

उत्तराखण्ड की लोक-संस्कृति में बाढ़ी एवं बाढ़ी गीत

ALKESHIKA BHATT¹ & DR. SHIVNARAYAN²

¹Research Scholar, Dept of Indian Classical Music, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Shantikunj, Gayatrikunj, Haridwar

²Department of Indian Classical Music, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Shantikunj, Gayatrikunj, Haridwar

सारांश

उत्तराखण्ड की लोक संस्कृति में विविध रंगों की छटाएँ हैं जो यहाँ के लोक गीत, लोक वाद्य, लोक नृत्य, पाककला, भवन निर्माण कला, बोली एवं परिधान इत्यादि के माध्यम से प्रदर्शित होती हैं। यहाँ के पहाड़ों में रचे-बसे लोक गीत भी अपने आप में मौलिकता एवं वैविध्य के रंगों से परिपूर्ण हैं जो संगीत के शास्त्रीय आयाम को नहीं लेकिन यहाँ के जनमानस की जीवनशैली को परिलक्षित करते हैं। उत्तराखण्ड के लोकगीतों की विविधता खुदेड़, चैफला, पवाड़े, चैमासा, थड्डैया, बारहमासा, छाँछरी, चैती, माँगल, जागर, बाढ़ी आदि गीतों के माध्यम से दिखती है। इस आलेख में अध्ययन किया गया है कि किस प्रकार बाढ़ी गीत गायन परम्परा प्रारंभ हुई, किस उपलक्ष्य में यह गीत गाए जाते हैं, किस प्रकार से इनका गायन होता है एवं कालांतर में कैसे और किन कारणों से ये विलुप्तप्रायः स्थिति को प्राप्त हुए। इस अध्ययन में बाढ़ी गीतों का उल्लेख भी किया गया है जो बाढ़ी गायकों द्वारा ही मौखिक रूप में प्रदान किए गए हैं। इस आलेख के अध्ययन का मुख्य स्रोत बाढ़ी गीत परंपरा से जुड़े बाढ़ी गायक रहे हैं जिन से साक्षात्कार के फलस्वरूप ही यह आलेख अपने इस लिखित स्वरूप में संभव हो पाया है। इसका मुख्य कारण यह है कि इन गीतों से जुड़े लिखित स्रोत अपेक्षाकृत कम अथवा नगण्य ही हैं तथापि बाढ़ी गीतों के स्वरूप के अध्ययन की ओर यह एक प्रयास किया गया है।

मुख्य शब्द- बाढ़ी, बाढ़ी गीत, उत्तराखण्ड की लोक-संस्कृति

प्रस्तावना

उत्तराखण्ड की लोक-संस्कृति में कुछ ऐसे व्यावसायिक गीत पाए जाते हैं जो बेड़ा या बाढ़ी गीतों के नाम से जाने जाते हैं। विशेषतः हरिजन समुदाय के कुछ लोग इन गीतों को एक व्यवसाय के रूप में गाते हैं इन लोगों को हम बाढ़ी व मिरासियों के नाम से जानते हैं। यह बाढ़ी प्रजाति अपना जीवन-यापन करने के लिए गांव-गांव जाकर अपनी कला का प्रदर्शन कर लोगों के मनोरंजन का कार्य करती है। यह किसी विशेष संगीत कला से निपुण लोग नहीं होते हैं अपितु मनोरंजन की दृष्टि से गायन, वादन और नृत्य की प्रस्तुति किया करते हैं। उत्तराखण्ड एक पर्वतीय राज्य है, यहां का जीवन मैदानी-जीवन की अपेक्षा थोड़ा कठिन है और यहां के लोगों के आय के साधन भी सीमित होते हैं। यहां के जनजीवन का अध्ययन करने से ज्ञात होता है कि उत्तराखण्ड में आय के साधन का मुख्य स्रोत कृषि रही है जो समय के साथ-साथ पलायन होने के कारण अब धीरे-धीरे कम हो गई है। पूर्व में इस कार्य से समाज के एक बड़े वर्ग का भरण-पोषण होता था अर्थात् जिन के पास अपनी जमीन होती थी वही खेती का कार्य कर सकते थे। वहीं हरिजन वर्ग आर्थिक रूप से समर्थ न होने के कारण अपने व्यवसाय के तौर पर लौहार, टमटा, चमड़े, तथा पशु (बकरी, भेड़ इत्यादि) चराने का कार्य करते थे। इन्हीं में से एक है नाचने-गाने का कार्य जिसे करने वाले लोग बाढ़ी के नाम से जाने जाते थे। इस व्यवसाय में प्रधानतः एक पुरुष जिसे बाढ़ी कहा जाता था ये ढोलक बजाने और गीत गाने का कार्य करता था और उसका सहयोग देने के लिए स्त्री अपनी पोषाक पहन नृत्य कर सबका मनोरंजन करती थी इसके बदले लोग उन्हें अन्न और धन देकर तृप्त करते थे। आधुनिक समय में पलायन और आय के साधनों में परिवर्तन होने के कारण बाढ़ी गीत प्रायः विलुप्ति के कगार पर हैं, जो यहां की लोक-संस्कृति का एक अंग रहे हैं।

