इकाई 15: सिक्किम की लोक-संस्कृति का सामान्य परिचय

इकाई की रूपरेखा:

15.1 उद्देश्य
15.2 प्रस्तावना
15.3 जातीय एवं जनजातीय स्थिति
  15.3.1 प्रमुख जातीय समुदाय एवं जनजातियाँ
  15.3.1.1 नेपाली : प्रमुख उपजातियाँ
  15.3.1.2 लेप्चा
  15.3.1.3 भूटिया
15.4 लोकविश्वास
15.5 लोक पर्व-उत्सव
15.6 लोकाचार एवं अंधविश्वास
15.7 खान-पान
15.8 समाज व्यवस्था
15.9 सारांश
15.10 प्रगति विवरण (केवल रूपरेखा)
15.11 अधिक जानने के लिए पढ़ें
15.12 अभ्यास प्रश्न

15.1 उद्देश्य:

इस इकाई के अध्ययन से अध्येता—

- सिक्किम की प्रमुख जातीय एवं जनजातीय समुदायोंकी पहचान, विविधता और सांस्कृतिक विशेषताओं के बारे में समझ सकेंगे।
- सिक्किम के समाज के लोकविश्वासों, धार्मिक मान्यताओं तथा आध्यात्मिक जीवन को जान सकेंगे।
- सिक्किम के विभिन्न समुदायों के लोक उत्सवों, त्योहारों और सांस्कृतिक परंपराओं को समझ सकेंगे।

- सिक्किम की पारंपरिक व्यंजनों, सामाजिक व्यवस्था और जीवनशैली की जानकारी प्राप्त कर सकेंगे।
- सिक्किम की लोक-संस्कृति, लोककला एवं लोकपरंपराओं के संरक्षण और विकास की आवश्यकता का मूल्यांकन कर सकेंगे।

15.2 प्रस्तावना:

सिक्किम भारत के पूर्वोत्तर भाग में स्थित एक सीमावर्ती राज्य है, जो अपनी भौगोलिक विविधता, जातीय एवं जनजातीय बहुलता तथा समृद्ध सांस्कृतिक विरासत के लिए प्रसिद्ध है।वर्ष 1975 में यह भारतीय गणराज्य का बाईसवाँ राज्य बना। सिक्किम प्राकृतिक सौन्दर्य से परिपूर्ण एवं रमणीय प्रदेश है। यह राज्य हिमालय की गोद में बसा हुआ है। पर्वतों और पहाड़ियों से घिरा यह क्षेत्र हरियाली से आच्छादित है तथा अपनी स्वच्छता और मनमोहक प्राकृतिक छटा के लिए जाना जाता है। देश के पूर्वोत्तर भाग में स्थित सिक्किम के दक्षिण में पश्चिम बंगाल है। यह राज्य अपनी अंतर्राष्ट्रीय सीमाएँ दक्षिण-पूर्व में भूटान, पश्चिम में नेपाल तथा उत्तर एवं उत्तर-पूर्व में चीन (तिब्बत स्वायत्त क्षेत्र) के साथ साझा करता है। 'सिक्किम' शब्द की उत्पत्ति यहाँ की लिम्बू भाषा से हुई है। लिम्बू भाषा में 'सु' का अर्थ 'नवीन' तथा 'ख्यिम' का अर्थ 'घर' होता है। इस प्रकार 'सिक्किम' का अर्थ 'नया घर' या 'नवीन घर' माना जाता है। तिब्बती एवं भूटिया भाषा में सिक्किम को 'डेन्जोंग' कहा जाता है, जिसका अर्थ 'चावल की घाटी' है। वर्तमान में सिक्किम छह जिलों में विभाजित है, जिनके नाम निम्नलिखित हैं-

- गंगटोक जिला : यह सिक्किम की राजधानी और राज्य का मुख्य प्रशासनिक व वाणिज्यिक केंद्र है। पहले इस जिला को'पूर्व सिक्किम' कहा जाता था।
- मंगन जिला : इस जिला को पहले 'उत्तर सिक्किम' कहा जाता था। यह क्षेत्रफल के हिसाब से राज्य का सबसे बड़ा जिला है।
- नामची जिला : यह जिला पहले 'दक्षिण सिक्किम' के नाम से जाना जाता था। यह अपने सुंदर पर्यटन स्थलों और बौद्ध मठों के लिए प्रसिद्ध है।
- ग्यालशिंग जिला : इस जिला को पूर्व में 'पश्चिम सिक्किम' कहा जाता था। यह ट्रेकर्स के बीच काफी लोकप्रिय है।
- पाकियोंग जिला : यह राज्य के नए जिलों में से एक है, जो पूर्व में पूर्वी जिले का हिस्सा था। यहाँ सिक्किम का एकमात्र हवाई अड्डा भी स्थित है।
- सोरेंग जिला : यह भी सिक्किम का नवनिर्मित जिला है, जो पहले पश्चिम जिले का हिस्सा था। यह राज्य का सबसे छोटा जिला है।

