Voice : A Biannual & Bilingual Journal
2024 June, Vol : 16, No. 1, pp.159-168
DOI : https://doi.org/10.3126/voice.v16i2.72788

तामाङ लोक संस्कृति र सेलो गीतको सूक्ष्म विश्लेषण

बालकृष्ण शर्मा[1]

Article Information : Received : September 16, 2024 **Revised :** November 13, 2024 **Accepted :** December 10, 2024

सारसङ्क्षेप

प्रस्तुत लेख काठमाडौँ वरिपरिका डाँडाकाडा र त्यहाँबाट वसाइसराई गरी नेपालगन्ज तराई प्रदेशमा झरेका केही तामाङ जातिको ऐतिहासिक-सामाजिक र सांरकृतिक विशिष्टता र नेपालको गौरवपूर्ण लोकसंस्कृतिमित्र रहेको 'तामाङ्सेलो' जस्तो लोकसंस्कृति झल्काउने लोकगीतको अर्थ, संरचनागत ढाँचा र यसले समाज र राष्ट्रप्रति देखाएको राष्ट्रभाव, प्रकृतिप्रेम र पयविरणको सुरक्षणमा कस्तो भूमिका खेलेको छ भन्ने विषयलाई केन्द्रित गरी शोध विवेचना गरिएको छ। भातवशास्त्री र पुरातत्वशास्त्रीहरुका अध्ययनले समेत तामाङ जातिको लोककला र लोकव्यवहारको स्थल काठमाडौँ उपत्यकाको वरिपरि भएपनि यसको प्रभाव अन्य स्थानमा सम्म पनि देखाइएको छ। तामाङ समाज र संस्कृतिमा देखिएका अनेकौं लोक संस्कृति र लोकसभ्यताहरु आजको पश्चिमी संस्कृतिको प्रभावका कारण लोपोन्मुख अवस्थामा गइरहेका छन्। जसको संरक्षण र सम्वद्ध गर्नु मूल हेतुका साथ प्रस्तुत आलेख लेखिएको छ। यसमा अध्ययनको स्थलगत विधि प्रयोग गरी तयार पारिएको छ। यस आलेखमा अन्तर्वार्ता र उपत्यकाबाहिर रहेका सम्बन्धित विषयका सरोकार वालासँग गरिएको संवादबाट तयार पारिएको छ।

शब्दकुञ्जी : तामा सेलो, बोन्पो, थाक खोला, आदिवासी, दस्तावेज।

[1]आंशिक शिक्षक, त्रिभुवन विश्व विद्यालय, महेन्द्र बहुमुखी क्याम्पस, नेपालगंज
इमेल : balkrishnasharma746@gmail.com

ISSN : 2091-2161
©The Author(s)

Published by Autar Dei Chaudharain Research Centre (ADCRC), Mahendra Multiple Campus, Nepalgunj, Banke
The open access article is distributed under a Creative Common Attribution (CC BY-NC 4.0) licence.

विषयपरिचय

तामाङ जाति नेपालको एक प्राचीन सभ्य जाति हो । नेपालका सबै जातिमध्ये तामाङ जातिको प्राचीन र ऐतिहासिक सम्बन्ध भगवाने बुद्धसँग जान्छ । यस जातिको मूल थलो काठमाडौं उपत्यकाको वरिपरिका डाँडाहरुमा बसोबास गरेको पाइन्छ। खासगरी काठमाडौं वरिपरिका जिल्ला काभ्रेपलान्चोक, सिन्धुपाल्चोक, रामेछाप, सिन्धुली, नुवाकोट, भक्तपुर, रसुवा अर्थात् बागमती प्रदेशमा अधिक रहेको पाइन्छ ।

