उत्तराखण्ड के चमोली जिले की भोटिया जनजाति की सामाजिक–सांस्कृतिक स्थिति: एक समाजषास्त्रीय अध्ययन

डॉ0 बीना

विभाग समाजषास्त्र

राजकीय महाविद्यालय जखोली (रूद्रप्रयाग)

सारांष

भोटिया लोग उत्तराखण्ड के गढ़वाल और कुमाऊं सीमावर्ती जिलों में रहते हैं। पूरे भारत वर्ष में अनेक जनजातियां निवास करती हैं। ये जनजातियाँ अपनी संस्कृति, भाषा और इतिहास के लिए विशेष रूप से प्रसिद्ध हैं। वर्तमान में उत्तराखण्ड की भोटिया जनजाति सामाजिक रूप से प्रगतिशील और सांस्कृतिक रूप से विशिष्ट है, जो शिक्षा और रोजगार के अवसरों की कमी जैसी चुनौतियों का सामना कर रही हैं, जबकि लिंग समानता और पारम्परिक व्यवसाय में भी महत्वपूर्ण सुधार दिखा रही है। जनजाति के बीच शिक्षा और साक्षरता दर में सुधार के प्रयास चल रहे हैं और ये जातियां आधुनिक जीवनशैली के साथ–साथ अपनी सांस्कृतिक पहचान को भी बनाए रखने का प्रयास कर रही हैं। अनुसूचित जनजातियों को कभी–कभी सामान्य तौर पर अन्य कई नामों से भी पुकारा जाता हैं, जैसे पहाड़ी जातियां, वन्य जनजातियां व आदिवासी जातियां आदि। इसी क्रम में उत्तराखण्ड राज्य में भी मुख्य रूप से पांच जनजातियां बोक्सा, राजी, थारू, जौनसारी एवं भोटिया निवास करती हैं। प्रस्तुत शोध पत्र में उत्तराखण्ड राज्य के चमोली जिले की भोटिया जनजाति की सामाजिक–सांस्कृतिक स्थिति के विषय पर शोध किया गया है।

मुख्य षब्द: भोटिया, जनजाति, सामाजिक, सांस्कृतिक स्थिति

प्रस्तावना

भोटिया जनजाति भारत का वह जीवित मानव समूह है जिसने हिमालय के गोद में भीषणतम भौगोलिक परिस्थितियों में भी न केवल अपना अस्तित्व बनाये रखा, बल्कि अपनी गौरवमय अतीत की सांस्कृतिक धरोहर को भी संरक्षित रखा है। इनकी इसी जीवंता का प्रतिफल है कि ये आज हर लिहाज से समृद्ध हैं। वास्तव में ये रं, शौका, मार्च्छा, तोल्छा या रोंग्पा और जाड हैं। यह भोटिया गाँव उत्तराखण्ड के भव्य पर्वत श्रृंखला नंदा देवी, हाथी पर्वत, त्रिशूल, मिलम, पिंडारी, पंचाचूली, द्रोणागिरी एवं आदि छोटा कैलाश की पर्वतीय छठाओं से घिरा हैं। ठंडी शीतलहर का अवागमन इस बर्फीली पहाड़ियों में लगातार बना रहता हैं और इन पर्वतों की तलहटी के ओतप्रोत ही भोटिया स्थित हैं। किसी एक जनजाति में शायद ही इतनी सांस्कृतिक विविधता हो। उत्तराखण्ड के अलावा भोटिया हिमाचल प्रदेश से लेकर सिक्किम, अरूणाचल प्रदेश तक फैले हुए हैं। ये हिन्दू और बौद्ध तो हैं, मगर इनकी बहुत कम संख्या उत्तराखण्ड से बाहर इस्लाम को भी मानती है। अपने विराट स्वरूप और सर्वाधिक ऊंचाई जैसी विशेषताओं के कारण अगर हिमालय को भारतवर्ष का ताज कहा जाता है तो इसके मूल निवासी भोटिया समुदाय को उसकी उद्यमशीलता, प्रगतिशीलता तथा विशिष्ट संस्कृति को देखते हुए भारत के आदिमजाति समूह का सरताज

अवश्य ही कहा जा सकता है। मध्य हिमालय की भोटिया जनजाति इसी क्षेत्र की नहीं, बल्कि सम्पूर्ण भारत की जनजातियों में सर्वाधिक विकसित है तथा उनकी खुशहाली और समृद्धि गैर जनजातीय लोगों के लिए भी एक अनुकरणीय उदाहरण है। उन्होनें भीषणतम भौगोलिक परिस्थितियों और प्रतिकूल जलवायु में खुशी से जीने की कला भी सीखी और इन कठिनतम परिस्थितियों ने उनके अन्दर पौरूष को ललकार कर उन्हें व्यापार के जरिए अपने जीवन को खुशहाल बनाने के लिए प्रेरित किया। ये क्षेत्र समुद्रतल से 2100–3000 मीटर की उच्चतम ऊँचाई एवं न्यूनतम तापमान में होने के कारण, इन भोटिया जनजातियों का जीवन बहुत संघर्षपूर्ण एवं कठिन हैं। सड़क, यातायात सुविधा, आवागमन के लिए संसाधनों की भारी कमी, मेडिकल सुविधा की कमी, भौतिक सुख साधनों की कमी के बाद भी ये लोग अपनी संस्कृति एवं परम्पराओं के बल पर, अपनी कम सुविधा पर भी अपना सोहार्द्र भाव से सरल जीवन का आनंद लेते हैं। उत्तराखण्ड में जौनसारी जनजाति समुदाय का मुख्य रूप से अधिकतम भाग और फिर भोटिया जनजाति समुदाय का हैं। उत्तराखण्ड में भोटिया जनजातियां सुदूरवर्ती सीमान्त बर्फीले पर्वतीय क्षेत्र के चमोली, उत्तरकाशी, पिथौरागढ़ बागेश्वर जिले में निवास करती हैं। भारतीय संविधान की धारा 36 (25) के अनुसार संवैधानिक आधार पर जनजातियों से तात्पर्य उन जनजातियों या जनजाति समुदायों या उनकी किसी उप जनजाति या उप जनजातिय समुदाय से हैं। जो संविधान की धारा 342 में वर्णित हैं।[1]

