ISSN 2348-8425

SATRAVACHEE

An International Registered Peer Reviewed Bilingual Research Journal

सत्रावची

A UGC-CARE Enlisted
Peer Reviewed Research Journal

Special Issue

Year 11, Issue 28,
Vol 40,
July-September, 2023

WOMEN EMPOWERMENT - III

Editor
Anand Bihari

Chief Editor
Kamlesh Verma

ISSN : 2348-8425

SATRAACHEE

UGC Care Enlisted, Peer Reviewed Research Journal

Issue 28, Vol. 40, July-September, 2023

Women Empowerment-III

Editor
Anand Bihari

Chief Editor
Kamlesh Verma

Co-Editor
Archana Gupta
Jay Prakash Singh

Review Editor
Suchita Verma
Ashutosh Partheshwar

Assistant Editor
Guntaj Kour
Shivangi

Advisory Committee and Reviewers

- Dr. Pushpalata Kumari, Political Sc., Patna University, Patna.
- Dr. Neera Choudhury, Music, Patna University, Patna.
- Dr. Arvind Kumar, Music, Patna University, Patna.
- Dr. Raju Ranjan Prasad, History, B.B.A.Bihar University, Mujaffarpur
- Dr. Anurag Ambasta, Coordinator, Department of English, St. Xavier's College of Management and Technology, Patna
- Dr. Nutan Kumari, Assistant Director & Associate Professor, Amity, Institute of English Studies & Research, Amity University, Patna
- Dr. Shwet Nisha, Assistant Professor, Dept. of English, Amity University, Patna

❑❑

सत्राची

मानविकी एवं सामाजिक विज्ञान की पूर्व समीक्षित त्रैमासिक शोध पत्रिका
Pre-Reviewed Quarterly Research Journal of the Humanities and Social Sciences

Price : ₹ **150**

Subscription:

Five Year : Rs. 5000/- (Personal)
: Rs. 10000/- (Institutional)
Life Time : Rs. 12000/- (Personal)
: Rs. 25000/- (Institutional)

The Draft/Cheque may please be made in favour of
'SATRAACHEE FOUNDATION'
C/A No. 40034072172. IFSC : SBIN0006551,
State Bank of India, Boring Canal Rd.-Rajapool,
East Boring Canal Road, Patna, Bihar, Pin: 800001

Google Pay No.: 9661792414

© सर्वाधिकार सुरक्षित (Copyright Reserved)
The editor does not have to agree with the published articles.

Editing/Publishing: Unpaid/ Unprofessional
Publisher: *Satraachee Foundation, Patna*

Editorial Contact:

Anand Bihari
Kala Kunj, Besdide Canara Bank
Bazar Samiti Road, Bahadurpur
Patna-800016

Website : http://satraachee.org.in
E-mail : satraachee@gmail.com
Mob. : 9661792414 (A.Bihari.)
: 9415256226 (Kamlesh Verma.)

❖❖❖

SATRAACHEE

अनुक्रम

05 :: संपादकीय – *आनन्द बिहारी*

07 :: हिंदी साहित्य और नारी सशक्तीकरण का संदर्भ – *डॉ. नलिनी सिंह*

12 :: मन्नू भंडारी की कहानियों में नारी संघर्ष – *एन. हरि प्रसाद, डॉ. पी. हरिराम प्रसाद*

18 :: महिलाओं का महत्व एवं महिला सशक्तीकरण – *डॉ. ऐनूर एस. शेख*

21 :: मधु कांकरिया के कहानी साहित्य में नारी सशक्तीकरण के विविध आयाम – *राम किशोर माली, डॉ. रमेश चन्द मीणा*

26 :: नारी जीवन-संघर्ष का दस्तावेज़ : गोदान – *डॉ. शेख मुख़्तार शेख वहाब*

31 :: 21वीं सदी के उपन्यासों में चित्रित भूमंडलीकरण का दौर और मानव जीवन – *नेहा*

36 :: नागपुर शहर की अम्बेडकरपूर्व दलित महिला नेतृत्व – *डॉ. सूर्यकांत महादेवराव कापशीकर*

41 :: भारतीय महिलाओं के विशेष संदर्भ में डॉ. बाबासाहेब अंबेडकर का नारीवादी दृष्टिकोण – *डॉ. अनुराधा सिंह*

47 :: डॉ. बाबासाहब अंबेडकर की दृष्टि से स्त्री सक्षमीकरण – *डॉ. सुशांत चिमणकर*

54 :: भारत में महिला-पुरुष जेण्डर असमानता : एक ज्वलंत समस्या – *डॉ. सुनील कुमार चौधरी*

59 :: महिला सशक्तीकरण में बाधाएँ – *डॉ. राजकुमार बिरादार*

65 :: भारत वर्ष में महिला सशक्तीकरण : बाधाएँ एवं सरकार की भूमिका – *डॉ. कमलकिशोर बा. इंगोले*

69 :: महिला हिंसाचार : कारण, परिणाम एवं निर्मूलन – *प्रो. ज्योति जी. नाकतोड़े*

75 :: महिला सशक्तीकरण में सोशल मीडिया की भूमिका – *डॉ. आनंद टी. रायपुरे*

81 :: महिला सशक्तीकरण में जेंडर बजटिंग की भूमिका – *डॉ. नीलम सिंह*

86 :: भारत में चुनाव सुधार की आवश्यकता – *दीपक सिसोदिया*

90 :: योग, ध्यान और मानव स्वास्थ्य का अंतर्संबंध – *डॉ. दीपरत्ना मासुलकर*

95 :: योग एवं स्वास्थ्य : एक दार्शनिक विवेचन – *वंदना नोहरिया*

100 :: आसन एवं प्राणायाम का मनुष्य के स्वास्थ्य पर प्रभाव : एक मूल्यांकन – *डॉ. राजेश कुमार*

106 :: मानसिक शांति के लिए योग – *प्रा. शिरीष मा. सुतार*

❖❖❖

जिस स्थान पर नारी सशक्त नहीं होती,
उस स्थान को श्मशान बनने में ज्यादा
समय नहीं लगता।

– *मयंक विश्नोई*

संपादकीय

स्त्री सशक्तीकरण की दिशा

बीसवीं सदी के अंतिम दशक से लेकर अब तक स्त्री सशक्तीकरण का विचार केन्द्र में है। स्त्री बदल रही है, उसका परिवेश बदल रहा है, स्त्री के लिए निर्धारित मानदंडों में भी बदलाव आ रहा है। खास बात यह है कि इस बदलाव में ठहराव नहीं है, एक निरंतरता है; परिणामतः सामाजिक संक्रांति की दिशा अनिर्णित है। संक्रांति काल के दौर में ध्वंस ज्यादा है, निर्माण कम; शांति व शकुन और भी कम। एक हद तक यह आतंक का दौर है जिसे स्त्री अपने भीतर और बाहर दोनों जगह महसूस करती है। देखते ही देखते उसने एक बड़ी दुनिया रच डाली है। उस दुनिया में उसकी बहुआयामी छवियाँ हैं, उन छवियों में प्रबल शोषण, दया और सहानुभूति की अनगिनत गाथाएँ हैं। संक्रांत समाज स्त्री की इस बहुआयामिता से आक्रांत है।

स्त्री सशक्तीकरण की दिशा निर्धारित करने वाली ताकतें परेशान हैं। उन्होंने जो दिशा निर्धारित की थी, स्त्रियों ने उसका अतिक्रमण कर लिया है। अब वे व्यक्तित्व विकास के उस मॉडल से बाहर आ चुकी हैं जिसमें उनसे उम्मीद की जाती थी कि वे शिक्षित होकर अध्यापिका बनें और आत्मनिर्भर हों। ये उनके विकास का सांचा था। समझदार (?) बौद्धिक वर्ग आज भी इसी सांचे को सर्वश्रेष्ठ प्रमाणित करने पर तुला हुआ है और अपनी बेटियों व पत्नियों के लिए टीचर व प्रोफेसर के पद की प्राथमिक आकांक्षा रखता है। परंतु स्त्री इस षड़यंत्र को खूब समझती है। वह अच्छी तरह जानती है कि एक अध्यापिका के रूप में उसे क्या करना होगा। मान-मर्यादा और सामाजिक-पारिवारिक उत्तरदायित्व के बहाने अंततः उसे पितृसत्ता का ही संरक्षक बना दिया जाएगा। उसके व्यक्तित्व को दो हिस्सों में बांटकर कमजोर कर दिया जाएगा, जिसकी परिणति अंततः एक पारंपरिक सांचे में ढली हुई मर्यादित, अनुशासित, परिश्रमी और शालीन स्त्री के रूप में होगी। हमारे देश की अध्यापिकाएँ माँ के व्यक्तित्व में ही सिमट कर ही रह जाती हैं और उन्हीं मूल्यों को सामाजिक स्तर पर जीने लग जाती हैं जिसे एक साधारण माँ परिवार के स्तर पर जीती आ रही है। पितृसत्ता का यह व्यापक दायरा स्त्री को मंजूर नहीं है। वह अपने लिए एक बड़ा आकाश रचना चाहती है, जहाँ वह तस्लीमा नसीरन बनने की आजादी पा सके; कल्पना चावला, शाहबानो, सुधा गोयल, शिवानी भटनागर, मधुमिता, मथुरा और नैना साहनी जैसा व्यक्तित्व पा सके।

पिततृसत्ता का दांव-पेंच अत्यंत गहरा है। वह बदलते परिवेश के मुताबिक नई शक्तियों

की रचना कर लेता है। सामंतवाद, जातिवाद, संप्रदायवाद, राष्ट्रवाद, संस्कृतिवाद, बाजारवाद और पूँजीवाद इसकी सबसे मजबूत भुजाएँ हैं। पितृसत्ता की ये भुजाएँ प्रकारांतर से स्त्री सशक्तीकरण की दिशा को अपने हित में प्रभावित करती आयी हैं। स्त्री का विकास उतना ही हुआ जितना इन भुजाओं के आगोश में रहते हुए स्पेस मिला। वर्तमान दौर में पितृसत्ता की ये समस्त भुजाएँ पूँजीवाद के नेतृत्व में अत्यंत ताकतवर हो चुकी हैं। स्त्री सशक्तीकरण की समस्त उपलब्धियाँ अंततः पूँजीवाद को प्राप्त हो रही हैं। स्त्री प्राणपन से अपने देश और समाज के लिए खुद को बेहतर बनाने का प्रयास कर रही है, किंतु विडंबना यह है कि उसके प्रत्येक प्रयास का लाभ केवल पूँजीवादी शक्तियों को हो रहा है। स्त्री भ्रमित है और चकित भी कि उसके विकास यात्रा के दो सौ वर्षों का संघर्ष का क्या फल क्या हुआ? उसकी समस्त उपलब्धियाँ कहाँ गईं, उसकी उपलब्धियों ने उसकी आत्मा को तृप्त क्यों नहीं किया? उसके रिश्तों में बिखराव कैसे ओर कहाँ से आ गया? आर्थिक स्तर पर मजबूत होकर वह किस स्तर पर कमजोर हो गई? इक्कीसवीं सदी के इस दौर में आखिर वह क्या करे कि सम्मान और प्यार का जीवन हासिल हो? ये तमाम प्रश्न स्त्री सशक्तीकरण की चुनौतियाँ हैं। इनसे गुजरे बगैर स्त्री सशसक्तीकरण की दिशा तय नहीं की जा सकती। स्त्री जीवन के लिए समाज में सम्मानजनक और सुरक्षित स्थिति की इच्छा रखने वाले शोधार्थियों को इन प्रश्नों के आलोक में चिंतन व शोध करना चाहिए। 'सत्राची' के अंकों में ऐसे शोध को वरीयता देने की योजना है। उम्मीद है, सत्राची के आगामी अंकों में पूँजीवाद और पितृसत्ता के परस्पर संबंध को समझाने वाले लेखों की उपस्थिति रहेगी।

– आनन्द बिहारी

हिंदी साहित्य और नारी सशक्तीकरण का संदर्भ

❍ डॉ. नलिनी सिंह*

संक्षिप्ति :

स्त्री विमर्श के सम्बन्ध में विचारकों के अपने अलग-अलग मत हो सकते हैं। इसे समझते हुए यह कह सकते हैं कि "स्त्री विमर्श, स्त्री के स्वयं की स्थिति के बारे में सोचने और निर्णय करने का विमर्श है। सदियों से होते आए शोषण और अन्याय के प्रति स्त्री चेतन ने ही स्त्री विमर्श को जन्म दिया है।"[1]

स्त्री-पुरुष दोनों समाज और परिवार की धुरी हैं, इन दोनों के मध्य जब स्त्री के साथ दोयम दर्जे का व्यवहार किया जाता है, तब अपने अस्तित्व रक्षा हेतु समानता, सम्मान, अधिकार हेतु स्त्री स्वयं निर्णय लेना चाहती है तो क्या यह निर्णय आसानी से ले पाती है? क्या पुरुष सत्तात्मक सभा में स्त्री को समस्त अधिकार प्राप्त है? समाज में स्त्री कितनी सशक्त है? उसे इस स्थिति को समझने के लिए प्राचीन भारतीय परिवेश का अध्ययन आवश्यक है। भारतीय स्त्री को कब और कितना अधिकार प्राप्त था? स्त्री स्वातन्त्र्य के विरोधी तत्व क्या है? वह कौन सी धारणा है जो स्त्री और पुरुष को आमने सामने खड़ा करने के लिए बाध्य करती है? स्त्री पीड़ा की अभिव्यक्ति कब से साहित्य में उभर कर सामने आई। स्त्री लेखन में भी क्या दोहरा भेद भाव नहीं देखा जाता? उनकी बौद्धिक क्षमता को सीमित दायरे में देखना आज भी अनवरत जारी है। स्त्री की स्थिति प्राचीनकाल, मध्यकाल और आधुनिककाल की समयावधि में क्या थी? इसको संक्षेप में उद्धृत करके शोध पत्र को विस्तृत रूप दिया जायेगा, साथ ही स्त्री को किन-किन समस्याओं से दो-चार होना पड़ता है, स्त्री मर्म को, उसकी वेदना को किन-किन साहित्यकारों ने उसे अपने कहानियों में, उपन्यासों में, स्थान दिया है, इसे शोध का विषय बनाया गया है।

बीजशब्दः स्त्री अस्तित्व, सशक्तीकरण, संघर्ष, यथार्थ, निवारण, उद्देश्य।

प्रस्तावनाः

'नारी तुम केवल श्रद्धा हो' (जयशंकर प्रसाद, 'कामायनी') कह कर जिस तरह जयशंकर प्रसाद ने अपनी श्रद्धा भावना व्यक्त की, समस्त 'स्त्री के पक्ष' में, पर क्या यह, समाज और संसार में भी दृष्टिगत है? यह अवलोकन और विश्लेषण करते हुए साहित्य की कृतियों का अध्ययन करने के पश्चात यह निष्कर्ष निकलता है कि यह वास्तविक स्थिति व्यवहार में दृष्टिगत नहीं है।

✡ *असिस्टेण्ट प्रोफेसर, हिन्दी, स्वतंत्रता संग्राम सेनानी विश्राम सिंह राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, चुनार, मीरजापुर, उ.प्र.*

स्त्री विमर्शः संघर्ष अतीत के झरोखे से

भारतीय इतिहास में भारतीय वांग्मय में स्त्री के अस्तित्व और संघर्ष की गाथा का जीवन्त दस्तावेज दर्ज है।

पश्चिम से आयातित विचार भारतीय परम्परा और व्यवहार को प्रभावित करते हैं, ऐसा निःसंकोच कहा जा सकता है, किन्तु कुछ मामलों को छोड़कर पश्चिम से आयातित विचार के सकारात्मक पक्ष को नकारा नहीं जा सकता, इसी परिप्रेक्ष्य में स्त्री विमर्श और आन्दोलन की शुरुआत को भी देखा जा सका है। मध्यकाल में जिस तरह भक्ति की भावधारा दक्षिण से उत्तर भारत की ओर प्रवहमान हुई, उसी तरह पश्चिम के स्त्री आन्दोलनों और स्त्री विमर्श की अनेकों बार चर्चा होती रही है। स्त्री संघर्ष की उपेक्षा, इसलिए भी साहित्य में नहीं हो सकती है क्योंकि एक स्त्री ही सृजन की आधर है, उसके अस्तित्व, सम्मान, और अधिकार की अनदेखी, विकास के आधार व महत्वपूर्ण कड़ी की अनदेखी करना है। स्त्री संघर्ष और स्त्री विमर्श दोनो एक दूसरे से सम्बद्ध है, और यह एक वैश्विक मुद्दा है जिस पर चर्चा तमाम शोधों, परिचर्चाओं के बावजूद प्रासंगिक व तार्किक है, जिसके अनेक पक्षों पर समाज सापेक्ष विचार करना निर्मूल नहीं है, विशेषकर सामाजिक परिदृश्य के पारम्परिकता और आधुनिकता के प्रश्न को नजरअंदाज नहीं कर सकता है, यह बात अवश्य गौरतलब है कि किसी भी देश की संरचनागत एवं स्वरुपगत विशिष्टता पृथक-पृथक हैं, जिसके तहों की जाँच पड़ताल का केन्द्रीकरण भी महत्वपूर्ण पक्ष है, इसलिए यह आवश्यक नहीं कि किसी देश के हर पक्ष और हर विचार को ग्रहण ही कर लें किन्तु जिन मुद्दों से समाज और देश की उन्नति को दिशा मिल सकती हो, उन पर विचार करना अहितकर सैद्धान्तिकी को काट कर दूर करना आवश्यक होता है। भारत में स्त्री संघर्ष और स्त्री अधिकार के पक्ष पर विचार करना आवश्यक है, चाहे वह साहित्यकार हो या समाज के कर्णधार शुभाकांक्षी।

स्त्री विमर्श के शुरुआती परिदृश्य को एक दृष्टि से अवलोकित व विवेचित करना समीचीन होगा। यद्यपि यह सर्वविदित है कि 'स्वतंत्रता' शब्द अपने आप में विशद और महत्वपूर्ण है और इस विशद और महत्वपूर्ण शब्द से पित्रसत्तात्मक व्यवस्था के हवाले से पित्रसत्तात्मक धारणा के वर्चस्व की सम्बद्धता है। पुरुषवादी मानसिकता में आज से अहं विद्यमान नहीं है। देव संस्कृति की ओर चलें तो दक्ष प्रजापति ने शिव का अपमान करने के लिए यज्ञ का आयोजन किया और अपनी ही पुत्री 'सती' का भरी सभा में अपमान किया जिससे 'सती' ने स्वयं को अग्नि में आहूत कर दिया। अहंकार भाव से स्त्री का मानहरण करते हुए महाभारत काल में 'महाभारत' में देखा जा सकता है। जहां राज्य लोलुपता ने और भीष्म की सिंघासन रक्षा की प्रतिज्ञा ने स्त्री के अपमान को होते हुए देखा। दुर्योधन अपने अहं और प्रतिशोध में (स्त्री) द्रौपदी का शोषण करता है। इसे दूसरी दृष्टि से देखें तो द्रौपदी की प्रतिज्ञा को क्या सशक्तिकरण का स्वरुप नहीं कहेंगे? मान-मार्यादा, परम्परा को लेकर चलने की जिम्मेदारी किसी एक की नहीं है यही वजह है कि स्त्री लगातार अपने अपमान, शोषण, अधिकारों से वंचित किए जाने पर, एक दूसरा रुख अपनाती हैं जिसे 'सशक्तिकरण' कहा जा सकता है। सारी समस्याओं के केन्द्र में पुरुष सत्तात्मक व्यवस्था की, दोहरे चेहरे और व्यवहार का है, जब वह पर्दे में रखी गयी तब भी वह कार्यक्षेत्र में पुरुष के बराबर भागीदारी दे रही है, तब भी स्त्रियों के साथ वे अनुचित,अन्यायपूर्ण व्यवहार होते आ रहे हैं।

महात्मा गांधी ने स्त्रियों की दशा में सुधार के सम्बन्ध में कहा है- "हमारे सामने विचारणीय विषय है, पुरुषों की अपेक्षा स्त्रियों का सुधार। कानून बनाने में अधिकतर पुरुषों का हाथ रहा है और पुरुष इस स्वनियोजित कार्य को पूरा करने में न्यायशील और विवेकशील नहीं रहा हैं। स्त्रियों के सुधार में हमारी सबसे अधिक कोशिश यह होनी चाहिए कि हमारे शास्त्रों में स्त्रियों का जातीय स्वभाव कह कर उन पर जो दोषारोपण किए गए हैं, उन्हें हम दूर करें। यह उद्योग कौन करेगा? मेरी नम्र सम्मति में इस प्रकार का उद्योग करने के लिये हमें सीता, दमयंती और द्रौपदी जैसी पवित्र दृढ़ और आत्मसंयमी स्त्रियाँ उत्पन्न करनी होंगी।[2]

प्राचीन काल से लेकर आज के डिजिटल युग तक स्त्रियों के जीवन में तमाम, संघर्ष का समय आया है, इसमें से कुछ समय स्त्रियाँ ससम्मानित, प्रतिष्ठित एवं पुरुष के साथ यज्ञ में बैठने की अधिकारिणी भी थीं। वेदों के मंत्रोच्चार एव शास्त्रार्थ करती हुयी स्त्रियों के समृद्धि और बौद्धिकता के कई प्रमाण मिलते हैं। "हमारे ग्रंथों में पत्नी के लिए अर्द्धांगिनी और सहधर्मिणी विशेष प्रयुक्त हुए हैं। पति अपनी पत्नी को 'देवी' संबोधित करता है, जिससे प्रकट होता है कि उसका दर्जा नीचा नहीं था पर अभाग्य से, एक ऐसा समय आया जब स्त्री अपने बहुत से अधिकार और विशेषाधिकारों से वंचित कर दी गई और नीचे दर्जे में उतार दी गई।"[3]

प्राचीन समय में स्त्री की स्थिति अच्छी थी। उन्हें समानता के अधिकार प्राप्त थे। वृहदारण्यक, उपनिषद में वर्णित है कि ब्रम्हावेत्ता याज्ञवल्क्य से 'शास्त्रार्थ' करने वाले जहाँ सात पुरुष थे तो वहीं एक नाम 'ब्रह्मवादिनी गार्गी' का भी था। प्रश्नोत्तरकाल के समय गार्गी ने अपनी विलक्षण प्रतिभा से सभी प्रश्नों के उत्तर दिए थे। याज्ञवल्क्य ने ब्रह्मलोक से आगे क्या है जैसे प्रश्न करने पर याज्ञवल्क्य ने गार्गी की वाणी रोकना चाहा और उसे अनधिकार चेष्टा करना बताया। इस तरह नारी का 'उच्चस्थ' स्वरुप वैदिक साहित्य में उल्लिखित है, जहां न पर्दे की प्रथा थी न ही घर की चहारदीवारी की सीमाएं। युद्धों, सम्मेलनों, विवाहों में वह पुरुष के समान अपनी भागीदारी करती थी।

आगे चल कर महाभारत काल में स्त्रियों की स्थिति व अधिकारो की सीमाएं कम होती गईं। जैनों और बौद्धों के प्रभाव स्वरुप भी स्त्रियों की दशा में परिवर्तन हुआ। 19वीं शताब्दी तक आते-आते उनके दायरे प्रतिबंधित होते चले गए। धर्मिक अधिकार, शिक्षा का अधिकार, अल्पआयु में विवाह, यज्ञ आदि जैसे कार्यो से वंचित, विविध संस्कारों से वंचित किया गया। लगातार अधिकारो के निषेध के कारण स्त्री का मनोबल भी कमजोर हुआ और जिस स्वतंत्रता से वह वैदिक काल की अधिकारिणी रही थी, उसका हास हुआ, जिसका प्रभाव नारी के मन, मस्तिष्क पर पड़ा और पुरुष पर निर्भर होती गई, उसके स्वयं की निर्णयन क्षमता भी क्षीण हुई।''पत्नी को पति की सेवा से मोक्ष की प्रप्ति होती है''। स्त्री को सदैव पिता, पति और पुत्र के संरक्षण में ही रहना चाहिए,

"पिता रक्षति कौमारे, भर्ता रक्षति यौवने।
रक्षन्ति स्थविरे पुत्रा न स्त्री स्वातंत्र्यमहर्ते।।"

इसके साथ स्त्री विधवा होने पर दूसरा विवाह नहीं करेगी, ऐसा विधान बनाया गया। कुछ विद्वानों ने विपरीत परिस्थितियों में विधवा विवाह की स्वीकृति का विधान किया जैसे कौटिल्य, नारद एवं अन्य विद्वानगण।

महाभारत काल में सती प्रथा भी अपने चरम पर थी। इस सम्बन्ध में भी विद्वानों के दो विचार थे, एक तो यह कि 'पति के साथ' सती होना पत्नी का धर्म है। दूसरा यह कि 'सती प्रथा आत्महत्या' है, इसलिए इसका विरोध किया किन्तु यह प्रथा बहुत व्यापक रूप से समाज में व्याप्त हो चुकी थी। स्त्री जीवन के लिए तमाम विधान हैं, जैसे उसे कब छोड़ देना, कब प्रतिबंध में रखना चाहिए, वहीं इन विधानों से परे पुरुष के स्वातं॥य की बात की गई है। समाज में स्त्री के साथ अन्याय का स्वरुप महाभारत में वर्णित हैं। पांडु पत्नी माद्री, का सती होना और द्रौपदी की दृढ़ प्रतिज्ञा को अलग-अलग दृष्टि से देखना होगा, सम्पत्ति के संदर्भ में उसे पिता की सम्पत्ति पर अधिकार स्वीकृत हुआ, यह एक अच्छी बात थी।

यही स्थिति बौद्ध और जैन धर्म में भी थी। प्रारम्भ की समस्याओं का निषेध करते हुये बौद्ध धर्म और जैन धर्म के प्रवर्तकों ने स्त्रियों के लिए शिक्षा और अध्यात्म के द्वारा खोले। जहां भिक्षुणियों हेतु संघ के माध्यम से शिक्षा-दीक्षा की व्यवस्था सुदृढ़ हुई, यहां भी भिक्षु के सम्मानार्थ भिक्षुणियों के लिए कई शर्तो का पालन करना सुनिश्चित था, जैसे 'स्त्री नवागत भिक्षु का अभिवादन करे', किसी भिक्षु को अपशब्द न कहें। यद्यपि धर्म के प्रचार के लिए, उच्च शिक्षा और अध्ययन के मार्ग खुल गए। बौद्ध भिक्षुणियों ने अपने वैदुष्य का प्रमाण

'थेरीगाथा' नामक ग्रंथ से दिया, जिसमें 522 गीत संग्रहीत हैं, यह 77 भिक्षुणियों द्वारा रचित है। मध्ययुगीन नारी की स्थिति का अवलोकन करें तो उन्हें यज्ञ और अनुष्ठान से दूर रखा गया किन्तु पुराणों के अन्तर्गत व्रत करने के लिये स्त्रियाँ आगे आई,व्रतों के प्रति निष्ठा से उसका क्रियान्वयन स्त्रियों ने अधिक किया। वहीं शिक्षा के क्षेत्र उच्च कुलीन परिवारों की जो कन्याएं शिक्षा ग्रहण कर पा रही थी, उनमे कमी आई जिसके कारण राजनीतिक भी थे और कुछ व्यक्तिगत रुचि की कमी भी। इसलिए विशेष वर्ग में शिक्षा सिमट कर रह गई। उन्हें ही साहित्य, राजनीति और शिक्षा की सुविधा प्राप्त हो पाती थी। 'साहित्य' सर्जना करने की दृष्टि से दसवीं शताब्दी का समय महत्वपूर्ण है, यह वह समय है जब दक्षिण भारत की नारियों ने प्रादेशिक भाषा विशेष रूप से संस्कृत, प्राकृत में 'साहित्य' सृजन कर रही थी जिनमे से प्रमुख रुप से संस्कृत कवयित्रियाँ, शील भट्टारिका, विजयीका, प्रभु देवी सुभद्रा, आदि का नाम प्रसिद्ध हैं। वहीं मराठी में लल्ला और ब्रज, गुजराती, राजस्थानी में मीराबाई भी अपनी काव्य रचना के लिए प्रसिद्ध हुईं। मीराबाई के काव्य में स्त्री के सशक्तिकरण को अभिव्यक्ति मिली है, उन्होंने तमाम अन्तर्विरोधो, प्रतिबंधो, वर्जनाओं को दरकिनार कर परम्परा से अलग अपने 'स्व' की रक्षा के लिए मार्ग प्रशस्त किया।

तेरहवीं शताब्दी में 'महदंबा' जिन्होंने कृष्ण विषयक गीत लिखे। इस शताबदी में संत कवयित्री मुक्ताबाई 14वीं शताब्दी में उत्तर भारत में 'लल्लेश्वरी' संत कवयित्री, रामानंद, कबीर, नानक की अग्रदूती के रूप में विख्यात हैं उनकी भगवद्भक्ति के गीत उसमे निहित अतुलनीय विचार, दर्शन, उदात्त वचन साहित्य जगत को समृद्ध करते हैं।

आधुनिक कालः हिन्दी साहित्य में स्त्री विमर्श-

नारी जीवन के हित में विचार करने का श्रेय सावित्री बाई फुले को दिया जाता है, जिन्होंने 'स्त्री शिक्षा विषय पर संज्ञान लिया।' पंडिता रामाबाई ने भारत में विधवाओं के लिए 'शारदा सदन', मुक्ति सदन और कृपा सदन की स्थापना की।

नारी विमर्श की पहली लेखिका सुभद्रा कुमारी चौहान है, जिन्होंने अपनी कविता 'झांसी की रानी' में स्त्री के सशक्त रुप को दर्शाया है, साथ ही राष्ट्रीय चेतना के स्वर भी जागृत किए।

हिन्दी की सुप्रसिद्ध कवयित्री महादेवी वर्मा ने स्त्री संदर्भो को समझा और इस संदर्भ में अपने विचार भी प्रस्तुत किए, इस दृष्टि से उनके द्वारा सृजित 'श्रृखला की कड़ियां' उत्कृष्ट रचना है।

"हिन्दी की लेखिकाओं में श्रीमती सत्यवती मलिक, ऊषा देवी मित्रा, हेमवती और कमला देवी चौधरी के नाम उल्लेखनीय हैं।"[4]

स्वतंत्रता के पश्चात नारी की स्थिति परिवर्तित हुई, स्वातंत्रयोत्तर कथा साहित्य में स्त्री के संदर्भो में बहुत कुछ लिखा है। स्त्री की अर्जित स्थिति, वैवाहिक स्थिति, समानता का अधिकार के साथ स्त्री जीवन की विडम्बना को चित्रित किया गया।

1960 तक आते-आते कई लेखिकाओं ने स्त्री संदर्भो को मजबूती से समाज के समक्ष रखा है। मुख्य रुप से उषा प्रियंवदा, कृष्ण सोबती, मन्नू भंडारी, शिवानी, मैत्रेयी पुष्पा, चन्द्रकिरण सोनरिक्शा, ममता कालिया, ने नारी जीवन के विविध संदर्भो, समस्याओं एवं नारी मन के उद्वेलन को विषय बनाया है जो कि कथा साहित्य जगत में 'आन्दोलनकारी अवधि' के रूप में अंकित है।

इस आन्दोलन के रुप में पुरुष लेखकों ने भारतेन्दु युग में ही 'स्त्री चिन्तन व हित के संदर्भ में 'बाला बोधिनी' पत्रिका निकाली थी। द्विवेदी युग में मैथिलीशरण गुप्त और हरिऔध जी ने 'स्त्री के संदर्भ को' अपनी कृति का विषय बनाया। छायावादी कवियों द्वारा 'श्रद्धा' और आदर की उपाधि से विभूषित होती हुई स्त्री प्रगति प्रयोग काल में नवीन उपमानों से सम्बोधित की गयी। नए विषय के रुप में 'स्त्री विमर्श' को लेकर 'प्रभा खेतान', मृदुला गर्ग, चित्रा मुद्गल आदि ने बेबाकी से अपने विचार प्रस्तुत किए हैं। समाज में स्त्री किस तरह

से परम्परा और आधुनिकता के मध्य स्वयं को स्थापित व संचालित करती है, या टूटकर बिखर जाती है जो हिन्दी साहित्य में विशेष रुप से रूपायित किया गया। स्त्री के समाजीकरण के संदर्भ में 'सीमोन द बोउआर' कहती हैं- नारी के निष्क्रियताजन्य विशेषताएं उसके बचपन में ही विकसित हो जाती हैं। यह कहना गलत होगा कि उनकी निष्क्रियता केवल जैविक तथ्य होती है, सच तो यह है कि वह नियति उसके ऊपर उसके अभिभावक, शिक्षक और समाज द्वारा आरोपित होता है।"[5] निश्चित रुप से, स्त्री को अशक्त या सशक्त बनाने का कार्य तो परिवार और समाज पर है ही।

'स्वातंत्रयोत्तर भारत में नारी की बदली हुई स्थिति को हिन्दी कहानियों का विषय बनाया गया है। स्त्री शिक्षित होकर घरेलू समस्याओं में सामन्जस्य बिठाने में सक्षम हो रही है। स्वातंत्रयोत्तर कहानीकारों में प्रियंवदा ने नारी की इस बदली हुई स्थिति को 'जिन्दगी और गुलाब के फूल' में 'दर्शाया है जिसमें नौकरी पेशायुक्त नारी की सत्ता को सहज रुप से स्वीकृति नहीं मिल पाती है।

स्त्री के ''टूटने और असमर्थता की भावना ने जिस व्यक्ति के स्वातंत्र्य की अभिवृद्धि को जन्म दिया वह निश्चित ही पूर्व के युगों से भिन्न हैं। यह नवीन मूल्य प्राचीन मूल्यों का विरोधी बनकर आया है। विवाह की स्वतंत्रता, प्रेम की स्वतंत्रता, कार्य की स्वतंत्रता ही व्यक्ति का स्वातंत्र्य है।'[6]

स्त्री विमर्श से संबंधित कुछ रचनाएँ- जैसे बेतवा बहती है (1993), चाक (1997), त्रियाहठ (2005), चित्रा मुद्गल कृत 'एक जमीन अपनी'(1990), आवा (1999), ऊषा प्रियंवदा कृत पचपन खम्भे लाल दीवरें (1961), रुकोगी नहीं राधिका (1967), शेष यात्रा (1984), कृष्णा सोवती कृत मित्रोमरजानी' (1967), मृदुला गर्ग कृत उसके हिस्से की धूप (1975), मैं और मैं (1984), चितकोबरा (1979), कठगुलाब (1996), ममता कालिया कृत बेघर (1971), एक पत्नी के नोट्स (1997), मन्नू भंडारी कृत आपका बंटी (1971), प्रभा खेतान की (आओ बेबे घर चलें (1990), छिन्नमस्ता (1993) ई., बंगमहिला (राजेन्द्र बाला घोष-दुलाई वाली 1904, उषा देवी मित्रा (छोटी सी कहानी, मन्नू भंडारी की 'एक बार और', ऊषा प्रियंवदा की वापसी, मैत्रेयी पुष्पा की 'पगला गई है भागवती', मृदुला गर्ग की कितनी कैदें,मन्नू भंडारी की तीन निगाहों की एक तस्वीर,मैं हार गई,यही सच है, निरुपमा सोबती-खामोशी को पीते हुए,शिवानी की स्वयं सिद्धा, रति विलाप आदि ऐसी रचनाएं है जो स्त्री के जीवन के समस्त संदर्भों को चित्रित करती हैं, उनके द्वन्द्व, झन्झावातों और विडम्बनाओं का दस्तावेज है ये रचनाएं। इन रचनाओं ने भी साहित्य जगत को यह विचार करने के लिए विवश किया कि स्त्री विमर्श है क्या? पुरुष साहित्यकारों के अनुसार यह 'सीमित' दायरे का लेखन तो नहीं?

