्ये एउटा हो। यहाँ जम्मा १० ओटा वडा रहेका छन्। पूर्वमा रूकुम पूर्व जिल्लाको सिस्ने गाउँपालिका, पश्चिममा सानोभेरी गाउँपालिका, दक्षिणमा मुसिकोट नगरपालिका र उत्तरमा आठविसकोट नगरपालिका पर्दछन्। यस गाउँपालिकाको कुल क्षेत्रफल १९०.४३ वर्गकिलोमिटर रहेको छ। यहाँको महत्त्वपूर्ण पर्यटकीय स्थान स्यार्पुताल हो। भन्भने, ओखरेन, खामालेक, भालेंगोठ, धजाहाल्नी, दहनेटा आदि उच्च भूभागमा रहेका लेक हुन्। वडा नं ४ को छिनखेत यस पालिकाको केन्द्र हो। भेराखेत, छिन्खेत, कुनाखेत, दानचौर, बालुवाचौर, भाग्ले, सल्लीचौर, खोलीबडागाउँ, रेले पोखरा, किमान ज्यूला, सेराखेत, लोछाबाड आदि धान उत्पादन हुने सिमक्षेत्र हुन् (पुरी, २०८०, पृ. ७)।

यहाँको मुख्य बाली मकै, गहुँ, धान, कोदो, जौ आदि हुन् (जि.वि.स. रूकुम, २०५८, पृ. १६)। यहाँ गाई, भैंसी, बाखा, कुखुरा आदि पशुपङ्क्षीको पालन गरिन्छ। सानोभेरी, खारखोला, तिल्चा गाड, दुलीखोला, मैचुखोला, ढाँरखोला, बरगाँई खोला, सिम्हा खोला आदि यहाँका मुख्य नदी र खोलानाला हुन्। स्यार्पुतालको उत्तरी क्षेत्रतर्फ अवस्थित सिमैछरी यहाँको मुख्य भरना हो (जि.वि.स. रूकुम, २०६३, पृ. ५३)।

यहाँको लोकसंस्कृतिबारे अहिलेसम्म ठोस अध्ययन हुन सकेको छैन। यहाँका लोकगीतबारे रामप्रकाश पुरी (२०८०) ले बाँफीकोट गाउँपालिकामा प्रचलित लोकगीतको विश्लेषण नामक स्नातकोत्तर अध्ययनपत्र, त्रि.वि. रत्न राज्यलक्ष्मी क्याम्पस काठमाडौँबाट गरेका छन्। उनले यहाँका लोकगीतबारे मात्र अध्ययन गरेकोले संस्कृतिबारे विस्तृत जानकारी उपलब्ध हुँदैन। यसबाहेक वाँफीकोट केन्द्रित अनुसन्धानमूलक अन्य प्रकाशित वा अप्रकाशित सामग्री अध्ययनकर्तालाई प्राप्त हुन सकेन। यहाँको लोकसंस्कृतिबारे अहिलेसम्म अध्ययन नभएकोले पूर्वकार्यको समीक्षा नगण्य हुन गएको छ। त्यो अवस्थामा अध्ययनकर्ता स्वयंले यहाँको लोकसंस्कृतिका तथ्यलाई प्रमाणिक रूपमा उजागर गर्नु अध्ययनको समस्या हो भने भौगोलिकता तथा लोकवार्ताको कसीबाट यहाँको संस्कृतिको सामान्य, सङ्क्षिप्त र प्रमाणिक तथ्य प्रस्तुत गर्नु यस अध्ययनको उद्देश्य हो। संस्कृतिमा भौगोलिक प्रभाव, लोकसंस्कृति निर्माणको आधार, भाषा, सामाजिक जनजीवनका विभिन्न पक्ष, भेषभूषा, साहित्य र सङ्गीत, आधुनिक साहित्यको सङ्क्षिप्त वर्णनमा सीमित रहनु यस अध्ययनको सीमाङ्कन हो।

अध्ययन विधि

अध्ययनलाई ठोस, प्रमाणिक तथा तथ्यपरक बनाउन सामग्री सङ्कलन र वर्णनात्मक गरी दुई प्रकारका विधि अपनाएर यो अध्ययन कार्यलाई सम्पन्न गरिएको छ। सम्बन्धित क्षेत्रमा स्थलगत भ्रमण गरी निरीक्षण,

अनुगमन र अवलोकनका साथै सम्बद्ध सरोकारवालासँग प्रत्यक्ष भेट र कुराकानी गरी सामग्री सङ्कलन गरिएको छ। त्यसरी सङ्कलन गरिएका सामग्री अध्ययनकार्यमा प्राथमिक स्रोत सामग्रीका रूपमा लिइएको छ। विभिन्न प्रकाशित-अप्रकाशित पुस्तक, शोधग्रन्थ, अध्ययनपत्र, लेखरचना तथा पत्रपत्रिका आदि सामग्रीलाई अध्ययन कार्यमा द्वितीय स्रोत सामग्रीको रूपमा लिइएको छ। यी सामग्रीको उपलब्धताका लागि वेभ साइट र विभिन्न पुस्तकालयको प्रयोग गरिएको छ। वर्णनात्मक विधिअन्तर्गत सङ्कलित सामग्रीबाट प्राप्त सूचना र लोकसंस्कृतिका मान्यतालाई प्रयोग गरी वाँफीकोटको लोकसंस्कृतिको सङ्क्षेपमा वर्णन गरेर अध्ययनकार्य पूरा गरिएको छ। अध्ययन कार्यमा सामाजिक अध्ययन पद्धति अवलम्बन गरिएको छ।

लोकसंस्कृति निर्माणको आधार

लोकसंस्कृति निर्माणका आधार हुन्छन्। त्यसका लागि लोकवार्ता हुनु अनिवार्य सर्त हो। लोकवार्ता भनेको लोकजीवनसित सम्बद्ध संस्कृति, भाषा, कला, विश्वास, चालचलन, साहित्य, रहनसहन, खानपान, साजसज्जा, चित्रकला, बाजागाजा, चाडबाड जस्ता विविध कुराको सोलोडोलो विज्ञान हो (पन्त, २०७१, पृ. सम्पादकीय)। लोकवार्ताका बारेमा उपर्युक्त अभिमतका आधारमा लोकजीवन सम्बद्ध समग्रताको भाष्य लोकवार्ता हो भन्न सकिन्छ। लोकजीवनमा चालचलन, विधिव्यवहार, आस्था र मान्यता हुन्छन्। भाषिक र कार्यव्यवहारबाट तिनको सम्पादन हुन्छ। भाषिक रूपमा लय, भाका र शैलीको निर्माण तथा कार्यव्यवहारबाट अनुकरण, सृर्जना र विकास हुन्छ। लोकजीवनमा हर्ष, विस्मात वा दुःख आउनलाई मानवमानव बिचको व्यवहार, मानव र प्रकृति बिचको सम्बन्ध हुनु आवश्यक छ। मानव र प्रकृति बिचको सम्बन्धबाट मानवमा प्रारम्भिक कार्यव्यवहार जन्मिन्छ भने मानवमानवबिचको व्यवहारबाट