विभिन्न विद्वानों ने भी बाढ़ी गायकों के विषय में उल्लेख किया है कि वह किस प्रकार से जीवन यापन के लिए नाचने गाने का कार्य किया करते थे। “अन्त्यज वर्ग के भीतर भी कुछ उपवर्ग होते थे जिसमें से पहले उपवर्ग में बाढ़ी गायको का उल्लेख मिलता है। प्रथम उपवर्ग में पति-पत्नी दोनों ही घर-घर जाकर नाच गाने के द्वारा लोगों का मनोरंजन करके आजीविका कमाते थे। पुरुष हुड़का या बाजा बजाता था और पत्नी नाच गाकर विभिन्न अवसरों पर लोगों का मनोरंजन किया करती थी। (शर्मा, 2010, पृ

20)¹। उत्तराखंडी जनजीवन में बाढ़ी गीतों एवं प्रजाति का स्थान विशेष रहा है क्योंकि विवाह आदि शुभ कार्यों के अवसर पर यह मनोरंजन किया करते थे। इनके वर्णन में शर्मा जी ने कहा भी है 'मध्यकालीन उत्तराखंडी लोकजीवन के अंतर्गत समाज का एक ऐसा भी वर्ग था जो केवल यायावरी पद्धति से जीवन-यापन करता था तथा यहाँ के सामाजिक वर्गीकरण में इन्हें मिरासी/हुड़क्या/बांदा/औजी आदि के नामों से पुकारा जाता था। ये लोग हुड़का, डमरू, ढोलकी की धुनों पर अपनी महिलाओं को साथ लेकर लोगों से फटे-पुराने वस्त्र, टूटे-फूटे बर्तन व 'पसारा' के नाम पर अन्न, वस्त्र आदि पाकर अपना गुजारा करते थे(शर्मा, 2010, पृ 20)²।

