संसारभरिका तामाङ एक हौं

तामाङ संस्कार-संस्कृति निर्देशिका

༄།།ཛམ་བུ་ལིང་ཁོར་ལ་ ཏ་མང་ སྐྱེ་དུང་།
अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ परिषद्
International Tamang Council (ITC)

संसारभरिका तामाङ एक हौं

तामाङ संस्कार-संस्कृति निर्देशिका

༄༅།།ཛམ་བུ་ལིང་ཁོར་ལ་ ཏ་མང་ ཀླེ་དུང་།

अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ परिषद्

International Tamang Council (ITC)

केन्द्रीय सचिवालय

सन् २००५ डिसेम्बर १८ दिनमा भारत पश्चिम बंगाल, दार्जिलिङमा सम्पन्न दोस्रो अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ सम्मेलनले पारित गरेको तामाङ संस्कारसम्बन्धी कार्य निर्देशिकालाई सन् २०१८ डिसेम्बर १६ मा भारत पश्चिम बंगाल, मिरिकमा सम्पन्न चौथो अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ सम्मेलनबाट पारित सुझावलाई समेत समेटी यो तामाङ संस्कार संस्कृतिसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय निर्देशिका पुनः प्रकाशित गरिएको छ।

तामाङ संस्कार-संस्कृति निर्देशिका

प्रकाशक : अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ परिषद

प्रकाशन वर्ष : मञ्जुश्री सम्वत् २८६१ - बि.सं. २०८२ - सन् २०२५

सर्वाधिकार : अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ परिषद

ले-आउट/मुद्रण : म्हेन्दो डिजाइन एण्ड प्रिन्ट हाउस प्रा. लि.
पुतलीसडक, काठमाडौं
फोन नं.: ९७७-१-५३५१९७४
इमेलः mhendodnp@gmail.com
वेवसाईटः www.mhendodesign.com.np

यस निर्देशिकामा परेका संस्कार-संस्कृतिको कुनैपनि अंश संशोधन गर्न परे अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलनले मात्र संशोधन गर्न सक्नेछ।

प्रस्तावना

हाम्रा ताम्बाहरूले प्रस्तुत गरेका गौरवशाली तामाङ इतिहास र हाम्रा पुर्वजले भविष्यको यात्राको लागि देखाएको बाटोको हामी ती पूर्खाका स्वाभिमानी सन्ततीको रूपमा एक साथ स्मरण गर्दै,

हाम्रो मानवीय, प्राकृतिक र आध्यात्मिक पक्षहरू बीच मातृभूमिसँगको सम्बन्धले विकसित तथा परिस्कृत दिगो समाज र आउँदो पुस्ताका लागि शान्ति, समानता र न्याय कायम गर्ने हाम्रो दायित्व प्रतिविम्बित गर्ने आफ्नो विशिष्ट तामाङ विश्व दृष्टिकोणलाई पुनर्पुष्टि गर्दै,

तामाङ बौद्धधर्म, बोम्बोवाद र ताम्बावादको अपूर्व समिश्रण भएको तामाङ सभ्यता र सांस्कृतिक सम्पदा गहिरोसँग जोडिएको कुरा आत्मसात गर्दै,

तामाङ संस्कृतिले तामाङ महिलाहरूलाई उच्च र सम्मानित स्थानमा राख्दै तामाङ समाजको उत्थानमा उनीहरूको योगदान र दायित्वको उच्च कदर गर्ने र दाजुभाइ र चेलीबीच पारस्परिकता, आपसी सहयोग र समताको मूल्यलाई बढावा दिने कुरालाई अवलम्बन गर्दै,

ताम्बा परम्पराबाट विकसित वर्तमान तामाङ सेलो, डम्फू, टुङ्नाको गीत र संगीत हाम्रो जातिको पहिचान र संस्कृतिको अभिन्न अंग भएको, नयाँ पुस्तामा आफ्नो धर्म, इतिहास र मूल्य मान्यता साथै शिक्षा र चेतनाको प्रशारण गर्न माध्यम भएको र यो हाम्रो सौन्दर्य बोधको अभिव्यक्ति समेत भएको कुराप्रति गर्व गर्दै,

एक्काईसौं शताव्दीले अगाडि सारेका चुनौतीहरूलाई सामना गर्न तामाङ जातिले आफ्नो समाजभित्र र अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा क्रियाशील रहने कटिवद्धतालाई दोहोर्‍याउँदै र यो क्रियाशील रहने नैतिक जिम्मेवारी भावी पिँढीमा हस्तान्तरण गर्नुपर्ने आवश्यकतालाई दृष्टिगत गर्दै,

तामाङ समाजका पनि बोम्बो (बोम्बो, लम्बु, लप्तेवा), लामा (लोपन, लोवन), र ताम्बा जस्ता परम्परागत संस्थाहरू आजभोलि न्हाङ्खोर र बाह्रछोम्पा जस्ता चलनहरू हट्दै गएका यी संस्थाहरू र संस्कार, संस्कृतिप्रति केही तामाङहरूमा विचलन र उदासिनता आएको अनावश्यक खर्चिलो, तडक भडक र विकृति समेत देखिन थालेकोलाई दृष्टिगत गर्दै,

तामाङ जातिको जन्मदेखि मृत्युसम्म गरिने सम्पूर्ण संस्कार सम्पन्न गर्न समाज (ह्युल्वा/नाम्सावा) का अगुवाहरू लामा, गान्वा (गान्सुम) ताम्बा, बोन्बो (लाप्तावा, लाम्बु, साङदुङ), चोहो, गाउरुङ (गाउराई), मुल्मी, ह्राबाब्योन्दोर्जे, छ्याङबा, स्यान्बा, छ्युमा, कोङ्ग्येर, कटौकेको भूमिका महत्वपूर्ण रहेको हुन्छ । यिनै समाजका अगुवाहरू संलग्न तामाङ समाजको सामाजिक संरचनाले तामाङ समाजलाई जीवन्त, गतिशील र व्यवस्थित बनाई बाह्य संस्कृतिको अतिक्रमणबाट संस्कृति बचाउने र तामाङ समाजमा तामाङ संस्कार, संस्कृतिको संरक्षण, सम्वर्द्धन तथा विकासको निम्ति रुढीवादी र विकृतिहरूलाई हटाएर वैज्ञानिक रूपमा परिस्कृत गर्नुपर्ने भएकाले,

समय, परिस्थिति, वैज्ञानिक, प्राविधिक विकास र त्यसद्वारा उत्पन्न ज्ञानहरू अनुरूप संस्कार संस्कृतिलाई वैज्ञानिकीकरण गर्ने तामाङ समाज र जीवनोपयोगी बनाउँदै लैजानु अनिवार्य आवश्यकता भएको र तामाङ संस्कार, संस्कृति र जातीय पहिचानलाई कालान्तरसम्म जोगाई राख्न निश्चित नीति, नियम र मार्ग निर्देशनहरू निर्माण गर्नु वान्छनीय भएकाले,