तामाङ जातिले आफ्नो साझा भूगोललाई ताम्सालिङ भन्ने गरिन्छ । तामाङ जाति नेपालको प्राचीन जातिमध्ये एके हो । यो जातिले काठमाडौं उपत्याकालाई आफ्नो मूल थलो मान्दै आएका छन् । नेपाल सरकारले सूचीकृत गरेका विभिन्न ५९ आदिवासी जनजातिहरुमध्ये तामाङ पनि एक हो । यस जातिका आफ्ना जातीय सभ्यता र संस्कृति रहेका छन् । खास गरी तामाङहरु नेपालको पूर्वी भाग काठमाडौं वरिपरि रहने र बस्ने गरे पनि पछिल्लो समयमा बसाइसराइ गर्दै नेपालको अन्य भूगोलमा पनि यिनीहरुको बसोबास रहेको हुन्छ भन्ने तामाङ शब्द तेस्रो शताब्दीको दस्तावेजमा प्रयोग गरिएको पाइन्छ । जेमिड ज्याक्सनले फेला पारेको दस्तावेज (२९७३:५३) ले लोअर ग्लो (Lower Glow) मुस्ता जातीय समूह तामाङलाई दमन गर्न राजा कुम्ल्डे (King Bum, Mgon) मुस्ताङमा श्रीत्त किल्ला बनाइएको उल्लेख छ। अर्को कुरा तामाङ जातिहरु नेपालमा मात्र नभई विश्वका धेरै देशहरुमा बसोबास गरेको पाइन्छ । विशेष गरी पूर्वी भारत दार्जिलिङ, सिक्किम, सिङ्गापुर, मलेसिया, म्यानमार, चिन, लाओस, जापान, अस्ट्रेलिया आदि विभिन्न मुलुकमा तामाङहरुको बसोबास गरेको पाइन्छ (जनचासो खबर, पृ.२) ।

तामाङ जातिहरु २०६८ सालको जनगणना अनुसार नेपालमा तामाङहरुको जनसङ्ख्या १२,८२,३०४ अर्थात् कुल जनसङ्ख्याको ५.५४ प्रतिशत रहेको छ । यस जातिले बोल्ने भाषालाई 'तामाङ भाष' भनिन्छ। नेपालमा यो भाषाले पाचौं स्थान ओगटेको छ। चिनियाँ तिब्बती भाषा परिवारको भोटे वर्मेली शाखा अन्तर्गत तामाङ भाषा पर्दछ (केत्रवि, २०६८)

तामाङहरु निकै तडाकु थिए। सोही कारणले स्वदेशी र विदेशी ऐनामा आफ्नो जात र थर छल गरेर सेवा प्रवेश गरे (तामाङ २०७४, पृ.६० चौ सं) । कतिपयले त तामाङहरु राजनैतिक आर्थिक प्रशासनिक, प्रहरी सैनिक सेवाका साथै ट्रेकिङ, थाङ्का र राडी पाखी पशिमना निर्माण व्यवसायमा संलग्न रहेका छन् । महामञ्जुश्रीका साथ तामाङ जातिले प्रवेश गरेका प्राचीन आदिबासी जाति हुन् । (शर्मा, २०३९. पृ.३३४)

वि.सं. २०३५ सालमा काठमाडौं बुढानस्लकण्ठस्थित दक्षिण पूर्वस्थानमा धोबी खोला किनारमा पुरातात्विक खोज गर्दा प्राचीन युगको ढुङ्गे हतियार (Stone age) लाई विश्लेषण गर्दा यी जाति ईसापूर्व ३०,००० वर्ष अगाडि उपत्यकामा आइसकेको र आवादी गर्न सुरु गरे भनिएको छ। (अभौतिक संस्कृतिः पृ.१६. २०८०) । यसबाट पनि के थाहा पाउन सकिन्छ भने तामाङको अस्तित्व प्राचीन कालदेखि उपत्यका

र त्यस वरिपरि पहाडी प्रदेश अर्थात् बागमती प्रदेश थियो भन्न सकिन्छ ।

कसैकसैले त तामाङहरू लिच्छवी कालमा राजा राजा श्रङचङ गोम्पैले नेपालमा राजा अंशुवर्माकी छोरी भृकुटीसँग विवाह गर्न नेपाल आउने क्रममा उनीसँगै घोडचडी सैनिकको रुपमा आएका हुन् भनेका छन् (शर्माः २०३२ पृ.४२) ।