बाढ़ी गीतों का इतिहास

बाढ़ी गीतों का प्रारंभ कहां से हुआ यह कह पाना कठिन है। उत्तराखण्ड के जिला टिहरी गढ़वाल के ग्राम डांगचैरा की एक बाढ़ी गायिका ईश्वरी भगवती से साक्षात्कार के आधार पर यह ज्ञात हुआ कि उन्हें यह विधा महादेव और पार्वती से प्राप्त हुई है। इस किंवदन्ति के अनुसार सृष्टि की रचना के समय पर सभी मनुष्यों को महादेव द्वारा कार्य आवंटित किए जा रहे थे जिसमें ब्राह्मण वर्ग को वेद मंत्रोच्चारण का कार्य दिया गया, क्षत्रिय को हल चलाने का कार्य दिया गया, लौहार को औजार बनाने का कार्य दिया गया, जब यह कार्य आवंटित किये जा रहे थे तो हम लोग सोए रह गए जिसके कारण हमें कुछ कार्य नहीं मिल पाया। इसलिए हम महादेव के पास गए और अपने भरण-पोषण के लिए कार्य मांगा तब महादेव ने अपना ढोलक और माता पार्वती ने अपना लहंगा हम लोगों को देकर नृत्य और गायन के माध्यम से हमें जीविकोपार्जन का आदेश दिया। इसके साथ ही हमारी जीविका का क्षेत्र भी दो प्रकार से निर्धारित किया, पहला- एक बांस का डंडा देकर (जो कि भगवान के त्रिशूल का स्वरूप है) कहा इस डंडे को तू जितनी दूर तक घुमा सकता है उतनी दूर तक तुम मांगने का कार्य कर सकते हो, और दूसरा-एक विशेष प्रकार की घास की मोटी रस्सी बनायी जाती थी (जिसे उत्तराखंड में बबूले के नाम से जाना जाता है) जिसके एक सिरे को पहाड़ की ऊंची चोटी से और दूसरा छोर नीचे ढलान अथवा मैदानी क्षेत्र में बांध दिया जाता था, अब इस रस्सी के ऊपर से बाढ़ी को फिसलते हुए नीचे की ओर आना होता था जितनी दूर तक वह फिसल पाएगा उतनी दूर तक वह मांगने का कार्य कर सकता था। इस प्रकार हमारी वृत्ति का निर्धारण किया गया। इसी प्रथा का निर्वहन बाढ़ी प्रजाति करती आ रही थी। आज से लगभग 40 से 50 वर्ष पूर्व बाढ़ी मेलों का आयोजन किया जाता था जिसमें बाढ़ी मोटी रस्सी पर चोटी से मैदान की तरफ फिसल कर आते थे, जिसे बर्ताखुंड कहा जाता है। वहीं दूसरी प्रथा में एक लम्बी बांस की डंडी को जमीन के सहारे खड़ा किया जाता था और उसके ऊपर एक कील को लगाया जाता था इस बांस के डंडे पर बाढ़ी चढ़ के कील के सहारे पेट को टिकाता था और जोर से घूमता था और सभी लोगों को आशीर्वाद देते हुए मंगलकामना करता था। इस प्रकार के खेल को बाढ़ी लांग कहा जाता था। इस जोखिम भरे कार्य में बहुत से लोगों के जान की हानि भी हुयी जिसके कारण इसका प्रचलन कम हो गया और कहीं-कहीं इसके स्थान पर काष्ठ के बाढ़ी को बांध कर इस प्रथा को पूरा किया जाता था। मध्यकालीन उत्तराखंड में इन गीतों का प्रचलन बहुत था और ये लोग घर-घर जाकर अपने व्यवसाय का निसंकोच निर्वहन करते थे किन्तु धीरे-धीरे आय के नए साधनों के बढ़ने के कारण इन लोगों ने भी अपना ये व्यवसाय बदलने का प्रयास किया और नए व्यवसाय का वरण किया इन गीतों के माध्यम से व्यवसाय को उन्होंने बंद कर दिया और धीरे-धीरे इन गीतों का लोप होना शुरू हो गया।



ईश्वरी भगवती, ग्राम डांगचैरा

बाढ़ी गीतों की विषय-वस्तु

बाढ़ी गीतों का गायन का विशेष उपलक्ष विवाह, फसल की कटाई के अवसर पर होता था इसके अलावा यह लोग किसी भी समय पर गाँव-गाँव में मांगने के लिए जाया करते थे। प्राचीन समय में सूचना के संसाधन नहीं हुआ करते थे कहीं कोई घटना घटती थी

तो उसका पता आस-पास के गाँव के लोगों को दो-तीन दिन बाद पता चलता था। सूचना का प्रसारण करने के लिए इन लोगों का बहुत सहयोग होता था यह अपने गीतों के माध्यम से सूचना का आदान-प्रदान गाँव-गाँव जाकर किया करते थे। इनके गीतों में स्तुति गीत, पौराणिक कथाओं के गीत, ऋतु गीत, प्रशंसा गीत, स्थानीय वीरों की गाथाओं के गीत, उत्तराखंड की मुख्य घटनाओं के गीत हुआ करते थे। यह अपने गीतों का प्रायः खुद चलते-चलते ही निर्माण किया करते थे। इसके अलावा दूसरे गीतकारों के गीतों का गायन भी किया करते थे। इनके गीतों की भाषा-बोली मुख्यतः स्थानीय हुआ करती थी इसके अलावा कुछ गीतों की भाषा हिंदी भी होती थी।

गनपति गिरिजा टिहरी नरेश।
चिरंजीवी रैना तेरो गढ़वाल देश।
रैंदी छै माता तू ऊँचा कैलाश।
चरणों मां तेरो पाणी कु निवासा
पुजार गौँरैंदा तेरा जाता पुरोहिता
मंदिर मा देवी तेरो बड़ो च हिता
बदन छूटगी तेरो जुराना का ऐंचा
जनता मां माता तेरी नजर छैं चा

