



भारतीय पारम्परिक जीवन शैली में सामाजिक स्वास्थ्य की अवधारणा - एक विश्लेषणात्मक अध्ययन।

Dr Neelima Arora¹

¹ Aishwarya College of Education (Law), Jodhpur

Abstract :- मानव के लिए प्रकृति द्वारा सृजित प्राकृतिक पर्यावास में परिवर्तन की विविधता के आयामों का विश्लेषण ही स्पष्ट करता है कि किस प्रकार मानव अपने प्राकृतिक स्वरूप से आज के भौतिक जीवन में उलझ गया है। आज का व्यक्ति प्राकृतिक जीवन से विलग हो गया है और अपने व्यस्ततम जीवन व्यवहार से समय निकाल कर मोटी धनराशि का व्यय कर प्रकृति से जुड़ने का प्रयास करता है और वह भी स्वयं के लिए करने की अपेक्षा “सोसियल मीडिया” पर पोस्ट अपडेट करने के लिए करता है। इस प्रकार आज व्यक्ति विशेष का जीवन आधुनिक हो कर भी सामाजिक स्वास्थ्य के आयाम पर “वेंटिलेटर” पर है। जहां किसी को भी किसी के लिए समय तक नहीं है। सुख - दुख की अभिव्यक्ति भी एक खानापूर्ति ही रह गया है। लेकिन कभी इस बात पर गौर करने प्रयास ही नहीं किया है कि आज भी ग्रामीण जीवन कुछ हद तक प्रकृति पर आधारित है और संयुक्त परिवार तथा सामूहिक आयोजन ने व्यक्ति विशेष के सामाजिक स्वास्थ्य को जीवित कर रखा है। ग्रामीण जीवन व्यवहार की संरचना का सृजन पूर्ण से व्यक्ति विशेष के सामाजिक स्वास्थ्य को ध्यान में रख कर ही किया गया है। ग्रामीण जीवन व्यवहार में व्यक्ति विशेष के कार्यों एवं समस्याओं का समाधान सामूहिक स्तर पर निष्पत्ति करने की व्यवस्था का व्यवहार देखने को मिलता है। जिस प्रकार आज भी दक्षिण राजस्थान के आदिवासी अंचल में किसी भी परिवार विशेष के सामाजिक कार्यक्रम में वित्तीय आवश्यकता की पूर्ति समाज स्तर पर प्रचलित “नौतरा प्रथा” से की जाती है जिसके तहत एक विशेष दिन समुदाय विशेष के लोग एकत्रित होकर अपनी सक्षमता के अनुसार धनराशि का सहयोग कर परिवार विशेष के सामाजिक कार्यक्रम के आयोजन में आर्थिक सहयोग करते हैं और परिवार विशेष पर आए आर्थिक संकट को दूर करने में मदद करते हैं। इस प्रकार की सामूहिक गतिविधियां ही व्यक्ति विशेष के सामाजिक स्वास्थ्य को जीवित रखती है। व्यक्ति विशेष के सामाजिक स्वास्थ्य से संबंधित विस्तृत अध्ययन करने के लिए भारतीय पारम्परिक जीवन शैली में का अध्ययन किया जाना चाहिए जो ग्रामीण जीवन में आज भी देखने को मिलता है।

Key Points :- प्राकृतिक पर्यावास, सोसियल मीडिया, संयुक्त परिवार तथा सामूहिक आयोजन आदि।

परिचय :- यह सत्य है कि आभासी भौतिकवादिता ने सारी दुनियां को एक उपकरण में समेकित कर दिया है और वर्तमान “सोसियल मीडिया के युग में भौतिक दुरिया समाप्त हो गई किन्तु एक ही घर में परिवार के सदस्य पड़ोसी हो गये हैं तब यह अहसास होता है कि नब्बे का वो दशक वास्तविकता में कितना अच्छा था? जब दुनिया, दुनिया में ही