आधुनिक शब्दों में असभ्य और असंस्कृत मानव समुदाय, मानव जीवन की आदिम सभ्यता और संस्कृति का प्रतिनिधित्व करता है और जंगलों, पहाड़ों और पठारों में रहता है, उसे जनजातीय समुदाय कहा जाता है। आधुनिक दृष्टिकोण से, 'जनजाति' शब्द का प्रयोग वैधानिक रूप से उन मानव समुदायों के लिए किया जाता है जो अत्यन्त पिछड़े हैं। उनके परिवार समूहों के संगठन का एक निश्चित नाम होता है। वे एक विशिष्ट क्षेत्र में रहते हैं। उनकी अपनी विशिष्ट भाषा या बोली होती है और वे अपने विशिष्ट सामाजिक नियमों और निषेधों का पालन करते हैं। कुमांऊ में रहने वाली प्रमुख जनजातियां चार– राजी, भोटिया, थारू और बोक्सा हैं। राजी और भोटिया पिथौरागढ़ जिले की उत्तरी सीमा पर और थारू और बोक्सा नैनीताल जिले की दक्षिणी सीमा पर बसे हैं। कुमांऊ में, इस चार जनजातियों को 1967 में संवैधानिक रूप से ''अनुसूचित जनजाति'' घोषित किया गया है। राजी या बनरीट लोग अस्कोट के पास धारचूला के जंगल में रहते हैं। स्थानीय बोली में इन्हें 'बनरौत' कहा जाता है। इन्हें राज किरातों का वंशज माना जाता है। ये छोटे–छोटे परिवार समूहों में रहते हैं। प्रचलित है कि रजवारों के वंशजों को 'रजवार' कहा जाता है। राजा कहते हैं कि वर्तमान में ये चुरानी, गंगौ, औलतारी, कंटोली, खिरद्वारी और भोट नामक स्थानों पर रहने लगे हैं। इस क्षेत्र में रहने वाली इस जातियों को भोटिया कहा जाता है और उत्तरी सीमा पर रहने वाली इस जनजाति को रान या शौका भी कहा जाता है। गांव के नाम और स्थानीय विशेषताओं के आधार पर इन्हें कई उपजातियों में विभाजित किया गया है। उदाहरण के लिए जिवार में रहने वाले जोहारी। तोलिया आदि टोले गांव में रहते हैं। उत्तराखण्ड राज्य में रहने वाले जातीय समूहों का प्रतिनिधित्व जनजातियों द्वारा किया जाता है। उत्तराखण्ड के सभी जिलों में जनजातीय लोगों का अनुपात लगभग मध्यम है। उत्तराखण्ड राज्य में अधिकांश जनजातीय लोग ग्रामीण क्षेत्रों में रहते हैं, उपलब्ध आंकड़ों के अनुसार, लगभग 94.50 प्रतिशत जनजातीय सदस्य ग्रामीण क्षेत्रों में रहते हैं, शेष भाग शहरी क्षेत्रों में निवास करते हैं। उत्तराखण्ड में अधिकारिक तौर पर स्थित पांच जनजातियों को भारतीय संविधान में अनुसूचित जनजाति के रूप में सूचीबद्ध किया गया है, जिसका प्रारूप 40 वर्ष से भी अधिक समय पहले 1967 में तैयार किया गया था।[2]

भोटिया समुदाय हमेशा से घुमन्तू रहा है और हर छः महीने में हिमालय की पहाड़ियों पर ऊपर–नीचे प्रवास करता रहा है। इसलिए उनके दो घर होते हैं। चमोली जिले के गांव माना में रहने वाले भोटिया लोग खुद को मार्छा भोटिया कहते हैं। आसपास के गांवों में भोटिया लोग नहीं मिलते, उदाहरण के लिए माना के पास बाहमानी गांव में घरवाली लोग रहते हैं, जो दुरियाल नामक जाति से सम्बन्धित हैं। इन लोगों की

बस्तियां बद्रीनाथ मंदिर के पास हैं, जो चार प्रमुख धामों (हिन्दू तीर्थ केन्द्रों) में से एक है। भोटिया जीवनशैली की मुख्य विशेषता 'अस्थायी प्रवास' है। अस्थायी प्रवास लोगों और उनके पशुओं का एक ही ग्रीष्मकालीन और शीतकालीन चरागाहों के बीच मौसमी आवागमन है। पर्वतीय क्षेत्रों में (ऊर्ध्वाधर अस्थायी प्रवास), इसका अर्थ है गर्मियों में ऊंचे चरागाहों से सर्दियों में निचली घाटियों की ओर जाना। चरवाहों का एक स्थायी घर होता है, जो आमतौर पर घाटियों में होता है। केवल उनके झुण्ड ही यात्रा करते हैं। साथ में उनकी देखभाल के लिए आवश्यक लोग भी होते हैं। इसके विपरीत क्षैतिज अस्थायी प्रवास जलवायु, आर्थिक या राजनीतिक परिवर्तन से अधिक प्रभावित हो सकता है। उन्हें निम्नलिखित उप–जातियों में विभाजित किया गया है जैसे–बडवाल, परमार, पंखोली, रावत, बिष्ट, दलिया, मोल्फा, चौहान, टकोला, जितवान और कंडारी।[3]

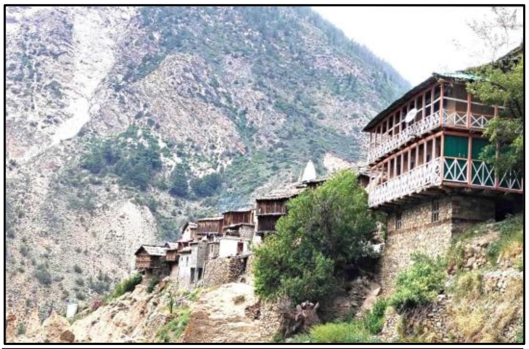
किरात वंशीय भोटिया अपने को खस राजपूत कहते हैं। कश्मीर के लद्दाख में इन्हें 'भोटा' और हिमाचल प्रदेश के किन्नौर में इन्हें 'भोट' नाम से जाना जाता है, जबकि राज्य के पिथौरागढ़ जिले के तिब्बत व नेपाल से लगे सीमावर्ती क्षेत्र (भोट प्रदेश) में इन्हें भोटिया कहा जाता है। मार्छा, तोल्छा, जोहारी, शौका, दरमिया, चौंदासी, व्यासी, जाड, जेठरा व छापड़ा (बखरिया) आदि उपजातीय नामों से ये राज्य के पिथौरागढ़, चमोली तथा उत्तरकाशी जिलों के उत्तरी भागों में स्थित भागीरथी, विष्णुगंगा, नीति, जाड़गंगा, व्यास, जोहार व चौदस आदि घाटियों तथा वृहद् हिमालय के ऊंचाई वाले क्षेत्रों में स्थित लगभग 291 ग्रामों में निवास करते हैं। उत्तरकाशी में अंगर, जादूंग व नेलंग, चमोली में माणा, मलारी, नीति व टोला तथा पिथौरागढ़ में डुंग, मिलम, तेडांग, मर्तोली, जोलिंग व कोंग कुटी आदि भोटांतिकों के अन्तिम गांव हैं। भोटिया महाहिमालय की सर्वाधिक जनसंख्या वाली जनजाति है। गढ़वाल के चमोली में मारछा व तोल्छा रहते हैं। ये हिमालय के तिब्बती बर्मी भाषा परिवार से सम्बन्धित 6 बोलियां (भोटिया व शौका आदि) बोलते हैं।[4]