यी तामाङहरू जहाँबाट जे जसरी आएपनि नेपाल प्रवेश गरेका आदिवासी जातिहरू काठमाडौं उपत्यकाका आदिवासी जाति हुन् । ऐतिहासिक रुपमा सोभित, पीडित र दलित भएका कारणले कमजोर भएपनि लोक संस्कृतिको क्षेत्रमा निकै धनी मानिन्छन् । यसलेखमा पनि तामाङ जातिको मौलिक सेलो लोकगीतको अध्ययन गर्ने चेष्टा गरिएको छ ।

सेलोको परिचय

सामान्य अर्थमा तामाङ जातिले गाइने लोकगीत विशेषलाई 'सेलो' भनिन्छ । उनीहरुले गीतको भाकालाई 'सेलो' बनेको पाइन्छ । लोक संस्कृति विदहरु 'सेलो' लाई संस्कृत भाषाको शैली शब्दबाट 'सेलो' बनेको भन्ने मान्दछन् । नेपाली बृहत शब्द कोषमा 'सेलो' भन्नाले तामाङहरूको मातृभाषामा ७ वा ८ अक्षरमा हुने लयात्मक काव्यात्मक गीति हो भन्ने उल्लेख गरिएको छ । शरदचन्द्र दासको टिबेटेन अंग्रेजी डिक्सनरीमा रुनेको अर्थ गाइने र लुको अर्थ गीत भनिएको छ । दाश (इ. १९०२) पछि 'स्ने' र 'लु' शब्द समस्त शब्द भएर 'सेलो' शब्दको निर्माण भएको हो भन्ने तामाङ भाषाका जानकारहरु बताउँछन् ।

तामाङ गीत भनेको तामाङ भाषामा गाएको गीत हो भने तामाङ सेलो भनेको खस नेपाली भाषामा गाएको तामाङ भाका हो भनी उल्लेख गरिएको छ (तामाङ सेरोफेरो) । त्यसैले तामाङ जातिले गाइने सेलो लयमा आधारित लोक भाकालाई नै तामाङ सेलो भन्न सकिन्छ । यसमा तामाङ सेलो गीत गाउँदा अनिवार्य रूपमा ताल र बाजाको रुपमा सेलो गाउँदा छालाबाट बनेको डम्फु बजाउँदै गीत गाउने गर्दछन् । जसको निर्माण पुरानो भनाइले पनि स्पष्ट पार्दछ ।

जनश्रुति अनुसार लेखमा गोठ राखेका एक तामाङ युवकले जङ्गलमा सिकार खेल्न गएको बखत एकपटक डाँफे चराले आफ्नो प्रेमिका मुनालाई खुसी पार्न उसको वरिपरि घुमी घुमी नाचेको देखिन्छ । जसको प्रेरणाबाट ऊ पनि आफ्नी प्रेमिकालाई खुसी पार्न सेलो गाउँदै नाच्न थालेछ । तर नाच्ने बेला बजाउने बाजा नभएकाले उसलाई के नपुगेको अनुभूति भएछ, कस्तो बाजा बजाउने हो भन्ने सोचिरहँदा उसले घोरल देखेछ । तामाङ युवकले आफ्नो आफूसँग भएको धनुष बाँणको प्रयोग गरी त्यो घोरल मारेछ। अनि घोरलको छाला काडेर सुकाई त्यसबाट सुकेको छालामा हातले हान्दा धन्न आवाज आएछ। त्यसपछि त्यो छालाबाट उसले डम्फु बजाउन थालेछ । युवक तामाङलाई भेट्न आएकी युवती तरुनी पनि बाजा र सेलो सँगसँगै नाच्न थालेछन् । त्यसपछि उनीहरु बीच प्रगाड प्रेम बढेर विवाह सम्पन्न गरेछन् (तामाङ, २०६३, २०७२. पृ.३)