गंगटोक सिक्किम का सबसे बड़ा शहर है। यहाँ से विश्व के तीसरे सबसे ऊँचे पर्वत'कंचनजंगा'का मनोहारी दृश्य देखा जा सकता है।सिक्किम की मुख्य दो नदियाँ 'तीस्ता' एवं 'रंगीत' हैं। हिमालय की गोद से उत्पन्न 'छेलामु' और 'गुरुदोंमार' झील 'तीस्ता' नदी का मूल स्रोत है। इस जगह से तीस्ता नदी की व्युत्पत्ति के पश्चात् यह युमथांग, सिंघिक, मंगन, दिक्सू, तथा सिंगथाम को छुते हुए पश्चिम बंगाल में आई है। तीस्ता सिक्किम की सबसे लम्बी नदी है । इस नदी की दोनों ओर प्राकृतिक छटा अत्यंत ही रमणीय एवं मनोरम है । ठीक इसी तरह 'रंगीत' नदी भी पश्चिम से गेजिंग, देंताम, जोरथांग होते हुए दक्षिण में तीस्ता के साथ विलीन हुई है। तीस्ता और रंगीत नदी की जेम-चु, लाङ-चु, बाग्चा-चु, रानी-चु, रम्फू-चु आदि उपनदियाँ हैं। नदी-नाला, पर्वत-पहाड़ आदि के अलावा भी सिक्किम में सिक्किम में गरम पानी के अनेक झरने हैं जो अपनी रोगहर क्षमता के लिये विख्यात हैं। सबसे महत्वपूर्ण गरम पानी के झरने फुरचाचु, युमथांग, बोराँग, रालांग, तरमचु और युमी सामडोंग हैं।यहाँ की मनमोहक हरियाली, भव्य पर्वतमालाएँ और समृद्ध जैव-विविधता पर्यटकों के लिए आकर्षण का केंद्र हैं। यहाँ स्थित मंदिर, धार्मिक स्थल, संग्रहालय तथा उद्यान भी देश-विदेश से आने वाले पर्यटकों को अपनी ओर आकर्षित करते हैं। चारों ओर हिमालय से घिरे सिक्किम में पर्यटक अनेक दर्शनीय स्थलों का भ्रमण करते हैं। कंचनजंगा का निकट से दर्शन करने के लिए लोग सिंगिक जाते हैं। ग्रामीण प्राकृतिक सौंदर्य का आनंद लेने के लिए पर्यटक लाचुंग का रुख करते हैं, जबकि बर्फ से आच्छादित घाटियों को देखने के लिए राज्य के उत्तरी भाग में स्थित युमथांग जाते हैं। सिक्किम के लोगों की जीवन-शैली प्रकृति-केंद्रित है। पर्वत, नदियाँ, वन तथा पशु-पक्षी उनके जीवन और आस्था का अभिन्न अंग हैं। कृषि और हस्तशिल्प यहाँ की पारंपरिक आजीविका के प्रमुख साधन रहे हैं। यह राज्य अपनी अनूठी जैव-विविधता के लिए प्रसिद्ध है। यहाँ के लोग पर्वतीय ढलानों पर सीढ़ीदार खेती करते हैं तथा मुख्यतः चावल, मक्का, अदरक, बड़ी इलायची, मिर्च, संतरा और आलू जैसी फसलों का उत्पादन करते हैं। सिक्किम में बड़ी इलायची का उत्पादन भारत में सर्वाधिक होता है और यह पूरे देश में प्रसिद्ध है। यहाँ जैविक कृषि पद्धति अपनाई जाती है, जिसके अंतर्गत भूमि की उर्वरता बनाए रखने के लिए रासायनिक उर्वरकों का उपयोग नहीं किया जाता।आधुनिकता और विकास के बढ़ते प्रभाव के बावजूद, यहाँ के लोग अपनी सांस्कृतिक पहचान, परंपराओं तथा लोक-मान्यताओं के संरक्षण के प्रति सजग और प्रतिबद्ध हैं।

15.3 जातीय एवं जनजातीय स्थिति

सिक्किम के समाज का मूल आधार विभिन्न जातियाँ एवं जनजातियाँ हैं। राज्य में मुख्य रूप से नेपाली समुदाय तथा उसकी विभिन्न उपजातियों के साथ-साथ लेप्चा और भूटिया जैसी प्राचीन जनजातियों के लोग निवास करते हैं। नेपाली समुदाय के अंतर्गत शेरपा, तमांग, लिम्बू, राई, गुरुंग, सुनुवार, मुखिया, मगर और नेवार जैसी अनेक प्रमुख उपजातियाँ सम्मिलित हैं। सिक्किम की प्रत्येक जाति एवं जनजाति की अपनी विशिष्ट भाषा, वेशभूषा, रीति-रिवाज तथा सामाजिक संरचना है। विभिन्न समुदाय राज्य के अलग-अलग भौगोलिक क्षेत्रों में बसे हुए हैं, जिसके कारण उनकी भाषाओं, परम्पराओं और जीवन-शैली में विविधता दिखाई देती है। यद्यपि इन समुदायों में अनेक सांस्कृतिक भिन्नताएँ हैं, फिर भी सामुदायिक सहयोग, सामाजिक समरसता तथा आपसी सह-अस्तित्व की भावना समान रूप से विद्यमान है। सिक्किम की जातीय एवं जनजातीय संरचना उसकी सामाजिक विशिष्टता, सांस्कृतिक समृद्धि तथा पारम्परिक मूल्यों की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण है। बदलते समय में विकास और सांस्कृतिक संरक्षण के मध्य संतुलन बनाए रखना इस बहुजातीय एवं बहुसांस्कृतिक समाज की प्रमुख आवश्यकता है। सिक्किम के समाज और संस्कृति के निर्माण तथा विकास में यहाँ की सभी जातियों एवं जनजातियों का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। इनके खान-पान, रहन-सहन, भाषा और परम्पराओं में भले ही अनेक समानताएँ और भिन्नताएँ हैं किन्तु उनमें एकता और सौहार्द की भावना सदैव बनी रहती है। सिक्किम की विभिन्न जातियों एवं जनजातियों की अपनी-अपनी लोकभाषाएँ और बोलियाँ हैं। सिक्किम की राजकीय भाषाएँ नेपाली, भूटिया, लेप्चा तथा अंग्रेज़ी हैं। राज्य की संस्कृति और परंपराओं के संरक्षण के उद्देश्य से गुरूंग, लिम्बू, मगर, सुनुवार, नेवार, राय, शेरपा तथा तामाङ को भी अतिरिक्त राजकीय भाषाओं का दर्जा प्राप्त है। नेपाली सिक्किम की संपर्क भाषा है।

15.3.1 प्रमुख जातीय समुदाय एवं जनजातियाँ

15.3.1.1 नेपाली : प्रमुख उपजातियाँ

सिक्किम भारत का एक बहुजातीय और बहुसांस्कृतिक राज्य है। सिक्किम में नेपाली समुदाय सबसे बड़ा जातीय समूह है। नेपाली समाज का सिक्किम के सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक और राजनीतिक जीवन में महत्वपूर्ण योगदान रहा है। नेपाली भाषा

सिक्किम की प्रमुख भाषाओं में से एक है तथा यह भारतीय संविधान की आठवीं अनुसूची में सम्मिलित है।सिक्किम में नेपाली समुदाय अनेक जातियों एवं उपजातियों में विभाजित है। इनमें बाहुन (ब्राह्मण), छेत्री, कामी, दमाई, सार्की, गुरुङ, मगर, राई, लिम्बू, तामाङ, नेवार तथा शेर्पा प्रमुख हैं। इन समुदायों की अपनी अलग सांस्कृतिक परंपराएँ, रीति-रिवाज, लोकनृत्य, लोकगीत और धार्मिक मान्यताएँ हैं। सिक्किम के नेपाली समाज में मुख्यतः आर्य तथा तिब्बतो-बर्मन परिवारों से संबंधित जातियाँ सम्मिलित हैं।सिक्किम के नेपाली समुदाय के लोग मुख्यतः कृषि, व्यापार, शिक्षा, सरकारी सेवाओं तथा अन्य व्यवसायों से जुड़े हुए हैं।सिक्किम के विकास और आधुनिक निर्माण में इस जातीय समूह की विशेष भूमिका रही है। नेपाली के कुछ प्रमुख उपजातियों का विवरण निम्नलिखित है-