भोटिया समुदाय वर्तमान में सहस्त्रों की संख्या में अन्य नौकरशाह देने के साथ ही प्रदेश के उद्योग और व्यापार में भी अहम भूमिका अदा कर रहा है इस प्रकार वह दूसरे समुदायों के लिए स्वतः ही प्रेरणा स्त्रोत बन जाता है। भोटिया जनजाति के लोग बसागत उत्तरी अक्षांश 80^0 30 से 84^0 30 तथा पूर्वी देशान्तर 70^0 से 81^0 के बीच मानी जाती है। अन्य जनजातियों की तुलना में नाक–नक्श एवं शारीरिक बनावट में कुछ भिन्न मंगोलियन बनावट के हैं। भाषायी तौर पर ये तिब्बतियों के अधिक करीब हैं। भोटिया समुदाय के घर भी सांस्कृतिक धरोहर एवं सामाजिक एकता का प्रतिबिम्बन करते हैं। इनके भवन निर्माण शैली पर जलवायु का गहरा असर है। धूप एवं हवा के रूख को देख कर ही भवन का निर्माण किया जाता है। यहां के न्यून तापमान का सीधा सम्बन्ध दीवारों की मोटाई, कमरों की ऊंचाई तथा छतों से है। दीवारें ठण्ड रोधी बनाने के लिए मोटी होती है। इनके कमरे छोटे तथा छतें नीची होती हैं, ताकि कमरों का तापमान बनाए रखा जा सके। भोटिया भवन शैली में हवा का रूख भी मकान निर्माण में खासा महत्व रखता है। हवा वाली दिशा में मकानों का अग्र भाग नहीं होता। उस दिशा वाली दीवारों पर खिड़कियां, दरवाजे या वेन्टीलेटर भी नहीं होते। पूरे क्षेत्र में भारी हिमपात को ध्यान में रखते हुए घरों की छतें तिरछी या शंक्वाकार होती हैं, ताकि बर्फ फिसल कर नीचे आ जाए। इनके मकान प्रायः स्थानीय उपलब्ध सामग्री से बने होते हैं। हालांकि आज समृद्धि आ जाने के कारण इनकी बस्तियां सीमेंट, ईंट या पत्थर और सरिया से बने पक्के मकानों से भरी हैं। परम्परागत मकान मिट्टी पत्थर से बने होते थे। जोहारी और रं भोटिया लोगों के मकानों की छतें पत्थरों की स्लेटों या चिप्स से बनी होती थी। पश्चिम में मार्छा, तोल्छा और जाड इलाकों में पत्थर की स्लेटों की कमी के कारण मकान की छतें भोजपत्र वृक्ष की मोटी छालों से या देवदार के तख्तों से ढकी जाती थी। मिट्टी पत्थर की दीवारें प्रायः सभी जगह होती है। भोटिया जनजाति को भारत और तिब्बत के बीच में रहने तथा दोनों भूभागों में व्यापार करने के लिए उन्हें एक ऐसी विलक्षण भाषा की जरूरत पड़ी जो कि दुनिया के अन्य क्षेत्रों में न बोली जाती हो और न ही दूसरा व्यापारिक वर्ग उसे समझता हो। इसलिए इनकी बोली को सांकेतिक भाषा भी कहा गया है। भोटिया और तिब्बत के बीच सदियों से चले आ रहे

व्यापार के बारे में कहा जाता है कि भाषा की भिन्नता के कारण इनका व्यापार आपस में इशारों से होता था। छठी एवं सातवीं शताब्दी तक तिब्बत ने व्यापारिक उन्नति कर ली थी। किन्तु उसके पश्चात् भी हुणदेशी लुटेरों का आतंक जारी रहा। इनसे बचने के लिए इस व्यापारिक वर्ग को एक अनूठी भाषा की जरूरत पड़ी, जिसे चमोली में भोटिया भाषा या रोंग्पा भाषा कहते हैं। भोटिया जनजाति के लोगों के रहन–सहन और बोली भाषाओं में काफी अन्तर है। धारचुला क्षेत्र के रं भोटिया और मुनस्यारी के शौका भोटियों की बोली और पहनावा भिन्न है। सामान्यतः जाड की बोली बुशहर, मार्छा की मार्छा, तोल्छा की तोल्छी बालियां आपस में काफी भिन्न हैं। नीति माणा घाटियों के रोंग्पा लोगों की तोल्छा बोली गढ़वाली से मिलती जुलती है, जबकि मार्छा बोली तोल्छी से भिन्न होने के साथ ही आम आदमी की समझ से परे है। गढ़वाल के तीनों भोटिया समूहों के रीति रिवाज भिन्न हैं।[5]

चमोली जनपद के नीति–भान के निवासियों को तोल्छा तथा मार्छा जनजाति के नाम से जाना जाता है। दारमा–जोहार के भौटान्तिक के साथ रहने से इसकी अधिकतर सामाजिक सांस्कृतिक परम्परायें समान हैं। किन्तु स्थान के परिवर्तन के फलस्वरूप कतिपय भेद है इसी क्रम में लगोंठा–पोणा ऐसी परम्परा है जिसका वैवाहिक लोकाचारों में महत्वपूर्ण स्थान है। जब तक दोनों पक्षों के बीच सगून लगोंठा (बकरी के मांस का टुकड़ा) नहीं बांटा जाता तब तक कार्य शुभ नहीं माना जाता। काडच्यूलो रस्म में वर पक्ष की ध्याणियों (विवाहित कन्यायें) किसी सार्वजनिक स्थान पर एक थाली में अक्षत व पीली पिठाई एवं एक कांसे के लोटे में जाड़ (जाड़ एक मादक पेय) लेकर स्वागत के लिए एकत्र हो जाती हैं। गुरूबैंणी–गुरूभाई नीति माणा के मार्छा लोगों की एक महत्वपूर्ण सामाजिक संस्था है। इसका उद्देश्य समाज में सामाजिक स्तर पर युवक–युवतियों के बीच परस्पर भाई–बहिन के स्नेह सम्बन्धों को बनाकर उन्हें समाज हित में सुदृढ़ करना है। यातायात व संचार साधनों की सुलभता पर्यटकों का हिमालयी क्षेत्र के प्रति सम्मोहन, अन्य क्षेत्रीय सामाजिक व सांस्कृतिक परम्पराओं का प्रभाव, आधुनिकीकरण, भूमण्डलीकरण, संस्कृति व परम्पराओं के प्रति जनमानस की अवहेलना आदि ऐसे कारण हैं जिससे अनेक परम्पराओं का या तो विलोपन हो गया है या विलुप्ति के कगार पर हैं।[6]