हाम्रो भूमि र विश्व दृष्टिकोण, हाम्रो आस्था र विश्वास, हाम्रो संस्कार र संस्कृतिमाथि विभिन्न धर्म र संस्कृतिले चारैतिरबाट अतिक्रमण भई हाम्रो अस्तित्व र पहिचान संकटमा परेको हाम्रो साझा अनुभूति र अनुभव भएकाले,

तामाङहरूको ताम्बावाद, बोन्वोवाद र लामावादको क्रियात्मक आलोक र सौन्दर्यमा हुर्केको आफ्ना राष्ट्रिय आदर्श, मूल्य–मान्यता, धार्मिक विश्वास, संस्कार र संस्कृतिमा देखा परेका विकृति, विसंगति, अनावश्यक तडकभडकलाई हटाउँदै विश्वभरका तामाङहरूबीच एकरूपता ल्याउनु र सरलीकृत गर्नु आवश्यक भएकाले,

विश्वमा भूमण्डलीकरण, सूचना, विज्ञान र प्रविधिको विकास, मानवअधिकारको दृष्टिकोण र आर्थिक संरचनामा आएको परिवर्तनले थपेको चुनौतीको सामना गर्नु हाम्रा परम्परा, संस्कार र संस्कृतिलाई परिमार्जित र परिस्कृत गरेर प्रतिस्पर्धी र समृद्ध पार्दै जानु वान्छनीय भएकाले,

प्रथम ऐतिहासिक अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ सम्मेलनको घोषणापत्रको अक्षर र मर्मलाई व्यवहारमा उतारेर स्वाभिमान, सुसंस्कृत र समृद्ध तामाङ समाज निर्माण गर्न सबै तामाङ क्षेत्र र वस्तीहरूबाट राय सुझाव सङ्कलन गरी सन् २००५ डिसेम्बर १८ दिनमा भारत पश्चिम बंगाल, दार्जिलिङमा सम्पन्न दोस्रो अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ सम्मेलनले पारित गरेको तामाङ संस्कारसम्बन्धी कार्य निर्देशिकालाई सन् २०१८ डिसेम्बर १६ मा भारत पश्चिम बंगाल, मिरिकमा सम्पन्न चौथो अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ सम्मेलनबाट पारित सुझावलाई समेत समेटी यो तामाङ संस्कार संस्कृतिसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय निर्देशिका पुनः प्रकाशित गरिएको छ ।

खण्ड
१

जन्म संस्कार

१.१ गर्भको रक्षा

१) गर्भको शिशु र आमा समेतलाई राम्रो (मंगल) होस् भन्नाको लागि बौद्धधर्मको दोमाङ परित्राणको शुत्र घरमा समय समयमा पाठ गर्ने । आ-आफ्नो थर विशेषको परम्परा अनुसार घरका कूल देवताहरूलाई गर्भिणी महिला, गर्भ र घरपरिवारलाई सुख, स्वास्थ्य र शान्तिका लागि साङसेर्गेम गर्ने ।

२) गर्भवती महिलाले खतरनाक, डरलाग्दो काम, दृष्यहरू, शारीरिक र मानसिक रूपमा जोखिम र प्रतिकूल आघात पर्ने काम नगर्ने । गर्भवती अवस्थामा श्रीमान–श्रीमती दुवैले प्राणी हत्या नगर्ने । तामाङ समाजमा गर्भधारण गरेकी महिलाहरूलाई कुनै पनि शुभ-अशुभ कर्मकाण्डको कार्यहरू गर्नबाट बञ्चित नगर्ने, नगराउने ।

३) गर्भिणी महिला र गर्भको रक्षाको लागि ल्होकाव र सिमेभुमे (शीव्दाःनेदा) आदिको पूजाआजा गर्ने । गर्भिणी महिलाको अघिल्लो बच्चा खेर गएको छ भने बोम्बो वा लामाबाट रिसापा वा मोच गर्ने । राम्रो राम्रो पुस्तकहरू पढ्ने र नजिकको गुम्बाहरूमा दर्शन गर्न जाने, लैजाने ।

४) गर्भको शिशु र गर्भिणी महिलाको राम्रो स्वास्थ्यको लागि पोषिलो खानेकुरा खाने, खुवाउने, सम्भव भएमा जान्ने बुझ्ने बुढीआमाहरू, सुढेनी, महिला स्वास्थ्य कार्यकर्ता तथा नजिकको स्वास्थ्यचौकीहरूमा सम्पर्क राखी बेलाबेलामा जचाउने र सुत्केरी गर्ने, गराउने ।

१.२ जन्म

१. बच्चा जन्मिसकेपछि नुहाई धुवाई सफा गरिसकेपछि सुत्केरीलाई तागतिलो र पोषिलो खानेकुरा खुवाउने ।

२. महायानी बौद्ध परम्परा अनुसार आमा र बच्चाको सुरक्षार्थ लामाद्वारा छेडुप, दोमाङ पाठ, मंगलशुत्र र दर्ज्यूको सुत्र समेत पाठ गर्ने ।

३. आमा र बच्चाको रक्षार्थ लाब्तावा र बोम्बोद्वारा कूलधर्म अनुसारको पूजा गर्ने । बच्चा जन्मेपछि अनुभवी महिला वा स्वास्थ्य कार्यकर्ताको सहयोग लिई खिया नपरेको सफा हतियारले नाल काट्ने, बिढ्याउने । नाल बिढ्याईसकेपछि बच्चालाई सफा पानीले नुहाई धुवाई गरी सेकताप गर्ने र चोखो पातीले सफा गरी आमाको दुध खुवाउने ।

४. नाल, शाल टपरी वा पातमा पोको पारी सुरक्षित स्थानमा गाड्ने ।

१.३ न्वारन (थाप्साङ, ठूईआङ थेन मीन थान्वा)

१. आ-आफ्नो ठाउँको रीतिथिति बमोजिम लामा, बोम्बो, भिक्षु, लाप्तावा आदि पुरोहित ल्याएर नवजात शिशुको न्वारन गर्ने । न्वारनका बेला नाम राख्दा तामाङ भाषामा नाम राख्ने । छोरा वा छोरी दुवैको ३, ५, ७ वा ११ दिनमा न्वारन गर्ने अन्यथा परिस्थिति बमोजिम सम्पन्न गर्ने, दोमासे नबार्ने ।

२. शिशुको नाम राखी ची (ज्योतिषशास्त्र) को आधारमा ग्रह, नक्षेत्र, दिन, बार, ल्हो, खाम र मेवा मिलाएर नाम राख्ने ।

३. तामाङ समाजमा न्वारन गर्दा न्वारन गर्ने पुरोहित लामा वा बोम्बोलाई निम्तो दिन पोङ वा खादा पठाउने/लैजाने ।