कार्यव्यवहारमा सृजनशीलता आई विकास र समृद्धि हुन्छ । यसरी ज्ञान र ज्ञानबाट नयाँ ज्ञान जन्मिन्छ । लोकजीवनको लोकवार्ता ज्ञानको यो प्रक्रियामाथि आधारित भएर समृद्ध भएको हुन्छ । लोकवार्ताको उपर्युक्त मान्यताअनुसार भौगोलिकता, भाषा, सामाजिक जीवन, भेषभूषा, जीवनसंस्कार, विश्वास, साहित्य, साजसज्जा, चित्रकला आदि बेग्लाबेग्लै व्यवहारको रूपमा प्रकट भएर वाँफीकोटको लोकसंस्कृति निर्माण भएको छ ।

संस्कृतिमा भौगोलिक प्रभाव

कुनै भूगोलमा मानिसहरूका बिचमा हुने आपसी व्यवहारबाट संस्कृतिको निर्माण हुँदै जान्छ । संस्कृति मौलिक सम्पत्ति हो र त्यसले समाजको महत्तालाई गौरवपूर्ण बनाउँछ । त्यही गौरवता देशको महत्ता बन्छ । यसर्थ संस्कृतिप्रति किञ्चित नहडबडाएर गौरव गर्न सक्नुपर्छ । हामीले पहिले आफूलाई आफैँले चिन्नुपर्छ, त्यसैले हामीले आफ्नो देशभित्रको कुनैपनि साभा संस्कृतिको अङ्गलाई उपेक्षा गर्नु हुँदैन, अन्यथा हाम्रो देशको महत्तामा धक्का लाग्ने छ (जोशी, २०७८, पृ. ल) । आफ्नो बासस्थानको रूप र व्यवहार अभिव्यक्तिको शैली चिन्नु आफैँले आफूलाई चिन्ने संस्कृति हो । भौगोलिक विविधतामा विभिन्न मानवजातिको बसोबास वा चलखेल हुँदा भाषाको जन्म हुन्छ र आपसी व्यवहारले बृहद आकार लिन थालेपछि विभिन्न लोकनीति तथा परम्परा निर्माण हुन थाल्दछन् । भौगोलिकता, लोकभाषा, जातजाति, धर्म आदिबाट बेग्लाबेग्लै संस्कृति निर्माण हुन्छन् । ती बेग्लाबेग्लै संस्कृतिको एकत्व रूप हुन्छ : राष्ट्र । यसरी देशको महत्तामा संस्कृति अभिन्न भएर जोडिएको हुन्छ । यहाँको संस्कृति नेपालको साभा संस्कृति कर्णाली सभ्यतामाथि आधारित छ । यहाँ प्रचलित संस्कृतिमा पनि देशको महत्ता विद्यमान रहेको छ । यसको अध्ययनबाट यहाँका जनजीवन र

संस्कृतिको जानकारी हुनुका साथै देशको महत्तालाई जीवित राख्ने विभिन्न सांस्कृतिक पक्ष बुझ्नका लागि मद्दत पुग्छ । यहाँको संस्कृति एउटा निश्चित भूगोलभित्र रहेका समुदायको व्यावहारिक अभिव्यक्ति हो । मानिसले आफ्नो वरिपरिको भौगोलिक वातावरणभित्र रही कसरी के प्रतिक्रिया दर्शाउँछ भन्ने कुरामा मानवीय क्रिया र कौशल प्राकृतिक वातावरणका विभिन्न अवस्थाद्वारा प्रभावित हुन्छन् (सिंह, २०७८, पृ. ५) । यहाँको संस्कृतिमा भौगोलिकताको प्रभाव परेको छ । नदी, ताल, लेक, उकालो, ओरालो भूभाग, वेशी, चराचुरुङ्गी, भरना, वनजङ्गल आदि भौगोलिक परिवेशले जीवन जिउने शैलीमा व्यापक प्रभाव पारेको छ । मेलापर्व, पशुपालन, कृषि, माछा मार्ने, पौडी खेल्ने, भारी बोक्ने, घण्टौँ उकालोओरालो हिड्ने आदि यहाँको जीवन जिउने शैली भएको भौगोलिक स्थितिबाट नै प्रस्ट छ । मङ्गोलियन यहाँका आदिवासी थिए तर खसआर्य पनि युगौँदेखि यहाँ आसपासमा रहँदै आएका थिए भन्ने विवरण पाइन्छन् । खस समुदायका ब्राह्मण-क्षत्रियको थर वर्तमान सेती, भेरी, राप्ती, लुम्बिनी तथा धवलागिरी अञ्चलअन्तर्गतका गाउँको आधारले भएको पाइएको छ (यात्री, २०७६, पृ. १७३) । आवसीय दृष्टिले खस समुदायको बाहुल्यता पनि माथि उल्लेख भएअनुसारले भएकाले यहाँका खस समुदायका मानिसको थर गाउँको आधारबाट नै भएको बढी प्रमाणिक हुने देखिन्छ । यसरी यस भूगोलमा बस्ने यी दुवै नस्लका मानवको लोकसंस्कृतिमा भौगोलिकताको प्रभाव परेको स्पष्ट देखिन्छ ।

भाषा

वाँफीकोट गाउँपालिकामा खस आर्य भाषाको व्यावहारिक रूपमा प्रयोग हुन्छ । भाषागत दृष्टिले सामान्य लवजमा केही तलमाथि भए पनि एकरूपता पाइन्छ । त्यसरी यस गाउँपालिकामा सबै नस्ल र जातका मानिसले प्रयोग गर्ने स्थानीय भाषा सिँजाली

भाषिकाको प्रभाव रहेको नेपाली भाषा हो । यहाँ एकता कायम रहेर यहाँको भाषा संस्कृति निर्माण भएको मङ्गोलियन र खसआर्यमा कुनैकुनै शब्दोच्चारणमा छ । प्रस्तुत तालिकाबाट यहाँको भाषिकाको स्थितिलाई केही भिन्नता हुने भएपनि नबुझिने हुँदैन । समग्रमा भाषिक बुझ्न सकिन्छ—