भोटिया जनजाति का सामाजिक–सांस्कृतिक जीवन परिचयः एक दृष्टि में



भारत के पारम्परिक वस्त्र देश में रहने वाले समुदायों की समृद्ध विरासत को दर्शाते हैं और विविध उत्पाद रेंज प्रदान करते हैं। इन पारम्परिक वस्त्रों में जनजातीय समुदायों का महत्वपूर्ण योगदान है। उत्तराखण्ड राज्य में, पांच जनजातीय समुदायों में से, भोटिया उच्च हिमालयी क्षेत्र में रहते हैं और दशकों से अपने हथकरघा बुनाई शिल्प के लिए जाने जाते हैं। यह कला महिलाओं द्वारा प्रचलित थी और एक बेटी को उसकी मां द्वारा सौंपी गई थी। भोटिया जनजाति के विभिन्न उप–समूहों में कुल दस पारम्परिक वस्त्र उत्पादित किए जाते थे, जैसे कि दन, अस्सन, चुटका, थुलमा, पंखी, कंबल, शॉल, स्टोल, मफलर, पाखी, कोट–पट्टी और ऊनी ड्रेस सामग्री। जिसमें से दुन और आसन वे उत्पाद थे, जो भोटिया जनजाति के पांच उप–समूहों द्वारा निर्मित किए जाते थे, जो बुनाई का अभ्यास करते थे, जबकि चुटका, पंखी, कोट–पट्टी, पाखी, शॉल स्टोल और मफलर केवल कुछ उप–समूहों द्वारा उत्पादित किए जाते थे, कंबल और ऊनी ड्रेस सामग्री का उत्पादन पूरी तरह से बंद हो गया था। भोटिया जनजाति के विभिन्न उप–समूहों के सभी बुनकरों और गैर–बुनकरों के पास केवल दून और आसन ही पारम्परिक वस्त्र थे।[7]

साहित्य समीक्षा

1. अंजलि चौहान 2014 का शोध पत्र उत्तराखण्ड के चमोली जिले के जोशीमठ उपमंडल के माना गांव मे भोटिया समुदाय के बीच किए गए मानवशास्त्रीय क्षेत्र अध्ययन पर आधारित है। उक्त गांव के भोटिया लोगों के बीच पारम्परिक औषधियों के बारे में गहन साक्षात्कार किए। इस गांव में रहने वाला भोटिया समुदाय मार्छा भोटिया श्रेणी का है और यह घुमन्तु प्रकृति का है। अध्ययन में पाया गया कि वर्तमान में बुजुर्ग पीढ़ी इस ज्ञान से भलीभांति परिचित है, लेकिन वे इसे दूसरों विशेषकर बाहरी लोगों के साथ साझा करने में अनिच्छुक हैं। इन पारम्परिक औषधियों के दस्तावेजीकरण के सम्बन्ध में, स्थानीय लोग रूचि नहीं रखते क्योंकि वे वैकल्पिक चिकित्सा के रूप में इसके महत्व को नहीं समझते इस कारण निरक्षरता भी एक बाधा हो सकती हैं। भोटिया जनजाति का ज्ञान विलुप्त होने की कगार पर है और इस पारम्परिक औषधीय ज्ञान को बचाना हमारा दायित्व हैं। माना और अन्य गांवों में बाहरी लोगों द्वारा कई परियोजनाएं और शोध कार्य चलाए जा रहे हैं। बहुत से लोग आते हैं और ज्ञान प्राप्त करते हैं, लेकिन कोई सार्थक परिणाम नहीं निकलता। भोटिया और अन्य आदिवासी समूह ही पारम्परिक औषधीय पौधों और जड़ी–बूटियों का वास्तविक और गहन ज्ञान रखते हैं।[8]
2. डॉ0 डीगर सिंह फर्सवाण 2017 के शोध के अध्ययन से ज्ञात होता है कि जनजाति लोग मुख्य रूप से गरीबी के कारण होने वाले पलायन से पीड़ित हैं। कुमांऊ–गढ़वाल की विभिन्न घाटियों में देखे जाने वाले कई सामाजिक–सांस्कृतिक मानदंड वास्तव में उनके प्राचीन सम्बन्धों के सूचक हैं, जो बौद्ध–पूर्व काल के पश्चिमी तिब्बत या कुमांऊ–गढ़वाल या पश्चिमी नेपाल की पूर्व रियासतों से हुए प्रवासों से जुड़े हुए हैं। उनके रीति–रिवाज और सामाजिक मानदंड धीरे–धीरे और स्थानीय स्तर पर विकसित हुए हैं, जो उन कठोर और दूरस्थ आवासों से प्रेरित हैं जिनमें उन्हें निवास करना पड़ा और उस आजीविका के तरीके से प्रेरित हैं जिसे उन्हें अपने अस्तित्व के लिए अपनाना पड़ा।[9]
3. देवेन्द्र सिंह परिहार, कमल सिंह राणा, डॉ0 दीपक व मनोज कुमार टम्टा 2018 ने अपने अध्ययन में पाया कि उत्तराखण्ड राज्य पिथौरागढ़ जिले के सीमान्त क्षेत्र मुनस्यारी में आवासित शौका जनजाति अपनी संस्कृति और वेशभूषा को विशेष महत्व देते हैं। इनके अधिकांश लोग शिक्षित हैं और सरकारी पदों पर कार्यरत हैं। इनका जीवन व्यवसाय, कुटीर उद्योग, जड़ी–बूटी संग्रह से चलता है।[10]
4. हर्षा रावत 2020, वर्तमान शोध भोटिया जनजाति के पारम्परिक वस्त्रों और उनके उत्पादन उपकरणों और विधि के अलावा उनके उपभोग प्रथाओं का अध्ययन करने पर आधारित है। पारम्परिक वस्त्रों के भौतिक और कार्यात्मक गुणों को स्थापित करने के लिए आंकड़े संग्रह के लिए सर्वेक्षण पद्धति का उपयोग किया गया और सामग्री का प्रयोगशाला परीक्षण किया गया। अध्ययन में पाया गया कि भोटिया जनजातियों के बीच पारम्परिक वस्त्रों का उपयोग जनसंचार माध्यमों, प्रौद्योगिकी, समकालीन वस्त्रों की उपलब्धता, शिक्षा, आय, रोजगार, शिक्षा और पश्चिमीकरण के प्रभाव से प्रभावित हुआ।[11]
5. राकेश सिंह फकलियाल 2022 इस शोध पत्र के अध्ययन में पाया गया कि उत्तराखण्ड राज्य के चमोली जिले में 50 ग्रामों का ग्रीष्मकालीन प्रवास होता है और लगभग 17 ग्राम वर्ष भर एक स्थान में रहते हैं। यह भोटिया जनजाति अपनी संस्कृति, परम्पराओं के साथ–साथ प्रकृति के जल, जंगल एवं जमीन से भी जुड़ी है सुख–सुविधा न होते हुए आज भी ये जनजाति अपनी परम्पराओं को बचाने के लिए अपने शीतकालीन प्रवास में कैसी भी परिस्थिति क्यों न हो अपनी उपस्थिति दे कर अपने समाज की धरोहर तो रीति–रिवाज, परम्पराओं एवं प्रथाओं को संजोए हुए हैं।[12]

