हज / उमरा डायरी

دليل الحجاج والمعتمرين

नेपाल सरकार

गृह मन्त्रालय

नेपाल हज समितिको सचिवालय

काठमाडौं

हज/उमरा डायरीका सम्वन्धमा

हज तथा उमरायात्रालाई व्यवस्थित, मर्यादित र अनुशासित वनाउने उद्धेश्यले यो हज/उमरा डायरी प्रकाशन गरिएको छ। यसबाट हज तथा उमराका मान्यता अनुसार गर्नुपर्ने धार्मिक कार्यहरूमा हजयात्रुहरूको सहभागिता सुनिश्चित हुने र यात्रा अवधिभर पालना गर्नुपर्ने नियमहरूका वारेमा समेत जानकारी प्राप्त हुने भएकोले हज यात्रा व्यवस्थित हुने अपेक्षा गरिएको छ। साथै यसमा मक्का र मदिनामा गरिने धार्मिक कार्यहरू र सो संग सम्वन्धित मुख्य मुख्य स्थल/संरचनाहरूको तश्वीर समेत राखिएकोले धार्मिक कार्यमा हजयात्रुहरूलाई सहजता समेत हुनेछ। त्यसैगरी यो डायरी हज तथा उमराका लागि छनौट भई मक्का मदिना जाने सबै यात्रुहरूलाई उपलव्ध गराईने भएकाले यसलाई यात्रा अनुभुती टिपोटको रुपमा समेत प्रयोग गर्न सकिनेछ।

यस डायरीमा समावेश गरिएका विषयवस्तुहरु हज विज्ञ तथा मौलानाहरूको सहयोगमा तयार गरिएको हुनाले हजका प्रक्रिया र तरिकाहरू पूर्ण छन भन्ने विश्वास लिएका छौ। यद्यपी आगामी दिनमा यस सम्वन्धमा प्राप्त राय सुझावलाई ग्रहण गरी परिस्कृत गर्दै लगिनेछ।

अन्त्यमा, यस प्रकाशनका लागि सहयोग गर्नुहुने नेपाल हज समितिका पदाधिकारीहरू, हज विज्ञ तथा मौलानाहरू एवम् नेपाल हज समितिको सचिवालयका कर्मचारीहरूप्रति धन्यवाद दिन चाहन्छौ।

कृष्ण पौडेल
सदस्य सचिव
नेपाल हज समिति
तथा
उपसचिव
गृह मन्त्रालय

शमसेर मियाँ
अध्यक्ष
नेपाल हज समिति

वैयक्तिक विवरण

नाम:	
स्थायी ठेगाना:	
अस्थायी ठेगाना:	
सम्पर्क नं.:	
राहदानी नं.:	
अभिभावकको नाम:	
मेहरमको नाम:	
सहयोगीको नाम:	
मोअल्लिमले दिएको परिचय पत्र नं.:	
रक्त समूह:	
इमेल ठेगाना:	

(पवित्र धार्मिक स्थल मक्का, साउदी अरब)

भाग - १

१. हजको परिचय

ईस्लाम धर्मका पाँच आधारस्तम्भहरू मध्ये हज एक हो । पाँच आधारस्तम्भहरू ईमान (आस्था) ايمان, नमाज (प्रार्थना) نماز, रोजा (ब्रत) روزه, जकात (दान) زكوٰة र हज (तीर्थ) حج हुन् । हज शब्दको अर्थ "धार्मिक यात्रा गर्नु हो" । ईमान, नमाज र रोजा यी तीन कार्यहरु सम्पूर्ण ईस्लाम धर्मावलम्बिहरुको लागि अनिवार्य शर्तहरु हुन् भने वर्षमा एक पटक जकात र जीवनमा एक पटक हज आर्थिकरूपमा सक्षम व्यक्तिको लागि मात्र अनिवार्य हो । जुन व्यक्तिले हजयात्राका लागि आवश्यक खर्च सहज तवरले जुटाउन सक्छ त्यस्तो व्यक्तिका लागि मात्र हज अनिवार्य हुने मान्यता रहेको छ । हजयात्रालाई विश्वकै सबैभन्दा ठूलो धार्मिक कार्यक्रमको रुपमा लिईन्छ ।

ईस्वी संवत्, विक्रम संवत् र नेपाल संवत् जस्तै ईस्लाम धर्मावलम्बिहरुको छुट्टै पात्रो हिजरी संवतको १२औ महिना जिल्हिज्जा हो ।उक्त महिनामा विश्वभरबाट ईस्लाम धर्मावलम्बिहरु हजका लागि साउदी अरबको मक्का तथा मदिनामा जाने गर्दछन । मक्का र मदिना दुवै ऐतिहासिक तथा पवित्र शहर हुन। मक्कामा ईस्लाम धर्मका अन्तिम सन्देष्टा हजरत मोहम्मद सल्लल्लाहु अलैहिवसल्लम (حضرت محمد صلى الله عليه وسلّم) को जन्म भएको हो र मदिना उनको मजार (समाधिस्थल)हो ।

२. हजका प्रकार

हज तिन किसिमका हुन्छन्:

क. हज्जे केरान

हजका सम्पूर्ण किसिमहरू मध्य केरानलाई सबभन्दा उत्कृष्ठ (अफ्जल) हज भनेर बुझिन्छ । यसमा उमरा र हज दुबैको एहराम सँगै बाँधिन्छ । उमरा गरिसकेपछि कपाल नकाटिकन र एहराम नफुकालिकन दसौं , एघारौं वा बाह्रौं जिल्हिज्जाका दिन कुर्बानि गरिन्छ र त्यसपछि मात्र कपाल कटाएर अनि एहराम फेरिन्छ।

ख. हज्जे तमत्तो

यस प्रकारको हज गर्दा सर्वप्रथम उमरा गरिन्छ र त्यसपछि कपाल कटाएर एहराम फेरिन्छ । आठ (८) जिल्हिज्जाका दिन पुनः एहराम बाँधेर हजका अन्य क्रियाक्रमहरु गरिन्छ। र यो हज गर्ने सबैभन्दा सरल तरिका हो । नेपालीहरुले गर्ने हज तमत्तो हो ।

ग. हज्जे ईफराद

यस प्रकारको हज गर्दा उमरा गरिदैन ।

३. हज का अनिवार्य शर्तहरु

एहराम : एहराम एक किसिमको सेतो रंगको नसिलाएको कपडाका दुई (२) टुक्राहरु हुन् । एक टुक्रा कम्मर भन्दा मुनिका शरीरका भागहरुमा बेरिन्छ जसलाई **लुङ्गी** भनिन्छ र अर्को टुक्रा कमर भन्दा माथिका शरीरका भागहरुमा ओढिन्छ जसलाई **चादर** भनिन्छ ।

नोट: एहराम मिकात भन्ने ठाउँमा पुग्नुभन्दा अगावै अनिवार्य रुपमा बाँधिसकेको हुनुपर्छ। महिलाहरु आफूले जस्तो कपडा लगाएका छन् त्यही कपडामा उमरा गर्न सक्छन्।

एहराम बाँधिसकेपछि निम्नलिखित क्रियाकलापहरु गर्नु हराम (निषेध) हुन्छ :

क. सिलाईएको लुगा लगाउनु,
ख. टोपी लगाउनु वा टाउकोमा कुनै प्रकारको कपडा राख्नु,
ग. मोजा लगाउनु,
घ. ईतर (scent) प्रयोग गर्नु,
ङ. यौन तथा अन्य शारीरिक सम्पर्क राख्नु वा बनाउनु,
च. झैझगडा तथा गालीगलोज गर्नु,
छ. नङ्ग काट्नु वा काट्न लगाउनु,

