मुनस्यारी (पिथौरागढ़)– एक ऐतिहासिक अध्ययन

(आधा संसार, एक मुनस्यार)

डॉ0 शैलेष भण्डारी
इतिहास विभाग
राजकीय महाविद्यालय, मुनस्यारी
जिला– पिथौरागढ़ (उत्तराखण्ड)

"तैरते हैं, जब कुछ अनुभव जिन्दगीं की कश्ती में सवार होकर।
तो अन्दाजों में भी, एक ताजगी सी, आ ही जाती है।"

उत्तराखण्ड के सीमान्त जनपद, पिथौरागढ़ के उत्तर–पश्चिम में मुनस्यारी तहसील अवस्थित है। मानसखण्ड में जीवार कत्यूरी और चन्द शासनकाल में "जुहार" नाम से इसका वर्णन मिलता है। मुनस्यारी तहसील को तीन क्षेत्रों में विभक्त किया जाता है– (1) तल्ला जोहार (2) मल्ला जौहार (3) गोरीफाट। तल्ला जौहार में नौलड़ा से कालामुनी तक, मल्ला जौहार कालामुनी से कुंग्री–विंग्री तक गोरीफाट में उच्छैती से मवानी–दवानी तक का क्षेत्र मुनस्यारी तहसील में आता है।

मुनस्यारी क्षेत्र में छिपलाकोट, पंचाचूली, हंसलिंग, राजरम्भा, ऊँटाधूरा, नन्दादेवी, पश्चिमी त्रिशूली प्रमुख हिमशिखर है।

मुनस्यारी क्षेत्र में सामान्य जाति के साथ–साथ भोटिया जनजाति रहती है। कुछ गाँव रं समुदाय व वरपटिया समुदाय के लोगों के भी हैं। इस प्रकार मुनस्यारी तहसील में सामान्य जाति, अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति, रं समुदाय, वरपटिया समुदाय निवास करती हैं। ये समुदाय हिन्दू धर्म को मानने वाले हैं। हालाँकि रं समुदाय की पूजा पद्धति में अन्तर देखने को मिलता है।

मुनस्यारी क्षेत्र में कुमाऊँनी भाषा का आम बोलचाल की भाषा में प्रयोग किया जाता है। सामान्य जाति, भोटिया, वरपटिया जाति की कुमाऊँनी भाषा को ध्यान से सुनने पर ज्ञात होता है कि इन तीनों समुदायों की कुमाऊँनी भाषा में कुछ शब्दों में अन्तर पाया जाता है और रं समुदाय की भाषा तो पूर्ण रूप से इन समुदायों से अलग ही होती है। जिसे समझना अन्य समुदायों के लोगों के लिये कठिन होता है। इस प्रकार देखा जाये तो– "आधा संसार एक मुनस्यार" की कहावत यहाँ के लिये सही साबित होती है।

मुनस्यारी एक खूबसूरत पर्वतीय स्थल है। प्राचीन काल में इसे "तिकसेन" के नाम से जाना जाता था। अभी यहाँ पर तीन गाँव है– (1) मल्ला घोरपट्टा (2) बूँगा (3) नई बस्ती। यह उत्तराखण्ड राज्य में जिला पिथौरागढ़ का सुन्दर क्षेत्र है जो कि एक तरफ से तिब्बत सीमा से तथा दूसरी ओर नेपाल सीमा से जुड़ा हुआ है।

मुनस्यारी के सामने हिमालय पर्वत है जिसमें पाँच (5) चोटियाँ हैं। इसे पंचाचूली के नाम से जाना जाता है। जिसे पाण्डवों के स्वर्गारोहण का प्रतीक माना जाता है। इसके वायी ओर नन्दा देवी, त्रिशूल पर्वत तथा दाई ओर डानाधार है जो एक खूबसूरत पिकनिक स्पाट भी है। मुनस्यारी के पिकनिक स्पाट में सर्वप्रथम स्थान खलिया टॉप का है। खलिया टॉप में जाते समय रास्ते में कुमाऊँ मण्डल विकास निगम का गेस्ट हाउस है। खलिया टॉप में पहुँचने के पश्चात यहाँ सुन्दर बुग्यालों के दर्शन होते हैं। लेकिन शीतकाल में ये चोटियाँ हिमाच्छिद रहते हैं। यहाँ से प्रकृति का सुन्दर दृश्य मनोहरकारी तथा मनमोहक लगता है।

मुनस्यारी का मौसम साल भर खुशनुमा रहता है किन्तु अप्रैल से लेकर मई तथा सितम्बर से लेकर नवम्बर तक भ्रमण योग्य है। मुनस्यारी में चारों ऋतुओं का आनन्द लिया जा सकता है। जून–जुलाई में यहाँ काफी वर्षा हो जाती है। जिससे रास्ते भी ब्लाक (बन्द) हो जाता है तथा नवम्बर से लेकर जनवरी तक वर्फ–बारी होती है। मुनस्यारी में ठहरने के लिये काफी होटल, लॉज तथा गेस्ट हाउस मौजूद हैं। यहाँ के लोग पहाड़ी भाषा बोलते हैं और हिन्दी भाषा भी प्रयोग करते हैं। जड़ी–बूटी का व्यवसाय करते हैं।