6. Anu Chamola, S. Singh, P.Verma, M.Pal 2024 ने अपने अध्ययन में पाया कि उत्तराखण्ड समुदाय में प्रचलित पारम्परिक चिकित्सा पद्धतियों का अध्ययन करता है, जिसमें मुख्य रूप से चमोली जिले पर ध्यान केंद्रित किया गया है। उत्तराखण्ड में पारम्परिक भोटिया चिकित्सा के संरक्षण और संवर्धन में आधुनिक स्वास्थ्य देखभाल पद्धतियों के संदर्भ में चुनौतियां और अवसर दोनों मौजूद हैं। यद्यपि पारम्परिक चिकित्सा भोटिया समुदाय की सांस्कृतिक विरासत और पारिस्थितिक ज्ञान में गहराई से निहित है, फिर भी इसे पारम्परिक ज्ञान की हानि, पर्यावरण क्षरण और आधुनिक स्वास्थ्य देखभाल प्रणालियों के साथ सीमित मान्यता और एकीकरण जैसी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है।[13]

उद्देश्य

प्रस्तुत शोध का उद्देश्य उत्तराखण्ड जैसे नवगठित राज्य के जिला चमोली में निवास करने वाली भोटिया जनजाति की सामाजिक व सांस्कृतिक स्थिति का अध्ययन करना है। इनके संघर्ष पूर्ण जीवन में समय के साथ आए बदलाव व इनकी जीवन शैली को जानना है।

अध्ययन क्षेत्र

चमोली जिला उत्तराखण्ड राज्य के उत्तरपूर्वी भाग में स्थित है। यहां भोटिया जनजाति के लोग मुख्य रूप से माणा, नीति और जध घाटियों में रहते हैं, जिनमें मार्छा और तोल्छा उपसमूह हैं, जो अपनी समृद्ध संस्कृति, पारम्परिक व्यापार (पहले तिब्बत से), ऊनी हस्तशिल्प और हिन्दू धर्म (बद्रीनाथ/केदारनाथ के पूजक) के लिए जाने जाते हैं। यह उत्तरी अक्षांश 29^0 55′ 00′′ और 31^0 03′ 45′′ तथा पूर्वी देशांतर 79^0 02′ 39′′ और 80^0 03′ 29′′ से घिरा हुआ है। चमोली अलकनंदा नदी के समीप बद्रीनाथ मार्ग पर स्थित है। यह एक धार्मिक स्थान है यहां की प्राकृतिक सुन्दरता पर्यटकों को अपनी ओर आकर्षित करती है। चमोली में कई स्थान रहने की सुविधा प्रदान करते हैं। इस जगह को 'चाती' कहा जाता है। चाती एक प्रकार की झोपड़ी है जो अलकनंदा नदी के तट पर स्थित है। चमोली मध्य हिमालय के बीच में स्थित है। चमोली की क्षेत्रफल 8,030 वर्ग किमी. है। समुद्र तल से ऊंचाई लगभग 1,250 मीटर (4,101 फीट) है।[14]

विधितंत्र

प्रस्तुत शोध में शोधकर्त्ता के द्वारा जिला चमोली के अध्ययन कार्य को पूरा करने में प्राथमिक एवं द्वितीयक आंकड़ों का प्रयोग किया गया है। प्राथमिक आंकड़ों का संग्रह शोधार्थी द्वारा स्वयं क्षेत्र के लोगों से मिलकर किया गया है। द्वितीयक आकंड़ों को प्राप्त करने के लिए तथा इस शोध कार्य को पूर्ण करने के लिए विभिन्न पुस्तकों, पत्र–पत्रिकाओं व समाचार पत्रों की सहायता ली गई है। जनसंख्या वर्ष 2011 की जनगणना पर आधारित है।[15]

उत्तराखण्ड की प्रमुख जनजातियां: एक दृष्टि में						
जनजातियां	कुल जनसंख्या	पुरूष	महिला	ग्रामीण	शहरी	लिंगानुपात
भोटिया	39,106	19,168	19,938	28,230	10,876	1040
बुक्सा	54,037	27,836	26,201	52,899	1,138	941
जौनसारी	88,664	46,020	42,644	82,616	6,048	926
राजी	690	366	324	606	84	885
थारू	91,342	45,884	45,458	86,984	4,358	990