उमराको नियत (عمره کی نیت) : اللّٰهُمَّ اِنِّي نَوَيتُ العُمرَةَ فَيَسِّرهالِي وَتَقَبّلها مِنِّي

तल्बियह (تلبيه) : एहराम बाधिसकेपछि र उमराको लागि नियत गरिसकेपछि यो दुआ अधिकतम पढ्नुपर्ने हुन्छ ।

لَبَّيْكَ اللّٰهُمَّ لَبَّيْكَ، لَبَّيْكَ لاَ شَرِيكَ لَكَ لَبَّيْكَ، إِنَّ الْحَمْدَ، وَالنِّعْمَةَ، لَكَ وَالْمُلْكَ، لاَ شَرِيكَ لَكَ

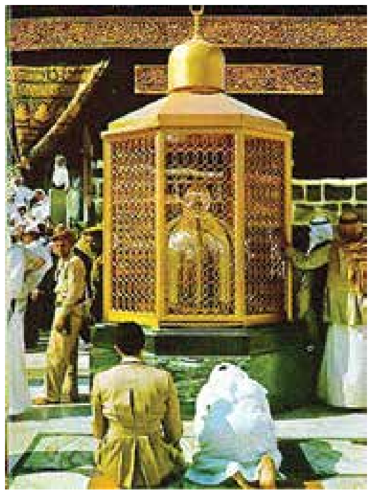
उमरा गर्ने तरिका:

ईस्तेलाम (استلام) : हजयात्रीहरु जहाजबाट ओर्लिएपछि सिधै काबा शरिफ (अल्लाहको घर) प्रस्थान गरी काबा शरिफमा **सात पटक** हज्रे अस्वदलाई नजिकबाट हातले छोएर वा टाढाबाट ईशाराले चुम्दै परिक्रमा गर्नुपर्दछ यसलाई ईस्तेलाम भनिन्छ। **सात पटक परिक्रमा गर्दा प्रत्येक पटक हज्रे अस्वदलाई चुमेर सुरु गर्नुपर्दछ ।**

हज्रे अस्वद (حجر اسود)

इज्तेबाअ वा रमल तवाफे कुदूम
(اضطباع اور رمل) :

मक्का पुगिसकेपछिको पहिलो तवाफ मा पुरुषको लागि रमल र इजतेबाअ मसनुन जरुरी हुन्छ। यो महिलाको लागि चाहि अनिवार्य होइन। रमल शुरुका तीन चक्करमा मात्रै र इजतेबाअ पूरै तवाफ भरि नै गर्नुपर्छ



काबा शरिफमा ७ पटक परिक्रमा गर्दा प्रत्येक पटक निम्नलिखित दुआहरु पढ्नुपर्दछ । उल्लेखित दुआहरु नजानेको खण्डमा आफुले जानेको कुनैपनि दुआ पढ्न सकिन्छ। *काबाको सातपटक परिक्रमा गरिसकेपछि मकामे ईब्राहिमको पछाडिपट्टि गएर दुई (२) रकत नमाज पढ्नुपर्दछ। (ठाउँ नपाए आसपासको अन्य ठाउँमा पढ्दा हुन्छ)*

प्रथम परिक्रमाको दुआ (پہلے چکر کی دعا):

سُبْحَانَ اللهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلآ إِلٰه إِلاَّ اللهُ وَاللهُ أَكْبَرُ وَلَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلاَّ بِاللهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ. اَلصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلٰى رَسُوْلِ اللهِ صلى الله عليه وآله وسلم، اَللّٰهُمَّ إِيْمَانًا بِکَ وتَصْدِيْقاً بِكَلِمَاتِکَ وَوَفَاءً بِعَهْدِکَ وَاتِّبَاعاً لِسُنَّةِ نَبِيِّکَ وَحَبِيْبِکَ مُحَمَّدٍ صلى الله عليه وآله وسلم، اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُکَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ وَالْمُعَافَاةَ الدَّآئِمَةَ فِي الدِّيْنِ وَالدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَالْفَوْزَ بِالْجَنَّةِ وَالنَّجَاةَ مِنَ النَّارِ

दोस्रो परिक्रमाको दुआ (دوسرے چکر کی دعا):

اَللّٰهُمَّ إِنَّ هٰذَا الْبَيْتَ بَيْتُکَ، وَالْحَرَمَ حَرَمُکَ، وَالْاَمْنَ اَمْنُکَ، وَالْعَبْدَ عَبْدُکَ، وَاَنَا عَبْدُکَ وَابْنُ عَبْدِکَ، وَهٰذَا مَقَامُ الْعَائِذِ بِکَ مِنَ النَّارِ، فَحَرِّمْ لُحُوْمَنَا وَبَشَرَتَنَا عَلَى النَّارِ، اَللّٰهُمَّ حَبِّبْ إِلَيْنَا الْإِيْمَانَ وَزَيِّنْهُ فِي قُلُوْبِنَا وَكَرِّهْ إِلَيْنَا الْكُفْرَ وَالْفُسُوْقَ وَالْعِصْيَانَ، وَاجْعَلْنَا مِنَ الرَّاشِدِيْنَ، اَللّٰهُمَّ قِنِي عَذَابَکَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَکَ، اَللّٰهُمَّ ارْزُقْنِي الْجَنَّةَ بِغَيْرِ حِسَابٍ

तेस्रो परिक्रमाको दुआ (تیسرے چکر کی دعا)

اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَعُوْذُ بِکَ مِنَ الشَّکِّ وَالشِّرْکِ وَالشِّقَاقِ وَالنِّفَاقِ وَسُوْءِ الْأَخْلَاقِ وَسُوْءِ الْمَنْظَرِ وَالْمُنْقَلَبِ فِي الْمَالِ وَالْأَهْلِ وَالْوَلَدِ، اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُکَ رِضَاکَ وَالْجَنَّةَ، وَأَعُوْذُ بِکَ مِنْ سَخَطِکَ وَالنَّارِ، اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَعُوْذُ بِکَ مِنْ فِتْنَةِ الْقَبْرِ وَأَعُوْذُ بِکَ مِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَالْمَمَاتِ

चौथो परिक्रमाको दुआ (چوتھے چکر کی دعا) :

اَللّٰهُمَّ اجْعَلْهُ حَجًّا مَبْرُوْرًا، وَسَعْياً مَشْکُوْرًا، وَّذَنْباً مَّغْفُوْرًا، وَّعَمَلاً صَالِحًا مَقْبُوْلًا، وَّتِجَارَةً لَنْ تَبُوْرَ يَا عَالِمَ مَا فِي الصُّدُوْرِ، أَخْرِجْنِي يَا اللهُ، مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّوْرِ، اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُکَ مُوْجِبَاتِ رَحْمَتِکَ، وَعَزَائِمَ مَغْفِرَتِکَ، وَالسَّلَامَةَ مِنْ كُلِّ إِثْمٍ، وَّالْغَنِيْمَةَ مِنْ كُلِّ بِرٍّ، وَالْفَوْزَ بِالْجَنَّةِ وَالنَّجَاةَ مِنَ النَّارِ، رَبِّ قَنِّعْنِي بِمَا رَزَقْتَنِي وَبَارِکْ لِي فِيْمَا أَعْطَيْتَنِي، وَاخْلُفْ عَلٰى كُلِّ غَائِبَةٍ لِّي مِنْکَ بِخَيْرٍ