आर्थिक–

मुनस्यारी पहाड़ी क्षेत्र में आता है और पहाड़ी का अर्थ होता है ऊँची–ऊँची चोटियाँ, सीढ़ीदार खेत व अनेक प्रकार के पेड़, पौधे और वन्य जीव आदि। कहते हैं "सौ संसार, एक जुनस्यार" इसका अर्थ है संसार में कहीं भी जाओ मुनस्यारी उनसे अलग प्रकार का स्थान है। यहाँ की प्राकृतिक सुन्दरता व यहाँ के लोगों का रहन–सहन आदि सांस्कृतिक वेशभूषा कई ऐसे चीजें हैं जिससे मुनस्यारी की सुन्दरता सौ संसार के बराबर मानी जाती है। लेकिन मुनस्यारी जिस कारण प्रसिद्ध है वो है यहाँ के पर्यटक स्थल और यहाँ की जड़ी–बूटियाँ, वैसे तो यहाँ कई देवी–देवताओं के मन्दिर हैं पर यहाँ के लोग माँ नन्दा देवी को बहुत मानते हैं। यहाँ माँ नन्दा देवी का मन्दिर बहुत अच्छे स्थान पर स्थित है और बाहर से बहुत सारे पर्यटक और यहाँ के स्थानीय व्यक्ति इस जगह की सुन्दरता व अपनी आस्था भक्ति के लिये जाते हैं। यहाँ अनेक पर्यटक स्थल हैं। जैसे– खलिया टॉप, मिलम ग्लेशियर, रालम ग्लेशियर, विरथी फॉल, थामरी कुण्ड, महेश्वर कुण्ड आदि कई प्रकार के मन को मोहित करने वाले सुन्दर स्थान यहाँ स्थित हैं।

पर्यटन स्थलों में प्रमुख हैं– पंचाचूली ग्लेशियर, नन्दादेवी मन्दिर, खलिया टॉप, थामरी कुण्ड, मिलम ग्लेशियर, नामिक ग्लेशियर, ट्राईवल हैरीटेज म्यूजिमय, महेश्वर कुण्ड, मदकोट हॉट स्प्रिंग, नागनीधूरा ट्रैक आदि। पर्वत शिखरों में प्रसिद्ध है– पंचाचूली, राजरंभा, छिपलाधूरा, हसलिंग, सूली टॉप।

मुनस्यारी का प्रमुख व्यवसाय– (1) भेड–बकरी पालन तथा ऊँनी वस्त्रों का निर्माण कार्य हैं। यहाँ के प्रमुख होटल, रिसार्ट तथा होम–स्टे निम्न हैं–

1. अल्पाइन रिजार्ट– खलिया टॉप
2. विल्जू इन
3. पर्यटक आवास गृह मुनस्यारी (राजकीय)
4. पाण्डे लॉज
5. मिलम इन
6. माउण्ड व्यू
7. बाला पैराडाइज
8. लीला माउण्ट व्यू
9. हिमालयन ग्लैम्पिंग रिजार्ट
10. होम–स्टे सरमोली विलेज
11. सहारा होम–स्टे
12. हंसलिंग फूड कार्नर (रैस्टोरेन्ट)

प्रमुख पर्यटन गतिविधियाँ निम्नलिखित हैं–

1) वर्ड वाचिंग
2) हाईकिंग
3) ट्रैकिंग
4) रॉक क्लाइम्बिंग, जुमारिंग, रैपलिंग आदि
5) स्नो स्कींइग (जनवरी–मार्च)

मुनस्यारी का पर्यटन की दृष्टि से महत्वपूर्ण समय– अप्रैल से जून तथा सितम्बर से दिसम्बर का समय है। अन्य महीनों में वर्षा तथा हिमपात का समय होता है। वर्षा तथा हिमपात के समय सड़क यातायात बन्द रहता है तथा आवागमन में अवरोधों का सामना करना पड़ता है। मुनस्यारी आर्थिक दृष्टिकोण से सम्पन्न तहसील में गिना जाता है। यहाँ कृषि में राजमा, आलू, गेहूँ, धान, सब्जी प्रचुर मात्रा में पैदा की जाती है। यहाँ की राजमा विश्व प्रसिद्ध है। इसके अलावा यहाँ प्राकृतिक औषधि तथा वनस्पतियों का भण्डार है। इनमें प्रमुख– जम्बू, छीपी, थोपा, कूढ, अतीस, डोलू, कुटकी, तुरूचूक, बॉक, भोजपत्र, हत्थाजड़ी, बालछड़, जटामासी, विल, ल्वैटा, तेजपात, तगर, तिसूर, वनककड़ी, सिलफोड़ा, काला नीबू, जंगली धनिया आदि प्रसिद्ध हैं।