निष्कर्षत: जब तक पुरुष की सोच परिवर्तित नहीं होगी, तब तक स्त्री विमर्श की आवश्यकता बनी रहेगी।

संदर्भ :

1. पंचशील शोध समीक्षा, पृ. 82
2. पालीवाल, कृष्णदत्त-नारी विमर्श की भारतीय परम्परा, पृ. 28-29
   (त्याग और तपस्या की मूर्ति-मोहनदास करमचंद गाँधी)
3. पालीवाल, कृष्णदत्त-नारी विमर्श की भारतीय परम्परा, पृ. 34
   (त्याग और तपस्या की मूर्ति-मोहनदास करमचंद गाँधी)
4. पालीवाल, कृष्णदत्त -नारी विमर्श की भारतीय परम्परा, पृ. 194
5. बोउआर द सीमोन-(प्रस्तुति प्रभा खेतान) स्त्री उपेक्षिता, पृ. 137
6. लवानियां रमेश चंद्र-हिन्दी कहानी में जीवन मूल्य, पृ.196

❑❑❑

मन्नू भंडारी की कहानियों में नारी संघर्ष

❍ एन. हरि प्रसाद*
❍ डॉ. पी. हरिराम प्रसाद**

संक्षिप्तिः

स्वातंत्र्योत्तर हिन्दी कथा साहित्य के विकास में महिला कथाकार श्रीमती मन्नू भण्डारी का महत्वपूर्ण स्थान है। जिनके अबतक पाँच कहानी संग्रह प्रकाशित हो चुके हैं। ये कहानियाँ गुण तथा मात्रा की दृष्टि से 'नई कहानी' को एक विशेष स्वरूप प्रदान करती हैं। कथा, उपन्यास और नाटक तीनों प्रमुख साहित्यिक विधाओं में मन्नू जी ने अप्रतिम प्रतिभा का परिचय दिया। कुछ आलोचक मन्नू भंडारी की कहानियों को व्यक्तिगत चेतना पर आधारित मानते हैं।

स्वतंत्रता के बाद की लेखिकाओं में मन्नू भंडारी एक बहुमुखी लेखिका के रूप में जानी जातीं हैं। उन्होंने कहानी, उपन्यास और नाटक तीन विधाओं में अपना हुनर दिखाया। लेकिन कहानीकार के रूप में वे विशेष रूप से प्रसिद्ध हैं। उनकी कहानियों में युगीन जीवन का सच्चा चित्र अंकित है। व्यक्ति के जीवन के विभिन्न पहलुओं के चित्रण के कारण उनकी कहानी यथार्थ प्रतीत होती है। यही कारण है कि कहानी के अधिकांश पात्र और घटनाएँ वास्तविक जीवन से लिए गए हैं।

मुख्य शब्दः मन्नू भंडारी, कहानी साहित्य, नारी संघर्ष और चेतना।

परिचयः

मन्नू भंडारी की कहानियां सरल, स्वाभाविक और रोचक लगती हैं। मन्नूजी की कहानियों में पाई जाने वाली कथावस्तु मध्यवर्गीय पाठकों के बीच विशेष रूप से लोकप्रिय हैं। उन्होंने काव्य की रचना अत्यंत संवेदनशील स्तर पर ही की। उन्होंने उस वास्तविकता और अनुभव का काव्यात्मक चित्रण किया जिसे उन्होंने जीया और अनुभव किया। उनकी कहानियों का कथ्य जीवन के करीब है। उनकी कहानियों के बारे में डॉ. भेरुलाल गर्ग ने 'स्वातंत्र्योत्तर प्रतिनिधि कहानीकार' नामक लेख में बताया है "मन्नू भंडारी की कहानियाँ सोद्देश्य होती हैं और जीवन के निकट। कहानियों में अनुभूति की गहनता और नए मूल्यों को उभारने की क्षमता भी।"[1]

✡ *शोधार्थी, पी.आर. महाविद्यालय (स्वायत्त), काकिनाडा; हिंदी प्राध्यापक, शासकीय स्नातक महाविद्यालय, पेनुकोंडा, आंध्र प्रदेश*

✡✡ *शोध निर्देशक, हिंदी विभागाध्यक्ष, पी.आर. महाविद्यालय (स्वायत्त), काकिनाडा*

सक्रिय और संवेदनशील लेखिका होने के कारण मन्नूजी पर समय के बदलते परिवेश का कई प्रभाव पड़ा। इसलिए उन्होंने उसी बदले हुए समाज और जीवन को अपना कथानक बनाया। उनकी कहानियों में मुख्य रूप से प्रेम-विवाह, विवाहेतर प्रेम-संबंध और स्त्री-पुरुष संबंधों में परिवर्तन को कथा के रूप में वर्णित किया गया है।

उद्देश्य:

मन्नू भंडारी ने अपनी कहानियों के माध्यम से समाज के साथ-साथ परिवार में भी महिलाओं की समस्याओं को समझाया है। इस साहित्यिक शोध का मुख्य उद्देश्य मन्नू बन्दरी की कहानियों में महिलाओं के संघर्ष को व्यक्त करना है।

संशोधन पद्धतिः

प्रस्तुत शोध विषय पर सैध्दांतिक रूप से साहित्यिक शोध, सर्वेक्षणात्मक शोध, आगमनात्मक और निगमनात्मक शोध आदि पद्धतियों के आधार पर शोध करके निष्कर्ष निकाला गया।

विषय विश्लेषणः

मन्नू भंडारी की कहानियों में भ्रष्टाचार, शोषण, दुर्व्यवहार, अनैतिकता, घुटन, निराशा और अकेलापन आदि समस्याओं के रूप में चित्रित किया गया है। मन्नू जी ने जिन परिस्थितियों का सामना किया, जिन क्षणों का अनुभव किया और जिन समस्याओं का सामना किया, उन्हें कहानियों में अभिव्यक्त कर उनके दृष्टिकोण और व्यक्तित्व का परिचय दिया। इसलिए, उनकी कहानियों का कथ्य मौलिक हो गया क्योंकि वे वास्तविकता से लिए गए थें न कि कल्पना की दुनिया से।

स्वातंत्र्योत्तर हिन्दी कथा साहित्य के विकास में महिला कथाकार श्रीमती मन्नू भण्डारी का महत्वपूर्ण स्थान है। जिनके अबतक पाँच कहानी संग्रह प्रकाशित हो चुके हैं। ये कहानियाँ गुण तथा मात्रा की दृष्टि से 'नई कहानी' को एक विशेष स्वरूप प्रदान करती हैं। कथा, उपन्यास और नाटक तीनों प्रमुख साहित्यिक विधाओं में मन्नू जी ने अप्रतिम प्रतिभा का परिचय दिया। कुछ आलोचक मन्नू भंडारी की कहानियों को व्यक्तिगत चेतना पर आधारित मानते हैं। इस सन्दर्भ में डॉ. इन्द्रनाथ मदान का मत यहाँ ध्यान देने योग्य है "मन्नु भण्डारी की कहानी कला का मूल स्वर भी वैयक्तिक चेतना से प्रेरित है। इनकी कहानियों में सदैव व्यक्ति की कुण्ठाओं का चित्रण तथा रोमांटिक प्रेम का व्यंग्यात्मक निरूपण है, घुटन, पराजय तथा विवशता की अभिव्यक्ति है।"[2]

मन्नू भण्डारी हिन्दी साहित्य की प्रसिद्ध कहानीकार एवं उपन्यासकार हैं। इनके कथा-साहित्य में आधुनिकता का एक नयापन स्पष्ट दिखाई देता है। इन्होंने आम मनुष्य की पीड़ा को बहुत ही गहराई से समझा है। अत: स्त्रियों को संघर्ष का एक नया मार्ग दिखाया है, भले ही वह परिवार के बीच हो या समाज के बीच, अपने लिए संघर्ष की नींव को हमेशा उज्ज्वलित करना सिखाया है। मन्नू भण्डारी एक भारतीय लेखिका रही है जो विशेषत: 1950 से 1980 के बीच अपने कार्यों के लिए जानी जाती रही है। सबसे ज्यादा वह अपने दो उपन्यासों के लिए प्रसिद्ध रही ख्र पहला 'आपका बंटी' और दूसरा 'महाभोज'। नयी कहानी अभियान और हिंदी साहित्यिक अभियान के समय में लेखक निर्मल वर्मा, राजेन्द्र यादव, भीष्म साहनी, कमलेश्वर इत्यादि ने इन्हें अभियान की सबसे प्रसिद्ध लेखिका बताया था। लेकिन मन्नू भंडारी खुद कहती है कि ख्र 'मेरी कहानियों का संबंध किसी आंदोलन बांदोलन से नहीं है।[3]

सदियों से पराधीन रही नारी की स्वतंत्रता की चाह को नारीवादी आंदोलन की संज्ञा मिली है। अपने आरंभिक काल में चले आंदोलन को पुरुष विरोधी आंदोलन के रूप में देखा गया। परन्तु बाद में स्पष्ट हुआ कि यह आंदोलन पुरुष विरोधी न होकर व्यवस्था विरोधी आंदोलन है, जिसके तहत स्त्री का शोषण की मांग

है। परिवर्तन उस व्यवस्था में होना चाहिए अथवा उस मानसिकता में होना चाहिए जो नारी को गुलाम बनाए हुए हैं। नारीवाद स्त्री को वस्तु से व्यक्ति बनाने की कोशिश का परिणाम है। इस संदर्भ में 'औरत के हक' में लेखिका तस्लीमा नसरीन कहती हैं- "जिस दिन समाज स्त्री शरीर का नहीं, उसकी मेधा और श्रम का मूल्य देना सीख जाएगा, सिर्फ उस दिन स्त्री मनुष्य के रूप में स्वीकृत होगी।"[4]

वैश्विक धरातल पर दृष्टिपात करें तो सहज ही ज्ञात होता है कि नारी युगों से पुरुष द्वारा संचालित रही है। बीसवीं शताब्दी में शिक्षा के बढ़ते प्रचार- प्रसार, आर्थिक आत्मनिर्भरता, सामाजिक जागृति आदि के परिणामस्वरूप पहली बार वह अपने अस्तित्व की ओर जागृत होती है। हिन्दी में नारीवादी दृष्टिकोण में आरम्भ से पहले अनेक लेखिकाएँ अपने उत्कृष्ट साहित्य लेखन के द्वारा प्रतिष्ठित हो चुकी थी। ऐसी लेखिकाओं में उषा प्रियंवदा, मन्नू भण्डारी, कृष्णा सोबती आदि के नाम उल्लेखनीय हैं। मन्नू भण्डारी हिन्दी की वरिष्ठ कहानीकार एवं उपन्यासकार हैं। इनके कई कहानी संग्रह प्रकाशित हो चुके हैं। इनका लेखन कार्य निरंतर जारी रहा। मन्नू भण्डारी की कहानियों में नारी के कई रूप चित्रित होते हैं। इनकी स्त्रियों में कुछ परम्परागत है तो कुछ पढ़ी-लिखी, कामकाजी और एक विशिष्ट वर्ग की नारियाँ हैं। वह न केवल पुरुष की अद्वितीयता का अविष्कार करती है बल्कि सही मायानों में से उसे चुनौती भी देती हैं। डॉ. सच्चिदानन्द चतुर्वेदी ने लिखा है- "यह स्त्रियाँ इस बात में विश्वास रखती है कि मन का संतोष प्राप्त करने के लिए विवाह भी यदि बाधक बने तो उसे नि:संकोच तोड़ देना चाहिए। क्योंकि देखा गया है कि विवाह प्राय: स्त्रियों के महत्वाकाक्षाओं की पूर्ति में बाधक बनता है।"[5]

मन्नू भण्डारी ने अपनी कहानियों में ऐसी कई स्त्रियाँ गढ़ी हैं, जो घोर व्यक्तिवादी, स्वतंत्र और अपने वैयक्तिक विकास में विवाह को बंधन स्वीकार करने वाली है। उनमें, 'जीती बाजी की हार' 'आते-जाते यायावर', 'घुटन की प्रतिमा', 'नई नौकरी की रमा आदि उल्लेखनीय हैं। 'जीती बाजी' की मुरला को आत्मनिर्भरता के कारण किसी के साथ की जरूरत महसूस नहीं होती। 'घुटन' एक विशिष्ट कहानी है। इसमें मन्नू भण्डारी ने दो ऐसी नारियों की व्यथा-कथा को वाणी दी है, जो परस्पर विरोधी कारणों से व्यथित है। प्रतिमा विवाहित है। उसका पति नेवी में इंजीनियर है। वह जब घर जाता है। तब खूब शराब पीकर प्रतिमा को अपनी बाहों में जकड़ लेता है। प्रतिमा उस जकड़ से मुक्त होने के लिए छटपटाती है। प्रतिमा की यह छटपटाहट घुटन में बदल सकती है । परन्तु मुक्ति में नहीं। दूसरी तरफ मोना की शादी नहीं हुई । वह अपने प्रेमी अरुण से शादी करना चाहती है। परन्तु मोना की माँ नौकरी शुदा मोना की शादी नहीं होने देती। वह मोना की शादी करके अपने आर्थिक हालत बिगाड़ना नहीं चाहती। ऐसे में मोना किसी की बाहों भी में जकड़ जाने के लिए छटपटाती है। कहीं न कहीं छटपटाहट में प्यार की मुक्ति तलाशती नारी है जो बंधन नहीं चाहती।

'नई नौकरी' की रमा अध्यापिका थी। पढ़ना-पढ़ाना उसका शौक था। पति की प्राईवेट फर्म की नई नौकरी के कारण उसे अपनी नौकरी छोड़नी पड़ती है। पति की यह नई नौकरी उसके अस्तित्व और व्यक्तितत्व को उसकी इच्छा-आकांक्षा को बौद्धिक विकास को निगल जाती है। ऐसे में ऐशोआराम भरी जिन्दगी के बावजूद वह संतुष्ट नहीं है। वह मात्र पति की परछाई बनना कतई पसंद नहीं करती। वह आधुनिकता की दौर में नई राह और नये पन में जीना चाहती है। पति कुंदन जब घर से नौकरी के लिए निकलता है। तब वह सोचती है कि कुंदन उसे पीछे छोड़कर बहुत आगे निकल चुका है। यह स्थिति उसके लिए असहाय है। डॉ. सच्चिदानंद चतुर्वेदी का कहना है कि "जो स्त्रियाँ स्वतंत्र विकास करना चाहती है उनके लिए विवाह उसी प्रकार बाध क होता है, जैसे कागजों को स्वतंत्र उड़ने से रोकने के लिए पेपरवेट।"[6]

इसी प्रकार कहानी 'आते-जाते यायावर' की मिताली कॉलेज में पढ़ाती है। हॉस्टल में रहती है। बहुत पहले उसका सहपाठी प्रेम के नाम पर संस्कार तोड़ने के बहाने उसे छल चुका है। ऐसे में वैचारिक रूप से पुरुष

के प्रति प्रतिशोध की भावना होते हुए भी यायावर किस्म के नरेन से फिर छली जाती है। पुरुष परंपरागत संस्कारों के नाम पर भी नारी से छल-कपट करता है तो भी आधुनिकता के नाम पर भी इसी को मन्नू भण्डारी ने कहानी में उजागर किया है। कि आते-जाते यायावर किस तरह नारी का शोषण करते है, परन्तु नारी यहाँ आधुनिक होने के नाते संबंध बनाने में हिचक उत्पन्न नहीं होने देती। लेकिन लेखिका ने पुरुष के लिए इस छल-कपट से आक्रोश उत्पन्न करती हैं।

नारीवादी दृष्टिकोण मन्नू भण्डारी की ऊँचाई और 'यही सच है' कहानियों में तीव्र रूप से व्यक्त हुआ है। 'ऊँचाई' कहानी की शिवानी एक ऐसी नारी है जो एक ही समय पर पत्नी और प्रेमिका दोनों भूमिका अदा करती है । यहाँ एक आधुनिक नयापन दिखाई देता है । विवाहेत्तर संबंध रखकर यदि पुरुष अपवित्र नहीं होता तो स्त्री कैसे हो सकती है और पवित्रता का संबंध शरीर से नहीं मन से होता है ऐसा कहने वाली पात्र शिवानी अपने पूर्व प्रेमी अतुल के साथ उसके शारीरिक संबंध को न तो अनुचित मानती है, न अनैतिक। यह आधुनिक नारी का नयापन अर्थात् एक से अधिक पुरुषों से संबंध रखते हुए भी स्वतंत्र अस्तित्व और व्यक्तित्व की ऊँचाई पर रह सकती है। 'यही सच है' कहानी की दीपा पात्र भी परम्परागत मूल्य को आघात पहुँचाकर नारी को नये रूप में प्रस्तुत करती है। दीपा एक समय निशीथ से प्रेम करती है तो निशीथ से धोखा मिलने पर फिर वह संजय से प्रेम करने लगती है। परन्तु नौकरी के लिए इन्टरव्यू देने गई दीपा को निशीथ से पुनः मुलाकात होती है और वह फिर से उससे प्रेम का अनुभव करती है। पारम्परिक मान्यताओं के दायरे से बाहर निकलने का प्रयास करने वाली दीपा सचमुच एक विद्रोही युवती है। भण्डारी जी ने यहाँ नारी को बंधा हुआ नहीं दिखाया है उनमें अपने लिए भावुकता को जन्म दिया है, जो कई संबंधों को बनाने में अनैतिक नहीं समझती । अनीता राजूरकर ने दीपा के कथन पर लिखा है- "दीपा ने निशीथ को चाहती है, न संजय को वह सिर्फ अपने आपको चाहती है। वर्तमान क्षणों में जो उसे सुख देता है, वह क्षण ही दीपा की दृष्टि में सत्य है।"[7]

'बन्द दरवाजों का साथ' कहानी में पति को बेवफाई आधुनिक स्त्री को किस प्रकार तोड़ देती है इस तथ्य को सामने लाती है, मंजरी विपिन से धोखा खाने पर दिलीप से जुड़ती है। परन्तु एक से धोखा खाने वाली स्त्री चाहकर भी दूसरे के साथ सहज जीवन नहीं जी पाती । मनुष्य न तो छुटी हुई जिन्दगी को छोड़ पाता है और न चुनी हुई जिन्दगी को अपना सकता है। दोनों ओर खींचा जाकर क्षत-विक्षत हो जाता है। मंजूरी की कहानी इसी सच्चाई से रु-ब-रु कराती । 'एक बार और भी' इसी भाव की कहानी है। इसकी नायिका बिन्नी का चौदह वर्षों तक कुंज के साथ प्रेम संबंध रहता है। कुंज द्वारा अन्य स्त्री से विवाह कर लेने के बाद कुछ लोग बिन्नी को कुंदन से जोड़ने का प्रयास करते हैं। परन्तु नारी का मन कोई ऐसी स्थूल वस्तु नहीं है कि जहाँ चाहे उसे जोड़ा जा सके। मनुष्य का अपनी भावनाओं पर कहाँ अधिकार होता है? इसीलिए बिन्नी चाहते हुए भी नंदन से रिश्ता नहीं बना पाती। वस्तु से व्यक्ति बनने की नारी की इसी जद्दोजहद को मन्नू भण्डारी ने इस कहानी में स्पष्ट दिखाया है।

'तीन निगाहों की एक तस्वीर' कहानी की दर्शना परित्यक्ता होकर भी किसी भी दया नहीं लेती और नौकरी के सहारे जी लेने का निर्णय करती है। नारी की हिम्मत और हर पल संघर्ष करने की ताकत हो, मन्नू जी ने दिखाया है वह अबला बनकर जीने में नहीं बल्कि स्वतंत्र जीने में विश्वास करती है। 'दीवार बच्चे और बरसात' कहानी की नायिका अपने स्वतंत्र व्यक्तित्व पर पति द्वारा आँच आते देखकर शादी के रिश्ते को तोड़ देती है। क्योंकि कहीं न कहीं वह सब समझ जाती है। कि उसकी स्वतंत्रता। उसका जीवन नष्ट हो सकता है। 'हार' कहानी की दीपा राजनीति के क्षेत्र में पुरुष के एकाधिकार को तोड़कर नारी की श्रेष्ठता सिद्ध करती है। क्योंकि वह बंधनों में बंधकर रहने वाली नारी नहीं बनता चाहती इसलिए पुरुष के वर्चस्व को तोड़ती है। 'कमरे कमरा और कमरे' कहानी की नीलिमा कॉलेज के होनहार प्राध्यापिका है, परन्तु शादी के बाद वह

अपनी नौकरी छोड़ देती है और बाद में उसका व्यक्तित्व कुंठित हो जाता है। अपने 'स्व' को तिलांजलि देने वाली नारी की टूटन नीलिमा में दिखाई देती है । यहाँ एक प्रकार से नायिका हारी हुई प्रतीत होती है।

'क्षय' कहानी में कुंती अपने पिता के सिखाए हुए विश्वासों और सिद्धांतों की प्रतिमा है। वह अनुचित समझौते करने से साफ मना करती है। यहाँ तक की जूझते हुए वह न टूटती है, न झुकती है लेकिन वही पिता के क्षयग्रस्त होने पर वह इलाज की संभावना और सामर्थ्य को नहीं कर पाती है। इसलिए वह अपने भाई के लिए विश्वास और सिद्धांत से न डिगने वाली कुंती अब ट्यूशन वाली छात्रा के लिए समझौते के द्वार पर खड़ी है, उसकी जीवनशक्ति हार रही होती। 'क्षय' मानो पिता के फेफड़े से बढ़कर आसपास फैल गया है, कुंती के संकल्प तक में भी। यह व्यक्ति की हार से अधिक परिवेश और व्यवस्था के प्रदूषण की कथा है, जिसमें सामान्यत: सदाशय तथा मूल्य-विश्वासी व्यक्ति के लिए कसौटियां उसकी सामर्थ्य से बड़ी और कड़ी हो उठी हैं।

'सजा' अकेले उस पात्र को नहीं बल्कि पूरे परिवार को ही झेलनी पड़ती है। 'असामयिक मृत्यु' में पिता की मृत्यु के रूप में नियति का दंड भोगने वाला दीपू है। असामान्य प्रतिभा के धनी दीप जिसके अभिनय कौशल ने पहले ही उसके लिए एक चमकीले सितारे का सम्भाव्य भविष्य दोषित कर रखा है। लेकिन दीपू परिवार की जिम्मेदारियाँ सम्भालने के लिए सब भुला देता है। असमय ही वह छोटे भाई-बहन के लिए पिता का बाना पहन लेता है । मानो असामयिक मृत्यु का भागी केवल पिता ही नहीं पुत्र भी हो। उक्त कहानियां मन्नू भण्डारी के अपेक्षाकृत आरम्भिक कृतित्व के उदाहरण है। इनमें अभी वह दृष्टि मौजूद है जो आगे चलकर एक संतुलित मूल्य भावना का रूप लेती है और जिसे यहां संकलित शेष कहानियों में अधिक प्रौढ़ साथ ही परिपक्व कलात्मक उपलब्धि के रूप में पाया जा सकता है।

निष्कर्ष:

मन्नू भण्डारी की कहानियों में नारी का संघर्ष अपनी स्वतंत्रता के रूप में नयापन लिए हुए है। कुल मिलाकर देखे तो मन्नू भण्डारी नारीवादी आंदोलन से जुड़ी हुई लेखिका है। इसके बावजूद नई शिक्षा और सामाजिक विकास के कारण इनकी कहानियों में व्यक्तित्व चेतना से भरी हुई नारियों का भरमार है। 'स्व' की रक्षा के लिए वह नारियाँ संबंधों को तोड़ने का जोखिम भी उठाती है। इस तरह इनमें एक नयापन दिखाई देता है । नारी का दोयम दर्जा उन्हें स्वीकृत नहीं है। पुरुष केन्द्रित सोच को भले ही वह मिटा नहीं सकती परन्तु उसके सामने प्रश्न चिह्न तो अवश्य खड़ा करती है। अथवा यह कहा जा सकता है कि उस सोच को उखाड़ फेंकने के लिए वह निरंतर प्रयत्नशील दिखाई देती है। अपने इसी प्रयत्न के चलते कई बार परिवार और समाज से संघर्ष करती हुई टूटती है। तो कई बार अपने आपको स्थापित भी करती है। सचमुच मन्नू भण्डारी नारी जीवन के नए भाव-बोध को आलेखन करने वाली सशक्त कहानीकार है, जिन्होंने स्त्रियों के मन में उनके जीवन में नया संघर्ष अपने अस्तित्व के लिए उत्तेजित किया है।

मन्नूजी की कहानियों के कथानक को लेकर डॉ. उर्मिला गुप्ता ने लिखा है कि ख 'लेखिका ने ख रूढिगत विषयों की अपेक्षा वैविध्य से सम्योचित नूतन प्रसंगों को ग्रहण किया है। गौरव की बात यह है कि उनके कथानक एक ओर तथाकथित नई कहानियों की अस्पष्टता एवं दुरूहता से मुक्त है और दूसरी ओर प्राचीनता का पिष्टपेषण भी उनमें नहीं है। अपनी इन्हीं विशेषताओं के कारण उनकी अधिकांश कहानियाँ विशेष, स्वच्छ एवं प्रांजल रूप में प्रस्तुत हुई है।[8]

संदर्भ :

1. डॉ. भेरूलाल गर्ग, स्वातंत्र्योत्तर प्रतिनिधि कहानीकार(1993), विकास प्रकाशन, पृ. 86

2. डॉ. इन्द्रनाथ मदान, नई कहानी दिशा, दशा, संभावना(2003), राजकमल प्रकाशन, पृ. 207
3. मन्नू भंडारी, मेरे साक्षात्कार(2016), किताब घर प्रकाशन, पृ. 15
4. सिंह आर. एस., मन्नू भारतीय साहित्य(2006), अनंग प्रकाशन, पृ. 133
5. वही, पृ. 150
6. मन्नू भण्डारी, दस प्रतिनिधि कहानियाँ(2015), राजपाल प्रकाशन, पृ. 27
7. सिंह आर. एस., मन्नू भारतीय साहित्य(2006), अनंग प्रकाशन, पृ. 152
8. डॉ. उर्मिला गुप्त, स्वातंत्र्योत्तर कथा लेखिकाएं(2007), मनीष प्रकाशन, पृ. 54

❑❑❑

महिलाओं का महत्व एवं महिला सशक्तीकरण

❍ डॉ. ऐनूर एस. शेख*

संक्षिप्ति:

महिला सशक्तिकरण वर्तमान समय का सबसे चर्चित कार्य है। इसके माध्यम से न केवल समाज में व्याप्त कुरीतियों का अंत हो रहा है, बल्कि महिलाओं का सामाजिक एवं आर्थिक विकास तीव्र गति से हो रहा है। स्तर उच्च करने हेतु शिक्षा को सर्वोपरि वरीयता प्रदान की है, परन्तु एक बहुत बडा वर्ग अभी भी शिक्षा से वंचित रहा है। शिक्षा के अभाव में महिलाओं को अपने अधिकारों के प्रति ज्यादा जानकारी न होने के कारण वह विभिन्न प्रकार की समस्याओं का सामना करती है। महिला सशक्तिकरण वास्तव में महिलाओं की योग्यता को निखारकर उन्हें एक उपयोगी संसाधन के रुप में विकासित करता है।

एक नारी को शिक्षित करने का अर्थ एक परिवार को शिक्षित करना। समाज के लिए स्त्री का स्वस्थ, खुशहाल, शिक्षित, समझदार, व्यवहार कुशल, बुध्दिमान होना जरुरी है और यह शिक्षा से संभव है।

बीजशब्द- महिला सशक्तिकरण, शिक्षा, रोजगार, स्वास्थ्य, सामाजिक, आर्थिक इ.।

महिला सशक्तिकरण का अर्थ -

स्त्री को सृजन की शक्ति भी माना जाता है। अर्थात्ह स्त्री से ही सृजन की शक्ति को विकसित परिष्कृति कर उसे सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक, न्याय, विचार, विश्वास, धर्म और उपासना की स्वतंत्रता, अवसर की समानता का सु-अवसर प्रदान करना ही नारी सशक्तिकरण का आशय है।

प्रस्तावना :

"जब है नारी में शक्ति सारी, तो फिर क्यों नारी को कहे बेचारी।"[1]

प्राचीन काल से भारतीय समाज में स्त्रियों की सम्मानपूर्ण स्थिति रही है। स्त्री को शक्ति की साकार प्रतिमा के रुप में जाना जाता है। "यत्र नार्युस्तु पूजन्ते, समन्ते तत्र देवता।"[2] अर्थात् यहाँ स्त्री को देवी की संज्ञा दी जाती है एवं लक्ष्मी, दुर्गा, शक्ति के रुप में पूजा जाता है।

भारतीय इतिहास का प्रारंभ वैदिक युग से हुआ है। ऋग्वेदिक काल में स्त्रियों को ऊँचा स्थान प्राप्त था। उस युग में नारी का समाज में आदर था। वह जीवन के सभी क्षेत्रों में पुरुषों के साथ कंधे से कंधा मिलाकर कार्य करती थी। उसे पुरुष के समान सभी अधिकार प्राप्त थे। गार्गी, मैत्रेयी, विद्योत्मा उस युग की ऐसी नारियाँ

✡ *हिंदी विभागाध्यक्षा, कला, विज्ञान एवं वाणिज्य महाविद्यालय, राहाता।*

है, उन्होंने अपनी प्रतिभा के बल पर ऋषियों का पद प्राप्त किया था। किन्तु इसी स्वर्णिम इतिहास का दूसरा पूर्णत: भिन्न पहलू सीता, द्रोपदी व शकुन्तला के रुप में देखने को मिलता है। इन्हें क्या नहीं भोगना पडा। नारी को हमेशा पुरुषों द्वारा रचित शास्त्रों को चौखट में जड दिया गया ।

भारत के किसी भी कालखण्ड में चाहे वह प्राचीन काल हो, मध्यकाल हो या फिर आधुनिक काल, स्त्री की समाज में दुय्यम स्थिति ही है। भारत में आज भी सामाजिक व्यवस्था ऐसी है जिसमें महिलाएँ पिता और पति पर ही आर्थिक रुप में निर्भर करती हैं। महिलाओं को न तो घर के मामलों की निर्णय प्रक्रिया में शामिल किया जाता है और न ही बाहर के मामलों में एक कथन विशेष महत्व रखता है कि, ''स्त्री पैदा नहीं होती बल्कि बना दी जाती है।"[3]

महिलाओं की स्थिति :

स्वतंत्रता के पूर्व भी महिलाओं के स्थिति में सुधार लाने के भरसक प्रयास किये गये जिसके फल स्वरुप आधुनिक भारतीय नारी की स्थिति में निरंतर सुधार हुआ है। १९वीं सती को पुनर्जागरण के नाम से जाना जाता है क्योंकि इस काल में पश्चिमी शिक्षा के प्रचार-प्रसार और उन्नीसवीं सदी के बदलते परिवेश में बाल-विवाह, सती प्रथा, विधवा विवाह आदि सामाजिक बुराइयों से जकडी होने के कारण स्त्रियों को नए वातावरण के अनुरुप ढलने में कठिनाइयाँ हो रही थी। इन परेशानियों को दूर करने के लिए तत्कालिन समाज सुधारकों ने पश्चिमी उदारवादी विचार धारा से प्रभावित होकर तत्कालीन शासकों के साथ मिलकर सामाजिक कुरीतियाँ को दूर करने के लिए कई प्रकार के महत्वपूर्ण कदम उठाए।

वास्तव में पुरुष और नारी परस्पर पूरक ही है। समाज में व्याप्त विकृतियों और दोषों के लिए पुरुष नहीं समाज जिम्मेदार है। डॉ. शीला रजवार के अनुसार- "वर्षों से अत्याचार-अनाचार और अन्याय सहने के बाद जागृक नारी का यह प्रयास होना चाहिए कि वह संतुलित समाज व्यवस्था के निर्माण में योगदान दे । यह पुरुष से स्पर्धा करते हुए समानता कि लढाई लढकर संभव नहीं है। वरन्ू सहयोगी बनकर ही संभव है।"[4]

नारी का स्थान :

नारी का मानव की सृष्टि में ही नहीं, वरन्ू समाज निर्माण में भी महत्वपूर्ण स्थान है। नारी और पुरुष मिलकर एक परिवार का निर्माण करते हैं। संस्कृति की नींव डालने का श्रेय सर्वप्रथम नारी को ही दिया गया है। एक ओर नारी को 'गृहस्वामिनी', 'अर्द्धांगिनी', 'देवी' कहा जाता है तो दूसरी ओर सदैव ही पर-निर्भरता की स्थिति में बताई जाती है।

"नारी को दुनिया ने जब से सम्मान दिया है,
नारी ने अपनी ताकत को पहचान लिया है,
अबला से बन गई है सबला देखो
सच है नारी ने जग पर बडा एहसान किया है।"[5]

वर्तमान समय में एक परिवार समाज और देश के प्रगति में नारी का सराहनीय योगदान हैं इसलिए पूरी दुनिया नारी सशक्तिकरण का बिगुल बजा रही हैं। नये-नये क्षेत्रों में स्त्री को प्रतिभा की पहचान हो रही है। आज के समय में ऐसा कोई क्षेत्र नहीं जहाँ नारी की पहुँच नहीं है।

महिला सशक्तीकरण से तात्पर्य महिलाओं के सर्वांगीण विकास से है। महिला सशक्तीकरण महिलाओं के सामाजिक, आर्थिक तथा राजनीतिक स्तर को उच्च बनाने की प्रक्रिया है। वास्तव में महिला सशक्तीकरण हेतु तैयार की गयी नीति सराहनीय है, परन्तु धरातल पर अभी भी महिलाओं के विकास हेतु उनको पूर्ण रुप से अमलनीय माना नहीं जा सकता है। लिंग-भेद, बलात्कार, यौन-उत्पीड़न, घरेलु हिंसा, अपहरण, दहेज, हत्या,

छेड़छाड़ इत्यादि ऐसी समस्याएँ जिन्होंने समाज में एक विकराल रूप धारण किया है।

अपनी निजी स्वतंत्रता और स्वयं के निर्णय लेने के लिये महिलाओं को अधिकार देना ही महिला सशक्तीकरण है। परिवार और समाज की सीमाओं को पीछे छोड़ते हुए अपने विचार, अधिकार, स्वतंत्रता तथा निर्माण लेते हुए अपने आप को परिपक्व बनाना महिला सशक्तीकरण का प्रमुख लक्ष्य है। देश, समाज और परिवार के उज्ज्वल भविष्य के लिए महिला सशक्तिकरण बेहद जरूरी है। अपना परिवार, समुदाय और देश के हित के लिए आर्थिक सहयोग दे सके। इन सबके के लिए यह भी जरुरी है कि उनके आत्मविश्वास को जीता जाए। ताकि यह अपने आपको सुरक्षित महसूस कर सके और एक सुनियोजित भविष्य बना सके। समय है सोच में परिवर्तन लाने का महिला सशक्तीकरण की ओर कदम बढाने का।

जिस देश में नारी को घर की दहलीज से बाहर निकलने की आज्ञा नहीं थी, उसी देश में आज नारी को पुरषों के बराबर अधिकार प्रदान किये गये और नारी पुरषों के साथ कंधे से कंधा मिलाकर काम कर रही है। वह घर की चार दीवारी से निकलकर अंतरिक्ष तक जा पुहँची है।

उपसंहार :

जिस तरह से भारत आज दुनिया के सबसे तेज आर्थिक तरक्की प्राप्त करने वाले देशों में शुमार हुआ है, इक्कीसवीं सदी नारी जीवन में सुखद संभावना्ओं की सदी है। आज की नारी अब जागृत और सक्रिय हो चुकी है। किसी ने बहुत अच्छी बात कही है। नारी जब अपने ऊपर थोपी हुई बेडियों एवं कडियों को तोडने में समर्थ होगी, तो विश्व की कोई शक्ति उसे नहीं रोक पाएगी। समाज में महिलाओं का स्थान पुरुषों के समान ही महत्वपूर्ण है क्योंकि आज महिला अबला नारी के रुप में सुदृढ होकर कार्यरत है। अतः महिला और पुरुष दोनों रथ के पहियों के समान है। जीवन की कला को अपने हाथों से साकार कर, नारी ने संस्कृति का रुप निखारा है और नारी का अस्तित्व ही सुंदर जीवन का आधार हैं।

"भेदभाव जुल्म मिटायेंगे,
दुनिया नई बसायेंगे, नई है डगर, नया है सफर,
अब हम नारी आगे ही बढते जायेंगे।"

संदर्भ :

1. अल्पसंख्यकों का विचार विश्व, डॉ. शहाबुद्दीन शेख, न्यू व्हाईस पब्लीकेशन, औरंगाबाद पृ. 309
2. अल्पसंख्यकों का विचार विश्व, डॉ. शहाबुद्दीन शेख, न्यू व्हाईस पब्लीकेशन, औरंगाबाद पृ. 278
3. स्त्री उपेक्षिता, डॉ. प्रभा खेतान, सीमोन द बोडवार 2002, प्रकाशक हिंदी पॉकेट बुक्स प्राइवेट लिमिटेड, नई दिल्ली पृ. 159
4. महिला सशक्तीकरण, डॉ. उषा रानी, संजय प्रकाशन, नई दिल्ली, पृ. 48
5. महिला सशक्तीकरण, डॉ. उषा रानी, संजय प्रकाशन, नई दिल्ली, पृ. 3

❑❑❑

मधु कांकरिया के कहानी साहित्य में नारी सशक्तीकरण के विविध आयाम

❍ राम किशोर माली*
❍ डॉ. रमेश चन्द मीणा**

संक्षिप्तिः

विश्व पटल पर स्त्री का नाम आधी आबादी से अभिहित होता हैं। सृष्टि चक्र के शुभारंभ से ही स्त्री का महत्व अक्षुण्ण रहा है। स्त्री पुरुष एक ही रथ के दो पहिए के समान है। जिसमें से एक का मूल्यांकन कमत्तर होने पर हमारा सामाजिक ढांचा चरमरा उठता है। हमारा सामाजिक संतुलन बे-मायने हो जाता है। पुरुष की सामंतवादी सोच ने नारी को सदा से ही इतिहास के आदिम रूप की ओर धकेला है। अधुनातन मानव समुदाय ने इन भेदभाव को अपने मानस पटल की कसौटी पर कसना आरंभ कर दिया है। वैश्वीकरण के इस दौर में समय ने अंगड़ाई ली है। आज नारी समाज के उत्तरोत्तर विकास में सहभागी बनी है। नारी के अबला होने की धारणा निर्मूल हो रही है। देश के सर्वोच्च राष्ट्रपति पद पर आसीन द्रौपदी मुर्मू इसका नवीनतम व जीता जागता उदाहरण है। स्त्री अपने अधिकारों को लेकर सजग है। वह मील का पत्थर साबित हो रही है। प्राचीन काल की गार्गी, लोपामुद्रा, घोषा आदि प्राचीन महिलाओं का नया रूप मनु भंडारी, महादेवी वर्मा, उषा प्रियंवंदा, कृष्णा सोबती, महाश्वेता देवी, मधु कांकरिया आदि ने ले लिया है। धरती की तरह वही धैर्यशील हो सकता हैं, जो स्वयं सशक्त हो। आज नारी में सच को सच और झूठ को कहने का माद्दा आ गया है। 20वीं शताब्दी में राजनीतिक चेतना, आर्थिक संबलता, शैक्षणिक विकास, सामाजिक सजगता व वैज्ञानिक सोच के दम पर नारी अपने अस्तित्व की ओर सचेत हुई है। संपूर्ण विश्व लोक पर सन् 1975 के अंतर्राष्ट्रीय महिला वर्ष की उद्घोषणा के तद्न्तर साहित्य में नारीवादी विचारों का कारवां गुंजायमान होता है। इनमें महिला लेखिकाओं का स्थान प्रथम दृष्ट्या उल्लेखनीय है। इन लेखिकाओं ने स्त्री को स्त्री के नजरिए से देखने तथा अपने भावों को अभिव्यक्त करने में अहम् भूमिका का निर्वाह कर रही है। अतः उनका साहित्य आधुनिक युग की प्रासंगिकता है। इन लेखिकाओं में से मधु कांकरिया के कहानियों में नारी सशक्तिकरण के विचारों को कसौटी पर कसने

✡ *शोधार्थी हिन्दी विभाग, राजकीय पी.जी.महाविद्यालय-बूंदी, (कोटा विष्वविद्यालय-कोटा, राजस्थान, भारत)*

✡✡ *आचार्य एवं शोध पर्यवेक्षक, हिन्दी विभाग, राजकीय पी.जी.महाविद्यालय-बूंदी, (कोटा विष्वविद्यालय-कोटा, राजस्थान, भारत)*

का प्रयास किया जा रहा है।

मुख्य शब्द - नारी सशक्तीकरण, अस्तित्त्व, अस्मिता, महत्त्वाकांक्षी, स्वाभिमानी ।

प्रस्तावना:

नारी सशक्तीकरण को आधारभूमि प्रदान करने में मधु कांकरिया का कहानी साहित्य एक जाज्वल्यमान नक्षत्र है। आज कोलकाता के ख्यातिनुमा नाम है - उनमें प्रभा खेतान, अलका सरावगी के साथ मधु कांकरिया एक वृहतत्रयी का विधान करती है। उनका साहित्य जगत में पदार्पण 'वागर्थ पत्रिका' में कहानी से होता है। वह किसी भी दल या वाद के सायें में नहीं रही, जब भी कभी समाज में वह अनैतिक व अनुचित अनुभव करती है तो उसका विरोध करने व उसे जग जाहिर करने में कोई कोर-कसर नहीं छोड़ती हैं। मधु कांकरिया के कहानी साहित्य में नारी सशक्तिकरण के विविध रूप मुखरित हुए हैं। उनकी नारियों में कुछ आदिवासी, साक्षर, निरक्षर, परंपरागत, कामकाजी व संघर्षरत नारियां हैं। उनके कहानी साहित्य में नारी के अस्तित्व, अस्मिता, उनके जीवन-मूल्य, जीवन-दर्शन, जीवन-संघर्ष आदि के विविध आयाम परिलक्षित होते हैं। वह नारी अनुभूतियों को बेबाक व निर्भीक तरीके से चित्रांकन करती हैं। वह बिना किसी पूर्वाग्रह के उदात्त हृदय से अवलोकन-मनन करती है और उसका प्राकट्य साहित्य के जरिए कर देती है।

उद्देश्य: नारी विविध गुणों की खान है। नारी समुदाय सापेक्ष कार्यान्वयन करती रही है। राम भक्त हनुमान की तरह वह अपने गुणों व शक्ति से अनभिज्ञ है। उसको सदा ही सहयोग, स्नेह, सद्भाव, सामाजिक सरोकार व परहित के कारणों से स्मरण किया जाता है। नारी सषक्तिकरण के विविध आयामों को शोध पत्र के जरिये सुधी जनों के सम्मुख लाना ही इस प्रकाषन का महत्ती उद्देष्य है।