पाचौ परिक्रमाको दुआ (پانچویں چکر کی دعا):

اَللّٰهُمَّ أَظِلَّنِي تَحْتَ ظِلِّ عَرْشِکَ يَوْمَ لَا ظِلَّ إِلاَّ ظِلَّ عَرْشِکَ وَلَا بَاقِيَ إِلاَّ وَجْهَکَ وَاسْقِنِي مِنْ حَوْضِ نَبِيِّکَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ صلى الله عليه وآله وسلم شَرْبَةً هَنِيْئَةً مَّرِيْئَةً لَا نَظْمَأُ بَعْدَهَا أَبَدًا، اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُکَ مِنْ خَيْرِ مَا سَأَلَکَ مِنْهُ نَبِيُّکَ سَيِّدُنَا مُحَمَّدٌ صلى الله عليه وآله وسلم وَأَعُوْذُ بِکَ مِنْ شَرِّ مَا اسْتَعَاذَکَ مِنْهُ نَبِيُّکَ سَيِّدُنَا مُحَمَّدٌ صلى الله عليه وآله وسلم اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُکَ الْجَنَّةَ وَنَعِيْمَهَا وَمَا يُقَرِّبُنِي إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ فِعْلٍ أَوْ عَمَلٍ، وَأَعُوْذُ بِکَ مِنَ النَّارِ وَمَا يُقَرِّبُنِي إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ فِعْلٍ أَوْ عَمَلٍ

छैठौ परिक्रमाको दुआ (چھٹھے چکر کی دعا) :

اَللّٰهُمَّ إِنَّ لَکَ عَلَيَّ حُقُوقًا كَثِيْرَةً فِيْمَا بَيْنِي وَبَيْنَکَ، وَحُقُوْقًا كَثِيْرَةً فِيْمَا بَيْنِي وَبَيْنَ خَلْقِکَ، اَللّٰهُمَّ مَا كَانَ لَکَ مِنْهَا فَاغْفِرْهُ لِي وَمَا كَانَ لِخَلْقِکَ فَتَحَمَّلْهُ عَنِّي، وَأَغْنِنِي بِحَلَالِکَ عَنْ حَرَامِکَ وَبِطَاعَتِکَ عَنْ مَعْصِيَتِکَ، وَبِفَضْلِکَ عَنْ سِوَاکَ، يَا وَاسِعَ الْمَغْفِرَةِ، اَللّٰهُمَّ إِنَّ بَيْتَکَ عَظِيْمٌ، وَّوَجْهَکَ كَرِيْمٌ، وَأَنْتَ يَا اللهُ، حَلِيْمٌ كَرِيْمٌ عَظِيْمٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

सातौ परिक्रमाको दुआ (ساتوے چکر کی دعا) :

اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ إِيْمَانًا كَامِلاً، وَّيَقِيْنًا صَادِقًا، وَّرِزْقًا وَّاسِعًا، وَّقَلْبًا خَاشِعًا، وَّلِسَانًا ذَاكِرًا، وَّرِزْقًا حَلاَلاً طَيِّبًا، وَّتَوْبَةً نَّصُوْحًا، وَّتَوْبَةً قَبْلَ الْمَوْتِ، وَرَاحَةً عِنْدَ الْمَوْتِ، وَمَغْفِرَةً وَّرَحْمَةً بَعْدُ، وَالْعَفْوَ عِنْدَ الْحِسَابِ، وَالْفَوْزَ بِالْجَنَّةِ، وَالنَّجَاةَ مِنَ النَّارِ بِرَحْمَتِكَ يَا عَزِيْزُ، يَا غَفَّارُ، رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا وَّأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ

जमजम:

कावाको परिक्रमा र दुआ गरिसकेपछि जमजमको पानी पिउने गरिन्छ। जमजमको पानी पिउदा मनमा रहेको मनोकामना पूरा हुने मान्यता रहेको छ।

'जम जम कवा'

जमजमको पानी पिउदाखेरिको दुआ (زم زم پیتے وقت کی دعا):

اللهم إني أسألك علمًا نافعًا ورِزْقًا واسِعًا وشفاءً من كلِّ داءٍ

काबा शरिफको परिक्रमा पश्चात **अल् सफा** र **अल् मर्वह (الصفا و المروة) माउण्टको परिक्रमा** गर्ने गरिन्छ। काबासंगैको ऐतिहासिक **अल्** सफा र **अल्** मर्वह नामका दुई पहाडको समेत सात पटक परिक्रमा (**سعی**) गर्नुपर्ने हुन्छ।

नोट: अल् सफा र अल् मर्वह (الصفا و المروة) माउण्टको परिक्रमा गर्दा हरियो बत्ती बालिएको ठाउँमा पहिलेभन्दा बढि गतिमा हिड्नुपर्नेहुन्छ र यसबीच गरिएको हरेक दुआ कबुल हुनेगर्दछ।

हल्क (حلق اورتقصیر) :

पुरुषले आफ्नो कपाल कटाउनुपर्ने हुन्छ **र** महिलाको हकमा केही रौं मात्र काटे पुग्छ । यसपश्चात उमरा पूरा हुन्छ । उमरा हज अघिको कार्य हो ।

४. हज तरिका

जिल्हिज्जा महिनाको ८ तारिखबाट हज शुरु हुन्छ । हज ८ तारिखबाट ५ वा ६ दिनसम्म गरिन्छ । हजको तयारीका लागि ८ तारिख भन्दा १ दिन अगावै **हजका लागि एहराम बाध्ने र हजको नियत (ईरादा) गर्नुपर्ने हुन्छ ।**

हजको नियत (حج کی نیت) : اَللّٰهُمَّ اِنِّي نَوَيْتُ الحَجَّ فَيَسِّرْه لِي وَتَقَبَّله مِنِّي

मिना शरिफ (منٰی شریف): (पहिलो दिन: ८ तारिख)

विश्वका जुनसुकै कुनाबाट हज गर्न गएको भएपनि जिल्हिज्जा महिनाको ८ तारिखका दिन विहानको नमाज (फज्रको प्रार्थना) पछि मक्का सहरदेखि केही किलोमिटर परको मिना भन्ने स्थानमा गएर बास बस्नुपर्ने हुन्छ । मिना जानका लागि बस लगायत सुविधा तय गरिएको हुन्छ ।

मिना एक ऐतिहासिक स्थान हो । मिनामा हजमा सहभागी हुने लाखौं हजयात्रीको बासका लागि साउदी सरकारले खेमा (टेन्ट) को व्यवस्था गरेको हुन्छ। खेमामा सुविधासम्पन्न अस्पतालहरु, आपतकालिन भवनहरु, शौचालय, एअरकुलर, पिउनेपानी, खाना पकाउन ग्यासलगायत सबै व्यवस्था गरिएको हुन्छ । झण्डै ३० किलोमिटर क्षेत्रमा हजयात्रीकै लागि लाखौं स्थायी खेमा बनाईएको छ । तीं खेमा हजयात्रामा मात्रै प्रयोग हुन्छन् । दिनभरि मिनामा बस्ने र अल्लाह तआलाको धेरैभन्दा धेरै ईबादत गर्नु पर्दछ । ।