¹ Aishwarya College of Education (Law), Jodhpur

थी और इंसान, इंसान के बीच में था। आज मोबाइल तो स्मार्ट हो गया किन्तु व्यक्ति विशेष के मध्य की दुरिया बढ़ गई। परिणामतः व्यक्ति विशेष का सामाजिक स्वास्थ्य लगभग खत्म सा हो गया है। सिर्फ अपने में खोता चला जा रहा है। नीजि जीवन में इतना उलझ कर रह गया है कि अपने निवास स्थान के आस - पास दो घर छोड़ कर कौन रह रहा है? अब इसकी जानकारी रखना बहुत ही मुश्किल हो गया है। यह हालात शहरों और महानगरों में ज्यादा देखने को मिलता है और इसमें कॉम्प्लेक्स क्लचर ने बहुत ही ज्यादा योगदान दिया है। जहां केवल सार्वजनिक आयोजनों के उपरांत साथ का पड़ोसी एक अजनबी हैं। यह वह दौर है जहां व्यक्ति विशेष का सार्वजनिक जीवन लगभग खत्म सा हो रहा है और व्यक्ति सिर्फ अपने में खोता जा रहा है। ऐसी स्थिति में जब हर कोई बस अपनी नीजि जीवन का ही सोच रहा है तब सामाजिकता का व्यवहार कितना ही दुर्भर हो जाता है। इस का परिणाम यह है आज का व्यक्ति ज्यादा मानसिक अवसाद में हैं क्योंकि व्यक्ति विशेष का सामाजिक जीवन अर्थात सामाजिक स्वास्थ्य खतरे में है और उससे बचने के लिए भौतिकवादीता की ओर अग्रसर है जो कि इस समस्या का हल नहीं है।

सामाजिक स्वास्थ्य की अवधारणा :- सामाजिक स्वास्थ्य का अर्थ है कि व्यक्ति विशेष का सार्वजनिक और सामुहिक जीवन में किया गया योगदान और प्राप्त किये गये लाभ का मिश्रण है। सहीं अर्थों में सामाजिक स्वास्थ्य एक प्रकार का व्यवहार / आचरण है जो कि व्यक्ति विशेष द्वारा सर्वप्रथम अपने-अपने परिवार से आरम्भ कर समाज और स्थान विशेष के सामुहिक कार्यक्रम में विहित भूमिका को अदा कर प्राप्त किये गये लाभ हैं। सामाजिक स्वास्थ्य की अवधारणा को सहीं अर्थों में जानना है तो हमें 90 के दशक के ग्रामीण जीवन को देखना/विक्षेपण करना होगा जहां सामाजिक स्वास्थ्य का व्यवहारिक पहलू देखने को मिलता है।

भारतीय पारम्परिक जीवन शैली (ग्रामीण जीवन) में सामाजिक स्वास्थ्य की अवधारणा / दर्शन :- भारत गांवों का देश है। भारत की आत्मा गांवों में बसती हैं और सहीं मायनों में व्यक्ति विशेष का सामाजिक स्वास्थ्य की अवधारणा को समझना है तो हमें भारतीय पारम्परिक जीवन शैली अर्थात ग्रामीण जीवन का अध्ययन करना आवश्यक हो जाता है। इसके लिए ग्रामीण जीवन को निम्न प्रकार से वर्गीकृत कर विक्षेपण किया जा सकता हैं:-

- परिवार संरचना
- भोजन व्यवहार
- पारिवारिक सामाजिक कार्यक्रम
- सार्वजनिक कार्यक्रम एवं आयोजन
- सार्वजनिक मंदिर और संबंधित कार्यक्रम
- सार्वजनिक पर्व/उत्सव
- सार्वजनिक स्थल और व्यवस्था
- आपसी जीवन व्यवहार

1. परिवार संरचना :- सामान्यतः परिवार संरचना के आधार पर दो प्रकार के होते हैं अर्थात एकल परिवार और संयुक्त परिवार। भारतीय दर्शन में परिवार की संरचना संयुक्त परिवार की ही देखनों को मिलती है। यह सत्य है कि शहरों और महानगरों में यह व्यवहार अपवाद स्वरूप ही देखने को मिलता है किन्तु गांवों में आज भी संयुक्त परिवार की अवधारणा देखनों को मिलती हैं। संयुक्त परिवार का सर्वाधिक लाभ यह होता है कि बच्चे कब अपने दादा-दादी के साथ खेलते - खेलते बड़े हो जाते हैं पता ही नहीं चलाता हैं। माता - पिता को केवल परिवार की आवश्यक जरूरतों की व्यवस्था पर ही ध्यान देना होता है। साथ ही परिवार में प्रतिदिन एक उत्सव का माहौल ही रहता है। सामूहिक रूप से सभी का सदस्यों का एक साथ भोजन करना और दिन भर की व्यस्तता की चर्चा करना और समस्याओं का समाधान अनुभव

