

एकाइ: तीन

नेपालको भूगोल

३.१ भौगोलिक अवस्था, धरातलीय स्वरूप, किसिम र विशेषता

भौगोलिक अवस्था

- ➔ विश्व मानचित्रमा नेपाल एसिया महादेशको दक्षिण भागमा अवस्थित छ । नेपालले विश्वको ०.०३ प्रतिशत, एसिया महादेशको ०.३ प्रतिशत र दक्षिण एसिया (सार्क) को २.८२ प्रतिशत भूभाग ओगटेको छ । क्षेत्रफलको हिसाबले नेपाल विश्वको ९३ औं ठूलो देश हो ।
- ➔ अक्षांश (Latitude): $२६^{\circ}२२'$ उत्तर देखि $३०^{\circ}२७'$ उत्तर (पूर्ण रुपमा उत्तरमा)
- ➔ देशान्तर (Longitude): $८०^{\circ}४'$ पूर्व देखि $८८^{\circ}१२'$ पूर्व (पूर्ण रुपमा पश्चिमी गोलार्धमा पर्ने)
- ➔ नेपालको क्षेत्रफल:
 - ✖ १,४७,१८१ वर्ग किलोमिटर (५६,८२७ वर्ग माइल)
 - ✖ सुगौली सन्धि अगाडि: २०४९१७ वर्ग किलोमिटर (सन् १८१६ मार्च ३ अघि)
- ➔ वि.सं. २०७७ जेठ ७ मा सार्वजनिक भएको कालापानी, लिपुलेक र लिम्पियाधुरा समेटेर नयाँ नक्सा सार्वजनिक भएपछि बढेको नयाँ क्षेत्रफल: १,४७,५१६ वर्ग किलोमिटर
- ➔ वि.सं. २०७७ जेठ ७ मा सार्वजनिक भएको कालापानी, लिपुलेक र लिम्पियाधुरा समेटेर नयाँ नक्सा सार्वजनिक भएपछि बढेको क्षेत्रफल: ३३५ किलोमिटर
- ➔ नेपालको पूर्व पश्चिम औषत लम्बाइ: ८८५ किलोमिटर
- ➔ नेपालको उत्तर दक्षिण औषत चौडाइ: १९३ किलोमिटर
- ➔ नेपालका पूर्वी, पश्चिमी, उत्तरी र दक्षिणी विन्दुहरू:
 - ✖ पूर्वी: ओलाङचुङगोला, ताप्लेजुङ ($८८^{\circ}१२'$)
 - ✖ पश्चिमी: दोधारा, कञ्चनपुर ($८०^{\circ}४'$)
 - ✖ उत्तरी: च्याङला भञ्ज्याङ, हुम्ला ($३०^{\circ}२७'$)
 - ✖ दक्षिणी: लोदावरी, भापा ($२६^{\circ}२२'$)
- ➔ नेपालको सीमाना:
 - ✖ पूर्व: सिक्किम र पश्चिम बंगाल (भारत)
 - ✖ पश्चिम: उत्तराखण्ड राज्य (भारत)
 - ✖ उत्तर: तिब्बत (चीन)
 - ✖ दक्षिण: उत्तर प्रदेश (भारत) र विहार

नोट: भारतको सिक्किम राज्यले नेपाल र भुटानलाई अलग गर्दछ भने पश्चिम बंगालले नेपाल र बंगलादेशलाई अलग गर्दछ। जसलाई Chicken's Neck पनि भनिन्छ।

नेपालको प्रमाणिक समय

- ➔ नेपालको प्रमाणिक समय रोल्वालिङ हिमश्रृङ्खलामा पर्ने गौरीशंकर हिमाललाई काटेर जाने ८६°१५' पूर्वी देशान्तर रेखाको आधारमा निर्धारण गरिएको छ । जुन Greenwich Mean Time (GMT) भन्दा ५ घण्टा ४५ मिनेट छिटो छ ।
- ➔ वि.सं. २०४२ वैशाख १ बाट प्रमाणिक समय निर्धारण गरी लागू गरिएको छ ।

नेपालको नयाँ नक्सा सार्वजनिक

- ➔ नेपाल सरकार मन्त्रीपरिषद्को निर्णय: वि.सं. २०७७ जेठ ५ र सार्वजनिक : वि.सं. २०७७ जेठ ७
- ➔ नेपालको संघीय संसदबाट अनुमोदन: २०७७ जेठ ३१
- ➔ राष्ट्रपतिबाट प्रमाणीकरण: वि.सं. २०७७ असार ४

नोट: नेपालको संविधानको अनुसूची ३ मा रहेको निशाना छापमा रहेको नक्सा संशोधन भएको ।

नेपालको अग्लो भूभाग: विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथा

- ➔ सगरमाथाको उचाइ: ८,८४८.८६ मिटर
- ➔ वि.सं. २०७७ मंसिर २३ अर्थात २०२० डिसेम्बर ८ मा नेपाल र चीनले संयुक्त रूपमा नयाँ उचाइ सार्वजनिक

नोट: सगरमाथाको नामाकरण गर्ने व्यक्ति इतिहास शिरोमणी बाबुराम आचार्य हुन् । यस अघि १५ औँ चुली पनि भनिन्थ्यो । British Surveyor General of India का Sir George Everest को नामबाट सन् १८६५ मा Andrew Waugh ले Mt. Everest नामाकरण गरेका हुन् । चिनियाँ भाषामा सगरमाथालाई Zhumulangma र तिब्बती भाषामा Chomolunma भनिन्छ ।

नेपालको सबैभन्दा होचो भूभाग: मुसहरनिया

- ➔ धनुषा जिल्लाको मुसहरनिया, जुन समुद्री सतहभन्दा ५९ मिटर होचो छ ।
- ➔ वि.सं. २०५८ मंसिर ३ मा यसलाई मान्यता दिइएको हो भने यसअघि सबैभन्दा होचो भूभाग भापाको केचनाकलनलाई थियो ।

नेपालमा भएका केही विश्वस्तरीय रेकर्डहरू/तथ्यांकहरू

- ➔ विश्वको सर्वाधिक गहिरो गल्छी: म्याग्दीको दाना भन्ने स्थानमा रहेको कालीगण्डकी नदीले बनाएको 'अन्ध गल्छी' । अन्नपूर्ण र धौलागिरी हिमालको बीचमा पर्ने ६९६७ मिटर गहिरो रहेको
- ➔ विश्वको गहिरो उपत्यका: संखुवासभा जिल्लामा पर्ने अरुण उपत्यका
- ➔ विश्वको अग्लो स्थानमा रहेको प्रयोगशाला: सोलुखुम्बु जिल्लामा अवस्थित ५०५० मिटर उचाइमा रहेको लोवुचेमा रहेको The Pyramid International Laboratory and Observatory High Altitude Scientific Research Center.

