

# नेपाल परिचय



नेपाल सरकार  
संस्कृति तथा पर्यटन प्रवर्धन विभाग  
सुचना तथा प्रसारण विभाग



# नेपाल परिचय

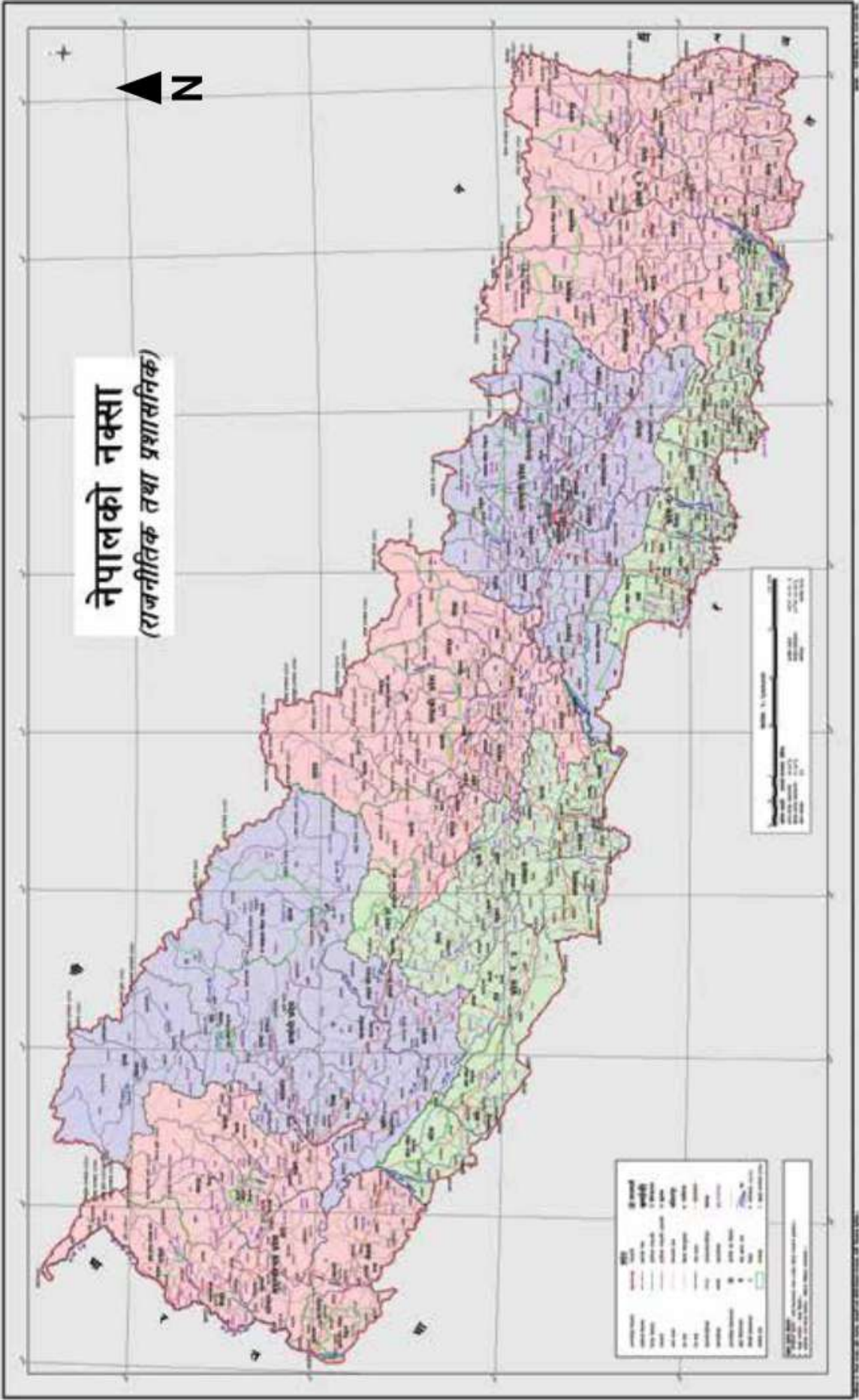


प्रकाशक

सूचना तथा प्रसारण विभाग

पुस्तक	:	नेपाल परिचय
प्रकाशक	:	नेपाल सरकार सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय सूचना तथा प्रसारण विभाग सञ्चारग्राम, तिलगङ्गा, काठमाडौं, नेपाल । फोन नं. ४११२५५४, ४११२७१७ वेब : <a href="http://www.doinepal.gov.np">www.doinepal.gov.np</a>
पूर्ण परिमार्जित संस्करण	:	२०६९ वैशाख
दोस्रो संस्करण	:	२०७० वैशाख
तेस्रो संस्करण	:	२०७२ वैशाख
चौथो संस्करण	:	२०७३ वैशाख
पाँचौ संस्करण	:	२०७४ वैशाख
परिमार्जित छैटौं संस्करण	:	२०७५ वैशाख
परिमार्जित सातौं संस्करण	:	२०७६ असार
परिमार्जित आठौं संस्करण	:	२०७७ असार
परिमार्जित नवौं संस्करण	:	२०७८ असार
परिमार्जित दसौं संस्करण	:	२०७९ असार
सर्वाधिकार©	:	सूचना तथा प्रसारण विभाग
लेआउट डिजाइन	:	खगेन्द्र कार्की/सुवास राई सूचना तथा प्रसारण विभाग
मुद्रक	:	गणेश ट्रेड लिंक, बागबजार