नोट: मिनामा बस्दा सकेसम्म नमाज मस्जिदे खैफमा पढ्नु पर्दछ ।

अरफात मैदान (ميدان عرفات): (दोस्रो दिन: ९ तारिख)

एक रात मिनाको खेमा (टेन्ट) मा बिताएपछि नौ(९) जिल्हिज्जाका दिन हजयात्रीहरु फज्रको नमाज (विहानको प्रार्थना) पछि पवित्र अरफात मैदान प्रस्थान गर्नुपर्दछ । अरफात मैदान मिनाबाट साढे नौं किलोमिटर टाढा छ । हजमा सहभागी सबै हजयात्री एकै समयमा मिनाबाट अरफातका लागि निस्कनुपर्ने हुन्छ । त्यहां जान सवारी साधन वा पैदल जुन तरिकाले पनि जान सकिन्छ । रेलको पनि सुविधा रहेको छ ।

लाखौं मानिस एकै मैदानमा एउटै समयमा भेला हुँदा कयौं देशका तीर्थालु तितरवितर हुने संभावना पनि हुन्छ । मिनाबाट अरफातसम्म निकै फराकिलो बाटो छ । बाटोमा हजयात्रीका लागि लाखौं शौचालय, पानीका धारा र नमाज पढ्न मस्जिद बनाईएको हुन्छ । मिनादेखि अरफातसम्म जान वृद्ध, बृद्धाका लागि निकै चुनौतीपूर्ण काम हो

अरफातको दुआ (عرفات میں پڑھی جانے والی دعا) : अरफातमा रहदाको **समयमा यो दुआ अधिकतम् पढ्ने गर्नुपर्छ ।**

أَشْهَد أَنْ لا إِلهَ إِلّا الله وَحْدَهُ لا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ المُلْكُ وَلَهُ الحَمْدُ بِيَدِهِ الخَيْرُ وَهُوَ على كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ!

अरफातसंग सम्बन्धित केही शर्तहरु यस प्रकार छन् । जुन पूरा गर्न बाध्यकारी हुन्छ ।

क. अरफातको मैदानमा एकछिन भएपनि उपस्थित नभई हज पूरा हुँदैन ।

ख. हजको दोस्रो दिन (९ तारिख) बिहानको समयमा पुग्न नसके, दिउँसो जोहर नमाजको समय देखि हजको तेस्रो दिन १० तारिख दिनको सुर्य उदाउनुभन्दा पहिले नै पुगिसकेको हुनुपर्छ ।

ग. अरफातमा आईसकेका व्यक्तिहरु मैदानभन्दा बाहिर जान नमिल्ने र गएपनि सुर्यास्त (मगरिब) हुनुभन्दा अगावै अनिवार्य रुपमा मैदानमा आईसकेको हुनुपर्दछ । यसो नगरेमा दम (एक प्रकारको जरिवाना) दिनुपर्ने हुन्छ ।

वकुफे अरफा (وقوف عرفة):

यो एक किसिमको विधि हो, जस अनुसार जोहरको नमाजपछि उभेर जबले रहमा(माउण्ट) नजिक गएर दुआ गर्ने गरिन्छ । मैदानमै मस्जिदे नम्र नामको मस्जिद छ। मस्जिद भित्र एकै पटक सात लाख भन्दा बढीले नमाज पढ्न सक्ने व्यवस्था छ। अरफातमा बस्दा सकेसम्म नमाज मस्जिदे नम्रहमा पढ्नुपर्दछ ।

जबले रहमा (माउण्ट) (جبل الرحمة)

मस्जिदे नम्रह (مسجد نمرة)

मुज्दलिफा (مزدلفه):

९ तारिखकै दिन अरफात मैदानमा घाम डुबेर पहेंलो भएपछि मात्र हजयात्रीहरु त्यहाबाट मुज्दलिफा भन्ने ठाउँमा फर्किन सुरु गर्छन् । जुन स्थान अरफात र मिनाको बीचमा पर्दछ । त्यहा अशक्त रहेका महिला बाहेकका तीर्थालुलाई अनिवार्य रुपमा एक रात विताउनुपर्ने हुन्छ । मुज्दलिफा पनि एक ऐतिहासिक स्थल हो ।

लाखौं हजयात्रीले एक रात भएपनि बिताउनुपर्ने भएकाले यहा मिना र अरफातमा जस्तो बस्नका लागि कुनै खेमा(टेन्ट) वा घरको व्यवस्था हुदैन। मुज्दलिफामा मग्रिब र ईशा (रातको नमाज) एकै पटक पढेर रातभरी तीर्थालुहरु जाग्ने र ईबादत गर्ने गर्दछन् । शैतानलाई ढुंगा हान्न सोही ठाउँबाट स-साना ढुंगा (चनाको दाना जत्रो) संकलन गर्नुपर्ने हुन्छ । ४९ वटा ढुंगा आवश्यक पर्छ।

कुर्वानी (तेस्रो दिन १० तारिख)

क. फज्रको नमाज (विहानको प्रार्थना) पछि तीर्थालुहरुले मुज्दिल्फा छोड्न सुरु गर्नुपर्दछ र मिनातिर प्रस्थान गर्नुपर्दछ।

ख. मिना पुगेर ठुलो शैतान (जम्रतुल् अक्ब جمرة العقبہ)लाई सात(७) वटा ढुंगाले सात पटक

हान्नुपर्दछ।

शैतानलाई ढुंगा हान्ने ठाउँ (الجمرات)

शैतानलाई ढुंगा हान्नु पनि हजको मुख्य अंग नै हो। शैतानलाई ढुंगा नहानेसम्म हज पूरा हुदैन। यदी कोही अशक्त छ भने आफ्नो नाम बाट अरु कसैलाई उक्त कार्य गर्न जिम्मा दिनसक्छन्। अरफातबाट जम्रात झण्डै **१२ किलोमिटर** दूरीमा छ। जमातमा लाखौं मानिसले एकै पटक ढुंगा हान्नुपर्ने भएकाले ढुंगा हान्नकै लागि चार वटा तल्ला व्यवस्था गरिएको छ। जसका कारण एकै पटक लाखौं मानिसले शैतानलाई ढुंगा हान्न सक्छन्। ढुंगा हानेर छिटो बाहिर निस्कन सकियोस् भनेर धेरै स्थानमा लिफ्टको व्यवस्था गरिएको छ। शैतानलाई सात वटा ढुंगाले अल्लाह (इश्वर) को नाम पुकार्दै (विस्मिल्लाहे अल्लाहु अक्बर भन्दै) हान्नुपर्ने हुन्छ।

ग. शैतानलाई ढुंगा हानिसकेपछि प्रत्येक हजयात्रीले जनावरको कुर्बानी (बली) दिनुपर्ने हुन्छ। कुवानी दिईसकेपछि हरेक हजयात्रीले आफ्नो कपाल मुण्डन गर्नु अनिवार्य छ। महिलाले भने कपालका केही रौं काटेपनि हुन्छ। सो दिनको रात मिनाकै खेमामा बिताउनुपर्छ, अन्यत्र रात बिताउन मिल्दैन। त्यसपछि एहराम फुकाल्दा हुन्छ।

घ. अघिल्लो दिनजस्तै तीर्थालुले अनिवार्य रुपमा मक्काको हरम शरीफस्थित काबा (अल्लाहको घर) को तवाफ (परिक्रमा) गर्नुपर्ने तथा काबासंगैको ऐतिहासिक **अल्** सफा र **अल्** मर्वह नामका दुई पहाडको समेत सात पटक परिक्रमा (سعى) गर्नुपर्ने हुन्छ। यसपछि हजको मुख्य अंश पूरा हुन्छ।