३.२ प्राकृतिक स्रोतहरू, किसिम, उपलब्धता र उपयोग

नेपालका प्राकृतिक स्रोत तथा साधनहरू

नदीनाला

- नेपालमा साना ठूला गरी ६००० भन्दा बढी नदीनालाहरू रहेका
- करिब १०० नदीहरूको लम्बाइ १६० किलोमिटर भन्दा धेरै रहेको
- करिब १००० नदीहरू ११ किलोमिटर भन्दा लामा रहेका

उद्गमस्थलका आधारमा नेपालका नदीहरू

- उद्गमस्थलका आधारमा नेपालका नदीहरूलाई पहिलो, दोस्रो र तेस्रोस्तरका नदीहरू गरी ३ भागमा विभाजन गर्ने गरिएको

पहिलोस्तरका नदीहरू	<ul style="list-style-type: none"> ✘ हिमालयमा उद्गम भएका ✘ विद्युत उत्पादनका दृष्टिले महत्वपूर्ण मानिने उदाहरण: सप्तकोशी, सप्तगण्डकी, सप्तकर्णाली, महाकाली
दोस्रोस्तरका नदीहरू	<ul style="list-style-type: none"> ✘ महाभारतमा उत्पत्ति भएका ✘ सिचाईको लागि महत्वपूर्ण मानिने उदाहरण: मेची, कन्काइ, कमला, बागमती, राप्ती, तिनाउ, बबइ आदि
तेस्रोस्तरका नदीहरू	<ul style="list-style-type: none"> ✘ चुरे पहाडबाट उत्पत्ति हुने ✘ कृषिका लागि उपयोगी उदाहरण: बक्राहा, मनुस्मारा, हर्दिनाथ, तिलावे आदि

नेपालका मुख्य नदीहरू

- नदीको प्रवाह वा सिञ्चित गरेको क्षेत्रका आधारमा नेपाललाई कोशी प्रदेश, गण्डकी प्रदेश र कर्णाली प्रदेश गरी ३ भागमा विभाजन गर्ने गरिएको

कोशी	<ul style="list-style-type: none"> ✘ क्षेत्र: पूर्वमा कञ्चनजंघा-पश्चिममा लामटाङ ✘ लम्बाइ: ७२० किलोमिटर ✘ जलप्रवाह: १५६४ m³/sec ✘ विद्युत उत्पादन: २२००० MW ✘ विशेषता: सबैभन्दा ठूलो नदी
गण्डकी	<ul style="list-style-type: none"> ✘ क्षेत्र: पूर्वमा लामटाङ-पश्चिममा धौलागिरी ✘ लम्बाइ: ३३८ किलोमिटर ✘ जलप्रवाह: १७१३ m³/sec ✘ विद्युत उत्पादन: २१००० MW ✘ विशेषता: सबैभन्दा गहिरो नदी
कर्णाली	<ul style="list-style-type: none"> ✘ क्षेत्र: पूर्वमा धौलागिरी-पश्चिममा व्यास हिमाल ✘ लम्बाइ: ५०७ किलोमिटर ✘ जलप्रवाह: १३१६ m³/sec

	✖ विद्युत उत्पादन: ३२००० MW
	✖ विशेषता: सबैभन्दा लामो/फराकिलो नदी

प्रमुख नदीका सहायक नदी, उद्गमस्थल र धार्मिक/पौराणिक नाम

सप्तकोशी

क्र.सं.	सहायक नदी (पूर्व-पश्चिम)	उद्गमस्थल	धार्मिक/पौराणिक नाम
१.	तमोर	तिब्बत	दुःखधी
२.	अरुण (सबैभन्दा ठूलो)	तिब्बत	महाप्रभा
३.	दुधकोशी	दुधकुण्ड (सोलुखुम्बु)	भद्रावती
४.	लिखु (सबैभन्दा सानो)	रोल्वालिङ	हेमगंगा
५.	तामाकोशी	तिब्बत	नारायणी श्रवा
६.	सुनकोशी	तिब्बत	शुभश्रवा
७.	इन्द्रावती	जुगल हिमाल (भैरव टाकुरा)	सत्यवाहिनी

सप्तगण्डकी

क्र.सं.	सहायक नदी (पूर्व-पश्चिम)	उद्गमस्थल	धार्मिक/पौराणिक नाम
१.	त्रिशुली	तिब्बत	धर्मधारा
२.	बुढीगण्डकी	गणेश हिमाल	यशोधरा
३.	दरौदी (सबैभन्दा सानो)	बुद्ध हिमाल	विश्वधारा
४.	मर्स्याङ्दी	दामोदर हिमाल	शितप्रभा
५.	मादी	अन्नपूर्ण हिमाल	माण्डवी (कौमारीस्वरूपा)
६.	सेतीगण्डकी	अन्नपूर्ण हिमाल	सुवर्णसरिता
७.	कालीगण्डकी (सबैभन्दा ठूलो)	मुस्ताङ लेक	कृष्णगण्डकी

सप्तकर्णाली

क्र.सं.	सहायक नदी (पूर्व-पश्चिम)	उद्गमस्थल	धार्मिक/पौराणिक नाम
१.	सानो भेरी	धौलागिरी हिमाल	उत्तरगंगा
२.	ठूलो भेरी	मुकुट हिमाल	कर्णाली नदीलाई पञ्चेश्वर भनेर चिनिने
३.	मुगु कर्णाली	लङ्गाख हिमाल	
४.	तिला (सबैभन्दा सानो)	जुम्ला लेक	
५.	हुम्ला कर्णाली (सबैभन्दा ठूलो)	तिब्बत	
६.	बुढीगंगा	जगदुल्ला ताल	
७.	सेती	सैपाल हिमाल	