४. लामाहरूले साङबुम्बा छ्योइ, दोर्जे नाम्ज्युङ, टासी चोप्गे पाठ गर्ने । लामा नभएको अवस्थामा मान्छाङ न्वारन गर्ने । लामा नपाइएमा गान्बा, ताम्बा, भानिज, ज्वाइँ, मामाद्वारा सिङ्ने गर्ने, गराउने । साङवुम्बा, ठुई आदिको प्रयोग गरी न्वारन सम्पन्न गर्ने ।

५. थाप्साङ गर्दा ग्रोसिङ, तीतेपाती, ताक्पा, सुरचनचन, स्युक्पा र दर्शनढुंगा आदि तातो आगोको कोईलामा राखी बाफले शिशुलाई सुकाउने, शिशु र सुत्केरी आमालाई नुहाई धुवाई पूजापाठपछि कलशको ठुईले शीलथाप गर्ने साथै शिशुको शालनाल तथा सुत्केरी स्याहार्ने सुडेनी वा जो छ उसलाई र न्वारनका दिन आमन्त्रित हुनेहरूलाई बुम्बाको ठुई ग्रहण गराउने ।

६. अन्तरजातीय बिबाहबाट जन्मेका शिशुको पनि आमाबुबाको तामाङ रीत बमोजिम बिबाह भैसकेको हो भने न्वारन गर्ने ।

७. न्वारनमा आफ्नो वंश, आफन्त, मावली एवम् गान्बा, आखेमाम, लामा पुरोहित, चेलीमाइतीलाई बोलाई साधारण डोन मात्र खुवाउने ।

८. न्वारन गर्दा लामा, बोम्बो वा कोद्वारा गराउने हो ? सम्बन्धित अभिभावकको इच्छा अनुसार गर्ने ।

१.४ झाँक्रीद्वारा गरिने न्वारन

बुम्बा/कलशमा ल्वाङ, सुकुमेल, मह, श्रीखण्ड, पाँचऔले, तितेपाती, दुबो, धातु जस्ता पदार्थहरू हाली त्यसलाई शुद्ध पारी तयार गरिएको ठुई अनि छो (फलफूल) परिवार तथा आमन्त्रित सबैलाई छर्कने र खान/पिउन दिई शुद्ध पार्ने काम गर्ने ।

खण्ड
२

कर्म संस्कार

२.१ पास्नी (कान ख्वाबा)

१. लामा र भिक्षुद्वारा राम्रो साइत जुराएर मामा, आमा, आपा वा बाजेबज्यै जसको हातबाट भात खुवाउने साइत जुर्छ उसैको हातबाट भात खुवाउने । त्यसपछि क्रमशः ठूलोदेखि खुवाउने र आशिर्वाद (भ्रिन्लाव) दिने । त्यस दिनमा शिशुलाई नयाँ लुगा पनि लगाइदिने, छोरा अथवा छोरीलाई भेदभाव नगरी ५ महिनामा नै भात खुवाउने ।

२. भात खुवाईको दिन लामाद्वारा साङसेरगेम र ताम्बा वा बोम्बो (लाप्तावा, साङदुङ) द्वारा आफ्ना गाउँको देवी देवताहरू साथै घरका कूल देवताहरूको साङसेरगेम गर्ने ।

३. भात खुवाइमा आमा-बुबा, लामा, आखेमाम, म्हेमे र छिमेकी भद्रभलाद्मी, ताम्बा, आस्याङ, गाउँका बुढापाका, इष्टमित्र, मावलीहरू समेतलाई आमन्त्रण गरी आर्थिक भार नपर्ने गरी भोज खुवाउने ।

४. भात खुवाईको उपलक्ष्यमा गाउँका ताम्बा र आस्याङहरू एकआपसमा डम्फु बाजा बजाएर ताम्बा काइरनमार्फत् शिशुलाई शुभ आशिर्वाद दिइने परापूर्वकालदेखि चलिआएको चलनलाई यथावत् कायम राख्ने ।

२.२ छेवार

१. तामाङ समाजमा छोराको छेवार ३ वर्षदेखि ७ वर्षसम्म विजोर वर्ष पारी गर्ने ।

२. छेवार गर्दा मामालाई केही सगुन लगी निमन्त्रणा पठाउने तर डाङ नलाने, भान्जा देखाउने (कोन डोन्वा) चलन नगर्ने ।

३. छेवारमा अभिभावकको इच्छा अनुसार बोन्बो, ताम्बा वा लामा लगाई साङसेरगेम गर्ने, लामाद्वारा साईत जुराएर मामाद्वारा कपाल काट्ने । काटिएको कपाल चेलीद्वारा टपरीमा थाप्ने । निजी मामा नभएमा अरु नाता पर्ने मामाबाट कपाल कटाउन बाधा छैन ।

४. छेवारमा दाम्लोले बाँधी मुखमा दुबो च्याप्न लगाई हातमा फलफूल राखी कपाल काट्ने चलन बन्द गर्ने ।

५. छेवार गर्दा बोम्बो वा ताम्बाहरूले साङसेरगेम गरी छो (प्रसाद) चढाउने ।

६. आस्याङले कपाल काट्दा पहिला बुम्बा (कलश), मार्मे (दियो) आदि पुजेर घडी थापी ठीक साईत जुराई पहिलोपल्ट काटेको कपाल पूर्व दिशाको देवतालाई चढाउने र क्रमशः चारैदिशाको देवतालाई चढाउने र आकाशको देवतालई चढाउने, पातालको देवतालाई चढाउने र त्यसपछि केश कैचीले मेलैले काट्ने ।

७. छेवारमा काटेको कपाललाई चोखो रुखको टोड्कामा, ढुंगाको आडमा, बगेको पानीमा, चोखो ठाउँमा, फूलको रुखको फेदमा वा कसैले पनि नकुल्चने ठाउँमा राख्ने ।

८. छेवारमा ताम्बाहरूद्वारा डम्फू बजाएर ताम्बा काइरनबाट तामाङ समाजमा परम्परादेखि चलिआएको विधिविधान यथावत कायम राख्ने, गर्ने ।

९. निम्तालुहरूले नौनी घिउ वा कोको म्हेन्दोको टिका र खादा लगाई आशिर्वाद र उपहार तथा साधारण दक्षिणा दिने ।

१०. घरको तर्फबाट सकेसम्म थोरै छ्याङ, रक्सी बनाउने । थोरै खर्चमा गच्छे अनुसार छेवार सम्पन्न गर्ने र सीमित दाजुभाइ तथा इष्टमित्र नातागोतालाई बोलाउने । मामा ठेगानको लागि १ पोङ रक्सी, एउटा कुखुरा र छेवार पछिको डाङको रूपमा एकपोङ रक्सी, १२० (छ वीस) रोटी/बाबर र एउटा कुखुरा लाने । छेवार एकै दिनमा सम्पन्न गर्ने र गराउने ।

११. मामाको तर्फबाट टोपी, फेटा, एकजोर लुगा तथा जुत्ता र बढीमा १ वटा थाल लाने वा लान पाउने ।