मधु कांकरिया के कहानी साहित्य में नारी सशक्तीकरण के विविध रूप द्रष्टव्य होते हैं -

1. ममतामयी माँ :

2. मधु जी की कहानी 'दरअसल अम्मी' में मां अपने पुत्र बंटी को कैंसर की बीमारी से विमुक्त करने के लिए हर संभव प्रयत्न करती हैं। वह अपने पति की जायज-नाजायज हर बात को मानती है। उन्हें खुश रखने का प्रयत्न करती है ताकि उसके पुत्र के इलाज के खर्चे में कोई कमी नहीं आवे। वह अपने पुत्र के कारण अपने पति से अधिक दबी रहती हैं। उसे लगता है कि कहीं उसके पति अपने पुत्र के खर्चे को कम नहीं कर देवें । जब उसकी बेटी कुलदीप बुआ के जेठ के लड़के की बुरी करामातो के बारे में अपनी मां को बताती है तो वह उससे कहती है कि, "लड़के के चलते तो यूं ही दुखी हूं ---अपनी गृहस्थी भी चौपट कर दूं --- उन्हें भी हाथ से निकल जाने अनेक प्रयत्नों के बाद भी उसका पुत्र बंटी कैंसर की भेंट हो जाता है। कुलदीप का कथन है कि," बंटी को गुजरे हुए 5-6 महीने हो गए हैं, सभी नॉर्मल हो गए हैं ,मम्मी आज तक भी नॉर्मल नहीं हो पाई है, जाने किस घड़ी में कोसा था मैंने, मम्मी को कि उसके बाद कभी दिखाई ही नहीं दी डैडी के कमरे में ---।"

3. प्रतिशोध ग्रस्त नारी:

'चूहे को चूहा ही रहने दो' कहानी में अनाम नायिका अपने पति से प्रतिशोध लेने के लिए तैयार है। एक दिन उसका सफर गंगटोक होता है । जहां उसकी मुलाकात एक युवक से होती हैं। वह उसके मोह- जाल में आकर उसके साथ रात बिताने के लिए आ जाता है। प्रणय प्रसंगो के दौरान वह युवती खड़ी हो जाती है। उससे पूछने पर ज्ञात होता है कि वह अपने जिस्म को गैर मर्द को सौंप कर अपने पति से प्रतिशोध लेना चाहती थी। इसका कारण उसने बताया कि एक बार अपने भाई के दोस्त से हाथ मिलाते देखा तो उसके पति ने उसका हाथ मरोड़ दिया जिससे कि उसके स्पर्श का निशान नहीं रहे। इस कहानी में नारी सोच का नया

आयाम दृष्टिपात होता है

4. स्वाभिमानी नारी

लेखिका की 'कुल्ला' कहानी नारी स्वाभिमान पर केंद्रित हैं। नायिका प्रमिला आदर्श गृहिणी है। वह हरदम अपने पति की आवभगत में तत्पर रहती है। एक दिन वह उसके लिए खास व्यंजन बनाने में व्यस्त थी। उस समय उसने देखा कि उसकी पीठ पर टूथपेस्ट के कुल्ले के निशान हैं। उसे ज्ञात होता है की यह उसके पति की ही करामात है। वह आग बबूला हो जाती है। ऐसा जानकर उसकी सास उसे बताती है कि उसके ससुर भी ऐसा ही करते थे। अब नायिका ने समझ लिया कि कुल्ला का प्रति उत्तर कुल्ला ही है।

5. त्यागशील नारी

बस...दो चमच्च औरत' कहानी का प्रारम्भ ही अपने देवर की डायरी पढ़ने से होता हैं। डायरी के पृष्ठों से कहानी अग्रसर होती है। मेजर मनोहर सिंह राठौड़ का विवाह हो जाता है। उसकी पत्नी नायिका बनकर ससुराल में आती है। वहां उसकी सास के अलावा केवल देवर हैं उसके पुत्र नितिन के जन्म के पष्चात् मेजर की पोस्टिंग ऐसे इलाके में हो जाती है। जहां हमेशा एनकाऊंटर चलता है। हर पल मृत्यु छायी रहती है। मेजर की आतंकवादियो से मुठभेड़ में वीर मृत्यु होती है। उसके पुत्र के लिए देवर ने अपना जीवन सौंप दिया । उसने विवाह नही किया। नितिन को एक अच्छा सैनिक बनाना उसके जीवन का लक्ष्य था। कई सालों बाद देवर बीमार पड़ गया था। उसने बीस्तर पकड़ लिया था। एक दिन उसके द्वारा लिखित डायरी नायिका को मिल जाती है। इस डायरी से उसका औरत से संसर्ग की इच्छा जानने का अवसर मिलता है। वह अपने रोगी देवर की अन्तिम इच्छा को पूरा करने मे सहयोग देती है। इस कहानी में त्यागषील नारी विमर्ष का अनूठा रूप सामने आता है।

6. संवेदनशील व विवश नारी

'पॉलीथीन में पृथ्वी' कहानी नारी विमर्श पर लिखी गई हैं। नायिका का पति उसकी इच्छा के प्रतिकूल उसका गर्भ गिरवा देता है, जिससे वह अर्द्ध विक्षिप्त होती है, मेंटल हॉस्पीटल में भर्ती है। इसी कारण से वह दो-तीन महिने तक कुछ भी नही बोल पाती है। अकस्मात् ही वह अधिक बोलने लगी है। इससे उसकी बीमारी का भान हो गया है। उसका पति अशिवन एक जादूगर है। वह जादूगरी के प्रदर्षन के लिए कबूतरों का जोड़ा ले आता हैं। उसकी नजर एक दिन कबूतरों के पंखो के नीचे पड़े कीड़ो पर चली जाती है। वह उस जोड़ को डेटॉल से नहाती है। उसी जोड़े को नायिका ने मोहन-मोहिनी नाम दे रखा है। अशिवन उन मृत मोहन-मोहिनी को एक पॉलीथीन की थैली डाल कर उन्हें बाहर फैंक देता है। इस घटना से पषु-पक्षि प्रेमी लेखिका के दिल को ठेस लगती है। दूसरी बात यह है कि जब वह गर्भवती होती है। उसे अपने पति से बात छुपानी पड़ी । उसका पति बच्चा नही चाहता है। लेकिन पांचवे महिने पष्चात् जब उसे पता लगता हैं तो वह गर्भ को गिराने की बात करता है। नायिका कुछ दिनों तक तो उसकी सलाह को इन्कार करती रही हैं। अन्त में उसे गर्भ गिरवाने पर मजबूर होना पड़ता है। जिससे वह अपना मानसिक सन्तुलन खो देती है। इस कहानी में नारी की संवेदनषीलता व उसके जीवन की मजबूरियां उजागर होती है।

7. दिग्भ्रमित नारी

'मिसफिट' कहानी में भारतीय व पाष्चात्य संस्कृति के अनमेल को दर्शाया गया है। कहानी की नायिका अपूर्वा अमेरिका में निवास करती हैं। वृद्ध पिताजी बिस्तर पर सोये रहते है। उनके दिल में जीने की कोई तमन्ना नहीं रह गई है। अपूर्वा भारत की साम्यता अमेरिका से करती हैं। वह कहती है कि अमेरिका के वृद्ध व्यक्ति निष्चेष्ट होते हुए भी जीवन को नये सिरे से जीने की तलाष करते हैं। वह चाहती है कि अमेरिका की तरह ही उसके पिता वैसा ही जीवन तकनीक अपनाये जैसा अमेरिका में अपनाते है। अत: प्रत्येक क्षण वह उनकी

अवमानना करती रहती है। वह अपने पिता को खून के आंसू रूलानें में कोई कसर नही छोड़ती है। उसका मानना है कि ऐसे अपराध बोध से वह अपनी बीमारी को विस्मृत कर पायेंगे। सख्त अनुषासन की अपूर्वा जब अमरिका चली जाती हैं। उसका मन नहीं लगता है। उसे अपने पिता की स्मृति कौधती है। इस कहानी में उसके मन की अद्भूतता का अपूर्वा के वक्तव्य से स्पष्ट होता है- ''जब वह भारत में रहती है तो अमेरिका को तलाषती है। अमेरिकी ऑखो से परिवार को देखती हैं। सबकों अदम्य वेग के साथ बहते देखना चाहती है, और जब वह अमेरिका मे रहती है तो भारत की आत्मीयता को तलाषती है। उसी परिवार के लिए रोती-कलपती है जो यहां उसे छू भी नहीं पाता है। दोनो ही जगह वह मिसफिट रहती है।"

8. अति भौतिक नारी:

'लेडी बॉस' कहानी नारी अस्मिता को भौतिकता के उच्च धरातल पर पाने की हैं । वह कंपनी न्यूजनरेषन ऑफ सॉफ्टवेयर कंपनी की संचालिका की है। उसका सारा समर्पण अपनी कंपनी के प्रति है। उसके लिए कार्य में पांच मिनिट की देरी भी असहनीय है। उसकी कंपनी दस-बारह वर्ष की कठिन परिश्रम से तरक्की के उच्च सोपान पर पहुँचने लगी है। इस दौरान वह एक ऐसे सॉफ्टवेयर का निर्माण करती है, जो पोस्ट ऑफिस के अकाऊन्ट को नियंत्रित कर सकता, उसका नाम हैं- 'इंटलीजेंट कार्ड तकनीक'। इस तकनीक को मैनेजर को बताया गया। वहां इस तकनीकि को सराहा गया। लेकिन वहअगलें दिनों में इन सब की सारी दारोमदारी स्वयं की बता देता है । पत्र-पत्रिकाओ मे उस मॉडेम की कोई फोटो प्रकाषित नही हुई। इस तकनीक का आर्थिक लाभ नही उठाया गया। उसे केवल प्रसिद्धि की इच्छा थी । लेकिन वो भी धूल धूसरित हो गई। ऐसा होने के कारण जीवन में पहली बार अपने व्यवसाय से मोह टूट गया। इन कठिन दौर मे वह अपने पति के साथ रहना चाहती थी । लेकिन पति ने उसे छोड़कर दूसरा विवाह कर लिया। अपने जीवन के पैतालीस वर्षो की तपस्या में उसे कुछ भी हासिल नहीं हुआ। वह अब उस कंपनी को बेचने की फिराक में है। हाषिये के समुदाय की पात्र महिला का अत्यधिक भौतिक सुख सुविधा के खोज में अपना वर्चस्व दाव पर लग जाता है।

9. समर्पित प्रेममयी नारी

'बीतते हुए' यह मणिदीपा व इन्द्रनील की प्रेम कहानी हैं। कॉलेज के दिनों के ठुकराये प्रेम को वापस पाने के लिए मणिदीपा प्रयास करती हैं । मणिदीपा अपने पति के साथ स्थानान्तरित होकर कोलकता आ जाते हैं। मणिदीपा को यहॉ कॉलेज सहपाठी इन्द्रनील की सुधि आती है। वह उसे फोन करती है। वह इन्द्रनील से मिलने की चाह प्रकट करती हैं । मणिदीपा अपने पुराने दिनों के याद में मषगूल हो ताजी हो जाती है। उसे याद आता है कि इन्द्रनील कॉलेज के दिनों से ही नक्सलवादी आन्दोलन में भाग लेता है। इन्द्रनील मणिदीपा से प्यार करने लगता है। लेकिन मणिदीपा उसके प्यार को अपना नही पाती है। वह उस प्यार को ठुकरा देती है। पन्द्रह सालों के बाद मणिदीपा को पष्चाताप होता है कि वह अभी के जीवन से वह खुष नही है। पति और पत्नी दोनो के अलग-अलग किनारे बन गये है। वह अब उस प्यार का अर्थ जान पाती है। इन्द्रजीत से मिलने के लिए बैचेन है। इन्द्रजीत से मिलने का समय आता हैं, लेकिन वह नहीं आता है। अत: वह मायूस होकर चली जाती है। फिर इन्द्रजीत आता है, वह नौकर को कार्ड थमाकर चला जाता है। उसे तब क्षणिक खुषी मिलती है। इस कहानी में लेखिका बताती है कि जीवन मे हर कार्य का समय होता है। उसके चुक जाने पर केवल पछतावा ही रह जाता है।

10. ईर्ष्याग्रस्त नारी

'बड़ा पोस्टर' कहानी में दीपू शैलेन का भाई है। वह दिखने में भद्दा लगता था। पढाई में शैलेन होषियार रहता और दीपू कामचोर। पढना-लिखना उसके लिए संसार भर का सबसे निम्न काम लगता। दीपू अपने बड़े भाई शैलेन के आदर्षो को अपनाना चाहता है। अतएव ग्याहरवीं बोर्ड की परीक्षा में खूब मेहनत करता हैं,

लेकिन परीक्षा हॉल में निरीक्षक के आने पर एक बच्चा नकल दीपू के डेस्क में डाल देता है। दीपू के सफाई देने पर भी उसे परीक्षा हॉल से बाहर निकाल दिया जाता हैं। इस घटना से दीपू आहत होता हैं, वह सिजोफेलिया का रोगी बन जाता है। दीपू के माता-पिता गुजर जाते है। लेकिन अपने मरते हुए वे शैलेन से वादा करवाते है कि वह दीपू का पूरा ख्याल रखेगा। शैलेष मालविका से शादी कर लेता है। वह उसकी पत्नी से आषा करता है कि वह उसके भाई दीपू का ध्यान रखेगी। दीपू के रात-दिन की सेवा से मालविका खीझ जाती हैं। वह अपने जीवन की असंतुष्टि का जिम्मेवार दीपू को ठहराती है। अतएव वह उसे पागलखाने भेजना चाहती हैं। दीपू मालविका की बच्ची से खेलना चाहता है, वह दीपू को उसे नही देती हैं। दीपू क्रोध में मलका को फेंकने की धमकी दे देता हैं। मालविका मलका की सुरक्षा को लेकर शैलेन से बात करती है। शैलेन पत्नी के कहने पर वह दीपू को अस्पताल में भर्ती करवाता है, लेकिन वहॉ पर दिये जाने वाले उपचार से दीपू की मृत्यु हो जाती है। यह कहानी जीवन के मार्मिक सत्यों का उद्घाटन करती है।

निष्कर्ष:

मधु कांकरिया ने कहानी साहित्य को अपना कर लघु व दीर्घ कलेवर, शब्द संयोजन, भाव पक्ष आदि में विविध शैलियों का आस्वाद कराते हैं। अधिकांशत: नारी विमर्श, नारी-मनोवैज्ञानिकता, वेदना, घुटन, हताशा, संघर्ष, आक्रोश को प्रतिपादित विषय बनाने के बनिस्पत नारी के वैयक्तिक पहचान बनाने की तड़प है । उन्होंने जिंदगी के कड़े अनुभवों को उतना नहीं उकेरा है कि भारतीय नारी की अस्मिता, अस्तित्व, परंपरा, मर्यादा, कुशलता व संस्कृति को कोई क्षति पहुंचे । यह हमारी भारतीय नारी की अस्मिता का समुन्नत पक्ष है। मधु कांकरिया अत्यंत गहनता के साथ चिंतन-मनन करती एवं गत्यमान है । भाषा, शैली व कथोपकथन की विविध ता, चरित्र चित्रण आदि के सौंदर्य आरोह-अवरोह को देखे तो मधु कांकरिया की कहानियां धरातल से सम्पृक्त है। वैश्विक स्तर पर भी अपना स्थान बनाने में प्रयत्नशील है।

सन्दर्भ :

- कांकरिया, मधु (2017). दरअसल अम्मी (पृष्ठ संख्या 121). नई दिल्ली. राजकमल प्रकाशन प्रा.लि.
- कांकरिया, मधु (2017). दरअसल अम्मी (पृष्ठ संख्या 124). नई दिल्ली. राजकमल प्रकाशन प्रा.लि.
- कांकरिया, मधु (2015). मिसफिट (पृष्ठ संख्या 132). नई दिल्ली. भारतीय ज्ञानपीठ.
- कांकरिया, मधु (2015). चिड़िया ऐसे जीती है (पृष्ठ संख्या 64). नई दिल्ली. भारतीय ज्ञानपीठ.
- रेड्डी,बाल सौरी (2012). समसामयिक हिंदी साहित्य विविध आयाम (पृष्ठ संख्या 242). हरियाणा. शांति प्रकाशन.
- रेड्डी, बाल सौरी (2012). समसामयिक हिंदी साहित्य विविध आयाम (पृष्ठ संख्या 242). हरियाणा. शांति प्रकाशन.

❑❑❑

नारी जीवन-संघर्ष का दस्तावेज़ : गोदान

❍ डॉ. शेख मुख़्तार शेख वहाब*

संक्षिप्ति :

'गोदान' में गाँव की समाजार्थिक व्यवस्था की घुरी के रूप में किसान की केंद्रीय स्थिति की पहचान सामने आती है। यहां होरी को केंद्रीय पात्र के रुप में प्रेमचंद ने चित्रित किया है। होरी की हार एक व्यक्ति की ही हार, नहीं बल्कि ग्रामीण संस्कृति की हार है! मसाजी सभ्यता के सामने होरी जैसे किसान बेबस और लाचार हैं। जमीन के लिए तो उनकी उच्च स्तरीय खरीदी से कुछ राहत मिलती है, लेकिन गरीब किसानों के लिए उनकी जमीन छीनना लगभग मौत के समान है। होरी अपनी पांच बीघे मौरूसी जमीन को अपने लाख प्रयासों के बावजूद बचा नहीं पाता। बार-बार कर्ज के बदले में कर्ज चुकाने के बदले में धीरे-धीरे अपनी जमीन का कर्ज चुकाया जाता है और जमीन पर कब्जा कर लिया जाता है। होरी के इस जीवन संघर्ष में उसकी पत्नी। धनिया का अनुपात कितना है। प्रेमचंद होरी का किरदार उझा, उछाह-ढाला, धर्मभीरु दिखा है तो धनिया को निडर, रुमानी, मेहनती चित्रित हैं। प्रेमचंद होरी के संघर्ष को अकेले के संघर्ष के रुप में नहीं बल्कि होरी-धनिया के सांझ संघर्ष के रूप में दिखा रहे हैं। गोदान में नोहरी, पुनिया, सिलिया, चुहिया, मालती और गोविंदी जैसे नारी पात्र सतत संघर्षरत है।

प्रेमचंद के स्त्री पात्र केवल उनकी काल्पनिक उपज मात्र नहीं, भारतीय समाज के वास्तविक जीवन को प्रदर्शित करने वाले पात्र हैं। अपने विशिष्ट विचार, आदत, अरमान, धारणा, जीवन के मूल्यांकन, आशा-निराशा और सुख-दु:ख लेकर वे हमारे सामने जीवन के संपूर्ण भागों को प्रस्तुत करते हैं। प्रेमचंद के उपन्यासों में अनेक नारी पात्र हैं, जिनसे परोक्ष रूप में यह ज्ञात होता है कि, नारी जीवन की समस्या के बारे में प्रेमचंद का दृष्टिकोण क्या था और जीवन को सुखी और समृद्ध बनाने के लिए इन समस्याओं का वे क्या हल चाहते थे। यह बात निर्विवाद सत्य है कि इस रूढ़िगत और पुरुष-प्रधान समाज में नारी का व्यक्तित्व कुचला हुआ है। कहने को तो उसे मानव जीवन की कर्णधार, देवी, सती, चाहे कुछ कह दिया, पर वास्तव में उसकी हैसियत दासी से अधिक नहीं है। इस बात को प्रेमचंद ने श्गोदानश में अभिव्यक्त करने का प्रयास किया है।

बीज शब्द : नारी जीवन संघर्ष / दशा और दिशा का दस्तावेज गोदान

✡ अध्यक्ष, हिंदी विभाग, कला महाविद्यालय, बिडकीन, तहसील-पैठण, जिला-औरंगाबाद।

प्रस्तावना :

भारतीय नारियों में उत्थान और जागरण की भावना बीसवीं शती में आई। कहने को उसे लक्ष्मी, देवी, माता, बड़ी से बड़ी पदवियाँ दी गई थीं, किंतु उसकी स्थिति दासी से कुछ अच्छी न थी। उसे सामाजिक, राजनैतिक, सांपत्तिक आदि कोई अधिकार प्राप्त न था। सब प्रकार से उसे पुरुष से हीन और उसकी आश्रिता बनाकर रखा गया। सहस्त्रों वर्षों से अधिकार-वंचित, उपेक्षित, पराधीन श्अबलाश इस शताब्दी में अपने अधि कारों के प्रति सचेष्ट हुई। राजनैतिक आंदोलन के साथ-साथ भारत में नारी आंदोलन भी चला। महात्मा गांधी और जवाहरलाल नेहरु जैसे महानुभावों का समर्थन नारी को प्राप्त हुआ। आधुनिक शिक्षा और पाश्चात्य सभ्यता के संघात ने भी इसमें योग दिया। आहतों, पीड़ितों और दलितों को वाणी देने वाले उपन्यास सम्राट प्रेमचंद का रचना काल भी बीसवीं शती का पूर्वार्द्ध ही है। अत: उन्होंने पुरुष की तुलना में नारी की हीन स्थिति का सविस्तार चित्रण किया है और जोरदार शब्दों में उसका पक्ष लिया है।

शोध प्रविधि: पाठाधारित समीक्षात्मक पद्धति।

उद्देश्य :

1. नारी जीवन संघर्ष को अभिव्यक्त करना।
2. गोदान के विविध वर्ग के नारियों का संघर्ष को समाज के सम्मुख रखना।
3. गोदान उपन्यास के कृषक नारी जीवन संघर्ष को व्यक्त करना।

नारियां अपमानित और आभवों से पूर्ण जीवन व्यतीत करती हैं। इस वर्ग की नारियों में ईमानदारी, धर्मभीरुता और ईश्वर के प्रति अटूट श्रद्धा है। निम्नवर्ग के प्रति प्रेमचंद की सर्वाधिक सहानुभूति रही है। इस वर्ग की नारियां हमेशा संघर्ष करती रहती हैं। इस नारी समाज के अंतर्गत गरीब कृषक, ग्राहकहीन दुकानदार एवं सेवक वर्ग संबंधी उस स्त्री रुप की स्थिति थी जहाँ नारी खेतों में शारीरिक श्रम करती है। घर में चक्की चलाती है, धनी परिवारों की सेवा भी विविध प्रकार से करती है। पुरुष अकेला जब आजीविका के उपार्जन में समर्थ नहीं होता तब नारी को शारीरिक श्रम के प्रत्येक क्षेत्र में उसका हाथ बटाना पड़ता है। रोटी बनाकर हल के पीछे ले जाना, चक्की पीसना, पशुओं की देख-रेख करना, कूड़ा-कर्कट उठाना, इस प्रकार के काम नारियों को करने पड़ते हैं।

निम्नवर्गीय नारियों के चरित्र की अभिव्यक्ति 'गोदान', 'गबन', 'कर्मभूमि', 'प्रेमाश्रम' में हुई है। निम्नवर्ग आर्थिक संकटों से ग्रस्त है, पेट की ज्वाला उसे खाये जा रही है। इस वर्ग की नारियों में ईमानदारी, धर्मभीरुता और ईश्वर के प्रति अटूट श्रद्धा है। क्षमा, दया और त्याग की भावना इनके रग-रग में बहती है। उनमें सुखमय-सम्मानित जीवन व्यतीत करने की प्रवृत्ति है, पर समाज की व्यवस्था उन्हें उठने नहीं देती है। निम्नवर्ग की नारियों का चित्रण श्गोदानश उपन्यास में ज्यादातर हुआ है। निम्नवर्गीय नारियों का प्रतिनिधित्व धनिया करती है। इस प्रकार इसमें झुनिया, पुनिया, नोहरी, सोना, मुन्नी, सलोनी आदि नारियां हैं।

वक्त आने पर निम्नवर्ग मध्यवर्ग की तरह पीछे पलटने वाला नहीं है। किसी की लल्लो-चप्पो से इस वर्ग को अधिक सरोकार नहीं है। यह अपने श्रम और शक्ति पर निर्भर करता है। इसलिए अपनी संपूर्ण त्रुटियों के बावजूद निम्नवर्ग प्रेमचंद के उपन्यासों में इस रुप में चित्रित हुआ है कि पाठक उसे सामाजिक क्रांति का सूत्रधार तथा मानवता का प्रहरी मानने के लिए बाध्य होता है।

गोदान उपन्यास की धनिया प्रमुख नारी पात्र है। धनिया किसान होरी की पत्नी है। धनिया जीवन में सब कुछ सह सकती है पर अन्याय नहीं सह सकती है। अन्याय के प्रति विद्रोह का स्वर ही उसके चरित्र की प्रमुख विशेषता है। धनिया के जीवन का कोना-कोना विद्रोह की ज्वाला से प्रज्वलित होता रहता है। वह सोचती है

कि हमने हमेशा जमींदार के खेत जोते हैं तो वह अपना लगान ही तो लेगा, उसकी खुशामत क्यों करे। वह धनिया की ही नहीं पूर्ण शोषित वर्ग की पुकार है। धनिया के अंतस्थल में एक गहरा असंतोष विद्यमान है। "जिस गृहस्थी में पेट को रोटियां भी न मिलें, उनके लिए इतनी खुशामद क्यों ? इस परिस्थिति से उसका मन बराबर विद्रोह किया करता था और दो-चार घुड़कियां खा लेने पर ही उसे यथार्थ का ज्ञान होता था।"[1]

प्रेमचंद कहते हैं यह धनिया के मन का असंतोष है। उसे उस समाज से घृणा है जिस समाज में अंध रूढ़ियों एवं परंपराओं के कारण मनुष्य की व्यक्तिगत गरिमा कुचली जाती है। धनिया महसूस करती है कि परंपरा की रक्षा से प्रथम एक मानव की रक्षा को स्थान मिलना चाहिए। वह तीव्र शब्दों में कहती है- "हमको कुलप्रतिष्ठा इतनी प्यारी नहीं है महाराज कि उसके पीछे एक जीव की हत्या कर डालते। व्याहता न सही, पर उसकी बाँह तो पकड़ी है मेरे बेटे ने ही। किस मुँह से निकाल देती। वहीं काम बड़े-बड़े करते हैं, मुर्दा उनसे कोई नहीं बोलता, उन्हें कलंक ही नहीं लगता। वही काम छोटे आदमी करते हैं तो उनकी मरजाद बिगड़ जाती है, नाक कट जाती है। बड़े आदमियों को अपनी नाक दूसरों की जान से प्यारी होगी, हमें तो अपनी नाक इतनी प्यारी नहीं।"[2]

इतनी प्यारी नहीं। पुनिया को ऐसे समाज से नफरत है जहां गुप्त रूप से चार चल रहा है, उसे प्रोत्साहित किया जाता है और पापी से घृणा की आती है। वह हाथ भागना चाहता भी है तो उसे विविध दंडों, प्रायश्चितों की बातें सुनाई जाती है। समाज को निर्णय का अधिकार है किंतु यह निर्णय परिस्थिति को ध्यान में रखते हुए, निष्पक्ष एवं निरीह होना चाहिए। विभिन्न स्वार्थों पर आधारित नहीं होना चाहिए। उसमें पापों का निराकरण होना चाहिए, पापी से तिरस्कार नहीं। पुरुष किसी की बांह पकड़कर वासना तृप्ति के उपरांत मुंह पर कालिख लगाकर भाग सकता है पर नारी ? और ऐसा समाज क्या उसे जीने देता है ? वह नारी अधिकारों की प्रबल समर्थिका है। वह झुनिया की आँखें पोंछती है और उसे गले लगाती है। उसके त्रस्त हृदय को अपनी मधुर वाणी से शांत करती है। वह सभी को सुना सुनाकर कहती है- "मुझ से इतना कड़ा जरीबाना इसलिये लिया जा रहा है कि मैंने अपनी बहू को क्यों अपने घर में रखा? क्यों उसे घर से निकालकर सड़क की भिखारिन नहीं बना दिया। यही न्याय है, ऐ?... मैं न एक दाना अनाज दूंगी न एक कौड़ी डांट. हमें नहीं रहना है बिरादरी में बिरादरी में रहकर हमारी मुक्त न हो जायेगी। अब भी अपनी पसीने की कमाई खाते हैं, तब भी अपने पसीने की कमाई खायेंगे।"[3] धनिया का बस चले तो वह गरीबों पर अन्याय करने वाले सरकारी कर्मचारी तथा सामाजिक ठेकेदारों को गोली से उड़ा दे जिस झूठी इज्जत की रक्षा के हेतु निम्नवर्गीय कृषक घूसखोरी को बढ़ावा देते हैं उसे भी वह हेय समझती है। गाय भी उसकी मर गई है और तलाशी भी उसी के घर की होने जा रही है। वह घर की इज्जत के हेतु दारोगा से कहती है- "हा, दे दिया। अपनी गाय भी मार डाली, फिर? किसी दूसरों का जानवर तो नहीं मारा। तुम्हारे तहकीकात में यही निकलता है तो यही लिखो। पहना दो मेरे हाथ में हथकड़ियां देख लिया तुम्हारा न्याय और तुम्हारी अक्कल की दौड़ गरीबों का गला काटना दूसरी बात है, दूध का दूध और पानी का पानी करना दूसरी बात।"[4] धनिया का विद्रोह पति के अन्याय के प्रति भी है। गोबर उसका बेटा है और इकलौते पुत्र के गुनाहों पर माँ आवरण ही डाला करती है। किंतु पति रुप में जब वह असफल रहता है तो धनिया सब दोषगोवर पर ही लगाती है। उसकी दुर्दशा को वह पति का अन्याय ही समझती है। वह होरी तक को सुना देती है- "बड़ा वीर है तो किसी मर्द से लड़। जिसकी बांह पकड़कर लाया है, उसे मारकर बहादुर न कहलायेगा। तू समझता होगा, मैं इसे रोटी-कपड़ा देता हूं। आज से अपना घर संभाल। देख तो इसी गांव में तेरी छाती पर मूंग दलकर रहती हूं कि नहीं, और इससे अच्छा खाऊंगी, पहनूंगी। इच्छा हो, देख ले।"[5] धनिया का मानना है कि आज का युग जीने का अधिकार तभी देता है जब ईट का जवाब पत्थर से दिया जाता है। इसके बिना आत्मसम्मान की रक्षा नहीं कर सकते।

गृहिणी के रुप में धनिया एक सहनशील नारी है। अन्याय के प्रति वह जितनी असहनशील है, गृहिणी के रूप में सब विवशताओं को धैर्य से झेलती है। वह घर की मालकिन अवश्य है किंतु होरी के शब्दों में - "इस मालिकपन में गोबर की माँ की जो दुर्गति हुई है वह मैं ही जानता हूं। बेचारी अपनी देवरानियों के फटे-पुराने कपड़े पहनकर दिन काटती थी, खुद भूखी सो रही होगी लेकिन बहुओं के लिए जलपान तक का ध्यान रखती थी। अपनी देह पर गहने के नाम कच्चा धागा भी न था देवरानियों के लिए दो-दो, चार-चार गहने बनवा दिये।"[6] आज भी धनिया को घर से बाहर खेतों में काम करते हुए मजदूरी पर जीना पड़ता है। गृहस्थी के संचालन में धनिया को काम भी करना पड़ता है और मातादीन की डाँट भी सहनी पड़ती है।

पुनिया को अपनी गृहस्थी का पूरा खयाल है। गाय-कांड के बाद हीना के भाग जाने पर वह अपने खेत का सारा काम संभालती है। अकेली होकर वह रोती-झुकती नहीं और भी प्रचंड हो जाती है। अपनी जेठानी धनिया से उसे द्वेष था। पर अब उसके दिल में दया थी। वह होरी के उपकार को मानती है, और जब उसे पता चलता है कि धनिया के घर अनाज का एक दाना भी नहीं है, तो ढेर-सारा अनाज अपने यहां से दे देती है। महतो ने ही उसकी खेती बचाई है। इस प्रकार प्रेमचंद ने नारी स्वभाव का यथार्थ चित्रण प्रस्तुत किया है। श्गोदानश में पुनिया के माध्यम से नारी के जीवन में धन संपत्ति के अभाव की समस्या का चित्रण किया है।

'गोदान' उपन्यास की झुनिया भोला अहीर की कन्या है। झुनिया जवानी में ही विधवा हो जाती है। ससुराल में कोई सहारा न पाकर पिता के पर रहती है, पर भावजें उससे झगड़ती हैं। वह शहर में, गांव में ग्राहकों को दूध देने जाती है। तरह-तरह के लोगों से उसका वास्ता पड़ता रहा है। रसिकों की लगावट बाजियां उस गृहस्थ कन्या के गृहणीत्व को कुचल नहीं पाई थीं। गोवर को वह दिल से चाहती है। प्यार के मामले में उसका दृष्टिकोण बड़ा खुला हुआ है। उसकी दृष्टि में प्यार का मामला बराबर का है। वह इस क्षेत्र में भी समानता का अधिकार चाहती है। वह गोबर से कहती है- "सर्वस तो तभी पाओगे जब अपना सर्वस दोगे।"[7] झुनिया एकनिष्ठ प्यार में विश्वास करने वाली नारी है।

प्रेमचंद के उपन्यास श्गोदानश की सोना अत्यंत विचारशील निम्नवर्गीय लड़की है। सोना के चरित्र का बड़ा स्वाभाविक विकास प्रेमचंद ने दिखाया है। होरी-धनिया की वह पुत्री है। अपने माता-पिता की सहृदयता भलमनसाहत पर उसे बड़ा अभिमान है। अपने रुप-गुण और भले कुल का उसे गर्व है। घर गृहस्थी की समस्याओं ने उसका बौद्धिक विकास किया है। अपने पिता की दयनीय अवस्था को वह समझती है। वह नहीं चाहती कि उसका पिता उसके विवाह के लिए ऋण के कीचड़ में फंसे। अत: उसका दृढ़ निश्चय है कि जो लड़का दहेज नहीं लेगा, उसी से शादी करेगी इसलिए वह सिलिया से कहती है कि अगर सोनारी वालों ने एक पैसा भी दहेज में लिया तो वह विवाह नहीं करेगी। दहेज-प्रथा जैसी प्रस्थापित कुप्रथा के प्रति उसका विद्रोह इन शब्दों में व्यस्त होता है- "मां-बाप को अगर भगवान ने दिया हो तो खुशी से जितना चाहे लड़की को दें, मैं मना नहीं करती लेकिन जब वह पैसे-पैसे को तंग हो रहे हैं, आज महाजन नालिस करके लिल्लाम करा तो कल मजूरी करनी पड़े तो कन्या का धरम यही है कि डूब मरे। घर की जमीन जैजात तो बच जायेगी। रोटी का सहारा तो रह जाएगा। मां-बाप चार दिन को मेरे नाम को रोकर संतोष कर लेंगे। यह तो न होगा कि मेरा ब्याह करके उन्हें जनम भर रोना पड़े।"[8] दहेज की सामाजिक रुढ़ि के कारण लड़की के ब्याह में दान-दहेज देना ही पड़ता था, पास में कुछ हो या न हो। अत: लड़की का विवाह माँ-बाप के लिए बोझ-सा बन जाता था। सोना उन लड़कियों की प्रतिनिधि है जो लड़कियां स्वयं ही अपने पर तथा मां-बाप पर अत्याचार करने वाली रुढियों का विरोध करती हैं। उन पर आघात करना चाहती हैं।

'गोदान' में गोविंदी आदर्श पत्नीत्व का उत्कृष्टतम उदाहरण है। खन्ना गोविंदी की अवहेलना और अपमान करता है, स्वयं शराबी और परस्त्रीगामी है, किंतु गोविंदी प्रेम और निष्ठा से उसकी सेवा करती है। खन्ना के

क्रोध में अपशब्द कहने पर गोविंदी अपने कमरे में बैठकर रोती है, परंतु पति से पृथक् अस्तित्व की कल्पना भी नहीं करती। आज खन्ना पर कोई विपत्ति आ जाय तो वह अपने को उन पर न्यौछावर कर देगी। खन्ना अंधे या कोढ़ी हो जायं तो भी उसकी वफादारी में फर्क न आएगा। गोविंदी का धैर्य और त्याग, शील और प्रेम अनुपम है। डॉ. मेहता जिस नारीत्व को आदर्श मानते हैं, गोविंदी उसकी सजीव प्रतिमा है। और गोविंदी कोई अपवाद नहीं है। मेहता गोविंदी से कहते हैं - "प्रकृति ने हमारे साथ कितना बड़ा अन्याय किया है कि आप जैसी कोई दूसरी देवी नहीं बनाई। गोविंदी हसरत भरे स्वर में उत्तर देती है। श्शनहीं मेहता जी आपका भ्रम है। ऐसी नारियाँ यहाँ आपको गली-गली में मिलेंगी।"[9] गोविंदी का यह कथन सामान्य हिंदू नारी के लिए युक्ति-युक्ति है, "जो त्याग, सेवा और पवित्रता की प्रतिमा होती है और अपने व्यक्तित्व को पति के व्यक्तित्व में मिलाकर उसका एक अंग हो जाती है।"[10]

निष्कर्ष :

समाज निर्माण में नारी की भूमिका सर्वोपरि है। वह निर्माण, पालन और मुक्ति तीनों की हेतु भूता सनातनी देवी के समान है। जीवन का कोई भी क्षेत्र हो वहां नारी जाति ने अपना लोहा मनवाया ही है। वर्तमान युग में भी ऐसा कोई क्षेत्र नहीं है जहां स्त्रियों की सक्रिय, सार्थक भागीदारी ना हो और वह सफल ना हुई हो। इतिहास में भी किसी भी क्षेत्र में नारी की सफलता पर प्रश्नचिन्ह नहीं लगाया जा सकता। और वास्तव में ही 'नारी नारायणी' है। उसका पूरा जीवन चुनौतियों से भरा होने के बावजूद वो तटस्थ खड़ी है एक और आने वाली चुनौती का सामना करने के लिए। फिर भी मुस्कुराकर अपना जीवन व्यतीत करती है तथा सबके लिए अपने अरमानों का हमेशा से ही बलिदान करती आयी है। जिसका ज्वलंत प्रमाण गोदान की धनिया है। इस पृथ्वी पर ऐसा कोई जीव नही जिसका संघर्ष जीवन से पहले यानि जन्म लेने से पहले ही आरंभ हो जाता हो या यूं कहें कि जन्म के लिए संघर्ष शुरू हो जाता हो एक मां के लिए भी और एक बेटी के लिए भी (दोनों ही नारी जाति)।

इससे अधिक और क्या कहना है कि सब जानते हुए भी नारी ने अपना वर्चस्व कायम रखा है तथा विश्व में तो क्या अंतरिक्ष में भी अपना नाम स्वर्णाक्षरों में अंकित कर इतिहास बनाया है और आगे भविष्य में भी ऐसी ही उम्मीद की जा सकती है. इस प्रकार हमने देखा कि नारी जीवन तो जन्म से पहले से है और ये बात केवल नारी बनकर ही महसूस की जा सकती है।

संदर्भ :

1. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 273
2. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 211
3. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 121
4. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 101
5. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 109
6. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 24
7. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 48
8. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 240
9. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 253
10. 'गोदान', प्रेमचंद, पृ. 186

❑❑❑

21वीं सदी के उपन्यासों में चित्रित भूमंडलीकरण का दौर और मानव जीवन

❍ नेहा*

संक्षिप्ति :