नदी सम्बन्धी विविध जानकारी

- ➡ उत्तरगंगा नदी: सानो भेरी
- ➡ उत्तरवाहिनी नदी: कर्मनाशा (दक्षिणबाट उत्तरतर्फ बग्ने नेपालको एक मात्र नदी)
- ➡ शालिग्राम पाइने एक मात्र नदी: कालीगण्डकी

- एउटै नामले दुईतिर बग्ने नदी: राप्ती (चितवन र दाङ)
- विश्वको सर्वोच्च स्थानबाट बग्ने नदी: अरुण (तिब्बती भाषामा फुङ्चु)
- भोट/तिब्बतमा मूल भएका नदी: अरुण, तमोर, सुनकोशी, तामाकोशी, त्रिशुली र कर्णाली
- चीनको हवाङ-हो नदी पछि सबैभन्दा धेरै बालुवा बोक्ने नदी/बिहारको दुःख: कोशी नदी
- तीन तिरबाट नदीले सीमाना छुट्याएको जिल्ला: ओखलढुङ्गा
- करिब ९० प्रतिशत भन्दा धेरै भाग नदीले सीमाना छुट्याएको जिल्ला: कैलाली
- छोटो नदीहरू भएको जिल्ला: दाङ

नेपालका नदीहरू भारतमा पुगेपछिको नाम

क्र.सं.	नेपाली नाम	भारतीय नाम	क्र.सं.	नेपाली नाम	भारतीय नाम
१.	कोशी	दामोदर	२.	कर्णाली	घाँघरा
३.	कन्काइ	विरिङ	४.	महाकाली	शारदा
५.	मेची	महानन्दा	६.	बबई	सरयु

नेपालका नदी किनारमा अवस्थित शहरहरू

क्र.सं.	शहरको नाम	नदी	क्र.सं.	शहरको नाम	नदी
१.	विदुर	त्रिशुली	२.	घोराही, गुलरिया	बबई
३.	भरतपुर	नारायणी	४.	जोमसोम, वेनी	कालीगण्डकी
५.	हेटौँडा	राप्ती	६.	महेन्द्रनगर	महाकाली
७.	पोखरा	सेतीगण्डकी	८.	जुम्ला	तिला
९.	दमौली	सेती/मादी	१०.	दिपायल	सेती
११.	चामे, बैँशीशहर	मर्स्याङ्दी	१२.	काँकडभित्ता	मेची
१३.	कुस्मा	मादी	१४.	मन्थली	तामाकोशी
१५.	बुटवल	तिनाउ	१६.	सिमिकोट	हुम्ला कर्णाली
१७.	सिन्धुलीमाडी	कमलामाई	१८.	गाइघाट	त्रियुगा
१९.	मान्मा	जुम्ला कर्णाली			

नेपालमा पाइने वन

नेपालको भूधरातल तथा वनजङ्गलको विविधताको आधारमा नेपालको वनस्पति जगतलाई निम्नलिखित पाँच समूहमा वर्गीकरण गर्न सकिन्छ :

क्र.सं.	वनको किसिम	स्वरूप/विशेषता
१.	उष्णप्रदेशीय सदाबहार जङ्गल (Sub Tropical Evergreen Forest)	<ul style="list-style-type: none">तराई, भाबर, दुन, चुरे पर्वतको १,२०० मिटरसम्मको उचाइमा पाइने वनगर्मी र वर्षा यथेष्ट मात्रामा हुनेरूखहरू अग्ला, मोटा, बलिया र सँधै हरिया हुनेपूर्वदेखि पश्चिमसम्म समानान्तर रूपमा रहेको यो जङ्गल पहिले चार कोशसम्म फैलिएकाले यसलाई चारकोशे भाडी पनि भनिनेयहाँ साल, सिसौ, खयर, सिमल आदि प्रमुख वनस्पतिका साथै हात्ती, गैँडा, बाघ, भालु, मृग आदि वन्यजन्तु पाइने

		<ul style="list-style-type: none"> आर्थिक तथा जैविक दृष्टिले निकै महत्वपूर्ण मानिने
२.	समशीतोष्ण पतझर जङ्गल (Temperate Deciduous Forest)	<ul style="list-style-type: none"> चुरे पहाडको माथिल्लो भाग, मध्यभाग र महाभारत पर्वतको तल्लो भागको १,२०० मिटरदेखि २,१०० मिटरसम्मको उचाइमा अवस्थित हिउँदको समयमा यहाँका रूखका पातहरू झर्दछन् । यहाँका वनस्पतिहरू अग्ला र मोटा हुन्छन् कडा र नरम जातका सदाबहार, पतझर र कोणधारी रूखमध्ये साल, सल्ला, देवदारु, चाँप, कटुस, ओखर, गुराँस, पिपल, चिलाउने, वर, बाँस, सिमल, उत्तिस, पलाँस, लाकुरी, चाँप पाइने हरिण, मृग, घोरल जस्ता जनावरहरूका साथै डाँफे, मुनाल, च्याखुरा जस्ता चराचुरुङ्गी पाइने
३.	समशीतोष्ण सदाबहार कोणधारी जङ्गल (Coniferous Forest)	<ul style="list-style-type: none"> महाभारत पर्वतको माथिल्लो भाग तथा हिमाली पर्वतको तल्लो भागमा २,१०१ मिटरदेखि ३,३५० मिटरसम्मको उचाइमा पाइने यहाँ वर्षैभरी चिसो हुने र हिमपात भइरहने यहाँका रूख र रूखका पातहरू कोणजस्तै चुच्चो परेका हुने यहाँ मभौला नरम जातका रूख पाइने चाँप, सल्ला, देवदारु, कटुस, धुपी, सिमल, चिलाउने, बेतबाँस, उत्तिस, बाँस, गुराँस, भोजपत्र आदि पाइने हरिण, घोरल, मृग जस्ता जनावरका साथै डाँफे, मुनाल लगायतका चराचुरुङ्गीहरू पाइने
४.	लेकाली वनस्पति वा घाँसे मैदान (Alpine Forest)	<ul style="list-style-type: none"> नेपालमा ३,३५१ मिटरदेखि ५,००० मिटरसम्मको उचाइमा कम तापक्रम र कम वर्षा हुने पहाडी तथा तल्लो हिमाली क्षेत्रमा पाइने वनस्पति यो उचाइमा चिसो र शुष्क जलवायु पाइने हुँदा मोटा र कडा खालका रूखहरू सप्रिँदैनन् कम उचाइमा गुराँस, निगालो र केही भाडीजस्ता रूखहरू ३,६०० मिटरसम्मको उचाइमा पाइन्छन् भने त्यो भन्दा माथि घाँसका टुला टुला फाँटहरू पाइने माथिल्लो भागमा रङ्गीबिरङ्गी बुकीफूल तथा जडिबुटीहरू पाइने
५.	शीत मरुभूमिको वनस्पति/टुण्ड्रा वनस्पति (Tundra Vegetation)	<ul style="list-style-type: none"> नेपालमा ५,००० मिटरको उचाइभन्दा माथि हिँड पर्ने हुँदा यहाँ वनस्पतिहरू उम्रिन नसक्ने भएकाले हिउँ नअडिने भिरालो ठाउँमा काई र लेउमात्र पाइन्छन् उम्रिन र हुर्कन नसक्ने यस्तो ठाउँमा उम्रेका लेउ र भ्याउलाई टुण्ड्रा वनस्पति वा शीत मरुभूमिको वनस्पति भनिन्छ एक प्रकारले यो क्षेत्रलाई वनस्पतिविहीन क्षेत्र पनि भनिन्छ