पर्यटन की दृष्टि से भी मुनस्यारी विश्व प्रसिद्ध है यहाँ भारत के कोने–कोने से तथा विश्व के देशों के भी सैलानी आते हैं। वह यहाँ के प्राकृतिक सौन्दर्य तथा पर्यावरण को अपने कैमरे में कैद करके ले जाते हैं तथा विश्व के सामने प्रस्तुत करते हैं। इससे उत्तराखण्ड के पिथौरागढ़ जिले के मुनस्यारी तहसील का विज्ञापन विश्व के मंच पटल पर होता है। यहाँ अनेक होटल, स्टे होम तथा रैस्टोरेन्ट हैं। इससे स्थानीय लोगों को रोजगार मिलता है तथा आर्थिक सम्पन्नता आती है। अतः मुनस्यारी क्षेत्र में कृर्षि, पशुपालन, प्राकृतिक औषधि, पर्यटन तथा यातायात आर्थिक गतिविधियों की धूरी है। मुनस्यारी में जून का महीना इतना रोमांचक होता है। इतनी चहल–पहल होती है कि कोई भी व्यक्ति यहाँ खीचा चला आता है। इसलिये कहा जाता है–

"क्या रखा है ह्यून में।
हिटो मुनस्यारी जून में।।"

भौगोलिक–

भौगोलिक विस्तार में मुनस्यारी $89^0 5'$ पूर्वी देशान्तर एवं $30^0 0'$ उत्तरी अक्षांश के मध्य स्थित है। इसका उपनाम "जौहार" है। समुद्र तल से इसकी ऊँचाई लगभग 2250 मी0 है। मुनस्यारी तहसील पिथौरागढ़ से 135 कि0मी0 दूरी पर है। सबसे निकटतम रेलवे स्टेशन, मुनस्यारी से 285 कि0मी0 दूर टनकपुर रेलवे स्टेशन है। पिथौरागढ़ हवाई पट्टी, यहाँ से 135 कि0मी0 दूर है। मुनस्यारी के निकटवर्ती पर्यटन स्थल– पंचाचूली (55 कि0मी0), नन्दादेवी मन्दिर (3.52 कि0मी0), खलिया टॉप (8 कि0मी0 सड़क + 6 कि0मी0 पैदल), थमरी कुण्ड (10 कि0मी0 सड़क + 3 कि0मी0 पैदल), मिलम ग्लेशियर (59 कि0मी0), नामिक ग्लेशियर (39 कि0मी0 + 50 कि0मी0 पैदल), ट्राईवल हैरीटेज म्यूजियम (2 कि0मी0), महेश्वर कुण्ड (3 कि0मी0), मदकोट हॉट–स्प्रिंग (23 कि0मी0), नागनीधूरा ट्रैक (35 कि0मी0) है।

प्रमुख पर्वतीय शिखरों में पंचाचूली– 1(6904 मी0), पंचाचूली– 2(6212 मी0), पंचाचूली– 3 (6334 मी0), पंचाचूली– 4(6437 मी0), पंचाचूली– 5(6027 मी0), राजरंभा (6527 मी0), छिपलाधूरा (4300 मी0), हसलिंग (5327 मी0), सूली टॉप (6367 मी0) है।

समाज एवं संस्कृति– संस्कृति का सम्बन्ध किसी सभ्यता के आन्तरिक विचार क्षेत्र से है अर्थात सभ्यता के निवासियों के विचारों, भावनाओं, मान्यताओं एवं विश्वासों का समन्वित रूप ही कला, संस्कृति एवं रिवाजों के रूप में प्रकट होता है। इसलिये सभ्यता के साथ–साथ संस्कृति का भी विकास हुआ है। या हम कह सकते हैं कि संस्कृति किसी समाज में गहराई तक व्याप्त गुणों का समग्र रूप का नाम हैं जो उस समाज के सोचने, विचारने, कार्य करने, खाने–पीने, बोलने, नृत्य–गायन, साहित्य, कला, वास्तु कला आदि में परिलक्षित होती है।

संस्कृति को समझते हुए हमने जाना कि संस्कृति एक व्यापक शब्द है। जो प्रवाहमयी है। संस्कृति के अवयवों को देखते हुये यह भी ज्ञात होता है कि संस्कृति व उसकी मान्यतायें समय के साथ–साथ बदलती रहती हैं। जैसे– समय के साथ वेशभूषा में परिवर्तन, भाषा, खान–पान में परिवर्तन आदि।

यदि हम मुनस्यारी तहसील की बात करें, तो यहाँ भोटिया जाति, बरपटिया, अनुसूचित जाति तथा सामान्य जाति के लोग निवास करते हैं। इन सभी की अपनी विशिष्ट पहचान एवं संस्कृति होने के बावजूद यहाँ का समाज समतामूलक है तो यह यहाँ के लोगों के आचार–विचार, बोली, लोक साहित्य, लोक गीतों के द्वारा ही सम्भव हो पाया है और इस कारण ही यहाँ का समाज सांस्कृतिक अन्तर को अनदेखा करते हुये सांस्कृतिक बहुलता को अपनाये हुये हैं। इसमें यहाँ के लोकगीतों का महत्व कमतर नहीं किया जा सकता क्योंकि

जलवायु, रोजगार, असुविधाओं आदि की समस्याओं से जूझने का जो बल यहाँ के विभिन्न आवाज से लोकगीतों में मिलता है वह समाज के सांस्कृतिक एकीकरण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

लोकगीत किसी क्षेत्र विशेष की एक महत्वपूर्ण पहचान होते हैं। इन गीतों का कोई गीतकार नहीं होता या गीतकार की कोई पहचान नहीं होती। ये गीत तो क्षेत्र विशेष के लोगों के ह्रदय से उठने वाले भावों का प्रस्फुटन होता है। मनुस्यारी क्षेत्र की बात करें तो यह क्षेत्र कुमाऊँनी संस्कृति के कुमाऊँनी अंचल की लोक संस्कृति के