स्त्रोत : जनगणना रिपोर्ट : 2011

सामाजिक व आर्थिक स्थिति

लिंग समानता के आधार पर भोटिया समुदाय में पुरूषों और महिलाओं को सामाजिक स्तर पर समान दर्जा दिया जाता है। इस जनजाति के लिए औपचारिक शिक्षा प्राप्त करना एक चुनौती रही है, हालांकि शिक्षा और साक्षरता दर में सुधार के प्रयास चल रहे हैं। आधुनिक जीवनशैली के रूप में आधुनिक वस्त्रों की उपलब्धता, पश्चिमीकरण के प्रभाव और शिक्षा तक पहुंच के कारण उनकी पारम्परिक वेशभूषा और जीवनशैली में भी बदलाव आ रहा है। भोटिया समुदाय को भारत की जनजातियों में सर्वाधिक विकसित, समृद्ध और सम्पन्न समुदायों में से एक माना जाता है, जिसके पीछे उनकी कड़ी मेहनत और लगन है। चमोली की भोटिया जनजाति में पारम्परिक जाति व्यवस्था नहीं है। इस समुदाय में हिन्दू वर्ण व्यवस्था का प्रभाव कम है और वे 'अनुसूचित जनजाति' के रूप में वर्गीकृत है। इस समुदाय की प्रमुख विशेषता यह है कि पुरूषों और महिलाओं को सामाजिक और आर्थिक रूप से लगभग समान दर्जा दिया जाता है। उनकी संस्कृति में 'मैत' (रिश्तेदारी) और 'गुं' (साझेदारी) जैसे सामाजिक रिश्ते महत्वपूर्ण हैं, जो उन्हें आपस में जोड़ते हैं। भोटिया समाज में जाति तथा वर्ण व्यवस्था के सामाजिक संगठन आधार पर धार्मिक एवं व्यावसायिक कार्य विभाजन के अतिरिक्त अतीत में एक सुव्यवस्थित सामाजिक संगठन की भी व्यवस्था थी। इस व्यवस्था के अनुसार प्रत्येक गांव में कार्य कुशलता के आधार पर बुढ़ा फौजदार तथा सयाना आदि पद बनाए गए थे। कुटुंब के सबसे बड़े पुत्र अथवा गांव के सबसे वयस्क व्यक्ति को बूढ़ाचारी का पद दिया जाता था। वही व्यक्ति गांव का मुखिया होता था। यह पद के आधार पर ही एक राठ बूढ़ाराठ अथवा बुराठ कहलाता है। इसमें पितृसत्तात्मक एवं पितृस्थानीय प्रकार का परिवार (मवासा) पाया जाता है। ये लोग परिवार के बुजुर्ग को बहुत सम्मान देते हैं। सम्पत्ति का विभाजन पिता के जीवित रहते हो जाता है। स्त्रियों को भी पुरूषों के समान अधिकार प्राप्त हैं। पहले इनमें युवा गृहों (रंग बंग) का प्रचलन था। गांव के बाहर एक अलग गृह बनाया जाता था। जिसमें रात्रिकाल में गांव के सभी अविवाहित युवक–युवतियां नृत्य व गीत आदि के माध्यम से मनोरंजन व विचारों का आदान–प्रदान करते थे। भोटिया समुदाय में एकपत्नी विवाह प्रथा प्रचलित है और वे विधवा पुनर्विवाह में विश्वास नहीं करते। मार्छा भोटिया अपने ही जाति में विवाह नहीं करते क्योंकि वे एक ही जाति को परिवार मानते हैं (बाह्यविवाही)। पहले मार्छा भोटिया तोल्छा भोटिया से विवाह के विरोधी थे, लेकिन आजकल यह प्रवृत्ति बदल रही है। अब वे प्रेम विवाह का भी समर्थन करते हैं और भोटिया समुदाय के बाहर भी विवाह करते हैं। हालांकि, ऐसे विवाहों के मामले बहुत कम हैं। विवाह की आयु लगभग 20–27 वर्ष है। वे अपनी पढ़ाई पूरी करने के बाद विवाह करते हैं और विशेष रूप से लड़के तभी विवाह करना पसंद करते हैं जब वे किसी व्यवसाय में स्थापित हो चुके हों।

भोटिया जनजाति में भी मांग में सिन्दूर, गले में हार तथा नाक में नथ विवाहित महिला की पहचान होती है। हाथ में तकली, पीठ पर कपड़े से बंधा बच्चा और सामने पगडण्डी और लकड़ी के रांच पर कालीन बनाने के लिए रंग–बिरंगे धागों में उलझी भोटिया नारी सचमुच जिन्दगी के सपनों की प्रेरणा ही है। भोटिया महिला के बारे में कहा जाता है कि वह कभी खाली नहीं बैठती। प्रत्येक क्षण उसके हाथ–पैर और दिमाग भविष्य के सपने साकार करने में व्यस्त रहते हैं। चमोली जिले की भोटिया महिला की बात हो और वीरांगना गौरा देवी का नाम ना आए ऐसा नहीं हो सकता है, सीमान्त नीती घाटी में स्थित रैणी गांव की इसी महिला ने अन्य महिलाओं के सहयोग से बेजुबान वृक्षों की रक्षा में हिमालय की उपत्यकाओं से वृक्षखोरों के खिलाफ जो गर्जना की वह दुनिया के कोने–कोने तक प्रतिध्वनित हुई। भोटिया समुदाय के कई लोग उच्च शिक्षा और रोजगार के लिए देहरादून, दिल्ली, मेरठ, कानपुर और लखनऊ जैसे बड़े शहरों में जाते हैं। इनमें से कुछ इंजीनियर, डॉक्टर, बैंक मैनेजर और शिक्षक जैसे पदों पर भी कार्यरत हैं। वे भारतीय सेना में भी अपनी सेवाएं दे रहे हैं। ये लोग कृषि कार्य जैसे फसल बुवाई, पूरी होने के बाद, ये लोग ऊनी स्वेटर, मोजे, टोपी, दून, कालीन, आसन, पंखी, शॉल, लावा आदि बेचकर पैसे कमाने पर ध्यान देते हैं। यात्रा के दौरान वे इन चीजों की दुकानें भी लगाते हैं साथ ही चाय की दुकानें भी, जहां वे पर्यटकों और तीर्थयात्रियों को चाय और नाश्ता बेचते हैं। कुछ लोग आम बीमारियों के लिए जड़ी–बुटियां भी बेचते हैं। इन चीजों से उन्हें गर्मी के मौसम में तीर्थयात्रियों और पर्यटकों से अतिरिक्त आय प्राप्त करने में मदद मिलती है। पारम्परिक रूप से भोटिया समाज में कठोर जाति व्यवस्था नहीं थी, लेकिन उनके व्यवसाय के आधार पर वर्ग बन गए थे, जैसे– व्यापारी जो तिब्बत के साथ व्यापार करते थे, और समृद्ध होते थे। पशुपालक– जो भेड़–बकरी और याक पालते थे। कृषक– जो घाटी के निचले इलाकों में खेती करते थे। 1962 के भारत–चीन युद्ध के बाद व्यापार बंद होने से अर्थव्यवस्था बदली, जिससे ये वर्ग भी प्रभावित हुए और कई लोग निचले क्षेत्रों में बस गए, जिससे पारम्परिक सामाजिक–आर्थिक संरचना में बदलाव आया।