सिक्किम में नेपाली की उपजातियों में तामाङ जनजाति का महत्वपूर्ण स्थान है। तामाङ सिक्किम की पहाड़ियों में निवास करने वाले प्राचीनतम जातीय समुदायों में से एक हैं। वर्ष 2003 में इस समुदाय को सिक्किम की अनुसूचित जनजातियों की श्रेणी में सम्मिलित किया गया था। यह माना जाता है कि तामाङ मूलतः तिब्बत से आए थे और उनकी भाषा तिब्बतो-बर्मन भाषा परिवार से संबंधित है। 'तामाङ' शब्द के अर्थ के संबंध में विभिन्न विद्वानों ने भिन्न-भिन्न मत प्रस्तुत किए हैं। कुछ विद्वानों के अनुसार 'तामाङ' शब्द की उत्पत्ति उनके प्रमुख व्यवसाय, अर्थात् घोड़ों के व्यापारसे हुई है। वहीं अन्य विद्वानों का मत है कि 'तामाङ' का अर्थ 'पर्वतीय सेना' अथवा 'तिब्बती घुड़सवार सेना' से संबंधित है। तामाङ लोगों की मातृभाषा तामाङ है, जो तिब्बतो-बर्मन भाषा परिवार की एक प्रमुख भाषा है। सांस्कृतिक एवं भाषाई दृष्टि से उनका गुरुङ समुदाय के साथ काफी साम्य पाया जाता है। वर्तमान समय में सिक्किम के अनेक तामाङ जनजातिनेपाली भाषा का भी व्यापक रूप में प्रयोग करते हैं। तामाङ मुख्यतः बौद्ध धर्म का अनुयायी है। इनके धार्मिक जीवन पर तिब्बती बौद्ध परंपराओं का गहरा प्रभाव परिलक्षित होता है। इस समुदाय में धार्मिक अनुष्ठानों का संचालन लामा करते हैं। इसके अतिरिक्त कुछ तामाङ परिवार स्थानीय लोक-विश्वासों तथा पूर्वज-पूजा की परंपराओं का भी पालन करते हैं। तामाङ संस्कृति अपनी समृद्ध लोककला, संगीत और नृत्य परंपराओं के लिए प्रसिद्ध है। शिक्षा के क्षेत्र में भी इस समुदाय ने उल्लेखनीय प्रगति की है। यह समुदाय सिक्किम की सांस्कृतिक विरासत का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। अपनी विशिष्ट भाषा, बौद्ध परंपराओं, लोकसंगीत, नृत्य तथा सामाजिक योगदान के कारण तामाङ

जनजाति की एक विशेष पहचान है। वर्तमान में तामाङ समुदाय सिक्किम के दक्षिण, पश्चिम तथा पूर्वी जिलों के अधिकांश क्षेत्रों में निवास करते हैं। तामाङों की सर्वाधिक आबादी दक्षिण सिक्किम के मेली क्षेत्र के पास्सी-रातेपानी तथा पश्चिम सिक्किम के सिंगलिंग क्षेत्र में पाई जाती है।

सिक्किम में नेपाली की प्रमुख उपजातियों में 'मगर' समुदाय का महत्वपूर्ण स्थान है। मगर समुदाय के लोग मुख्य रूप से पहाड़ी क्षेत्रों में निवास करते हैं तथा खेती-बाड़ी और अन्य पारंपरिक व्यवसायों पर निर्भर रहते हैं। इनका जीवन सरल, सहज एवं प्रकृति से घनिष्ठ रूप से जुड़ा हुआ होता है। मगर लोगों की अपनी विशिष्ट भाषा, संस्कृति और परंपराएँ हैं। वे अपने घरों में मगर भाषा का प्रयोग करते हैं परंतु सिक्किम के अन्य समुदायों के लोगों से संवाद के लिए नेपाली भाषा का उपयोग करते हैं। मगर समुदाय की सामाजिक व्यवस्था में परिवार और पारिवारिक संबंधों का विशेष महत्व होता है। इस समुदाय के सदस्य एक-दूसरे की सहायता करते हैं तथा आपसी सहयोग और सौहार्द के साथ जीवन व्यतीत करते हैं।

नेपाली की प्रमुख उपजातियों में 'लिम्बू' समुदाय भी एक है। इस समुदाय के लोग मुख्यतः सिक्किम के सभी जिलों में निवास करते हैं।इनकी मातृभाषा लिम्बू है। पारंपरिक रूप से लिम्बू समुदाय कृषि, पशुपालन से जुड़ा रहा है। वे प्रकृति-पूजा में विश्वास रखते हैं, हालांकि अनेक लिम्बू हिंदू और बौद्ध परंपराओं का भी पालन करते हैं। उनकी समृद्ध लोकसंस्कृति, लोकनृत्य, लोकगीत, पारंपरिक वेशभूषा और सामुदायिक उत्सव सिक्किम की सांस्कृतिक विरासत को समृद्ध किया है।

15.3.1.2 लेप्चा

लेप्चा सिक्किम के मूल निवासी माने जाते हैं और अन्य समुदायों के आगमन से पहले ही इस क्षेत्र में निवास करते थे। उत्तरी सिक्किम के जोंगू नामक स्थान को इनके लिए विशेष आरक्षित क्षेत्र के रूप में निर्धारित किया गया है। लेप्चा स्वयं को 'रोंग' कहते हैं और भूटिया समुदाय के लोग इन्हें 'मेरी' नाम से संबोधित करते हैं। एक लोकमान्यता के अनुसार लेप्चा की उत्पत्ति फुदोंथेक (पुरुष) और नुजों न्यू (स्त्री) से हुई है। लेप्चा अत्यंत शांतिप्रिय, सरल, विनम्र, मिलनसार तथा अतिथिप्रिय होते हैं। वे अहिंसा में विश्वास रखते हैं और प्रकृति के अत्यंत निकट रहकर जीवन व्यतीत करते हैं। उन्हें वनस्पतियों का अच्छा ज्ञान होता है तथा भोजन, वस्त्र और आवास के लिए वे परंपरागत रूप से प्रकृति पर ही निर्भर रहते हैं। लेप्चा समुदाय की भाषा 'लेप्चा' है, जो