अनुरूप होते हुए भी अपनी निजी विशिष्ट पहचान बनाये हुये हैं। ये बोली–भाषा, रहन–सहन, परम्पराओं विशेष एवं त्यौहारों के कारण यह कुमाऊँ की आंचलिक संस्कृति के रूप में अपना प्रभाव दिखाता है। यहाँ के लोक–गीतों में भोटिया जनजाति, वरपटिया समुदाय, सामान्य जाति व रं समुदाय की भाषा का प्रभाव देखने को मिलता है। यहाँ के लोकगीतों का वर्गीकरण करें तो इन गीतों को छः (6) भागों में बाँट सकते हैं–

1) ऋतु गीत
2) आराधना गीत
3) प्रशस्ति गीत
4) श्रृंगारित गीत
5) संस्कार गीत
6) बाल गीत

मुनस्यारी की वेशभूषा–

इस स्वर्ग समान मुनस्यारी में रहने वाले लोगों की वेशभूषा (प्राचीनतम वेशभूषा कहना उचित रहेगा)। प्राचीन वेशभूषा और यहाँ के लोगों का पहनावा काफी सुन्दर और आकर्षक था और मुनस्यारी के लोग बहुत ही सीधे और शांत तथा मिलनसार व्यक्ति थे, प्राचीन समय में। अब बात आती है प्राचीन समय में मुनस्यारी के लोग कैसे कपड़े और जेवर (गहनें) पहनते थे। अर्थात् उनकी वेशभूषा किस प्रकार की थी जो उनकी वेशभूषा थी वह बड़ी ही 'आकर्षक' व मनमोहक थी जिसमें सर्वप्रथम में महिलाओं की वेशभूषा व पहनावे का वर्णन कर रहा हूँ जो कि इस प्रकार से है–

महिलाओं की वेशभूषा– महिलाओं की वेशभूषा में महिलाऐं 'घाघरा' जिसे पहाड़ी भाषा में 'घघौर' कहते हैं, और घाघरा के ही साथ जुड़ा हुआ 'कमौल' है जिसे ब्लाउज के रूप में प्रयोग करते हैं। तीसरा नम्बर आता है 'पगौर' का जिसका प्रयोग लोग कमर बाँधने में करते हैं जो सफेद रंग का होता है, और यह दुपट्टे के बराबर चौड़ा और दुपट्टे से लम्बा होता है। फिर चौथा और अन्तिम वस्तु खोपी है, जो मुनस्यारी की महिलाएँ सिर में पहनती हैं। **महिलाओं के जर–जेवर (पहनावा)–** महिलाओं का जो गहनों का पहनावा था अत्यन्त मनमोहन और बहुत ही खूबसूरत जेवरों का पहनावा था जो आज के युग (वर्तमान युग) में लुप्त होने के कगार पर है–

1) चन्द्रहार जिसे पहाड़ी भाषा में चनरहार कहते हैं जो महिलाऐं गले में पहनती हैं। यह लम्बी माला होती है और इसका लॉकेट 'चाँद' के आकार का होता है। चन्द्रहार चाँदी का होता है और यह काफी सुन्दर और आकर्षक होता है।
2) नथ, पौंछी (नाक तथा हाथ में पहनने वाला)
3) चर्यो (गलाबन्द), झुपिया (गले में पहनने वाला)
4) पुलिया (इसे महिलाऐं पाँव) में पहनती हैं।
5) डुलकी–मुलकी (कान में पहनने वाली बाली)
6) धागुला (हाथ में पहनने वाला)
7) टकोल (सिक्के की माला)
8) कनकुड़ी (कान साफ करने वाला जिसे गले में भी पहना जाता है)
9) अत्तरगान, कस्तूरी दाढ़ (ये औरतें अपने कन्धे में लटकाती हैं और यह सुन्दर होता है।)

पुरूषों का पहनावा– पुरूषों का पहनावा साधारण है और उनकी वेशभूषा सुन्दर होती है। ये ऊन से बने हुए कोट पहनते हैं जो काफी मोटा होता है और इस कोट के अन्दर पानी नहीं जा पाता है। यह एक प्रकार का 'वाटर प्रूफ' कोट होता है और साथ में 'पजामा' भी पहनते हैं। इसी के साथ ये लोग ऊन और मोटे कपड़े से बना सख्त अर्थात् मजबूत जूता पहनते हैं जिसे पहाड़ी भाषा में पॉल या 'सेक' कहते हैं।

इतना सुन्दर व आकर्षक पहनावा है। प्राचीन मुनस्यारी की वेशभूषा तथा पहनावा जो अब धीरे–धीरे प्रचलन से लुप्त होता जा रहा है, जो कि हमारी प्राचीन संस्कृति है, जिसे लोग अब भूलते जा रहे हैं, इसे बचाये रखने की जरूरत है।

पर्यावरण और जड़ी–बूटी– उत्तराखण्ड राज्य का हिमालयी एवं उच्चशिखरीय क्षेत्र आदिकाल से ही विविध औषधीय पादपों एवं जैव विविधता के लिए विख्यात रहा है। उत्तराखण्ड की जलवायु इन औषधीय पादपों के विकास हेतु अनुकूल है। देवभूमि उत्तराखण्ड का सीमांत