माटो

नेपालमा उपलब्ध माटोका प्रकार

क्र.सं.	माटोको किसिम	स्वरूप/विशेषता
१.	पाँगो माटो	<ul style="list-style-type: none"> तराई प्रदेश र बैसीमा पाइने माटो नदीले थुपारेको माटो र बालुवामा कुहिएको भारपात मिली बनेको यो माटोमा बालुवा र चिम्टे माटोको मात्रा लगभग बराबर हुन्छ चुन, फस्फोरस र पोटास आदि खनिज तत्वको मिश्रण हुने कृषि कार्यका लागि उत्तम माटो धान, मकै, सनपाट, उखु, सुर्ती, तेलहन जस्ता बालीका लागि राम्रो हुने
२.	बलौटे पत्थरिलो माटो	<ul style="list-style-type: none"> भावर प्रदेश, भित्री मधेस र चुरे पहाडमा पाइने माटो नदीद्वारा जम्मा भएका बालुवा, कङ्कड, पत्थरजस्ता खुकुला खस्रा पदार्थ मिली बनेको हुन्छ मलिलो माटोको अनुपात र जैविक पदार्थ कम हुने यो माटोमा सिचाई गर्न कठिन हुन्छ जसका कारण कृषि कार्यका लागि उपयुक्त नहुने साल, सिसौ जस्ता आर्थिक रुपले महत्वपूर्ण मानिने रूखहरू भने सप्रिने हुँदा अधिकांश भाग जंगलले ढाकिएको हुन्छ
३.	रातो फुस्रो माटो	<ul style="list-style-type: none"> महाभारतका ठाडा भिरहरू टुक्रिएर चट्टानमा सडेका भारपात मिलेर बनेको माटो माटोको जैविक पदार्थ र ओजनीकृत फलामको मात्रा कम हुने हुँदा माटोको रङ रातो, फुस्रो वा पहेंलो हुने चून, नाइट्रोजन र फस्फोरसजस्ता खनिज तत्व कम हुने हुँदा फलफूल, चिया, आलु, मकै, कोदाको खेती गर्न उपयोगी मानिने
४.	तलैया माटो	<ul style="list-style-type: none"> उपत्यकाका ताल सुकेर बनेको माटो यहाँ प्रशस्त सडेका भारपात मिलेको हुँदा माटोको रङ कालो हुने माटोको गहिराइ बढी हुनुका साथै जैविक पदार्थ पनि प्रशस्त हुने हुँदा तलैया माटो कृषिका लागि सर्वोत्तम मानिने धान, गहुँ, सागपात राम्ररी सप्रिने कम वर्षामा पनि खेती गर्न सकिने काठमाडौँ उपत्यकामा यस्तै माटो पाइन्छ
५.	हिमाली माटो	<ul style="list-style-type: none"> हिमनदीले थुपारेको माटो, बालुवा, कङ्कड, पत्थर आदि मिलेर बनेको माटो खासगरी नेपालको भित्री र उच्च हिमाली क्षेत्रको फेदीमा पाइने हावापानी ठण्डा र शुष्क हुने तथा माटोको गहिराइ एवम् जैविक पदार्थ कम हुने हुँदा उर्वराशक्ति न्यून हुने मकै, जौ, आलु, फापरजस्ता बाली लगाइने

खनिज

पृथ्वीभित्र प्राकृतिक रूपमा रहेको रासायनिक तथा भौतिक पदार्थहरूलाई खनिज भनिन्छ । नेपाल प्राकृतिक स्रोत साधनले सम्पन्न मुलुक हो । नेपालमा खनिजको उत्खननका लागि गरिएको प्रयासको इतिहास त्यति लामो छैन । खनिज पदार्थको उत्खननलाई अभ्य प्रभावकारी बनाउन २०२४ मा भौगर्भिक विभाग स्थापना गरियो । यद्यपि नेपालमा रहेको खनिज पदार्थलाई उपयोग गर्न सकिएको छैन । नेपालमा सबैभन्दा धेरै उत्खनन गरिएको खनिज चुनढुंगा हो ।