सांस्कृतिक स्थिति

उत्तराखण्ड की जनजातीय विविधता में भी भोटिया जनजाति में जितनी सांस्कृतिक विविधता मिलती है, उतनी किसी अन्य जनजाति में नहीं मिलती, पारम्परिक रूप से भोटिया अर्ध–खानाबदोश व्यापारी रहे हैं, जो पशुपालन, ऊनी दस्तकारी और पारम्परिक व्यापार पर आधारित आर्थिक व्यवस्था चलाते हैं। ऐतिहासिक वृत्तांतों के अनुसार, उत्तर भारत के इस हिस्से में बसने वाले सबसे पहले लोग उत्तराखण्ड की जनजातियां थी। उनकी प्राथमिक आबादी अलग–अलग, ढलान वाले और जंगली क्षेत्रों तक ही सीमित हुआ करती थी। उत्तराखण्ड में जनजातियों के प्राचीन रीति–रिवाज नहीं बदले हैं। वे एक प्रागैतिहासिक समाज की अनूठी जीवन शैली और विशेषताओं का प्रतिनिधित्व करते हैं। उनकी जातीयता उनके सामाजिक–सांस्कृतिक प्रथाओं और पारम्परिक रीति–रिवाजों से निर्धारित होती है। हिमालयी प्राचीन जातियों के सामाजिक–सांस्कृतिक विन्यास को अभी तक इन जनजातियों ने सुरक्षित व संरक्षित रखा हुआ है। जो अमूल्य धरोहर के रूप में आने वाली पीढ़ी एवं गतिशील समाज में एक आधार स्तम्भ व अग्रदूत की भूमिका निभाती हैं। उत्तराखण्ड में भोटिया जनजाति अपनी विशिष्ट परम्पराओं, ऊनी पहनावा, खान–पान, अनमोल आभूषण, पशुपालन, खेती एवं आलौकिक संस्कृति से अपनी अभिन्न छवि बनाए हुए हैं, जो कि पूरे उत्तराखण्ड में ही नहीं अपितु पूरे देश में अपनी अलग पहचान बनाए हुए हैं। भोटिया जनजाति के दो आवासीय स्थलों में अपने पालतू पशुओं सहित वर्ष में एक बार आना और एक बार जाना 'कुन्चा' कहलाता है। आर्थिक चुनौतियां के रूप में आधुनिक संसाधनों की कमी और परिवहन की कठिनाईयों के कारण उनके पारम्परिक व्यवसाय में कमी आई

है, जिससे उनकी आजीविका प्रभावित हुई है। समुदाय अपनी सांस्कृतिक पहचान के संरक्षण के लिए प्रतिबद्ध है, लेकिन आधुनिक चुनौतियों का सामना भी कर रहा है। पारम्परिक वेशभूषाओं जैसे कि रंगा, चोगा आदि का उपयोग हुआ है, हालांकि इनका प्रभाव कम हो रहा है। ऊनी वस्त्रों का उत्पादन और व्यापार भी किया जाता है, लेकिन अब ब्रांडिंग और विपणन पर ध्यान दिया जा रहा है। भोटिया नृत्य अपने ऊर्जावान और जीवंत आंदोलनों के लिए जाना जाता है, जिसे त्योहारों और विशेष अवसरों पर किया जाता है। हिन्दू धर्म के प्रति इनकी आस्था और जुड़ाव के लिए यह प्रमाण काफी है कि बैकुण्ठ धाम के नाम से भी पुकारे जाने वाले हिन्दूओं के सर्वोच्च तीर्थ बद्रीनाथ के कपाट जब भी बन्द होते हैं तो भगवान विष्णु की पद्मासन वाली पाषाण प्रतिमा को 6 माह के लिए माणा गांव की कुवांरी मार्छा कन्याओं द्वारा बुनी गयी कम्बल पर लपेट कर गर्भगृह में रखा जाता है। यह घृत कम्बल कपाट खुलते समय अर्वाचीनकाल की इस शालिग्राम पाषाण प्रतिमा से हटाया जाता है, जिसे प्रसाद के रूप में भक्तों में वितरित कर दिया जाता है। माणा के भोटिया समुदाय के घण्टाकर्ण ईष्ट देवता ही हिन्दू धर्मावलम्बियों द्वारा बद्रीनाथ के अंगरक्षक माने जाते हैं।

सामाजिक–सांस्कृतिक बदलाव

चमोली जिले की भोटिया जनजाति में सामाजिक–सांस्कृतिक बदलाव मुख्य रूप से तिब्बत से व्यापार बंद होने (1962 युद्ध के बाद), आधुनिकीकरण और सरकारी नीतियों के कारण आए हैं। नंदा देवी बायोस्फीयर रिजर्व और जंगल–सम्बन्धी प्रतिबंधों से भेड़–बकरी पालन में गिरावट आयी, जिससे पारम्परिक पशुपालन व्यवसाय प्रभावित हुआ। जिससे उनका पारम्परिक पशुपालन और ऋतुकालीन प्रवास कम हुआ है, शिक्षा, स्वास्थ्य और अर्थव्यवस्था में परिवर्तन (ऊन उद्योग, औषधीय पौधे) आया है और धीरे–धीरे वे गैर–भोटिया संस्कृति और शहरी जीवन से जुड़ रहे हैं। आर्थिक स्थिति सुधारने के लिए गृह–ऊन उद्योग और ऊनी वस्त्रों के निर्माण को बढ़ावा मिला जिससे उनकी पहचान बनी। हिमालय के दुर्गम क्षेत्रों में जड़ी–बूटियों और सुगंधित पौधों के संग्रह से आय का एक नया स्त्रोत बना है। तिब्बत के साथ व्यापार बंद होने से उनकी आर्थिक स्थिति डगमगाई और गढ़वाली व तिब्बती समुदायों के साथ सामाजिक सम्बन्ध विघटित हुए हैं। तिब्बत व्यापार बंद होने और प्रवास के प्रभावित होने से उनके अस्थायी ग्रीष्मकालीन आवास अब स्थायी हो गये। ऋतुकालीन प्रवास की दर में काफी कमी आयी है जो प्रवास होता भी है, अब वह कम समय के लिए और धार्मिक या आस्था सम्बन्धी कारणों से होता है। स्थानीय हिन्दुओं के सम्पर्क से भोटिया समुदाय में भी जाति–आधारित स्तरीकरण (जैसे 'रं' शौका या हिन्दू राजपूत) के तत्व दिख रहे हैं, हालांकि कुछ क्षेत्रों में यह पारम्परिक हिन्दू जाति व्यवस्था से अलग हैं। आधुनिक दबावों के बावजूद वे अपनी पारम्परिक कला, हस्तशिल्प और रीति–रिवाजों को बचाने के लिए संघर्ष कर रहे हैं और सांस्कृतिक पहचान बनाए रखने के लिए काम कर रहे हैं। आधुनिक शिक्षा और स्वास्थ्य की दृष्टि से पारम्परिक जड़ी–बूटियों के साथ आधुनिक चिकित्सा का भी उपयोग बढ़ रहा है, साथ ही अब शीतकालीन क्षेत्रों में आधुनिक सुविधाओं का लाभ अधिक लिया जा सकता है। गैर–भोटिया लोगों (गढ़वाली) के साथ चिकित्सा और अन्य सेवाओं के माध्यम से सम्पर्क बढ़ने से गढ़वाली संस्कृति के तत्व समाहित हो रहे हैं। मृतक के अंतिम संस्कार और विधवा से जुड़े कुछ पारम्परिक रीति–रिवाजों (जैसे साल भर उल्टे कपड़े पहनना) में बदलाव देखा जा सकता है, हालांकि कुछ प्रथाएं अभी भी जीवित हैं। अपनी संस्कृति और पहचान को बनाए रखने के लिए डिजिटल प्लेटफॉर्म और सामुदायिक पर्यटन का सहारा लिया रहा है और ये जनजातियां अपनी पहचान बचाने के लिए सांस्कृतिक पुनरूद्धार के प्रयास भी कर रहे हैं।