# नेपालको नक्सा (राजनीतिक तथा प्रशासनिक)



Symbol	Description
[Pink]	Province 1
[Purple]	Province 2
[Orange]	Province 3
[Green]	Province 4
[Red]	Province 5
[Black dot]	Major City
[Black line]	District Boundary
[Red line]	Province Boundary
[Blue line]	International Boundary
[Blue line]	Water Body
[Green line]	Forest Area
[Brown line]	Topographic Contour

Scale: 1:1,000,000  
Projection: UTM  
Datum: Everest  
Units: Meter

# राष्ट्रिय गान

सयौं थुँगा फूलका हामी एउटै माला नेपाली  
सार्वभौम भई फँलिएका मेची-महाकाली ।

प्रकृतिका कोटीकोटी सम्पदाको आँचल  
वीरहरूका रगतले स्वतन्त्र र अटल

ज्ञानभूमि शान्तिभूमि तराई पहाड हिमाल  
अखण्ड यो प्यारो हाम्रो मातृभूमि नेपाल

बहुल जाति भाषा धर्म संस्कृति छन् विशाल  
अग्रगामी राष्ट्र हाम्रो जय जय नेपाल ।



## परिमार्जित दशौँ संस्करणबारे

नेपाल स्वतन्त्र, अविभाज्य, सार्वभौमसत्तासम्पन्न, धर्मनिरपेक्ष, समावेशी, लोकतन्त्रात्मक, समाजवाद उन्मुख, सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक राज्य हो । नेपालमा बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुसांस्कृतिक तथा भौगोलिक विविधता रहेका छन् । यिनै विविधताले नै नेपाललाई विश्वमै पृथक एवम् मौलिक पहिचानका रूपमा स्थापित गरेको छ । विश्वमा नेपाल सगरमाथाको देश, भगवान गौतम बुद्धको देश, वीरहरूको देश, शान्तिको भूमि, मन्दिरै मन्दिरको देशका नामले पनि चिनिन्छ । विश्व सम्पदा सूचिमा नेपालका चार स्थान समावेश छन् । ती ऐतिहासिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय, राष्ट्रिय निकुञ्जअन्तर्गतका सम्पदा हुन् । नेपाल एक विविधताले भरिपूर्ण सुन्दर देश हो । नेपालमा हिमाल, पहाड र तराईको भौगोलिक सम्मिश्रण छ भने संस्कृतिमा पनि उत्तिकै विविधता छ, तथापि विविधतामा एकता छ । समयक्रमसँगै नेपालको राजनीतिक, प्रशासनिक, आर्थिक, सामाजिक आदि पक्षहरूमा परिवर्तन र सुधार हुँदै गएको र नेपालको स्वाधिनता, भौगोलिक अखण्डता र राष्ट्रिय एकता थप मजबुत भएकाले नागरिक हक हितको रक्षा मार्फत “समृद्ध नेपाल, सुखी नेपाली”को राष्ट्रिय आकाङ्क्षा हाँसिल गर्नमा योगदान पुगेको छ ।

नेपालको समग्र पक्षबारे जानकारी दिने उद्देश्यले तयार गरिएको नेपाल परिचय पुस्तकमा नेपालको भौगोलिक अवस्था, राजनीतिक र संवैधानिक विकास, वर्तमान शासन प्रणाली, प्रशासनिक व्यवस्था, आर्थिक व्यवस्था तथा विकासका प्रयास, विभिन्न जाति, भाषा, संस्कार र संस्कृतिलाई समावेश गरिएको छ । यस पुस्तकले नेपालको पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकाली (महाकाली पारी नेपालको भूमी महाकाली नगरपालिका दोधारा चाँदनीसमेत) सम्म तथा उत्तर हिमालदेखि दक्षिण तराईसम्म र सातै प्रदेशका सबै विषयलाई सङ्क्षिप्तरूपमा समेटेको छ ।

पुस्तक प्रकाशनलाई निरन्तरता दिने क्रममा परिवर्तित सन्दर्भलाई सम्बोधन गर्ने गरी आधिकारिक तथ्य तथा प्रमाणमा आधारित रहेर सङ्घीयताको स्वरूप, हालको अर्थ व्यवस्था, नेपालको नयाँ नक्सासमेत समावेश गरिएको छ । प्रस्तुतिलाई सकेसम्म स्रोतमा आधारित बनाउँदै सरल, सटिक र सिलसिलेवार रूपमा प्रस्तुत

गर्ने प्रयास गरिएको छ । यसले नेपालका सम्बन्धमा जानकारी राख्न चाहने स्वदेशी तथा विदेशी व्यक्तित्वहरूलाई महत्वपूर्ण सहयोग गर्नेछ भन्ने अभिलाषा लिएको छ । पुस्तकलाई स्तरीय र विश्वसनीय बनाउने प्रयास गर्दागर्दै पनि केही कमजोरीहरू रहेका हुन सक्छन्, ती कमीकमजोरीहरू र पाठकवर्गका अमूल्य सल्लाह, सुझावहरू मनन गर्दै यस पुस्तकको आगामी संस्करणलाई थप गुणस्तरीय बनाउन सबैबाट सहयोगको अपेक्षा गर्दछु ।