नेपालमा खनिज साधनका सम्भाव्य क्षेत्र

क्र.सं.	उपलब्ध	खनिज खनिज पाइने स्थानहरू
१.	फलाम	फूलचोकी, ठोसे, चितवन, कुलेखानी, भैँसे, प्युठान, बभाङ, डोटी, फर्पिङ
२.	तामा	तामाखानी, सीसाखानी, कुलेखानी, बुद्धखोला, वाप्सा, बाह्रबिसे, मार्फा, बन्दीपुर, ओखलढुङ्गा, इलामडाँडा, म्याग्दी
३.	अभ्रख	भोजपुर, डोटी, चैनपुर, सिन्धुलीगढी, ज्यामिरे, निबुवा गाँउ, रसुवा, बभाङ, लमजुङ, गोसाइकुण्ड, सुन्दरीजल
४.	सिसा	गणेश हिमाल, फूलचोकी, मकवानपुर, बाग्लुङ, मार्फा, गल्कोट, तिप्लीङ, बैतडी
५.	जस्ता	गणेश हिमाल, फूलचोकी, माजेर खोला, नाम्पा
६.	गन्धक	चिसापानी गढी, गोसाइकुण्ड, बराहक्षेत्र
७.	खरी	सिन्धुपाल्चोक, खोटाङ, भोजपुर
८.	स्लेट	बन्दीपुर, बागमती, लुम्बिनी, गण्डकी, जनकपुर
९.	मार्बल	गोदावरी, महाभारत पर्वत शृङ्खला
१०.	गेरु	सिन्धुपाल्चोक, चौतारा
११.	कोइला	दाङ, सल्यान, चौतारा, चितवन, मकवानपुर, काठमाडौँ उपत्यका
१२.	पेट्रोलियम	कोइलाबास, नेपालगञ्ज, धनगढी, मुक्तिनाथ, दैलेख, प्युठान, दाङ र तराई, चुरे पहाड, महाभारत
१३.	ग्याँस	तराईको विस्तृत भूभाग, मुस्ताङ क्षेत्र र काठमाडौँ उपत्यका
१४.	सुन	सुनकोसी, बुढीगण्डकी, रिउ खोला, कालीगण्डकीको बगर, बेरिङ, कोसी नदी
१५.	चाँदी	चिसापानी गढी, बाग्लुङ, फूलचोकी
१६.	कोवाल्ड	पाल्पा, गुल्मी, अर्घाखाँची, धनकुटा
१७.	सोडा	सल्यान, डोटी
१८.	वीरेनून सिधेनून	रसुवा स्याफुबैँसी
१९.	निओवेरस र अन्य पत्थर (दुर्लभ धातु)	गोरखा, डडेल्धुरा, जाजरकोट
२०.	निकेल	खोकलिङ, नाम्पा, टुङथाङ, भोल
२१.	म्याग्नेसाइट	दोलखाको खरिढुङ्गा, उदयपुरको कम्युघाट, मुस्ताङको नूनखानी

नेपालका प्रमुख तालहरू

१. रारा ताल

- नेपालको सबैभन्दा ठूलो ताल
- समुद्र सतहदेखि २९९० मिटर उचाइमा कर्णाली प्रदेशको मुगु जिल्लामा अवस्थित
- काञ्जिरोवा हिमालको छायाँ देखिने

२. शे-फोक्सुण्डो ताल

- नेपालको सबैभन्दा गहिरो ताल
- समुद्र सतहदेखि ३६१३ मिटर उचाइमा डोल्पा जिल्लामा अवस्थित
- 'Y' आकारको, जीवहरू नपाइने भएकाले निर्जिव ताल पनि भनिने
- सर्वाधिक उचाइमा रहेको सुलिगढ भरनाको उद्गम रहेको (तालको विकास स्वरूप बनेको)
- Rigmo ताल पनि भनिने रिग्म
- काञ्जिरोवा हिमालको दक्षिण फेद तथा कागमारा लेकको काखमा अवस्थित

३. तिलिचो ताल

- विश्वको सबैभन्दा उच्च स्थानमा रहेको
- समुद्र सतहदेखि ४९१९ मिटरको उचाइमा गण्डकी प्रदेशका मनाङ जिल्लामा अवस्थित
- फाक्चे हिमालको काखमा रहेको

४. फेवा ताल

- गण्डकी प्रदेशको कास्की जिल्लाको पोखरमा अवस्थित
- यस ताललाई वाराही ताल र वैदाम ताल पनि भनिने
- माछापुच्छ्रे हिमालको छायाँ देखिने भएकाले मनमोहक रहेको
- हर्पन खोला र मासी खोला मिसिएका

५. गोसाइकुण्ड

- समुद्र सतहदेखि ४३८० मिटरको उचाइमा रसुवा जिल्लामा अवस्थित रहेको
- जेठ महिनामा दशहरा मेला र भाद्र महिनामा जनैपूर्णिमाका दिन मेला लाग्ने
- नेवारी समुदायले शिलुतीर्थको रुपमा समेत पूजा गर्ने

६. बीसहजारी ताल

- चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जको मध्यवर्ती क्षेत्रमा पूर्व-पश्चिम हाई-वे बाट करिब २० हजार फिटको दूरीमा
- सिमसार क्षेत्रले ३,२०० हेक्टर
- सिमसार क्षेत्रमा समावेश : सन् २००३ अगस्ट १३
- मध्य तराईको संरक्षित क्षेत्र हो जुन महाभारत पर्वत र चुरे पर्वत पालाको बीचमा पछ

७. इन्द्र सरोवर

- यो ताल मकवानपुर जिल्लामा पर्दछ।
- यस तालको क्षेत्रफल ७ वर्ग कि.मि. (नेपालको सबैभन्दा ठूलो मानव निर्मित जलाशय) रहेको छ।

८. रूपा ताल

- कास्की जिल्ला पोखराको पूर्व उत्तरी भागमा पचभैया पर्वतको फेदमा रहेको
- समुद्री सतहबाट ७०१ मिटरको उचाइमा अवस्थित ४.५ मिटर गहिराइ
- १२० हेक्टर क्षेत्रफलमा फैलिएको

९. बेगनास ताल

- रूपातालसँगै पचभैया डाँडाको अर्को पाखामा बेगनास ताल रहेको
- समुद्री सतहबाट ६७७ मिटर उचाइमा अवस्थित
- ७.५ मि. गहिरो यो ताल २२५ हेक्टरमा फैलिएको

१०. घोडाघोडी ताल

- कैलाली जिल्ला अर्न्तगत महेन्द्र राजमार्गको उत्तरतर्फ हत्केलाको आकारमा फैलिएको
- कपिल तालको नामले चिनिने ताल कुन हो ? घोडाघोडी ताल
- घोडाघोडी मन्दिर रहेकोले सोही मन्दिरको आधारमा तालको नामकरण गरिएको
- योगी नरहरिनाथले घोडाघोडी ताललाई कपिल ताल वि.सं. २०५२ नामाकरण गरेका

११. रानी पोखरी

- रानी पोखरीको निर्माण राजा प्रताप मल्लले
- आफ्नी रानीलाई पुत्र शोकमा सान्त्वना दिलाउन राजा प्रताप मल्लले रानी पोखरीको निर्माण गरेका थिए
- रानी पोखरीको निर्माण वि.सं. १७२७ मा गरिएको