नोट: यदि दस(१०) जिलहिज्जाका दिन तवाफ गर्न नभ्याए बाह्र (१२) जिलहिज्जाका दिन सुर्यास्त हुनुभन्दा अगावै तवाफ गरिसकेको हुनुपर्छ।

तशरीक (११,१२,१३ तारिख)

क. चौथो दिन (११ तारिख) का दिन तीनवटै शैतानलाई सात, सात वटा ढुंगाले हान्नु पर्ने हुन्छ।

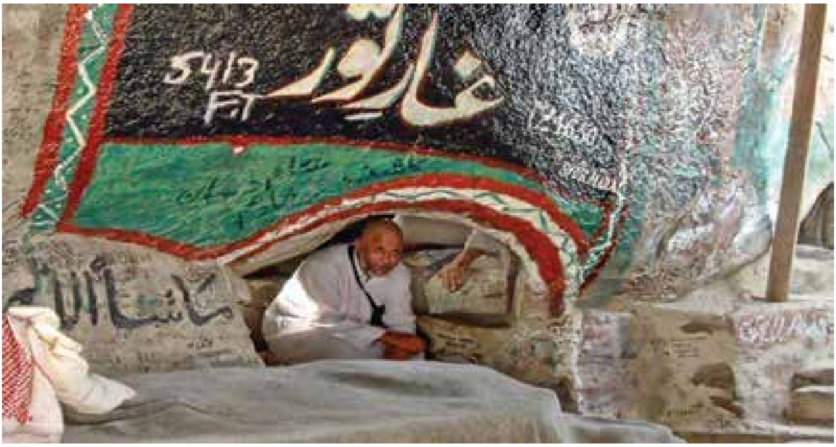
ख. पाचौ दिन **(१२ तारिख)** पनि तीनवटै शैतानलाई सात, सात वटा ढुंगाले हान्नु पर्ने हुन्छ र सुर्यास्त हुनुभन्दा अगावै आआफ्नो डेरा फर्किनुपर्दछ। सो दिन सुर्यास्त हुनुभन्दा अगावै आआफ्नो डेरा फर्किन नसकेको खण्डमा पुनः छैटौ दिन **(१३ तारिख)** तीनवटै शैतानलाई सात, सात वटा ढुंगाले हानेर मात्र फर्किनु पर्दछ नत्र भने दम दिनुपर्ने हुन्छ।

ग. तवाफे वेदा) (طواف وداع) वा बिदाई परिक्रमा: हज सकिएपछि हाजिहरु मक्काबाट आआफ्नो घर फर्किने मनसाय बनाएमा फर्किनुभन्दा अगावै अनिवार्य रुपमा मक्का शरिफको अन्तिम पटक परिक्रमा गर्नुपर्ने हुन्छ । जसलाई तवाफे वेदा भनिन्छ । **तवाफे वेदा नगर्ने हाजिहरुले दम दिनुपर्ने हुन्छ ।**

मक्का शरिफका जियारत (दर्शन) स्थलहरु :

मौलिदुर रसुल सल्लल्लाहु अलैहिवसल्लम (हाम्रो पैगम्बरको जन्मस्थल)
(مولد الرسول صلى الله تعالى عليه وسلم)

माला (المعلاة) :



गारे (गुफा) सौर (غار ثور)

गारे (गुफा) हेरा (غار حراء)

मदिना शरिफः

मक्काको हज समाप्त भएपछि नेपाली हाजीहरु मदिना जाने गर्दछन । मदिना मक्का वाट करीव ४०० किमि टाढा रहेको छ । मक्काबाट मदिना जादा दरूद व सलाम पढ्दै जानुपर्दछ । मदिना पुगेपछि निम्न कार्यहरु गर्नुपर्दछ;

बारगाहे रसुल सल्लल्लाहु अलैहिवसल्लममा हाजिरी (उपस्थिति):

- सर्वप्रथम राम्रो तरिकाले स्नान गर्ने, पाकसाफ लुगा लगाउने तथा ईतर लगाएर अदबका साथ मस्जिदे नबवी शरिफमा प्रवेश गर्ने र त्यहाँ दुई (२) रकात शुक्राना नफिल नमाज पढ्ने।

- नमाज पढेर मसजिदमै रहेको बारगाहे रसुल (मोवाजहा) सल्लल्लाहु अलैहिवसल्लममा हाजिर (उपस्थित) हुने र एका छेउमा उभेर यसरी सलाम पेश गर्ने :

ا لسلام عليك ايها النبي ورحمة الله وبركاته
السلام عليك يارسولَ الله
السلام عليك يا خير خلق الله
السلام يا شفيع المذنبين
السلام عليك وعلى ألك وأصحابك وأمتك اجمعين

- त्यस पछि हजरत अबुबकर सिद्दिक रदिअल्लाहु तआला अन्होलाई यसरी सलाम पेश गर्ने :

ا لسلام عليك يا خليفة رسول الله

- त्यस पछि हजरत उमर फारुक रदिअल्लाहु तआला अन्होलाई यसरी सलाम पेश गर्ने :

ا لسلام عليك يا خليفة رسول الله

- त्यस पछि त्यहीँ उभिएर आफु र आफन्त तथा संसारको कल्याणका लागि मनमा रहेका हरेक दुआ माग्नुपर्दछ किनभने यहाँ मागिएका हरेक दुआ अनिवार्य रुपमा कबुल हुने मान्यता रहेको छ। **(सुब्हानल्लाह)**

मदिना शरिफका जियारत (दर्शन) स्थलहरु :

गुम्बदे खज़्रा (گنبد خضرا)

मोवाजहा शरिफ (مواجهة شريف)

जन्नतुल् बकि (بقيع الغرقد)

जब्ले उहद (शोहदाए उहद) (جبل احد)

मस्जिदे किब्लतैन (مسجد قبلتين)

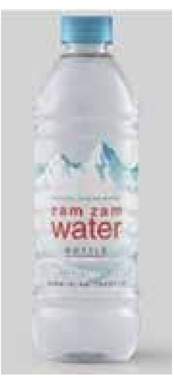
मस्जिदे कुबा (مسجد قبا)

मस्जिदे सब्आ (مساجد سبعة)

मस्जिदे गोमामह (مسجد غمامة)

हजको कोसेली:

हज यात्राबाट खासगरी हाजीहरुले जमजम (पवित्र पानी), खजुर, जानमाज (नमाज पढ्ने विशेष कपडा), तस्वीह (नमाज पढ्दा जप्ने माला) लगायत उपहार बोकेर फर्किने चलन छ। हाजीले उपहारस्वरुप दिएका सामानलाई निकै सम्मानस्वरुप ग्रहण गरिन्छ। त्यसका अलावा हाजीको पन निकै कदर गरिन्छ। हज गरी फर्किएका यात्रुलाई सम्मानस्वरुप हाजी साहेब भनिन्छ।



जमजम पानी

खजुर

तस्वीह

जानमाज

भाग - २

हजलाई व्यवस्थित वनाउन हजयात्रुहरुको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । तसर्थ हजलाई अनुशासित,मर्यादित र व्यवस्थित वनाउन हजयात्रुहरुले निम्नानुसारका नियमहरु पालना गर्नु अनिवार्य हुन्छ।

१. अध्यागमन तथा नागरिक उड्ययन सम्वन्धी नियमहरु:

क. हजयात्रुहरुले आफ्नो राहदानी, भिषा, हवाई टिकट तथा वायुसेवा कम्पनिले उपलव्ध गराएको वोर्डिङ पास सुरक्षित राख्नुपर्नेछ ।जुनसुकै समयमा यस्ता कागजातहरु आधिकारीक व्यक्तिले मागेमा सहजै देखाउन सकिने गरी आफ्नो साथै रहने गरी राख्नुपर्नेछ ।

ख. यात्राको क्रममा प्रतिवन्धित चिजवस्तुहरु जस्तै; हतियार,कैची,व्लेड जस्ता धारिला वस्तुहरु, सलाई/लाईटर, घीउ, तेल जस्ता प्रज्वलनशील पदार्थ,तरल पदार्थ लगायत चिजवस्तुहरु यात्रुहरुले साथमा लैजानु हुदैन।

ग. घिउ, तेल, अचार, माछा/मासु, फलफुल, तरकारी तथा अन्य तयारी खानेकुराहरु साथमा वोक्नुहुदैन ।

घ. यात्रा पश्चात नेपाल फर्कदा के के सामाग्री ल्याउन पाईने हो, सो सम्वन्धमा नेपालको भन्सार नियमका वारेमा हज प्रतिनिधिमण्डलसंग वुझेर मात्र सामग्री खरिद गर्नुहोला । भन्सार नियम अनुसार ल्याउन नपाईने सामानहरु ल्याएमा प्रचलित कानुन अनुसार सामान जफत तथा कार्वाही समेत हुन्छ ।

ङ. विमानस्थल भित्र निषेधित क्षेत्रमा प्रवेश निषेध संकेत गरिएको हुन्छ । उक्त स्थानमा प्रवेश गर्नुहुदैन

च. विमानस्थल भित्र हुने सुरक्षा जांचको क्रममा विशेष संवेदनशील हुनुपर्नेछ। सुरक्षाकर्मीले दिएको निर्देशन पूर्ण रुपमा पालना गर्नुपर्नेछ ।

छ. विमानस्थल र हवाई जहाज भित्र अंग्रेजी वा अन्य भाषामा समेत विभिन्न निर्देशनहरु दिईन्छन तसर्थ सो सम्वन्धमा आफुसाथ रहने हज प्रतिनिधिमण्डले सहजीकरण गरे अनुसार कार्यान्वयन गर्नुपर्नेछ ।

ज. विमानस्थलमा हुने शौचालयमा महिला र पुरुषको संकेत गरिएको हुन्छ । सो संकेत हेरेर मात्र शौचालय प्रयोग गर्नुपर्नेछ ।

झ. विमानस्थल तथा ट्रान्जिटमा रहदा आफ्नो समूह छाड्न हुदैन । हर समय आफ्नो साथी/ समुहको साथमा तोकिएको स्थानमा मात्र वस्नुपर्नेछ ।

ञ. हवाई जहाज कम्पनिले टिकटमा उल्लेख भएअनुसारको तौलको सिमामा रही सामान लैजान र ल्याउन पाईनेछ। आफ्नो सामान तयारी गर्दा नै सोहि अनुसारको तौल सीमा भित्र रहनु पर्दछ।

ट. विमान भित्र प्रवेश गरिसकेपछि बोर्डिङ पासमा उल्लेखित सीट नम्वरमा गई वस्नुपर्दछ। अरु व्यक्तिको सीटमा बस्नुहुदैन।

ठ. उडान कर्मचारीले दिएको सुरक्षा निर्देशन पूर्ण पालना गर्नुपर्दछ।

२. धार्मिक कार्य तथा आवतजावत गर्दा पालना गर्नुपर्ने नियमहरु

क. साउदी अरब सरकारले तोकेको नियमहरु हजप्रतिनिधिमण्डलबाट जानकारी हुनेछ। उक्त नियमहरुको पूर्ण रुपमा पालना गर्नुपर्नेछ।

ख. नेपाल हज समितिबाट जारी गरिएको यात्रु परिचय पत्र अनिवार्य रुपमा आफुसाथ लगाउनु/वोक्नुपर्दछ

ग. हजयात्रा अवधिभर कुनै समस्या भएमा हज प्रतिनिधिमण्डलसँग तत्काल सम्पर्कमा रहनुपर्नेछ। कुनै स्वास्थ्य समस्या भएमा तत्काल चिकित्सक टोलीसँग सम्पर्क गर्नुपर्नेछ। बाटोघाटो तथा स्थानीय बस्तुस्थितिका बारेमा कुनै जिज्ञासा वा अलमल भएमा हज प्रतिनिधिमण्डल वा तोकिएका स्वयंसेवकहरूसँग सम्पर्क गर्नुपर्नेछ।

घ. यात्रा अवधिभर राहदानी, भिषा, मोअल्लिम दस्तुर कागज लगायत आफुसाथ सुरक्षित रुपमा राख्नुपर्नेछ। कुनै आधिकारिक व्यक्तिबाट खोजि भएमा मात्र देखाई पुनः सुरक्षित तवरले राख्नुपर्नेछ।

ङ. हजयात्राको क्रममा मौअल्लिमको व्यवस्था अनुसारका क्रियाकलापहरु सञ्चालन गर्नुपर्नेछ।

ड. हजयात्रुहरुविच मित्रवत व्यवहार गर्नुपर्नेछ। राष्ट्रियता तथा आपसी सद्भावका आंच आउने गरी कुनै पनि अनैतिक, असामाजिक, गैरकानुनी कार्यहरु गर्नुहुदैन।

क. सुरक्षाकर्मीहरुले दिएको निर्देशन पालना गर्नुपर्दछ। सुरक्षाकर्मी, स्वयमसेवक तथा अन्य व्यक्तिहरुसंग अनावश्यक तर्क वितर्क गर्नुहुदैन। प्रतिवन्धित/निशेधित क्षेत्रमा प्रवेश गर्न वा आवतजावत गर्नु हुदैन। शौचालय प्रयोग गर्दा महिला र पुरुषको संकेत राम्रो संग हेरेर मात्र प्रयोग गर्नुपर्दछ। प्रतिवन्धित चीजवस्तुहरु जस्तै हतियार, लागूऔषध, मदिरा तथा सुर्तिजन्य पदार्थहरु साथमा वोक्न वा प्रयोग गर्नु हुदैन। फोटो वा भिडियो खिच्नु भन्दा अगाडी उक्त स्थानमा फोटो खिच्न मिल्छ वा मिल्दैन भन्ने आधिकारिक जानकारी लिएर मात्र खिच्नुपर्दछ।

ख. राजनैतिक विषयमा वहस गर्ने, राजनैतिक दस्तावेज तथा तस्वीरहरु, अश्लील तस्वीर,

भिडियो लगायत साथमा राख्ने वा हेर्ने वा चर्चा गर्ने जस्ता कार्यहरु गर्नुहुदैन ।

ग. आफुसाथ रहेका मालसामान तथा रकम सुरक्षित राख्नुपर्दछ ।

घ. आफुले प्रयोग गरी फोहोरको रुपमा उत्पादन भएका चिजवस्तुहरु फोहोर फाल्नका लागि तोकिएका स्थानमा मात्र फाल्नुपर्दछ ।

ङ. धार्मिक कार्य तथा आवतजावत गर्दा भिडभाड गर्नुहुदैन । आफ्नो कार्य गरिसकेपछि खुल्ला स्थानमा प्रतिनिधिमण्डलले तोकेको स्थानमा जम्मा भई वस्नुपर्नेछ ।