भाषिक अवस्था	नेपाली शब्द	साभा भाषिका शब्द	खस भाषिका	मङ्गोलियन भाषिका
ट' ड' ढ' को उच्चारण र' तथा कतिपय अवस्थामा क' को उच्चारण ख' र ग' हुने घट्छ, काट्छ आदि घर्छ, काँछ आदि	घट्छ, काट्छ आदि	घर्छ, काँछ आदि		
	बडापोखरा	बरापोखरा		
	बडागाउँ	बगाउँ		
	काँडा	काँरा		
	डाँडा	डाँरा		
	दाडिम	दारिम		
	हाड	हार		
	गाँड	गाँर		
	गाड	गार		
	घाँडो	घाँरो		
	कडा	करा		
	अगाडि	अगारि		
	पछाडि	पछारि		
	खाडल	खारल		
	माड्छ	माँछ		
	काट्छ	काँछ		
	बढ्छ	बँछ		
	साँढे	साँरे		
	लेक, भेक आदि	लेख, भेख आदि		
शोग, भोग आदि	शोग, भोग आदि			
एट, अट, एर लवज हुने शब्द	तलतिर		तल्लेट	तल्ट
	माथिति		माथ्थेर	माट्ठ
	वल्लोपट्टि		वरेट	वर्ट
	पल्लोपट्टि		परेट	पर्ट
कतिपय शब्दमा फरक आउने	गोरू		बल्ल	बल्ल
	अचम्म, अनौठो	उलबाद		
	केटी	लखेनी		
	केटा	लख्या		
	तन्नेरी-तरूणी	छोट्टया-छोट्टी		
	गरिबी लाग्नु	ध्वाड लाग्नु		
	आइमाई मान्छे	स्वन्चरी		
	लोग्ने मान्छे	लवाडछोरो		
	मन्दिर	थान		
साथित्व	दोस्तानी			

कतिपय शब्दमा विचलन भई प्रयोगमा आउने	गाग्रो	गाग्रो		
	बाख्रो	बाख्रो		
	यहाँ	ह्याँ		
	त्यहाँ	त्याँ		
	कहाँ	काँ		
	केटाकेटी	केराकेटी, केराटी		
	बुढाबुढी	बुराबुरी, बड्डाबड्डी		
	दरिद्र	ददी		
	साहु	साउ		
	बोका	बोग्या		
	मान्छे	मान्छ		
	दुध, स्तन(स्त्री)	दुत		
	भिन्न	भिर्त		
	बाहिर	भाइर		
	पुत्र, पुत्री	पुर्त, पुर्ती		
	प्रेम, प्रीति	पैरेम, पीरती,		
	हगुवा, मुतुवा, चिकुवा, भतुवा, घिचुवा आदि	हग्वा, मुत्त्वा, चिक्क्वा, भत्त्वा, घिच्च्वा आदि		
विभिन्न अर्थ दर्शाउनका लागि प्रयोग गरिने केही भाषिका शब्द	स्त्री जनेन्द्रीय योनी	पिच्चो, मुजो		
	पुरुष जनेन्द्रीय लिङ्ग	लाँरो/गुल्लो		
	महिनावारी भएको अवस्थाकी महिला	फुटेइ स्वन्चरी		
	हस्तमैथुन गर्नु	छोल्नी, छोल्ने		
	पुरुषमा देखा पर्ने यौनिक विकासको प्रक्रिया, स्तनमा परिवर्तन आउनु, स्तन चिलाउनु, लिङ्गको आकारमा वृद्धि हुनु।	जाग्नी, जाग्या		
	यौवनवस्थामा प्रवेश गर्न थाल्दा महिलाको स्तनमा विकास हुने प्रक्रिया	दुत उठाउनी, दुत उदनी, दुत उटेई		
लैनु, अति प्रिय	लौरू			

	भाँक्री बन्ने व्यक्तिले शरीरमा पहिरने घण्ट, घाँडो, घुँघर, ढ्याङ्गो, कुखुरा, मयुरआदिको प्वाँख आदि सामग्रीले निर्मित विशेष पोसाक	आलमाल		
	गीत गाउने बेलामा केटाकेटीले आपसमा सम्बोधन गर्ने टट्यौली शब्द । गीतमा थगो बनाइने शब्द । केटाले केटीलाई फकाउँदा केटीमाथि आफ्नो हक निश्चित होस् भनेर केटाले केटीलाई गोप्य रूपमा दिने रकम । यो रकम केटी स्वयंले प्रयोग गरेकी हुन्छे । केटीको विवाह छिन्नु अघि र प्रेम विवाह गरेर गएकी केटी पक्षका बाबुआमा वा दाजुभाइद्वारा केटा पक्षलाई केटी लिने भए वा पाउने भए यति रकम बुभाउनुपर्ने भनी तोकिने रकम ।	साई		
	कुटम्ब पक्षले जन्तीसँगै गई माइती पक्षलाई मान राखी कसार र खसी (खस), रोटी, रक्सी र राँगो (मङ्गोलियन) बुभाउने र माइती पक्षले बुभने प्रचलन	चारबुभाउनी र चारखानी		
क्रियापदको अन्तमा आउने 'छ' को सट्टामा प्रायः 'च' उच्चारण हुने	भन्छ, गछ्छ, खान्छ, पर्छ आदि ।	भन्च, गर्च, खान्च, पर्च आदि		
शब्दको अन्तिम अक्षरमा आस्, एस्, औ उच्चारणको सट्टामा आई, एई, एउ उच्चारण हुने	नखालास, जालास, भन्लास् आदि ।	खालाई, जालाई भन्लाई आदि ।		
	खालेस् जालेस्, भन्लेस् आदि ।	खालेई, जालेई, भन्लेई आदि ।		
	खान्छो, जान्छो, भन्छो आदि ।	खानेउ, जानेउ, भन्नेउ आदि		
साथीसाथी बिचमा बोलाउने शब्द (पुरुष)	साथी, साथीहरू, सखी, सँगी	बड्डा, साथ्यौ, सड्साथ्यौ		
साथीसाथी बिचमा बोलाउने शब्द (महिला)	साथी, साथीहरू, सखी, सङ्गीनी	बड्डा, साथ्यौ, सड्साथ्यौ		

(पुरी, २०८०, पृ. १४३)

समाज अन्वेषण (वर्ष-२, अङ्क-१, पूर्णाङ्क-३, २०८१ वैशाख-असोज)/१४३

सामाजिक जीवन

मङ्गोलियन र खस आर्य समुदायका बिचमा सामाजिक सम्बन्ध राम्रो रहेको छ । यहाँका मङ्गोलियनहरूमा मामाको छोरी विवाह गर्ने चलन छ । खसआर्य क्षेत्रीहरूमा पनि मामाको छोरीसित विहेबारी हुन थुनछेक छैन । धर्म, स्थानीय देवता, जन्म, विवाह, मृत्यु आदि संस्कारमा धेरै जसो समानता रहेको छ । सबै जातजातिमा मूलतः एकनिष्ठ विवाह कायम रहँदै आएको छ । यसरी यहाँ ऐतिहासिक कालदेखि नै सामाजिक सद्भाव र सहअस्तित्वको संस्कृति निर्माण भएको छ । यहाँको व्यवसाय खेती र पशुपालन हो । खेती र पशुपालन परम्परागत रहेको छ । मकै र गहुँको उत्पादन विशेष हुन्छ । खानामा रोटीको प्रयोग बढी हुन्छ । पानीघट्टको उपयोग हुन्छ । घाँसपात र दाउराका लागि मेलापात, र वनजङ्गल गर्नुपर्दछ । पुरुषहरू प्रायःजसो विदेश वा प्रवासतिर रोजगारको लागि जाने संस्कृति भएकोले खासगरी महिलाहरू उत्पादन कार्यमा बढी सहभागी छन् । कतिपय शिक्षण र कर्मचारी पेसा गर्ने पनि छन् ।