१२. टौदह

- कर्कोटक नागको बासस्थान पनि भनिने
- काठमाडौँ उपत्यका जलमय भएको अवस्थामा मञ्जुश्रीले खड्गले काटेर वा भगवान श्रीकृष्णले चक्र प्रहार गरी चोभारको गल्छी काटेर पानी बाहिर पठाएपछि यहाँका नागहरू पनि बाहिर जानुपर्ने अवस्था सिर्जना भएकोले चोभार भूतखेल भन्ने ठाउँमा पोखरी बनाई सोही ठाउँमा नागहरूका राजा कर्कोटकलाई बस्ने ठाउँ दिइएको
- यो ८४ रोपनी जलक्षेत्रसहित ९६ रोपनी जग्गामा फैलिएको

नेपालका प्रसिद्ध ताल, कुण्ड र पोखरीहरू

ताल, कुण्ड, पोखरी		स्थान (जिल्ला)
रारा ताल		मुगु
फेवा ताल, रूपा ताल, मैदी ताल, बेगनास ताल		कास्की
शे-फोक्सुण्डो वा रिग्म ताल		डोल्पा
बीसहजारी ताल, नन्दभाउजू ताल, कसरा ताल		चितवन
गैडहवा ताल, लौसा ताल, सग्रहवा ताल		रुपन्देही
जाखिरा ताल, जगदीशपुर ताल		कपिलवस्तु
घोडाघोडी ताल		कैलाली
बुलबुले ताल		सुर्खेत
रानी ताल, भिलमिला ताल		कञ्चनपुर

कजिन रारा ताल ५००२ मि उचाई		मनाङ् आधिकारीक पुष्टी हुन बाँकी
तिरिछो (तिलिचो) ताल		मनाङ् आधिकारीक रुपमा पुष्टी नभएको
खप्तड दह		अछाम
इन्द्रसरोवर		मकवानपुर
टौदह, रानी पोखरी, नागदह, कमल पोखरी, कटुवाल दह, पानी पोखरी		काठमाडौँ
गंगासागर, रामसागर		धनुषा
महाराजा सुन्वर्षी पोखरी		मोरङ
माइदिया पोखरी		पर्सा
सुर्मा सरोवर		बझाङ
पन्चासे ताल		स्याङ्जा, पर्वत र कास्की
गिरी तह		जुम्ला
सुना दह		डोल्पा र बाग्लुङ
गुफा पोखरी, सभापोखरी, बन्दुक पोखरी, जुम्ल्याहा पोखरी		संखुवासभा
माइपोखरी		इलाम
साल्पा पोखरी		भोजपुर
गोक्यो ताल		सोलुखुम्बु
रौताहा पोखरी		उदयपुर
सरस्वती कुण्ड, भैरवकुण्ड, सूर्यकुण्ड, पार्वतीकुण्ड, नौकुण्ड, गोसाइकुण्ड		रसुवा
गंगा कुण्ड जमुना		धादिङ
रुन्चे ताल, कल्लुमन ताल		गोरखा
कामिनी दह		बारा
लवपोखरी, सिद्धपोखरी		भक्तपुर
नागदह		ललितपुर
भरत ताल		सर्लाही
भाले बास्ने ताल		म्याग्दी
दामोदर कुण्ड		मुस्ताङ
सत्यवती ताल, नन्दन ताल		पाल्पा

नेपालका प्रमुख भरनाहरू

- नेपालको सबैभन्दा लामो भरना : पाचाल भरना, कालिकोट, ३८१ मिटर अग्लो
- नेपालको दोस्रो लामो भरना : ह्यातुङ भरना, तेह्रथुम, ३६५ मिटर अग्लो
- सुलिगढ भरना (पाउलीगढ) भरना, खालीवन भरना, टिप्ला भरना, छाङखोला भरना : डोल्पा

- रुपसे भरना, बोक्सी भरना : म्याग्दी
- नमस्ते भरना: धनकुटा
- सहस्रधारा भरना: पर्वत
- पोकली, रातमाटे भरना : ओखलढुङ्गा
- पाताले छाँगो: कास्की
- खहरेखोलाको भरना, गंगा जमुना भरना : धादिङ
- पुरनधारा भरना: दाङ
- हयावने भरना: गुल्मी
- ओढारीखोलाको भरना, खुवा भरना : उदयपुर
- फुङफुङ भरना: नुवाकोट
- छहरे भरना, बैकुण्ठे भरना : पाल्पा
- सोताखोला भरना, तिलखुवा भरना : अर्घाखाँची
- जोरपानी भरना : डोटी
- भैरव कुण्ड : काभ्रे
- चेपेनदीको भरना : मनाङ
- वाहुवली भरना : रसुवा
- टोङ्के भरना : इलाम
- टिपटाला भरना, ताप्लेजुङ
- द्वारी खोलाको भरना : दैलेख
- सेती नदीको भरना : बझाङ
- दिप्रुङ: खोटाङ

३.३ भौगोलिक विविधता र जनजीवन

हिमाली प्रदेशको भौगोलिक अवस्था, जनजीविका र जीवनशैली

- सिमान्त हिमाल, भित्री हिमाल र मुख्य हिमाल विभाजन गरेको
- समुन्द्र सतहबाट ३३५१ देखि ८८४८.८६ मिटर उचाइसम्म फैलिएको छ।
- कुल क्षेत्रफलको १५ प्रतिशत भू-भाग ओगटेको छ।
- स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ अनुसार हिमाली क्षेत्रमा २१ जिल्लाहरू रहेका छन्।
- राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार यस क्षेत्रमा ६.०९ प्रतिशत जनसंख्या बसोबास गर्दछन्।
- बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको बाहुल्यता रहेको यस क्षेत्रमा शेर्पा, थकाली, लामा, भोटेहरूको मुख्य बसोबास रहेको छ।
- यस क्षेत्रमा बसोबास गर्ने मानिसहरूको मुख्य पेशा पर्यटन र पशुपालन हो।
- चिसो तथा कम कृषियोग्य जमिन भएकाले यस क्षेत्रको जनजीवन कष्टकर रहेको छ।
- पहिलो स्तरका नदी र हिमनदीको उद्गम हुने।
- पाथिभरा, मुक्तिनाथ, गोसाईकुण्ड लगायतका धार्मिक क्षेत्रहरू छन्।
- हिमाली प्रदेशको जनघनत्व ३४ वर्ग किलोमिटर प्रति जना रहेको छ।
- विश्वका ८ हजार माथिका १४ हिमाल मध्ये ८ वटा हिमाल यसै क्षेत्रमा पर्दछन्।
- केजिन सारा लेक, तिलिचो ताल, सारा ताल, शे-फोक्सुण्डो ताल, दामोदर कुण्ड, गोसाईकुण्ड, टिपताला भरना लगायतका अनेकन प्राकृतिक सम्पदाहरू रहेका छन्।
- जडिबुटीहरू प्रचुर मात्रा पाइन्छ।