वर्तमान में भूमंडलीकरण मानव जीवन के सभी पक्षों को घेरे हुए है। मनुष्य का नैतिक, सामाजिक, सांस्कृतिक और शैक्षिक कोई भी पक्ष वैश्वीकरण के प्रभाव से अछूता नहीं है। मनुष्य की मुख्य भूमिका समाज में होती है। बिना समाज के मनुष्य जंगली प्राणी के समान है। उसका प्रत्येक क्रियाकलाप समाज में संचालित है। भूमंडलीकरण के प्रभाव से मानव जीवन पूर्णतया परिवर्तित हुआ है। इस आधुनिकता की दौड़ में मनुष्य ने सर्वप्रथम अपनी संवेदनाएं खोई हैं। वह प्रत्येक कार्य लाभ के भाव से करने लगा है। एक दूसरे से आगे निकलने की होड़ ने मानव-जीवन में अकेलापन, कुंठा, निराशा, हीनभावना, असुरक्षाबोध तथा अंधानुकरण जैसे भावों को जन्म दिया है जिससे मानवता निरंतर पतन की और अग्रसर है। उत्तर-आधुनिकता के प्रभावस्वरूप मनुष्य पैसे तो कमा रहा है परंतु अपने नैतिक दायित्वों को कहीं ना कहीं भूलता जा रहा है।

मुख्य शब्द: भूमंडलीकरण, बाजारवाद, सांस्कृतिक मूल्य, मशीनीकरण, आधुनिकीकरण, उपभोक्तावाद।

परिचय

भूमंडलीकरण का पर्याय वैश्वीकरण को माना जाता है जिसे अंग्रेजी में ग्लोबलाइजेशन नाम दिया गया। 20वीं सदी के अंतिम दशक में भूमंडलीकरण ने अपनी विकास यात्रा आरंभ की परंतु आज यह अपनी युवावस्था के चरम पर विराजमान है। मोटे तौर पर देखा जाए तो भूमंडलीकरण अर्थ तंत्र से जुड़ा हुआ जान पड़ता है लेकिन इसके प्रभाव से मानव जीवन का कोई भी पक्ष या क्षेत्र अछूता नहीं है। इस प्रक्रिया ने संपूर्ण विश्व को एक श्ग्रामश में परिवर्तित कर दिया है जबकि वास्तविकता इससे कोसों दूर है। सामान्यत: इसका अर्थ एक ऐसी व्यवस्था से है जिसका आधार वैश्विक हो तथा जो विश्व के सभी राष्ट्रों, समाजों तथा समुदायों से जुडा हो। भूमंडलीकरण के प्रभाव स्वरूप संपूर्ण विश्व श्ग्लोबल गांवश में परिवर्तित होता जा रहा है। राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने भी विश्व ग्राम का स्वप्न देखा था, उन्हीं के शब्दों में, "मैं नहीं चाहता कि मेरा घर चारों तरफ से दीवारों से गिरा रहे, न मैं अपनी खिड़कियों को ही कसकर बंद रखना चाहता हूं। मैं तो सभी देशों की संस्कृति का संचार अपने घर में बिना रोक-टोक चाहता हूं, पर ऐसी संस्कृति के किसी झोंके से मेरे पांव उखड़ जाए यह मुझे स्वीकार नहीं।"[1] आज मनुष्य वही कर रहा है जो बाजार या कंपनी है उससे

✡ *विभाग- हिंदी विभाग, चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय, मेरठ, उत्तर प्रदेश; कॉलेज- जनता वैदिक कॉलेज, बड़ौत, बागपत*

चाहती हैं। वह स्वयं की सोचने समझने की शक्ति क्षीण कर चुका है। मनुष्य की भावनाएं मर रही हैं और उसके नैतिक मूल्य ह्रास की ओर अग्रसर हैं जिन्हें उपन्यासों के माध्यम से दिखाया गया है। मानव अपनत्व का भाव, बड़ों के प्रति कर्तव्य, छोटों के प्रति जिम्मेदारी, दया, ममतत्व, स्नेह, उदारता, आदि भावों से विहीन होकर मानवता को पतन के गर्त की ओर धकेल रहा है।

वास्तव में बाजारवाद, उपभोक्तावाद, निजीकरण और उदारीकरण आदि चरण भूमंडलीकरण की उपज है जिन्होंने मानव जीवन को सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक, शैक्षिक तथा सांस्कृतिक सभी क्षेत्रों में प्रभावित किया है। जब भी कोई वाद या व्यवस्था समाज में स्थापित होता है तब वह अपने प्रभाव व कुप्रभाव दोनों से जीवन व समाज को प्रभावित करता है। भूमंडलीकरण भी एक ऐसी ही प्रक्रिया है। एक तरफ इसके स्थापन से संपूर्ण विश्व एक बाजार मंच बन गया है जहां हर चीज आर्थिक सक्षमता के आधार पर उपलब्ध है, वहीं दूसरी और मनुष्य के कदम मशीनी दुनिया की ओर तेजी से अग्रसर होते जा रहे हैं। हिंदी साहित्य भी भूमंडलीकरण के प्रभाव से अछूता नहीं रह सका। भूमंडलीकरण के बाजारवादी व उपभोक्तावादी दृष्टिकोण पर गिरीश मिश्र के विचार इस प्रकार है, "हम आपको वह हर चीज बेचेंगे जिसकी आपको जरूरत है, परंतु हम चाहते हैं कि आपको उन्हीं वस्तुओं की जरूरत हो जिन्हें हम बेचना चाहते हैं।"[2]

उद्देश्य :

इस शोध पत्र के माध्यम से भूमंडलीकरण के प्रभाव से परिवर्तित होते मानव जीवन व नैतिक मूल्यों का विश्लेषण किया गया है। वर्तमान युवा पीढ़ी अपने नैतिक दायित्वों से विमुख होकर उपभोक्तावादी संस्कृति की अंधी दौड़ में अग्रसर है, इसमें युवाओं का अपने माता-पिता के प्रति उपेक्षा भाव, अलगाव तथा संवेदनहीनता को बखूबी चित्रित किया गया है। वहीं दूसरी तरफ वर्तमान स्त्री अपनी इच्छा अनुसार जीने की चाह में अपनी अस्मिता तक को ताक पर लगाने से नहीं कतराती तथा नैतिक या अनैतिक किसी भी माध्यम से सफलता की ऊंचाई पर पहुंचना चाहती है। वह अर्धनग्न होने को सौंदर्य जैसे शब्दों से परिभाषित करती है, तुच्छ लालसाओ को इसमें दिखाया गया है। सांस्कृतिक मूल्यों को तार-तार होते तथा मानव जीवन में संचार माध्यमों के बढ़ते हस्तक्षेप को विश्लेषित किया गया है।

हिंदी साहित्य की सभी विधाओं पर भूमंडलीकरण का प्रभाव प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष दोनों रूप में पाया जाता है। विशेषत: उपन्यास विधा में भूमंडलीकरण की प्रक्रिया ने ज्यादा पैर पसारे रहे हैं। उपन्यास विधा संपूर्ण मानव जीवन को स्वयं में समेटे हुए है। साहित्य की किसी भी विधा में मानव जीवन स्वयं को केंद्र में स्थापित करता है। कोई भी साहित्यकार मानव जीवन के बाह्य पक्ष के साथ-साथ उसके आंतरिक पक्ष को भी व्याख्यायित करता हुआ चलता है। मानव जीवन समाज का अभिन्न अंग है और समाज के सामाजिक, आर्थिक, नैतिक, मनोवैज्ञानिक, सांस्कृतिक व शैक्षिक किसी भी पक्ष से अछूता नहीं है।

21वीं सदी के उपन्यासों में भूमंडलीकरण के दौर का वास्तविक चित्रण किया गया है। भूमंडलीकरण के भूचाल ने मानव जीवन को पूर्णत: अपनी गिरफ्त में ले लिया है। बाजारवादी व उपभोक्तावादी संस्कृति के परिणामस्वरुप मनुष्य भौतिक सुख-सुविधाओं के पीछे निरंतर दौड़ रहा है जिससे वह निराशा, अकेलापन, घुटन, बेचैनी, दुख और असफलता की कुंठा के गर्त में स्वयं को दिन-प्रतिदिन धकेल कर संवेदनहीन होता जा रहा है। इसी को लेकर हिंदी उपन्यासकार ममता कालिया ने अपने उपन्यास 'दौड़' में महत्वहीन होते रिश्ते-नाते तथा जड़ होती संवेदनाओ को जीवंत तथा अर्थपूर्ण अभिव्यक्ति दी है। उपन्यास में दिखाया गया है कि माता-पिता अपने बच्चों के बेहतर भविष्य के लिए विभिन्न सुख-सुविधाएँ समेटते हैं और उन्हें उच्च व महंगी शिक्षा देकर सपनों की दुनिया का रास्ता दिखाते हैं फलस्वरुप बच्चे उस स्वप्निल दुनिया में इतने गुम हो जाते हैं कि उन्हें अपने मां-बाप के कीमती क्षणों का भी ध्यान नहीं रहता जो उन्होंने अपने बच्चों पर

हंसते-हंसते लुटा दिए थे। माता-पिता चाहते थे कि बच्चे पढ़ लिखकर उनके आसपास रहकर नौकरी करें परंतु बच्चे रिश्तों की तुलना बाजारवाद से करते हैं, लड़के पवन पर महानगर की चकाचौंध हावी रहती है और वह अपने पिता से कहता है ष्पापा मेरे लिए शहर महत्वपूर्ण नहीं है, कैरियर है। अब कलकत्ता को ही लीजिए। कहने को तो महानगर है पर मार्केटिंग की दृष्टि से एकदम लद्धड़। मैं ऐसे शहर में नहीं रहना चाहता हूं जहां कल्चर ना हो, कंज्यूमर कल्चर हो। मुझे संस्कृति नहीं उपभोक्तावादी संस्कृति चाहिए, तब मैं कामयाब रहूंगा।ष्[3] पवन की यह सोच वर्तमान युवा पीढ़ी की सोच है। अब सब कामयाबी की रेस में दौड़ रहे हैं। ऊंचे पद की दौड़ व वेतन वृद्धि के आकर्षण ने मानव जीवन को श्यूजिंग टॉयश बना कर रख छोड़ा है।

आज बच्चों के पास माता-पिता की सेवा करने और उनके सुख-दुख का हाल पूछने व रिश्ते निभाने के लिए भी समय नहीं है। भूमंडलीकरण के प्रभाव से मशीन होते इंसान की झलक प्रदीप सौरभ के उपन्यास 'मुन्नी मोबाइल' में मिलती है जिसमें एक सीधी-साधी लड़की मुन्नी कॉल गर्ल सप्लायर तक बन जाती है। इस गर्त में मुन्नी को धकेलने में महती भूमिका निभाता है वह मोबाइल जो पत्रकार साहब ने उसे गिफ्ट में दिया था। मुन्नी ऐश और आराम की जिंदगी जीने को लालायित हो पैसों की दौड़ में अपना जीवन ही चौपट नहीं करती बल्कि जान भी गवा देती है। "शिनाख्त के बाद जानकारी मिलती है कि लाश मुन्नी मोबाइल की है, जो पहले बस ऑपरेटर थी। बस ऑपरेटरी छोड़कर वह कॉल गर्ल का रैकेट चलाती थी। किसी विदेशी लड़की के मामले में आपसी प्रतिद्वंद्विता के चलते उस पर गोलियां बरसाई गयी और वह मौके पर ही मारी गई।"[4]

आर्थिक रूप से सक्षम होने की होड़ में मनुष्य इतना अंधा हो जा रहा है कि उसे सही गलत का भेद ही नहीं दिख पाता। उपन्यासकार स्वयं प्रकाश ने 'ईंधन' उपन्यास में वृद्धावस्था की समस्या को बखूबी उठाया है जो आज विकराल रूप धारण कर रही है। आधुनिकीकरण की दौड़ में मनुष्य इतना आगे निकल गया है कि वह अपने सारे सांस्कृतिक मूल्य भूलकर संस्कार विहीन होता जा रहा है। अपने माता-पिता के बुढ़ापे की चिंता किए बिना वह अपने एकल परिवार के साथ दूसरे देशों में जा बसा है। 'ईंधन' उपन्यास की बीना आंटी की पीड़ा का कारण भी उन्हें बच्चों द्वारा छोड़े जाना है। मानवता का उस समय अंत हो जाता है जब बीना आंटी के रिश्तेदार के बच्चे अपने पिता का अंतिम संस्कार किसी और से करा कर वीडियो क्लिप मंगवाने की बात करते हैं। बीना आंटी के शब्दों में खत्म होती इंसानियत और अकेलेपन की पीड़ा को अभिव्यक्ति मिली है "कोई किसी का नहीं है। कोई काम नहीं आता। आप जिंदगी भर मर-खपकर जिन्हे खड़ा करते हो वह भी काम नहीं आते।... मैं इस इतने बड़े मकान में किसी रोज मर गई तो कौन आएगा?"[5]

मानव जीवन पर भूमंडलीकरण से उत्पन्न उत्तर आधुनिक संस्कृति का प्रभाव भी कम नहीं देखा जाता। स्वयं को सुंदर दिखने की होड़ में स्त्रियों ने अपनी सभ्यता, संस्कृति तथा अस्मिता तक को भी दांव पर लगा दिया है। इसका वर्णन उपन्यासकार लता शर्मा जी ने अपने उपन्यास 'सही नाप के जूते' में किया है। इसमें नायिका का उर्मि से उर्वशी बन जाने के पीछे का सच है। बाजार देखते-देखते स्वयं को बाजार में उतारने की लालसा, कम मेहनत में ज्यादा अर्जित करने की इच्छा उर्वशी को मार्केट प्रोडक्ट बना देती है। उसे समझाया जाता है कि तुम्हारी देह तुम्हारी अपनी पूंजी है इसका निवेश करके चाहे तुम जितना कमाओ। इसमें सिर्फ उपन्यास नायिका की ही कथा नहीं है बल्कि उस हर महत्वाकाँक्षी सुंदर लड़की की कथा है जो अपना सब कुछ दांव पर लगा देती है। सबके दिलों पर राज करने के दम्भ में वह स्वयं को ऐसी भट्टी में झोंक देती है जहां वह सिर्फ सिसक सकती है निकल नहीं सकती। उर्मि की मां कहती है, "पागल! रो क्यों रही है। उपले की गर्म राख तेरी देह पर लगाऊंगी। बंगलो में, हाथों पर, पांव पर, फिर तेरे रोए नहीं निकलेंगे। उर्मि ने ठंडी सांस ली। तो यह कोई नुस्खा है सुंदर लड़की को और सुंदर बनाने का।"[6] अपने भाई के प्राणों की रक्षा के

लिए उर्वशी को भल्ला जैसे जानवर की दरिंदगी का शिकार बनना पड़ता है।

एक तरफ हमारी संस्कृति में जहां भाई बहनों की रक्षा करने के लिए प्राणों की आहुति दे देते हैं इसके उलट उर्वशी को अपनी अस्मिता से सौदा करना पड़ता है और जिसका कर्ज वह एड्स जैसी बीमारी से ग्रसित होकर चुकाती है, ष्उसने रानी से मेडिकल रिपोर्ट मांगी। रानी फिर टालने लगी तब उर्वशी ने जिद पकड़ी। मेरी रिपोर्ट दो अभी इसी वक्त। झकमार रानी ने रिपोर्ट दे दी... एचआईवी पॉजिटिव... एड्स... एड्स है उसे। एक चीखता स्वर तू कभी ठीक नहीं होगी।"[7] बहुत कुछ पाने की चाह में न जाने कितनी स्त्रियाँ अपनी देह से समझौता करके झुलसती हुई इंसानियत की भट्टी में स्वयं को तपाती हैं। ग्लैमर्स की चमचमाती दुनिया ने उन्हें विवेकी और सुघड़ नारी से विवेकहीनता व अर्धनग्नता की अवस्था में ला खड़ा किया है। उच्च जीवन शैली के झांसे में मानवता मशीनीकरण में परिवर्तित हो रही है। मनुष्य अपनी महत्वाकांक्षा की पूर्ति के लिए किसी की जिंदगी से खेलने से भी नहीं चूकता है भले ही फिर वह उसके परिवार का सदस्य ही क्यों न हो। अतृप्त इच्छाएं मनुष्य की विवेक शक्ति को क्षीण कर देती हैं। उपन्यास 'सही नाप के जूते' मे दिखाया गया है कि नायिका उर्वशी की मां अपनी महत्वाकांक्षा की पूर्ति के लिए अपनी बेटी की बलि चढ़ा देती है और उसे डॉक्टर या इंजीनियर बनने की बजाय फैशन की दुनिया के जहरीले गर्त में धकेल देती है तथा मशीन सदृश्य उसका इस्तेमाल करती है। वह भूल जाती है कि वह उसकी बेटी है उसे बाजार में उतारकर अधिक से अधिक पैसा कमाना चाहती है। मां के शब्दों में, "मैं साफ सुथरी जिंदगी जीना चाहती हूँ। भविष्य की सुरक्षा चाहती हूं और दो पल आराम से बैठकर, उगते सूरज को देखना चाहती हूँ। मैं नहीं चाहती कि जैसे घर के काम में घिस घिसकर मेरी दादी, नानी और मां मर गई, मैं भी मर जाऊं.... जिस स्पीड से मैं चल रही थी उस स्पीड से कोई कितने साल चल सकता है... "[8] उसके लिए अपनी बेटी के साथ हुए यौन संबंध भी सामान्य जानकारी भर होते हैं।

आधुनिकीकरण के प्रभाव से उत्पन्न विसंगतियाँ समकालीन हिंदी साहित्य में देखी जा सकती हैं। मानवीय उद्देश्यों से किए जाने वाले कार्य आज सीमित स्वरूप के व्यापारिक उद्देश्यों में परिवर्तित हो चुके हैं। भूमंडलीकरण के प्रभाव से आधुनिकीकरण, बाजारवाद व उपभोक्तावाद की अंधी दौड़ में मानव जीवन श्दिल मांगे मोरश के भवर में दौलायमान है। आज हमारे जीवन मूल्य बिखर रहे हैं। इंसान के जीवन में ईर्ष्या, कुंठा तथा निराशा ने घर कर लिया है। रिश्ते-संबंध सब महत्वहीनता की ओर अग्रसर है। अपनेपन का कोई मूल्य नहीं रह गया है। एक और जहां बच्चों को मां की गोद में सुकून मिलता था आज वह उसे किसी फर्जी गुरु के आश्रम में मेडिटेशन करता हुआ खोज रहा है। सुख-सुविधा पूर्ण क्षणिक जीवन ने मनुष्य को बड़ी-बड़ी मल्टीनेशनल कंपनियों के हाथों की कठपुतली बनाकर छोड़ दिया है।

निष्कर्ष :

भूमंडलीकरण के प्रभावस्वरूप उत्पन्न बाजारवाद, उपभोक्तावाद तथा उत्तर आधुनिकता ने संपूर्ण विश्व को अपना गुलाम बनाया है। हिंदी साहित्य भी इसके प्रभाव से अछूता नहीं रहा। आगे बढ़ने व एक साथ बहुत सारा समेट लेने की चाह ने मनुष्य में संवेदनहीनता को जन्म दिया है। वह परिवार के कर्तव्यों की पूर्ति भी पैसे से करना चाहता है। मनुष्य की यह लालसा श्ना बीवी ना बच्चा ना बाप ना मैया, भैया सबसे बड़ा रुपैयाश नामक कहावत को भलीभांति चरितार्थ करती है। बहुराष्ट्रीय कंपनियों की चक्की में मानव ने स्वयं को मशीन में ही परिवर्तित नहीं किया है बल्कि अपने रिश्ते नातो, माता-पिता सबको छोड़कर इतना आगे निकल गया है कि वापस पलटकर देखना भी उसके लिए अनावश्यक है। आधुनिक दिखने की होड़ में उसने स्वयं को दयनीय अवस्था में लाकर खड़ा कर दिया है। आज मानव-मूल्य इतने निम्न होते जा रहे हैं कि मनुष्य एक दूसरे की सहायता भी किसी लाभ के भाव से ही करता है। मनुष्य ने स्वयं को मार्केट प्रोडक्ट बना लिया है,

कोई भी अच्छी कीमत में बिकने को तैयार बैठा है। आधुनिकता की धुन में सवार युवा देश छोड़ विदेशो में बस रहे हैं। उन्हें अपनी संस्कृति में हजार कमियां नजर आती हैं। माता-पिता द्वारा किए गए त्याग भी उनके लिए तुच्छ वस्तु हो गए हैं। मशीनीकरण और मरती मानवता का प्रमाण यह है कि विदेशों में नौकरी करते युवा माता-पिता के अंतिम संस्कार पर वीडियो क्लिप से अपने कर्तव्यों की पूर्ति करना चाहते हैं। ग्लैमरस की दुनिया की चमक-दमक ने स्त्री देह को मार्केट प्रोडक्ट बना दिया है। ऐशो-आराम और आर्थिक रूप से सक्षम होने की दौड़ में मनुष्य अपनी अस्मिता का सौदा करने में भी घबराता नहीं है। भूमंडलीकरण के इस दौर मे मानव जीवन पूर्णतया मशीन बनने के कगार पर है।

संदर्भ :

1. शर्मा कुमुद, (2013), भूमंडलीकरण और मीडिया, प्रभात प्रकाशन, नई दिल्ली, पृ. 13
2. मिश्र गिरीश एवं पांडे बृजकुमार, (2008), भूमंडलीकरण: मिथक या यथार्थ, अभिधा प्रकाशन, मुजफ्फरपुर, पृ. 101
3. कालिया ममता, चतुर्थ संस्करण, (2009), दौड़, वाणी प्रकाशन नई दिल्ली, पृ. 40, 41
4. सौरभ प्रदीप, संस्करण (2016), मुन्नी मोबाइल, वाणी प्रकाशन, नई दिल्ली, पृ. 143
5. प्रकाश स्वयं, द्वितीय संस्करण, (2008), ईंधन, वाणी प्रकाशन, नई दिल्ली, पृ. 198
6. शर्मा लता, संस्करण (2019), सही नाप के जूते, भारतीय पुस्तक परिषद, नई दिल्ली, पृ. 33
7. वही, पृ. 174
8. वही, पृ. 68, 69

❑❑❑

नागपुर शहर की अम्बेडकरपूर्व दलित महिला नेतृत्व

❍ डॉ. सूर्यकांत महादेवराव कापशीकर*

संक्षिप्ति :

नागपुर शहर बाबासाहब डॉ भीमराव रामजी अम्बेडकर इनके सामाजिक परिवर्तन आंदोलन का केंद्रबिंदु माना जाता है। इ.स. 1920 के अखिल भारतीय बहिष्कृत परिषद सें नागपूर शहर में अम्बेडकरी आंदोलन का प्रारंभ तथा इ.स. 1956 का बौद्ध धम्म दीक्षा समारोह नागपुर में अम्बेडकरी आंदोलन का सर्वोच्च बिंदू है। अम्बेडकरी आंदोलन के 36 वर्ष कें प्रदीर्घ कालखंड में नागपुर के अम्बेडकरी अनुयायियों ने अपना सक्रिय योगदान दिया है। किंतु नागपुर शहर में अम्बेडकरी आंदोलन को एक सक्षम पार्श्वभूमि प्रदान करने का कार्य अम्बेडकरपूर्व दलित नेतृत्व ने किया है। इसमें दलित महिलाओ का भी अत्यंत महत्वपूर्ण योगदान रहा है। दलित महिलाओं ने प्रारंभ से ही दलित आंदोलन में हिस्सा लिया। उनके सहभाग के कारण ही सर्वसमावेशकता प्राप्त हुई है। नागपुर शहर के अम्बेडकरपूर्व सामाजिक आंदोलन मे तुळसाबाई किसन बनसोड, कचराबाई फत्तुजी शेंडे तथा जाईबाई चौधरी आदी दलित महिलाओ ने नेतृत्व करने का महान कार्य किया है। बाबासाहब डॉ भीमराव रामजी अम्बेडकर इनके सामाजिक परिवर्तन आंदोलन के पूर्व नागपूर शहर में दलित आंदोलन अत्यंत प्रभावशाली रहा। नागपुर शहर की दलित महिला नेतृत्व तुळसाबाई बनसोड, कचराबाई शेंडे, तथा जाईबाई चौधरी इन्होने नागपुर परिक्षेत्र के अस्पृश्य समाज को धार्मिक, शैक्षणिक, सामाजिक, राजकीय तथा आर्थिक दृष्टिकोण सें जागृत करने का महान कार्य किया। इन दलित महिला नेतृत्व के कारण ही आगामी बाबासाहब डॉ भीमराव रामजी अम्बेडकर इनके सामाजिक परिवर्तन आंदोलन को सर्वसामान्य दलित महिलाओं का भारी समर्थन मिला। इसप्रकार नागपुर शहर की अम्बेडकरपूर्व दलित महिला नेतृत्व के योगदान से ही आगे चल कर बाबासाहब डॉ भीमराव रामजी अम्बेडकर इनके सामाजिक परिवर्तन आंदोलन को सर्वसमावेशकता प्राप्त हुई ऐसा कहना अनुचित नहीं होगा।

बीज शब्द : नागपुर शहर, अम्बेडकरपूर्व सामाजिक परिवर्तन आंदोलन, दलित महिला नेतृत्व, तुळसाबाई किसन बनसोड, कचराबाई फत्तुजी शेंडे, जाईबाई चौधरी।

प्रस्तावना :

नागपुर शहर बाबासाहब डॉ भीमराव रामजी अम्बेडकर इनके सामाजिक परिवर्तन आंदोलन का केंद्रबिंदु

✡ *इतिहास विभागप्रमुख, यशोदा गर्ल्स आर्ट्स अँड कॉमर्स कॉलेज स्नेह नगर, नागपुर।*
Email: suryakantmkapshikar@gmail.com

माना जाता है। इ.स. 1920 के अखिल भारतीय बहिष्कृत परिषद सें नागपुर शहर में अम्बेडकरी आंदोलन का प्रारंभ माना जाता है तथा इ.स. 1956 का बौद्ध धम्म दीक्षा समारोह नागपुर में अम्बेडकरी आंदोलन का सर्वोच्च बिंदु माना जाता है। अम्बेडकरी आंदोलन के 36 वर्ष के प्रदीर्घ कालखंड में नागपुर के अम्बेडकरी अनुयायियो ने अपना सक्रिय योगदान दिया है। किंतु नागपुर शहर में अम्बेडकरी आंदोलन को एक सक्षम पार्श्वभूमि प्रदान करने का कार्य अम्बेडकरपूर्व दलित नेतृत्व ने किया है। इसमे दलित महिलाओं का भी अत्यंत महत्वपूर्ण योगदान रहा है। दलित महिलाओ ने प्रारंभ से ही दलित आंदोलन में हिस्सा लिया। उनके सहभाग के कारण ही सर्वसमावेशकता प्राप्त हुई है। नागपुर शहर के अम्बेडकरपूर्व सामाजिक आंदोलन मे तुळसाबाई किसन बनसोड, कचराबाई फत्तुजी शेंडे तथा जाईबाई चौधरी आदी दलित महिलाओ ने नेतृत्व करने का महान कार्य किया है। नागपुर शहर के अम्बेडकरपूर्व दलित महिला नेतृत्व के कार्य को संशोधकीय दृष्टिकोण सें सिद्ध करना प्रस्तुत लघुशोध निबंध का उद्देश्य है।

संशोधन पद्धतिः

प्रस्तुत नागपुर शहर के अम्बेडकरपूर्व दलित महिला नेतृत्व इस शोधनिबंध के लिए ऐतिहासिक संशोधन पद्धति का उपयोग किया गया है। शासकीय अभिलेखागार, ग्रंथालय, संशोधन केंद्र, अध्ययन केंद्र, अम्बेडकरी आंदोलन में सक्रीय नागपुर शहर के नेता, पुढारी, कार्यकर्ता तथा अनुयायी इन सभी महानुभावों से भेट के माध्यम से ऐतिहासिक संशोधन पद्धतिनुसार प्राप्त ऐतिहासिक माहिती तथा दस्ताएवजों का संकलन किया गया। तत्कालीन अम्बेडकरी आंदोलन में कार्यरत नेता, पुढारी, कार्यकर्ता तथा अनुयायियों की यादें, प्रकाशित, अप्रकाशित कागद पत्र, तत्कालीन वृत्तपत्र, नियतकालीक इन ऐतिहासिक माध्यमों द्वारा आवश्यक माहिती का अवलोकन किया गया। उपलब्ध प्राथमिक व दुय्यम साधनों का परीक्षण करने लिए बहिरंग परीक्षण तथा अंतरंग परिक्षण पद्धति का उपयोग किया गया। तदनुपरांत चयनित कागद पत्र तथा उपलब्ध ऐतिहासिक माहिती का अन्वयार्थ लगाकर ऐतिहासिक संशोधन पद्धतिशास्त्र के नियमानुसार रचना करके संशोधन का मसौदा तैयार किया गया। इस आधार पर प्रस्तुत शोधनिबंध का संशोधन कार्य किया गया।

उद्देश्यः

अम्बेडकरपूर्व सामाजिक परिवर्तन आंदोलन को योग्य दिशा देने का कार्य नागपुर शहर से ही हुआ है। इस आंदोलन में नागपुर शहर के दलित शोषित समाज ने बढकर हिस्सा लिया। अनेक नेता तथा पुढारियों ने इस आंदोलन का नेतृत्व किया इसमे महिला नेतृत्व भी शामिल थी। इस संदर्भ में आंदोलन में नागपुर शहर की अम्बेडकरपूर्व दलित महिला नेतृत्व इस विषयपर शोधनिबंध सादर करने का यह एक प्रामाणिक प्रयत्न है। निम्नलिखित उद्देश्य पर इसका संशोधन कार्य किया गया है।

1. अम्बेडकरपर्व सामाजिक आंदोलन आधुनिक भारत के सामाजिक इतिहास का एक महत्वपूर्ण आंदोलन था यह सिद्ध करना।
2. नागपुर शहर में घटित अम्बेडकरपूर्व सामजिक आंदोलन की विभिन्न घटनाओं का ऐतिहासिक विश्लेषण करना।
3. अम्बेडकरपूर्व सामजिक आंदोलन के संदर्भ में नागपुर शहर का सामाजिक, आर्थिक, राजकीय, धार्मिक, सांस्कृतिक तथा भौगोलिक महत्व सिद्ध करना।
4. नागपुर शहर में आयोजित अम्बेडकरपूर्व सामजिक आंदोलन की सभा, सम्मेलन, परिषद्, अधिवेशन आदि का अभ्यास करना।
5. अम्बेडकरपूर्व सामाजिक आंदोलन में सक्रिय नागपूर शहर की दलित महिला नेता, पुढारी, कार्यकर्ता

तथा अनुयायिओं के सहभाग सिद्ध करना।

अम्बेडकरपूर्व दलित महिला विषयक सुधार:

नागपुर शहर के अम्बेडकरपूर्व सामाजिक आंदोलन में दलित महिलाओ कें उत्थान के लिये अनेक सफल प्रयास किये गये। नागपुर के मिल मजदुरों के अधिकारों के लिये इ. स. 1919 में किये हरताल में काम की अवधि कम करना, कामगारों को वेतन में दुगुणा वृद्धि, अतिरिक्त बोनस, स्वस्त धान्य दुकान की सुविधा, औषधोपचार की सुविधा, स्त्री कामगारों प्रसूति भत्ता, मजदूरों के बच्चों के लिये पाळणाघर की व्यवस्था, इत्यादि मांगे मिलमालक से समक्ष रखी गई। बिडिया बनाने बदले में उसे 6 आणा मजदुरी मिलती थी। कारखाने में महार मजुरों का आर्थिक शारीरिक शोषण होता था। महार महिला कामगारों स्थिति तो अधिक दयनीय थी। वह हर बार उत्पीड़न का शिकार होती थी। नागपुर के बीड़ी कामगारों को संगठित करने का कार्य बाबू एल. एन. हरदास अर्थात हरिदास लक्ष्मण नगरकर इन्होने किया। अपने 'महारठ्ठा' इस वृत्तपत्र से उन्होंने बीड़ी कामगारों के प्रश्न को उजागर किया। फत्तुजी बापुजी शेंडे इन्होंने इ.स. 1904 में नागपुर में 'तरुण महार संघ' नामक संस्था स्थापन की। इस संस्था के माध्यम सें उन्होंने नागपुर कें इंदोरा परिसर में नारायण मंडलेकर पोर्टर के निवासस्थान में इ.स. 1908 में 'अस्पृश्य मुलींची शाळा' शुरू करके दलित छात्राओं के शिक्षा का मार्ग प्रशस्त किया। किसन फागोजी बनसोड यह महार जाती के प्रथम 'नॉर्मल स्कूल ट्रेंड टीचर' थे। इ. स. 1907 में अस्पृश्य समाज की लड़कियों के शैक्षणिक विकास लिये उन्होने नागपुर शहर के पांचपावली परिसर में 'चोखामेळा मुलींची शाळा' शुरू की। कालीचरण गणुजी नंदागवळी इन्होंने नागपुर परिक्षेत्र के गोंदिया में इ.स. 1910 में 'मुलींची शाळा' शुरू की। नागपुर शहर के और एक महार समाज सुधारक दामोदर मुरारी खापर्डे इन्होंने महात्मा जोतीबा फुले के शैक्षणिक कार्य सें प्रभावित होकर दलित समाज में शैक्षणिक जागृती का कार्य किया। उन्होने स्वयं ख्रिश्चन मिशनरी स्कूल में शिक्षा ली थी। नागपुर शहर में लड़कियों के शिक्षण के लिये उन्होने इ. स. 1915 में 'नूतन महिला विद्यालय' की स्थापना की। इसप्रकार नागपूर शहर के अम्बेडकरपूर्व सामाजिक परिवर्तन आंदोलन ने दलित महिलाओं को जागृत करने का महान कार्य किया जिसके कारण दलित महिलाये सामजिक परिवर्तन आंदोलन मे शामिल होने लगी। इन्हीं दलित महिलाओं में से तुळसाबाई किसन बनसोड, कचराबाई फत्तुजी शेंडे, जाईबाई चौधरी आदि महिलाओ ने नागपुर शहर के अम्बेडकरपूर्व सामाजिक परिवर्तन आंदोलन का प्रभावी नेतृत्व किया।

तुळसाबाई किसन बनसोड:

तुळसाबाई किसन बनसोड यह नागपुर के अम्बेडकरपूर्व दलित आंदोलन की एक प्रमुख महिला पुढारी थीं। उनका विवाह किसन फागोजी बनसोड इनके साथ हुआ। उनके पति किसन फागोजी बनसोड ने अस्पृश्य दलित महार समाज के सर्वांगीण विकास के लिये सर्वप्रथम उनका शैक्षणिक विकास आवश्यक है यह सोचकर नागपुर में जो शिक्षा आंदोलन चलाया उसमें तुळसाबाई उनको अभूतपूर्व सहकार्य किया। अस्पृश्य दलित महार छात्राओं को शिक्षित करने के लिये इ. स. १९०७ में महात्मा जोतीबा फुले के कार्य सें प्रेरणा लेकर नागपुर के पांचपावली परिसर में उनके पती किसन फागोजी बनसोड इन्होने 'चोखामेळा मुलींची शाळा' शुरू की। उसमें दलित छात्राओं को पढाने के लिये महिला अध्यापक न मिलने के कारण तुळसाबाई ने स्वयं अध्यापन कार्य करने का निर्णय लिया। उनके पति ने भी उनको प्रोत्साहित किया। घर का काम संभालते संभालते तुळसाबाई ने पढाई भी शुरू की तथा सुशिक्षित होने के उपरांत 'चोखामेळा मुलींची शाळा' में महिला अध्यापक के रूप में कार्य आरंभ किया। इसप्रकार तुळसाबाई किसन बनसोड इन्होने नागपूर के अम्बेडकरपूर्व दलित शिक्षा आंदोलन में उल्लेखनीय कार्य किया। अस्पृश्य दलित महिलाओं को आंदोलन की मुख्य धारा में लाने के लिये तथा उनके सामाजिक आर्थिक शैक्षणिक आदी सर्वांगीण उत्थान के लिये किसन फागोजी बनसोड द्वारा नागपुर

में दिनांक 6 नवंबर 1932 में 'मध्यप्रांत व वऱ्हाड दलित महिला परिषद्' का यशस्वी आयोजन किया। इस महिला परिषद में तुळसाबाई किसन बनसोड इनका महत्त्वपूर्ण योगदान रहा। इस परिषद कें माध्यम सें तुळसाबाई किसन बनसोड इन्होने नागपूर परिक्षेत्र की दलित महार महिलाओं को जागृत करने का महान कार्य किया। तुळसाबाई किसन बनसोड इन्होंने विठोबा रावजी मूनपांडे द्वारा स्थापित 'महार सभा' में भी सक्रीय कार्य किया। इ.स. 1913 में वह महार सभा की कार्यकारिणी मंडळ की सभासद थी।

कचराबाई फत्तुजी शेंडेः

कचराबाई फत्तुजी शेंडे यह नागपुर के अम्बेडकरपूर्व दलित आंदोलन की एक प्रमुख महिला पुढारी थी। उनका विवाह फत्तुजी बापुजी शेंडे इनके के साथ हुआ। अस्पृश्य दलित महार समाज के सर्वांगीण विकास के लिये सर्वप्रथम उनका शैक्षणिक विकास आवश्यक है यह सोचकर उनके पती फत्तुजी बापुजी शेंडे इन्होने नागपुर शहर में जो शिक्षा आंदोलन चलाया। उसमें कचराबाई फत्तुजी शेंडे ने अपना सक्रिय योगदान दिया। उनके पति फत्तुजी बापुजी शेंडे द्वारा स्थापित 'तरुण महार संघ' नामक संस्था कें माध्यम सें नागपुर के इंदोरा परिसर में दलित अस्पृश्य छात्रा के शैक्षणिक सुविधा के लिये इ.स. 1908 में इंदोरा परिसर में 'अस्पृश्य मुलींची शाळा' में दलित छात्राओ को शिक्षा प्रदान करके कचराबाई फत्तुजी शेंडे इन्होने महिला शिक्षा मार्ग प्रशस्त किया। दलित छात्रांओ को पढाने के लिए महिला अध्यापक न मिलने के कारण उन्होंने अपने पति फत्तुजी बापुजी शेंडे इनकी परवानगी सें स्वयं घरपरिवार संभालते संभालते कचराबाई फत्तुजी शेंडे इन्होने स्वयं को शिक्षित किया और सफलतापूर्वक महिला अध्यापक का कार्य किया। कचराबाई फत्तुजी शेंडे यही पर रुकी नहीं बल्कि मेकोसाबाग स्थित 'नॉर्मल स्कूल' में उन्होंने अध्यापकीय शिक्षा ली और आगे चल कर नागपुर नगर पालिका के पाठशालाओं में भी शिक्षा प्रदान करने का महान कार्य कचराबाई फत्तुजी शेंडे इन्होने किया।