भेषभूषा

यहाँका महिलाहरूको मुख्य भेषभूषा गुन्यु, चोलो, लुङ्गी, ब्लाउज, फरिया, सारी, मजेत्रो, पटुका, सुइटर आदि हुन् । यसका साथै नयाँ पुस्ताका महिलाहरूले कमिज, भेष्ट, कुर्थासुरूवाल, पाइन्ट, हाफपाइन्ट, ज्याकेट, जुत्ता, चप्पल आदि पहिरन पनि गर्दछन् । यहाँका महिलाहरू मध्ये धेरै जसोले गहनामा देब्रेतर्फको नाकको भागमा छेदन गरी फुली लगाउँछन् । भएसम्म कानमा सुनको यार्लिङ, भुम्का, माडुली, कुण्डल आदि लगाउने गर्दछन् । राजनीतिक कार्यकर्ता, जनप्रतिनिधि, शिक्षिका, कर्मचारी आदिले कार्यालयको समयमा र अन्य महिलाले मेला, चाडपर्व र विशेष उत्सवहरूमा सारी, ब्लाउज र आफूसित उपलब्ध भएको गहनाका

विभिन्न सामग्री प्रयोग गर्दछन् । पहिले पहिले गहनलालाई प्रतिष्ठा र इज्जतको रूपमा लिने गरिन्थ्यो तर अब त्यसबाट समाजमा वर्गीय भेद भल्किने स्थिति देखा पर्दै गएकोले त्यसको महत्त्व घटेर गएको छ (लाली रिजालसितको कुराकानी, २०८०, मङ्सिर २४ गते) । यहाँका पुरुषले भोटो, कोट, सुरूवाल, धोती, खाडी, पटुका, इष्टकोट, टोपी, जुत्ता आदि मुख्य रूपले प्रयोग गर्दछन् । नयाँ पुस्ताले कमिज, कोट, पाइन्ट, बेल्ट, जुहारीकोट, जुत्ता, चप्पल आदि प्रयोग गर्न थालेका छन् (ज्ञवाली, २०५६, पृ. ११-१२) ।

विश्वासको संस्कृति

यस संस्कृतिअन्तर्गत धार्मिक मान्यता, स्थानीय देवीदेवताको पूजा, अन्धविश्वास, विभिन्न चाडवाड आदि पर्दछन् ।

धार्मिक मान्यता

हिन्दु धर्मलाई यहाँका एकाध मानिसबाहेक आम रूपमा मानिँदै आएको छ । धार्मिक कट्टरपन्थी भएर कुनै सम्प्रदायिक समूह गठन गरी अन्य धर्मप्रति गुटबन्दी गर्ने अथवा अनास्था फैलाउने कार्य यहाँ नहुने गरेकोले धार्मिक सहिष्णुता र सद्भावप्रति यहाँको समाज संवेदनशील रहेको प्रस्ट हुन्छ ।

स्थानीय देवीदेवताको पूजा

कर्णाली सभ्यतामा मस्टो देवतालाई सर्वश्रेष्ठ मानिन्छ । त्यो सभ्यताको पूरा प्रभाव यहाँ पनि छ । मस्टो कुनै मूर्ति भएको देवता होइन । यो एउटा अलौकिक शक्ति हो, जो आफ्नो अनुयायीलाई आपत्ति अथवा समस्याबाट पार लगाउन धामीले बोलाएपछि उक्त धामीमा अवतरण हुन्छ र धामीको मुखबाट आफ्नो अनुयायीलाई उपचारहरू बताउन थाल्दछ (श्रेष्ठ, २०७८, पृ. ८५) । दाह्रे, बुडाल, क्षेत्रपाल, निरवंशी बराह,

भैरव, चित्रालेखी, दुधे, मकाल, कैलु बराह मस्टो चौरासी लामा आदिलाई कुलदेवता वा इष्ट देवताको रूपमा पूजा गरिन्छ। यी सबै मस्टोका धामी हुन्छन्। धामी हुने व्यक्ति देउताको डाडर कहलाइन्छ। धामीले हातमा घण्टी, टपरीमा अक्षता र गादिको धारण गरेर भूत, वर्तमान र भविष्यको जोखाना हेर्ने गर्दछन्। धर्मपालक र संरक्षकको रूपमा एक जना वा भित्री र बाहिरी गरी दुई जनासम्म पुजारी हुन्छन्। निरवंशी बराह, चित्रलेखी, दुधे मस्टोबाहेक अन्य सबै मस्टो देवतालाई बोका वा भेडाको बलि दिइन्छ। बलि सहज प्रकारको हुन्छ। मस्टो देउताहरू जगतकै भलो र कल्याण गर्ने हुन्छन् भन्ने विश्वास छ। न्यायको प्रतिकको रूपमा पूजा गरिने देवी साईकुमारीको मन्दिरमा भेडाको बली चढाउने गरिन्छ। यहाँ साईकुमारीलाई साँइक्वाँरी भनेर उच्चारण गरिन्छ (हरिराम पुरीसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर १८ गते)।

मङ्गोलियन समाजमा भाँक्री देवताको पूजा गर्ने गरिन्छ। भाँक्री देवतालाई शरीरमा उतार्ने भाँक्री हुन्छन्। भाँक्रीले शरीर कपाउँदै, घण्टी बजाउँदै जो खाना हेर्ने गर्दछन् (टीकाराम पुनसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर १८ गते)। यहाँ दलित समुदायभित्रका कैयौँ व्यक्ति आफ्नो पितृ देवताको भाँक्री रहेका छन्। भाँक्रीहरूले प्रायः बसेनि मङ्सिरे पूर्णिमाको बेलामा जिउँदो बोका, साँगुर वा कुखुराको भोग खाने गर्दछन्। त्यसरी भोग खानुलाई स्थानीय भाषामा तोयो खाने भनिन्छ। त्यो उनीहरूको समुदायको महत्त्वपूर्ण पर्वको रूपमा रहेको छ। भाँक्रीले आलमाल पहिरिएर ढ्याङ्गो बजाउँदै काँप्ने गर्दछन् (सर्पे कामीसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर १७ गते)।

यहाँ बर्मा देउताको पूजा गर्ने संस्कृति छ। कउँलजैसी, घुरूजैसी, रामाजैसी, देउरामजैसी, गङ्गाजैसीलागायतका विभिन्न बर्माको प्रख्याती रहेको छ। कुनै अष्टेरोमा पर्दा यी बर्मालाई भाकाकबुल गरी