(स्रोत: बाढ़ी गीत गायिका ईश्वरी भगवती)

यह गीत शक्तिपीठ चन्द्रबदनी माता के ऊपर लिखा व गाया गया है जिसकी बोली गढ़वाली है। इस गीत में माता चन्द्रबदनी की विशेषताओं का उल्लेख किया गया है। जब बाढ़ी गायक मांगने के उद्देश्य से घर से निकलते थे तब वह माता का स्मरण या किसी भी अन्य देवी देवता का स्मरण करके निकलते थे।

उत्तराखंड का प्रभु दुई छन धाम।
बद्री केदार प्रभु छन जौँ का नाम।
उत्तराखंड बद्री प्रभु दुई गंगा ऐना।
हरिद्वार जैकी प्रभु परसिद्ध हुवेना।

(स्रोत: बाढ़ी गीत गायिका ईश्वरी भगवती)

यह गीत भी गढ़वाली बोली में गाया गया है। जिसमें उत्तराखंड के प्रमुख धाम बद्री और केदार के विषय में बताया गया है, और वर्णन किया गया है कि पतित पावनि गंगा नदी भागीरथी और अलकनंदा के मिलने पर कैसे हरिद्वार में गंगा के नाम से प्रसिद्ध हुयी।

हे जी रंचणा तिन रंचीली हरी गोविंदा।
हे रामा कैन रंची सकल संसार भै हो।
हाँ हो कैन रंची सकल संसार भै हो।

हे जित सकल संसारा रंचीली महादेवा ना
हे रामा कैन रंचीली गंगा भागीरथी भै हो
हाँ हो कैन रंचीली गंगा भागीरथी भै हो
हाँ जित गंगा भागीरथी रंचीली महदेवा ना

(स्रोत: निदेशक, लोक कला एवं संस्कृति निषादन केंद्र गढ़वाल विश्वविद्यालय)

यह गीत संवादात्मक है जिसमें एक स्त्री और पुरुष के मध्य सृष्टि की रचना किस प्रकार से हुयी और किसने की है यह दर्शाया गया है। जिसमें स्त्री पूछ रही है कि ये सकल संसार बनाने वाला कौन है तो पुरुष जवाब देता है कि सकल संसार महादेव ने रचा है इसी प्रकार से आगे गीत के बोल बढ़ते जाते हैं।

आजु ध्यावै मंगल बाजे बढ़ाई
सोलह सौ ऋषियों ने चैका पुरावो
आजु ध्यावै ---
जिसे दिने राम ने सीता बिवायी।
वैसे दिने बाजे बधाई
आजु ध्यावै ----

(स्रोत: श्रीमती संगीता और श्रीमती छुम्मा, ग्राम डांगचैरा, टिहरी गढ़वाल)

यह गीत विवाह में मंगल आरती के समय पर इन गायिकाओं के द्वारा गया जाता था। विवाह के घर में बढ़ाई ताल (यह उत्तराखंड के लोक वाद्य ढोल वाली शुभ ताल है) बज रही है। उस घर में हर्ष और उल्लास छा रहा है।

बाढ़ी गीतों के विलोप का कारण

उत्तराखंड में बाढ़ी गीतों के विलोप के बहुत से कारण हैं। बाढ़ी गीतों के विलोप का मुख्य कारण मनोरंजन के नए साधनों और सूचना प्रसारण के बहुत से यंत्रों का निर्माण है। पहले विवाह में मनोरंजन के लिए इन लोगों को बुलाया जाता था किन्तु अब शादियों में स्पीकर पर बजने वाले गानों ने इनकी जगह ले ली जिससे लोगों को नया सुगम और ज्यादा मनोरंजक साधन प्राप्त हो गया है और इन लोगों की उपयोगिता शादियों में कम हो गयी। वहीं कुछ बची खुची जगह मोबाइल फोन, स्मार्टफोन, और टेलीविजनों ने ले ली जिसके माध्यम से लोगों को देश-विदेश की सूचना भी सुगमता से घर पर ही प्राप्त होने लगी जिससे इनके व्यवसाय को बहुत हानि पहुंची। दूसरी ओर उत्तराखण्ड में गाँवों से पलायन एक बहुत बड़ी समस्या रही, लोग नये रोजगार और बेहतर शिक्षा के लिए शहरों की ओर जाने लगे। धीरे-धीरे इन लोगों (बाढ़ियों) ने भी अपना व्यवसाय बदल दिया और अपनी इस विधा का त्याग करने लगे।