जाईबाई चौधरीः

नागपुर के अम्बेडकर पूर्व दलित महिला नेता में जाईबाई चौधरी का नाम उल्लेखनीय है। इ.स. 1892 में नागपुर नजीक उमरेड में एक महार परिवार में उनका जन्म हुआ। इ.स. 1896 में भीषण अकाल के कारण उनका परिवार नागपूर स्थलांतरित हुआ। इ.स. 1901 में अल्प आयु में उनका विवाह बापुजी चौधरी से हुआ। किसन फागोजी बनसोड द्वारा इ.स. 1907 में नागपुर में स्थापित 'अस्पृश्य मुलींच्या शाळे' जाईबाई चौधरी ने शिक्षा प्राप्त की। उसके उपरांत नागपुर के टिमकी बाजार परिसर में मिस ग्रेगरी द्वारा संचालित पाठशाला में अध्यापन का कार्य शुरू किया। लेकिन जाईबाई चौधरी यह अस्पृश्य महार महिला है इसका पता चलते ही सवर्ण हिंदुओं ने अपने पाल्यो को पाठशाला में भेजना बंद किया। मिस ग्रेगरी ने जाईबाई चौधरी को ख्रिश्चन धर्म का स्वीकार करने की सलाह दी लेकिन जाईबाई ने उनका प्रस्ताव ठुकरा कर नोकरी छोड़ दी और इ. स.. 1920 में 'चोखामेळा कन्या शाळा' की स्थापना कर के अपना शैक्षणिक कार्य पूर्ण किया।

निष्कर्षः

बाबासाहब डॉ. भीमराव रामजी अम्बेडकर इनके सामाजिक परिवर्तन आंदोलन के पूर्व नागपुर शहर में दलित आंदोलन अत्यंत प्रभावशाली रहा। नागपुर शहर की दलित महिला नेतृत्व तुळसाबाई बनसोड, कचराबाई शेंडे, तथा जाईबाई चौधरी इन्होने नागपूर परिक्षेत्र के अस्पृश्य समाज को धार्मिक, शैक्षणिक, सामाजिक, राजकीय तथा आर्थिक दृष्टिकोण सें जागृत करने का महान कार्य किया। इन दलित महिला नेतृत्व के कारण ही आगामी बाबासाहब डॉ भीमराव रामजी अम्बेडकर इनके सामाजिक परिवर्तन आंदोलन को सर्वसामान्य दलित महिलाओं का भारी समर्थन मिला। इसप्रकार नागपुर शहर की अम्बेडकरपूर्व दलित महिला नेतृत्व के योगदान से ही आगे चल कर बाबासाहब डॉ भीमराव रामजी अम्बेडकर इनके सामाजिक परिवर्तन आंदोलन

को सर्वसमावेशकता प्राप्त हुई ऐसा कहना अनुचित नहीं होगा।

संदर्भ :

1. कित्ता, पृ. 95
2. शेंडे ना. रा., कै. ठवरे चरित्र व चारित्र्य, पृ. 121
3. डोंगरे, उपरोक्त, पृ. 117
4. शेंडे, ना. रा., उपरोक्त पृ. 84
5. डोंगरे, उपरोक्त, पृ. 95
6. कोसारे, उपरोक्त
7. डोंगरे, कित्ता, पृ. 102
8. वही।
9. वही।

भारतीय महिलाओं के विशेष संदर्भ में डॉ. बाबासाहेब अंबेडकर का नारीवादी दृष्टिकोण

❍ डॉ. अनुराधा सिंह*

संक्षिप्ति :

भारत में नारीवादी आंदोलन पाश्चात्य व्यवस्था से भिन्न है। 19वीं शताब्दी में अनेक समाज सुधारकों ने सती प्रथा, बाल विवाह, विधवा पुनर्विवाह पर रोक आदि कुप्रथाओं के विरुद्ध संघर्ष किया। राष्ट्रीय आंदोलन के दौरान महिलाओं की भागीदारी में जबरदस्त इजाफा हुआ जिसके फलस्वरूप महिलाओं के मुद्दे भी राजनेताओं और विधिवेत्ताओ के दायरे में आने लगे। फ्रांसीसी क्रांति के मूल्य स्वतंत्रता, समानता तथा बंधुत्व की अवधारणा से डॉक्टर भीमराव अंबेडकर अत्यंत प्रभावित थे। उन्होंने भारतीय समाज में दलितों व महिलाओं की स्थिति पर गंभीरता से अध्ययन किया और उन्हे एहसास हुआ की महिलाओं की स्थिति समाज में न्याय पूर्ण नहीं है। अत: उन्होंने महिलाओं की स्थिति में सुधार के लिए सामाजिक, कानूनी और संवैधानिक प्रयासों का समर्थन किया।

प्रस्तावना

महिलाओं की स्थिति व उनके अधिकारों के लिए डॉक्टर अंबेडकर के प्रयास-डॉक्टर अंबेडकर महिला अधिकारों के पैरोकार थे।उन्होंने समाज में महिला पुरुष समानता और महिला अधिकारों की वकालत की जिस प्रकार से नारीवादी विचारधारा स्त्री पुरुष समानता और महिला अधिकारों की बात करता है। नारीवाद की अवधारणा एक आधुनिक परिघटना मानी जाती है। यह इस विश्वास पर आधारित है कि समाज में स्त्रियों की स्थिति पुरुषों की तुलना में निम्न स्तर की है, स्त्रियों के प्रति प्रत्येक समाज में भेदभाव व दोहरा बर्ताव होता है। यह अवधारणा इस बात का विश्लेषण करती है कि समाज में महिलाओं के प्रति अन्याय किस प्रकार या किन उपकरणों या संरचना के माध्यम से होता है। विश्लेषण के साथ साथ यह उसके प्रतिकार के उपाय भी बताता है। स्त्रियों की पराधीनता, असमानता, शोषण आदि को लेकर नारीवादी आंदोलन में मतैक्य का अभाव है, इसलिए इस आंदोलन में हमें अनेक धाराएं देखने को मिलती हैं। जैसे- उदारवादी नारीवादी धारा, यह महिलाओं को तर्कशील प्राणी मानता है तथा उनके लिए बुनियादी सामाजिक समानता की मांग करती है। उदारवादी विचारधारा कानूनी सुधार के माध्यम से परिवर्तन लाना चाहती है। रेडिकल नारीवादी परिप्रेक्ष्य सामाजिक व्यवस्था में आमूल परिवर्तन की मांग करती है। वही, समाजवादी विचारधारा, स्त्रियों की असमानता

✡ *राजनीति विज्ञान विभाग, सी.एम.पी.डिग्री कॉलेज, इलाहाबाद विश्वविद्यालय, प्रयागराज*

का मुख्य कारण पूंजीवादी व्यवस्था को मानती है।

भारतीय समाज में स्त्रियों के प्रति संवेदनशीलता रखने वाले अनेक महापुरुष हुए । संविधान निर्माता डॉक्टर भीमराव अंबेडकर भारत की एक अस्पृश्य जाति महार जाति में उत्पन्न हुए थे।[1] अस्पृश्य होने के कारण उन्हें अपने जीवन में भेदभाव और ऊंच-नीच का सामना करना पड़ा। इसके बावजूद अस्पृश्यता और महिलाओं के लिए उनके द्वारा किए गए संघर्ष व प्रयास किसी से कमतर नहीं थे। उनका जन्म 14 अप्रैल 1891 को इंदौर के महू नामक स्थान पर हुआ था। मैट्रिक शिक्षा भारत में प्राप्त करने के पश्चात अमेरिका व इंग्लैंड वह उच्च शिक्षा ग्रहण करने के लिए गए। जहां उन्होंने बृहद अध्ययन किया। भारत में भेदभाव के शिकार और यूरोप व अमेरिका के मुक्त वातावरण ने अंबेडकर के चिंतन को गहरे तक प्रभावित किया। स्वतंत्रता और समानता की जो अनुभूति उन्हें विदेश में प्राप्त हुई उसका अनुप्रयोग उन्होंने भारत में किया। इस प्रयोग से उन्होंने दलित वंचित और महिलाओं को नई राह दिखाई डॉक्टर अंबेडकर भारत में सामाजिक न्याय के पुरोधा माने जाते हैं। भारत में सदियों से दलितों और महिलाओं को दूसरे श्रेणी का माना जाता रहा है। डॉक्टर अंबेडकर इसी वर्ग के मुक्तिदाता बने।

उद्देश्य :

1. भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति की व्याख्या करना।
2. महिलाओं को सामाजिक बराबरी का दर्जा दिलाने के लिए डॉक्टर अंबेडकर द्वारा किए गए प्रयासों का उल्लेख करना।

वैदिक काल में महिलाओं को पुरुषों के समान अधिकार प्राप्त थे। उन्हें संपत्ति तथा अन्य अधिकार प्राप्त थे। लेकिन उत्तर वैदिक काल में महिलाओं के साथ दोहरा बर्ताव किया जाने लगा था।सामाजिक व्यवस्था में महिलाओं के लिए विधान था कि उन्हें किसी भी परिस्थिति में स्वतंत्र नहीं रहने देना चाहिए। स्त्रियों को न तो अपना वर चुनने का अधिकार था न विवाह विच्छेद का अधिकार था। स्त्री के संपूर्ण जीवन पर पुरुष का अधिकार था।[2] संपत्ति और शिक्षा का अधिकार भी उन्हें प्राप्त नहीं था। अंबेडकर ने मनुस्मृति का विस्तृत विश्लेषण किया और बताया की धार्मिक संस्थाओं के विधान ने महिलाओं पर क्या प्रभाव डाला। महिलाओं के सिर्फ कर्तव्य थे अधिकार नही। महिलाओं के प्रति डॉक्टर अंबेडकर का विचार अत्यंत विनम्र था, उनका विचार था कि महिलाओं की स्थिति में सुधार से ही संपूर्ण समाज व्यवस्था में सुधार हो सकता है । उन्होंने पुरुष के समान महिलाओं को भी स्वतंत्रता समानता व सम्मान प्राप्ति की वकालत की। महिलाओं की समस्या को उन्होंने विधान परिषद, केंद्रीय विधान मंडल वायसराय की कार्यकारिणी के श्रम सदस्य के रूप में तथा संसद में जोरदार तरीके से रखा और अकाट्य तर्कों से समर्थन किया।

नारी की महत्ता को स्थापित करते हुए भगवान महात्मा बुद्ध ने कहा था, नारी संसार की महानतम विभूति है क्योंकि उसकी अपरिहार्य महत्ता है। उसके द्वारा ही बोधिसत्व तथा विश्व के अन्य शासक जन्म ग्रहण करते हैं। भगवान बुध और उसके धर्म में श्रद्धा रखने वाले डॉक्टर अंबेडकर ने भी नारी को श्रेष्ठतम होने का प्रतीक माना।[3] परंपरागत समाज व्यवस्था ने महिलाओं को न केवल पुरुषों के समान अधिकारों से वंचित किया था अपितु उस पर अनेक बंधन भी लगाए थे। महिलाओं की दयनीय व पदावनत स्थिति के लिए बाबा साहेब हिंदू धार्मिक व्यवस्था को दोषी मानते थे, जिसकी मनमानी व्याख्या समाज में प्रचलित थी। डॉ आंबेडकर महिलाओं की उन्नति के पक्षधर थे। उनका मानना था कि किसी भी समाज का मूल्यांकन इस बात से किया जाता है कि उस में महिलाओं की क्या स्थिति है? बगैर महिला विकास की बात किये कोई भी समाज अपना समुचित विकास नहीं कर सकता। डॉक्टर अंबेडकर का महिला संगठनों में अत्यधिक विश्वास था। उनका मानना था कि यदि महिलाएं एकजुट हो जाएं तो समाज में सुधार ला सकती हैं। 1942 में दलित महिला फेडरेशन को

दिए गए अपने भाषण में उन्होंने कहा था,"मैं इस तथ्य से अवगत हूं कि यदि महिलाएं कर्तव्यनिष्ठ होंगी तो अस्पृश्य समुदाय प्रगति करेगा। मेरा मानना है की महिलाओं को संगठित होना चाहिए और यह सामाजिक बुराइयों को समाप्त करने में अहम भूमिका निभाएगी।... मैंने संकल्प लिया था कि पुरुषों के साथ-साथ महिलाओं को भी आगे लाना है। इसलिए परिषदों के साथ सदैव महिला पार्षदों का संगठन भी होता है। दलित समुदाय की प्रगति को महिलाओं के द्वारा की गई प्रगति के आधार पर मापा जाना चाहिए।"[3]

महिलाओ की स्थिति में सुधार शिक्षा के बगैर संभव नहीं। परंपरागत भारतीय समाज में महिलाओं को वेद, उपनिषद आदि पढ़ने की अनुमति नहीं थी। महिलाएं शिक्षित हो ऐसी बाबा साहब की आकांक्षा थी। महाड सत्याग्रह परिषद में महिलाओं की सभा को संबोधित करते हुए वह कहते हैं," आपको अपनी बेटियों को भी शिक्षित करना चाहिये । ज्ञान और शिक्षा केवल पुरुषों के लिए नहीं है। ये महिलाओ के लिए भी महत्वपूर्ण है .. अगर आप चाहते है आपकी अगली पीढ़ी आगे बढ़े तो आपको अपनी बेटियों को जरूर पढ़ाना चाहिए।"[5]

वे लोगों से कहा करते थे कि वह अपने महिलाओं और बच्चों को शिक्षित करें उन्हें महत्वाकांक्षी बनाएं, उन्हें समझाएं कि महान बनना उनकी नियति है और यह केवल संघर्ष और त्याग से ही प्राप्त हो सकता है। 1927 में बाबा साहब मुंबई विधान मंडल के सदस्य के रूप में मनोनीत हुए। मुंबई विधानमंडलमें कामगार क्षतिपूर्ति अधिनियम पर अपने तर्क देते हुए उन्होंने महिलाओं के लिए मेटरनिटी लीव का मुद्दा उठाया। मैटरनिटी लीव पर बोलते हुए उन्होंने कहा, महिलाओं को वेतन सहित अवकाश मिलना चाहिए यह महिलाओं का अधिकार है। डॉक्टर अंबेडकर का मानना था कि प्रसव कालीन अवकाश देना सरकार का कर्तव्य है। उन्होंने कहा," महिलाओं को प्रसूति अवकाश देने से जुड़ा मुद्दा राष्ट्रीय हित में महत्वपूर्ण कदम है यह राष्ट्र हित में है कि राष्ट्र के निर्माता को गर्भावस्था में विश्राम देने और उसे सुनिश्चित करने का दायित्व सरकार का है।"[6] डॉक्टर अंबेडकर भविष्य दृष्टा थे, उनका मानना था कि महिलाएं एक साथ परिवार तथा बाहरी दोनों जिम्मेदारी निभाती है, ऐसे में देश के भविष्य के स्वास्थ्य से खिलवाड़ नहीं होना चाहिए।

डॉ. अम्बेडकर ने वेश्यावृत्ति जैसी बुरी प्रथा का विरोध किया। 4 जून 1936 को महाड़ परिषद् को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि, "समाज में आपका(वेश्या) हिस्सा सबसे हीन माना जाता है। आप अनैतिक तरीकों से अपना जीवन कमा रही है। आपका आत्म -सम्मान खघ्त्म हो गया है क्योंकि आप अपनी जीविका कमाने के लिए अपना शरीर बेच रही हैं।"[7]

उन्होंने न केवल इस वृत्ति की आलोचना की अपितु महिलाओ और इस वृत्ति में संलग्न लोगों के आत्मसम्मान को भी जागृत किया। इसका सबसे बड़ा उदाहरण कमाठीपुरा में देखने को मिला। जहां एक शख्स वेश्यालय में काम करने वाला मध्यस्थ था। उन्होंने डॉ. अंबेडकर के विचारों और शिक्षाओं से प्रभावित होकर अपना पेशा छोड़ दिया। उन्होंने पूरी वेश्याओं को अपना पेशा छोड़ने और सम्मान की जिंदगी जीने के लिए प्रेरित किया।[8]

डॉक्टर अंबेडकर भारतीय समाज में स्त्री पुरुष असमानता, बहुपत्नी विवाह, महिलाओं के खिलाफ अत्याचार, देवदासी प्रथा' विधवा पुनर्विवाह पर रोक, तलाक आदि की स्थिति पर चिंतित थे। समाज में महिलाओं को संपत्ति का अधिकार नहीं प्राप्त था न उसे सामान्य मानव अधिकार प्राप्त थे।वह ऐसे कानूनी उपाय चाहते थे जो स्त्रियों को दूसरों की दया पर आश्रित न रखे ,वह अपना जीवन स्वाभिमानपूर्वक जी सके। हिंदू कोड बिल महिलाओं की सामाजिक स्थिति में सुधार के उद्देश्य से ही 1951 में लाया गया ।यद्यपि हिंदू कोड बिल पर स्वतंत्रता से पूर्व ही बहस चल रही थी। इसके लिए बीएन राव समिति का गठन किया गया था परंतु सत्ता हस्तांतरण की प्रक्रिया शुरू हो जाने के कारण इस पर बहस न हो सकी। 3 अगस्त 1947 को भावी मंत्रिमंडल का गठन किया गया जिसमें स्वतंत्र भारत के विधि मंत्री के रूप में डॉक्टर अंबेडकर को

नियुक्त किया गया। परंपरागत व्यवस्था को चुनौती देने वाला यह बिल काफी उग्र एवं क्रांतिकारी था। हिंदू कोड बिल उन कानूनों का समूह था जिसका उद्देश्य हिंदू पर्सनल लॉ को संहिताबद्ध करना, उसमें सुधार करना और उनकी जगह पर एक सामान्य कानूनी संहिता को लाना था।

इस विधेयक में एक पत्नी विवाह की प्रथा को मान्यता देना, विवाह के लिए सहमति के अधिकार को मान्यता देना विवाह विच्छेद का अधिकार संपत्ति का अधिकार व दत्तक व्यवस्था का प्रावधान था। हिंदू कोड बिल के महत्व पर बोलते हुए, डॉक्टर अंबेडकर ने कहा था, "भारतीय विधायिका द्वारा अतीत में पारित या भविष्य में पारित होने की संभावना वाले किसी भी कानून की तुलना इसके (हिंदू कोड) महत्व के संदर्भ में नहीं की जा सकती है।"[9]

हिंदू कोड बिल 11 अप्रैल 1947 को संविधान सभा में प्रस्तुत किया गया। इस बिल के द्वारा महिलाओं के अधिकारों को नए सिरे से परिभाषित करने का प्रयास बाबा साहब के द्वारा किया जा रहा था। 9 अप्रैल 1948 को इस बिल को सेलेक्ट समिति के पास भेज दिया गया। 1951 में कानून मंत्री के द्वारा इसे संसद में प्रस्तुत किया गया।विधेयक पर बोलते हुए डॉक्टर अंबेडकर ने कहा कि श्श्यदि आप हिंदू व्यवस्था, हिंदू संस्कृति और हिंदू समाज को बनाए रखना चाहते हैं, तो जहां मरम्मत की आवश्यकता हो, वहां मरम्मत करने में संकोच न करें।यह विधेयक हिंदू व्यवस्था के उन हिस्सों की मरम्मत के अलावा और कुछ नहीं मांगता जो जीर्ण-शीर्ण हो गए हैं।"[10]

इस बिल को भारी विरोध का सामना करना पड़ा। यथास्थिति वाद का समर्थन करने वालों का कहना था कि यह उनकी संस्कृति व रीति रिवाज पर हमला है।एक तर्क यह दिया गया कि यह विधेयक हिन्दू समाज के पूरे ढांचे को ध्वस्त करने का षंडयंत्र है। यह दलील भी पेश की गयी की हिन्दू समाज में महिलाओ का स्थान अत्यंत सम्मानजनक है और पुरुषों के समान संपत्ति का अधिकार देने से महिलाओ की छवि धूमिल होगी।[11] इस बिल का विरोध मुस्लिमों के द्वारा भी किया गया । मुस्लिम सांसद अजीमउद्दीन अहमद का कहना था कि सरकार के इस कदम का यदि विरोध नहीं किया गया तो कल वह मुस्लिम शरीयत में भी हस्तक्षेप कर सकती है।[12] हिंदू कोड बिल का विरोध करते हुए यह कहा गया कि आम जनता यह समझ ना सके इसलिए इसे अंग्रेजी में छपवाया गया है। इन आरोपों को निराधार साबित करने के लिए डॉक्टर अंबेडकर ने विधि विभाग के अनुवादक से इसे अनुवाद कराने के लिए कहा और इसका हिंदी और उर्दू दोनों भाषाओ में अनुवाद कराया गया। बिल के प्रावधानों को हिंदू शास्त्र सम्मत सिद्ध करने के लिए डॉक्टर अंबेडकर ने पंडित धर्मदेव विद्यालंकार की सहायता ली।[13] डॉक्टर अंबेडकर हिंदू कोड बिल को महिला अधिकारों की दिशा में मील का पत्थर मानते थे। वे कहते थे कि, मुझे भारतीय संविधान के निर्माण से अधिक दिलचस्पी और खुशी हिंदू कोड बिल पास कराने में है। महिला अधिकारों के लिए प्रतिबद्ध बाबा साहब हर संभव प्रयत्न से इस कार्य को सम्पन्न करना चाहते थे। संविधान में लिंग समानता का जो लक्ष्य रखा गया था यह बिल उसको प्राप्त करने का प्रयास था। उनका कहना था कि हिंदू कोड बिल,भारतीय संविधान से भी ज्यादा लाभकारी है। हम एक ऐसे समाज की रचना करने जा रहे हैं, जो समानता की नींव पर खड़ा होगा।

आम चुनाव नजदीक होने तथा भारी विरोध के कारण यह बिल उस समय पास न हो सका लेकिन बाद में इसे कई अन्य हिस्सों में बांट कर पारित कराया गया। जैसे;

द हिंदू मैरिज एक्ट, 1955

द हिंदू सकसेशन एक्ट, 1956

द हिंदू माइनॉरिटी एंड गार्जियनशिप एक्ट, 1956

द हिंदू एडॉप्शन एंड मेंटेनेंस एक्ट, 1956

हिन्दू कोड बिल उस स्वरूप में न पास हो सका जैसा बाबा साहब चाहते थे। नारीवादी लेखिका साधना आर्य लिखती है कि,"जिस कठिनाई से विधेयक को पारित किया गया और जैसे विरोध का इसे सामना करना पड़ा और जिसके परिणामस्वरूप उसके अनगिनत प्रावधानों को काफी हल्का कर दिया गया ,उसने साफ कर दिया कि कानूनी सुधारों के जरिए बदलाव लाना बेहद कठिन काम है । नतीजा यह हुआ कि महिलाओ के अधिकारों और इस उद्देश्य के लिए निजी कानूनों में सुधार के सवाल पर लंबे समय तक कोई बात नहीं की गयी।[14]

बाबा साहब महिला अधिकार व समानता को लेकर चिंतित थे वह हिन्दू महिलाओ के साथ साथ मुस्लिम महिलाओ के लिए भी समानता की वकालत करते है ।भारतीय संविधान के विभिन्न प्रावधानों जैसे, अनुच्छेद 14 ,अनुच्छेद 15, अनुच्छेद 15 (3), अनुच्छेद 39, अनुच्छेद 42 अनुच्छेद 46 और 47 में उन्होंने महिलाओं से जुड़े अनेक प्रावधानों को समाहित किया।

निष्कर्ष:

विद्वान, कुशल राजनेता, समाज सुधारक, अर्थशास्त्री, संविधान निर्माता डॉक्टर अंबेडकर का कार्यक्षेत्र व्यक्तियों के जीवन के हर पहलू से जुड़ा था। उनके विचार मानवीय गरिमा और अधिकार को संरक्षित करने वाले थे। उन्हें जाति के उन्नायक के रूप में ही अधिकांशत: देखा जाता है परंतु उन्हें समाज के हर वर्ग की चिंता थी जिसका दमन व शोषण हो रहा था। पुरुष सत्तावादी भारतीय समाज में महिलाओं के अधिकार नगण्य थे। उन्हें शिक्षा, संपत्ति, चयन के अधिकारों से वंचित रखा गया था। डॉक्टर अंबेडकर ने इस मर्म को समझा। उन्होंने स्त्री हितों को आगे बढ़ाया। हिंदू कोड बिल के माध्यम से तो उन्हें परंपरावादियों से भारी चुनौती भी मिली, उन्हें अपने पद से त्यागपत्र भी देना पड़ा, परंतु वह अपने उद्देश्य से नहीं डिगे। बीसवीं शताब्दी में संभवत: यह पहला अवसर था जब स्त्रियों के कानूनी अधिकारों के लिए किसी ने इतनी लंबी लड़ाई लड़ी और विरोध को सहा। इससे यह सिद्ध होता है कि डॉक्टर अंबेडकर महिला हितों के पक्षधर थे। उन्होंने यह भी सिद्ध करने का प्रयास किया कि दलित और महिला समस्या जाति व्यवस्था से जुड़ी है। समाज में महिलाओं की स्थिति बेहतर करने के लिए उनके लिए शिक्षा की वकालत की, देवदासी प्रथा का विरोध किया। समाज सुधार की उनकी तकनीक सिर्फ मानसिक बदलाव तक ही सीमित नहीं थी अपितु वह कानूनी प्रक्रियाओं से भी यह सुधार लाना चाहते थे। कानूनी बाध्यता नियमों को कठोर बनाती है जिसके फलस्वरूप लोगों में मानसिक बदलाव भी आता है।

संदर्भ

1. कीर, धनंजय डा बाबा साहब अंबेडकर जीवन चरित अनुवाद ख्रगजानन सुर्वे,पापुलर प्रकाशन मुंबई 2021, पृ. 1
2. सम्पूर्ण अंबेडकर वांगमय खंड 7, पृ. 333
3. भटनागर राजेन्द्र मोहन (संपादक) डा अंबेडकर व्यक्तित्व और कृतित्व, राजस्थानी ग्रंथगार, जोधपुर पृ. 44
4. https://theleaflet-in/dr-babasaheb-ambedkar-and-the-question-of-womens-liberation-in-india-ii/
6. मेघवाल डा. कुसुम भारतीय नारी के उद्धारक बाबा साहब डॉ बी. आर. अंबेडकर,सम्यक प्रकाशन, नई दिल्ली 2005, पृ. 102
7. जनता , 4 जून 1936

8. Quest Journals Journal of Research in Humanities and Social Science Volume 2, Issue 1 (2014) pp: 01-04, ISSN(Online): 2321-9467 www.questjournals.org
9. डा. बाबा साहब अंबेडकर राइटिंग एण्ड स्पीचस वॉल्यूम 14
10. जाटव डी. आर. डा बी. आर. अंबेडकर व्यक्तित्व और कृतित्व समता साहित्य सदन, जयपुर, पृ. 174
11. आर्य साधना, निवेदिता मेनन, जिनी लोकनीता (संपादक), नारीवादी राजनीति संघर्ष एवं मुद्दे, हिन्दी माध्यम कार्यान्वय निदेशालय दिल्ली विश्वविद्यालय 2015 पृष्ठ312
12. शास्त्री सोहन लाल,बाबा साहब के संपर्क में 25 वर्ष ,सम्यक प्रकाशन नई दिल्ली 1991पृष्ठ85
13. पार्लियामेंट्री डिबेट खंड 16 सितंबर-अक्टूबर 1951
14. आर्य साधना, निवेदिता मेनन, जिनी लोकनीता (संपादक)नारीवादी राजनीति संघर्ष एवं मुद्दे, हिन्दी माध्यम कार्यान्वय निदेशालय दिल्ली विश्वविद्यालय 2015, पृ. 313

डॉ. बाबासाहब अंबेडकर की दृष्टि से स्त्री सक्षमीकरण

❍ डॉ. सुशांत चिमणकर*

प्राचीन काल से वर्तमान काल तक भारतीय नारी की सामाजिक स्थिति पर दृष्टिपात करें, तो हमे ज्ञात होगा की भारतीय नारी ने बड़े उतार चढाव देखे हैं। पाषाणकाल से अंतरीक्षकाल तक भारतीय नारी ने आग और पानी समान रूप से लांघा है। अपने त्याग, सेवा और सहिष्णुता जैसा गुणों के आधार पर नारी ने सदैव समाज को दिया ही दिया है, फिर भी समाज के स्वार्थी तत्व उसे सदैव कुचलते ही रहे हैं। इक्कसवीं सदी की और बढ़ते समय में भी भारतीय नारी गुलामी की बेड़ियों से अभी तक मुक्त नहीं हो पायी है। अन्याय परक सामाजिक परंपराएँ आज भी उसे पशुवत बनाए रखने तथा पैरो की जूती बनाये रखने से बाज नहीं आती है। उसे आज भी जिंदा जलाया जा रहा है। भारतीय नारी का सर्वाधिक शोषित हिस्सा दलित नारी है। भारतीय समाज व्यवस्था ने भारतीय नारी की 85 प्रतिशत दलित नारी को दहशत एवं दमन का शिकार बना रखा है। नारी का सबसे बडा विरोधी मनु है क्योंकि भगवान बुद्ध के बाद सम्राट अशोक और मोर्य काल में स्त्री स्वातंत्र्य अबाधित था। लेकिन गुप्त राज में और उसके बाद पुष्यमित्र शुंग के शासन काल में स्त्रियों पर बंधन बढ़ा दिये गये थे। उसके बाद मनुस्मृति के माध्यम से स्त्रियों की गुलामी पर नियम कानून बनाकर उनपर पाबंदियों को और पक्का करने का काम किया गया। भगवान बुद्ध द्वारा दिये गये स्त्री स्वातंत्र्य पर मनु ने कुठराघात ही नहीं, बल्कि वज्राघात किया। इसलिए स्त्री मुक्ति का प्रथम और सबसे बडा विरोधी मनु ही था।

आधुनिक भारत में नारी शिक्षा, समता और स्वतन्त्रता के प्रयास काफी समय से हो रहे थे। महात्मा फुले और सावित्रीबाई फुले ने उन प्रयासों को विशेष सार्थकता प्रदान करने हेतु समाज व्यवस्था के परिवर्तन का शुभारंभ किया। महात्मा फुले द्वारा छेड़े गये क्रांतिकारी आंदोलनों को आगे बढ़ाने और उसे विधिवत मूर्तरूप देने का कार्य डॉ. आंबेडकर ने किया है। उन्होनें भारतीय नारी को समानता एवं स्वतंत्रता दिलाने तथा मनु प्रणीत अन्याय पर आधारित व्यवस्था को समूल नष्ट करने हेतु प्रबल जनचेतना जगायी, और देश के संविधान में उन्हें विधिवत रूप से लागू करवाकर ही दम लिया। इसप्रकार डॉ. आंबेडकर भारतीय नारी के लिए उद्धारक

✡ *सहायक प्राध्यापक, राजनीती विज्ञान विभाग, पी.डब्ल्यू.एस कला, वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालय, नागपुर*

✡✡ *पी.डब्ल्यू.एस कला, वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालय, नागपुर*

के रूप में राष्ट्र के सामने उभरे है।

आधुनिक समय के सशक्तीकरण में राजा राममोहन राय, महात्मा फुले, सावित्रीबाई फुले, रमाबाई रानाडे, और पंडिता रमाबाई के संघर्षों के परिणामों का फलित है। जो, डॉ. अंबेडकर द्वारा बनाया गया हिंदू कोड बिल था। हरिसिंह गौर, गोपाल राव देशमुख और बी. एन. राव द्वारा एक हिंदू महिलाओं को सशक्त बनाने के सभी प्रयासों का अंतिम शिखर, उत्थान की दिशा में तैयार किया हुआ हिंदू कोड बिल है। इसीलिए डॉ. अंबेडकर को महिलाओं के उत्थान का मुक्तिदाता कहा जाता है। डॉ. अंबेडकर के स्त्री सशक्तीकरण का विचार इसके समग्र विकास में क्रांति का सूत्र है। हिंदू कोड बिल के वजह से ही महिलाओं को संपत्ति में प्रावधान का हिस्सा, नाबालिक का विवाह, अपने पति द्वारा प्रताड़ित होने पर भी जिंदगी गुजारना इन सभी चीजों से इस कानून के द्वारा मुक्ति मिल गई। एक तरह से हिंदू कोड बिल महिलाओं का घोषणा पत्र है।

बीज शब्द : प्राचीनकाल, मनुस्मृती, सक्षमीकरण, महाड आंदोलन, दलित महिला, हिंदू कोड बिल।

शोध प्रविधि : इस लघु शोध पत्र में मुख्यत: द्वितीय सामग्री पर आधारित है। इस शोध पत्र में लिखित संदर्भ ग्रंथ, प्रकाशित शोध पत्र, समाचार पत्र और लेखागार एवं अन्य साहित्य का आधार लिया गया है।

प्रस्तावना :

यू. एन. और भारत सरकार द्वारा महिलाओं को सशक्त बनाने के कई प्रयासों के बावजूद उत्पीड़न जारी है। महिलाओं के उत्पीड़न के संवैधानिक अधिकारों का हनन आज भी हो रहा है। 2019 में भारत देश में उत्पीड़न के कई मामले सामने आए हैं, जिसमें बलात्कार, अपहरण, पति द्वारा प्रताड़ना आदि मामले शामिल हैं।[1]

यदि हम भारत के इतिहास को देखें तो भारत में धार्मिक मान्यताओं पर बनी सामाजिक संरचना में विकार और महिला उत्पीड़न का मूल दिखाई देता है। हजारों साल से एक स्त्री को जन्म से ही अशुभ समझा जाता है। बल्कि उसके पालन पोषण में भेदभाव किया जाता है। गर्भपात, लैंगिक अत्याचार दहेज हत्या, यह परंपरा सामाजिक अवस्था में दिखाई देती है। स्त्री उत्पीड़न की परंपरा रही है। प्रभावी कानून प्रवर्तन की कमी के कारण चाहे कितने भी महिला सुरक्षा कानून लागू क्यों ना हो जाए महिलाओं को इन समस्याओं का सामना करना ही पड़ा है।

प्राचीन काल में स्त्री की दशा :

प्राचीन काल में ऋग्वेदवेद कालीन महिलाएं पुरुषों के साथ धार्मिक गतिविधियों में हिस्सा लेती थी। समाज में महिलाओं का सम्मान किया जाता था, महिलाओं को पुरुषों के बराबर उपनयन, शिक्षा और यज्ञ में भाग लेने की अनुमति दी गई थी। इस अवधि के दौरान लड़कियों ने ब्रह्मचर्य आश्रम में शिक्षा प्राप्त की थी। ऋग्वेद मे अपाला, घोशा, लोपमुद्रा आदि कई विदुषियों नाम मिलते हैं। महिलाओं को सभी प्रकार के अधिकार और स्वतंत्रता प्रदान किए गए थे। इसके अलावा माता का दर्जा आदर युक्त भाव से परिपूर्ण था, यही इस संस्कृति की विशेषता रही है।[2]

ऋग्वेद काल की तुलना में उत्तर वैदिक काल की महिलाओं की स्थिति में काफी बदलाव आया था । महिलाओं का मान सम्मान, प्रतिष्ठा गिर गई। कन्या का जन्म अशुभ माना जाता था। अर्थ वेद में पुत्री के जन्म को विलाप समझा गया। इस समय लड़कियां बेचने के कई उदाहरण पाए जाते हैं। महिलाओं को लिंग के आधार पर अधीनस्थ दर्जा दिया गया था । मोक्ष के अधिकारों से वंचित, धार्मिक मामलों में भागीदारी, शिक्षा का अधिकार, पिता के संपत्ति में भागीदारी का अधिकार इत्यादि अधिकारों पर पाबंदी लगाई गई थी।[3]

स्मृति और सूत्र काल के दौरान महिलाओं की स्थिति और ज्यादा गौण हो गई इसीलिए महिला मूर्ति काल

में अनपढ़ रह गई। अपने मन और बुद्धि की वृद्धि न करते हुए एक आदमी की कामेच्छा के लिए एक उपकरण बन गई।

इ.स. 2500 साल पहले महिलाओं की मुक्ति का कार्य तथागत बुद्ध ने किया है। उन्होंने पुरुषों और महिलाओं को समानता की शिक्षा प्रदान की इसलिए, उन्हें महिला मुक्ति आंदोलन के अग्रणी के रूप में जाना जाता है। तथागत ने स्त्री भिक्षुणी संघ की स्थापना की, और महिलाओं पर दो तरह के अन्नाय को खत्म किया। एक पुरुषों के बराबर ज्ञानार्जन करना, दूसरा आध्यात्मिक गुण और प्रकाश की पहचान बताइ जो हमारे पास है। तथागत के यह क्रांतिकारी निर्णय से क्योंकि गुलामगिरी समाप्त हो गई। उनमें स्वयं तेज की भावना निर्माण होने लगी। महिलाओं ने अपने स्वकर्तृत्व का बुद्धकाल में परिचय कर दिया। इसके उदाहरण 'थेरीगाथा' में दिखाई देते हैं।[4] बुद्ध कहते है जिन महिलाओं में क्षमता और शक्ति है उन्हें लिंग भेदभाव के आधार पर कर्तव्यों को निभाने के लिए प्रतिबंधित नहीं किया जाना चाहिए। तथागत बुद्ध ने महिलाओको जो स्वतन्त्रता बहाल की, उसके बाद एक प्रतिक्रांति निर्माण हुई, और महिलाओं पर सक्त नियम लगाए गए। मनुस्मृति द्वारा उनपर धर्म ग्रंथ का आधार दीया गया।[5] मुस्लिम और ब्रिटिश कालीन स्त्री जीवन में शाही परिवार की कुछ महिलाओं का इस्लामिक शासन में भी जीवन अंधेरे में दिखाई देता है। सामान्य महिला कामगार और शूद्र स्त्री गुलाम, भोगयंत्र यही स्थान समाज में था। मुस्लिमों ने महिलाओं को बुर्का प्रदान किया, उसके घर का जीवन पर्दे के अंदर चूल्हा चौका संभालना और ईश्वरभक्ति करना यही था। इस्लामी शासन में मोहम्मद तुगलक और अकबर ने स्त्री मुक्ति के लिए मुलगामी और व्यापक कार्य किए।[6] इस दौर के बाद पेशवा युग की शुरुआत होती है। यह कल भी स्त्री की दृष्टि से ईर्षा ओर अपमान का समय था। महिला केवल उपभोग के लिए है ऐसी धारणा बनाई गए।[7] उसके बाद अंग्रेजी शासन में कुछ कानून पारित किए गए। महात्मा फुले ने अपनी पत्नी सावित्रीबाई को शिक्षित किया, और सावित्रीबाई ने कई बाधाओं का सामना करते हुए बाकी महिलाओं को शिक्षा देने का कर्तव्य पूर्णा किया।[8]

डॉ. अंबेडकर स्त्री मुक्ति के महारथी

डॉ. अंबेडकर सार्वजनिक जीवन में आए तब से उन्होंने सामाजिक, राजनीतिक और धार्मिक आंदोलनों में पुरुषों के साथ महिलाओं को भी सम्मिलित करा दिया। डॉ.अंबेडकर कहते हैं, जब मैंने दलित समाज की बागडोर संभाली तभी मैंने निश्चय किया था कि पुरुषों के साथ महिलाओं को भी आगे ले जाना चाहिए। यही कारण है कि, हमारे पास पुरुष सम्मेलन के साथ महिलाओं के लिए भी सम्मेलन लिए जाते हैं।[9] डॉ. अंबेडकर ने महिला आंदोलन की शुरुआत खुद अपने घर से की थी। अपनी पत्नी को शिक्षित करना चाहते थे वह सपना उनकी पत्नी रमाबाई ने पूर्ण किया। हजारों सालों से महिलाओं की प्रगति को नकारा गया इसीलिए महिलाओं का विकास नहीं हुआ था यह विचार डॉ अंबेडकर के थे। डॉ. अंबेडकर कहते है की जिस समाज की महिला स्वतंत्र होती है, शिक्षित होती है, वो समाज निरंतर प्रगति की ओर बढ़ता है। जिस समाज में स्त्री प्रगत होती है वो समाज कभी बिछड़ा नहीं रहता है। भारतीय समाज पीछे रहने का कारण यही है कि, समाज व्यवस्था ने महिलाओं की प्रगति का मार्ग बंद कर दिया था इसी कारण विवश महिलाओं का जीवन अंधकार में रह गया।[10]