निष्कर्ष

भारत और तिब्बत के बीच का सीमान्त क्षेत्र अत्यन्त दुर्गम और हिमाच्छादित पहाड़ी क्षेत्र होने के कारण भारत सरकार ने सामरिक कारणों से ही भोटिया को जनजाति का दर्जा दिया था, ताकि लोग अपने स्थानों पर बने रह कर अपना विकास कर सकें। 1962 युद्ध के बाद पारम्परिक व्यापारिक मार्गों के बंद होने से भोटिया समुदाय को नए आर्थिक अवसरों की तलाश करनी पड़ी, हालांकि कुछ लोग अभी भी अपने पारम्परिक व्यवसाय और जीवनशैली को बनाए रखने का प्रयास कर रहे हैं। भोटिया समुदाय की विविध आवश्यकताओं को पूरा करने वाले स्थायी समाधानों को प्राप्त करने के लिए, सांस्कृतिक विविधता का सम्मान करना, शोधकर्त्ताओं, नीति निर्माताओं और समुदाय के सदस्यों के बीच सहयोग और आपसी सम्मान को बढ़ावा देना आवश्यक है। इन प्रयासों के माध्यम से, हम भोटिया जनजाति की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत और पारिस्थितिक ज्ञान का सम्मान और संरक्षण कर सकते हैं, साथ ही आने वाली पीढ़ियों के लिए प्रभावी, सुरक्षित और सांस्कृतिक रूप से सामाजिकता की उपलब्धता सुनिश्चित कर सकते हैं। समुदाय के सामाजिक–आर्थिक विकास के लिए शिक्षा एक महत्वपूर्ण कारक है, जिस पर ध्यान केंन्द्रित किया जा रहा है। बाजार आधारित हस्तक्षेप में पारम्परिक वस्त्रों के विपणन के लिए ब्रांड डिजाइनिंग और लेबलिंग जैसे प्रशिक्षण आयोजित किये जा रहे हैं, जिससे बाजार की समस्या का समाधान हो सके। सांस्कृतिक विरासत का संरक्षण करने के लिए आधुनिकीकरण और विकास की प्रक्रियाओं के साथ–साथ अपनी सांस्कृतिक विरासत को बनाए रखने के लिए प्रयास किये जा रहे हैं। इस समुदाय का जीवन बाहरी दुनिया के प्रभाव, सरकारी नीतियों और बदलते आर्थिक परिदृश्य के साथ तेजी से बदल रहा है, जिससे उनकी पारम्परिक जीवनशैली और सांस्कृतिक प्रथाओं में महत्वपूर्ण परिवर्तन आ रहे हैं, लेकिन वे अपनी पहचान और विरासत को बचाने के लिए अनुकूलन भी कर रहे हैं।

संदर्भ सूची

1. राकेश सिंह फकलियाल, उत्तराखंड के सीमान्त पर्वतीय क्षेत्र के भोटिया जनजातियों के प्रवास के परिप्रेक्ष्य में International Journal of Education, Modern Management, Applied Science & Social Science (IJEMMASSS) 231 ISSN : 2581-9925, Impact Factor: 6.882, Volume 04, No. 03(II), July - September, 2022, pp. 231-236
2. Monika Rani, Dr. Narendra Kumar 'A Study of Caste and Tribal System in Kumaon and Garhwal Reasons in Uttarakhand' International Journal for Multidisciplinary Research (IJFMR) E-ISSN: 2582-2160 Vol. 6, Issue 3, May-June 2024 https://doi.org/10.36948/ijfmr.2024.v06i03.21447
3. अंजलि चौहान ''उत्तराखण्ड के माना गांव में भोटिया जनजाति की पारम्परिक चिकित्सा पद्धति'' खण्ड 6(10), पृष्ठ 296–304, अक्टूबर 2014। https://doi.org/10.5897/IJSA2014.0540
4. परीक्षा वाणी, 2024 उत्तराखण्डः एक समग्र अध्ययन 15वां संशोधित संस्करण पेज न0 299।
5. जय सिंह रावत 2013 ''उत्तराखण्ड : जनजातियों का इतिहास'' प्रकाशक कीर्ति नवानी विनसर पब्लिशिंग कम्पनी, देहरादून, उत्तराखण्ड ISBN: 978–81–86844–13–7 पेज न0 39–79। स्त्रोत : जनगणना रिपोर्ट : 2011
6. डॉ0 निरंजन शर्मा 2018 'उत्तराखण्ड जनजातीय समाज की संस्कृति एवं सामाजिक परम्परायें' शोध मंथन, जून 2018 ISSN (P); 0976-5255,(e) : 2454-339X, Impact Factor 5.463 (SJIF) page no. 19-25.

7. Rawat, Harsha 2020 Traditional tribal textiles of Uttarakhand: A study on production and consumption practices among Bhotia tribals Publisher G.B. Pant University of Agriculture and Technology, Pantnagar - 263145 (Uttarakhand) https://krishikosh.egranth.ac.in/handle/1/5810153296
8. पूर्ववत https://doi.org/10.5897/IJSA2014.0540
9. डॉ0 डीगर सिंह फर्सवाण 2017 Tribes in Uttrakhand : Status and Diversity', International Journal of Multidisciplinary Research and Development, Volume 4; Issue 1; January 2017; page no. 89-93.
10. देवेन्द्र सिंह परिहार, कमल सिंह राणा, डॉ0 दीपक व मनोज कुमार टम्टा 'उत्तराखण्ड के तहसील मुनस्यारी में जनजातियों का सांस्कृतिक अध्ययन' International Journal of Multidisciplinary Studies, Vol. 4, Issue 5, May, 2018 ISSN 2454-8499 page no. 01-10.
11. पूर्ववत https://krishikosh.egranth.ac.in/handle/1/5810153296
12. पूर्ववत (IJEMMASSS)
13. Anu Chamola, S. Singh, P.Verma, M.Pal, "Ethnomedicinal Practices of Bhotia Tribes of Uttarakhand, India" SM Journal of Medicinal Plant Studies 12 (4):21-29 DOI:10.22271/plants.2024.v12.i4a.1688
14. https://chamoli.gov.in
15. स्त्रोत : जनगणना रिपोर्ट
16. : 2011

Copyright & License:

© Authors retain the copyright of this article. This work is published under the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0), permitting unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.