जिला पिथौरागढ़ है। हिमनगरी मुनस्यारी पिथौरागढ़ जिले में स्थित खूबसूरत एवं प्रकृति से उपहार स्वरूप प्राप्त हिम आवरण से आच्छादित पर्वतों से घिरा पिथौरागढ़ की एक तहसील है। यह पिथौरागढ़ के उत्तर–पश्चिम में स्थित है।

यह 30.067413 उत्तरी अक्षांस तथा 80.2388562 पूर्वी देशान्तर पर स्थित है। समुद्र तल से यह 2200 मीटर अथवा 7200 फीट की ऊँचाई पर स्थित है। मुनस्यारी गोरी नदी के तट पर बसा हुआ कस्बा है तथा पंचाचूली हसलिंग, राजरम्भा, छिपलाकेदार आदि पर्वतों से घिरा रमणीय स्थल है। यह क्षेत्र जैव विविधता का धनी है तथा जोहार घाटी के नाम से प्रसिद्ध है, तल्ला जोहार–थल से कालामुनी तक फैला है। इसके मुख्य गाँव–तेजम, थल, क्वीटी, बांसबगढ़, गिरगाँव, बला, बनीक, रातापानी, समकोट, डोर, नाचनी आदि है। कालामुनी से कुंग्रीविंग्री तथा मल्ला जोहार तथा उछैती के मवानी–दवानी तक गौरीफाट नाम प्रसिद्ध है। मुनस्यारी में अधिकतर "शौका" भोटिया जनजाति के लोग रहते है जो गर्मियों में मल्ला जोहार के गाँव जैसे मिलम, बिल्जू, बुर्फू, पादू, गनघर, मापा, टोला, मार्तोली, खिंलाच, रिलकोट, टोपीढूँगा, लास्पा प्रवास करते हैं।

मल्ला जोहार मुख्यतः जड़ी–बूटी के कृषिकरण के लिए प्रसिद्ध है यहाँ औषधीय पादपों का विकास प्राकृतिक रूप से होता है तथा यहाँ की भौगोलिक परिस्थितियाँ इनके कृषिकरण उत्पादन एवं विकास मे सहायक है। मल्ला जोहार में औषधीय, पादपों के विकास की पृष्ठभूमि–1962 से पहले मल्ला जोहार के सन्दर्भ में एक प्रसिद्ध कहावत है कि ''सौ संसार एक जोहार'' अर्थात् एक जोहार इतना बड़ा होता था, कि उसकी तुलना संसार से की गयी है। अकेले मिलम गाँव को एशिया का सबसे बड़ा गाँव कहा जाता था।

1962 में भारत–चीन युद्ध के बाद अर्न्तराष्ट्रीय व्यापार बन्द होने के कारण रोजगार के साधन समाप्त हो गये थे तथा जोहारवासियों के सामने रोजगार जुटाने की समस्या आ गई थी। जोहारवासियों के अथक प्रयास से जड़ी–बूटी कृषिकरण को रोजगार के रूप में अपनाया जाने लगा। यह रोजगार का एक मुख्य साधन बन गया।

मुख्य औषधीय पादप प्रजातियाँ एवं इसका उपयोग– मल्ला जोहार के गाँवों में जम्बू कूठ, अतीस, छीपी, गन्द्रायण, थोया, कालाजीरा आदि अनेक औषधियों का कृषिकरण किया जाता है जो निम्नवत् है–

।द्ध **जम्बू–** इसकी सूखी पत्तियों व फूलों आदि को छोकने में प्रयोग लाया जाता है। इसमें एलिसिन नामक रसायन होता है, जो पाचन क्रिया को सुदृढ़ करने के साथ–साथ शरीर की प्रतिरोधक क्षमता हो बढ़ाता है
तथा जोड़ों के दर्द को ठीक करता है।

ठद्ध **छीपी/गन्द्रायण** – छीपी की जड़ों को स्थानीय रूप में गरम मसाला के रूप में प्रयोग किया जाता है। औषधि के रूप में इसका उपयोग कब्ज, अजीर्ण, अपच, उल्टी, गैस आदि में किया जाता है।

ब्द्ध **थोया/कालाजीरा–** यह एक वार्षिक फसल है। इसके फलों एवं बीजों का उपयोग मसालों के रूप में किया जाता है। यह पाचन के सभी रोगों के ठीक करता है।

क्द्ध **कूठ–** इसकी जड़ों का प्रयोग पेट की बीमारियों, गैस व पेट दर्द को ठीक करने में किया जाता है।

म्द्ध **अतीस–** आयुर्वेद के दृष्टिकोण से बहुत उपयोगी औषधीय पौधा है। इसके कन्दों को बुखार, पेट की बीमारी तथा शरीर में विष के प्रभावों को कम करने के लिये किया जाता है। इसका व्यवसायिक कृषिकरण
मिलम, मापा, गनघर तथा लास्पा आदि के स्थानों में किया जाता है।

थ्द्ध **डोलू–** इसकी जड़ों का उपयोग, मोच, घाव, जोड़–दर्द आदि बीमारियों को ठीक करने में किया जाता है।

ळद्ध **कुटकी–** इसका उपयोग मधुमेह, रक्त शोधक एवं लीवर टॉनिक के रूप में किया जाता है।