अ) महाड़ का महिला आंदोलन :

डॉ. अंबेडकर ने महिलाओं की प्रगति के लिए बंद रास्ते खोलने हेतु 27 दिसंबर 1927 को महाड़ में एक महिला सम्मेलन का आयोजन किया। उन्होंने महिलाओं से जीवन के पुराने तौर तरीके त्यागने का आवाहन किया। जिन बातों से लोग हमें अस्पृश्य समझते हैं, वह सारी बातें बंद करनी चाहिए। आपके कपड़े पहनने का तरीका आपकी त्रासदी का प्रमाण होने की गवाही देता है। इतना ही नहीं आगे वो कहते हैं की गले में

हार और हाथों में कंगन पहनना अश्पृश्यता की पहचान है। दलित महिलाओं को उनके बारे में अवगत कराते हुए हैं कि, आप अपने घर की लक्ष्मी है, और आपको सावधान रहना चाहिए। घर में किसी भी प्रकार का अमंगल ना हो।[11] मृत प्राणी का मंसाहार प्रतिबंधित करना चाहिए, जो पति घर में मृतपशु का मांस लाएगा उसे स्पष्ट कहो की इस प्रकार का व्यवहार मेरे घर में नहीं चलेगा। इसी प्रकार लड़कों की तरह लड़कियों की शिक्षा की तरफ ध्यान आकर्षित करने का उपदेश दिया।

ब) कमाठीपुरा के स्त्री सभा में उपदेश :

कमाठीपुरा यह मुंबई स्थित वेश्या व्यवसाय क्षेत्र है, यहां पर बड़ी संख्या में वह महिलाएं रहती है जो वेश्या व्यवसाय का काम करती थी। इस समाज की आयोजित सभा में अंबेडकर कहते हैं कि, स्त्री यह समाज का अलंकार है द्य हर समाज महिलाओं का सम्मान करता है द्य सभी को उम्मीद है कि गृहिणी अच्छे परिवार की होनी चाहिए क्योंकि, वह जानती है कि हमारे बच्चों और परिवार का नाम महिलाओं पर निर्भर करता है। लेकिन आपके कमाठीपुरा का चरित्र क्रम देखा जाए तो वह समाज और स्त्री और महिला जाति को कलंकित करने के समान हैं। इसीलिए आपको अपने गंदे जीवन क्रम को छोड़ना होगा और यह जानना होगा कि समाज में महिलाएं कहां है। डॉ. अंबेडकर इस बात को स्पष्ट करते हैं कि, शील और चरित्र दोनों मनुष्य जीवन में महत्वपूर्ण होते हैं। पट्टे बापूराव नामक व्यक्ति ने स्त्रियों को नचा कर जो पैसे इकट्ठा किए थे वह डॉ. अंबेडकर ने लेने से नकारा था।

8 अक्तुम्बर 1919 को डॉ. अंबेडकर शिक्षा का महत्व सावंतवाड़ी के स्त्री सभा में बताते हुए कहते हैं कि, कठिन परिस्थितियों के बावजूद आपको अपने बच्चों को पाठशाला में भेजना चाहिए। बच्चों में मां के रूप में महत्वाकांक्षा पैदा करें, उन्हें बड़े होने के लिए प्रेरित करें, बच्चों के मन में सभी हीन भावनाओं को दूर करें, जल्दी शादी ना करें क्योंकि शादी एक जिम्मेदारी है इसके अलावा पत्नी ने अपने पति के साथ एक नौकरानी के रूप में नहीं, बल्कि एक मित्र के रूप में रहकर उपदेश देना चाहिए।

क) 1942 अखिल भारतीय दलित महिला परिषद :

डॉ. अंबेडकर इस विचार के हिमायती थे की ,महिलाओं ने उन रीती रिवाजो और परम्परा ओ हटाकर आगे आना चाहिए द्य डॉ. आंबेडकर ने क्रांति की प्रक्रिया में महिलाओ की भागीदारी बढ़ाने के लिए 1942 को नागपुर में अखिल भारतीय महिला सम्मेलन का आयोजन किया द्य इस सम्मेलन में महिलाओं को संबोधित करते हुए डॉ. आंबेडकर कहते हैं कि, 12 एक ब्राह्मण महिला बच्चा पैदा कर रही होती है, तो न्यायाधीश की कुर्सी कहा खाली है? उस तरफ ध्यान होता है। और अस्पृश्य महिला इस स्थिति में अपने बच्चों के लिए चपरासी की जगह कहां रिक्त है उस तरफ उसका ध्यान रहता है। इस दृष्टि को अभी बदलना पड़ेगा। इसे देखते हुए यह दृष्टि परिवर्तन के लिए एक सपना होना चाहिए। अब यह सामाजिकरण का लक्ष्य आंखों के सामने रखना चाहिए द्य धेय्य प्राप्ति न रखना यह अपराध नहीं, मात्र कम दर्जे का धेय्य रखना यह बड़ा अपराध है। उच्च महत्वाकांक्षा इस सत्य को साथ रखने के बारे में संबोधित करते हुए आगे कहते हैं, कि शराबी पति और भाई को या बच्चे को घर में खाना मत खिलाओ।

डॉ. अंबेडकर शिक्षा का विरोध करने वाले और लिंग का विरोध करने वाले को जवाब देते हुए कहते हैं कि, जो पुरुष महिलाओं की संगति में होते हैं वे अपने दिमाग पर कब्जा कर सकते हैं द्य और जो महिलाएं पुरुषों के साथ अपने पांव नहीं खोती होती है उनको नीति मान कहा जा सकता है। डॉ. अंबेडकर ने नागपुर में धम्मदीक्षा लेने के बाद दलित महिलाओं को शीलप्रिय होना चाहिए, यह बताते हुए कहते हैं दलित बहनों को चटनी रोटी भी मिलती नहीं लेकिन वह उस गरिमा के सम्मान में जी रही है। जिसके लिए हम संघर्ष कर रहे हैं। यानी कमाठीपुरा में वेश्या व्यवसाय करने वाली महिलाओं की तुलना दलित महिला शील के लिए पत्थर

जैसा कठिन जीवन जि लेती है द्य इसकी झलक अपने भाषण में दर्शाते हैं।[13]

ड) हिंदू कोड बिल स्त्री जीवन का घोषणा पत्र :

डॉ. अंबेडकर द्वारा प्रस्तावित हिंदू कोड बिल एक महिला दक्षता की शुरुआत थी। महिलाएं इस बिल से मुक्त होने वाली थी। महिला दासत्व की मुक्ति की शुरुआत के लिए रीति रिवाज व परंपराओं से मुक्त होने वाली थी। उसे भी नीले आकाश में उड़ने की इच्छा थी उसके पतन के दरवाजे सदा के लिए बंद होने वाले थे, वह प्रगति के शिखर पर कब्जा करने के लिए तैयार थी। आज की महिला सफलता के नए क्षेत्र में आगे बढ़ रही है, सफलता के नए क्षेत्र में चार दिशाओं में देश की प्रतिष्ठा बढ़ाने के साथ साथ खुद का भी बदल कर रही है। यह सब डॉ आंबेडकर द्वारा दिए हुए संविधान मूलगामी हक और हिंदू कोड बिल के कारण ही संभव हो पाया है। आज देश में राजनीति, साहित्य, संगीत, समाजसेवा, खेल, प्रशासनिक सेवा, अंतरिक्ष क्षेत्र में देश के साथ साथ खुद का भी मान सम्मान और प्रतिष्ठा निर्माण होने की वजह डॉ. आंबेडकर है।

ख) हिंदू कोड बिल की पार्श्वभूमि

इ.स. सन् 1919 में डॉ. हरिसिंह गौर इन्होंने हिंदू कोड बिल तैयार किया। 14 अप्रैल 1937 को गोपाल राव देशमुख इन्होंने केंद्रीय कानून बोर्ड में हिंदू स्त्री संपत्ति अधिकार विधेयक का प्रस्ताव रखा लेकिन, वह किसान खेत संपत्ति में लागू नहीं होने के कारण उसमें सुधार का सुझाव दिया गया। 25 जनवरी 1941 को मध्यवर्ती सरकार ने बी.एन. राव की अध्यक्षता में एक समिति गठित की, जिसमें हिंदू कोड बिल के निर्माण की सिफारिश की गई द्य बी.एन. राव की अध्यक्षता वाली समिति ने 21 फरवरी 1947 को अपनी रिपोर्ट सरकार को सौंप दी द्य बाद में 21 अप्रैल 1947 को हिंदू कोड बिल जोगेंद्र नाथ मंडल द्वारा प्रस्तावित किया गया था। हिन्दू कोड बिल पर अभी भी योग्य संस्कार नहीं किया गया था। इधर मध्यवर्ती सरकार की स्थापना होकर कानून मंत्री के पद पर डॉ. आंबेडकर की नियुक्ति कर दी गई थी। डॉ. अंबेडकर की अध्यक्षता में समिति की स्थापना की गई, जिसमें में उत्तराधिकार और तलाक को अपनाने का विचार करने वाला विधेयक को विधायिका के सामने पेश करते ही तूफान आ गया। बी. एन. राव इनके हिंदू कोड बिल में विवाह एवं वारसा यह दो ही मुद्दों का समावेश था। लेकिन डॉ. अंबेडकर के हिंदू कोड बिल में यह दो मुद्दे के साथ दत्तक विधान, उत्तराधिकार, तलाक और विरासत को शामिल किया गया था।[14]

डॉ. अंबेडकर ने इस विधेयक को तैयार करने में बहुत प्रयास किए. डॉ. अंबेडकर की दिन प्रतिदिन स्वस्त बिगड़ता जा रहा था। लेकिन वे हमेशा की तरह अपने कार्य को पूरा करने में विलीन थे। हिंदू कोड बिल बनाने में बहुत मेहनत की थी।

हिंदू कोड बिल का विरोध..

महिला पर प्रत्येक पुरुष पारंपारिकता द्वारा व स्वयं महिला द्वारा महिला के साथ होने वाले अन्याय को खत्म करने के लिए परिवार की आय और परिवार के संबंध में गोद लेने के बयान के लिए एक पुरुष के रूप में शादी के लिए हिंदू कोड बिल का मसौदा डॉ. अंबेडकर ने तैयार किया द्य डॉ. राजेंद्र प्रसाद, शंकराचार्य और महिलाओं ने खुद इस बिल को खारिज कर दिया। डॉ. अंबेडकर का कहना था कि यह बिल सभी महिलाओं के हित का होने के बावजूद महिलाओ ने हलचल नहीं की, उसका मुझे खेद है। मैं पुरुष होकर भी महिलाओ के अधिकारों के लिए लडा, लेकिन महिलाएं महिलाओं ने प्रतिसाद नहीं दिया द्य हिंदू कोड बिल को प्रतिसाद देना तो दूर की बात है लेकिन कुछ महिलाएं मेरे पास आकर यह बिल अच्छा नहीं यही बताने का प्रयास किया।[15] डॉ. अंबेडकर महिलाओं की भूमिका को लेकर कहते हैं कि यह महिलाओं की मानसिक कमजोरी है। इसलिए इस बिल को समाप्त कर दिया। यदि महिलाओं के पैर में ताकत रहती तो यह बिल कभी खत्म नहीं हो पाता था।

हिंदू कोड बिल की स्थगिती और अंबेडकर का राजीनामा...

प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने चुनाव का सामना करने के लिए हिंदू कोड बिल को किए गए विरोध को देखते हुए 20 सितंबर 1951 को समाप्त कर दिया। डॉ. अंबेडकर बहुत दुखी हुए, अंबेडकर कहते हैं यदि उनकी बेटे की मृत्यु हो जाती तो इतना दुख नहीं होता, जितना हिंदू कोड बिल स्थगित करने में हुआ है। और यहां तक कि तीव्र असहमति के कारन मै इस मंत्रीमंडल में बचा रहा द्य नेहरु सरकारने बिल पास करने का वादा पूरा नहीं किया। यह आरोप डॉ. अंबेडकर ने किया 16 और यह शत प्रतिशत सही साबित हुआ।

इस बिल को स्थगित किये जाने के बाद डॉ. अम्बेडकर ने केंद्रीय मंत्रिमंडल से इस्तीफा दे दिया। बाद में हिन्दू कोड़ बिल को एक एक चरण में पारित किया गया। इस विधेयक के कारन महिलाओ को एक नया जीवन जीने का अवसर मिला। पिता की संपत्ति में लड़कियों को बराबर का हिस्सा मिल रहा है। बालिकाओं के विवाह की समय मर्यादा तय की गई है। समाज के हर कार्यक्षेत्र में महिला पुरुषों के कंधे से कंधा मिलाकर कार्य कर सकती हैं। अंततः हिन्दू कोड बिल महिलाओं के स्वतंत्रता का घोषणा पत्र है।

निष्कर्ष :

1. आज 21वीं सदी में भी स्त्री पुरषों के अत्याचार से पीड़ित है।
2. डॉ. अंबेडकर के स्त्री सक्षमीकरण के विचारों का प्रचार और प्रसार करना आवश्यक है।
3. महिलाओं को विकास का अवसर मिलने से उनमें स्वयं विकास करने की क्षमता निर्मित हुई है।
4. भारतीय संविधान में महिला सक्षमीकरण हेतु अनेक अच्छे कानून बनाये गये हैं। किंतु आज के दौर में पुरुष प्रधान व्यवस्था में महिला को उत्पीड़न का सामना करना पड़ रहा है।
5. महिलाओं की संख्या पुरुषों के बराबर होने के कारण उनके सक्षमीकरण के बिना राष्ट्र का विकास संभव नहीं है।
6. महिला सक्षमीकरण करना समय की मांग है। अन्यथा समाज का स्वास्थ धोके में आयेगा।

संदर्भ :

1. लोकमत, दैनिक वृत्तपत्र, नागपूर दि. 7 आँगस्ट 2013
2. भिडे गजानन, "प्राचीन भारताचा सांस्कृतिक व राजकीय इतिहास" फडके प्रकाशन, कोल्हापुर 1996, पृ. 45
3. सूर्या, डॉ. अनिल, "प्राचीन : अवार्चीन भारतीय स्त्री आणि हिंदू कोड बिल", सुगावा प्रकाशन पुणे, 2010 पृ. 35
4. दीक्षित नि. सी. "भारताचा इतिहास" पिंपळापुरे प्रकाशन, नागपुर 2010, पृ. 18
5. सूर्या, डॉ. अनिल, "प्राचीन ख्र अवार्चीन भारतीय स्त्री आणि हिंदू कोड बिल, 'सुगावा प्रकाशन पुणे, २०१० पृ. 37
6. दीक्षित नि.सी. "भारताचा इतिहास" पिंपळापुरे प्रकाशन, नागपुर, 2010, पृ. 18
7. सूर्या, डॉ. अनिल, "प्राचीन : अवार्चीन भारतीय स्त्री आणि हिंदू कोड बिल", सुगावा प्रकाशन पुणे, 2010, पृ. 43
8. मून मीनाक्षी, "फुले आंबेडकर स्त्री चळवळ" समता प्रकाशन नागपूर, 2002, पृ. 25
9. सूर्या, डॉ. अनिल, "प्राचीन : आवार्चीन भारतीय स्त्री आणि हिंदू कोड बिल', सुगावा प्रकाशन पुणे, 2010 पृ. 68
10.. कोसारे, एच. एल. "विदर्भातील दलित चळवळीचा इतिहास" नेहा प्रकाशन नागपूर, 2010 पृ. 445
11. पाक्षिक, "बहिष्कृत भारत आणि मूकनायक" उच्च व तंत्र शिक्षण विभाग, महाराष्ट्र राज्य पृ. 171

12. बाबासाहेब डॉ. आंबेडकर, लेखन व भाषण खंड 18, भाग 3 उच्च व तंत्र शिक्षण विभाग, महाराष्ट्र राज्य 2002, पृ. 340
13. बाबासाहेब डॉ. आंबेडकर, लेखनव भाषण खंड 19 उच्च व तंत्र शिक्षण विभाग, महाराष्ट्र राज्य पृ. 204
14. गणवीर रत्नाकर, डॉ. आंबेडकर आणि हिंदू कोड बिल" नेहा प्रकाशन नागपुर, 2004.
15.. खैरेमोडे, चा.भ, "डॉ. आबेडकर आणि हिंदू कोड बिल" युग साक्षी प्रकाशन नागपूर, 2010, पृ. 5
16. 11वें अखिल भारतीय दलित साहित्य संमेलन दलित साहित्य पत्रिका स्मरणिका पृ. 113

❑❑❑

भारत में महिला-पुरुष जेण्डर असमानता : एक ज्वलंत समस्या

❍ डॉ. सुनील कुमार चौधरी✡

संक्षिप्ति :

जेण्डर समानता संधारणीय विकास लक्ष्यों में पाँचवा प्रमुख विकास लक्ष्य है, जिसे सहस्त्राब्दि विकास लक्ष्यों में भी महत्त्वपूर्ण स्थान दिया गया। जेण्डर असमानता किसी एक समाज या एक देश की समस्या नहीं है; वरन् सम्पूर्ण विश्व की प्रमुख समस्याओं में से एक है। भारत में भी अगर देखा जाए तो जेण्डर असमानता शैक्षिक, सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक तथा विभिन्न आयामों में स्पष्ट रूप से प्रचलित है। चाहे परिवार हो, विद्यालय हो, रोजगार स्थल हो, धार्मिक स्थल हो या अन्य कोई संस्था हो; जेण्डर असमानता किसी न किसी रूप में उपस्थित रहती ही है।[1]

भारतीय समाज विश्व की प्राचीनतम सभ्यताओं में से एक है। इसकी अपनी संस्कृति, रीति-रिवाज एवं सामाजिक व्यवस्था है। भारतीय समाज में मुख्यतया स्त्री तथा पुरुष को जेण्डर के रूप में देखा जाता है। साथ ही ट्रांसजेण्डर या परालैंगिक को भी तृतीय जेण्डर के रूप में स्वीकारा जाने लगा है।[2] भारतीय समाज में जिस जेण्डर समानता की बात की जाती है, वो मुख्यत: पुरुष एवं महिला पर आधारित होती है। भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति हमेशा से बहुत अच्छी नहीं रही है। सार्वजनिक, सामाजिक, पारिवारिक, राजनैतिक या आर्थिक क्षेत्र में महिलाओं की सहभागिता नगण्य ही रही है। प्राचीनकाल से ही भारतीय समाज में महिलाओं को हाशिये पर रखा गया है।[3]

महिलाओं की भूमिका हमेशा गृहिणी के रूप में रही है तथा उनकी क्षमताओं, दक्षताओं को सिर्फ उसी दायरे में रखकर देखा जाता रहा है। महिला घर पर रहकर समस्त घरेलू कार्य पूर्ण करती है, माता-पिता व बच्चों की देखभाल करती है; ऐसी मानसिकता हमेशा से बनी हुई है। महिला के कार्यों को कभी भी उत्पादकता के साथ जोड़ कर नहीं देखा जाता है; ग्रामीण परिवेश में तो हालात और भी विकट हैं।[4]

परिचय

वर्ल्ड इकॉनामिक फॉरम द्वारा सन् 2022 में प्रस्तुत ग्लोबल जेण्डर गेप रिपोर्ट में भारत को विश्व के 146 राष्ट्रों में से 135 वें स्थान पर रखा गया है।[5] यह रिपोर्ट भारत में विभिन्न सूचकांकों में जेण्डर की बदतर स्थिति

✡ *सह-आचार्य उदयपूर स्कूल ऑफ सोशल वर्क, ज. रा. ना. राजस्थान विद्यापीठ (डिम्ड-टु बी विश्वविद्यालय, उदयपूर राजस्थान*

को प्रदर्शित करता है। वर्ल्ड इकॉनोमिक फॉरम द्वारा जेण्डर गेप की स्थिति राजनैतिक सहभागिता, तकनीकी तथा नेतृत्व की भूमिका में जेण्डर, श्रम शक्ति में जेण्डर, स्वास्थ्य सेवा की उपलब्धता व पहुँच तथा स्वास्थ्य शिक्षा एवं आय में असमानता आदि सूचकांकों पर मापी गई थी।

भारत में जेण्डर की स्थिति को निम्न सूचकांकों के आधार पर समझा जा सकता है-

1. आर्थिक सहभागिता एवं अवसर की उपलब्धता

वर्ल्ड इकॉनामिक फोरम द्वारा सन् 2022 में प्रकाशित ग्लोबल जेण्डर गेप रिपोर्ट में भारत ने आर्थिक सहभागिता तथा अवसरों की उपलब्धता के आधार पर विश्व के कुल 146 देशों में से 143वाँ स्थान प्राप्त किया है। यह आंकड़ा भारत मे आर्थिक सहभागिता तथा अवसरों की उपलब्धता में जेण्डर की भयावह स्थिति को दर्शाता है।

भारत में विशेषकर महिला तथा पुरुषों की तुलना की जाए तो पुरुषों की सहभागिता आर्थिक व्यवस्था में ज्यादा रहती है। प्राचीन समय से जो परम्पराएँ या व्यवस्था चली आ रही हैं वह पितृसत्तात्मक है। पुरुषों का मुख्य कार्य ही अर्थ उपार्जन करना माना गया है। जन्म के साथ ही उसकी सामाजीकीरण की व्यवस्था इस तरह है कि उसे हमेशा परिवार में आय या अर्थ का उपार्जन करने के लिए तैयार किया जाता है।

अगर रोजगार के अवसरों की बात की जाए तो भारतीय अर्थव्यवस्था में महिला तथा पुरुष के बीच अवसरों की असमानता स्पष्टत: देखी जा सकती है। पीरियोडिक लेबर फोर्स सर्वे के 2019-20 के वार्षिक बुलेटिन में प्रकाशित ऑकड़ों के अनुसार कुल लेबर फोर्स में पुरुषों की सहभागिता 56.8 प्रतिशत रही। जबकि वहीं महिलाओं की मात्र 22.2 प्रतिशत रही। यदि शहरी क्षेत्र में आय की बात की जाए तो महिलाओं को पुरुषों की तुलना में ज्यादा अवसर मिलते हैं। रोजगार के क्षेत्र की बात की जाए तो शहरी क्षेत्र में महिलाएँ ज्यादातर निर्माण, हॉस्पिटालिटी, संचार, भण्डारण आदि में अपनी सहभागिता देती है, वहीं दूसरी ओर ग्रामीण क्षेत्रों में कृषि, पशुपालन, निर्माण इत्यादि में अपनी सहभागिता देती है।6 लेकिन महिला के कुल श्रम के घण्टों की बात की जाए तो वह पुरुषों से ज्यादा है और उसके अनुसार उसको मिलने वाला वेतन भी कम है। कारण यह है कि महिलाओं द्वारा किये जाने वाले घरेलू कार्य या पारिवारिक कृषि तथा पशुपालन के लिए किये गए कार्य का उसे उसका भुगतान नहीं मिलता है। जबकि कृषि तथा पशुपालन की आय अधिकांशत: पुरुषों द्वारा अर्जित की जाती है।

2. शिक्षा

वर्ल्ड इकॉनोमी फॉरम 2022 की रिपोर्ट में शिक्षा की उपलब्धता ने जेण्डर गेप के आधार पर भारत को 107वें स्थान पर रखा है। भारतीय सामाजिक व्यवस्था में बालक-बालिका में भेद कर उन्हें उपलब्ध शिक्षा के अवसर के आधार पर किया जा सकता है। लड़कियों को बहुत ज्यादा पढ़ाया नहीं जाता है, अगर पढ़ाया भी जाता है तो वह एक्स स्टूडेण्ट या प्राइवेट छात्रा या दूरस्थ शिक्षा के माध्यम से अध्ययन करवाया जाता है। साथ ही व्यवसायिक कोर्सेज में भी बालिकाओं की जगह बालक को ज्यादा अवसर दिये जाते हैं। उनकी शिक्षा पर ज्यादा ध्यान दिया जाता है। छात्राओं को पढ़ने के लिए शिक्षिका, नर्सेज जैसे पारम्परिक कोर्सेज में भेजा जाता है। जबकि अन्य व्यवसायिक कोर्सेज में हिन्दू धर्म तथा मुस्लिम धर्म की बालिकाओं में शिक्षा की उपलब्ध ता के स्तर पर भेद देखा जा सकता है।

स्वास्थ्य एवं जीविषा

वर्ल्ड इकॉनामिक फॉरम ने जेण्डर गेप रिपोर्ट 2022 में भारत को स्वास्थ्य एवं जीविषा में जेण्डर गेप के आधार पर 146 राष्ट्रों में से 146 वें स्थान पर अर्थात् अन्तिम पायदान पर रखा है[7] और यह भारत में उपलब्ध

स्वास्थ्य सेवाओं में जेण्डर गेप की दयनीय स्थिति को दर्शाता है। भारत में प्राचीनकाल से ही महिलाओं के स्वास्थ्य को बहुत अधिक महत्त्व नहीं दिया गया है। पुरुषों की तुलना में महिलाओं को स्वास्थ्य देखभाल तथा सुरक्षा की ज्यादा आवश्यकता होती है। नियमित टीकाकरण, मासिक चक्र एवं स्वास्थ्य, प्रजनन, स्वास्थ्य गर्भकाल, एनीमिया इत्यादि कई ऐसी समस्याएँ हैं, जिसमें महिलाओं को विशेष देखभाल की आवश्यकता होती है। महिलाओं की शारीरिक बनावट तथा जैविकीय विशेषताएँ इस प्रकार की होती है कि उन्हें स्वास्थ्य सुरक्षा व देखभाल की आवश्यकता पुरुषों से ज्यादा होती है। यद्यपि भारत में स्वास्थ्य सेवाओं पर काफी ध्यान केन्द्रित किया गया है, परन्तु महिला स्वास्थ्य विशेषकर प्रजनन समस्या को लेकर महिलाओं में इसकी जानकारी सीमित है। साथ ही वे सरकार द्वारा उपलब्ध सेवाओं से भी अनभिज्ञ हैं। यदि उन्हें उपलब्ध स्वास्थ्य सेवाओं की जानकारी भी है तो भी वह उनकी पहुँच में नहीं है। स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुँच के लिए उन्हें पुरुषों पर ही निर्भर रहना पड़ता है।[8]

राजनैतिक सशक्तीकरण

भारत की राजनीति में महिला आरक्षण के कारण महिलाओं की संख्या तो बढ़ी है, परन्तु वह पूर्ण प्रतिनिधित्व नहीं कर पाती है, इन्दिरा गाँधी, प्रतिभा पाटिल, मुर्मू जैसे चन्द उदाहरण ही राजनीति के गलियारों में सुनाई दिखाई देते हैं। महिला यदि राजनीतिक संस्था में चुनकर आ जाती है तो भी असली प्रतिनिधित्व तो उस महिला का पति, पिता या भाई ही करता है।

महिलाओं का राजनीति में प्रवेश भी इतना आसान नहीं है। जब तक कि उस महिला के परिवार के पुरुषों का स्वयं का कोई हित निहित नहीं हो। ज्यादातर महिला राजनेता कहीं न कहीं, किसी न किसी रूप से राजनीति में सक्रिय पुरुषों के द्वारा ही संरक्षित होती है।

सामाजिक मूल्य

भारत में सामाजिक मूल्य कुछ इस तरह से निर्मित है कि जेण्डर समानता को प्राप्त करने में सर्वाधिक बाधा उत्पन्न करते हैं। जन्म से लेकर मृत्यु तक महिलाओं का जीवन उस अलिखित सामाजिक संविधान से प्रशासित होता है, जो उसे हमेशा हाशिये पर ही रखता है। सर्वप्रथम उदाहरण कन्या भ्रूण हत्या का है; मतलब कि अगर कोख में अजन्मा शिशु बालिका हो तो उसे कोख में ही मार दिया जाता है। उसे दुनिया में आने ही नहीं दिया जाता। यदि बालिका ने जन्म ले लिया तो परिवार के सदस्यों का व्यवहार, जन्म को लेकर होने वाली प्रथाएँ, उसके पालन-पोषण का तरिका,कपड़े, खाना, पसन्द-नापसन्द सभी में भेदभाव को स्पष्ट रूप से देखा-समझा जा सकता है।

उस बालिका की शिक्षा-दीक्षा, विवाह आदि जैसे महत्त्वपूर्ण निर्णय घर के पुरुषों द्वारा ही लिए जाते हैं और हास्यास्पद तो यह है कि उन निर्णयों में बालिका की माता, जो कि स्वयं अपने अधिकारों से वंचित रही, वह भी उस बालिका को उन निर्णयों को मानने को बाध्य करती है।

घूँघट प्रथा, ससुराल में प्रताड़ना, पति से तिरस्कार, घरेलू हिंसा, परिवार की सेवा करना, बिना पूछे घर से अकेले बाहर नहीं जाना, सम्भोग का निर्णय एवं पहल, परिवार नियोजन, सम्पत्ति तथा संसाधनों तक पहुँच एवं अधिकार आदि ऐसी कई समस्याएँ हैं, जिसमें महिलाएँ हमेशा पुरुषों से पिछड़ी रहती हैं और यह समस्याएँ भारतीय समाज में विभिन्न जातियों में अलग-अलग स्तर पर अलग-अलग रूप में देखने को मिलती हैं।

कार्यस्थल

भारतीय परिप्रेक्ष्य में अगर महिलाओं की आय में सहभागिता देखी जाए तो अधिकांशतः महिलाएँ घरेलू कार्य, पारिवारिक कृषि या पशुपालन में बेगार करते हुए पाई जाती हैं। बेगार से यहाँ तात्पर्य ऐसे कार्य से है,

जिसमें महिला अपनी सम्पूर्ण सहभागिता पूरी निष्ठा से देती है,परन्तु उसके बदले उसे उसका भुगतान नहीं किया जाता। ज्यादातर कार्य इस तरह के हैं, जो उत्पादकता से सीधा सरोकार नहीं रखते हैं।

यदि महिला पढ़ लिख जाती है तथा नौकरी के लिए प्रयास करती है तो प्रथम तो उसके लिये नौकरी के अवसर ही सीमित होते हैं। महिलाओं के लिए कार्य क्षेत्र भी सीमित होता है। फिर कार्य स्थल की कार्य संस्कृति तथा वातावरण जेण्डर मित्रवत नहीं होता है। पदोन्नति के अवसरों में समानता नहीं होती है। महिला नेतृत्व को स्वीकार कर पाना पुरुष सहकर्मी के लिए बहुत मुश्किल होता है। घर के कार्यों, बच्चों तथा परिवार के सदस्यों की देखभाल के साथ यदि महिला कार्यालय भी जाती है तो स्थिति और भी विकट हो जाती है। कार्यस्थल पर पहुँचने तथा कार्य स्थल से घर पहुँचने तक सुरक्षा भी अपने आप में एक बड़ा प्रश्न चिह्न है। कार्य के बदले मिलने वाले वेतन में भी बड़ी असमानता देखने को मिलती है। कार्यस्थल पर महिला के साथ यौन हिंसा भी एक अभिशप्त बीमारी हो चुकी है।

भारत में जेण्डर समानता हेतु सुझाव

1. संविधान के मूल्यों में आस्था

भारतीय संविधान की प्रस्तावना में यह स्पष्ट है कि किसी भी तरह भारत के निवासियों में जेण्डर के आधार पर भेदभाव नहीं किया जाएगा। उन्हें स्वतन्त्रता, न्याय तथा अवसरों की समानता का अधिकार प्राप्त होना चाहिए और संविधान की इस मूल भावना का अक्षरशः पालन करने के सामूहिक प्रयास सभी वर्गों को करने होंगे।

2. जेण्डर पॉलिसी

भारत के सामाजिक, आर्थिक विकास हेतु निर्मित की जाने वाली नीतियाँ भी जेण्डर आधारित होनी चाहिए। शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार एवं आर्थिक नीति जेण्डर मित्रवत होकर जेण्डर की समानता को आमुख हो ऐसा प्रयास किया जाना चाहिए। महत्वपूर्ण यह है कि जेण्डर आधारित नीतियों का न सिर्फ निर्माण हो वरन् उनका क्रियान्वयन भी उसी भावना के साथ ईमानदारी व निष्ठा से किया जाए।

3. नागरिकता

महिला को भी एक नागरिक की तरह स्थापित किया जाना जरूरी है। संविधान की भावना में निहित अधिकारों का प्रयोग पुरुष भारत के नागरिक होने के कारण कर पाते हैं। वही नागरिकता की प्रस्थिति महिलाओं को भी प्राप्त है, किन्तु वह उनका उपयोग नहीं करती है। अतः आवश्यक है कि महिला को भी वही नागरिकता से सम्बन्धित अधिकारों का प्रयोग करने हेतु स्थापित किया जाए। यहाँ बात सिर्फ महिला एवं पुरुष तक ही सीमित नहीं है। बल्कि ट्रांसजेण्डर, सिसजेण्डर तथा अन्य जेण्डर को भी भारत के नागरिक की तरह स्थापित करना होगा, जिससे कि वह भारत की नागरिकता से सम्बन्धित अधिकारों का प्रयोग कर पाए।

4. समावेशी वातावरण

जेण्डर समानता के लिए सबसे आवश्यक है कि पूरे राष्ट्र में समावेशी वातावरण का निर्माण हो। आर्थिक क्षेत्र, राजनैतिक क्षेत्र, सामाजिक क्षेत्र, घर, परिवार, जाति, धर्म, संस्था, कार्यस्थल सभी स्थानों पर जेण्डर को विविध रूपों में न देखते हुए एक व्यक्ति, एक नागरिक मानकर उसके सार्वभौमिक विकास हेतु वातावरण निर्माण करना होगा। सभी को कार्य करने का अधिकार हो तथा सभी के कार्यों में समानता हो, वेतन में समानता का भाव हो तथा जेण्डर मित्रवत वातावरण का निर्माण हो।

5. सामाजिक समानता

भारत विभिन्न धर्म, जाति, सम्प्रदायों का देश है और हर धर्म, जाति समुदाय की अपनी व्यवस्था है। जेण्डर

समानता हेतु सबसे आवश्यक है कि इस सामाजिक व्यवस्था को जेण्डर मित्रवत बनाया जाए। कयोंकि जन्म, सामाजीकीकरण, शिक्षा, विवाह, प्रथाएँ, रीती-रिवाज, यह सभी जाति-समाज से प्रशासित होते हैं। यदि सामाजिक स्तर पर जेण्डर को समान अधिकार, समान अवसर प्रदान किया जाए तो जेण्डर असमानता को रोका जा सकता है।

6. परिवार तथा समुदाय

व्यक्ति के जीवन की शुरुआत से लेकर उसकी मृत्यु तक उसका परिवार, पड़ौस तथा उसका समुदाय उसके साथ रहता है और व्यक्ति पर सबसे पहला एवं गहरा प्रभाव ही परिवार तथा समुदाय का होता है। यदि परिवार एवं समुदाय में जेण्डर को समानता की दृष्टि से देखना, समझना और व्यवहार करना शुरू कर दे तो जेण्डर असमानता की यह समस्या आधी से ज्यादा खत्म हो जाएगी।

उपसंहार

भारतीय समाज में भी अब धीरे-धीरे महिला-पुरुष के साथ साथ ट्रांसजेण्डर, सिसजेण्डर आदि प्रकार के जेण्डर को स्वीकारा जाने लगा है। यदि जेण्डर आधारित असमानता देखी जाए तो भारत में महिला एवं पुरुष के मध्य राजनैतिक, सामाजिक, पारिवारिक तथा आर्थिक स्तर पर असमानता देखी जा सकती है और यह असमानता गहरी जड़ों तक फैली हुई है। जेण्डर समानता के लिए आवश्यक है कि सरकारी प्रयासों के साथ-साथ जेण्डर नितियाँ, समावेशी वातावरण, सामाजिक परिवार तथा समुदाय के स्तर पर भी व्यवहार परिवर्तन किया जाए।

जेण्डर समानता के लक्ष्यों को प्राप्त किये बिना संधारणीय विकास के वैश्विक लक्ष्यों को प्राप्त करना असम्भव है।

सन्दर्भ

1. Cunningam; W. (2011) Measuring the Economic Gain of Investing in Girls: The Girls Effect Dividend, World Bank Policy Research Working Paper, World Bank, 401.
2. Davis; S. (2011) Recession and the Costs of Jobless, Brooking Pgoers on Economic Activity Vol-2, pp.72.
3. Juesse; F. (2020) Decomposing Gender Wage Gaps A Family EconomicPerspectives, Institute of Labour Economics DPNO-13601-IZA, pp.23.
4. Misa; T. J. (2011) Gender Codes: Why Women are Leaving Computing, JohnWilly &Sons pp.113.
5. World Economic Forum (2022) The Global Gender Gap Report, 2022.
6. Periodic Labour Force Survey Bulletion (June 2020).
7. World Economic Forum (2020) Future Jobs Report, 2020.
8. UNDP and UN Women (2020) COVID&19, Global Gender Response Tracker: Global Footsheet, Version 1, 2020.