आधारित प्राप्त करना। यह सब आज के शहरों और महानगरिय जीवन में एक कल्पना ही रह गया है। आज केवल एकल परिवार है जहां पति-पत्नी और ज्यादा से ज्यादा एक बच्चा। इसमें भी माता-पिता दोनों नौकरी/व्यवसाय में व्यस्त रहते हैं और बच्चा या तो “आया” के पास या “डे बोर्डिंग” स्कूलों में अपना बचपन बिताते हैं। एक प्रकार से परिवार के सदस्यों का सामाजिक स्वास्थ्य सदैव ही वेंटिलेटर पर ही रहता है। क्योंकि नीजि जीवन में एकल परिवार इतना व्यस्त रहता है कि परिवार के सदस्य ही घर में पड़ोसी सा व्यवहार करते हैं। इस समस्या का हल ढूंढने एक परिवार वीकेंड पर “मॉल कल्चर”, होटल या रिसोर्ट कल्चर की ओर भागता है। जहां पर परिवार विशेष अपना मनोरंजन करता है और इसके लिए भारी-भरकम धन राशि खर्च भी करता है। यह सब केवल परिवार विशेष तक ही सीमित रहता है। इस प्रकार के जीवन व्यवहार में दिखावा तो बहुत होता है और सोसियल मीडिया में पोस्ट करने के लिए पोस्ट तो होती है लेकिन सामाजिक स्वास्थ्य के पहलू पर कहीं न कहीं परिवार विशेष के सदस्य अकेले पड़ जाते हैं तब संयुक्त परिवार की अवधारणा का महत्व समझ आता है।

2. भोजन व्यवहार :- ग्रामीण जीवन में परिवार विशेष का भोजन व्यवहार साधारण ही होता है जो कि स्थान विशेष के वातावरण पर निर्भर करता है। जो कि परिवार के सदस्यों के स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होता है। संयुक्त परिवार में परिवार के सदस्य ही भोजन बनाते हैं और सदस्य सामूहिक भोजन के रूप में एक साथ भोजन करते हैं तो ऐसा प्रतीत होता है कि परिवार में कोई उत्सव चल रहा है क्योंकि भोजन पर दिन भर के अनुभव पर चर्चा होती है। भावी कार्यक्रम पर योजना बनती है। परिवार विशेष के सदस्यों का सामाजिक स्वास्थ्य का स्तर व्यावहारिक रहता है। वहीं शहरी एकल परिवार की बात करें तो विशेष रूप से परिवार में भोजन की व्यवस्था बाहरी व्यक्ति के हाथों में होती है। महानगरों में ज्यादातर माता-पिता नौकरी में व्यस्त रहते हैं तो भोजन घर के नौकर ही बनाते हैं और भोजन भी परिवार के सदस्य जब समय मिलता है कर लेते हैं इस पर परिवार विशेष को एक साथ भोजन करने का समय नहीं मिल पाता है और साथ से प्राप्त सामाजिक स्वास्थ्य कहीं गौण हो जाता है।