तिब्बती बर्मन भाषा परिवार से संबंधित है। सामाजिक दृष्टि से लेप्चा समाज पितृवंशीय व्यवस्था का पालन करता है। इस समुदाय की आर्थिक गतिविधियों का मुख्य आधार कृषि और व्यापार है। ये मुख्यतः धान, संतरा और बड़ी इलायची की खेती करते हैं। ये सुंदर पारंपरिक वस्त्रों का निर्माण करते हैं। इसके अतिरिक्त लेप्चा बाँस और बेंत से विभिन्न उपयोगी वस्तुएँ बनाने में भी दक्ष होते हैं। उनके घर सामान्यतः बाँस और लकड़ी से निर्मित होते हैं, जिन्हें भूमि से लगभग चार से पाँच फीट ऊँचे खंभों पर बनाया जाता है। लेप्चा समाज में पैतृक संपत्ति का विभाजन परिवार के सभी सदस्यों के बीच किया जाता है, जबकि स्व-अर्जित संपत्ति पर अर्जनकर्ता का अधिकार बना रहता है।दादा-दादी तथा माता-पिता की पैतृक संपत्ति के उत्तराधिकारी पुत्र और पौत्र होते हैं। यदि किसी व्यक्ति का पुत्र या दत्तक पुत्र न हो, तो उसकी पैतृक संपत्ति पर निकट संबंधियों को उत्तराधिकार का अधिकार प्राप्त होता है। इस प्रकार लेप्चा समुदाय का जीवन प्रकृति, परंपरा और सामाजिक मूल्यों के साथ गहराई से जुड़ा हुआ है।

15.3.1.3 भूटिया

सिक्किम की दूसरी सबसे प्राचीन जनजाति 'भूटिया' है। ये लोग कई सदियों पहले हिमालयी क्षेत्रों से सिक्किम आए और यहाँ की संस्कृति तथा इतिहास के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। भूटिया जनजाति की कई उप-जनजातियाँ हैं। भूटिया समुदाय पूरे सिक्किम में निवास करते हैं, लेकिन इनकी बड़ी आबादी राज्य के उत्तरी और पूर्वी क्षेत्रों में अधिक है। भूटिया लोगों के परिवार मुख्यतः पितृसत्तात्मक हैं। भूटिया जनजाति की अपनी भाषा और लिपि है। भूटिया लोग आपस में अपनी ही भाषा में बातचीत करते हैं, लेकिन घर के बाहर वे सामान्यतः नेपाली भाषा का उपयोग करते हैं। भूटिया जनजाति बौद्ध धर्म का पालन करता है। वे सत्रहवीं शताब्दी के उत्तरार्ध में बौद्ध धर्म के आध्यात्मिक प्रभाव के साथ सिक्किम आए थे। धार्मिक अनुष्ठानों के अवसर पर परिवार के सभी सदस्य एकत्रित होते हैं।

15.4 लोक विश्वास

सिक्किम में प्राकृतिक सौंदर्य के साथ-साथ विविध लोक परंपराएँ और विश्वास भी देखने को मिलते हैं। यहाँ के लोक विश्वास मुख्यतः बौद्ध धर्म, हिंदू परंपराओं और स्थानीय जनजातीय संस्कृतियों के मिश्रण से बने हैं। इन विश्वासों में प्रकृति, देवी-देवताओं और आत्माओं का विशेष स्थान है। सिक्किम के लोगों का मानना है कि पर्वत,

नदियाँ, पेड़ और झड़नेउनके प्राकृतिक संसाधन हैं तथा इनमें दिव्य शक्तियाँ भी विद्यमान हैं। इसलिए सिक्किम के अनेक स्थानों को पवित्र माना जाता है और वहाँ विशेष पूजा-अर्चना की जाती है। लेप्चा समुदाय में पर्वतों, नदियों, वनों तथा प्राकृतिक शक्तियों के प्रति गहरी आस्था होती है। कंचनजंघा पर्वत उनके लिए श्रद्धा और विश्वास का प्रमुख प्रतीक है। यहाँ के लोक जीवन में बौद्ध धर्म का गहरा प्रभाव है। बौद्ध गोंपा में किए जाने वाले धार्मिक अनुष्ठान, प्रार्थना और मंत्रों का उच्चारण लोगों के दैनिक जीवन का हिस्सा हैं। लोग मानते हैं कि इन धार्मिक क्रियाओं से बुरी शक्तियों का नाश होता है और जीवन में शांति व समृद्धि आती है। सिक्किम की जनजातीय परंपराओं में आपने पूर्वजों के प्रति भी गहरा सम्मान देखा जाता है। कई अवसरों पर लोग अपने पूर्वजों की आत्मा की शांति के लिए पूजा करते हैं। यह विश्वास भी प्रचलित है कि कुछ स्थानों पर अच्छे और बुरे दोनों प्रकार की आत्माएँ निवास करती हैं, जिनसे संतुलन बनाए रखना आवश्यक होता है।सिक्किम में त्योहारों के समय लोक विश्वास और भी स्पष्ट रूप से दिखाई देते हैं। विविध धार्मिकअनुष्ठान और अन्य पर्व-त्याहारों पर पारंपरिक नृत्य, संगीत और पूजा के माध्यम से ईश्वर और प्रकृति के प्रति आभार व्यक्त किया जाता है।