बलि दिने प्रचलन छ। बलि घाँटी रेटेर दिने गरिन्छ। यी सबै बर्माको थान हुन्छ। सामान्यतया यिनीहरू देवात्मा नभई प्रेतात्मा भएकोले यिनीहरूले मानिसहरूको कल्याण गर्नेभन्दा पनि बेखुसी भएपछि कुदृष्टि राख्दछन् र दुःख बर्षाउँछन् भन्ने जनविश्वास रहेको छ। बर्माबाहेक भयाँर, फुटेसल्ली, खोरबासे, माई, बज्या सोबर्ना आदि विभिन्न देवीदेवता र प्रेतात्माहरूको पनि पूजाआजा गर्ने संस्कृति रहेको छ (शेबहादुर के.सी.साँग कुराकानी, २०८० मङ्सिर २३ गते)।

अन्धविश्वास

टुनामुना, बोक्सी, मसान, देउराली, स्थानीय देवीदेवता, लागोभागो आदिको कुदृष्टि पर्दछ भन्ने अन्धविश्वासको संस्कृति छ। त्यही अन्धविश्वासको संस्कृतिका कारण विभिन्न महिलामाथि बोक्सीको आरोप लगाउने, विभिन्न व्यक्तिलाई लागोभागो लगाउने पात्रको रूपमा चित्रित गर्ने, भुत, मसान, दे उराली आदिको भयबाट डराउने, महिनावारी भएकी महिलालाई छुन नहुने, दलितलाई गोरसपान गर्न नदिने, बिरालो बाहुन विधुवा आदिले बाटो काटे वा अगाडि लागेमा राम्रो नहुने, मङ्गलबारमा मिसिन नहुने, शनिबारमा अलग हुन नहुने, साउन र कात्तिकमा विवाह गर्न नहुने, ९ महिनामा गाउँमा पस्न नहुने, ९ दिनमा घरमा आउन नहुने भन्ने अन्धविश्वासको संस्कृति छ (हंशराज पुरीसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर १९ गते)।

चाडपर्व

यहाँका चाडवाड र मेला स्थानीय देवीदेउताको विश्वासमाथि आधारित छन्। मेलडाँडा, कुनाखेत, खोलीकाँडा, आलाको मेला बर्मासित, दुदिलचौरको मेला बुडालमस्ट र साई कुमारीसित, जिपसिङ, किमाना र रेलापोखराको मेला बाघको शक्तिसित सम्बन्धित

मेला हुन् (शेरजड खनालसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २१)। यसरी यहाँका मेला र चाडपर्व स्थानीय देवीदेवताप्रतिको विश्वाससित सम्बन्धित रहेको कुरा स्पष्ट हुन्छ।

जीवनसंस्कार

यस गाउँपालिकामा जीवनसंस्कारका मुख्य तीन कार्य जन्मसंस्कार, विवाहसंस्कार र मृत्युसंस्कार सम्पन्न हुँदै आएका छन्।

जन्मसंस्कार

शिशुको जन्म भएपछि महिला सुत्केरी हुन्छिन्। त्यो अवधिलाई स्थानीय प्रचलनमा सुत्केरो भनिन्छ। यो अवधि सामान्यतया २२ दिनसम्म रहन्छ। शिशुको ९ वा ११ दिनमा न्वारन गरिन्छ। ५ वा ६ महिनामा पास्नीको समय आउँछ। एकाध बाहेक आम रूपमा पास्नीमा कुनै खास समारोह आयोजना हुँदैन तापनि परिवारको जेष्ठ सदस्यबाट शिशुलाई अन्नपान गराउने प्रचलन छ। यहाँ अत्यन्त न्यून सङ्ख्यामा रहेका बाहुन थरका परिवारले ब्रतबन्धको संस्कार अँगाल्ने गरेको भए पनि आम रूपमा यो चलन छैन (बालकृष्ण रि जालसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २१)।

विवाहसंस्कार

यहाँ मागी, चोरी र प्रेम गरी तीन विवाह मुख्य रूपमा प्रचलित छन्। साईप्रथा अब करिब हटिसकेको छ। दाइजो प्रथा नभएपनि दाइजो दिन र लिन सकिन्छ। यहाँको विवाहसंस्कार वैदिक प्रक्रियाबाट नै सम्पन्न हुन्छ। दलित र मङ्गोलियनहरूको विवाह संस्कार प्रायःजसो छोरीचेलीले नै सम्पन्न गर्ने गर्दछन्। केटीलाई भित्र्याइसकेपछि पाइला फर्काउने र पाइला दोहोर्‍याउने रीति छ। विहे हुँदा वा सकेसम्म विहे भएको एक वर्षभित्र वा कुनै अनुकूल समयमा माइती

पक्षलाई कोसेली बुभाउनुपर्ने हुन्छ। यहाँ यसलाई चार भनिन्छ। कोसेलीमा खसआर्यमा खसी, कसार (लाडू) आदि तथा मङ्गोलियन र दलितमा राँगा, तेल वा घिउमा पकाएका रोटी र रक्सी हुने गर्दछन्। यति कार्य पूरा गरेपछि विवाह संस्कार पूरा हुन्छ (नदीराम के.सी.सित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २२)।

मृत्युसंस्कार

बाहुनक्षेत्रीमा शङ्ख र दमाहाको एकहोरो शोक धुन बजाउँदै कपडाको लामो कात्रोसहित ठाउँठाउँमा सद्विउ छर्दै शवलाई अन्येष्टि स्थलमा पुर्‍याइन्छ। बाहुन, क्षेत्री र दलितहरूको मृत्युमा शवलाई जलाउने परम्परा छ। मगर र दलित समुदायमा भने शङ्ख बजाइन्छ। मगर समुदायमा विधिअनुसार जमिनमा शवलाई सुताउन पुग्ने गरी खाडल खनी समाधिष्ट गर्ने प्रचलन छ। मृत्युपछि बाहुन क्षेत्रीहरूमा मृतकका पुत्र वा पुत्र नभएमा पुत्री वा उनीहरूमध्ये कोही पनि नभएमा सबैभन्दा नजिकका भाइबन्धुमध्येबाट कसैले क्रियापुत्रीको भूमिका निर्वाह गर्दछन्। उनीहरू १३ दिनसम्म कृत्याकर्ममा रहन्छन् भने बाँकी सबै भाइबन्धुहरूले जुठो बार्ने गर्दछन्। १३ औँ दिनमा शुद्ध हुने कार्य गरिन्छ। त्यस दिनमा वैदिक विधिअनुसार गौदान लगायतका विभिन्न दानका क्रियाकलाप सम्पन्न हुने गर्दछन्। शुद्ध भइसकेपछि कसैले पैतालिस दिनसम्म र कसैले एकवर्षसम्म बरकी बार्ने गर्दछन् (विद्यापति रिजालसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २४ गते)। तर मङ्गोलियन र दलित समुदायले तीन दिन मात्र कृत्याकर्म गर्दछन् र त्यो कर्मलाई उनीहरूका चेलीबेटीहरूले विधिअनुसार सम्पन्न गराइदिन्छन्। यति गरिसकेपछि मृत्युसंस्कारको कार्य सम्पूर्ण रूपमा पूरा हुन्छ (भरे सार्कीसित कुराकानी, २०८०, मङ्सिर १७ गते)। दशनामीहरूको मृत्युसंस्कार केही फरक हुन्छ। मृतकको सम्मानमा शङ्खबाहेक अरू बाजा