१२. निम्तोमा आउने पाहुनाहरूले डाङको सट्टामा बढीमा रू. १५०/– (एकसय पचास) सम्म दिने र छोरीचेलीको हकमा साधारण स्ह्यालगर (सगुन) मात्र ल्याउने ।

१३. छेवारमा तामाङहरूको परम्परागत बाजा टुङना र डम्फूबाहेक अरु बाजाहरूको प्रयोग नगर्ने ।

२.३ प्रवज्या (टाप्चे)

१. तामाङहरू महायानी लामा बुद्ध धर्मका अनुयायी भएकाले बौद्ध धर्ममा प्रवेश गर्न लामाद्वारा बालक वा बालिकालाई शुभ साइत निकाली टासी चोप्पे (मंगलशुत्र) पढाई शिशुको टाप्चे (टुपी काट्ने) । शिशु लामा गुरुले जप्न दिएको मन्त्र जप्न सक्ने उमेरको हुनुपर्दछ ।

२.४ गुन्यु चोलो दिने (स्यामा हाङरे पीन्बा)

१. छोरीलाई पनि साईत अनुसार ७, ९ र ११ वर्षमा स्यामाहाङरे (गुन्युचोली) दिने ।

२. छोरीलाई गुन्युचोली (स्यामाहाङरे) दिँदा अभिभावकको इच्छाअनुसार लामा, ताम्बा वा बोम्बोद्वारा साङसेरगेम गर्न लगाउने ।

२.५ रजस्वला नबार्ने/ऋतुमति

१. कुनै ठाउँमा अन्य धर्मको प्रभावमा परेर महिनावारी भएको समयमा महिलाहरूले देवताको थान (छ्योखाङ) मा पूजाआजा नगर्ने र बार्ने गरेकोमा अब उप्रान्त नबार्ने ।

२.६ ट्याटु खोप्ने (म्हेन्दोछ्वाबा) कान छेड्ने र गरगहना लगाउने

१. छाला खोपेर अक्षर वा चिन्ह बनाउने, ट्याटु खोप्ने, कान छेडी गहना लगाउने, गला, हातमा गहना लगाउने चलन यथावत कायम राख्ने ।

२.७ पोते र सिन्दूर नलगाउने

१. तामाङ महिलाहरूले पोते र सिन्दूर नलगाउने ।

२.८ बिबाह

१. तामाङ समाजमा परम्परादेखि चलिआएको मामा-फुपु चेलाचेली बिबाहलाई यथावत मान्यता कायम राख्ने । बिबाहमा लामालाई पनि निम्त्याई घरको साङसेर्गेम गर्ने, दम्पतीको छेङ्युप गर्ने, दर्ज्यू राख्ने ।

२. स्वाँगेभाई मिचेर बिहेबारी नगर्ने, नगराउने । स्वाँगेभाईका बारेमा नजिकको ताम्बासँग सम्पर्क गरी जानकारी गर्ने, अहिलेसम्मको अन्जानवस एवम् लापरबाहीको कारणले मिचामिच भएकोलाई बिर्सेर अब उप्रान्त यसप्रति कडा निगरानी राखी सामाजिक दण्ड दिने ।

३. केटीको राजीखुशी मञ्जुरी बाहेक जोरजुलुम जबर्जस्ती केटी तानेर लैजान नपाउने, कुटुम्बरीले छोरी-चेलीको मगनी गर्दा तोकिएको भन्दा बढी रीतभात र नगद लिनदिन नपाईने ।

४. बिबाह पहिले सोधनी (ङ्योत्पा) र कुरा छिन्ने (ताम छाङ्बा) पोङ बाहेक अरु पोङ लिनुदिनु नहुने । कन्यार्थ जाँदा ङ्योत्पा (सोधनी) पोङ लाने, त्यसमा एकपोङ, खादा, कोकोम्हेन्दो र साधारण कोसेली लैजाने । बिबाहको कुरा छिन्दा तामछाङ्बा पोङ लैजाने, जसमा एकपोङ, खादा, कोकोम्हेन्दो र साधारण कोसेली लैजाने ।

५. स्वाँगेको तालिका तयार गर्ने र छुटेकाहरूलाई पनि पंक्तिगत गरी राख्ने ।

६. प्रत्येक तामाङले बिबाहमा चारदाम/चरतम र रीतभात बुझाउने र केटी पक्षले वागदान दिनुपर्ने । बुझाउनुपर्ने रीतभात र चारदाम नबुझाएमा तामाङ समाजमा बिबाह पाको हुँदैन ।

७. चारदाम (चरतम) मा १/१ को सिक्का ४ वटा (चार रुपैयाँ), ५ वटा पोङ, लाम्हेन्दो (कोको म्हेन्दो) लैजाने । चारदाममध्ये एकदाम केटीलाई, एकदाम सहोदर माइतीलाई, एक दाम केटीको आमा-बाबु र एकदाम बन्यौली माइतीलाई दिने ।

८. डाङ, वाङदे, खोन्सोरोङ (रीतभात) को हकमा माइतीलाई एकपोङ रक्सी र थोङ्से, १२० (छ कोरी/छ वीस) रोटी बुझाउने र माइतीले रीतभात बुझ्ने र माइतीलाई रीतभात बुझ्ने दिनमा चेलीलाई आफ्नो अंश, पेवापात, दाईजोको साथमा उपहार स्वरूप हँसिया, बटुका (डबका) र कुटो पनि दिने । वाङदे खोन्सोरोङ वा डाङमा मुई डाङ, रा डाङ नलाने तर तोकिएको रीतभातले आङी आस्याङ, आखेमाम, होफे, कुथाप, मयुङ आदि सबैलाई पुऱ्याउने । डाङको सट्टामा फलफूल, मिठाई आदि ठाउँ अनुसार चलाउने ।

९. एकै कोखबाट जन्मेको दिदी बहिनीको छोराछोरीहरू माझ वैवाहिक सम्बन्ध नहुने ।

१०. तामाङ परम्परा अनुसार चारदाम र रीतभात बुझे, बुझाए तथा वागदान गरेपछि बिबाह सम्पन्न हुने हुँदा बेहुलीलाई सिन्दूर, पोते नगर्ने । बिबाहको समयमा बेहुलीलाई पाङदेन र तामाङ परम्पराको चाँदीको सिक्री लगाइदिने । बिबाहमा सबैले अनिवार्य रूपमा तामाङ भेषभूषा लगाउने ।

११. ताम्बा काईतेन र ह्वाईमार्फत् बिबाह सम्पन्न गराउने । हिन्दू संस्कृतिको जस्तो बिबाहमा गोडाधुने, कन्यादान, गोदान, छोरीको नाममा नून बार्ने, कपाल खौरने चलन नगर्ने ।