यस संस्करणको “नेपाल परिचय” प्रकाशन गर्ने सिलसिलामा रचनात्मक सुझाव प्रदान गर्नुहुने माननीय सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रीज्यू, सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालयका श्रीमान् सचिवज्यूप्रति आभार प्रकट गर्दछु । पुस्तक तयार गर्ने सन्दर्भमा कला, संस्कृती र इतिहासका विषयवस्तु सम्पादन गर्न सहयोग गर्नु हुने त्रिवि वि नेपाली इतिहास, संस्कृति तथा पुरातत्व केन्द्रीय विभागका सहप्राधापक डा.महेशकुमार आचार्य, विभागका निर्देशकहरू भरत गौतम, मिनकुमार शर्मा, सुदीप भट्टराई तथा फोटो व्यवस्थापन गर्नुहुने छविकार प्रवीण श्रेष्ठ र सम्पादनमा सहयोग गर्नुहुने शाखा अधिकृतहरू, दिनेश कुमार राई, वसन्तबहादुर खत्री, विष्णुलाल श्रेष्ठ, गंगा पौडेल, कानून अधिकृत जोसेफ प्रधान, लेखा अधिकृत सन्जीवनी सुबेदी, इन्जिनियर मनिषा शर्मा, कृष्ण भ्ना, खरिदारहरू दिनेश पाण्डेय र बीरबहादुर सुनुवार, अधिकार बुढालगायत विभागका सम्पूर्ण कर्मचारीहरूलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु । त्यसैगरी कम्प्युटर सेटिङ्गसम्बन्धी कार्य गर्नुहुने कम्प्युटर अपरेटरहरू खगेन्द्र कार्की र सुवास राईलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु । साथै समयमा नै पुस्तक छपाइ गरी उपलब्ध गराउने गणेश ट्रेडलिंग बागबजारलाई समेत धन्यवाद दिन चाहन्छु । धन्यवाद ।

गोगनबहादुर हमाल  
महानिर्देशक  
सूचना तथा प्रसारण विभाग



**परिच्छेद : एक**  
**नेपालको भौगोलिक परिचय**

१.१	भौगोलिक अवस्थिति	१
१.२	भौगोलिक विभाजन	२
	१.२.१ धरातलीय स्वरूपको आधारमा नेपालको विभाजन	२
	१.२.२ नदीको आधारमा नेपालको विभाजन	१०
	१.२.३ हावापानीको आधारमा नेपालको विभाजन	११
१.३	नेपालको राजनीतिक विभाजन (सङ्घ, प्रदेश र स्थानीय तह)	१३
	१.३.१ सङ्घ	१३
	१.३.२ प्रदेश	१३
	१.३.३ नेपालका स्थानीय तह	१६
१.४	नेपालको प्राकृतिक स्रोत र साधनहरू	४४
	१.४.१ भूमि	४४
	१.४.२ नेपालमा भूमिसम्बन्धी कानुनी व्यवस्था र भूउपयोग	४६
	१.४.३ वन	५०
	१.४.४ खनिज	५२
	१.४.५ जलस्रोत	५३
	१.४.६ ताल, कुण्ड र पोखरीहरू	५४
१.५	नेपालको जनसङ्ख्या	५९
१.६	नेपालको राष्ट्रिय निकुञ्ज, वन्यजन्तु आरक्ष, सिकार आरक्ष, संरक्षण क्षेत्र तथा नेपालमा संरक्षित जीवजन्तुहरू	६७

**परिच्छेद : दुई**  
**नेपालको सङ्क्षिप्त ऐतिहासिक रूपरेखा**

२.१	नेपाल एक प्राचीन मुलुकको रूपमा	७७
२.२	नेपाल नामकरणको आधार	७८
	२.२.१. भाषागत आधार	७८
	२.२.२ जातिगत आधार	७९
२.३	नेपाल उपत्यकाको उत्पत्ति	७९
२.४	प्राचीन नेपाल	८१
	२.४.१ गोपालवंशी शासकहरू	८२
	२.४.२ महिषपालवंशी राजाहरू	८२

२.४.३	किरातवंशी राजाहरू	८२
२.४.४	लिच्छवि काल	८३
२.४.५	पूर्वमध्य काल	८७
२.४.६	सिम्रौनगढको कर्णाटक राज्य	८८
२.४.७	कर्णाली प्रदेशको खस मल्ल राज्य	८९
२.४.८	कपिलवस्तुको शाक्य शासित राज्य	९०
२.५	मध्यकाल	९१
२.५.१	मल्ल वंशको परिचय	९१
२.५.२	मल्लहरूको नेपाल आगमन	९२
२.५.३	मल्ल राज्यको विभाजन	९२
२.६	आधुनिक काल	९४
२.६.१	शाह वंशको परिचय	९५
२.६.२	गोरखा राज्यको स्थापना	९६
२.६.३	पृथ्वीनारायण शाह र नेपाल एकीकरण अभियान	९७
२.७	राणाशासन काल	१००
२.८	राणाकालपछिको राजनीतिक विकासक्रम	१००
२.८.१	२००७ देखि २०१७ सालसम्मको घटनाक्रम	१०२
२.८.२	वि.सं. २०१७ देखि २०३७ सालसम्मका दुई दशक	१०४
२.८.३	जनमतसङ्ग्रहदेखि जनआन्दोलनसम्म	१०६
२.८.४	२०४६ को जनआन्दोलन र त्यसपछिको राजनीति	१०६

### परिच्छेद : तीन

#### नेपालको संवैधानिक विकासक्रम

३.१	नेपालको संवैधानिक विकासक्रम	१२१
३.१.१	नेपाल सरकारको वैधानिक कानून, २००४	१२१
३.१.२	नेपालको अन्तरिम शासन विधान, २००७	१२१
३.१.३	नेपाल अधिराज्यको संविधान, २०१५	१२२
३.१.४	नेपालको संविधान, २०१९	१२२
३.१.५	नेपाल अधिराज्यको संविधान, २०४७	१२२
३.१.६	नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३	१२४
३.१.७	नेपालको संविधान	१२५
	३.१.७.१. नेपालको संविधानका विशेषताहरू	१२५
	३.१.७.२. नेपालको संविधानमा उल्लिखित मौलिक	