गोविन्द चातक जी ने अपनी पुस्तक में इनकी स्थिति को उल्लेखित करते हुए कहा है कि “बाढ़ी और बाढ़िनियाँ नृत्य और संगीत के व्यवसायी हैं। बाढ़ी स्वयं नाचने की अपेक्षा ढोलकी बजाता है और गीत गाता है। बाढ़िनी गीत गाती हुयी नाचती है। बाढ़ी केवल नाचते गाते ही नहीं अपितु कवियों की भांति गीत बनाते भी हैं। जहाँ तक इनकी नृत्य कला का सम्बन्ध है, उसमें भावाभिव्यक्ति गौण और अंग-विन्यास, लोच-लचक, और नाज-नखरे ही प्रधान होते हैं। अब इनका उद्देश्य सस्ता मनोरंजन और ओछी कामुकता

रह गया है। बादी गीत-नृत्य को मनोरंजन का साधन मात्र माना गया है तथापि लोकनृत्य एवं लोकसंगीत के क्षेत्र में इनके योगदान को अनदेखा नहीं किया जा सकता है। बादी प्रजाति युग-युग से लोक नृत्य व संगीत कला के संरक्षक रहे हैं। यदि इनके आर्थिक स्तर में कुछ परिवर्तन हो पाता तो बहुत संभव था कि कला के क्षेत्र में इनकी देन महत्वपूर्ण होती (चातक, 1990 पृ 20)³। बादी गीतों के हास का एक मुख्य कारण यह भी रहा कि इनमें फूहड़ता का प्रवेश हो गया था

इनका उद्देश्य केवल धन कमाने का ही रह गया था। समय के साथ जब व्यक्ति ने खुद को शिक्षित किया तो उन्हें समझ आने लगा कि यह फूहड़ता भरा गीत-नृत्य सभ्य समाज के देखने का विषय नहीं है, इस कारण लोगों ने इसका त्याग करना शुरू कर दिया। आधुनिकता के चलते बादी प्रजाति की खुद की नयी पीढ़ियाँ इस विधा को अपनाने में संकोच करने लगी और उन्होंने अपने रोजगार के साधन बदल दिए जिसके कारण यह विधा नयी पीढ़ी में हस्तान्तरित नहीं हो पायी जो इसके विलोप का कारण बनी। ये बहुत से मुख्य कारण बादी गीत व नृत्यों के विलोप का कारण रहे जिससे यह विधा उत्तराखण्ड में विलुप्तप्रायः सी हो गयी और जो कुछ बचे लोग इस विषय में जानते हैं वो या तो अत्यन्त बुजुर्ग हो चुके हैं व कुछ बताने की अवस्था में नहीं रहे, और कुछ जो इसका निर्वाह कर रहे हैं वो गीत नृत्य के बिना ही कर रहे हैं।

निष्कर्ष

उत्तराखण्ड हिमालय की गोद में स्थित एक मनोहर राज्य है यहाँ का प्राकृतिक सौंदर्य अद्भुत है। लेकिन यहाँ का जीवन पहाड़ों की भाँति ही कठोर है जो साधारण कार्य सुविधाजनक शहरों में रह कर आसानी से हो जाते हैं वही काम पहाड़ी क्षेत्रों में अधिक श्रम लेते हैं। जिससे व्यक्ति को ज्यादा मेहनत में कम लाभ प्राप्त होता है। इसके कारण ही लोगों ने पहाड़ों को छोड़कर आय के नए और सुगम साधनों की खोज के लिए शहरों का रुख किया। उसमें केवल उत्तराखण्ड का सामान्य वर्ग ही शामिल नहीं था अपितु बादी गीत गायक भी थे। पुराने समय में मनोरंजन के सीमित साधनों के चलते बादी गीत गायकों का व्यवसाय अच्छा रहा लेकिन जैसे-जैसे समाज आधुनिकता को अपनाने लगा वैसे-वैसे इस व्यवसाय का प्रचलन कम हो गया। वही पहले उत्तराखण्ड पहले कृषि प्रधान राज्य था जब फसल पकती तो सभी लोग फसल का एक हिस्सा दान-पुण्य के लिए अलग रखते थे और इसमें से ही याचकों को दान किया करते थे किन्तु अत्यधिक पलायन और नए व्यवसाय के चलते लोगों ने अपना कृषि का व्यवसाय बंद कर दिया जिस कारण दान का यह हिस्सा बंटना भी बंद हो गया। इस से बादीयों की आजीविका पर बड़ा असर पड़ा। पहले शादी-विवाह के समय पर इन बादी गायकों को मनोरंजन के लिए बुलाया जाता था लेकिन अब शादी में बजने वाले नए गीत-संगीत में लोगों ने अपना आनन्द ढूँढ लिया जिसके कारण लोगों ने इन्हे बुलाना बंद कर दिया।