यसरी यस किबदन्तीले युवक र तामाङ युवतीले प्रेमपूर्वक डम्फु बजाएर बाँच्न थालेको कहिले बस्दै, कहिले उठ्दै, कहिले फनफनी नाच्दै कम्मर मर्काई मर्काई नृत्य गरेको कुरा थाहा पाउन सकिन्छ । (तामाङ २०६३ छोट्रेन)

तामाङ सेलो आफैमा लोक सिर्जित जातीय लोक संस्कार र संस्कृतिको अङ्ग भएकाले तामाङ सेलो नेपालभरि प्रसिद्ध मानिन्छ । तामाङ सेलो खासगरी लोसारको बेला नाच्ने गरिन्छ । आजभोलि त विवाह उत्सव आदि अवसरमा पनि यस किसिमको लोकगीत भाका गाइने गरेको देखिन्छ ।

तामाङ सेलोको बनोट

नेपाली लोक साहित्यमा लोक संवाहकको रूपमा तामाङ सेलो मुख्य सम्पदा मानिन्छ । माया, प्रिति ,हर्ष, विस्मय, प्रीति, मिलन, बिछोड तथा अन्य मनोभावको संगम तामाङ सेलोलाई मान्न सकिन्छ । तसर्थ तामाङ चेलोको संरचनात्मक स्वरूप र अक्षरमा गाइने र लेखिने गरिन्छ

जस्तै डम्फु बन्ने छालाले

2+2+3ö7

डुङ्गा बन्ने तानाले

3+2+3ö8

मान्छे बन्ने मायाले

2+2+3ö7

ढुङ्गा जस्तो नगर मन

3+2+3+2ö10

अमिलो पारी नबस

3+2+3ö8

मायाले बाँधी मन बस ।

स्थायी र अन्तरा

तामाङ सेलोमा अन्न गीत जस्तै स्थायी, अन्तरा भाग रहन्छ । सेलोमा स्थायी भाग वा चरण प्राय दोहोर्याएर भन्ने हुँदा यो अंश महत्वपूर्ण हुन्छ । सेलो दोहोरीमा एक पक्षले स्थायी मन्त्र गाइरहँदा अर्को पक्षले अन्तरा तयार पार्ने मौका पाउँछ ।

च्याङ्बा होइ च्याङ्बा
मैच्याङ होइ मैच्याङ
डम्फुले आज के बन्छ
जाउँ कता जाउँ जाउँ भन्छ (स्थायी)

बाबुको छोरो म एउटा
आमाकी छोरी म एउटा
तिमी र हामी मिलेपछि
दुनियाले देख्दा झन् राम्रो (अन्तरा)-मीना तामाङ

सेलो गीतको गायन पद्धति

तामाङ जातिले सेलो गीत विभिन्न थरीमा गाउने परम्परा रहेको छ । खासगरी सेलोको लय र भाकालाई विभिन्न तरिकाले गाउने परम्परा रहेको छ ।

१. एकल र २. दोहोरी

१. एकल

एकल भएको एक्लै भनेको हो । तामाङ, युवा युवतीहरु र बुढाबुढीहरू घाँस दाउरा जाँदा टिप्दा, काट्दा, न्यास्रो लाग्दा गोठालो जाँदा, भिरपाखा जाँदा एक्लै बिरह पोख्ने गरेका दुःखका गीतहरू हार्दिक रुपमा स्वतःस्फुर्त रुपमा गाउने गर्दछन् । यसरी गीत गाउँदा नृत्य र ताल बाजा डम्फुको आवश्यकता पर्दैन । लय विलम्बित, मध्यम र दुत्त किसिमको हुने गर्दछ (पृ.२०)

छाड्यो हिमाल मुजुरले
मधेस छोड्यो मुनालले
कहिले भेट नहुने
सम्झी मनै खुब रुने
संसारी माया विचित्र

२. दोहोरीः

दोहोरी गीत प्रायः दुईजना आमनेसाम्ने भई सवाल जवाफका रुपमा गाइने गरिन्छ । भीरपाखा चढ्दा, भारी बोक्दा, तामाङ युवा युवतीहरू हिँड्दै गर्दा दोहोरी गीत गाउने गर्दछन् । प्राय दोहोरी गीत रोधी घरमा गाएको बेला पनि यस्तो गीत गाएको सुनिन्छ ।