हक र कर्तव्य	१२७
३.१.७.३ सङ्घीय शासकीय स्वरूप	१२८
३.१.७.४ प्रादेशिक शासकीय स्वरूप	१३४
३.१.७.५ स्थानीय शासकीय स्वरूप	१३८

### परिच्छेद : चार

#### नेपालको सार्वजनिक प्रशासन

४.१	प्राचीन काल (वि.सं. १८२५ अगाडि)	१४७
४.२	मध्यकाल (वि.सं. १८२५-२००७)	१४८
४.३	आधुनिक काल (वि.सं. २००७-२०६३)	१५०
४.४	उत्तरआधुनिक काल (वि.सं. २०६३ देखि हालसम्म)	१५२
४.५	नेपालको सार्वजनिक प्रशासनको विद्यमान संरचना	१५४

### परिच्छेद : पाँच

#### नेपालको आर्थिक विकास

५.१	नेपालमा योजनाबद्ध विकास	१५७
५.१.१	प्रथम पञ्चवर्षीय योजना (२०१३-२०१८)	१५८
५.१.२	दोस्रो त्रिवर्षीय योजना (२०१९-२०२२)	१५९
५.१.३	तेस्रो पञ्चवर्षीय योजना (२०२२-२०२७)	१५९
५.१.४	चौथो पञ्चवर्षीय योजना (२०२७-२०३२)	१६०
५.१.५	पाचौँ पञ्चवर्षीय योजना (२०३२-२०३७)	१६०
५.१.६	छैटौँ पञ्चवर्षीय योजना (२०३७-२०४२)	१६१
५.१.७	सातौँ पञ्चवर्षीय योजना (२०४२-२०४७)	१६२
५.१.८	आठौँ पञ्चवर्षीय योजना (२०४९-२०५४)	१६२
५.१.९	नवौँ पञ्चवर्षीय योजना (२०५४-२०५९)	१६३
५.१.१०	दसौँ पञ्चवर्षीय योजना (२०५९-२०६४)	१६४
५.१.११	एघारौँ त्रिवर्षीय अन्तरिम योजना (२०६४/६५-२०६६/६७)	१६५
५.१.१२	बाह्रौँ त्रिवर्षीय योजना (२०६७/६८-२०६९/७०)	१६६
५.१.१३	तेरौँ योजना (आर्थिक वर्ष २०७०/७१-२०७२/७३)	१६७
५.१.१४	चौधौँ योजना (२०७३/७४-२०७५/७६)	१६८
५.१.१५	दीर्घकालीन सोच २१००	१७०
५.१.१६	पन्ध्रौँ योजना (आर्थिक वर्ष २०७६/७७-२०८०/८१)	१७३
५.२	आर्थिक विकासका पक्षहरू	१८२

५.२.१	कृषि	१८२
५.२.२	उद्योग	१८३
५.२.३	व्यापार	१८५
५.२.४	पर्यटन	१८६
५.२.५	वैदेशिक रोजगार	१८८
५.३.	आ.व. २०७९/८० को बजेट	१८९

### परिच्छेद : छ

#### नेपालको सामाजिक जीवन तथा संस्कृति

६.१	नेपालको सामाजिक जीवन	१९३
६.१.१	जातिगत विविधता	१९४
६.१.२	नेपालका सूचीकृत आदिवासी जनजातिहरू	२००
६.१.३	बसोवास, रहनसहन र भेषभूषा	२०४
६.१.४	नेपालका विभिन्न जात जातिहरूको सङ्क्षिप्त परिचय	२०६
६.१.५	नेपालका विभिन्न जातजाति, वर्ग, समुदाय र तिनीहरूको उत्थानका लागि राज्यले गरेका व्यवस्थाहरू	२११
६.१.६	सामाजिक सुरक्षासम्बन्धी व्यवस्था	२१२
६.२	नेपालको सांस्कृतिक जीवन	२१३
६.२.१	नेपालमा मनाइने प्रमुख जात्रा एवम् चाडपर्व	२१३
६.२.२	नेपालका सांस्कृतिक सम्पदाको विवरण	२२६
६.२.३	विश्व सम्पदा सूचीमा सूचीकृत नेपालका सांस्कृतिक तथा प्राकृतिक सम्पदाहरू	२२७
६.२.३.१	विश्व सम्पदा सूचीमा सूचीकृत नेपालको सांस्कृतिक सम्पदा	२२७
६.२.३.२	विश्वसम्पदा सूचीमा सूचीकृत प्राकृतिक सम्पदाहरू	२३०
६.२.३.३	सम्भावित विश्व सम्पदा स्थलहरू	२३१
६.२.४	राष्ट्रिय सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षणसम्बन्धी दीर्घकालीन नीति	२३६

### परिच्छेद : सात

#### नेपालको भाषा, साहित्य र कला

७.१	भाषा	२३९
७.१.१	नेपालमा बोलिने मुख्य भाषाहरू (राष्ट्रिय जनगणना २०६८ अनुसार)	२४०
७.१.२	नेपाली भाषाको विकास र विस्तार	२४२

७.१.३ भाषा परिवार	२४५
७.१.४ केही भाषाभाषिका लिपिहरू	२४७
७.२ साहित्य	२५०
७.२.१ नेपालका प्रमुख साहित्यक पुरस्कारहरू	२६२
७.३ चलचित्र	२६५
७.४ कला	२६५
७.४.१ नेपाली वास्तुकला र तिनका विशेषता	२६५
७.४.२ नेपाली चित्रकला र तिनका विशेषता	२६८
७.४.३ नेपाली मूर्तिकला र तिनका विशेषता	२७२
७.४.४ नेपाली काष्ठकला र तिनका विशेषताहरू	२७८
७.४.५ नेपालमा प्रचलित केही गीत, सङ्गीत र नृत्य कला	२८०