भ्द्ध **अतीस–** बुखार एवं पेट दर्द में इसका उपयोग किया जाता है।

प्द्ध **भोगड्यारी चूक/तुरू चूक–** इसकी जड़े मृदाक्षरण को रोकने में बहुत उपयोगी है। इसके फलों से जूस तथा बीजों से आचार बनाया जाता है।

श्रद्ध **बाँक–** इसके कन्दों को पकाकर सब्जी बनाई जाती है।

ज्ञद्ध **भोजपत्र–** भोजपत्र के पौधे का स्थानीय रूप में बहुत सामाजिक एवं धार्मिक महत्व है। भोजपत्र की छाल को घर में रखना अति शुद्ध एवं पवित्र माना जाता है। भोजपत्र की छाल गले में टॉन्सिल को समाप्त
करने में प्रयोग की जाती है।

स्द्ध **हत्थाजड़ी–** यह शक्तिवर्द्धक एवं वीर्यवर्द्धक है। इसकी जड़ों का लेप लगाने से रक्त का बहना रूक जाता है।

ड्द्ध **बालछड़/लालजड़ी–** जड़ों में सरसों का तेल डालकर लाल तेल बालों को झड़ने से रोकता है तथा बालों को बढ़ाने में सहायक है। जोड़ो के दर्द में भी यह तेल बहुत उपयोगी है।

छद्ध **जटामासी–** इसकी जड़े जटामोन्सोन रसायन के कारण बौद्धिक रोगों को ठीक करने में उपयोगी है। स्थानीय रूप से इसका धूप बनाया जाता है जो अनिंद्रा को दूर करता है।

व्द्ध **बिल/ज्यूनियर–** स्थानीय रूप से इसके पत्तों से धूप बनायी जाती है। जो कच्चा भी जलता है। इसलिये इसको आग जलाने में भी प्रयोग में लाया जाता है।

च्द्ध **ल्वैटा/थुनेर–** इसके छाल की चाय बनाई जाती है जो कैंसर व रक्तचाप में अति उपयोगी है।

फद्ध **तेजपात–** इसका उपयोग मसाले के अतिरिक्त मधुमेह रोग में औषधि के रूप में किया जाता है।

त्द्ध **तगर/सपेवा–** इसका उपयोग विभिन्न दिमांगीय बीमारियों को ठीक करने में किया जाता है।

ैद्ध **तिमूर–** मुनस्यारी में तिमूर स्थानीय रूप में चटनी बनाने तथा नमक खाने में प्रयोग हेतु प्रसिद्ध है। इसकी तासीर गरम होती है।

जोहार घाटी का वरदान– यारसा गम्बू (कीड़ा घास)

समुद्र तल से 1000 मीटर से लेकर 6334 मीटर ऊँचाई के बीच स्थित जोहार घाटी यूँ तो अपने प्राकृतिक सौन्दर्य से हमेशा समृद्ध रहा है, किन्तु आर्थिक रूप से हमेशा से सीमित संसाधन रहे हैं। यहाँ के मूल निवासी अपने–अपने सामर्थ्य व सहुलियत के अनुसार आर्थिक गतिविधियों का निर्वहन करते हैं। जहाँ पर कृषि, पशुपालन,
भेड़–बकरी, जड़ी–बूटी उत्पादन, स्वरोजगार इत्यादि जीवन निर्वहन के लिए स्थानीय लोगों का मुख्य व्यवसाय है। अगर सम्पूर्ण परिदृश्य में देखें तो जोहार घाटी आर्थिक रूप से काफी पिछड़ा हुआ है। हालाँकि यहाँ पर जड़ी–बूटी एवं आलू–राजमा के लिए अपार सम्भावनाएँ हैं, और क्षेत्र के सीमित क्षेत्रों में जड़ी–बूटी एवं आलू राजमा का उत्पादन लोगों द्वारा किया जाता हे, परन्तु व्यापक रूप में आज भी इसका उत्पादन प्रतीक्षित है।

इसी परिदृश्य में पिछले डेढ़ दशक से क्षेत्र में नई आर्थिक क्रान्ति का सूत्रपात हुआ है, जो कि स्थानीय लोगों के जीवन स्तर एवं रोजगार का वरदान साबित हो रहा है। ऐसा सम्भव हो पाया उच्च हिमालयी क्षेत्रों में पाये जाने वाला बहुऔषधीय कवक कार्डिसेप्स–साईनेंसिस जिसे स्थानीय भाषा में कीड़ा घास (यारसा–गम्बू) के नाम से जाना जाता है। यह फफूंद अन्तर्राष्ट्रीय बाजार में लाखों रूपयों में बेचा जाता है, जिससे विभिन्न तरह के उत्पाद तैयार किये जाते हैं। हिमालयी क्षेत्र में पाये जाने के कारण स्थानीय लोगों के जीवन–स्तर में काफी सुधार आया है। पिछले डेढ़ दशक से स्थानीय लोगों द्वारा इसका दोहन किया जा रहा है जिसे स्थानीय बिचौलियों के माध्यम से नेपाल होते हुए चीन तक पहुँचाया जाता है। हिमालय में पर्याप्त उपलब्धता की कमी एवं बहुऔषधीय प्रकृति के कारण प्रतिवर्ष इसके दामों में वृद्धि हो रही है जो कि स्थानीय लोगों के लिए वरदान के साथ–साथ जटिल भी साबित हो रहा है।