वास्तवमा दोहोरी भाकाहरु मध्ये वा तीव्र गतिमा हुने गर्दछ भने गीतका गेडा र चरणहरू गाउँदा पनि एकहोरो वा दोहोराएर पनि गाउने गरिन्छ ।

केटा : हात्ती त माथि हौँदामा
मिजदी घुम्दै आउँदामा
आइपुग्यो सिम्बु रौदमा
लहरो बेरेको हाँगाले

नुगेर टुप्पोले भुइ छुने
चिनजान हाम्रो नहुँदा
बोल्नै गाह्रो भेट हुँदा
यो मन बुझ्न अमृतले ।

केटी : धनुष खेल्ने अमिरले
चिनजान गरौं यही रितले
ओखलढुङ्गामा ती नम्बर
घर मेरो दाई नम्बर ।

यसरी सवाल जवाफका साथ सेलो गीतको गायन गरिन्छ । दोहोरी सेलो गाउँदा युवा युवती नृत्यका साथमा डम्फू बाजा पनि बजाउने गर्दछन् भने एकोहोरो वा एउटा आएर पनि गाउने गर्दछन् ।

सेलो गीतको वर्गीकरण : तामाङसेलोलाई विषयवस्तुको आधारमा जम्मा चार भागमा वर्गीकरण गरिएको छ :-

क) ठोङह्राप हवाई

धार्मिक चाडपर्व, पूजाआपा, संस्कार जात्रा अवसरहरूमा जातीय इतिहास बंशावली कुलचार र बंशावली साथै सामाजिक परम्परा र मान्यता विश्वासका साथै प्रकृति सृष्टि बीमा सम्बन्धी विषयमा गाइने सेलोहरूलाई तामाङहरु ठोङह्राप सेलो गीत भनिन्छ ।

आकाशमा घाम सातवटा
सातवटा जुन लाग्नेछ
सारावन सुक्नेछ
ढुंगा माटो पग्लनेछ
मानव सृष्टि सकिनेछ
फेरि तलाउ बन्नेछ
हरियो दुबो उम्रिने छ
अन्नप्रको फूल फल्ने छ । (विमास)

ख) ताम्बा काइतेन हवाई

तामाङ संस्कृति विद् र ताम्बाले जन्मदेखि मृत्युसम्म संस्कार सम्मका संरकमा पाइने गीत नै काइतेन वा उपदेश सेलो गीत भनिन्छ ।

जस्तैः-

छेवरमाः

तीन वर्षको उमेरमा
हिमाल जस्तो मामाले
मेरो छेबर गर्नुभयो
सामाजिक कर्म चलाउनुभो

विवाहमाः

बेहुला बेहुली हलजाडी
पिरती लाउन चहकिलो
माया लाउन गहकिलो

ग) साङ्गे हवाई

यो धार्मिक गीत अन्तर्गत पर्दछ । जन्म, मृत्यु पुनर्जन्म, कर्म जस्ता परलोककी कामना गर्दै भगवान देवी देवताको ती आशीर्वादको आराधना गर्दै गाइने गीतलाई तामाङहरु साङ्गे अर्थात् धार्मिक गीत भनिन्छ ।

जस्तै :-

गङ्गा जस्तो आयुमै
आमाबुवा त बाँचे त
ताम्राबुवाको दाइनाले
शरीरको पाप हटाउँछ
बाहुनाथको दाहिनाले
मनले चिताको पुऱ्याउँछ

घ) फापरे हुवाई

माया, प्रिति, प्राणय, सुख, शयल गर्ने उद्देश्यले गाइने गीतलाई सेलो गीत भनिन्छ । यो गीत खास गरी नव युवा युवतीले नाच्ने गर्दछन् ।

मात्रा पिरती ख्याल जस्ता अनेक किसिमका गीत पनि भनिन्छ । (तामाङ पृ.२२)