3. पारिवारिक सामाजिक कार्यक्रम :- ग्रामीण जीवन में पारिवारिक सामाजिक कार्यक्रम जैसे विवाह, मुण्डन, मृत्यु आदि के लिए परिवार विशेष को विशेष व्यवस्था का आर्थिक भार नहीं उठाना पड़ता है। कार्यक्रम का आयोजन खेतों में शामियाना लगा कर अथवा गांवों के सार्वजनिक स्थल का उपयोग कर, कर लिया जाता है। शहरों की भांति लाखों रुपयों को खर्च कर आयोजन स्थल किराये पर नहीं लेने पड़ते हैं। ग्रामीण जीवन में अतिथि भी अपनी व्यवस्था से आता है तथा पूरा गांव उस कार्यक्रम का आयोजन होता है तथा प्रत्येक परिवार अपनी नीजि जिम्मेदारी को मानते हुए अतिथि सत्कार के लिए व्यवस्था करता है। जिस परिवार में कार्यक्रम होता है उसे ज्यादा परेशान होने की आवश्यकता नहीं होती है। लगभग तीस-चालिस वर्षों पूर्व ग्रामीण जीवन व्यवहार का अध्ययन करने पर यह पाया जाता है कि परिवार विशेष के सामाजिक कार्यक्रमों में भोजन बनाने के लिए किसी भी हलवाई को नियुक्त नहीं किया जाता था। गांव के लोग ही एक साथ एकत्रित हो कर भोजन बनाने से लेकर परोसने तक की आदि व्यवस्था अपने स्तर पर कर लेते थे और कार्यक्रम आयोजित करने वाले परिवार को इस व्यवस्था की चिंता से दूर ही रखा जाता था। अतिथियों के ठहरने तक की व्यवस्था गांव के अन्य परिवार अपने स्तर पर कर लेते थे। अतिथि भी अपने दायित्व से भली प्रकार से जानकार होते थे वे भी कार्यक्रम के सफल आयोजन में अपना योगदान करते थे। परिवार विशेष को केवल बारातियों की ही व्यवस्था करनी होती थी और वह भी गांव सार्वजनिक स्थल पर ही की जाती थी और विशेष कोई आर्थिक भार भी नहीं पड़ता था। भोजन करने के लिए “पंगत” पद्धति का उपयोग किया जाता था तथा भोजन परोसने का दायित्व गांव के लोग अपने नीजि दायित्व के रूप सदैव ही अपनी भूमिका नीजि स्तर पर तय कर लेते थे और इस प्रकार एक सफल आयोजन कर लिया जाता था। सहीं अर्थों में यही व्यक्ति विशेष के सामाजिक स्वास्थ्य के रूप यह सबसे बड़ा योगदान था। जहां एक दुसरे पर निर्भरता थी और आत्मीयता थी। लेकिन शहरी कल्चर में अब यह देखने को नहीं

मिलता है छोटे - छोटा और बड़े से बड़ा आयोजन भी इवेंट मैनेजमेंट को देकर परिवार विशेष ने अन्यो पर निर्भरता की भूमिका का महत्व ही खत्म कर दिया है। आमंत्रित अतिथि भी अतिथि के रूप में ही आता है और यह सब केवल दिखावा ही होता है आयोजक परिवार को अनावश्यक ही दिखावे का आर्थिक भार सहन करना पड़ता है।

4. सार्वजनिक कार्यक्रम एवं आयोजन :- ग्रामीण जीवन के सामाजिक स्वास्थ्य का एक मुख्य आधार सार्वजनिक कार्यक्रम भी है जहां पर समय - समय पर लोक नाट्य यथा - रामलीला, गवरी नृत्य, “अमर सिंह का खेल” आदि का आयोजन किया जाता है जो कि सार्वजनिक स्तर पर गांव के लोगों द्वारा ही मंचन किया जाता है और इस आयोजन में गांव के प्रत्येक व्यक्ति द्वारा अपना योगदान दिया जाता है। मेवाड़ के ग्रामीण जीवन में गवरी नृत्य का अलग ही महत्व है जहां पूरा गांव सम्मिलित होता है और गांव की बहन-बेटी के ससूराल में गवरी नृत्य करवाया जाता है। इस आयोजन के आमंत्रण को व्यक्ति विशेष द्वारा बड़े ही उत्साह के साथ किया जाता है तथा कार्यक्रम के समापन के दिन जिसे “गलावण वलावण” के नाम से जाना जाता है के दिन गांव के प्रत्येक परिवार द्वारा अपने ईष्ट परिजनो को आमंत्रित किया जाता है। जो कि बड़ा ही मनोरम दृश्य होता है। यह दृश्य शहरी कलचर में देखने को नहीं मिलता है। साथ ही मेलों आदि का आयोजन भी ग्रामीण परिवेश में ही देखने को मिलता है। इस प्रकार के आयोजन व्यक्ति विशेष के सामाजिक स्वास्थ्य के स्तर को बढ़ावा देते है।