❑❑❑

महिला सशक्तीकरण में बाधाएँ

❍ डॉ. राजकुमार बिरादार✡

संक्षिप्ति :

आजादी से पहले भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति गौण थी। इसमें सुधार का कोई प्रयास नहीं किया गया। आजादी के बाद लोकतांत्रिक मूल्यों की वकालत करते हुए संविधान का निर्माण किया गया। इसने महिलाओं के लिए समान अधिकार, समान व्यवहार, कल्याणकारी राज्य की अवधारणा, महिला मुक्ति आंदोलन, राजनीति में महिलाओं की भागीदारी आदि के आधार पर महिला सशक्तिकरण के लिए अनुकूल परिस्थितियाँ बनाने का प्रयास किया। लेकिन ऑनर किलिंग, दहेज समस्या, घरेलू हिंसा, लैंगिक असमानता, कामकाजी महिलाओं की समस्याएं, कन्या-भ्रूण हत्या, स्वास्थ्य और पोषण समस्या, बलात्कार और छेड़छाड़ की समस्या जैसे मुद्दों के कारण महिलाओं की स्थिति में उम्मीद के मुताबिक बदलाव नहीं आया है। इन समस्याओं ने भारतीय महिलाओं के विकास में कठिनाइयाँ पैदा की हैं।

बीज शब्द : ऑनर किलिंग, दहेज के मुद्दे, घरेलू हिंसा, लैंगिक असमानता, कन्या-भ्रूण हत्या

प्रास्ताविक :

महिलाओं के मामले में लिंग के आधार पर सामाजिक, आर्थिक, शैक्षणिक, राजनीतिक, वैवाहिक, पारिवारिक और धार्मिक क्षेत्रों में भेदभाव को लैंगिक असमानता या पुरुषों और महिलाओं के बीच असमानता कहा जाता है। सुखी जीवन जीने के लिए पुरुष और महिला को एक साथ रहना चाहिए। साथ ही, दोनों को समान अधिकार, स्वतंत्रता और अवसर मिलने चाहिए। भारत में कुछ आदिम जनजातियों के अलावा अन्य समुदायों में भी पुरुषों और महिलाओं के बीच असमानता देखी जाती है। सत्ता, नस्ल, निर्णय लेने की प्रक्रियाओं पर पुरुषत्व हावी है। इसलिए भारतीय संस्कृति को पुरुष प्रधान संस्कृति के रूप में जाना जाता है। भारत में महिलाओं की स्थिति गौण पाई जाती है। अन्य विकसित देशों की तुलना में भारतीय महिलाएं विकसित नहीं हुई हैं। प्रस्तुत अध्ययन में महिलाओं के विकास में आने वाली बाधाओं का अध्ययन किया गया।

शोध के उद्देश्य: भारतीय महिलाओं के विकास में आने वाली बाधाओं का अध्ययन करना।

अनुसंधान विधि:

प्रस्तुत शोध के लिए द्वितीयक तथ्यों का उपयोग किया गया है। इसके लिए पुस्तकों, शोध रिपोर्ट,

---

✡ सहायक प्राध्यापक, समाजशास्त्र विभाग, सरदार पटेल महाविद्यालय, चंद्रपुर

व्यक्तिगत लेख, पत्रिकाओं आदि जैसे स्रोतों का उपयोग किया गया।

महिलाओं के विकास में बाधाएँ

ऑनर किलिंग:

युवक-युवतियां अपने परिवार के विरुद्ध जाकर प्रेम विवाह, गोत्र विवाह, अंतरजातीय विवाह करते हैं और जाति पंचायत के आदेश के बाद या परिवार की बदनामी के डर से अपने ही लोगों द्वारा बेरहमी से मार दिए जाते हैं। इसे ऑनर किलिंग कहा जाता है। पुरुषों की तुलना में महिलाओं की हत्याएं अधिक होती हैं। डॉ. जी. एल. शर्मा इस बारे में लिखते हैं, "लंदन मेट्रोपोलिटन युनिवर्सिटी व्दारा ऑनर किलिंग पर आयोजित सेमिनार में यह तथ्य सामने आया कि झुठी शान के नामपर होनेवाली हत्याए हिंदुस्तान के अलावा एशिया के दूसरे देशों में भी होती है। इनमें पाकिस्तान के अलावा मुस्लीम देश भी शामिल है। दुनिया भर में हुए अध्ययन से यह रुझान सामने आया है, कि अनपढ, गवार ही नहीं पढे-लिखे लोग भी मानरक्षा के लिए हत्याओं में शामिल रहे है।"[1] दूसरे शब्दों में कहें तो यह समस्या सार्वभौमिक है।

दहेज की समस्या :

दहेज समस्या के दुष्परिणामों को ध्यान में रखते हुए भारत सरकार ने 1961 में 'दहेज निवारण अधिनियम' बनाया। 1984 और 1986 में अधिनियम में संशोधन भी किये गये। लेकिन ये समस्या कम नहीं हुई है। आज भी शादी के समय या शादी के बाद दहेज का लेन-देन आम बात है। इस समस्या का समाज पर गंभीर प्रभाव पड़ता है। जैसे पारिवारिक हिंसा, तलाक, महिलाओं की आत्महत्या, किसानों की आत्महत्या, कर्जदारी, भ्रष्टाचार, अपराध को बढ़ावा, व्यक्तित्व विकास में बाधा आदि। राम आहूजा ने दहेज समस्या की गंभीरता को समझाते हुए अपने अध्ययन में मिले कुछ तथ्यों का उल्लेख अपनी पुस्तक में किया है जो इस प्रकार हैं।

"1. middle class women suffer a higher rate of victimization than lower class or upper class women.
2. about 70 victims belong to 21-24 years age group, that is, they are mature not only physically but socially and emotionally also
3. the problem is more an upper cast phenomenon than lower caste problem
4. before and actual murder] several forms of harassment/humiliation are used against the youngbrides which show the chaotic pattern of social behaviour of the members of the victims family."[2]

घरेलू हिंसा:

केंद्र सरकार का अधिनियम 'घरेलू हिंसा 2005' परिवार में महिलाओं के खिलाफ हिंसा को नहीं रोक सका। महिलाओं को शारीरिक उत्पीड़न, भावनात्मक शोषण का सामना करना पड़ रहा है। महिलाओं को मारना, काटना, लात-घूंसों से मारना, धक्का देना, थप्पड़ मारना, जबरदस्ती सेक्स करना, अश्लील फोटो खींचना, बुरे काम करने के लिए मजबूर करना, अपमान करना, चरित्र पर संदेह करना, लड़की पैदा होने पर अपमान करना, दहेज न लाने पर अपमान करना, बाहर जाने से मना करना। इच्छा के विरुद्ध शादी, काम पर जाने से इंकार, वेतन वापस लेना आदि के रूप में महिलाओं को प्रताड़ित किया जाता है। महिलाओं के विरुद्ध हिंसा की प्रकृति स्पष्ट करते हुए जी. एल. शर्मा ने अपनी किताब में लिखा है, "आंकड़े दर्शाते हैं कि भारत में प्रतिदिन बलात्कार के 41 मामले दर्ज होते हैं, 19 महिलाओं की दहेज मृत्यु होती है, 31 का अपहरण होता है, 113 यौन उत्पीड़न का शिकार होती है, और 84 से छेड़छाड़ की जाती है, राष्ट्रीय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो के अनुसार महिलाओं के साथ होने वाले अपराधों की संख्या सालाना दो लाख तक पहुंच गई है। अधिकारिक

आंकड़े बताते हैं कि देश की किसी न किसी कोने में हर घंटे एक युवा विवाहिता को या तो मार दिया जाता है या मौत की तरफ धकेल दिया जाता है"[3]

लिंग असमानता:

दुनिया के सभी समाजों में पुरुषों और महिलाओं के बीच लैंगिक भेदभाव होता है। परिवार, विवाह, शिक्षा, स्वास्थ्य, श्रम विभाजन, संपत्ति, रोजगार, राजनीति, धर्म, सांस्कृतिक क्षेत्र आदि में पुरुषों और महिलाओं के बीच भेदभाव को लिंग भेदभाव कहा जाता है। भारत में भी लिंग भेदभाव पाया जाता है। पुरुष प्रधान संस्कृति, अज्ञानता, आर्थिक निर्भरता, राजनीति में महिलाओं की कम भागीदारी, धर्म जैसे कारक लैंगिक भेदभाव को बढ़ावा देते हैं। सरकारी स्तर पर कानून की मदद से और कई जनकल्याणकारी योजनाओं के माध्यम से पुरुषों और महिलाओं के बीच सामाजिक असमानता को कम करने का प्रयास किया जा रहा है। साथ ही कई महिला संगठन आंदोलन के जरिए महिलाओं के अधिकारों के लिए लड़ाई लड़ते रहते हैं। ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों की तुलना में ग्रामीण क्षेत्रों में लिंग भेदभाव अधिक प्रचलित है।

कामकाजी महिलाओं की समस्याएँ :

यदि महिलाओं को काम करने की अनुमति दी जाए तो उनकी आर्थिक और सामाजिक स्थिति में वृद्धि होगी। जैसे-जैसे महिलाएं पैसा कमाती हैं, वे आत्मनिर्भर बनती हैं और अपने व्यक्तित्व का विकास करती हैं। कुछ परिवारों में, महिला को काम करने की अनुमति नहीं दी जाती, भले ही वह काम करने योग्य हो और काम करने की इच्छुक हो। यदि उसे नौकरी करने की अनुमति दी जाती है, तो उसे भूमिका संबंधी संघर्ष का सामना करना पड़ता है। ज्यादातर महिलाओं को सैलरी अपने पतियों को सौंपनी पड़ती है। असंतुष्ट वैवाहिक जीवन, पारिवारिक तनाव, कार्यस्थल पर उत्पीड़न, कारखाने में सुविधाओं की कमी आदि का सामना करना पड़ता है। असंगठित क्षेत्र जैसे कृषि, गृह उद्योग, लघु उद्योग, गृहकार्य आदि में काम करने वाली महिलाएँ और खेतिहर मजदूर, नौकरानियाँ, रसोइया आदि महिलाएँ कम वेतन पर काम करती हैं।

कन्या-भ्रूण हत्या:

विकसित तकनीक के उपयोग से गर्भजल परिक्षण के माध्यम से भ्रूण के लिंग का निदान करना संभव हो गया। बढ़ती चिकित्सा सुविधाओं के प्रयोग से यदि गर्भ में लड़की है तो उन्हें जन्म से पहले ही मार दिया जा रहा है। इसके लिए बालक वंश की दिवा, आर्थिक निर्भरता, पितृसत्ता, दहेज प्रथा, घरेलू हिंसा, कानूनों को सख्ती से लागू न करना आदि कारक जिम्मेदार हैं। कन्या-भ्रूणहत्या की ऐसी अमानवीय प्रवृत्ति का समाज पर विनाशकारी प्रभाव पड़ रहा है। महिलाओं के साथ छेड़छाड़, बलात्कार, वेश्यावृत्ति आदि की समस्या बढ़ती जा रही है। लिंगानुपात में लड़कियों के अनुपात में कमी समाज में विवाह व्यवस्था के लिए हानिकारक है। भारत में लिंगानुपात को नीचे दी गई तालिका में दिखाया गया है।

तालिका नं. 1 : 1901 से 2011 तक भारत का लिंग अनुपात

वर्ष	प्रति 1000 पुरुषों पर महिलाएं
1901	972
1911	964
1921	955
1931	950
1941	945

1951	946
1961	941
1971	930
1981	934
1991	927
2001	933
2011	940

स्रोत: भारत की जनगणना (विभिन्न वर्ष)

शैक्षिक समस्याएँ:

तालिका नं. 2 : स्वतंत्र भारत के बाद साक्षरता दरें

	ग्रामीण			शहरी			संयुक्त		
वर्ष	महिला	पुरुष	कुल	महिला	पुरुष	कुल	महिला	पुरुष	कुल
1951	4.87	19.02	12.1	22.33	45.6	34.59	8.86	27.15	18.32
1961	10.1	34.3	22.5	40.5	66.0	54.4	15.35	40.4	28.31
1971	15.5	48.6	27.9	18.8	69.8	60.2	21.97	45.96	34.45
1981	21.7	49.6	36.0	56.3	76.7	67.2	29.76	56.38	43.57
1991	30.17	56.96	36.0	64.05	81.09	67.2	39.29	64.13	52.21
2001	46.7	71.4	59.4	73.2	86.7	80.3	53.67	75.26	64.83
2011	58.75	78.57	67.8	79.92	89.67	84.1	65.46	82.14	74.04

(स्रोत: भारत की जनगणना, भारत के रजिस्ट्रार जनरल का कार्यालय)

2011 की जनगणना के अनुसार भारत में साक्षरता दर 74.04 थी। इनमें 82.14 पुरुष और 65.46 महिलाएं साक्षर हैं। आज भी महिला साक्षरता दर पुरुषों की तुलना में कम है। यदि हम ग्रामीण और शहरी की तुलना करें तो ग्रामीण क्षेत्रों में महिला साक्षरता दर कम है। ग्रामीण क्षेत्रों में माता-पिता लड़की की अपेक्षा लड़के की शिक्षा पर अधिक ध्यान देते हैं। लड़कियों की स्कूल छोड़ने की दर भी अधिक है।

स्वास्थ्य एवं पोषण संबंधी समस्या:

स्वास्थ्य के मामले में भी पुरुषों और महिलाओं के बीच भेदभाव किया जाता है। एक लड़की के स्वास्थ्य का उस तरह ध्यान नहीं रखा जाता जिस तरह परिवार में बच्चों के स्वास्थ्य का रखा जाता है। इसके विपरीत, उसके स्वास्थ्य की उपेक्षा की जाती है। बचपन में, लड़कों और लड़कियों को कुछ रोग निवारक टीके दिए जाते हैं, लेकिन लड़कों को ये सावधानी से दिए जाते हैं जबकि लड़कियों को नजरअंदाज कर दिया जाता है। कुछ परिवारों में बच्चों को अच्छा पौष्टिक भोजन दिया जाता है। इतना ही नहीं, वे बच्चियों के खान-पान पर भी ज्यादा ध्यान नहीं देते, बल्कि कुछ परिवारों में बच्चियों को पर्याप्त भोजन भी नहीं दिया जाता। जनसंख्या वृद्धि को नियंत्रित करने के लिए परिवार नियोजन के लिए कई उपकरण विकसित किए गए। तांबी का प्रत्यारोपण, सर्जरी, गर्भपात, गर्भनिरोधक गोलियाँ लेना ये सभी उपाय महिलाओं के मामले में किए जाते हैं।

इसलिए इसका महिलाओं के स्वास्थ्य पर असर पड़ता है। थकान, रक्तस्राव, मोटापा, पीठ और कमर में दर्द, खून की कमी सहनी पड़ती है। गर्भावस्था के दौरान भी कुछ महिलाएं स्वस्थ आहार नहीं मिलता, इससे जन्म लेने वाले बच्चे का स्वास्थ्य भी ठीक नहीं रहता है। इसके अलावा प्रसव के दौरान मां की मौत के मामले भी सामने आते हैं।

बलात्कार एवं छेड़छाड़ की समस्याः

वर्ष 2013 को महिला सुरक्षा वर्ष के रूप में मनाया गया। यदि भारत में महिलाएँ सुरक्षित होतीं तो दिल्ली में 'दामिनी मामला' और महाराष्ट्र में 'कोपर्डी कांड' नहीं होता। बलात्कार की समस्या के बारे में राम आहूजा अपनी किताब में लिखते हैं, "until a few year ago, the problem of rape in India was not considered as serious as in the western countries, particularly in view of its low prevalence rate in comparison to other countries (i.e. 0.5 per lakh of population in comparison to 26 in the United States, 8 in Canada and about 5.5 in the UK). But now India is considered to the 'rape capital' of the world."[3] सड़कों पर महिलाओं का मजाक उड़ाया जाता है और उन्हें छेड़ा जाता है। भीड़-भाड़ वाली जगहों पर धक्का-मुक्की, महिला के अकेले होने पर अभद्रता, छेड़छाड़ व दुष्कर्म, कार्यस्थल पर प्रधान कार्यालय कर्मी द्वारा गलत व्यवहार, सामूहिक दुष्कर्म आदि घटनाएं लगातार हो रही हैं। इस गलत व्यवहार के खिलाफ न्याय पाना भी मुश्किल हो गया है। क्योंकि न्याय गवाही और सबूत पर निर्भर करता है। ऐसी घटनाएं किसी को नजर नहीं आतीं, इसलिए एक महिला न्याय मांगे बिना चुप रहना पसंद करती है। इससे अप्रत्यक्ष रूप से अपराध को और बढ़ावा मिलता है।

निष्कर्षः

आजादी के बाद लोकतांत्रिक मूल्यों की वकालत करते हुए संविधान का निर्माण किया गया। इसने महिलाओं के लिए समान अधिकार, समान व्यवहार, कल्याणकारी राज्य की अवधारणा, महिला मुक्ति आंदोलन, राजनीति में महिलाओं की भागीदारी आदि के आधार पर महिला सशक्तिकरण के लिए अनुकूल परिस्थितियाँ बनाने का प्रयास किया। लेकिन ऑनर किलिंग, दहेज समस्या, घरेलू हिंसा, लैंगिक असमानता, कामकाजी महिलाओं की समस्याएं, कन्या-भ्रूण हत्या, स्वास्थ्य और पोषण समस्या, बलात्कार और छेड़छाड़ की समस्या जैसे मुद्दों के कारण महिलाओं की स्थिति में उम्मीद के मुताबिक बदलाव नहीं आया है। इन समस्याओं ने भारतीय महिलाओं के सक्षमीकरण में कठिनाइयाँ पैदा की हैं।

संदर्भ :

1. शर्मा, प्रा.जी.एल., 2015, सामाजिक मुद्दे, जयपूर : रावत पब्लिकेशन, पृ. 72
2. Ahuja Ram, 2021, Social Problems in India] Jaipur: Rawat Publication, P. 288
3. शर्मा, प्रा.जी.एल., 2015, सामाजिक मुद्दे, जयपूर : रावत पब्लिकेशन, पृ. 430
4. Ahuja Ram, 2021, Social Problems in India, Jaipur: Rawat Publication, P. 286
5. शर्मा, प्रज्ञा, 2001, महिला विकास और सशक्तीकरण, जयपुर : अविष्कार पब्लिशियर्स डिस्ट्रीब्युटर्स
6. गुप्ता, कमलेश कुमार, 2005, महिला सशक्तीकरण, जयपुर : बुक एन. क्लेव्ह
7. रावत हरिकृष्ण, 1998, समाजशास्त्र विश्वकोश, जयपूर : रावत पब्लिकेशन
8. जैन, पी.सी., 2009, सामाजिक आन्दोलन का समाजशास्त्र, जयपुर : नेशनल पब्लिशिंग
9. गुप्ता, प्रो. एम.एल., शर्मा डी.डी. 2004, प्रतियोगिता साहित्य सीरीज समाजशास्त्र, आगरा:साहित्य भवन पब्लिकेशन
10. आहुजा राम, आहुजा मुकेश, 2008, समाजशास्त्र विवेचन एवं परिप्रेक्ष्य, जयपुर : रावत पब्लिकेशन

11. वर्मा, डॉ. दिनानाथ, 2004, प्राचीन भारत, दिल्ली : ज्ञानदा प्रकाशन (पी.एण्ड.डी.)
12. http://shodhganga.inflibnet.ac.in

❑❑❑

भारत वर्ष में महिला सशक्तीकरण : बाधाएँ एवं सरकार की भूमिका

❍ डॉ. कमलकिशोर बा. इंगोले✡

प्रस्तावना

पंडित जवाहर लाल नेहरु द्वारा कहा गया मशहूर वाक्य "लोगों को जगाने के लिये", महिलाओं का जागृत होना जरुरी है। एक बार जब वो अपना कदम उठा लेती है, परिवार आगे बढ़ता है, गाँव आगे बढ़ता है और राष्ट्र विकास की ओर उन्मुख होता है। भारत में, महिलाओं को सशक्त बनाने के लिये सबसे पहले समाज में उनके अधिकारों और मूल्यों को मारने वाले उन सभी राक्षसी सोच को मारना जरुरी है जैसे दहेज प्रथा, अशिक्षा, यौन हिंसा, असमानता, भ्रूण हत्या, महिलाओं के प्रति घरेलू हिंसा, बलात्कार, वेश्यावृत्ति, मानव तस्करी और ऐसे ही दूसरे विषय।

'महिला सशक्तीकरण' के बारे में जानने से पहले हमें ये समझ लेना चाहिये कि हम 'सशक्तिकरण' से क्या समझते है। 'सशक्तीकरण' से तात्पर्य किसी व्यक्ति की उस क्षमता से है जिससे उसमें ये योग्यता आ जाती है जिसमें वो अपने जीवन से जुड़े सभी निर्णय स्वयं ले सके। महिला सशक्तीकरण में भी हम उसी क्षमता की बात कर रहे है जहाँ महिलाएँ परिवार और समाज के सभी बंधनों से मुक्त होकर अपने निर्णयों की निर्माता खुद हो।

महिला सशक्तीकरण क्या है?

महिला सशक्तीकरण को बेहद आसान शब्दों में परिभाषित किया जा सकता है कि इससे महिलाएँ शक्तिशाली बनती है जिससे वो अपने जीवन से जुड़े हर फैसले स्वयं ले सकती है और परिवार और समाज में अच्छे से रह सकती है। समाज में उनके वास्तविक अधिकार को प्राप्त करने के लिये उन्हें सक्षम बनाना महिला सशक्तिकरण है।

भारत में महिला सशक्तिकरण की क्यों जरूरत है?

भारत एक प्रसिद्ध देश है जिसने 'विविधता में एकता' के मुहावरे को साबित किया है, जहाँ भारतीय समाज में विभिन्न धर्मों को मानने वाले लोग रहते है। महिलाओं को हर धर्म में एक अलग स्थान दिया गया है जो लोगों की आँखों को ढ़के हुए बड़े पर्दे के रूप में और कई वर्षों से आदर्श के रुप में महिलाओं के खिलाफ कई सारे गलत कार्यों (शारीरिक और मानसिक) को जारी रखने में मदद कर रहा है। प्राचीन भारतीय

✡ *सहायक प्राध्यापक-समाजशास्त, रा.सु.बिडकर महाविद्यालय हिंगणघाट, जि.वर्धा (महाराष्ट्र)*

समाज दूसरी भेदभावपूर्ण दस्तूरों के साथ सती प्रथा, नगर वधु व्यवस्था, दहेज प्रथा, यौन हिंसा, घरेलू हिंसा, गर्भ में बच्चियों की हत्या, पर्दा प्रथा, कार्य स्थल पर यौन शोषण, बाल मजदूरी, बाल विवाह तथा देवदासी प्रथा आदि परंपरा थी। इस तरह की कुप्रथा का कारण पितृसत्तामक समाज और पुरुष श्रेष्ठता मनोग्रन्थि है।

महिला सशक्तीकरण जरूरी क्यों है?

लैंगिक भेदभाव राष्ट्र में सांस्कृतिक, सामाजिक, आर्थिक और शैक्षिक अंतर ले आता है जो देश को पीछे की ओर ढकेलता है। भारत के संविधान में उल्लिखित समानता के अधिकार को सुनिश्चित करने के लिए महिलाओं को सशक्त बनाना सबसे प्रभावशाली उपाय है इस तरह की बुराईयों को मिटाने के लिये। लैंगिक समानता को प्राथमिकता देने से पूरे भारत में महिला सशक्तीकरण को बढ़ावा मिला है। महिला सशक्तीकरण के उच्च लक्ष्य को प्राप्त करने के लिये इसे हर एक परिवार में बचपन से प्रचारित व प्रसारित करना चाहिये। ये जरूरी है कि महिलाएँ शारीरिक, मानसिक और सामाजिक रूप से मजबूत हो। महिला सशक्तीकरण में ये ताकत है कि वो समाज और देश में बहुत कुछ बदल सकें। वो समाज में किसी समस्या को पुरुषों से बेहतर ढंग से निपट सकती है। वो देश और परिवार के लिये अधिक जनसंख्या के नुकसान को अच्छी तरह से समझ सकती है। अच्छे पारिवारिक योजना से वो देश और परिवार की आर्थिक स्थिति का प्रबंधन करने में पूरी तरह से सक्षम है। पुरुषों की अपेक्षा महिलाएँ किसी भी प्रभावकारी हिंसा को संभालने में सक्षम है चाहे वो पारिवारिक हो या सामाजिक।

महिला सशक्तीकरण के द्वारा ये संभव है कि एक मजबूत अर्थव्यवस्था के महिला-पुरुष समानता वाले वाले देश को पुरुषवादी प्रभाव वाले देश से बदला जा सकता है। महिला सशक्तिकरण की मदद से बिना अधिक प्रयास किये परिवार के हर सदस्य का विकास आसानी से हो सकता है। एक महिला परिवार में सभी चीजों के लिये बेहद जिम्मेदार मानी जाती है अतः वो सभी समस्याओं का समाधान अच्छी तरह से कर सकती है। महिलाओं के सशक्त होने से पूरा समाज अपने आप सशक्त हो जाएगा।

मनुष्य, आर्थिक या पर्यावरण से संबंधित कोई भी छोटी या बड़ी समस्या का बेहतर उपाय महिला सशक्तिकरण है। पिछले कुछ वर्षों में हमें महिला सशक्तिकरण का फायदा मिल रहा है। महिलाएँ अपने स्वास्थ्य, शिक्षा, नौकरी, तथा परिवार, देश और समाज के प्रति जिम्मेदारी को लेकर ज्यादा सचेत रहती है। वो हर क्षेत्र में प्रमुखता से भाग लेती है और अपनी रुचि प्रदर्शित करती है। अंततः कई वर्षों के संघर्ष के बाद सही राह पर चलने के लिये उन्हें उनका अधिकार मिल रहा है।

भारत में महिला सशक्तीकरण के मार्ग में आने वाली बाधाएँ :

आज के समय में महिला सशक्तीकरण एक चर्चा का विषय है, खासतौर से पिछड़े और प्रगतिशील देशों में क्योंकि उन्हें इस बात का काफी बाद में ज्ञान हुआ कि बिना महिलाओं तरक्की और सशक्तीकरण के देश की तरक्की संभव नही है। महिलाओं के आर्थिक सशक्तिकरण का अर्थ उनके आर्थिक फैसलों, आय, संपत्ति और दूसरे वस्तुओं की उपलब्धता से है, इन सुविधाओं को पाकर ही वह अपने सामाजिक स्तर को उंचा कर सकती है।

1. सामाजिक मापदंड :

पुरानी और रूढ़िवादी विचारधाराओं के कारण भारत के कई सारे क्षेत्रों में महिलाओं के घर छोड़ने पर पाबंदी होती है। इस तरह के क्षेत्रों में महिलाओं को शिक्षा या फिर रोजगार के लिए घर से बाहर जाने के लिए आजादी नही होती है। इस तरह के वातावरण में रहने के कारण महिलाएं खुद को पुरुषों से कमतर समझने लगती है और अपने वर्तमान सामाजिक और आर्थिक दशा को बदलने में नाकाम साबित होती है।

2. कार्यक्षेत्र में शारीरिक शोषण :

कार्यक्षेत्र में होने वाला शोषण भी महिला सशक्तिकरण में एक बड़ी बाधा है। निजी क्षेत्र जैसे कि सेवा

उद्योग, साफ्टवेयर उद्योग, शैक्षिक संस्थाएं और अस्पताल इस समस्या से सबसे ज्यादा प्रभावित होते हैं। यह समाज में पुरुष प्रधनता के वर्चस्व के कारण महिलाओं के लिए और भी समस्याएं उत्पन्न करता है। पिछले कुछ समय में कार्यक्षेत्रों में महिलाओं के साथ होने वाले उत्पीड़ने में काफी तेजी से वृद्धि हुई है और पिछले कुछ दशकों में लगभग 170 प्रतिशत वृद्धि देखने को मिली है।

3. लैंगिक भेदभाव :

भारत में अभी भी कार्यस्थलों महिलाओं के साथ लैंगिक स्तर पर काफी भेदभाव किया जाता है। कई सारे क्षेत्रों में तो महिलाओं को शिक्षा और रोजगार के लिए बाहर जाने की भी इजाजत नही होती है। इसके साथ ही उन्हें आजादीपूर्वक कार्य करने या परिवार से जुड़े फैलसे लेने की भी आजादी नही होती है और उन्हें सदैव हर कार्य में पुरुषों के अपेक्षा कमतर ही माना जाता है। इस प्रकार के भेदभावों के कारण महिलाओं की सामाजिक और आर्थिक दशा बिगड़ जाती है और इसके साथ ही यह महिला सशक्तिकरण के लक्ष्य को भी बुरे तरह से प्रभावित करता है।

4. भुगतान में असमानता :

भारत में महिलाओं को अपने पुरुष समकक्षों के अपेक्षा कम भुगतान किया जाता है और असंगठित क्षेत्रो में यह समस्या और भी ज्यादे दयनीय है, खासतौर से दिहाड़ी मजदूरी वाले जगहों पर तो यह सबसे बदतर है। समान कार्य को समान समय तक करने के बावजूद भी महिलाओं को पुरुषों के अपेक्षा काफी कम भुगतान किया जाता है और इस तरह के कार्य महिलाओं और पुरुषों के मध्य के शक्ति असमानता को प्रदर्शित करते है। संगठित क्षेत्र में काम करने वाली महिलाओं को अपने पुरुष समकक्षों के तरह समान अनुभव और योग्यता होने के बावजूद पुरुषों के अपेक्षा कम भुगतान किया जाता है।

5. अशिक्षा :

महिलाओं में अशिक्षा और बीच में पढ़ाई छोड़ने जैसी समस्याएं भी महिला सशक्तीकरण में काफी बड़ी बाधाएं है। वैसे तो शहरी क्षेत्रों में लड़किया शिक्षा के मामले में लड़को के बराबर है पर ग्रामीण क्षेत्रों में इस मामले वह काफी पीछे हैं। भारत में महिला शिक्षा दर 64.6 प्रतिशत है जबकि पुरुषों की शिक्षा दर 80.9 प्रतिशत है। काफी सारी ग्रामीण लड़कियां जो स्कूल जाती भी हैं, उनकी पढ़ाई भी बीच में ही छूट जाती है और वह दसवीं कक्षा भी नही पास कर पाती है।

6. बाल विवाह :

हालांकि पिछलें कुछ दशकों सरकार द्वारा लिए गये प्रभावी फैसलों द्वारा भारत में बाल विवाह जैसी कुरीति को काफी हद तक कम कर दिया गया है लेकिन 2018 में यूनिसेफ के एक रिपोर्ट द्वारा पता चलता है, कि भारत में अब भी हर वर्ष लगभग 15 लाख लड़कियों की शादी 18 वर्ष से पहले ही कर दी जाती है, जल्द शादी हो जाने के कारण महिलाओं का विकास रुक जाता है और वह शारीरिक तथा मानसिक रुप से व्यस्क नही हो पाती है।

7. महिलाओं के विरुद्ध होने वाले अपराध :

भारतीय महिलाओं के विरुद्ध कई सारे घरेलू हिंसाओं के साथ दहेज, हॉनर किलिंग और तस्करी जैसे गंभीर अपराध देखने को मिलते हैं। हालांकि यह काफी अजीब है कि शहरी क्षेत्रों की महिलाएं ग्रामीण क्षेत्र की महिलाओं के अपेक्षा अपराधिक हमलों की अधिक शिकार होती हैं। यहां तक कि कामकाजी महिलाएं भी देर रात में अपनी सुरक्षा को देखते हुए सार्वजनिक परिवहन का उपयोग नही करती है। सही मायनों में महिला सशक्तिकरण की प्राप्ति तभी की जा सकती है जब महिलाओं की सुरक्षा को सुनिश्चित किया जा सके और पुरुषों के तरह वह भी बिना भय के स्वच्छंद रुप से कही भी आ जा सकें।

8. कन्या भ्रूणहत्या :

कन्या भ्रूणहत्या या फिर लिंग के आधार पर गर्भपात भारत में महिला सशक्तिकरण के रास्तें में आने वाले सबसे बड़ी बाधाओं में से एक है। कन्या भ्रूणहत्या का अर्थ लिंग के आधार पर होने वाली भ्रूण हत्या से है, जिसके अंतर्गत कन्या भ्रूण का पता चलने पर बिना माँ के सहमति के ही गर्भपात करा दिया जाता है। कन्या भ्रूण हत्या के कारण ही हरियाणा और जम्मू कश्मीर जैसे प्रदेशों में स्त्री और पुरुष लिंगानुपात में काफी ज्यादा अंतर आ गया है। हमारे महिला सशक्तीकरण के यह दावे तब तक नही पूरे होंगे जबतक हम कन्या भ्रूण हत्या के समस्या को मिटा नही पायेंगे।

भारत में महिला सशक्तीकरण के लिए सरकार की भूमिका :

भारत सरकार द्वारा महिला सशक्तीकरण के लिए कई सारी योजनाएं चलायी जाती है। महिला एंव बाल विकास कल्याण मंत्रालय और भारत सरकार द्वारा भारतीय महिलाओं के सशक्तीकरण के लिए कई सारी योजनाएं चलायी जा रही है। इन्हीं में से कुछ मुख्य योजनाओं के विषय में नीचे बताया गया है। महिला सशक्तीकरण में ये ताकत है कि वो समाज और देश में बहुत कुछ बदल सकें। वो समाज में किसी समस्या को पुरुषों से बेहतर ढ़ंग से निपट सकती है। वो देश और परिवार के लिये अधिक जनसंख्या के नुकसान को अच्छी तरह से समझ सकती है। अच्छे पारिवारिक योजना से वो देश और परिवार की आर्थिक स्थिति का प्रबंध न करने में पूरी तरह से सक्षम है। पुरुषों की अपेक्षा महिलाएँ किसी भी प्रभावकारी हिंसा को संभालने में सक्षम है चाहे वो पारिवारिक हो या सामाजिक।

महिला सशक्तीकरण के द्वारा ये संभव है कि एक मजबूत अर्थव्यवस्था के महिला-पुरुष समानता वाले वाले देश को पुरुषवादी प्रभाव वाले देश से बदला जा सकता है। महिला सशक्तीकरण की मदद से बिना अधिक प्रयास किये परिवार के हर सदस्य का विकास आसानी से हो सकता है। एक महिला परिवार में सभी चीजों के लिये बेहद जिम्मेदार मानी जाती है अत: वो सभी समस्याओं का समाधान अच्छी तरह से कर सकती है। महिलाओं के सशक्त होने से पूरा समाज अपने आप सशक्त हो जायेगा।

निष्कर्ष :

भारतीय समाज में सच में महिला सशक्तीकरण लाने के लिए महिलाओं के खिलाफ बुरी प्रथाओं के मुख्य कारणों को समझना और उन्हें हटाना होगा जो कि समाज की पितृसत्तामक और पुरुष प्रभाव युक्त व्यवस्था है। जरूरत है कि हम महिलाओं के खिलाफ पुरानी सोच को बदले और संवैधानिक और कानूनी प्रावधानों में भी बदलाव लाए। जिस तरह से भारत सबसे तेजी आर्थिक तरक्की प्राप्त करने वाले देशों में शुमार हुआ है, उसे देखते हुए निकट भविष्य में भारत को महिला सशक्तिकरण के लक्ष्य को प्राप्त करने पर भी ध्यान केंद्रित करने की आवश्यकता है। हमें महिला सशक्तिकरण के इस कार्य को समझने की आवश्यकता है क्योंकि इसी के द्वारा ही देश में लैंगिक समानता और आर्थिक तरक्की को प्राप्त किया जा सकता है।

सदर्भ :

- प्रा. डॉ. बघेल डी.एस., समाजशास्त्र, कैलास प्रकाशन, भोपाल।
- प्रा. भारंबे नंदकुमार, मानवी हक्क और समाज।
- प्रा. देशमुख बी. टी., भारतीय संविधान
- डॉ. गाठाळ एस. एस., भारतीय इतिहासातील स्त्रियॉ जीवन, कैलास प्रकाशन, औरंगाबाद।
- प्रा. सौ. कवी माधवी, महिला कल्याण आणि विकास, विद्या प्रकाशन, नागपुर।
- डॉ. शर्मा एम. एन., लिंग और समाज, राजीव प्रकाशन, मेरठ।

❑❑❑

महिला हिंसाचार : कारण, परिणाम एवं निर्मूलन

❍ प्रो. ज्योति जी. नाकतोड़े✡

संक्षिप्ति :

महिला प्रत्येक समाज का अविभाज्य घटक है। महिला के बिना समाजका सर्व समावेशक विकास अधुरा है। महिला की शक्ति, कार्यक्षमता एवं आरोग्य का सशक्त व स्वस्थ समाज निर्माण में महत्वपूर्ण योगदान है। स्त्री को देवी व श्रद्धा का पात्र समझने वाले भारत देश में पिछले कुछ दशकों से अपराध व अत्याचार की घटनाओं मे वृद्धि हुई है। आज महिलाओं के प्रति हिंसा किसी एक समाज या एक वर्ग का मुद्या नही बल्कि प्रत्येक समाज में हिंसाचार दिखाई देता है। भारत में महिलाओं के खिलाफ हिंसा के सामान्य रूपो में घरेलू शोषन, यौन उत्पीड़न, दहेज प्रथा, सामुहिक यौन उत्पीड़न, घरलु हिंसाचार, भ्रूणहत्या इत्यादि के प्रमाण तीव्र गति से बढ़ रहे है। महिला विरुद्ध क्रूरता, महिलाओं के खिलाफ हिंसा के अनुभव सभी उम्र के महिलाओं, सामाजिक वर्गो एवं सभी जाति द्वारा किए जाते है। समाज में हिंसाचार होगा तो उस समाज का विकास प्रभावित होगा। महिलाओं को सुरक्षा प्रदान करने के बजाय पुरुषों ने महिलाओं को तिरस्कृत किया है, उनकी उपेक्षा एवं उत्पीड़न किया है। महिलाओं के साथ होनेवाले हिंसाचार का प्रमुख कारण, उसका जन्म स्त्री के रूप में हुआ है अर्थात् लिंग भेद हिंसाचार को बढावा देता है। दूसरी तरफ पितृ सत्तात्मक समाज व्यवस्था भी हिंसाचार को बढावा देती है।

बीज शब्द : महिला हिंसाचार कारणे, परिणाम एवं निर्मूलन

प्रास्ताविक :

विश्व के किसी भी राष्ट्र का तीव्र चिरंतर और सर्व समावेशक विकास के लिये समाज के सभी घटकों का पर्याप्त विकास होना आवश्यक है। महिला प्रत्येक समाज का अविभाज्य घटक है, परंतु महिलाओं पर विविध प्रकार के अत्याचार हुए हैं और हो रहे हैं। 21वीं सदी में महिला अत्याचार के प्रकारों में बदल हुआ। आज महिलाओं के विद्धद्ध हिंसा व असुरक्षा एक विश्वव्यापी समस्या है। एक अनुमान के अनुसार पूरी दूनिया में हर 3 में से 1 महिला अपने जीवन में लैंगिक हिंसा व अन्य अत्याचार का शिकार होती है।

हमारे देश की आधी आबादी समस्याओं के मकड़जाल में बुरी तरह से उलझी हुई है। समस्याएं भी इतनी विकट-विकट कि उसे अपने अस्तित्व पर ही खतरा मंडराता महसूस हो रहा है। कन्या भ्रूण हत्या, दहेज उत्पीड़न, दहेज हत्या, यौन उत्पीड़न, बलात्कार, बाल विवाह, वेश्यावृत्ति, निरक्षरता, कुपोषण एवं भेदभाव

✡ *सहयोगी प्राध्यापक, आठवले समाजकार्य महाविद्यालय, भंडारा।*

सहित अनेक समस्याओं का अंतहीन सिलसिला है। मातृप्रधान समाज में स्त्री की अवस्था अच्छी थी। परंतु पितृसमाज के आते ही उसका स्थान पुरूषों से निचा हो गया और उसकी उपेक्षा होने लगी। दहेज को लेकर नारी को जला देना या हत्या कर देना आज के युग की सबसे बडी त्रासदी है। सतीत्व के नाम पर महिलाओं को इसी देश में जिन्दा जलाया जाता रहा है। हम आए दिन पत्र-पत्रिकाओं में बलात्कार की घटनाएं पढ़ते रहते हैं जिनमें से कुछ में तो पुलिस और प्रशासन भी शामिल होता है।

उद्देश्य :

1. महिला अत्याचार के स्थिती का अध्ययन।
2. महिला अत्याचार के कारणों का अध्ययन।
3. महिला अत्याचार के निर्मूलन के उपाय।

संशोधन पद्धति :

प्रस्तुत शोध पेपर के लिये अन्वेषणात्मक शोंध प्ररचना का उपयोग करते हुवे द्वितीयक तथ्यों के आधार पर महिला अत्याचार की स्थिति प्रस्तुत की गयी है।