### परिच्छेद : आठ

#### नेपालमा पूर्वाधार विकास

८.१ शिक्षा	२८१
८.२ स्वास्थ्य	२८३
८.३ खेलकुद	२८४
८.३.१ नेपाल राष्ट्रिय खेलकुद	२८५
८.३.२ नेपालका ठुला घरेलु खेलकुद प्रतियोगिताहरू	२७७
८.३.३ नेपालको खेल सङ्ग्रहालय	२८७
८.३.४ अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुदमा नेपालको सहभागिता	२८८
८.३.५ ओलम्पिक खेलमा नेपाल	२८८
८.३.६ दक्षिण एसियाली खेलकुदमा नेपाल	२८८
८.४ खानेपानी तथा सरसफाइ	२९१
८.५ यातायात	२९१
८.५.१ सडक यातायात	२९१
८.५.२ हवाई यातायात	२९४
८.५.३ रेल यातायात	२९६
८.६ उर्जा	२९६
८.७ सिँचाइ	३०१
८.८ सञ्चार तथा सूचना प्रविधि	३०१

८.९	वातावरण तथा जलवायु परिवर्तन	३०५
८.१०	दिगो विकास	३०७

### परिच्छेद : नौ

#### नेपालमा आमसञ्चार र पत्रकारिता

९.१	आमसञ्चार र पत्रकारिता	३०९
९.१.१	छापा माध्यम	३१०
९.१.२	टेलिभिजन	३१३
९.१.३	रेडियो प्रसारण	३१४
९.१.४	अनलाइन मिडिया	३१५
९.२.	राष्ट्रिय समाचार समिति	३१५
९.३	सञ्चारसँग सम्बन्धित निकायहरू	३१६

### परिच्छेद : दश

#### नेपालको परराष्ट्र नीति र अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध

१०.१	नेपालको परराष्ट्र नीति र यसका मूल आधारहरू	३२१
१०.२	नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध : ऐतिहासिक सिंहावलोकन	३२३
१०.३	संयुक्त राष्ट्र सङ्घ र नेपाल	३३२
१०.४	सार्क र नेपाल	३३३
१०.५	नेपाल भारत सम्बन्धका ऐतिहासिक सन्धि सम्झौताहरू	३३६
१०.६	नेपाल र चीन-तिब्बत सम्बन्धका ऐतिहासिक सन्धि सम्झौताहरू	३३९

### परिच्छेद : एघार

नेपालका ऐतिहासिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय दृष्टिकोणले महत्त्वपूर्ण स्थानहरू	३४३
--------------------------------------------------------------------------	-----



# नेपालको भौगोलिक परिचय

## १.१ भौगोलिक अवस्थिति

नेपाल दक्षिण एसियामा अवस्थित भूपरिवेष्ठित मुलुक हो। नेपाल २६ डिग्री २२ मिनेटदेखि ३० डिग्री २७ मिनेट उत्तरी अक्षांश र ८० डिग्री ४ मिनेटदेखि ८८ डिग्री १२ मिनेट पूर्वी देशान्तरसम्म फैलिएको छ। नेपालले विश्वको कुल भूभागको ०.०३ प्रतिशत, एसिया महादेशको ०.३ प्रतिशत र दक्षिण एसियाको २.८२ प्रतिशत भूभाग ओगटेको छ। नेपाल एसियाका दुई विशाल मुलुकहरू भारत र चीनको बिचमा पर्दछ। यो समुद्र/बड्गालको खाडीदेखि करिब ११२७ कि.मि. टाढा छ। नेपालको क्षेत्रफल १,४७,१८१ वर्ग कि.मि. अर्थात् ५६,८२७ वर्गमाइल छ। नेपालको पूर्व-पश्चिम लम्बाइ ८८५ कि.मि. र उत्तर दक्षिण चौडाइ सरदर १९३ कि.मि. छ। यसको दक्षिणमा भारतको विहार र उत्तर प्रदेश राज्य, पश्चिममा भारतको उत्तराखण्ड राज्य, पूर्वमा पश्चिम बड्गाल, सिक्किम राज्य र उत्तरतर्फ चीनको स्वशासित क्षेत्र तिब्बत पर्दछ। नेपालको प्रमाणिक समय दोलखा जिल्लामा पर्ने गौरीशङ्कर हिमाललाई काटेर गएको ८६ डिग्री १५ मिनेट पूर्वी देशान्तरलाई आधार मानी निर्धारण गरिएको छ। नेपालको समय ग्रीनविच मानक समयभन्दा ५ घण्टा ४५ मिनेट छिटो छ। यो समय वि.सं. २०४२ साल वैशाख १ गतेदेखि लागु गरिएको हो। विश्वका ८,००० मिटरभन्दा अग्ला १४ चुचुरामध्ये नेपालमा आठओटा पर्दछन्। ६,००० मिटर र सोभन्दा अग्ला चुचुरा १,३०० भन्दा बढी छन्। मुस्ताङ इलाकामा मात्र यस्ता लगभग ३०१ चुचुराहरू रहेका छन्। नेपालमा हिमालयका साथसाथै कोसी, गण्डकी, कर्णालीजस्ता ठुला नदीहरू र रारा, फेवा, गोसाइँकुण्डजस्ता सुन्दर तालहरू छन्। भूस्वरूपको विविधताका साथै जलवायु र मौसमको अत्यधिक विभिन्नताले गर्दा ऊष्ण (Tropical), अर्धोष्ण (Mesothermal), सूक्ष्म तापीय (Micro thermal), टाइगा र टुन्द्रा प्रकारका जलवायु नेपालमा पाइन्छन्। नेपालको भौगोलिक भौतिक स्वरूपमा उचाइगत विविधताले भौगोलिक विभिन्नताको अवस्था सिर्जना गरेको छ। विश्व मानचित्रमा नेपाल सगरमाथाको देश, गौतम बुद्धको जन्मस्थल लुम्बिनीको देश र विशिष्ट भन्डाको देशको रूपमा समेत परिचित छ।