13.5 लोक पर्व-उत्सव

लोक पर्व-उत्सव किसी भी समाज की सांस्कृतिक पहचान और परंपराओं के प्रतीक होते हैं। ये उत्सव लोगों के जीवन में खुशी, एकता और सामाजिक समरसता का संचार करते हैं। लोक उत्सव केवल मनोरंजन का साधन नहीं होते, बल्कि इनके पीछे गहरी धार्मिक, सामाजिक और सांस्कृतिक मान्यताएँ जुड़ी होती हैं। ये पर्व प्रकृति, कृषि चक्र, देवी-देवताओं की आराधना और पूर्वजों के सम्मान से संबंधित होते हैं। इन अवसरों पर लोग मिल-जुलकर पूजा-पाठ, नृत्य, संगीत और पारंपरिक भोजन का आनंद लेते हैं।सिक्किम जैसे राज्यों में लोक उत्सवों का विशेष महत्व है। सिक्किम में नेपाली जाति के अधिकांश लोग हिंदू धर्म से संबंधित हैं। यहाँ की 'भूटिया', 'लेप्चा' और 'नेपाली' समुदाय की विभिन्न उपजातियाँ बौद्ध धर्म का भी पालन करती हैं। सिक्किम के हिंदू नेपाली समुदाय के लोग प्रायः देश के अन्य नेपाली समाज की तरह ही त्योहार मनाते हैं। 'दशैं' नेपाली लोगों का बहुत बड़ा पर्व है। इसे सिक्किम में भी बहुत ही आनंदमय तरीके से मनाया जाता है। इस पर्व पर नौ दिनों तक नवदुर्गा की शक्ति की उपासना की जाती है और दसवें दिन 'दशैं' मनाया जाता है। इस दिन घर के बड़े लोग अपने से छोटे लोगों को दही, चावल और रंग के मिश्रण से टीका लगाकर आशीर्वाद देते हैं तथा

आशीष स्वरूप कुछ पैसे भी देते हैं। भारत में दिवाली हर राज्य में अपने-अपने तरीके से मनाई जाती है। हर राज्य और क्षेत्र की अपनी-अपनी परंपराएँ और रीति-रिवाज होते हैं, जिनके अनुसार लोग इस बड़े पर्व को मनाते हैं। सिक्किम में भी दिवाली बहुत धूमधाम से मनाई जाती है। यहाँ इसे 'तिहार' कहा जाता है। तिहार नेपाली समुदाय का एक प्रमुख त्योहार है, जिसे प्रकाश, आनंद और भाईचारे का पर्व माना जाता है। यह पाँच दिनों तक मनाया जाता है और इसमें काग तिहार, कुकुर तिहार, लक्ष्मी पूजा, गोवर्धन पूजा तथा भाई टीका शामिल होते हैं। इस पर्व में घरों की सफाई कर दीपक जलाए जाते हैं और माता लक्ष्मी की पूजा की जाती है ताकि सुख-समृद्धि बनी रहे। कुकुर तिहार में कुत्तों को और काग तिहार में कौवों को सम्मान दिया जाता है। अंतिम दिन भाई-बहन के स्नेह का प्रतीकभाई टीकामनाया जाता है, जिसमें बहनें भाइयों की लंबी उम्र की कामना करती हैं। भाई भी बहनों को उपहार और धन देते हैं। नेपाली समाज में 'माघे संक्रांति' का पर्व मनाया जाता है, जिसे 'मकर संक्रांति' भी कहा जाता है। यह पर्व माघ महीने के पहले दिन मनाया जाता है और सिक्किम में भी इसे धूमधाम से मनाया जाता है।'सोनम लोसार' तामाङ समुदाय का पर्व है, जो प्रकृति पूजा से संबंधित है। सिक्किम में 'राई' समुदाय के लोगों की संख्या भी काफी है। इनके 'साकेवा' पर्व को बड़ा त्योहार माना जाता है। यह पर्व नौ दिनों तक मनाया जाता है, जिसमें राई समुदाय के लड़के-लड़कियाँ अपने पारंपरिक वस्त्र पहनकर नाचते-गाते हैं। 'नामसूंग' लेप्चा जनजाति का प्रमुख त्योहार है। इस अवसर पर जोंगू नामक स्थान में हर वर्ष दिसंबर-जनवरी में 'नामप्रिकदंग मेला' लगता है। 'तेंदोंग ल्हो रुम फात' लेप्चा जनजाति का दूसरा बड़ा पर्व है, जो हर वर्ष 8 अगस्त को मनाया जाता है। इसमें लेप्चा समुदाय के लोग पंडित बून्थिंग और मून के माध्यम से तेंडोंग पर्वत की रक्षक देवता के रूप में पूजा करते हैं। इसके अलावा लेप्चा लोग समय-समय पर अपने घरों में भी पूजा-पाठ करते हैं। 'लोसूंग' और 'लोसार' भूटिया समुदाय के मुख्य त्योहार हैं। 'लोसूंग' त्योहार तिब्बती कैलेंडर के दसवें महीने में आयोजित होता है, जिसमें नई फसल को श्रद्धापूर्वक ईश्वर को अर्पित किया जाता है।अंततः कहा जा सकता है कि सिक्किम जैसे बहु-जातीय और बहु-सांस्कृतिक राज्य में ये पर्व सामाजिक एकता, आपसी सद्भाव और सांस्कृतिक विविधता के सुंदर उदाहरण हैं। यहाँ मनाए जाने वाले विभिन्न समुदायों के त्योहार न केवल धार्मिक आस्था को प्रकट करते हैं, बल्कि प्रकृति और मानव जीवन के बीच गहरे संबंध को भी दर्शाते हैं।

15.6 लोकाचार एवं अंधविश्वास

सिक्किम के लोकाचार में सामूहिकता, प्रकृति-पूजन और धार्मिक सहिष्णुता की प्रमुख विशेषताएँ हैं। यहाँ का सामाजिक एवं धार्मिक जीवन लंबे समय तक प्रकृति, परंपरा और मौखिक परंपराओं पर आधारित रहा है।अतिथि-सत्कार, सामूहिक श्रम, बड़ों का सम्मान और प्रकृति के प्रति श्रद्धा यहाँ के प्रमुख लोकाचार माने जाते हैं। ग्राम-समुदाय में रहना, सामूहिक निर्णय लेना और बड़ों की बात मानना यहाँ का सामाजिक अनुशासन को बनाए रखता है। पर्व-उत्सवों, विवाह, जन्म और मृत्यु से जुड़े संस्कारों में निश्चित रीति-रिवाजों का पालन करना लोकाचार का अभिन्न अंग है। पारंपरिक वेशभूषा, लोकनृत्य और लोकगीत भी सामाजिक पहचान और सांस्कृतिक निरंतरता को सुदृढ़ करते हैं।