पहाडी प्रदेशको भौगोलिक अवस्था, जनजीविका र जीवनशैली

- चुरे पर्वत (१२.७%), मध्यभूमि (२९.५%) र महाभारत पर्वत (२५.८%) मा विभाजन गरेको
- पहाडी प्रदेश समुन्द्री सतहबाट ६०१ मिटर देखि ३३५० मिटर सम्मको उचाइमा फैलिएको छ।
- हिमाली प्रदेश र तराई प्रदेशको बीचमा रहेको मध्य प्रदेश हो।
- यस क्षेत्रको उत्तरमा पूर्वदेखि पश्चिमसम्म फैलिएको महाभारत पर्वत शृंखला रहेको छ।
- स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ अनुसार यस प्रदेशमा २८ वटा जिल्लाहरू रहेका छन्।
- पहाडी प्रदेशमा राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार ४०.२५ प्रतिशत जनसंख्या बसोबास गर्दछन्।
- यस प्रदेशको जनघनत्व १९२ वर्ग किलोमिटर प्रति जना रहेको छ।
- हिन्दु धर्मावलम्बीहरूको बाहुल्यता रहेको यस क्षेत्रमा क्षेत्री, बाहुन, मगर, तामाङ, नेवार, गुरुङ आदि जातिको मुख्य बसोबास रहेको छ।
- यस प्रदेशको दक्षिणमा पूर्वदेखि पश्चिमसम्म फैलिएको चुरे पर्वत रहेको छ।
- यस प्रदेशले कुल भू-भागको ६८ प्रतिशत भू-भाग ओगटेको छ।
- गर्मीमा बढी गर्मी नहुने र जाडोमा बढी जाडो नहुने भएकाले बसोबासका लागि अनुकूल तथा मनोरम हावापानी भएको प्रदेश।
- यस प्रदेशका मानिसहरू कृषि तथा सेवा पेशामा संलग्न रहेका छन्।
- यस प्रदेशमा जातीय र सांस्कृतिक विविधता रहेको छ।
- नेपालका दोस्रो र तेस्रो स्तरका नदीहरूको उद्गमस्थल रहेको।
- यस प्रदेशमा काठमाडौं, पोखरा, धनकुटा जस्ता उपत्यकाहरू रहेका छन्।
- यो प्रदेश पर्यटकीय दृष्टिकोणले महत्त्वपूर्ण स्थान हो।
- जम्मा स्थानीय तह ३०८ रहेको छ।

- तराई प्रदेशको भौगोलिक अवस्था, जनजीविका र जीवनशैली
- खास तराई (४%), भावर प्रदेश (४.५%) र भित्री मधेश (८.५%) मा विभाजन गरेको
- तराई प्रदेश समुन्द्र सतहबाट ५९ मिटरदेखि ६०० मिटरको उचाइसम्म फैलिएको छ।
- पहाडी भागदेखि दक्षिणतर्फ भारतको सीमासम्म पूर्व-पश्चिम फैलिएको नेपालको समतल भू-भागलाई तराई प्रदेश भनिन्छ।
- यस प्रदेशमा १८ जिल्लाहरू रहेका छन्।
- नेपालको कुल जनसंख्याको ५३.६६ जनसंख्या बसोबास गर्दछन्।
- समुन्द्र सतहबाट ५९ मिटर देखि ६०० मिटर सम्म फैलिएको छ।
- यस क्षेत्र होचो र समथर भएकाले प्रायः जसो गर्मी हुन्छ।
- अधिक मात्रामा पाँचो माटो, केही स्थानमा तलैया माटो र बलौटे पत्थरिलो माटो पाइन्छ।
- सनपाट, उखु, तेलहन, कपास, धान लगायतका खेतीहरू हुने गर्दछन्।
- यस क्षेत्रको जनघनत्व ४६१ प्रति वर्ग कि.मि. रहेको छ।
- अन्य क्षेत्र भन्दा आर्थिक तथा सामाजिक विकासमा अगाडि रहेको छ।
- यो क्षेत्र नेपालको अन्न भण्डार हो।
- बढी मात्रामा पानी पर्ने भएकाले बाढी, डुबान र कटानको समस्या रहेको छ।
- औद्योगिक तथा व्यापारिक दृष्टिले पनि यो प्रदेश महत्त्वपूर्ण मानिन्छ।
- यो क्षेत्रले नेपालको १७ प्रतिशत भू-भाग ओगट्छ।
- थारु, सतार, राजपुत, राजवंशी, यादव, धानुक आदि जातिहरूको मुख्य बसोबास रहेको छ।
- जम्मा स्थानीय तह २७६ रहेको।

३.४ हावापानीको किसिम, विशेषता र त्यसको प्रभाव

नेपालको हावापानीको किसिम र विशेषता

भूवनोटका आधारमा नेपालको हावापानीलाई पाँच भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ । नेपालमा भूमध्यरेखीय हावापानीदेखि ध्रुवीय हावापानी सम्मको नमुना पाइन्छ ।