## १.२ भौगोलिक विभाजन

### १.२.१ धरातलीय स्वरूपको आधारमा नेपालको विभाजन

नेपालको भौगोलिक विभाजन विभिन्न आधारमा विभिन्न किसिमले गरिएको पाइन्छ । धरातलको आधारमा नेपालको भूभागलाई उत्तरदेखि दक्षिणसम्म क्रमशः तीन बृहत् प्रदेशमा विभाजन गर्न सकिन्छ ।

तालिका नं. १.१

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४

(०७४ असोज २९ गते प्रमाणीकरण) अनुसार जिल्लाहरूको वर्गीकरण

हिमाली जिल्लाहरू	ताप्लेजुङ, सङ्खुवासभा, सोलुखुम्बु, दोलखा, सिन्धुपाल्चोक, रसुवा, मनाङ, मुस्ताङ, डोल्पा, जुम्ला, मुगु, हुम्ला, कालिकोट, बाजुरा, बझाङ, दार्चुला, धादिङ, रामेछाप, गोर्खा, रुकुम (पूर्व), म्याग्दी (२०७५ मा पहाडीबाट हिमालीमा थपिएको)	२१ जिल्ला
पहाडी जिल्लाहरू	पाँचथर, इलाम, तेरथुम, धनकुटा, भोजपुर, ओखलढुङ्गा, खोटाङ, काभ्रेपलाञ्चोक, नुवाकोट लमजुङ, तनहुँ, कास्की, स्याङ्जा, पर्वत, बागलुङ, पाल्पा, अर्घाखाँची, गुल्मी, रुकुम (पश्चिम) रोल्पा, प्युठान, सल्यान, जाजरकोट, दैलेख, डोटी, अछाम, बैतडी, डडेलधुरा	२८ जिल्ला
भित्री मधेसका जिल्लाहरू	उदयपुर, मकवानपुर, चितवन, सिन्धुली, नवलपरासी (बर्दघाट सुस्तापूर्व), दाङ, सुर्खेत	७ जिल्ला
तराईका जिल्लाहरू	भापा, मोरङ, सुनसरी, सप्तरी, सिरहा, धनुषा, महोत्तरी, सर्लाही, रौतहट, बारा, पर्सा, नवलपरासी (बर्दघाट सुस्तापश्चिम), रूपन्देही, कपिलवस्तु, बाँके, बर्दिया, कैलाली, कञ्चनपुर	१८ जिल्ला
काठमाडौँ उपत्यकाका जिल्लाहरू	काठमाडौँ, ललितपुर, भक्तपुर	३ जिल्ला



### (क) हिमाली प्रदेश

नेपालको उत्तरी भेगमा हिउँ र चट्टानले निर्मित हिमाली क्षेत्रले नेपालको १५ प्रतिशत भूभाग समेटेको छ। करिब २५ देखि ५० किलोमिटर उत्तरदक्षिण चौडाइभित्र फैलिएको हिमाली प्रदेश समुद्र सतहदेखि करिब ३,००० मिटरमाथिको उचाइमा अवस्थित छ। हिमालय नेपालको उत्तरपट्टिमात्र नभई उत्तरी नेपाल सरहदवाट दक्षिणतिर हिमाली शृङ्खला देखिने नेपालका धेरै भूभागहरू छन्। जस्तै: अन्नपूर्ण र गङ्गापूर्ण हिमालको उत्तरपट्टि मनाङ, मुस्ताङ आदि नेपालका क्षेत्र पर्छन्। धवलागिरि चुरेन हिमालयको उत्तरमा मुस्ताङ तथा डोल्पाका भूभाग पर्छन्। ती क्षेत्रहरूबाट हिमालय दक्षिणतिर देखिन्छ। विश्वका उच्चतम र मनोरम हिमाली टाकुराहरू नेपालको हिमालयखण्डमा छन्। कञ्चनजङ्घा, जनक, उम्बक, महालङ्गुर, रोल्वालिङ, पुमरी, जुगल, लाङटाङ, गणेश, सेराङ, कुटाङ, मनसिरी, पेरी, लुगुला, दामोदर, निलगिरि, अन्नपूर्ण, धवलागिरि, मुस्ताङ, गौतम, पालचुङ हमगा, कान्जिरोवा, कान्ति, गोरखा, चाङगला, चण्डी, नालाकडकर, गुराँस पूर्वदेखि क्रमशः पश्चिमसम्म फैलिएका प्रसिद्ध २८ हिमशृङ्खलाहरू हुन्। यी शृङ्खलाहरू अधिकतम भोट (तिब्बत) का सीमावर्ती क्षेत्रमा रहेका छन्।

हिमाली क्षेत्रको आर्थिक गतिविधि सीमित छ। उब्जनी न्यून हुने हुँदा कृषि नगन्य भए पनि याक, भेडा, च्याङ्गा, घोडा आदि पशुपालन र जडीबुटीमा यो क्षेत्र सम्पन्न छ। उनका गलैँचा, राडी, पाखी बुन्ने घरेलु उद्योगहरू रहेको पाइन्छ। पर्यटन उद्योग, जडीबुटी र पर्यावरण सम्पदा यहाँका महत्त्वपूर्ण स्रोत हुन्।