सेलो गीतमा विभिन्न साहित्यिक अलङ्कार बिम्ब र प्रतिकहरू समेत पाइने गर्दछ । खासगरी यो गीतमा शब्दालङ्कार र अर्थालङ्कार दुवैको प्रयोग भएको पाइन्छ । अनुप्रास र तुकान्त शैलीमा पनि अलङ्कारको निर्माण भएको हुन्छ । जस्तै :-

तिनै सहर नेपालमा
पाँचै त सहर नेपालमा
तीन सहरको दरबार
पाँच सहरको दरबार
तीनसय साठी परेवा
घुमी घुमी घुरेको
सिंहदानको कुलदेवता
बालाजुको मूल देवता (निर्मला घिसिङ)
तेमाले लेखमा गाइनेको गोठ
सैलुङ लेकमा मौरी गोट
हिमाल लेकमा भेडिगोट
उँभो हेर्दा के राम्रो
हिमाल डाँडा हिउभरि
उँदो हेर्दा झन् राम्रो
खलखल गरी बगेको
सेतो पानीको लहर
यसरी यहाँ प्राकृतिक निर्मल र स्वच्छ वातावरणको सुन्दर तरिकाले रूपक अलंकार वर्ण गरेका छन् ।
जवानीको फूल फुल्दा
माया पिरती मनभित्र
लिला कस्तो विचित्र
यो मायाको पोकालाई
सुनको ताल्चा मारेर
दश महिना राख्दा मनभित्र
कोपिलामा फूल फुल्यो
त्यो फुलको बासना
गंगा जस्तो आयु होस् । (उपमा अतिशयोक्ति)

रसमा विविधता :

थरीथरीका वृक्षहरू
वनका जीवित पशुहरू
प्रकृतिले पाकेका चिजहरु
फनफनी घुमेका चक्रहरू (अद्भुत रस)

बाबुको छोरा भएर
चार दिशा गएर
धनको सङ्ग्रह गर्नेछु
मरे बरु मर्नेछु
सबको थैली मल्याउला
आमाको पाउमा चढौला
मनको कुरा पुगाउँला (वीर रस)
एक्लै नाङ्गै जन्मेको
एक्लै नाङ्गै जाने हो
कोही साथमा जाँदैन
धनको पोको जाँदैन
देउताको जस्तो यो चोला
फेरि अर्को पाइँदैन (शान्त रस)

सेलोको ताल

ताल एक प्रकारको स्वर अवरोह र आरोह गराउने ध्वनि वा राग हो । यसमा गीतको ताल वा लयको अवस्था थोरै वा धेरै अवस्थाको रुपमा लैजानु नै ताल हो । बाजाको ताल पनि फरक फरक किसिमको हुने गर्दछ बाजा बजाउँदा तालको उपयोग गरी नाच्ने गरिन्छ ।

तामाङ सेलो गाउने ताल बाजाको रुपमा डम्फु बाजाको प्रयोग गरिन्छ । यो बाजा बजाउँदा ट्याप ढुङ्ग ढुङ्ग अर्थात् ताक धिन धिन नामको ताल/बटको प्रयोग गरेर बजाइने परम्परा छ । तर सेलो गायनको परम्परा ढिलो, मध्यम र विक्रताका आधारमा सोहीताललाई आवश्यकता अनुसार डम्फु बजाएर फनफनी नाचिन्छ । (तामाङ पृ.२२)

सेलो गायन परम्परा :-

फोटो :-

तामाङहरूले जुन समयमा पायो त्यो समयमा गीत गाउँदैन । चाडपर्व, पूजाआजा, संस्कार जस्ता उत्सवहरूमा जातीय, इतिहास, वंशावली, कुलचार तथा वंशावली का साथै सामाजिक, परम्परा, मूल्य, मान्यता, विश्वासका साथै प्राकृतिक, संस्कृति समाज रीतिरिवाजसँग सम्बन्धित रहेको छ ।