१२. मामाले भान्जालाई तागी र खादा र भान्जीलाई गा (बर्को) र खादा दिने ।

१३. बिबाहको दिन ढोकामा राखेर बेहुलाले कुखुराको भाले नकाट्ने ।

१४. अभिभावकको अनुमतिबिना केटाकेटीको आपसमा राजीखुशीले भगाई लगे वा भागी गएमा चोरी बिबाहको हकमा मागी बिबाहमा जस्तै चारदाम, बगिदान गर्ने र रीतभात बुझाउने । अजातमा जानेको चारदाम नगर्ने ।

१५. एउटै धर्म, कर्म, संस्कृति र जीवनशैली भएको समुदायका सदस्यहरू बीच भएको बिबाह बाहेक अन्य जाति समुदायका सदस्यबीच भएको बिबाहमा मात्र अन्तरजातीय बिबाह मान्ने । यस्तो अन्तरजातीय बिबाहमा केटीको निम्ति बौद्ध नीति बमोजिम सामाजिक कुटुम्बेरी थर र माइती सिर्जना गरी बिबाहको सम्पूर्ण विधि विधान पूरा गर्ने । यति विधि पूरा गरेकी अन्य जात वा जातिबाट आएको स्त्रीलाई तामाङहरूको जुनसुकै धर्मकर्म र परम्परागत संस्थाहरूमा तामाङ वंशज सरह पूर्ण हक दिने । अजातमा जाने छोरीको जात दण्ड (ठाउँअनुसार) गरी चरतम नमार्ने र आफ्नो ठाउँको रित अनुसार आउजाउको बाटो खुलाउने ।

१६. विधुवा बिबाहलाई पुनः चारदाम गरी मान्यता दिने चलन कायमै राख्ने । कुटुम्बेरी थरसँग बिबाह भएमा पुनः चारदाम गरी सम्पन्न गर्ने ।

१७. लोग्ने मानिस र स्वास्नी मानिस दुवैलाई जारी बिबाह र बहुबिबाह निषेध गर्ने ।

१८. लोग्ने मानिस र स्वास्नी मानिस एक आपसमा मिलि एकै ठाउँमा बसेर जीवन तथा व्यवहार सञ्चालन गर्न नसक्ने भएमा दुवै पक्षको अभिभावक दाजुभाई तथा गान्बा, ताम्बाहरूको समक्षमा तामाङ जातिको परम्परागत विधि अनुसार सिंकाधागो (सम्बन्ध विच्छेद) गर्न सकिने ।

१९. सम्बन्ध विच्छेद भएको महिला तथा पुरुषले आ-आफ्नो कुटुम्बेरी थरकासँग बिबाह गर्न सक्ने, पाउने ।

२०. बिबाहको विधिको हकमा पूर्ववत नै गर्ने र तर रीतभात र खर्च तोकिएको हद नाघेर नगर्ने ।

२१. तामाङ जातिको परम्परामा छोराछोरीमा आमाबाट रगत र बाबुबाट हाड सर्ने भन्ने सिद्धान्त भएकाले बिबाह भएपनि महिलाको थर परिवर्तन नहुने । कसैले थर परिवर्तन गरेको भए थर परिवर्तन गर्न नहुने ।

२२. बिबाहमा ताम्बा काईतेन, तामाङ ह्वाई जस्ता तामाङ परम्परागत गीत एवम् तामाङ बाजाहरूः डम्फु वा टुङना एवम् अन्य बाजाहरूलाई यथावत प्रयोग गर्ने ।

२३. बाबु-आमाको चारदाम भएको छैन भने उनीहरूको नानीहरूको चारदाम हुन नसक्ने । चारदाम नगरेको विवाहित स्त्रीको मृत्युअघि चारदाम गर्ने ।

खण्ड
३

मृत्यु संस्कार

३.१ दाहसंस्कार

१. मृत्यु भएमा छरछिमेक, दाजुभाइ, नातागोता र लामा बोलाई फोवा गराउने ।

२. मृतक महिला भएमा मृतकको माइतीहरूलाई सुचित गर्ने, गराउने । उपस्थित गराउने र माइतीको उपस्थितिमा मात्र दाहसंस्कार गराउने ।

३. मृतकको लागि एकमाना चामल र बत्ती (छ्यू मी) बाली राख्ने र सुर दिने ।

४. लासलाई तामाङ परम्परा अनुसार पद्मासन (ठाडो) मा राखी डोम बनाई धुर्सामा लैजाने । यसले फोवाको विधि सजिलो हुन्छ ।

५. तामाङ समाजमा महिलालाई बिबाहमा सिन्दूरपोते गर्नुपर्ने परम्परा र रीत नभएकोले लोग्ने मरेमा स्वास्नी मानिसले चुरा, धागो, पोते र सिन्दूर फुटाउनु वा पुछ्नु नपर्ने ।

६. मृत्यु भएको दिन मृतकको नाममा मेप्सा, प्लाकाव भनी बाख्रा, कुखुरा वा अन्य कुनै पनि जीव जन्तु काट्ने चलन बन्द गर्ने ।

७. मलामीहरुले मृतकको नाममा धुप, फूल र खादा मात्र लिएर जाने, अन्य कुरा लिएर नजाने ।

८. मृत्यु भएको समयमा वा मृतकको क्रियाकर्ममा गाउँ समुदाय वा गुठीले तोकिएको नगद वा जिन्सी बाहेक अन्य बढी लिन नपाउने र नलैजाने ।

९. दाहसंस्कार गर्दा विद्वान लामाद्वारा मन्त्रोच्चारण साथ चिताग्नी दिने । दागबत्ती दिनु नपर्ने ।

१०. बौद्ध मत अनुसार मृतकको संस्कार गर्नुपर्दा, शाखा सन्तानले नुन-तेल बार्नु नपर्ने र मृतकको छोरा/वंशले केश खौरनु नपर्ने ।

३.२ ह्रुइबा उठाउने

मृतकको ह्रुइबा (अस्तु) ल्याएमा लाखाङ/बक्सा बनाएर राख्ने र आफ्नो परम्परा अनुसार पुरोहितहरू ल्याई कर्म गर्ने । सकेमा लामाद्वारा बार्दो पढाउने ।

३.३ घेवा कर्म

१. मृत्यु भएको ७ दिनदेखि धुन्ची गरेर ४९ दिनसम्ममा घेवाको काम सकाउने ।

२. घेवा गर्दा सकेसम्म थोरै खर्चमा एकदिनमा सक्ने गर्ने ।

२.१ मरो परेको घरमा कुनै प्रकारको मदमदिरा तथा मासुको चलन नगर्ने । प्रत्येक साँझ आफन्तहरू भेला भएर मणि मोलम गर्ने ।

३. घेवा अनुष्ठान सम्पन्न गर्न तामाङहरूको परम्पराअनुसार ताम्बाद्वारा घेदुङ (संघ) निर्माण गर्ने । अनुष्ठानको निम्ति मुख्य व्यक्ति चोहो, ताम्बा, गान्बा, बोम्बो, कटौके, लाइबा सिया, छ्याबासिया, व्योनहावा दोर्जे र चवाई लामा, उम्जे, कोङ्ग्येर च्योपेन र अन्य लामाहरू रहने । घेवा अवधिभर चोहोको सल्लाहमा लामा, भिक्षु र ताम्बाले आ-आफ्नो क्षेत्रको घेवाको अनुष्ठान सम्पन्न गर्ने । बोम्बो, काटेक्पा सबैले आ-आफ्नो कार्य सम्पादन गर्ने ।