च. जमजमको पानी कति परिमाणमा ल्याउन पाईने हो सो कुरा हजप्रतिनिधिमण्डल संग वुझेर मात्र ल्याउनुपर्नेछ ।

छ. हजयात्रा सम्पन्न भएपश्चात तत्काल स्वदेश फिर्ता हुनुपर्दछ।

३. होटल तथा आवास क्षेत्रमा पालना गर्नुपर्ने नियमहरु

क. होटल तथा आवास क्षेत्रकावारेमा सञ्चालक तथा हज प्रतिनिधिमण्डल मार्फत थाहा पाएका नियमहरु पूर्ण पालना गर्नुपर्नेछ ।

ख. हज प्रतिनिधिमण्डले तोकेको आवास क्षेत्रमा वस्नुपर्दछ । आवास क्षेत्रमा रहदा वा सो वाहिर रहदा कुनै पनि गैरकानुनी कार्यहरु गर्नुहुदैन । कुनै व्यक्तिले त्यस्तो कार्य गरेको वा गर्न लागेको थाहा भएमा तत्काल हज प्रतिनिधिमण्डललाई जानकारी गराउनु पर्दछ ।

ग. हज प्रतिनिधिमण्डललाई जानकारी नगराई आवास क्षेत्र वाहिर जानु हुदैन । कुनै पनि अनधिकृत व्यक्तिहरु संग भेटघाट, कुराकानी गर्नु हुदैन ।

घ. होटलले खाना खाजाका लागि तोकेको समयमा उपस्थित भई खाना खाजा खानुपर्दछ।

ङ. आवास कक्षमा रहेका सरसामानहरु तोडफोड गर्नुहुदैन । भौतिक संरचना प्रयोग गर्ने सम्वन्धमा असहज भएमा सञ्चालक वा प्रतिनिधि मण्डललाई सम्पर्क गरी जानकारी भए अनुसार उपयोग गर्नुपर्दछ ।

४. अन्य :

हजयात्राका क्रममा हज प्रतिनिधिमण्डल, चिकित्सक, स्वयमसेवकको भूमिका सन्तोषजनक नभएमा, एवम् आवास, खाना लगायतका सेवाहरु अपेक्षाकृत नभएमा वा सो सम्वन्धी प्रारम्भिक गुनासो सम्वोधन नभएमा तत्काल नेपाल हज समितिका अध्यक्ष तथा जेद्दास्थित महावाणिज्य दूतावासका सम्पर्क अधिकृतलाई गराउनु पर्नेछ । साथै उक्त विषय हजयात्रा सम्पन्न भएपश्चात नेपाल हज समितिको सचिवालयबाट सञ्चालन गरिने सन्तुष्टि सर्वेक्षण (Satisfaction Survey)/पृष्ठपोषण संकलन (Feedback Collection) का समयमा व्यक्त गर्न सकिनेछ । त्यस्तै गरी यस सम्वन्धमा तथ्यपरक प्रमाण सहित नेपाल हज समितिको

सचिवालय एवम् नेपाल सरकार गृह मन्त्रालयमा समेत गुनासो राख्न सकिनेछ ।

च. हजयात्रुहरुले आफ्नो साथमा राख्नुपर्ने कागजातहरु;

हजयात्रुहरुले निम्नानुसार कागजातहरु यात्रा प्रारम्भ गर्दा देखि यात्रा सम्पन्न नभएसम्म आफुसाथ सुरक्षित राख्नुपर्दछ;

१. राहदानी (Passport)

२. प्रवेशआज्ञा (Visa)

३. हवाई टिकट (Air tickets) तथा वोर्डिङ पास

४. नियमित औषधि सेवन गर्नुपर्ने अवस्थामा यात्रा अवधिभर आवश्यक पर्ने औषधि तथा सो प्रयोग गर्न चिकित्सकले दिएको पूर्जा (Prescription)

५. साउदी अरव सरकारको नियम अनुसार कोभिड १९ वा यस्तै प्रकारको महामारीबाट वच्नका लागि कुनै खोप(Vaccine) लगाईएकोमा सो को प्रमाण

६. नेपाल हज समितिबाट जारी गरिएको हज यात्रु परिचय पत्र

७. नेपाल सरकार तथा साउदी अरव सरकारले तोकेअनुसारका अन्य कागजातहरु

सम्पर्क नं.

१. **नेपाल सरकार गृह मन्त्रालय, सिंहदरवार**

मा. मन्त्रीज्यूको सचिवालय

फोन नं. : ०१–४२०००६५, ४२११२११
ईमेल : ministry@moha.gov.np

सचिवज्यूको सचिवालय

फोन नं. : ०१–४२११२०३ (सचिव)
ईमेल : secretary@moha.gov.np

सुरक्षा समन्वय महाशाखा

फोन नं. : ०१–४२११२०५
ईमेल : security@moha.gov.np

सीमा तथा अध्यागमन शाखा

फोन नं. : ०१–४२११२७६, ४२११२७४
ईमेल : nepalbni@gmail.com

२. **नेपाल सरकार परराष्ट्र मन्त्रालय, सिंहदरवार**

फोन नं. : ०१–४२००१८२
ईमेल : info@mofa.gov.np

३. **नेपाल हज समितिको सचिवालय**

अध्यक्ष : ०१-५३२३८८५
सदस्य सचिव : ०१-५३२३९१९
ईमेल : nepalhaj@gmail.com

४. **नेपाली दूतावास, साउदी अरव**

फोन नं. : +९६६११४६१११०८
ईमेल : info@neksa.org

५. **महावाणिज्य दूतावास, जेद्दा**

फोन नं. : +९६६१२६२२६६६५
ईमेल : cgnjeddah@mofa.gov.np

फोन नम्बरहरू

प्रदेश नं. १

सि.नं.	जिल्ला	कार्यालय	मोबाइल नं.	फ्याक्स नं.
१	ताप्लेजुङ	०२७-४६०११३	९८५२६३७७७७	०२४-४६०२७०
२	पाँचथर	०२४-५२०१३३	९८५२६२७७७७	०२४-५२००८८
३	इलाम	०२७-५२०५५५	९८५२६०७७७७	०२७-५२०१८८
४	संखुवासभा	०२९-५६०१३३	९८५२०९७७७७	०२९-५६०५३३
५	तेह्रथुम	०२६-४६०१३३	९८५२०९७७७७	०२६-४६०१३३
६	धनकुटा	०२६-५२०१३२	९८५२०३७७७७	०२६-५२०१३२
७	भोजपुर	०२९-५२००३३	९८५२०१७७७७	०२९-४२०१३५
८	सोलुखुम्बु	०३७-५२०१३३	९८५२८२७७७७	०३८-५२०२०८
९	ओखलढुंगा	०३७-५२०१३३	९८५२८७७७७७	०३७-५२०१८२
१०	उदयपुर	०३५-४२०१३३	९८५२८१७७७७	०३५-५२०१३३
११	झापा	०२३-४५५१२५	९८५२६१७७७७	०२३-४५५०८८
१२	मोरङ	०२१-५२८५२५	९८५२०५७७७७	०२१-५२५२५१
१३	सुनसरी	०२५-५६१८७९	९८५२०८७७७७	०२५-५६१७८
१४	खोटाङ	०३६-४२०१३३	९८५२८०७७७७	०३६-४२०५५५