यो क्षेत्र अल्पाइन र आर्कटिक जलवायुक्षेत्रअन्तर्गत पर्छ। उचाइ र पर्वतको अवस्थितिअनुसार जलवायु फरक पर्छ। सोलुखुम्बुको ४,४०० मिटर उचाइमा रहेको चुङकुङ गाउँमा आलु फल्छ। २,८०० मिटर उचाइमा रहेको मुस्ताङको जोमसोममा दुई सय मिलिमिटर वर्षा हुन्छ। यस्ता उच्च हिमालका खेतीयोग्य जमिन सोलुखुम्बु, मनाङ, मुस्ताङ र डोल्पा जिल्लामा पाइन्छ।

करिब ५,००० मिटरमाथि ६ देखि १२ महिनासम्म हिउँ रहन्छ। लगभग ४,००० मिटरमाथिका भूभागमा छोटो अवधिको वर्षायाममा पनि तुसारापात हुन्छ। ४,०००-५,००० मिटरसम्म होचो भाङ भाडी (जडीबुटी) पाइन्छ। मुस्ताङ र डोल्पामा प्राकृतिक वनस्पति विशेष कारणले २,८०० मिटर उचाइसम्म पनि हुने गरेको पाइन्छ। करिब १२ प्रतिशत उच्च हिमाली क्षेत्र मनसुनी चरनका लागि उपयुक्त छ। अरू भूभाग ठाडो भिर, ढुङ्गे र ठन्डा हुँदा चरनका लागि उपयुक्त छैन। घाँस पुनः पलाउन समय लाग्ने भएकाले अधिक चरनबाट जोगाउन चरन व्यवस्थापन यहाँको मूल आवश्यकता हो। माटो र जलवायुका दृष्टिले एक प्रतिशतभन्दा कम जमिन मात्रै खेतीका लागि उपयुक्त छ। यातायातको आवश्यक व्यवस्था अझसम्म पनि हुन नसकेको कारण उत्पादनको बजारीकरण गर्न कठिनाई हुने गरेको छ।

नेपालको लगभग १९.७ प्रतिशत (२,८९९,५०० हेक्टर) ओगट्ने उच्च पर्वतको दक्षिणमा मध्यपर्वत र उत्तरमा उच्च हिमाल पर्छ। यस क्षेत्रका सबैजसो मुख्य उपत्यका हिमानीग्रस्त (Glaciated) छन्। नदीले पिँध कटान बढी गरेको फलस्वरूप नदी ढलान (Gradient) ले गल्लेडा र गल्ली (Canyons) बनेका छन्। डाँडाको टुप्पो र उपत्यकाको फेदसम्म २,००० मिटरभन्दा बढी उचाइको भिन्नता छ। यसैले यहाँको एउटै ढलोमा ऊष्ण, ऊपोष्ण र न्यानो समशीतोष्ण एवम् चिसो शीतोष्ण बोटबिरुवा पाइन्छन्। यो क्षेत्रको ५० प्रतिशत भाग कुनै पनि खेतीका लागि काम लाग्दैन। बाँकी ५० प्रतिशत भूभागमध्ये ३४ प्रतिशत भूभागमा खेतीका लागि अपर्याप्त पातलो माटो छ भने १६ प्रतिशत भूभागले मात्र खेती धानेको छ। यस्तो २००,००० हेक्टर जमिनमा पनि ४० प्रतिशतमा मात्र राम्ररी खेती गर्ने गरिन्छ।

हिमाली क्षेत्रमा नेपालका पूर्वदेखि क्रमशः ताप्लेजुङ, सङ्खुवासभा, सोलुखुम्बु, दोलखा, सिन्धुपाल्चोक, रसुवा, मनाङ, मुस्ताङ, डोल्पा, मुगु, हुम्ला, जुम्ला, कालिकोट, बाजुरा, बझाङ, दार्चुला धादिङ, रामेछाप, गोरखा र रुकुम (पूर्व) गरी २० जिल्ला पर्दछन्। हिमाली प्रदेशलाई निम्नलिखित तीन बृहत् क्षेत्रमा विभाजन गरी अध्ययन गर्न सकिन्छ:

### मुख्य हिमाली क्षेत्र



विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथा

हिमालयअन्तर्गतका उच्चतम चुलीहरू केन्द्रित मुख्य हिमालयमा ८,००० मिटरभन्दा अग्ला चुलीहरू पर्छन्। तटवर्ती हिमालयको दक्षिण रहेका बृहत्तर हिमाली शृङ्खलामा ६,००० मिटरभन्दा अग्ला १,३११ चुचुराहरू रहेका छन्। विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथा र तेस्रो उच्च हिमशिखर कञ्चनजङ्घाका अतिरिक्त ल्होत्से, मकालु, चो-ओयु, धवलागिरि, मनास्लु, अन्नपूर्णसमेत विश्वका दुई दर्जन चुलीमध्ये नेपालमा करिब डेढ दर्जन चुचुराहरू रहेका छन्। कञ्चनजङ्घा, खुम्बु, महालङ्गुर, रोल्वालिङ,





माछापुच्छ्रे हिमाल, गण्डकी

गणेश, गोरखा, अन्नपूर्ण, धवलागिरि, काञ्जिरोवा, अपी र सैपाल हिमशृङ्खलाअन्तर्गत विश्वका १० सर्वोच्च शिखरहरूमध्ये आठओटा हिमशिखरहरू पर्दछन् ।