महत्वपूर्ण बिंदु -

सिक्किम भारत के पूर्वोत्तर क्षेत्र का एक सुंदर एवं बहुसांस्कृतिक राज्य है, जो वर्ष 1975 में भारतीय गणराज्य का हिस्सा बना। यहाँ नेपाली, लेप्चा और भूटिया प्रमुख जातीय एवं जनजातीय समुदाय हैं, जिनकी अपनी विशिष्ट भाषाएँ, परंपराएँ और रीति-रिवाज हैं। सिक्किम की संस्कृति प्रकृति से गहराई से जुड़ी हुई है। यहाँ पर्वत, नदियाँ, वन तथा प्राकृतिक शक्तियाँ श्रद्धा और आस्था के केंद्र माने जाते हैं। लोकविश्वासों पर बौद्ध धर्म, हिंदू परंपराओं तथा जनजातीय मान्यताओं का प्रभाव दिखाई देता है। दशैं, तिहार, लोसार, लोसूंग, सोनम लोसार और नामसूंग जैसे पर्व सामाजिक एकता और सांस्कृतिक समरसता के प्रतीक हैं। सिक्किम का खान-पान सरल, पौष्टिक और प्राकृतिक है, जिसमें मोमो, थुक्पा, गुंड्रुक, छुरपी और सेलरोटी प्रमुख हैं। यहाँ की समाज व्यवस्था सहयोग, भाईचारे, धार्मिक सहिष्णुता तथा बड़ों के सम्मान पर आधारित है। यही विशेषताएँ सिक्किम की लोक-संस्कृति को समृद्ध और विशिष्ट बनाती हैं।

लेप्चा लोकाचार में बच्चे के जन्म के तीन दिन बाद नामकरण 'बुन्थिंग' द्वारा किया जाता है। लेप्चा लोग प्रकृति-पूजक होते हैं और प्रकृति देव 'लुंग-जी-लुनोंग' की पूजा 'रूमफात' के रूप में करते हैं। पूजा के दौरान केला का पौधा और गन्ने का पौधा रखा जाता है, जहाँ केला पुरुष और गन्ना स्त्री शक्ति का प्रतीक माना जाता है। शिशु बालक के संरक्षक देव 'कथोंग फी' तथा बालिका के लिए 'नंगलेंन न्यू' माने जाते हैं। कंचनजंगा पर्वत, तीस्ता नदी और रंगीत नदी को साक्षी मानकर शिशु के ललाट पर घी

का तिलक लगाया जाता है और उसे आशीर्वाद दिया जाता है। बालक के दाहिने हाथ में तथा बालिका के बाएँ हाथ में 'कुजू' धागा बाँधा जाता है, जबकि कमजोर आत्मा वाले बच्चों के कमर में भी यह धागा बाँधा जाता है। केला का पौधा 'पुन्डुंग मिक' और गन्ने का पौधा 'पाम मिक' कहलाता है। इन पौधों की तरह जीवन में हर परिस्थिति में आगे बढ़ने की कामना की जाती है। पहनावे में लेप्चा पुरुष तागो (शर्ट), तोमू (पैंट), तिंगीप (झोला), थ्याक-तुप (टोपी) और यांग्लो (शाल) धारण करते हैं। वे अपने साथ लंबी तलवार रखते हैं, जिसे 'पायक' कहा जाता है। उनके परंपरागत वस्त्रों को 'थोग्रो' कहा जाता है। लेप्चा स्त्रियों के वस्त्र 'दुमबुन' कहलाते हैं। यह वस्त्र साड़ी जैसा होता है, किंतु इसे भिन्न शैली में पहना जाता है।

भूटिया लोकाचार में बच्चे के जन्म के बाद लामा (पुजारी) द्वारा माँ, शिशु तथा घर का शुद्धिकरण किया जाता है। भूटिया जनजाति में शुद्धिकरण एवं नामकरण संस्कार को फांगसांग या फ्याके कहा जाता है, जो माँ और शिशु के स्वास्थ्य के अनुसार आयोजित किया जाता है। इस संस्कार में बच्चे का नाम लामा द्वारा रखा जाता है तथा रिश्तेदारों और मित्रों को आमंत्रित कर भोज का आयोजन किया जाता है। भूटिया स्त्रियों की वेशभूषा को 'खो' या 'बख्खू' कहा जाता है, जो गाउन के समान होती है और जिसमें एक बेल्ट भी होती है। इसके ऊपर पहना जाने वाला शर्टनुमा वस्त्र 'हंजू' कहलाता है। बख्खू और हंजू के ऊपर कोट धारण किया जाता है। विवाहित स्त्रियाँ इसके साथ 'पांगदेन' बांधती हैं, जो उनकी वैवाहिक स्थिति का प्रतीक होता है। भूटिया पुरुष 'हेनजा' पहनते हैं, जो शर्ट के समान होता है, और उसके ऊपर बख्खू धारण करते हैं।सिक्किम में निवास करने वाले प्रत्येक समुदाय के विवाह परिधान अत्यंत विशिष्ट होते हैं। शुद्ध सोने के आभूषण विवाह परिधान का अनिवार्य अंग होते हैं, जिन्हें सौभाग्य और समृद्धि का प्रतीक माना जाता है।

लोकाचारों के साथ-साथ सिक्किम के समाज में कुछ अंधविश्वास भी प्रचलित रहे हैं। बीमारी, प्राकृतिक आपदा या असामान्य घटनाओं को कभी-कभी दुष्ट आत्माओं या देवताओं के कोप से जोड़ा जाता है। स्वप्नों, पक्षियों की आवाज़ों या पशुओं की गतिविधियों को शुभ-अशुभ संकेत मानने की परंपरा भी व्यापक रही है। कुछ क्षेत्रों में तांत्रिक क्रियाओं, बलि-प्रथा या जादू-टोने जैसी मान्यताओं का प्रभाव रहा है, जिन्हें अंधविश्वास की श्रेणी में रखा जा सकता है।हालाँकि यह भी सत्य है कि ये अंधविश्वास समाज की ऐतिहासिक परिस्थितियों और सीमित वैज्ञानिक ज्ञान की देन रहे हैं।

आधुनिक शिक्षा, चिकित्सा और संचार के विस्तार के साथ इन मान्यताओं में धीरे-धीरे परिवर्तन आ रहा है। युवा पीढ़ी वैज्ञानिक दृष्टिकोण को अधिक स्वीकार कर रही है, जिससे अंधविश्वासों की पकड़ कमजोर हो रही है। फिर भी कुछ परंपराएँ आज भी सांस्कृतिक पहचान के रूप में जीवित हैं।

अपनी प्रगति जांचे :

प्रश्न 1: सिक्किम शब्द का क्या अर्थ है?
प्रश्न 2: सिक्किम की संपर्क भाषा कौन-सी है?
प्रश्न 3: लेप्चा समुदाय स्वयं को किस नाम से संबोधित करता है?
प्रश्न 4: तामाङ समुदाय का प्रमुख धर्म कौन-सा है?
प्रश्न 5: सिक्किम की प्रमुख नदियाँ कौन-कौन सी हैं?