प्रदेश नं. २

सि.नं.	जिल्ला	कार्यालय	मोबाइल नं.	फ्याक्स नं.
१	सप्तरी	०३१-५२०१७४	९८५२८५७७७७	०३१-५२०८३२
२	सिराहा	०३३-५२०१२१	९८५२८३७७७७	०३३-५२००९९
३	धनुषा	०४१-५२००७५	९८५४००७७७७	०४१-५२०४५०
४	महोत्तरी	०४४-५२००५५	९८५४०२७७७७	०४४-५२०२००
५	सर्लाही	०४६-५२०१७७	९८५४०७७७७७	०४६-५२०१७४
६	रौतहट	०५५-५२००३३	९८५५०३७७७७	०५५-५२०१३३
७	बारा	०५३-५५०१३३	९८५५००७७७७	०५३-५५००००
८	पर्सा	०५१-५२२११०	९८५५०७७७७७	०५१-५२४०६६

वागमती प्रदेश

सि.नं.	जिल्ला	कार्यालय	मोबाइल नं.	फ्याक्स नं.
१	दोलखा	०४९-४२११३३	९८५४०१७७७७	०४९-४२१०१८
२	रामेछाप	०४८-५४०३३३	९८५४००५७७७७	०४९-४२१०१८
३	सिन्धुली	०४७-५२०५३३	९८५४०६७७७७	०४७-५२०१३३
४	काभ्रेपलाञ्चोक	०११-४९०१२३	९८५१२३७७७७	०११-४९०२२३
५	सिन्धुपाल्चोक	०११-६२०१०६	९८५१२५७७७७	०११-६२००८४
६	रसुवा	०१०-५४०१३३	९८५१२७७७७७७	०१०-५४०१३३
७	नुवाकोट	०१०-५६०३३३	९८५११४७७७७	०१०-५६०२६६
८	धादिङ	०१०-५२०१३३	९८५१२४७७७७	०१०-५२०२७७
९	चितवन	०५६-५२१९४४	९८५५०१७७७७	०५६-५२०७४७
१०	मकवानपुर	०५७-५२०४९५	९८५५०२७७७७	०५७-५२३८२२
११	भक्तपुर	०१-६६१४४३७	९८५१२१७७७७	०१-६६१४६०७
१२	ललितपुर	०१-५५५५४७५	९८५१२२७७७७	०१-५५२३०५१
१३	काठमाडौं	०१-४२६२४७९	९८५१२०७७७७	०१-४२६२८२८

गण्डकी प्रदेश

सि.नं.	जिल्ला	कार्यालय	मोबाइल नं.	फ्याक्स नं.
१	गोरखा	०६४-४२०१३३	९८५६०५७७७७	०६४-४२०१८९
२	लमजुङ	०६६-५२०१३३	९८५६०१७७७७	०६६-५२०१३४
३	तनहुँ	०६५-५६०१३३	९८५६०६७७७७	०६५-५६०१०७
४	मनाङ	०६६-४४०१३३	९८५६०३७७७७	०६६-४४०१३९
५	कास्की	०६१-४६३०७६	९८५६००७७७७	०६१-४६१९६२
६	स्याङ्जा	०६३-४२०१३३	९८५६०४७७७७	०६३-४२०२११
७	मुस्ताङ	०६९-४४००३३	९८५७६३७७७७	०६९-४४०१८८
८	म्याग्दी	०६९-५२०३४३	९८५७६२७७७७	०६९-५२०१३३
९	पर्वत	०६७-४२०१३३	९८५७६१७७७७	०६७-४२०३०३
१०	बाग्लुङ	०६९-५२०३२२	९८५७६०७७७७	०६९-५२०१३३
११	नवलपरासी (बर्दघाट पूर्व)		९८५७०८७७७७	

लुम्बिनी प्रदेश

सि.नं.	जिल्ला	कार्यालय	मोबाइल नं.	फ्याक्स नं.
१	पाल्पा	०७५-५२०१२३	९८५७०५७७७७	०७५-५२०१६९
२	रुपन्देही	०७१-५२०१५९	९८५७०७७७७७	०७१-५२०१५८
३	गुल्मी	०७९-५२०१३३	९८५७०१७७७७	०७९-५२०२४८
४	अर्घाखाँची	०७७-४२०१३३	९८५७००७७७७	०७७-४२०२०९
५	कपिलवस्तु	०७६-५६०१५९	९८५७०३७७७७	०७६-५६००५१
६	पूर्वी रुकुम		९८५१०९२२२५	
७	रोल्पा	०८६-४४०१३३	९८५७८२७७७७	०८६-४४०१३३
८	प्यूठान	०८६-४२००३३	९८५७८१७७७७	०८६-४२०२९९
९	दाङ	०८२-५६०१३३	९८५७८०७७७७	०८२-५६०४६६
१०	बाँके	०८१-५२०१८८	९८५७०२७७७७	०८१-५२०६७६
११	नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पश्चिम)	०७८-५२०१३३	९८५७०४७७७७	०७८-५२०९१२
१२	बर्दिया	०८४-४२०१३३	९८५८०३७७७७	०८४-५२०२४५

कर्णाली प्रदेश

सि.नं.	जिल्ला	कार्यालय	मोबाइल नं.	फ्याक्स नं.
१	सल्यान	०८८-५२०१३३	९८५७८४७७७७	०८८-५२००७१
२	डोल्पा	०८७-५५००३३	९८५८३०७७७७	०८७-५५०१३३
३	मुगु	०८७-४६०२००	९८५८३४७७७७	०८७-४६००२९
४	हुम्ला	०८७-६८००३३	९८५८३१७७७७	०८७-६८००३४
५	जुम्ला	०८७-५२००१२	९८५८३२७७७७	०८७-५२०१८०
६	कालिकोट	०८७-४४०११२	९८५८३३७७७७	०८७-४४०१६२
७	जाजरकोट	०८९-४३०१३०	९८५८०४७७७७	०८९-४३०१३०
८	दैलेख	०८९-४२०११२	९८५८०१७७७७	०८९-४२०११२
९	रुकुम पश्चिम	०८८-५३००४०	९८५७८३७७७७	०८८-५३००९०
१०	सुर्खेत	०८३-५२०१२३	९८५८००७७७७	०८९-५२०३११

सुदुरपश्चिम प्रदेश

सि.नं.	जिल्ला	कार्यालय	मोबाइल नं.	फ्याक्स नं.
१	बाजुरा	०९७-५४११२५	९८५८४४७७७७	०९७-५४११५१
२	बझाङ	०९२-४२१०१३	९८५८४१७७७७	०९२-४२१०२५
३	अछाम	०९७-६२०१३७	९८५८४०७७७७	०९७-६२०१३३
४	डोटी	०९४-४२०१३३	९८५९४३७७७७	०९४-४११२११
५	कैलाली	०९१-५२१३०१	९८५८४२७७७७	०९१-५२२४४६
६	दार्चुला	०९३-४२०१३३	९८५८७२७७७७	०९३-४२००१४
७	बैतडी	०९५-५२०१३३	९८५८७०७७७७	०९५-५२०५३५
८	डडेलधुरा	०९६-४२०१३३	९८५८७१७७७७	०९६-४२०१५३
९	कञ्चनपुर	०९९-५२११०९	९८५३७३७७७७	०९९-५२४९९०

नेपालको नक्सा

نیپال کا نقشہ

यात्रा अनुभुती तथा टिपोटहरू

यात्रा अनुभुती तथा टिपोटहरू