बजाइँदैन । कसैले ठाडो पारेर शव गाड्ने गर्छन् भने कसैले जलाउने गर्दछन् । दशनामीहरूले हिन्दु धार्मिक संस्कारको पूर्ण पालना गर्दछन् (मनिराम पुरीसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २२) ।

साहित्य र सङ्गीत

यहाँ प्रचलित लोक र आधुनिक साहित्यमध्ये लोकसाहित्यको प्रभाव धेरै छ । हाम्रा लोकसाहित्यमा विद्यमान इतिहास, राजनीति, दर्शन, संस्कृति र ज्ञानगुणका कुरा छन् (गिरी, २०५७, पृ. १५) । लोकसाहित्य सजिलैगरी आत्मसात गरिने हुँदा इतिहास, राजनीति आदि बुझ्न पनि सहज हुन्छ । लोकसाहित्यबाट मानवजातिको सामाजिक जीवनको ऐतिहासिकता, सांस्कृतिक परम्परा, स्थिति र महत्त्व दर्साइनुका साथै सामाजिक परिवेश, स्थानीयता, आज्वलिकता आदिको परिचय हुन्छ । यहाँको लोकसाहित्यमा लोकजीवनको सांस्कृतिक महत्ता निहित छ । लोकसाहित्यमा लोकगीत, लोककविता, लोककथा, लोकनाटक, लोकगाथा, गाउँखानेकथा, उखानटुक्का आदि रहेका छन् ।

लोकगीत

नेपाली लोकजीवनले रचना गरेर सुखदुःख, हर्षविस्मात, मेला, पर्व, जात्रा, तमासा आदिमा गाउने गीतलाई लोकगीत भनिन्छ (अधिकारी, २०३५, पृ. ३०) । लोकगीतमा लोकको हर्ष, विस्मात, उमङ्ग र उल्लास, रीतिरिवाज, धार्मिक विश्वास र सामाजिक प्रचलन एवम् इच्छा, आकाङ्क्षा समेत अङ्कित हुने गर्छन् (दिवस, २०३९, पृ. १३९) । प्रस्तुतिकरणको आधारमा लोकगीत सकर्मक र अकर्मक हुन्छन् (कन्दड्वा, २०२०, पृ. १०) । नेपालमा बाह्रमासे, संस्कार, श्रम, धार्मिक, पर्वअन्तर्गतका विभिन्न लोकगीत प्रचलनमा रहेका छन् (खत्री, २०३५, पृ. १७) । उपर्युक्त सबै मान्यता वाँफीकोट गाउँपालिकामा प्रचलित लोकगीतमा

अन्तर्निहित छन् । विभिन्न सुखदुःख, मेलापर्व, विवाह, पास्नी, छैटी, पूजाआजा, रोपाइँ आदिमा विभिन्न गीत गाउने गरिन्छ । ती गीत मध्ये सिँगारू, ठाडो भाका, छड्का, भ्याउरे, पैसारी, टप्पा, बन्गारी, भजन, तिज, गन्धर्व, भाउ आदि मुख्य रूपमा प्रचलित छन् (कविराज गौतमसँगको कुराकानी, २०८० मङ्सिर २१) ।

लोककविता

काला परेवा उडी गैया सेता परेवा दाइँ, दन्तपापी हाँस्छन् खेल्छन् चित्त मिलाको नाइँ जस्ता लोक कविता बोल्ने पुरानो पुस्ता अब बाँकी रहेको छैन (पुरी, २०८०, पृ. ६५) । नयाँ पुस्ताले लोककविताबारे जानकारी राखेको छैन । त्यसैले लोककविताको संस्कृति प्रायः समाप्त छ ।

लोककथा

लोककथाले लोकमानसको मूल भावनाका रूपलाई स्थूल प्रतीकले अभिव्यक्त गर्दछ । लोककथा लोकका सहज अभिव्यक्ति हुन् (आचार्य, २०६३, पृ. १४४) । लोककथामा रूकुम पश्चिम समृद्ध छ । यहाँ सयौँ लोककथा उपलब्ध छन् । यस जिल्लाका प्रायः लोककथाहरूमा ग्राम्य परिवेश आउँछ र लोकभाषाको प्रयोग गरिएको हुन्छ । लोककथाहरूमा प्रयुक्त भाषा सरल, सरस र सम्प्रेष्य किसिमको हुन्छ । लोककथाहरू नीतिशिक्षा तथा मनोरञ्जन प्रदान गर्ने खालका हुन्छन् (देवकोटा, २०६३, पृ. ७४) रूकुम पश्चिम जिल्लाको लोककथा परम्पराको प्रभाव यस पालिकामा पनि बलियो रहेको छ । यहाँ लोकमानसको भावना व्यक्त गर्ने दिदी र भाइ, लिख्या टोकेनी, कल्या टोक्या, अन्धी छोरी र बाबु जस्ता अनेकानेक लोककथा प्रचलनमा रहेका छन् ।

लोकगाथा

लोकगाथा भनेको त्यस्तो गीत हो, जसमा एउटा

कथा हुन्छ (बन्धु, २०५८, पृ. १९६)। यहाँका भाँक्री र धामीले गीतमा कथा सुनाउँछन्। त्यसलाई स्थानीय भाषामा खेती हाल्ने भनिन्छ। यो एक प्रकारको मौखिक इतिहास हो। यहाँ लोकगाथाको मान्यतालाई धामी, भाँक्री र गाइनेले निरन्तरता दिएको जस्तो प्रतीत हुन्छ।