5. सार्वजनिक मंदिर और संबंधित कार्यक्रम :- मंदिर विशेष का महत्व और उससे जुड़े कार्यक्रम का महत्व है। गांव का प्रत्येक व्यक्ति नियमित रूप से किसी न किसी मंदिर और उससे जुड़े कार्यक्रम में अपनी सक्रिय भूमिका निभाता है। दैनिक दिनचर्या में के रूप में अपने नीजि जीवन का हिस्सा बना कर मंदिर और उससे संलग्न कार्यक्रम में भाग लेकर अपने सामाजिक स्वास्थ्य के स्तर को नियमित करता रहता है परिणामतः गांव के अन्य लोगों से सक्रिय जुड़ाव रहता है। यह जीवन व्यवहार शहरी कलचर में देखने को नहीं मिलता है।

6. सार्वजनिक पर्व/उत्सव :- सार्वजनिक पर्व और उत्सव के आयोजन का महत्व भी ग्रामीण कलचर में देखने को मिलता है। इसका सबसे बड़ा उदाहरण अभी हाल ही में आयोजित होने वाले पर्व होली का ही देखने को मिलता है। जहां शहरों में होलीका दहन कार्यक्रम का आयोजन एक ही मुहल्ले में एक से अधिक देखने को मिलता है वहीं गांवों में एक गांव की एक होलीका दहन होता है तथा होलीका दहन के एक माह पूर्व ही होलीका दहन के लिए होली को “रोप” दिया जाता है तथा सभी ग्रामीण संयुक्त हो कर होलीका दहन कार्यक्रम में भाग लेते है। इस प्रकार के सार्वजनिक पर्व व्यक्ति विशेष के सामाजिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देते है।

7. सार्वजनिक स्थल और व्यवस्था :- ग्रामीण कलचर में सार्वजनिक स्थल का बड़ा ही महत्व है क्योंकि दिनभर की व्यस्तता के बाद ग्रामीण गांव के मुख्य चौराहे जिसे साधारण भाषा में “चौरा” कहा जाता है पर एकत्रित होते हैं और वार्तालाप करते है। भावी आयोजनों को साकार किया जाता है। इस प्रकार की वार्तालाप में एक प्रकार का अनुशासन भी देखने को मिलता है जहां छोटे सदैव बड़ों की बात को मानते है।

8. आपसी जीवन व्यवहार :- ग्रामीण जीवन में आज भी यह देखने को मिलता है कि “गांव की बहन-बेटी” और “गांव का जवाई” जैसी अवधारण कायम है जहां किसी भी परिवार की बहन-बेटी हो वह पूरे गांव की बहन-बेटी कहलाती है और किसी भी गांव के परिवार में विवाह संबंध करने पर पुरुष को गांव के जवाई के रूप में सभी परिवार से मान - सम्मान मिलता है। इस प्रकार का जुड़ाव व्यक्ति विशेष के सामाजिक स्वास्थ्य के स्तर को उच्च स्तर तक लेकर जाता है क्योंकि यह सिर्फ मान - सम्मान को व्यक्त करने का तरीका है। जो कि आज के शहरी जीवन में देखने को नहीं मिलता है जहां पड़ोसी एक अजनबी होता है वहां इस प्रकार की अवधारण नहीं देखने को मिलती है।

निष्कर्ष :- इस प्रकार से निष्कर्ष रूप में यह व्यक्त किया जा सकता है कि भारतीय पारम्परिक जीवन शैली में सामाजिक स्वास्थ्य की अवधारणा / दर्शन जीवन के प्रत्येक आयाम में देखने को मिलता है जहां पर व्यक्ति विशेष को एकाकी जीवन से बाहर निकाल कर सार्वजनिक जीवन में सम्मिलित कर मानसिक अवसाद से बचाता है। सार्वजनिक जीवन का यहीं आयाम व्यक्ति विशेष का सामाजिक स्वास्थ्य है।

सुझाव :-

1. यह सत्य है कि अब 90 के दशक का ग्रामीण कल्चर अब नहीं लौट कर आ सकता है किन्तु उस अवधारणा को नवीन रूप में लागू कर व्यक्ति विशेष के निजी जीवन को सार्वजनिक रूप में लाना होगा।
2. प्रत्येक व्यक्ति को अपनी व्यवसायिक जीवन से बाहर निकल कर परिवार और सह-निवासियों के साथ सार्वजनिक कार्यक्रमों में सम्मिलित करना चाहिए।