४. मृत्यु भएको ४९ औं दिनसम्ममा घेवा गर्न नसक्ने भएमा फोवा मात्र भएपनि गर्ने ।

५. थुन्दा सोर्वा भनेको तामाङ परम्परा अनुसार मृतकलाई लोकबाट सामुहिक रूपमा गरिने अन्तिम विदाइ हो । त्यसकारण शिबाघुर बनाई ताम्बाद्वारा थुन्दा सोर्वा गराउने जसमा मुठी चामल र एक रूपैयाँ (सिक्का) मात्र राख्ने । घर बाहिर डाजाङ भए घुर त्यही बनाउने । लास्याम फराकिलो भए फाल्तो डाजाङ नबनाउने ।

६. सिबाला कानका लागि निम्तालु एवम् मृतकका आफन्तहरूले पाके पकाएको खानेकुराको सट्टा नपकाएकै वस्तुहरू ल्याउने र त्यसमध्येबाट एकमाना चामल तथा अन्य एक एक थोक वस्तुहरू पकाएर चढाउने र बाँकी अन्य काममा प्रयोग गर्ने ।

७. केही ठाउँमा आमाबाबुको मृत्यु पश्चात चल सम्पत्ति छोरीमा जाने भएकोले घेवा अनुष्ठान सम्पन्न गर्न लाग्ने खर्चमा एक तिहाई खर्च छोरीले व्यहोर्ने चलन यथावत राख्ने ।

८. स्त्रीवर्गको घेवा गर्दा उनको माइतीलाई र पुरुष वर्गको घेवा गर्दा उनको चेलीलाई अनिवार्य रूपमा उपस्थित गराएर मात्र घेवामा मिनज्याङ गर्ने ।

९. मृतक बोम्बो भएमा बोम्बोलाई पनि घेवा गर्न दिने ।

१०. घेवा लगायत अन्य सामाजिक अनुष्ठानमा तामाङ परम्परा अनुरुप जुवाईको भूमिका यथावत कायम गर्ने ।

११. मलामी जाँदा तथा घेवाको समयमा भेला भएका सबै तामाङले म्हानी मोलम गर्ने ।

१२. डाजाङमा कसैले पनि जाँडरक्सीको सेवन नगर्ने । सगुन चाहिएमा सानो पोङ प्रयोग गर्ने । कुखुरा, बाख्रा, राँगो वा कुनै पनि जीवजन्तु काटमार नगर्ने । डाजाङमा नचढाउने ।

खण्ड
४

विविध

४.१ विविध

१. प्रत्येक तामाङले अनिवार्य रूपमा माघ शुक्ल प्रतिपदाको दिनदेखि ५ दिनसम्म ल्होछार मनाउने । ल्होछार अवधिमा चाङ (फोलाडाला) को पूजा गर्ने ।

२. आ-आफ्नो थर विशेष अनुरूप लासोल (ला वा दोइला स्होबा) गर्ने । ल्होछारअघि खेप्पासुम गर्ने तर काटमार नगर्ने ।

३. मातातिर्थ र गोकर्ण औंसीमा गर्ने श्राद्ध (ङो) चैत्र पूर्णिमाको बेलामा बौद्ध र स्वयम्भूमा गर्ने । आपा क्योङबा (पूजा), आमा क्योङबा (पूजा) गर्ने ।

४. सामान्यतयाः औशी र पूर्णिमामा काटमार नगर्ने । बैशाख पूर्णिमाको दिन भोगवली दिई कुनैपनि पूजा नगर्ने । मंसीर वा गोने पूर्णिमा मान्ने ।

५. ह्युल्सा, चन, लु, शीब्दा नेदाको पूजा गर्ने ।

६. भी फुई ठाम्बाः आ-आफ्नो कुल (फोला ढाला) लाई नयाँ बाली लगाउने र भित्र्याउने शुभ दिनहरूमा साङसेर्गेम गर्ने ।

७. बुद्धजयन्ती मान्ने, मनाउने ।

८. दशैं र तिहार तामाङ जातिको परम्परा नभएकोले मान्नु नपर्ने । दशैंको टीका अब उप्रान्त बिल्कुलै नलगाउने ।

९. लामा, ताम्बा र बोन्बोले आ-आफ्नो क्षेत्रमा रही सामाजिक कार्यभार सम्हाल्ने ।

१०. प्रत्येक तामाङले सार्वजनिक समारोहमा तामाङ भेषभूषा, गरगहना र तामाङ शैलीमा उपस्थित हुने ।

११. प्रत्येक महिनाको दशमीका दिन गुरु पद्मसम्भवको दिवसका रूपमा पुजापाठ गर्ने ।

१२. धुम्रपान, (चुरोट, बिँडी, तमाखु, सुर्ती आदि) प्रयोग नगर्ने ।

४.२ सम्पत्ति संरक्षण

१. तामाङ जातिको जग्गा जमिन तामाङ भित्रै किनबेच गर्ने, पुर्ख्यौली सम्पत्तिको हक शाखा सन्तान भित्र रहने र संरक्षण गर्ने ।

४.३ भेषभूषा

४.३.१ लामाको भेषभूषा

१. लामाको पोशाकः अर्ची गा, कार, स्यान्ताप, छ्युवा, शेन, स्यान्थात्र, तोइ तौड तोङका छेयोगे (मधुरो रातोमा सेतो धर्सा मिसाएको) ।
२. लामाले तामाङ भेषभूषामाथि निङपा परम्परा बमोजिमको चिवरमाथि अर्ची गा लगाउने ।

४.३.२ बोम्बोको भेषभूषा

बोम्बोको हकमा परम्परागत रूपमा चलिआएको भेषभूषा नै यथावत लगाउने ।

४.३.३ सर्वसाधारण तामाङ भेषभूषा

६.३.३.१ पुरुष भेषभूषा

क) सुर्काअी (लुकुनी) छोटो बाहुला र किनारमा तामाङको परम्परागत बुट्टा भएको तल लामो घुँडाभन्दा माथिसम्म लामो ठाउँ अनुसारको कपडा, रंग कालो वा सेतो हुनुपर्ने ।

ख) तोदुग (भोटो)ः घिउ र खरानी रंग खैन्जा, खेन्जार।

ग) स्योदे/कुलागी/तागी (टोपी)ः रसुवा जिल्लाको गोल्जोङको तामाङहरूले बुनेको डिजाइनको।

घ) के (पटुका)ः सकभर तामाङहरूले बुनेको घरबुना वा रसुवा जिल्लाको प्रचलितकै प्रयोग गर्ने। पटुकको रंग सेतो हुने।