लोकनाटक

यहाँ लोकनाटक छुट्टै विधाका रूपमा अस्तित्वमा रहेको पाइन्छ। सिँगारू नाच नाटकीय हुन्छ। कुरा गरेजस्तो गरी हाउभाउद्वारा गीतलाई कलात्मक भाषामा व्यक्त गरी नाच नाचिन्छ। पुरुष मान्छेले महिला वस्त्रको पहिरन गरी विभिन्न स्वरूप देखाएर नाच्ने गर्दछन्। तर यो नाटक भने होइन। लोकनाटक अस्तित्वमा नरहेको भए पनि लोकनाटकका अवशेष लोकगीत र नाचको संस्कृतिमा विद्यमान रहेका छन् (वीरभान पुरीसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २२)। लोकोक्ति : यसअन्तर्गत उखान, टुक्का, गाउँखाने कथा आदि पर्दछन्। लोकोक्तिमा मानव संस्कृतिको बे जोड बौद्धिक प्रभाव अन्तर्धुलित भएको हुन्छ। तुलना, व्यङ्ग्य आदि गर्दा प्रयोजनमा आउने हुन्छन्। यिनमा समाजको चित्र हुन्छ। समाजमा भएका विविध सङ्घर्ष र वर्ग विभाजनको प्रतिच्छायाँ लोकोक्तिमा पाइन्छ (लामिछाने, २०७४, पृ. ३३)। समाजमा विभिन्न खाले दार्शनिक, धार्मिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, जातीय र वर्गीय दृष्टिकोण, आस्था, चालचलन, परम्परा र संस्कार हुने हुनाले उखानले यी सबै कुराको सङ्क्षिप्त इतिहास बोकेका हुन्छन् (प्रश्रित, २०६९, पृ. ५८)। रूकुमका उखानटुक्का ग्रामीण परिवेशमा उत्पादित मौलिक छन् (पुरी, २०६३, पृ. ४७)। यस मौलिकताको प्रभाव यस पालिकामा पनि परेको छ। उखानटुक्काले सामाजिक जीवनका व्यवहारिक पक्षलाई समेटेका हुन्छन्। उखानटुक्काहरू जीवनका प्रत्येक पक्षसित जोडिएका हुन्छन् र तिनीहरूले वास्तवमा जीवनमा

प्रत्येक पक्षलाई प्रतिनिधित्व गर्छन् (सिंह, २०६९, पृ. ७०)। यहाँ प्रचलित लोकोक्तिमा उपर्युक्त सबै मान्यता अन्तर्निहित छन्। नलाउँ भन्या लौरु माया लाउँ भन्या जिउ जानी (टुक्का), भनुँ भन्या मुख मैलो, नभनुँ भन्या रित्तो थैलो(उखान), सात भाइको एउटै टुप्पी के हो ? (गाउँखाने कथा) जस्ता लोकोक्ति प्रशस्त मात्रमा प्रचलित छन् (वीरबहादुर के.सी.सित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २२)। यसबाट यहाँको लोकोक्ति संस्कृति बुझिन्छ।

आधुनिक साहित्य

यस गाउँपालिकामा आधुनिक साहित्यको संस्कृति बनेको भए पनि त्यतातर्फको यात्रा आरम्भ भएको छ। रूकुम जिल्लामा साहित्यको विकास उच्च हुँदै गइरहेको छ (के.सी., २०६५, पृ. १९)। आधुनिक साहित्यलाई अग्रदिशामा लैजान वाँफीकोट एक महत्त्वपूर्ण हस्तीका रूपमा अगाडि आएको छ। यहाँका कवि र लेखकहरूले महाकाव्य, खण्डकाव्य, फुटकर कविता, उपन्यास, कथा, समालोचना जस्ता दर्जनौँ उच्च कृति प्रदान गरेका छन्। रूकुम जिल्लामा प्रचलित खसानी उखानहरूको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण (पुरी, २०६३), रूकुम जिल्लामा प्रचलित खसानी लोककथाहरूको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण (देवकोटा, २०६३), रूकुमको साहित्यको ऐतिहासिक रूपरेखा (के.सी., २०६५), वाँफीकोट गाउँपालिकामा प्रचलित लोकगीतको विश्लेषण (पुरी, २०८०) जस्ता विषयमा शोध र अध्ययन गर्ने शोधार्थी र अध्ययनकर्ता यहाँका हुन्। यो विवरणले यहाँको आधुनिक साहित्यको फक्रिदो अवस्थालाई देखाउँछ।

लोकबाजा

लोकबाजामा मादल, डम्फु, भ्याली, नेवर,

दमाहा, ट्याम्को, सनई, कर्नाल, मुरली, बाँसुरी, मुर्चङ्गा आदि प्रचलित छन्। यिनै लोकबाजामा यहाँको सङ्गीत संस्कृति निर्माण भएको छ (दलबीर के.सी. साँगको कुराकानी, २०८० मङ्सिर २२)।

साजसज्जा

यहाँको साजसज्जाको अवस्था सामान्य प्रकारको रहेको छ। एकाध सिलेटका भए पनि प्रायः फुसका छाना तथा चौडाइभन्दा लम्बाइ धेरै हुने चारकुने घर माटो र ढुङ्गाबाट निर्मित छन्। घरका भित्ता रातो माटो वा सेतो कमेरोले रङ्गीन बनाइन्छ। घरमा मूल, स्यानी, चोरढोका र आवश्यकतानुसार भ्याल राखिएको हुन्छ। भ्याल र ढोकालाई कालो कमेरोले रङ्गाउने गरिन्छ। घरको नयाँ छाना फेर्दा छानाको मध्यभागमा निगालाको डन्डीमा उनेर राता सेता ध्वजिका फहराउने चलन छ। घरमा गाईको गोबर र रातो माटो मिसाएर लिपपोत गरिन्छ। प्रत्येक घरको कुनै स्थानलाई देवीदेवताको बास गर्ने भण्डारको रूपमा छुट्याइएको हुन्छ। उक्त भण्डारमा असम्बन्धित कसैलाई पनि प्रवेश अनुमति हुँदैन। देवीदेवताको थानमा दुध चढाउनका लागि गाईको गोबरका सयौँ कुण्ड बनाएर साजसज्जित गरिन्छ (अध्ययनकर्ता स्वयं)। सिँगारू गीत र नाचमा पुरुषलाई महिलाका रूपमा सज्जित गरी प्रस्तुत गराइन्छ। भाँक्रीले गजा, ढ्याङ्ग्रो, घण्टा, कल्की आदि धारण गरेर साजसज्जा गर्दछन् (जोखबहादुर सिंहसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २२ गते)। महिलाले आँखामा गाजल, हातमा चुरा र विभिन्न गहनाले आफूलाई

सन्दर्भ सामग्रीहरू

अधिकारी, रविलाल (२०३५). *नेपाली लोकसाहित्यको भलक*. पोखरा : साहित्य शृङ्खला।
 आचार्य, गोविन्द (२०६३). *राप्ती लोकसाहित्य*. काठमाडौँ : पैरवी प्रकाशन।
 कन्दङ्वा, काजीमान (२०२०). *नेपाली जनसाहित्य*. काठमाडौँ : रोयल नेपाल एकेडेमी।
 के.सी., नदिराम (२०६५). 'रुकुमको साहित्यको ऐतिहासिक रूपरेखा.' स्नातकोत्तर शोधपत्र, त्रिवि., महेन्द्र बहुमुखी क्याम्पस, नेपालगञ्ज।
 खत्री, टेक बहादुर (२०३५). 'लोकसाहित्य लोकसंस्कृतिको आधार'. *नेपाली लोक सङ्गोष्ठी*. काठमाडौँ राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान।