कीड़ा घास समुद्रतल से 3200–4800 मीटर तक हिमालयी एवं उच्च हिमालयी क्षेत्रों में पाया जाता है। यह फफूंद थीटारोडस प्रजाति के कीट के लारवा पर पूर्णतः परजीवी जीवन व्यतीत करता है जो कि फफूंद के बीज (स्पोर्स) के सम्पर्क में आकर संक्रमित हो जाता है। शीत ऋतु के प्रारम्भ में ही जब लारवा "डायपॉज" अवस्था में जमीन के अन्दर प्रवेश करता है तब संक्रमण के कारण लारवा मृत हो जाता है तथा फफूंद लारवा के आन्तरिक भागों को पूर्णतः गलाकर फफूंद का माइसीलियम लारवा के अन्दर फैल जाता है। ग्रीष्म ऋतु के आगमन पर फफूंद की फ्रूटिंग बॉडी लारवा के शीर्ष भाग से बाहर आ जाती है, जिस कारण यह कीड़ा घास के नाम से जाना जाता है और स्थानीय लोगों द्वारा इसका दोहन किया जाता है।

जोहार क्षेत्र में यह पोटिंग ग्लेशियर क्षेत्र से लेकर छिपलाकेदार तक, महोरपान, दरती ग्वार, लास्पा, बुर्फू, रालम, नागनीधुरा, छिपलाकेदार इत्यादि जगहों पर पाया जाता है। चाईनीज परम्पराओं में यह 200 वर्षों से अधिक समय से प्रयोग हो रहा है। लेकिन भारतीय क्षेत्रों में यह भूटान व नेपाल से भी बाद में प्रचलित हुआ। इसका मुख्य उपयोग बढ़ती उम्र के रोकने, शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाने, शरीर के ऊर्जा स्तर को बढ़ाने में, किडनी, फेफड़े, हृदय की कार्यशक्ति को बढ़ाने एवं जनन सम्बन्धी बीमारियों को दूर करने में किया जाता है। कीड़ा–जड़ी में पाये जाने वाला महत्वपूर्ण अवयव कार्डिसेपिन अम्ल, डी–मेनीटाल, पॉलीसेकेराइड्स एवं महत्वपूर्ण अमीनो अम्ल की उपस्थिति के कारण यह बहुऔषधीय उपयोग में आता है।

मुनस्यारी क्षेत्र के जौहार घाटी में प्रकृति का यह वरदान क्षेत्र के लोगों का जीवन समृद्ध कर रहा है, फिर भी इसे व्यापक रूप में आर्थिकी का महत्वपूर्ण घटक बनाने के लिये इसके वैज्ञानिक व सतत दोहन का ज्ञान होना अति आवश्यक है। पिछले दशक से कीड़ा–जड़ी के ऊपर तमाम तरह के शोध कार्य जारी हैं। जिनमें इनके प्राकृतिक अध्ययन से लेकर रासायनिक परीक्षण एवं कृत्रिम उत्पादन का काम अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर जारी है, परन्तु दुर्भाग्यवश हमारे देश में अभी भी भारत सरकार के किसी भी संस्था द्वारा प्रकृति के इस धरोहर को संरक्षित एवं प्रसंस्करण, विपणन व कृत्रिम उत्पादन हेतु कोई विशेष प्रयास अब तक नहीं किया गया है। जोहार क्षेत्र में कीड़ा–जड़ी के विभिन्न प्रकार मौजूद हैं। जिन्हें संरक्षित व इनके ऊपर शोधकार्य की आवश्यकता रक्षा जैव ऊर्जा अनुसंधान संस्थान (डी.आर.डी.ओ.) पिथौरागढ़ द्वारा पूर्व में इसके कृत्रिम उत्पादन का प्रयास किया गया परन्तु यह व्यवसायिक रूप में सफल नहीं हो सका। जहाँ चीन में इससे सम्बन्धित हजार से ज्यादा उत्पाद बाजार में उपलब्ध है। किन्तु हमारे देश में अभी भी इससे सम्बन्धित एक भी उत्पाद नहीं है। जोहार के सम्बन्धित वन–क्षेत्र के स्थानीय लोगों द्वारा प्रतिवर्ष इसका दोहन किया जाता है। किन्तु आज तक सरकार द्वारा कीड़ा–जड़ी से सम्बन्धित किसी योजना का क्रियान्वयन नहीं हो सका है। साल दर साल इसके अनियमित दोहर एवं अनियमित विपणन से
लोगों को काफी मशक्कत करनी पड़ती है। किन्तु कोई भी इसके वैज्ञानिक ढंग से दोहन से परिचित नहीं हो सका है। कड़ी मेहनत से प्राकृतिक दोहन के बाद कई बार यह स्थिति भी आती है कि स्थानीय लोगों को इसका समुचित मूल्य नहीं मिल पाता है। फिर भी आज महत्वपूर्ण यह है कि कीड़ी–जड़ी का दोहन वैज्ञानिक रीति से किया जाए इसके लिए निम्नलिखित बिन्दुओं पर गौर करना होगा।

|) सम्पूर्ण क्षेत्र का मानचित्रीकरण कर कीड़ा–जड़ी का क्षेत्र चिन्हित किया जाए एवं इसकी जैव विविधता की खोज की जाए।