४.३.३.२ ***महिला भेषभूषा***

क) तागी, स्योदे, कुलागी (टोपी)ः रसुवा जिल्लाको गोल्जोङको तामाङहरूले बुनेको महिलाको स्योदे।

ख) दोर्मो (जामा)ः विभिन्न रंगीविरंगी कपडाको गोलो मुजा पारेर लगाउने तामाङ महिलाको पोशाक।

ग) ग्याप्टुलः पाङदेन जस्तो पछाडि लाउने।

घ) के (पटुका)ः पटुका सेतो।

ङ) हाङ्रेः चौबन्दी चोलो कालो या हरियो रंगमा तामाङ चेली।

च) स्यामाः परम्परागत लुंगी जस्तो नुवाकोट, धादिङ तथा रसुवामा पाइने पाँगा स्यामा।

छ) घरबुना केः सेतो या सुहाउँदो रंगको पटुका।

ज) आङदुङ (कोट)ः कुचिनको अथवा घरबुना।

४.३.३.३ ***गरगहना***

क) न्हाली (चेप्टे सुन)।

ख) स्हीमाला/मुगामाला।

ग) गाहुमाला/गाहुजन्तर।

घ) बोटिल (कानमा लगाउने कुण्डल)।

ङ) टाङगा माला/सिक्कामाला।

च) माठी, ठोका (चुरा वा बाला)।
छ) च्याल्दाः चाँदीको सिक्री जडित परम्परागत तामाङ डिजाइनको।
ज) तामाङ भेषभूषा पर्वहरू र राष्ट्रिय पर्व एवम् विशेष उत्सवहरूमा अनिवार्य रूपमा पहिरने।

४.४ खानपीन

क) खाप्से।

ख) बाबरः विहे र लासोबामा प्रयोग हुने।

ग) छ्याम्बाः ढिँडो (मकै, कोदो, जौ, गहुँ, फापर)।

घ) आलुमः गहुँ वा कोदोको पानी रोटी।

ङ) सोल्दर/स्योस्योः मोहीमा पीठो मिलाई बनाउने परिकार।

च) किनामः फूल खरानीले उसिनेको भटमास मोली ओथारमा राखी बसाएको खाद्य पदार्थ।

छ) भुटेको मकैमोठे।

ज) उसिनेको आलु।

झ) आइरक।

ञ) झी (छानेको जाँड), भाप, तोङबा, छ्याङ, निङ्गु, ए हुरे।

ट) फोन्दोङ।

ठ) थुक्पा ।

ड) गुन्द्रुक, सिन्कीः अचार, सोल्दर ।

ढ) भाल्डुः तिते फापर वा सेतो कोदोको पानीमा पकाएको ल्होछारमा खाने परिकार ।

ण) सोङगानः मारेको/सुकाएको साग ।

त) टिमुर र बाबरीको अचार ।

थ) तरुल (भ्याकुर) र अन्य घरेलुर जंगली कन्दमूल ।

द) गेङ, बुजु ।

४.५ तामाङ बाजा

क) डम्फु ।

ख) टुङना ।

ग) बिनायो ।

घ) मुर्चुङ्गा ।

ङ) बोम्बोले प्रयोग गर्ने द्याङ्ग्रो ।

च) लामाले प्रयोग गर्ने बाजाहरू ।

छ) धामीले प्रयोग गर्ने ढोलक, झ्याली र मादल आदि ।

४.६ भगवानलाई चढाउने पवित्र वस्तुहरू

क) कोकोम्हेन्दो ।

ख) दुच्छेः मर्चा, रक्सी, जाँड ।

ग) विभिन्न किसिमका धुपहरू ।

घ) खादा ।

ङ) छेमारः कार्सुम, डार्सुम ।

च) ठुईः बुम्बाको पानी ।

छ) म्हार (नौनी घिउ) ।

ज) ठेङा/फ्रेङबा मालाः बुद्धचित्तमाला (बोधिचित्त) ।

४.७ आचार, विचार/व्यवहार

क) **सुरुफुरुः** आफन्तबीच सुरुफुरु (एउटैबाट खानपीन) चलाउने ।

ख) **ढोगभेटः** सानाले ठूलालाई घुँडा मारेर सिर झुकाएर ढोग्ने र ढोग थाप्नेले समान भए सिर निहुऱ्याउने, नभए दुई हात उत्तानो पारी थाप्ने र आशिक दिने । लामाले छ्योई (धार्मिक पुस्तक) टाउकोमा राखी ढोग लिने । समान साइनोमा दुई हात जोडेर फ्याफुल्ला वा नमस्कार गर्ने ।

ग) **तनाव समाधानः** बादबिबाद, झैँझगडा भएमा मध्यस्थताको सहयोगमा सानाले ठूलालाई पोङ राखी क्षमायाचना गर्ने र पोङ छोएर मेलमिलाप गराउने ।

घ) **खानपीनः** खानपीनको समयमा समूहमा ठूलो साइनोबाट क्रमशः सानो साइनोको तर्फ भोग्य पदार्थ दिने र सबैले भोग्य पदार्थ पाएपछि ठूला व्यक्ति वा पाहुना ख्वाउने व्यक्तिले लासो फ्याफूल्ला भनी लिनुहोस् भन्ने संकेत दिएपछि मात्र सबैले दुवै हात उठाई फ्याफुल्ला लास्सो भनी भोजन ग्रहण गर्ने ।

ङ) **परपाहुना जाने आउनेः** सम्मान स्वरूप स्ह्यालगर लग्ने, खाने, खुवाउने ।

४.८ नारी उत्थान

तामाङ नारीको संरक्षण गरिने र प्रत्येक क्षेत्रमा नारी पुरुषको समान अधिकार हुने । नारी उत्थानप्रति पूर्ण सहयोग गर्ने ।

४.९. पालना गर्नु ⁄ गराउनुपर्ने

तामाङ विश्व दृष्टिकोण, संस्कार र संस्कृति नै तामाङ जातिको परम्परागत (प्रथाजन्य) भएकाले यो तामाङ संस्कार संस्कृति निर्देशिकालाई पालना गर्नु हामी सबै तामाङको नैतिक दायित्व हुनेछ । अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ परिषद्को सदस्य संगठनले प्रत्येक गाउँ वा नगरमा चोहोको नेतृत्वमा गान्बाहरूः बोन्बो, ताम्बा, लामा, लम्बू, लाव्ताबा, लोपन, गान्बा, मुल्मी, गाउराइ लगायतलाई समेटी एक नाङ्खोर/छोक्पा (संयन्त्र) बनाउनेछ । उक्त छोक्पालाई निर्देशिकाबारे जनचेतना फैलाउनुका साथै छेवार, विवाह, घेवाजस्ता सबै धर्मकर्म छिटो, छरितो, कम खर्चिलो र सरल तरिकाले सम्पन्न गर्ने तथा निर्देशिका पालना गर्ने/गराउने काम, कर्तव्य र अधिकार हुनेछ ।