सज्जित गर्दछन् (दलकुमारी गिरीसित कुराकानी, २०८० मङ्सिर २४ गते)।

चित्रकला

यहाँका घरका भ्याल सामान्य कलात्मक हुन्छन्। हलो, जुवा, काठको ठेकी, मस्टो तथा विभिन्न देवताको थानमा राखिने काठका तोर्मा (मूर्ति), घण्टा, दमाहा, मादल, हँसिया, मान्द्रो, डोको, थुम्से, भकारी, सुल्फा, सुर्के थैली, बेरूवा बास्सो आदि यहाँका कलात्मक वस्तु हुन् (अध्ययनकर्ता स्वयं)।

निष्कर्ष

वाँफीकोटमा प्रचलित संस्कृति लोकसंस्कृति हो। सिँजाली भाषिकाको प्रभाव रहेको नेपाली भाषालाई स्थानीय विशेषता सहित बोलिने गरिन्छ। यस गाउँपालिकामा स्थानीय देवीदेवताको पूजा संस्कृतिले समाजलाई बढी प्रभाव पारेको छ। मस्टो संस्कृतिलाई अपनाइने गरिएको यहाँको सामाजिक जीवन बढी प्रकृतिपरक रहेको छ। खसआर्य र मङ्गोल समुदायबिच युगौँदेखि सामाजिक र धार्मिक सद्भावको संस्कृति कायम छ। बेरोजगारको कारणले विदेशमा पलायनको संस्कृति बढ्दो छ। जीवनसंस्कारका मुख्य तीन पक्ष जन्मसंस्कार, विवाहसंस्कार र मृत्युसंस्कारलाई यहाँ अबलम्बन गरिएको छ। लोकसाहित्यको प्रभाव गहिरो रहेको छ। समग्रमा यहाँको संस्कृति नेपाली संस्कृतिको अङ्गको रूपमा रहेको कर्णाली सांस्कृतिक सभ्यतामा आधारित छ।

गिरी, जिवेन्द्र देव (२०५७). *लोकसाहित्यको अवलोकन*. काठमाडौं : एकता प्रकाशन ।
जिल्ला विकास समितिको कार्यालय (२०५८). *वस्तुगत विवरण*. पृ. १६, रुकुम ।
जोशी, सत्यमोहन (२०७८). *कर्णाली लोक संस्कृति-१ इतिहास*. काठमाडौं : हिमाल किताब प्रालि ।
ज्ञवाली, वेणीमाधव (२०५६). *प्राकृतिक, सामाजिक र आर्थिक स्वरूपभित्रको रुकुम*. सिस्ने ३ (३). पृ. ११ - १२ ।
दिवस, तुलसी (२०३९). *धिमाल लोकधर्म र संस्कृति*. काठमाडौं : नेपाल राजकीय प्रज्ञा-प्रतिष्ठान ।
देवकोटा, कमप्रसाद (२०६३). 'रुकुम जिल्लामा प्रचलित खसानी लोककथाहरूको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण'.
स्नातकोत्तर अप्रकाशित शोधपत्र, नेपाली केन्द्रीय विभाग ।
पन्त, जयराज (२०७१). सम्पादकीय, *नेपाली लोकवार्ता*. भाग-१. काठमाडौं : भृकुटी एकेडेमिक पब्लिकेसन्स ।
पुरी, रामप्रकाश (२०८०). वाँफोकोट गाउँपालिकामा प्रचलित लोकगीतको विश्लेषण. स्नातकोत्तर अध्ययनपत्र,
त्रिवि. रत्न राज्यलक्ष्मी क्याम्पस काठमाडौं ।
पुरी, वीरभान (२०६३). 'रुकुम जिल्लामा प्रचलित खसानी उखानहरूको सङ्कलन, वर्गीकरण र विश्लेषण'. स्नातकोत्तर
अध्ययनपत्र, नेपाली केन्द्रीय विभाग ।
प्रश्रित, मोदनाथ (२०६९). *दर्शन र दृष्टिकोण*. ललितपुर : माइलस्टोन प्रकाशन प्रा.लि. ।
बन्धु, चूडामणि (२०५८). *नेपाली लोकसाहित्य*. काठमाडौं : एकता बुक्स ।
बन्धु, चूडामणि (२०७८). *कर्णाली लोक संस्कृति-४. भाषा*. काठमाडौं : हिमाल किताब प्रालि ।
यात्री, पूर्णप्रकाश नेपाल. (२०७६). *भेरीका गाउँघर*. काठमाडौं : रत्नपुस्तक भण्डार ।
लामिछाने, मनोहर (२०७४). *लोकवार्ताका केही पक्ष*. काठमाडौं : ब्रदर बुक्स प्रकाशन प्रालि. ।
श्रेष्ठ, विहारीकृष्ण (२०७८). *कर्णाली लोक संस्कृति-३ जनजीवन*. काठमाडौं : हिमाल किताब प्रालि ।
सिंह, मोहनविक्रम (२०६९). *साहित्य, जीवन र सौन्दर्य*. काठमाडौं : साभा प्रकाशन ।
सिंह, स्थिर जङ्गबहादुर (२०७८). *कर्णाली लोक संस्कृति-२ भौगोलिक दृष्टिकोण*. काठमाडौं : हिमाल किताब प्रालि ।

अन्तर्वार्तामा सहभागीहरू

कविराज गौतम (७३). वाँफोकोट-१ लागिम. सर्वसाधारण ।
जोखबहादुर सिंह (६७). वाँफोकोट-४ कोट. पूर्व शिक्षक ।
भरे सार्की (७८). वाँफोकोट-६ मग्मा. सर्वसाधारण ।
टीकाराम पुन (५७). वाँफोकोट-५ लिखाबाड. सर्वसाधारण ।
दलकुमारी गिरी (७१). वाँफोकोट-९ भुला. सर्वसाधारण ।
दलबीर के.सी. (५७). वाँफोकोट-३ भागले. सिंगारु गीत गायक, शिक्षक ।
नदीराम के.सी.(५७). वाँफोकोट-८ दुली. कवि, लेखक, शोधार्थी ।
बालकृष्ण रिजाल (५३). वाँफोकोट-१० ठाँटी. शिक्षक ।
मनिराम पुरी (८७). वाँफोकोट-४ छिनखेत. सर्वसाधारण ।
लाली रिजाल (८१). वाँफोकोट-५ काँडा. सर्वसाधारण ।
विद्यापति रिजाल (६८). वाँफोकोट-४ बालुवाचौर. पूर्व गाविस अध्यक्ष ।
वीरबहादुर के.सी.(७५). वाँफोकोट-५ बडापोखरा. पूर्व शिक्षक ।
वीरभान पुरी (६८). वाँफोकोट-५ काँडा. अध्ययनकर्ता, पूर्व प्राचार्य ।
शेरजङ्ग खनाल (७०). वाँफोकोट-७ दुलिङ्गा. पूर्व कर्मचारी ।
शेरबहादुर के.सी. (७२). वाँफोकोट-५. सर्वसाधारण ।
हरिराम पुरी (८८). वाँफोकोट-५ स्यापु. सर्वसाधारण ।
हंशराज पुरी (६५). वाँफोकोट-८ दुली. पूर्व शिक्षक ।