संस्कारमा सेलो गाउनुपूर्व डम्फू बजाएर सेलो गाउन जान्ने गाउँमा डम्फुरे पद पाएर व्यक्ति समक्ष सगुन राख्नुपर्दछ । डम्फुरे जुनसुकै अवस्था र संस्कारमा गीत गाउन काबिल हुन्छन् । डम्फुरेहरूलाई सबैले सम्मान गर्दछन् । डम्पुरेहरूले सुरुमा मङ्गलाचरण आमैले होइ आमैले होइ भन्दै सो सगुन स्वीकार गर्दछन् । उनीहरुले गन्यमान्य पाहुनाहरूलाई लास्सो भनेर भन्छन् ।

सेलो गाउँदा जिउ मर्काउने कहिले फनफनी घुम्ने गर्दछन् । सेलो गाइसकेपछि अन्तमा बैठक गर्दा म्यामला है म्यामला भन्छन्

उपसंहार

यसरी हाम्रो समाजमा तामाङहरूको लोक संस्कृति र परम्पराको महत्वलाई उजागर गर्न अति नै आवश्यक देखिएको छ । नारी र पुरुषको सम्मान सहभागिता मूल यस नृत्यमा लोक समाजको वास्तविक चित्र उतारिएको छ । यसको अभिलेखीकरण संरक्षण र सम्बर्धनमा हामी सबैले जोड दिनुपर्ने देखिन्छ । यद्यपि आजभोलि पनि तामाङ जातिको सम्बन्ध संघ संस्थाहरुले समेत उनीहरुका त्यस्ता लोकगीत र लोक नृत्यको सोधखोज र त्यसको समवर्धन गरिरहेको पाइन्छ अझै त कतिपय संस्थाले त्यस्ता तामाङ सम्बन्धी कला र संस्कृतिको महत्वलाई स्रोत र साधनको रूपमा जुटाएर बस्नु पनि निकै चुनौतीपूर्ण देखिन्छ । तामाङ जातिको सेलो नृत्यले एकतिर सुदूरपश्चिमको देउडा र चैतेलो गीत र नृत्यको झल्को दिन्छ भने एकतिर मध्यपश्चिमको जन्ती पर्सिने लोक नृत्यको झल्को दिएको छ । यस्तो गीत र नृत्यको काठमाडौं उपत्यका भएको छ भने अन्य ठाउँमा छरिएर रहेका तामाङहरू समेत यस लोक नृत्यमा सहभागिता जनाएका छन् ।

सन्दर्भ सामग्री :-

- बिष्ट, डोर बहादुर, (२०२५) सबै जातिको फूलबारी, ललितपुर ।
- शर्मा, जनकलाल, (२०३९) हाम्रो समाज एक अध्ययन, ललितपुर ।
- तामाङ, परशुराम (२०५१) तामाङ जाति, काठमाडौं : साझा प्रकाशन ।
- पराजुली, कृष्णप्रसाद (२०५७) नेपाली लोकगीतको आलोक, काठमाडौं ।
- बन्दु, चुडामणि (२०५७) नेपाली लोक साहित्य, एकता प्रकाशन, काठमाडौं ।
- तामाङ, रविन्द्र (२०७२) तामाङ लोक कथा सँगालो, काठमाडौं ।
- जोशी, प्रा.डा. चन्द्रबहादुर (२०७६) शङ्खमूल हिजो र आज, काठमाडौं ।

पत्रपत्रिकाहरू :-

- दर्नाल, रामचरण, (२०५०) तामाङ सेलो र डम्फू : लासले त्रैमासिक वर्ष १, अङ्क २, काठमाडौं ।
- शर्मा, जनकलाल (२०५२) ओझेलमा परेको तामाङ जाति, हिमाल, चिठीपत्र , वर्ष ५, अङ्क १ वैशाख-असार, ललितपुर ।
- तामाङ, रविन्द्र तामाङ संस्कृतिमा प्रचलित लोकबाजाहरु, बाजा, काठमाडौं ।
- मिर्मिरे, मधुपर्क, दायित्व र लोकवार्ता विशेषाङ्क पत्रपत्रिकाहरु ।
- तामाङ, रविन्द्र, तामाङसेलोको इतिहार र डम्फूको उत्पत्ति, छोर्तेन कात्तिक, काठमाडौं ।