४.१० संशोधन

यस निर्देशिकामा परेका संस्कार-संस्कृतिको कुनैपनि अंश संशोधन गर्न परे अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलनले मात्र संशोधन गर्न सक्नेछ ।

अनुसूची-१

स्वाँगे ⁄ सगोत्री

क्र.सं.	सगोत्री (स्वाँगे)
१.	दोङ, बल, गोले, तितुङ, डिम्दुङ, दारताङ, स्योङदान, गोङ्बा, गोम्देन, काल्तेन, गाङदान, ग्यामदेन, ङारतेन, लापा, बज्यू, माम्बा, ग्रान्दान, हीम्दुङ
२.	ग्याबा ⁄ ग्याबाक, वाईबा, रुम्बा, मार्बा, मारपा, टुबा, हुम्बा
३.	घिसिङ, ग्लान, लो
४.	थिङ, ङेसुर, सिङ्गर, ब्रोसिङ्गर, सिङकर
५.	योन्जन, लोप्चन, मिक्चन, ग्रोप्चान, बम्जन, डुम्जन, चोथेन, ब्लेन्देन
६.	मोक्तान, पाखिन, थोकर ⁄ थोक्रा, स्याङ्तान, फ्युबा, ग्रेम्बा
७.	स्याङ्बो, ब्लोन
८.	स्यारगी, गोन्बो, दारतेन
९.	सीङतान ⁄ सिन्दन, लाक्तान
१०.	लुङ्बा, ख्युङबा

अनुसूची-२

तामाङ शव्दको अर्थ

शब्द	अर्थ
खेप्पासुङ	पितृ देवताहरूको पूजा
धिमला सोबा	कुलदेवताको स्थापना गर्ने
लापोरे, खुईमा	कुलदेवतालाई सगुन, अछेता र पैसा राख्ने माटोको भाँडो
धिमला रंग	थर र कुलदेवतालाई सगुन घरमा लगाउने रंग
स्ह्यालगर	कुलदेवतालाई चढाउने सगुन
आख्ये ला	पितृ देवताहरूको पूजा
न्वाङगी	नयाँ अन्न चढाउने भूमे पूजा
ल्हाखाङ	कुल देवी देवता राख्ने स्थान वा कोठा
फोला	कुल देवी, देवता
बाब्सा	किपट, थाँतथलो, पुर्ख्यौली थलो
फो ह्रुई	सगोत्री दाजुभाई थर
स्वाँगे	गोत्र समूह
लाप्तावा	कुल बनाउने र पूजा गर्ने पुजारी
ह्रुई/रुई	थर
ङारुई	सहथर
फोला ल्हासु	सानो कूलपूजा
दोइला	ठूलो कुलपूजा
लामा	संस्कार गर्ने पुरोहित

बोम्बो	झारफुक गर्ने पुरोहित वा झाँक्री
चन्	शिकारी वा कुलदेवता
ज्योहो/ज्योमो	देव/देवी
तोरमा/सोल्मा	भातबाट बनाइएको देवताको स्वरूप
खे ङा	पाँच पुर्खाको वंशावली
कइरन	इतिहास
ताम्बा	तामाङ थरका ज्ञाता/प्रवक्ता
डाला	परिवार
मयुङ	दाजुभाई, माइती
बुरिङ	छोरीचेली
केन	ससुरा
स्युमी	सासु
रिमठिम	परम्परा
म्हाछार/म्हासर	बेहुला
सेमु/चाङसर	बेहुली
म्हा	ज्वाँइ/भेना
चाङ	बुहारी
ढुङह्राप	इतिहास
लाप्ताबा	कुल देवताको पूजा गर्ने पुजारी
लोपेन	कुल पुजारी
फोला	इष्ट देवता
बाप्सा	उद्गम स्थल

अनुसूची

काइतेन	भन्ने कुरा वा वर्णन
जिक्तेन	संसार
छ्योइ	पुस्तक
ग्यागर	भारत
ग्यानक	चीन
भोइ	तिब्बत
नाक्पो चागी	कालो धातु
गोन्पो	गुम्बा
ग्याल्सा	देश
ग्याल्बो	राजा
साङ्मो	रानी
ज्याम्पाल	मञ्जुश्री
सिन्जे	यमराज
छ्योइकु	धर्मकाय
लुङगु	संभोगकाय
टुल्कु	रूपकाय
दोर्जे ग्याडम	महाबज्र, ऋश बज्र
किलखोर	मण्डला
डोल्मा	तारा
गुरु रिम्बोर्चे	पद्मसम्भव
ला, लामु	देव, देवी
याम्बु	काठमाडौं उपत्यका

म्हाने	पञ्चबुद्धको स्मारक
मुनालिङ	स्वर्गलोक
रिग्याल	सुमेरु पर्वत
ल्हो	वर्ष
माङ	भूत
ग्याल्सा	राजस्थान
छ्याजिक	उत्पत्ति
चोमो	हिमाल
चेङ्रेसी	अवलोकेश्वर
काङग्युर	कैलाश पर्वत
लामा कोन्ज्योहो	गुरु रत्न
ब्योन, छामे	तन्नेरी, तरुनी
जाम्बुलिङ	पृथ्वी, संसार
ठुङ्राप	उत्पति कथा
केराप	सजीव उत्पति कथा
फाराप	मृतक सूची
दोङ्राप	वंशावली

यो हिमाली भू–भागको ताम्सालीङ हामी सम्पूर्ण तामाङहरूको साझा उत्पत्ति थलो भएको र यहीबाट हामी तामाङ आदिवासीहरू एसियाका विभिन्न ठाउँहरूमा राज्यका सीमारेखाहरू निर्धारित हुनुभन्दा अगाडि नै फैलिएका तथ्यलाई पुष्टि गर्दै, र यो मातृभूमि जहाँ हाम्रा पूर्वजहरूले जीवन बिताए, हाम्रा देवीदेवताले बास गरे, जहाँ हाम्रा कइरन र गाथाहरूले जन्मे र इतिहासको सिर्जना भयो, जसले हाम्रो भौतिक र सांस्कृतिक अस्तित्वको संरक्षण गऱ्यौं, जहाँ हामीले आफ्नो भाषा हुर्कायौं, चाड र उत्सवहरू मनायौं, जहाँबाट हामीले खाना, बस्न लाउन, औषधीमूलक, ज्ञान, विज्ञान, प्रविधिको विकास गऱ्यौं र यही नै हामीले हाम्रो सभ्यताको पहिलो दियो जलायौं, यो पुण्य भूमि यहाँ हामी जन्म्यौं, बाँच्यौं र जहाँ भविष्यका लागि चिनो छोडेर जाने छौं।

- प्रथम अन्तर्राष्ट्रिय तामाङ सम्मेलनबाट पारित काठमाडौं घोषणापत्र, २००२ बाट साभार

प्रकाशन सहयोगी

दावा ग्याम्जो स्याङबो लामा

सल्लाहकार

तामाङ घेदुङ, यु.के.

रेडिंग, बेलायत