ठ) भौगोलिक आंकलन कर क्षेत्र में दोहन के प्रभाव का अध्ययन कर स्थानीय लोगों को सीमित किया जाए जिससे प्रकृति की इस बहुमूल्य धरोहर के साथ–साथ अन्य महत्वपूर्ण जड़ी–बूटी, पेड़–पौधों एवं हिमालयी जीव–जन्तु पर दुष्प्रभाव न पड़े।

ङ) दोहन काल का समय निश्चित होना चाहिए। दोहन से पूर्व एवं दोहन के बाद हिमालयी क्षेत्रों में लोगों का प्रवेश अनाधिकृत हो।

क) दोहन के बाद कीड़ा–जड़ी के उचित रखरखाव का प्रबन्धन हो।

म) कीड़ा–जड़ी के विपणन हेतु सरकार को समुचित रूपरेखा बनानी होगी जिससे लोगों के भ्रम व दुविधा न रहे। जब तक अपने देश में कीड़ा–जड़ी प्रसंस्करण उद्योग स्थापित न हो तब तक स्थानीय लोगों को इसे अन्तर्राष्ट्रीय बाजार में बेचने की सुविधा दी जानी चाहिए। इसके लिए बिचौलिये खत्म कर सरकार को लोगों हेतु आवश्यक संसाधन उपलब्ध कराना होगा।

ध) भारतीय क्षेत्र में कीड़ा–जड़ी के ऊपर शोध कार्यो को बढ़ावा दिया जाए। इससे सम्बन्धित प्रसंस्करण उद्योग स्थापित किया जाए।

अन्तर्राष्ट्रीय बाजार में इनकी दिन–प्रतिदिन बढ़ती माँग व कीमत को ध्यान में रखकर भारतीय बाजार में यह बहुमूल्य उत्पाद साबित हो सकता है। इसके साथ ही स्वास्थ्य की दृष्टि से भारतीय लोगों के लिये यह बहुऔषधीय उत्पाद के रूप में सबसे उत्तम विकल्प साबित हो सकता है। जिससे सम्पूर्ण जोहार घाटी राष्ट्रीय व अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर नई पहचान प्राप्त कर सकता है।

चर्चित व्यक्तित्व–

मुनस्यारी तहसील के चर्चित व्यक्तित्व निम्नलिखित हैं–

(1) स्व0 पंडित नैन सिंह रावत (सर्वेयर), (2) स्व0 पंण्डित किशन सिंह रावत (सर्वेयर), (3) स्व0 रघुनन्दन सिंह टोलिया (आई.ए.एस.), (4) स्व0 हुकुम सिंह पांगती (आई.जी. आई.टी.बी.पी.), (5) श्री सुरेन्द्र सिंह पांगती (आई.ए.एस.), (6) डा0 शेर सिंह पांगती (इतिहासकार), (7) सुश्री राजेश्वरी पांगती (प्रधानाचार्य, सेवानिवृत्त), (8) श्रीमती हीरा धर्मसक्तू (सामाजिक कार्यकर्ता), (9) पदमश्री लवराज सिंह धर्मशक्तू (पर्वतारोही), (10) रीना कौशल धर्मशक्तू (पर्वतारोही)।

संदर्भ सूची

1. खीला कोरंगा, इतिहास विभाग, रा0म0 मुनस्यारी
2. श्रीमती शैलजा पाण्डे छिम्वाल, इतिहास विभाग, रा0म0, मुनस्यारी
3. पुष्पा गोस्वामी, बी.ए.– प्प्ै मउए मुनस्यारी
4. विनीता महर, प्रवक्ता भूगोल, रा0म0 मुनस्यारी
5. पूजा आर्या, बी.ए.–प्प्ै मउए मुनस्यारी
6. डा0 अमित कुमार जोशी, प्रवक्ता– राजनैतिक विज्ञान, रा0म0 मुनस्यारी
7. लता जैम्याल, बी.ए.– प्प्ै मउए मुनस्यारी
8. श्री देवेन्द्र सिंह भण्डारी, उम्र– 35, सहारा होम स्टे, मुनस्यारी 27–09–2020 को साक्षात्कार पर आधारित, मुनस्यारी
9. श्री हीरा सिंह सयाला, उम्र– 75 (सेवानिवृत्त अध्यापक), भूमकापानी, बिल्जू इन होटल के सामने, सयाला जनरल स्टोर, 24–09–2020 को साक्षात्कार पर आधारित, मुनस्यारी
10. ईश्वर कोरंगा, पूर्व छात्र संघ अध्यक्ष, रा0म0 मुनस्यारी (पिथौरागढ़)
11. युधिष्टर लाल वर्मा, बी0ए0– प्प्ै मउए रा0म0 मुनस्यारी
12. तब्बू मर्तोलिया, बी.ए.– प्प्ै मउए रा0म0 मुनस्यारी
13. श्री खुशाल मर्तोलिया, अध्यक्ष जोहार क्लब, मुनस्यारी
14. श्री त्रिभुवन नित्वाल, शारीरिक शिक्षक, मुनस्यारी (पिथौरागढ़)