वहीं ये लोग कटाक्ष भी करते पाए जाते हैं कि जब हमारे नाचने-गाने के काम को आप लोग खुद ही करने लगे तो हम लोगों की जरूरत तो खत्म होनी ही थी। इस समाज के लोगों की विधा के विलुप्त होने के बहुत से कारण रहे हैं। वहीं इन लोगों ने अपना स्वयं का काम छोड़ दिया और खुद ही हीन भावना से ग्रसित होकर सोचने लगे कि इस प्रकार मांगने का कार्य सही नहीं है और नए व्यवसाय की तरफ रुख किया। इन गीतों के विलोपन होने से कुछ लोग मानते हैं कि उत्तराखण्ड की संस्कृति को इस से हानि हुयी है, वहीं कुछ बड़े कलाकार मानते हैं कि परिवर्तन संसार का नियम है इसी नियम के कारण संस्कृति में भी बहुत से परिवर्तन होते रहे हैं ये सब परिवर्तन संस्कृति के लिए अच्छे हैं, तथा इन गीतों के हास से संस्कृति पर कुछ ज्यादा प्रभाव नहीं पड़ा है। वहीं इन लोगों की मांग है कि हमें आर्थिक रूप से सरकारी सहायता प्रदान की जाये तो हम अपनी इस विधा को बचाने के लिए समर्थ बन सकेंगे एवं निरन्तर इस दिशा में प्रयासरत रहेंगे।

बादी गीतों का अध्ययन करने से ज्ञात होता है कि इन का उद्देश्य मूलतः मनोरंजन करना ही था संस्कृति के संरक्षण से इनका विशेष जुड़ाव नहीं था। वहीं उत्तराखण्ड की संस्कृति में कई ऐसे लोकगीत व लोकनृत्य हैं (यथा- मांगल, जागर, थडैया, चैफला, बाजूबंद

आदि) जो उत्तराखण्ड संस्कृति के परिचायक सिद्ध होते हैं और जब भी इन गीतों को गाया जाता है तो व्यक्तियों में भी सौहार्द की भावना देखी जाती है वहीं बाढ़ी लोकगीत केवल एक समुदाय के लोगों के गीत ही रहे क्योंकि कहीं न कहीं इन गीतों में अधिक लाभ की ईच्छा ने इन्हो फूहड़ता की ओर अग्रसर कर दिया फलस्वरूप इनका महत्व उत्तराखण्ड की संस्कृति में बहुत अधिक नहीं रह गया, इसीलिए आज यह गीत कहीं सुनने को नहीं मिलते हैं। निश्कर्षतः यह कहा जा सकता है कि उत्तराखण्ड की लोक-संस्कृति, लोक-संगीत के वैविध्य एवं सौन्दर्य को संरक्षित करने के उद्देश्य से इनके अस्तित्व को बचाये रखना अति आवश्यक है।

सन्दर्भ सूची

- शर्मा, डी. डी. (2010). उत्तराखण्ड का लोकजीवन एवं लोकसंस्कृति (प्रथम संस्करण). अंकित प्रकाशन।
शर्मा, डी. डी. (2021). उत्तराखण्ड के लोकसाहित्य का उद्देश्य (प्रथम संस्करण). अंकित प्रकाशन।
कैटाका, जी. (1990). भारतीय लोक संस्कृति का संदर्भ: मध्य हिमालय (प्रथम संस्करण). तक्षशिला प्रकाशन।