क्र.सं.	हावापानीको किसिम	स्वरूप/विशेषता
१.	उपोष्ण/उष्ण प्रदेशीय हावापानी	<ul style="list-style-type: none"> तराई, भावर, भित्री मधेश, पहाडका गहिरा उपत्यका, टार, बैशी, खोँच जस्ता करिब १२०० मिटरसम्मको होचो समथर भूभागमा पाइने हावापानी । यस क्षेत्रको तापक्रम सरदर १५-४० डिग्री सेल्सियस हुने गर्दछ । गर्मीयाममा अत्यधिक गर्मी हुने गर्दछ । गर्मीयाममा ३५-४२ डिग्री सेल्सियस र जाडोयाममा ५-१५ डिग्री सेल्सियस हुने गर्दछ । यस क्षेत्रमा वर्षा २०० से.मि. सम्म हुन्छ । वर्षा दक्षिणदेखि उत्तर र पूर्वदेखि पश्चिमतर्फ घट्दै जान्छ । यो क्षेत्रमा गर्मीयाममा 'लू' चल्छ भने जाडो याममा 'शितलहर' चल्दछ ।
२.	न्यानो समशीतोष्ण हावापानी	<ul style="list-style-type: none"> चुरे तथा मध्यभूमिको माथिल्लो भागमा करिब १२००-२१०० मिटरसम्मको उचाइमा न्यानो समशीतोष्ण हावापानी पाइने मनोरम हावापानी भएको यो क्षेत्रमा महाभारतीय क्षेत्रमा अनुकूल हावापानी तथा तापक्रम पाइन्छ भने यहाँको पहाडको माथिल्लो भाग चिसो र बैशी तथा उपत्यकामा न्यानो हावापानी पाइन्छ । ग्रिष्म ऋतुमा तापक्रम २४-३० डिग्री सेल्सियस पुग्छ भने जाडो याममा ० डिग्री सेल्सियस सम्म ओर्लन्छ । गर्मीको समयमा यस क्षेत्रमा १२५ से.मि. वर्षा हुने गर्दछ ।
३.	ठण्डा समशीतोष्ण हावापानी	<ul style="list-style-type: none"> महाभारत पर्वत लेकको माथिल्लो भाग तथा हिमाली भूमिको क्षेत्रमा २,१०१ देखि ३,३५० मिटर सम्मको उचाइमा यो हावापानी पाइने । ग्रिष्म ऋतुमा न्यानो हुन्छ भने हिउँदमा निकै जाडो हुन्छ । यहाँ ग्रिष्म ऋतुमा १५-२० डिग्री र जाडो याममा ० डिग्री सेल्सियस भन्दा तल तापक्रम हुने गर्दछ । वर्षा गर्मी याममा १०० से.मि. सम्म हुन्छ । न्यून वर्षा र न्यून तापक्रमको कारणले यहाँ खेतीपाती अत्यन्तै कम हुन्छ । स्वास्थ्य दृष्टिले उपयुक्त तर जनजीवन कष्टकर भएको हावापानी ।
४.	लेकाली हावापानी	<ul style="list-style-type: none"> नेपालको उत्तरी खण्डको हिमरेखाभन्दा तलको भूभाग र हिमाली उपत्यका नै लेकाली हावापानी पाइने क्षेत्र हो । करिब ३३५० देखि ५,००० मिटरको उचाइसम्ममा यो हावापानी पाइने । यहाँ तापक्रम ग्रिष्म ऋतुमा १०-१५ डिग्री सेल्सियस सम्म र जाडो याममा ० डिग्री भन्दा तल भर्ने गर्दछ । यहाँ वर्षा भण्डै ५० से.मि. सम्म मात्र हुन्छ । वर्षको भण्डै तीन चौथाई समय हिउँले ढाकिने क्षेत्र हो ।

		<ul style="list-style-type: none"> पशुपालन र पर्यटनका लागि उपयुक्त हावापानी ।
५.	ध्रुवीय/हिमाली/टुण्ड्रा/सुख्खा हावापानी	<ul style="list-style-type: none"> समुद्र सतहदेखि ५००० मिटर भन्दा माथि पाइने हावापानी । लगभग १६०० फिटको उचाइमा रहको हिमरेखाभन्दा माथि सधैं हिउँ जमिरहन्छ । बाह्रै महिना हिउँ परिरहने हुँदा यहाँको तापक्रम ० डिग्री भन्दा तल हुन्छ । नगण्य मात्रामा मात्र वर्षा हुन्छ र भइहाले पनि हिउँ वर्षा हुन्छ । मध्यान्ह पछि जोडदार हावा चल्ने हुँदा ज्यादा ठण्डी हुन्छ । अत्यन्तै चिसो र शुष्क हावापानी ।

नेपालमा पाइने हावापानीका प्रमुख विशेषताहरू

- भूमध्येरेखा देखि ध्रुवीय हावापानी सम्मको नमूना पाइने
- मनसुनी हावापानी पाइने
- हिमालयको उचाइबाट प्रत्यक्ष प्रभावित
- तराई क्षेत्रमा उष्ण मनसुनी हावापानी पाइन्छ, यहाँ ग्रीष्मयाममा तापक्रम ४२ डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म पुग्छ तथा यस क्षेत्रमा २०० से.मि. सम्म वर्षा हुने गर्दछ भने यस क्षेत्रमा हिउँदमा भने ५ डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म तापक्रम हुने गर्दछ तसर्थ तराईमा गर्मी याममा बढी गर्मी र जाडो याममा बढी जाडो हुने
- पहाडको तल्लो भागमा न्यानो समशीतोष्ण तथा उच्च भागमा ठण्डा समशीतोष्ण हावापानी पाइन्छ । १०० से.मि. भन्दा बढी पानी पर्दछ । यस क्षेत्रमा ग्रीष्मयाममा ३० डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म तापक्रम पुग्दछ भने हिउँदमा ० डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म हुने गर्दछ तसर्थ पहाडी प्रदेश जैविक दृष्टिले अनुकूल
- ग्रीष्म र जाडो गरी दुई किसिमको हावापानी
- नेपालमा मनसुन पूर्वबाट पश्चिम तर्फ वर्षा क्रमशः घट्दै जाने गर्दछ र हिउँदको वर्षा भने पश्चिमबाट सुरु हुन्छ
- नेपालको सबैभन्दा कम वर्षा मुस्ताङ हुन्छ भने धेरै वर्षा कास्कीको लुम्लेमा हुने गर्दछ
- नेपालमा हिमाली क्षेत्रमा जलवायु परिवर्तनको दर उच्च रहेको
- नेपालको हावापानी भारतको उष्णता र तिब्बतीय शुष्कताको थलोको रूपमा रहेको