15.7 खान-पान

सिक्किम के खान पान पर नेपाली, भूटिया और लेप्चा समुदायों का गहरा प्रभाव देखने को मिलता है। यहाँ का भोजन अधिकतर प्राकृतिक, पौष्टिक और कम मसालेदार होता है, क्योंकि ठंडे मौसम में लोग हल्का और सुपाच्य भोजन पसंद करते हैं। यहाँ के लोगों का मुख्य भोजन चावल है। तिब्बत और चीन की निकटता के कारण यहाँ चाइनीज भोजन भी बहुत पसंद किया जाता है, जैसे थुक्पा, फाले, चाउमीन और मोमो आदि। सिक्किम का सबसे प्रसिद्ध व्यंजन 'मोमो' है। यहाँ के लोग इसे बड़े चाव से खाते हैं।'थुक्पा' एक प्रकार का नूडल सूप है, जो विशेष रूप से सर्दियों में खाया जाता है। 'गुंड्रुक' और 'सिन्की' यहाँ के पारंपरिक अचार और सूप हैं, जिन्हें किण्वित पत्तियों से बनाया जाता है। यहाँ 'छुरपी' का भी खूब सेवन किया जाता है जो याक या गाय के दूध से बनाया जाता है। 'सेलरोटी' चावल के आटे से बनी मीठी और कुरकुरी रोटी है जो यहाँ त्योहारों पर विशेष रूप से बनाई जाती है। ठंडे मौसम के कारण यहाँ के लोग शराब का भी अत्यधिक सेवन करते हैं। घरों में जौ, गेहूँ और चावल से पारंपरिक शराब बनाई जाती है। जन्म, मृत्यु, पर्व-त्योहार और अन्य सभी सामाजिक अवसरों पर इसका सेवन लगभग किया जाता है। सिक्किम का खान-पान केवल स्वादिष्ट ही नहीं बल्कि स्वास्थ्यवर्धक भी है।

15.8 समाज व्यवस्था

सिक्किम की समाज व्यवस्था अत्यंत अनुशासनपूर्ण है।यह क्षेत्र पूर्णतः पहाड़ों से घिरा होने के कारण यहाँ का सामाजिक जीवन भारत के मैदानी क्षेत्रों से कुछ भिन्न है।यहाँ अधिकांश परिवार संयुक्त होते हैं। परिवार में पिता को मुखिया माना जाता है और महत्वपूर्ण निर्णय परिवार के सभी सदस्य मिलकर लेते हैं। बुजुर्गों का सम्मान करना यहाँ की सामाजिक परंपरा की एक प्रमुख विशेषता है। यहाँ निवास कर रहे लेप्चा समुदाय के लोग शांतिप्रिय, एकांतप्रिय और निःस्वार्थ स्वभाव के होते हैं। ये समाज में अत्यंत शांतिपूर्ण जीवन जीना पसंद करते हैं। इनकी प्रमुख विशेषता अहिंसा में विश्वास तथा प्रकृति के प्रति गहरा लगाव है। समय के साथ इनके सामाजिक एवं आर्थिक जीवन में परिवर्तन आया है। आज अनेक लेप्चा युवक-युवतियाँ उच्च शिक्षा प्राप्त कर प्रशासनिक अधिकारी, डॉक्टर, इंजीनियर और अन्य महत्वपूर्ण पदों पर कार्यरत हैं। इनके समाज में शिष्टता, सादगी, ईमानदारी और भाईचारे के मूल्य आज भी विद्यमान हैं। सिक्किम की 'भूटिया' जनजाति कृषि, व्यापार और पशुपालन में रुचि रखते हैं तथा बौद्ध धर्म के अनुयायी हैं। समय के साथ इनके रहन-सहन और जीवन शैली में भी परिवर्तन आया है। आज इनके बच्चे भी उच्च शिक्षा प्राप्त कर सिक्किम तथा देश के विभिन्न भागों में महत्वपूर्ण पदों पर कार्यरत हैं। भूटिया समाज की एक महत्वपूर्ण विशेषता यह है कि यहाँ बच्चों में बचपन से ही वंशानुगत संस्कारों का विकास किया जाता है। आज भी भूटिया युवक-युवतियाँ अपने बड़ों और धार्मिक प्रतीकों के प्रति सम्मान प्रकट करते हुए दिखाई देते हैं। सिक्किम में नेपाली समुदाय की जनसंख्या सबसे अधिक है। ये लोग सामाजिक रूप से शांतिप्रिय और सौहार्दपूर्ण व्यवहार वाले होते हैं। सभी रीति-रिवाजों और त्योहारों को ये लोग बड़े उत्साह और धूमधाम से मनाते हैं तथा समाज में आपसी एकता बनाए रखते हैं। इस तरह कहा जा सकता है कि सिक्किम की समाज व्यवस्था धार्मिक सहिष्णुता पर आधारित है। यहाँ सभी समुदाय एक-दूसरे के त्योहारों और धार्मिक अवसरों में भाग लेते हैं, जिससे सामाजिक एकता बनी रहती है। यहाँ की समाज व्यवस्था में सहयोग और भाईचारे की भावना अत्यंत मजबूत है। लोग एक-दूसरे की सहायता करते हैं और सामूहिक जीवन शैली अपनाते हैं।