### भित्री हिमाली क्षेत्र

मुख्य हिमालयबाट उत्तर र तिब्बत तटवर्ती क्षेत्रबाट दक्षिणतिर यो क्षेत्र रहेको छ । नदी निर्मित उपत्यकाहरू उच्च हिमाली क्षेत्रमा निकै रहेका छन् । यहाँ पुराङ्ग, हुम्ला, मुगु, लाङ्गु, बुढी खोटाङ, केरुङ, न्यानम, रोङ्गसार, खुम्बु, कर्मा आदि हिमवेष्टित उपत्यकाहरू छन् । उत्तरमा अग्ला हिमालय र दक्षिणमा होचा पर्वतका बिचमा रहेका यी उपत्यका २,४००-५,००० मिटरसम्मका उचाइमा रहेका छन् । कतैकतै गहिरो खोंच र बेंसी रहेका छन् । हुम्ला, जुम्ला, मुगु, डोल्पा, मुस्ताङ र मनाङ वृष्टिछायामा पर्ने हुँदा वर्षा ज्यादै कम हुन्छ । यस भेगमा शुष्क जलवायु पाइन्छ ।

यो पर्वतीय क्षेत्रमा चिसो शीतोष्ण कोणधारी वन हुने हुँदा डालेघाँस प्रायः पाइँदैन । यहाँका बासिन्दा खाद्यान्न, लुगा र अन्य सामानको ढुवानी खच्चर, घोडा, चौँरी आदि जनावरबाट गर्ने गर्दछन् । जौ, गहुँ, कोदो र आलु ३,००० मिटर उचाइसम्म फल्छ । हिउँदमा ठन्डा हुने हुँदा मानिसहरूको बसोबास यो क्षेत्रमा निकै पातलो छ ।

### सीमान्त हिमाली क्षेत्र

यो अन्तरहिमाली शृङ्खला तिब्बतको समानान्तर किनारी क्षेत्र करिब १३० किलोमिटर उत्तरसम्म फैलिएको छ । सरदर ६,००० मिटर उचाइदेखि करिब ७,००० मिटरसम्म रहेको तिब्बती पठारको समस्थली क्षेत्र गङ्गा र साङ्ग पो (ब्रह्मपुत्र) को पानी ढलो क्षेत्रका रूपमा रहेको छ । उच्च हिमशृङ्खला छिचोली आकाले यो क्षेत्रका नदी (कालीगण्डकी आदि) हिमालयभन्दा पुराना मानिन्छन् । मनाङ, मुस्ताङमा बस्ती छन् र भोट निस्कने भन्ज्याङहरू निकै पर्छन् । वृष्टिछायामा पर्ने भएकाले यो क्षेत्र मूलतः हिमाली मरुभूमिका रूपमा रहेको छ ।

तालिका नं. १.२  
नेपालका प्रमुख हिमशिखर र तिनको उचाइ

क्र. सं.	हिमशिखर	उचाइ (मिटर)	हिमशृङ्खला	जिल्ला / प्रदेश
१	सगरमाथा	८,८४८.८६	खुम्बु / महालङ्गुर	सोलुखुम्बु / १
२	कञ्चनजङ्घा	८,५८६	कञ्चनजङ्घा	ताप्लेजुङ / १
३	ल्होत्से	८,५१६	खुम्बु / महालङ्गुर	सोलुखुम्बु / १
४	मकालु	८,४६३	कुम्भकर्ण	सङ्खुवासभा / १
५	चो ओयु	८,२०१	खुम्बु / महालङ्गुर	सोलुखुम्बु / १
६	धवलागिरि	८,१६७	धवलागिरि	म्याग्दी / मुस्ताङ / गण्डकी
७	मनास्लु	८,१६३	गणेश	गोरखा / गण्डकी
८	अन्नपूर्ण	८,०९१	अन्नपूर्ण	कास्की / गण्डकी
९	नुप्से	७,८५५	खुम्बु	सोलुखुम्बु / १
१०	शान्ति पिक	७,५९१	खुम्बु	सोलुखुम्बु / १
११	लाङटाङ लिरुङ	७,२३४	लाङटाङ	रसुवा / ३
१२	गणेश हिमाल	७,१६३	गणेश	गोरखा, धादिङ / ३
१३	पुमोरी	७,१६१	खुम्बु / महालङ्गुर	सोलुखुम्बु / १
१४	गौरीशङ्कर	७,१३४	रोल्वालिङ	दोलखा / ३
१५	अपी	७,१३२	गुराँस	दार्चुला / सुदूरपश्चिम
१६	माछापुच्छ्रे	६,९९३	अन्नपूर्ण	कास्की / गण्डकी
१७	सैपाल	७,०३१	अपि सैपाल	बझाङ / सुदूरपश्चिम
१८	काञ्जीरोवा	६,८८३	काञ्जिरोवा	डोल्पा / कर्णाली
१९	अमादब्लम	६,८१२	खुम्बु / महालङ्गुर	सोलुखुम्बु / १
२०	जुगल (भैरव टाकुरा)	६,५३५	जुगल	सिन्धुपाल्चोक / ३
२१	भृकुटी	६,३६४	दामोदर	मुस्ताङ / गण्डकी

(ख) पहाडी प्रदेश

उत्तरमा हिमाल र दक्षिणमा तराईबिच रहेको मध्यभाग पूर्वदेखि पश्चिमसम्म अग्लाहोचा पहाडहरू, फराकिला-साँगुरा उपत्यका, दून, बैँसी तथा टार र गरायुक्त