15.9 सारांश

सिक्किम भारत के पूर्वोत्तर हिमालयी क्षेत्र में स्थित अत्यंत सुंदर और प्राकृतिक विविधताओं से भरपूर राज्य है, जो 1975 में भारतीय गणराज्य का हिस्सा बना। यह नेपाल, भूटान और चीन से सीमाएँ साझा करता है। यहाँ की प्रमुख नदी तीस्ता है और यहाँ के अनेक पर्यटन स्थल प्रमुख आकर्षण के केंद्र है। सिक्किम बहुजातीय और बहुसांस्कृतिक राज्य है। सिक्किम में नेपाली समाज का सबसे बड़ा समूह है, जिसकी प्रमुख उपजातियाँ में राई, लिम्बू, तामांग, मगर, गुरुङ आदि हैं। लेप्चा और भूटिया यहाँ के प्राचीन निवासी माने जाते हैं। सिक्किम में सभी समुदायों की अपनी अलग भाषाएँ, परंपराएँ और धार्मिक विश्वास हैं, फिर भी इनके बीच सामाजिक समरसता और सहयोग की भावना बनी रहती है। यहाँ बौद्ध धर्म, हिंदू परंपराएँ और स्थानीय जनजातीय आस्थाएँ मिलकर लोक विश्वासों का निर्माण करती हैं, जिनमें प्रकृति पूजा का विशेष महत्व है। यहाँ पर्वत, नदियाँ और वन पवित्र माने जाते हैं। सिक्किम में प्रमुख लोक उत्सवों में दशैं, तिहार, लोसार, सोनम लोसार, नामसूंग आदि बड़े उत्साह से मनाए जाते हैं। सिक्किम का लोकजीवन प्रकृति पर आधारित है। यहाँ अतिथि-सत्कार, सामूहिकता, बड़ों का सम्मान और पारंपरिक रीति-रिवाजों का पालन महत्वपूर्ण माना जाता है। यहाँ के समाज में कुछ पारंपरिक अंधविश्वास भी प्रचलित रहे हैं, परंतु वर्तमान शिक्षा और आधुनिकता के साथ इसका प्रभाव घट रहा है। सिक्किम का खान-पान सरल, पौष्टिक और प्राकृतिक है, जिसमें मोमो, थुक्पा, गुंड्रुक और सेलरोटी जैसे व्यंजन प्रमुख हैं। यह राज्य जैविक कृषि के लिए भी प्रसिद्ध है।यहाँ की सामाजिक व्यवस्था में सभी जातियाँ और जनजातियाँ आपसी सहयोग, भाईचारे और धार्मिक सहिष्णुता के साथ जीवन व्यतीत करती हैं। इस प्रकार सिक्किम अपनी प्राकृतिक सुंदरता के साथ-साथ सांस्कृतिक विविधता, सामाजिक एकता और समृद्ध परंपराओं के लिए विशेष पहचान रखता है।

15.10 प्रगति विवरण

प्रश्न संख्या 1 का उत्तर:'सिक्किम' शब्द लिम्बू भाषा के 'सु' (नया) और 'ख्यिम' (घर) शब्दों से बना है। इसका अर्थ 'नया घर' या 'नवीन घर' होता है।

प्रश्न संख्या 2 का उत्तर:सिक्किम की संपर्क भाषा नेपाली है। विभिन्न जातीय एवं जनजातीय समुदायों के बीच संवाद के लिए मुख्यतः नेपाली भाषा का प्रयोग किया जाता है।

प्रश्न संख्या 3 का उत्तर:लेप्चा समुदाय स्वयं को 'रोंग' नाम से संबोधित करता है। उन्हें सिक्किम का मूल निवासी माना जाता है।

प्रश्न संख्या 4 का उत्तर:तामाङ समुदाय मुख्यतः बौद्ध धर्म का अनुयायी है। इनके धार्मिक जीवन पर तिब्बती बौद्ध परंपराओं का गहरा प्रभाव दिखाई देता है।

प्रश्न संख्या 5 का उत्तर:सिक्किम की दो प्रमुख नदियाँ तीस्ता और रंगीत हैं। तीस्ता राज्य की सबसे लंबी नदी है और सिक्किम के प्राकृतिक जीवन में महत्वपूर्ण स्थान रखती है।

15.11 अधिक जानने के लिए पढ़े

- माता प्रसाद: पूर्वोत्तर भारत के राज्य, नेशनल पब्लिशिंग हाउस, दिल्ली, 1998
- Bedi, Rajesh & Sharma, Ramesh: Images of Sikkim – The Land, People and Culture, Rigsum Production, New Delhi, 1983.
- धमला, जय: सिक्किमको इतिहास, श्याम प्रकाशन, दार्जीलिंग, 1983 ई.
- शर्मा 'कश्यप', तुलसीराम: सिक्किम हिजोदेखी आजसम्म, आँकुरा प्रकाशन, गंगटोक, 1996 ई.
- कुकरेती, हेमंत: भारत की लोक संस्कृति, प्रभात पेपरबैक्स, दिल्ली, 2018
- गुप्ता, रमणिका: उत्तर-पूर्व भारत: समाज और संस्कृति, राजकमल प्रकाशन, नई दिल्ली, 2008
- भूटिया, डॉ. चुकी: सिक्किम : संस्कृति के आइने में, समन्वय पूर्वोत्तर पत्रिका, अंक 10, जनवरी-मार्च-2011
- लेप्चा, डॉ. चुकी: लेप्चा आदिम जनजाति की सांस्कृतिक पृष्ठभूमि, समन्वय पूर्वोत्तर पत्रिका, अंक 10, जनवरी-मार्च-2011
- शर्मा, रामशरण: भारत की जनजातीय संस्कृति: उत्तर-पूर्व भारत, मेश्नल बुक ट्रस्ट, नई दिल्ली, 2013

15.12 अभ्यास प्रश्न

(क) निम्नलिखित प्रश्नों के संक्षिप्त उत्तर दीजिए

1. सिक्किम भारतीय गणराज्य का हिस्सा कब बना?
2. सिक्किम की समाज व्यवस्था की सबसे प्रमुख विशेषता क्या है?

3. सिक्किम की दो प्रमुख जनजातियों के नाम लिखिए।
4. भूटिया समाज द्वारा मनाए जाने वाले दो त्योहारों के नाम लिखिए।
5. सिक्किम के खान-पान में मुख्य आहार कौन-कौन सा है?
6. सिक्किम में लोक पर्व और उत्सवों का प्रमुख उद्देश्य क्या है?

(ख) निम्न लिखित प्रश्नों के उत्तर लिखिए:

1. सिक्किम की जातीय एवं जनजातीय समाज का विस्तृत विवेचन करते हुए उसकी प्रमुख विशेषताओं पर प्रकाश डालिए।
2. सिक्किम के लोक-विश्वासों का समाज पर पड़ने वाले प्रभावों के विश्लेषण कीजिए।
3. सिक्किम के लोक पर्व एवं उत्सवों का सामाजिक और सांस्कृतिक महत्व स्पष्ट कीजिए।
4. सिक्किम की खान-पान परंपरा का विस्तार से वर्णन कीजिए।
5. सिक्किम की समाज व्यवस्था का विस्तृत विवेचन कीजिए।



This document was created with the Win2PDF “Print to PDF” printer available at

https://www.win2pdf.com

This version of Win2PDF 10 is for evaluation and non-commercial use only.
Visit https://www.win2pdf.com/trial/ for a 30 day trial license.

This page will not be added after purchasing Win2PDF.

https://www.win2pdf.com/purchase/