महिलाओं पर होणे वाले अत्याचारः

स्वतंत्रता के पश्चात संविधान के द्वारा विभिन्न अधिकार व महिला संबंधी कानून बनाने के बाद भी आज महिलाओं पर होनेवाले अत्याचार बढ रहे है। आँकड़े बताते है कि 16 वर्ष से कम उम्र की लड़कियों के साथ यौन हिंसा के अपराध लगातार बढ़ रहे हैं, विशेषकर महानगरों में अधिकांशतः बलात्कारी नजदीकी रिश्तेदार, पड़ोसी, दोस्त या परिचित होता है। पिता, भाई, चाचा, ताऊ, मामा इ. द्वारा भी बलात्कारों की संख्या में निरन्तर वृद्धि हो रही है। कम उम्र की बच्चियों की प्रायः बलात्कार के बाद हत्या कर दी जाती है या आघात से मृत्यु हो जाती है। नाबालिग किशोर युवकों द्वारा कम उम्र की बच्चियों से दुश्कर्म (बलात्कार) भी हर साल बढ़ता जा रहा है। संचार माध्यमों में बढ़ा 'सेक्स ओर हिंसा' का प्रदर्शन समाज में यौन अपराधों के बढ़ने में 'उत्प्रेरक' का काम करता है, कर रहा है।

भारत में महिला उत्पीड़न :

- प्रत्येक 53 मिनीटमे 1 दहेज के कारण मृत्यु
- प्रत्येक 60 मिनट मे 2 दहेज प्रताड़णा ही घटनायें।
- प्रत्येक 12 मिनट मे एक अत्याचार की घटना होती है।
- 15 वर्ष की आयु की 29 प्रतिशत लडकियाँ मारपीट या शारीरिक अत्याचार की शिकार होती है।
- प्रत्येक 60 मिनीट मे 6 कार्यकारी महिला पर हिंसाचार।
- प्रत्येक 42 मिनीट मे एक लैंगीक छळ।
- प्रत्येक 15 मिनट मे एक महिला का विनयभंग होता है।
- प्रत्येक 29 मिनीट मे एक महिला का बलात्कार होता है।
- भारत में प्रत्येक 5 वी विवाहित महिला घरेलू हिंसाचार की शिकार।

महिलाओं पर अपराध सन 2019-2021

अ.क्र.	राज्य / केंद्रशासित प्रदेश राज्य	2019	2020	2021	अपराध दर (2021)	अपराध राज्य का क्रम
1	आसाम	30025	26352	29046	168.3	1

2	ओडीसा	23183	25489	31352	137.8	2
3	हरियाना	14683	13000	16658	119.7	3
4	तेलंगाना	18394	17791	20865	111.2	4
5	राजस्थान	41550	34535	40738	105.4	5
6	मध्यप्रदेश	27560	25640	30673	74.7	6
7	वेस्ट बंगाल	29859	36439	35884	74.6	7
8	केरला	11462	10139	13539	73.3	8
9	आंध्रप्रदेश	17746	17089	17752	67.2	9
10	महाराष्ट्र	37144	31954	39526	66	10
11	उत्तराखंड	2541	2846	3431	61.5	11
12	उत्तरप्रदेश	59853	49385	56083	50.5	12
13	छत्तिसगढ	7689	7385	7344	49.8	13
14	अरुणाचल प्रदेश	317	281	366	49.1	14
15	हिमाचल प्रदेश	1636	1614	1599	43.8	15
16	कर्नाटक	13828	12680	14468	43.8	16
17	झारखंड	8760	7630	8110	43	17
18	मेघालय	558	568	685	41.7	18
19	सिक्कीम	125	140	130	40.6	19
20	त्रिपुरा	1070	874	807	40.2	20
21	पंजाब	5886	4838	5662	39.2	21
22	बिहार	18587	15359	17950	30.2	22
23	मिझोराम	170	172	176	29.1	23
24	गोवा	329	219	224	28.9	24
25	तामिलनाडू	5934	6630	8501	22.2	25
26	गुजरात	8799	8028	7348	22.1	26
27	मनिपूर	266	247	302	19.1	27
28	नागालँड	43	39	54	5.1	28
	TOTAL STATE(S)	387997	357363	409273	63.3	
	UNION TERRITORIES:					
1	दिल्ली	13395	10093	14277	147.6	1
2	अंदमान/निकोबार	135	143	169	89.4	2
3	चंदिगढ	515	301	343	61.7	3

4	जम्मू एन्ड कश्मिर	3069	3405	3937	61.6	4
5	लक्षद्विप	38	15	9	27.3	5
6	दमन और हवेली					
	दमन और द्विव	82	61	99	25.3	6
7	पांडेचेरी	95	113	153	18.5	7
8	लदाख	0	9	18	13.8	8
	कुल केंद्रशासित प्रदेश	17329	14140	4117	104.5	
	कुल (राज्य/	405326	371503	428278	64.5	

Crime Rate is calculated as per one lakh of population

स्त्रोत: केंद्रीय अपराध ब्युरो के अहवाल अनुसार। www.ncrb.gov.in

उपरोक्त सारणी का विश्लेषण करने से यह स्पष्ट होता है की, आसाम, उडिसा, हरीयाणा, तेलंगणा, राजस्थान, मध्यप्रदेश, पश्चिम बंगाल, केरल, आंध्रप्रदेश, महाराष्ट्र, उत्तर प्रदेश इन राज्य में अपराध का प्रमाण प्रति 1 लाखध् जनसंख्या के आधार पर दर्शाया गया है। उसी प्रकार केंद्रशासित प्रदेश में दिल्ली अपराध में प्रथम क्रमांक पर, अंदमान/निकोबार द्वितीय क्रमांक और चंडिगढ़ तृतिय क्रमांक पर दिखाई देते है।

महिला हिंसाचार के परिणामः-

- स्त्री पुरुष अनुपात मे कमी : स्त्री भ्रूण हत्या के कारण स्त्री पुरुष अनुपात में असमानता।
- शारीरिक परिणाम : शरीर पर जख़्म, सिर पर घाव, शरीर पर जलने के जख्म, हड्डी टूटना, शारीरिक अपंगत्व।
- भावनिक परिणाम: मानसिक धक्का, भय, असुरक्षितता, आत्मसम्मान मे कमी, लज्जा व संकोच।
- आत्महत्या:- पिडीत महिला के मन में आत्महत्या का विचार एवं आत्महत्या के प्रमाण मे वृद्धि।
- वैवाहिक जीवन की समस्या।
- तलाक व परित्यक्ता महिलाओं की संख्या में वृद्धि।
- दहेज प्रताड़ना व देहेज के कारण होने वाली मृत्यु की संख्या में वृद्धि।
- बच्चों के शारीरिक व मानसिक विकास में अवरोध।
- बच्चों के मन मे अपने पिता के प्रति नकारात्मक दृष्टिकोण।
- बच्चों की शैक्षणिक प्रगति मे अवरोध।
- घर का वातावरण अस्वास्थ्यकारक।
- मायके का वातावरण तनावग्रस्त।

महिला हिंसाचार के कारण कुंटुंब व्यवस्था में असंतुलन निर्माण होता है। महिला के साथ साथ बच्चों के शिक्षा व मानसिकता पर विपरीत परीणाम होने से भविष्य मे अपराध के प्रमाण बढ सकते हैं। महिलाओं के अपराध विपरीत परीणाम कुंटुंब समाज व देश के विकास पर होगा।

उपाय योजना :

महिलाओं पर होने वाले हिंसाचार एक गंभीर सामाजीक समस्या है। समाज का प्रत्येक घटक मिलजुलकर अत्याचार के विरुद्ध आवाज उठायेगें तभी महिलाओं पर होने वाले हिंसाचार कम हो सकते हैं। महिलाओं पर

होने वाले हिंसाचार से संरक्षण करने के लिए निम्न उपाययोजना की जा सकती है।

- सार्वजनिक वाहनो में जिपीएस यंत्रणा अनीवार्य करणा।
- महिलाओं के लिए बनाए गये समस्त कानून की जानकारी विविध प्रसार माध्यम के द्वारा प्रसारीत करना।
- महिलाओं के संबंधी हेल्पलाईन नंबर का प्रसार करना।
- स्कूल और महाविद्यालय में महिलाओं के अधिकार एवं कानून के संबंध मे चर्चा सत्र का आयोजन करना।
- मिडीया, प्रिन्ट मिडीया को महिलाके किसी भी दुर्व्यवहार को अनावश्यक कव्हरेज से बचे व अपराधिओं को पकडवाने तथा उसके लिए सजा पर ज्यादा फोकस करना चाहिऐ।
- इन्टरनेट में दिखाई जानेवाली पोनोग्राफिक साईट व अश्लील सिटी पर बंदी लगानी चाहिऐ।
- सिनेमा एवं समाचार पत्रिकाओं के रंगीन पृष्ठ पर महिलाओं के अश्लील चित्र प्रकाशित करने पर बंदी लगाना आवश्यक है।
- सार्वजनीक स्थळ पर सी. सी. टि. व्ही कॅमेरा लगाना ।
- पिडीत महिलाओं के लिए आधार गृह स्थापीत करना।
- पिडीत महिलाओं का गट बनाकर उनकी समस्याओं पर चर्चा कर उनका आत्मबल बढाना।
- महिलाओं के लिए उपलब्ध शासकिय योजनाओं का फायदा दिलवाकर उन्हे आत्मनिर्भर करना।
- महिलाओं के हित में काम करने वाली स्वयंसेवी संस्थाओं की जानकारी गांव व शहर में होनी चाहिए।
- बचत गट में महिलाओं की समस्याओं पर चर्चा करना।
- लडकियों की शिक्षा को बढावा देना।
- महिलाओं पर होनेवाली हिंसा का सामुहीक विरोध करना।
- अपराधकर्ता का सामाजिक बहिस्कार करना। महिलाओं प्रती दुर्व्यवहार करनेवाले अपराधीओ के प्रति कठोरता का दंड का प्रावधान करना।
- पीड़ित महिलाओं को शीघ्र न्याय दिलाने के लिए विशेष अदालत की स्थापना करना।
- महिलाओं के मामले में माता-पिता के विचारधारो में परिवर्तन लाना जरूरी है।
- विवाह पूर्व विवाह पश्चात समुपदेशन केंद्र की स्थापना करना।
- पुरूष प्रधान विचार धारो में परिवर्तन लाना। बचपन से ही बच्चो को परिवार में सही तालिम देना आवश्यक है। परिवार में नारी शक्ती का सम्मान करना चाहिऐ।

सारांश-

स्वत: पीड़ित महिलाओं को अपनी मानसिकता बदलना जरूरी है। कौटुंबिक हिंसा के तरफ देखने का दृष्टीकोन बदलना होगा। उसके विरूध्द आवाज उठाना होगा। युवा व तरूण पिडी को जागृत होना होगा। स्त्रिओंको संघटीत होकर अत्याचार के विरूध्द आवाज उठाने होगा। समाज का प्रत्येक घटक मिलजुलकर अत्याचार के विरूध्द आवाज उठायेगें तो आज नही तो कल हिंसाचार के प्रतिबंध निश्चित ही आयेगा। महिलाओं की स्थिती एवं स्तर में सुधार के लिए इसकी शुरूआत सामाजिक स्तर पर ही करना होगा। महिलाओं की वैधानिक स्थिति ठीक करने, उससे संबंधित मौजूदा वैधानिक प्रावधानों पर प्रभावी ढंग से अमल करने,

स्वास्थ्य सुरक्षा पर अधिक ध्यान देने और उनकी आर्थिक स्थिति मजबूत बनाने तथा महिलाओं के संदर्भ में मानव अधिकारों का दृढता से पालन सुनिश्चित करने जैसे उपायों से ही महिलाओं की स्थिति में सुधार लाया जा सकता है। इस दिशा में शिक्षा, स्वास्थ्य, परिवार कल्याण, समाज कल्याण विभाग एवं अन्य सामाजिक संगठनों के बीच समन्वय कायम करने एवं कुत्सित-मानसिकता में बदलाव आवश्यक है, अन्यथा महिलाओं की संख्या में दिनों-दिन गिरावट और उत्पीड़न में वृद्धि का यह सिलसिला बदस्तूर जारी रहेगा। समाज में महिला हिंसाचार दिखाने का दृष्टीकोन, युवा पिढी में जनजागृति, महिलाओं का संघटन एवं प्रसार माध्यम का उपयोग करने से महिला हिंसाओं पर प्रतिबंध लाया जा सकता है। महिलाओं में संबंधित कानून एवं संवैधानिक अधिकार का योग्य प्रचार-प्रसार, अत्याचार निर्मूलन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते है।

संदर्भ :

1. देवल मिना, गमरे सुषमा, 'पावसाने झोडपले-अत्याचारा विरुद्ध आपले पाऊल उचला', सेहत प्रकाशन।
2. देवधर सिमा, (मे 1994) 'आयुषी मॅन्युअल हिंसा/अत्याचार व आरोग्य'
3. कवि माधवी, (1999) 'महिला कल्याण आणि विकास', नागपुर : प्रमोद मुंजे, विद्या प्रकाशन
4. मुनीश्वर मृणाल, 'कौटुंबिक हिंसा आणि कार्यालयीन लैंगिक छळ', नागपुर : युवा रूरल, धरमपेठ
5. पाण्डे तेजस्कर, (2018) 'समाजकार्य', लखनऊ : प्रकाशक-संगिता तेजस्कर, निर्देशक जुब्ली, एच-फान्डेशन
6. शर्मा मंजू, (2009) 'नारी के प्रति अत्याचार एवं मानवाधिकार', जयपुर : मार्क पब्लिकेशन।
7. व्होरा आशारानी, (2006) 'औरत कल, आज और कल', जयपुर : मार्क पब्लिकेशन
8. भारताचे संविधान, (2014) भारत सरकार प्रकाशित, महाराष्ट्र राज्य संचालणालय द्वारा अनुवादित
9. सहाय, धनंजय (जनवरी 2010) 'महिलाओं सामने चुनौतीयॉ ', समाज कल्याण, नई दिल्ली : केंद्रीय समाज कल्याण बोर्ड, पृष्ठ क्र. 27-28
10. पाण्डेय, गिरिश चंद्र, (मार्च 2018) 'महिला सशक्तीकरण: असुरक्षा एवं हिंसा से मुक्ती', समाज कल्याण, नई दिल्ली: केंद्रीय समाज कल्याण बोर्ड, पृ. 11-15
11. Training Reading Material, (2014), Gender, Violence against and Helping Skills, Mubai: Tata Institute of Social Sciences
12. www.ncrb.gov.in

❑❑❑

महिला सशक्तीकरण में सोशल मीडिया की भूमिका

❍ डॉ. आनंद टी. रायपुरे✡

संक्षिप्तिः

सोशल मीडिया तेजी से पेशेवर और व्यक्तिगत संचार का एक प्रमुख माध्यम बन गया है। शिक्षा यहां तक कि सोशल मीडिया आत्मविश्वास, सोचने, करने, कहने और बोलने में स्वतंत्रता को बढ़ावा देने की कुंजी के रूप में कार्य करता है। समस्या का समाधान और इस प्रकार एक महिला के शांतिपूर्ण जीवन के लिए जीवन मूल्य के उत्थान की आशा। इस प्रकार वर्तमान पेपर 'महिला सशक्तिकरण में सोशल मीडिया की भूमिका' पर केंद्रित है। वर्तमान अध्ययन महिलाओं की सोशल मीडिया में स्थिति और सभी पहलुओं पर इसके प्रभाव का अध्ययन और मूल्यांकन करने के उद्देश्य से आयोजित किया गया और महिलाओं के बीच सामाजिक-आर्थिक सशक्तिकरण, समानता, जीवन कौशल पर ज्ञान का आकलन करना। गंभीर अधिकारों के लिए सोशल मीडिया की भूमिका का पता लगाने के लिए इस अध्ययन में विश्लेषण और निहितार्थ लागू किया गया था अवसर, समानता और सम्मान जिससे भारत की महिलाओं को समान चिंता और सम्मान मिले।

शब्द संकेतः महिला सशक्तिकरण, महिला अधिकार, सोशल मीडिया, सामाजिक सशक्तीकरण, समानता

प्रस्तावना...

महिलाएं पहली इंसान थीं जिन्होंने बंधन का स्वाद चखा, महिलाएं दास से पहले गुलाम थीं गुलामी अस्तित्व में थी'। - अगस्त बेबेल. 'सशक्तीकरण' शब्द के लोकप्रिय होने से बहुत पहले, महिलाएं बोल रही थीं उनके जीवन पर नियंत्रण पाने और घर में उन्हें प्रभावित करने वाले निर्णय लेने में भाग लेने के बारे में समुदाय, सरकार और अंतर्राष्ट्रीय विकास नीतियों में। लेकिन महिलाओं को अभी भी भेदभाव का सामना करना पड़ता है उनकी उम्र, जातीयता, राष्ट्रीयता, धर्म, स्वास्थ्य स्थिति, वैवाहिक स्थिति, शिक्षा, विकलांगता और सामाजिक-आर्थिक स्थिति, अन्य आधारों के बीच। भेदभाव के इन परस्पर विरोधी रूपों को कानूनी तौर पर ध्यान में रखा जाना चाहिए भेदभाव से निपटने के लिए उपाय और प्रतिक्रियाएँ विकसित करते समय प्रावध ान, अधिकार, गरिमा और शक्ति औरत। महिला सशक्तीकरण में सोशल मीडिया अहम भूमिका निभा सकता

✡ *शारीरिक शिक्षण संचालक, श्री शिवाजी कला वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालय राजुरा. जिल्हा चंद्रपूर पिन कोड 442905. (M.S)*

है। सोशल मीडिया ऑनलाइन संचार चैनलों, वेबसाइटों और एप्लिकेशन का समूह है जो सक्षम बनाता है उपयोगकर्ताओं को सामग्री बनाने और साझा करने या समुदाय-आधारित इनपुट, इंटरैक्शन, सामग्री साझाकरण और सहयोग में भाग लेने और समर्पित करने के लिए। वेबसाइट और एप्लिकेशन फोरम, माइक्रो-ब्लॉगिंग, सोशल नेटवर्किंग, सोशल बुकमार्किंग, सोशल क्यूरेशन साइट्स और विकी सोशल मीडिया के विभिन्न प्रकारों में से हैं। उपयोगकर्ता आमतौर पर डेस्कटॉप, कंप्यूटर और लैपटॉप पर वेब-आधारित प्रौद्योगिकियों के माध्यम से सोशल मीडिया सेवाओं तक पहुंचें, या डाउनलोड करें ऐसी सेवाएँ जो अपने मोबाइल उपकरणों पर सोशल मीडिया कार्यक्षमता प्रदान करती हैं। सामान्य विशेषताएं हैं:

1. उपयोगकर्ता-जनित सामग्री, जैसे टेक्स्ट पोस्ट या टिप्पणियाँ, डिजिटल फोटो या वीडियो और उत्पन्न डेटा सभी ऑनलाइन इंटरैक्शन के माध्यम से, सोशल मीडिया की जीवनधारा है।
2. उपयोगकर्ता वेबसाइट या ऐप के लिए सेवा-विशिष्ट प्रोफाइल बनाते हैं जिन्हें डिजाइन और रखरखाव किया जाता है सोशल मीडिया संगठन.
3. सोशल मीडिया उपयोगकर्ता की प्रोफाइल को कनेक्ट करके ऑनलाइन सोशल नेटवर्क के विकास की सुविधा प्रदान करता है अन्य व्यक्तियों या समूहों के। इन सेवाओं से जुड़कर, उपयोगकर्ता अत्यधिक इंटरैक्टिव बना सकते हैं ऐसे प्लेटफॉर्म जिनके माध्यम से व्यक्ति, समुदाय और संगठन साझा कर सकते हैं, सह-निर्माण कर सकते हैं, चर्चा कर सकते हैं और संशोधित कर सकते हैं उपयोगकर्ता-जनित सामग्री या पूर्व-निर्मित सामग्री ऑनलाइन पोस्ट की गई।

उद्देश्य:

कई सर्वेक्षणों से यह पता चला है कि महिलाओं और युवतियों का एक बड़ा प्रतिशत ऑनलाइन होता है प्रतिदिन, कुछ लोग ऑनलाइन रिपोर्ट करते हैं कि उनके पास लगभग लगातार स्मार्ट फोन तक पहुंच है और वे एक से अधिक सोशल मीडिया का उपयोग करते हैं मीडिया नेटवर्क साइट. फेसबुक सबसे लोकप्रिय है, हालांकि कई किशोर अन्य मीडिया विकल्पों पर भी स्विच कर रहे हैं ग्रामीण और निम्न आय वाले परिवारों में। संपन्न घरों की पीढ़ियों के इस साइट पर आने की अधिक संभावना थी इंस्टाग्राम, ट्विटर, ब्लॉग और चौटसाइट्स और व्हाट्सएप जैसे मैसेजिंग ऐप। महिलाओं की शक्तिहीनता की स्थिति ष्पर्यावरण के संयोजन और अंत:क्रियाष् का परिणाम है कारक"- सुश्री लाजो। इस प्रकार महिला सशक्तिकरण, उसके अधिकार, वैचारिक एवं कानूनी प्रावधानों पर निर्भर है जानकारी और आवश्यक ज्ञान एकत्र करने, सामाजिक सहायता समूह और शक्ति स्थापित करने की संस्कृति कार्यान्वयन। इस प्रकार सोशल मीडिया महिलाओं में सशक्तिकरण का प्रवाह उत्पन्न करने के लिए उपयोगी उपकरण के रूप में कार्य करता है विभिन्न तरीके।

प्रस्तुत अध्ययन में महिला सशक्तीकरण और सोशल मीडिया से संबंधित विभिन्न मुद्दों पर आलोचनात्मक विश्लेषण किया गया है स्थिति और सभी पहलुओं में इसका प्रभाव और सामाजिक-आर्थिक सशक्तीकरण, समानता आदि पर ज्ञान का आकलन करना महिलाओं के बीच जीवन कौशल, सभी पहलुओं में। शिक्षा, सशक्तिकरण और सम्मान महिलाओं को ज्ञान:- कौशल और कौशल से सशक्त बनाने के लिए शिक्षा को सबसे महत्वपूर्ण साधनों में से एक माना जाता है विकास प्रक्रियाओं में पूर्ण रूप से भाग लेने के लिए आत्मविश्वास आवश्यक है। महिला शिक्षा का महत्व हो सकता है संक्षेप में आर्थिक विकास और समृद्धि, आर्थिक सशक्तिकरण, बेहतर जीवन, बेहतर के रूप में संक्षेपित किया गया स्वास्थ्य, गरिमा और सम्मान. शिक्षित महिलाओं को अब सम्मान और प्रतिष्ठा की दृष्टि से देखा जाता है और वे एक स्रोत बन जाती हैं अन्य महिलाओं के लिए प्रेरणा. गरिमा महिलाओं के जीवन में आत्म-मूल्य की भावना है। इसे समाज द्वारा महत्व दिया जाता है एक सभ्य जीवनयापन के लिए काम करने की क्षमता रखता है। गरिमा पर्याप्त मानक के साथ महिलाओं का जीवन है मानव अधिकार के साथ जीना।

सोशल मीडिया द्वारा समर्थित महिला सशक्तिकरण के प्रकार

1. Cognitive Empowerment मकाम्बा ऑनलाइन के अनुसार, महिला सशक्तीकरण के छह घटक हो सकते हैं: संज्ञानात्मक सशक्तिकरण में "महिलाएं अपनी अधीनता की स्थितियों को समझ रही हैं" शामिल होगा और समाज के सूक्ष्म और स्थूल दोनों स्तरों पर ऐसी स्थितियों के कारण। इसमें नया प्राप्त करना शामिल है लिंग संबंधों की एक अलग समझ पैदा करने के साथ-साथ पुरानी मान्यताओं को नष्ट करने के लिए ज्ञान शक्तिशाली लिंग विचारधाराएँ।
2. Psychological Empowerment: मनोवैज्ञानिक सशक्तीकरण में "उन भावनाओं का विकास शामिल होगा जिन पर महिलाएं कार्य करके सुधार कर सकती हैं। उनकी हालत इसका मतलब है इस विश्वास का निर्माण कि वे बदलाव के प्रयासों में सफल हो सकते हैं।"
3. Economic Empowerment: आर्थिक सशक्तिकरण के लिए आवश्यक है कि महिलाएं ऐसी उत्पादक गतिविधि में संलग्न होने में सक्षम हो सकें जो अनुमति दे उन्हें कुछ हद तक स्वायत्तता प्राप्त है, भले ही शुरुआत में इसे प्राप्त करना कितना भी छोटा और कठिन क्यों न हो।श्शराजनीतिक सशक्तिकरण में ष्परिवर्तन और लोकतंत्र के लिए संगठित होने और संगठित होने की क्षमताष् शामिल होगी। नतीजतन, एक सशक्तिकरण प्रक्रिया में न केवल व्यक्तिगत जागरूकता बल्कि सामूहिक जागरूकता भी शामिल होनी चाहिए और सामूहिक कार्रवाई. सामूहिक कार्रवाई की धारणा सामाजिक प्राप्ति के उद्देश्य के लिए मौलिक है परिवर्तन (स्ट्रोमक्विस्ट)।
4. Social Empowerment: -सामाजिक अधिकारिता ष्पारस्परिक संबंधों में शक्ति के वितरण को बदलने की एक प्रक्रिया है। "विभिन्न लोग, संस्कृतियाँ, समाज की गतिविधियाँ"। अतीत में समाज के प्रति जागरूकता अज्ञात थी महिलाएं लेकिन वर्तमान परिदृश्य बिल्कुल अलग तस्वीरें सामने लाती हैं और जानती हैं कि वे सभी में समान रूप से भाग ले रही हैं
5. Legal Empowerment: समाज की गतिविधियाँ, कानूनी सशक्तिकरण महिलाओं के लिए स्वास्थ्य, उत्पीड़न, अंधविश्वास आदि के संदर्भ में आवश्यक कानूनी सुरक्षा है। सांस्कृतिक बाधाएँ और सुरक्षा। महिलाओं को नागरिक अधिकारों के बारे में जागरूक करना, आवश्यक कानूनी अधि कारों का प्रयोग करना, तैयारी करना और प्रचार करना महिलाओं के लिए कानूनी स्वतंत्रता के संबंध में दस्तावेज, कानूनी के संबंध में अच्छे साहित्यिक कार्यक्रम प्रदान करना सशक्तिकरण, आदि

महिला सशक्तिकरण के लिए सोशल मीडिया के अनुकूल कारक

1. महिला संगठनों का अस्तित्व। 2. महिलाओं के लिए सहायता प्रणालियों की उपलब्धता। 3. महिला-विशिष्ट डेटा और अन्य प्रासंगिक जानकारी की उपलब्धता। 4. नारीवादी नेतृत्व. 5. नेटवर्किंग. 6. अनुकूल नीतिगत माहौल का ज्ञान.

सोशल मीडिया द्वारा महिला सशक्तिकरण के लिए बाधक कारकों पर काबू पाया गया

1. महिलाओं पर काम का भारी बोझ. 2. महिलाओं का एक दूसरे से अलगाव. 3. अशिक्षा. 4. पारंपरिक विचार जो महिलाओं की भागीदारी को सीमित करते हैं। 5. महिला समूहों के बीच असहमति/संघर्ष। 6. संरचनात्मक समायोजन नीतियां। 7. भेदभावपूर्ण नीति वातावरण। 8. कम फंड और पूंजी. 9. साइबर बदमाशी. 10. सोशल मीडिया द्वारा उत्पीड़न एवं शोषण। 11. विज्ञापन में महिलाओं की छवियाँ। 12. मीडिया की नकारात्मक एवं सनसनीखेज कवरेज.

महिला सशक्तिकरण में सोशल मीडिया की भूमिका

शिक्षा के माध्यम से सशक्तीकरण को आदर्श रूप से संज्ञानात्मक, मनोवैज्ञानिक के साथ एक सतत समग्र

प्रक्रिया के रूप में देखा जाता है। मुक्ति प्राप्त करने के लिए आर्थिक, सामाजिक, कानूनी और राजनीतिक आयाम। महिला सशक्तिकरण संभावित परिणामों को लागू करें -

1. भावनात्मक संबंध: सोशल मीडिया अधिक लोगों से जुड़ने और संपर्क में रहने में मदद कर सकता है

वे जिनके साथ आप पहले से ही करीब हैं। लोगों से जुड़ने से भावनात्मक लाभ सिद्ध हुआ है। 2. मूड बढ़ाने वाला: सोशल मीडिया अधिक लोगों से जुड़ने और उन लोगों के संपर्क में रहने में मदद कर सकता है जो कोई बनना चाहता है. 3. इंटरनेट सर्फिंग के माध्यम से अनुभूति निर्माण: बड़ी मात्रा में आवश्यक और सहायक सामग्री पा सकते हैं सोशल मीडिया पर सशक्तिकरण संबंधी जानकारी।

4. संबंध और अंतरंगता निर्माण: संबंध सामाजिक-मीट्रिक कौशल में सुधार करता है और लोगों को अंतरंग बनाता है और अपनापन.
5. धन और फंड का प्रबंधन: खर्च पर नजर रखने और बजट बनाने के लिए एक ऐप प्राप्त करने के लिए प्रोत्साहित किया गया।
6. नई जानकारी और अवसर प्राप्त करना: नौकरी, काम या रोजगार पाने की नई संभावना प्रदान करता है सम्बंधित खबर।
7. महिला सशक्तिकरण: यह सशक्तिकरण की अवधारणा में नारीवादी दृष्टिकोण को शामिल कर रहा है। इसका तात्पर्य समाजों के दीर्घकालिक पुन: डिजाइन से है जो लोकतांत्रिक संबंधों और संवर्धन पर आधारित होगा लिंग जागरूकता.
8. कानूनी संरक्षण: कानूनी अधिकारों और जानकारी का प्रयोग करते हुए महिलाओं को नागरिक अधि कारों के प्रति जागरूक करें कानूनी सशक्तिकरण के संबंध में कुछ ऐसे तरीके हैं जिनसे सोशल मीडिया योगदान दे सकता है।
9. राजनीति पर जानकारी और पाठ. 10. स्वास्थ्य एवं स्वच्छता पर जानकारी एवं पाठ। 11. अपने सामाजिक एवं राजनीतिक अधिकारों के प्रति जागरूकता। 12. सामान्य राष्ट्रीय विकास योजना में महिलाओं का एकीकरण।
13. महिलाओं के नेटवर्क और प्रकाशनों का अस्तित्व। 14. तकनीकी, उद्यमशीलता, सांस्कृतिक और सांप्रदायिक पहलुओं का एकीकरण।

सामाजिक सशक्तिकरण

सोशल मीडिया में लैंगिक संबंधों की एक अलग समझ बनाने के लिए नया ज्ञान प्राप्त करना शामिल है साथ ही शक्तिशाली लिंग की संरचना करने वाली पुरानी मान्यताओं को नष्ट करने के साथ-साथ उन भावनाओं का विकास भी किया जा सकता है जिनके आधार पर महिलाएं कार्य कर सकती हैं अपनी स्थिति में सुधार करने के लिए, यह आवश्यक है कि महिलाएं उत्पादक गतिविधि में संलग्न होने में सक्षम हो सकें उन्हें कुछ हद तक स्वायत्तता की अनुमति दें, चाहे शुरुआत में इसे प्राप्त करना कितना भी छोटा और कठिन क्यों न हो परिवर्तन के लिए संगठित और एकजुट हों।

- सामाजिक जीवन : इस बात के बहुत से सबूत हैं कि सामाजिक अलगाव कम जीवन अवधि के साथ जुड़ा हुआ है, कम होने का तो जिक्र ही नहीं जीवन स्तर। वरिष्ठ नागरिक और जो विकलांग हैं, जिनकी गतिशीलता सीमित हो सकती है, बुजुर्ग लोग, कोई विदेशों में तैनात सैन्यकर्मी, विभिन्न राज्यों में रहने वाले मित्र सोशल मीडिया का सकारात्मक उपयोग कर सकते हैं सामाजिक जीवन को जोड़ने और बेहतर बनाने के लिए कनेक्शन।

• मानसिक तंदुरुस्ती :- एक पूर्ण और रचनात्मक जीवन जीने की क्षमता, और जीवन की अपरिहार्य चुनौतियों से निपटने के लचीलेपन का परिणाम होता है उच्च स्तर की सकारात्मक भावनाओं, सामाजिक कल्याण और मनोवैज्ञानिक कल्याण की उपस्थिति होन मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कौशल और क्षमताएं जो दैनिक जीवन में इष्टतम कामकाज में योगदान करती हैं।

• उचित आत्म संकल्पना:- व्यक्ति का अपने बारे में विश्वास, जिसमें व्यक्ति के गुण और स्वयं कौन और क्या है, शामिल है। बहुत महत्वपूर्ण हो जाते हैं. लड़कियों के पहुंचने के बाद इन अवास्तविक मानकों का नतीजा और भी खतरनाक हो जाता है कॉलेज, जहां उन्हें ऊंचे दांव, कड़ी मेहनत और बड़े पैमाने पर माता-पिता-मुक्त वातावरण का सामना करना पड़ता है। देखने का दबाव नए साथियों को प्रभावित करने के लिए बिल्कुल सही, घर पर दोस्तों और परिवार की तो बात ही छोड़ दें, यह नकारात्मक आत्म अवधारणा के कारण है।

• उचित आत्मसम्मान

आत्म-सम्मान शब्द का उपयोग किसी व्यक्ति के आत्म-मूल्य या व्यक्तिगत मूल्य की समग्र भावना का वर्णन करने के लिए किया जाता है। जिन लड़कियों के पास है बनाए गए आदर्शीकृत ऑनलाइन व्यक्तित्व इस ज्ञान का दिखावा करते हैं कि ये छवियां गंभीर समस्याओं को छिपाती नहीं दिखती हैं उनके कारण होने वाले दबाव को कम करने के लिए। वे शीर्ष पर बने रहने के लिए संघर्ष कर रहे हैं या कम आत्मसम्मान से पीड़ित हैं।

• निर्णय लेना:- मनोविज्ञान में, निर्णय लेने को संज्ञानात्मक प्रक्रिया माना जाता है जिसके परिणामस्वरूप किसी विश्वास या विश्वास का चयन होता है अनेक वैकल्पिक संभावनाओं के बीच कार्रवाई का क्रम। प्रत्येक निर्णय लेने की प्रक्रिया एक अंतिम परिणाम उत्पन्न करती है विकल्प, जिसके परिणामस्वरूप महिला सशक्तीकरण के लिए आवश्यक त्वरित कार्रवाई हो सकती है।

• प्रौद्योगिकी का उपयोग

कंप्यूटर साक्षरता में महिलाओं की शिक्षा में बदलाव पूरे परिवार और समाज के लिए फायदेमंद होगा एक पूरे के रूप में। नौकरी पाने के लिए इंटरनेट और सोशल मीडिया का उपयोग, काम की भविष्य की दुनिया, अपने आस-पास के लोगों के साथ बातचीत करना हमें नए अवसर दिए और जब भी संभव हो प्रौद्योगिकी को शामिल करने का कौशल सीखा

निष्कर्ष

लोगों को जगाने के लिए महिलाओं को जगाना होगा। एक बार जब वह आगे बढ़ती है, तो परिवार चलता है, गांव चलता है और देश चलता है।" -पंडित जवाहर लाल नेहरू. हालाँकि, महत्वपूर्ण कमियाँ बनी हुई हैं और महिलाओं की वास्तविकताएं लगातार बदल रही हैं, उनके खिलाफ भेदभाव की नई अभिव्यक्तियाँ हो रही हैं नियमित रूप से उभरता है. अध्ययन उद्देश्यों का खुलासा करता है और महिलाओं की सोशल मीडिया स्थिति और इसके प्रभाव का आकलन करता है महिला सशक्तीकरण, समानता और गरिमा के सभी पहलू सफल कार्रवाई के प्रमुख निर्धारकों में से एक हैं महिलाओं की विभिन्न भूमिकाओं को किस हद तक ध्यान में रखा गया और उन्होंने इसे कम करने में कैसे मदद की बोझ। महिलाओं के सफल सशक्तिकरण के लिए उनके प्रौद्योगिकी प्रेम को शामिल करने, विकसित करने की आवश्यकता है मूल्यवान आजीवन कौशल; इससे उनके जीवन में सफल होने के अवसर बढ़ेंगे। इसके विपरीत वास्तविकता, अनेक विकासशील देशों में भी महिलाओं के पास अभी भी इन सूचना प्रौद्योगिकियों तक पहुंच नहीं है

आर्थिक और राजनीतिक कारण जैसे बुनियादी ढाँचा, धन की कमी और उत्पीड़न। एफपी पत्रिका के अनुसार 'फील-गुड ऑनलाइन सक्रियता का वर्णन करने के लिए एक उपयुक्त शब्द है जिसमें शून्य राजनीतिक या शून्य है सामाजिक प्रभाव। यह स्लैक्टिविस्ट अभियानों में भाग लेने वालों को सार्थक प्रभाव डालने का भ्रम

देता है फेसबुक ग्रुप में शामिल होने के अलावा और कुछ मांगे बिना दुनिया भर में।श आशा है कि सोशल मीडिया अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता और मुख्यधारा के मीडिया कवरेज को बढ़ावा देने की संभावना का प्रतिनिधि त्व किया - और यह बिल्कुल सही है जहां सामान्य तौर पर बल्कि महिलाओं के अधिकारों के संबंध में भी सोशल मीडिया की क्षमता निहित है। पंडित जवाहर के रूप में लाल नेहरू ने कहा, "यदि आप एक पुरुष को शिक्षित करते हैं, तो आप एक व्यक्ति को शिक्षित करते हैं, हालाँकि, यदि आप एक महिला को शिक्षित करते हैं तो आप शिक्षित होते हैं एक पूरा परिवार।

- शैक्षिक निहितार्थ: किसी भी महिला को सक्षम और सामाजिक रूप से सक्षम बनाने में महिलाओं के बेहतर सशक्तिकरण और सम्मान की महत्वपूर्ण भूमिका होती है
- सशक्त: जीवन कौशल का ज्ञान और निर्णय शक्ति का क्रियान्वयन समानता और लड़ाई को बढ़ावा देगा
- महिलाओं को लैंगिक भेदभाव का सामना करना पड़ता है। महिलाओं को समान दर्जा और आर्थिक-सशक्तीकरण मिलने से समुदाय का उत्थान होगा बड़े पैमाने पर राष्ट्र.

संदर्भ :

1 Batliwala, S. (1993). Empowerment of Women in South Asia, Concepts and Practices. New Delhi: FAO.

2. Jothianandan, S. (2010, November, 16). Should Teen Girls Be Wary of Social Media? Social media and women. Ms Magazine Blog.html. Retrived from: http://msmagazine.com/blog/2010 /11/16/should-teen-girls-be-wary-of-social-media.

3. Marilee, K. (1995). Empowerment and Women. London: Zed Books.

4. Melissa, E., Hamidati, A., & Saraswati, M. (2013). Social Media Empowerment: How Social Media Helps to Boost Women Entrepreneurship in Indonesian Urban Areas. The IAFOR Journal of Media, Communication and Film. 1 (1). Retrieved from: https:// iafor.org› Publications › IAFOR Journal of Media Communication & Film.

5. Narayana, A., & Ahamad, T. (2016, February). Role of media in accelerating women empowerment. Motilal Nehru National Institute of Technology. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/303998838_Role_of_media_in_accelerating_women_empowerment. (2018, July, 04).

6. Priya S, S., & Sakthi. (2015). Social media a tool for economic empowerment of women. International Journal of Applied Research. 1(5): 157-160 Retrieved from: https://www.allresearchjournal.com/archives/2015/vol1issue5/PartD/67.1.pdf

7. Rahman, Md. A. (2013). Women's Empowerment: Concept and Beyond. Global Journal of Human Social Science. 13(6) GJHSS-C Classification: FOR Code: 160899

8 Rappler. (2017, May, 17). The role of social media in women empowerment. Retrieved from: https://www.rappl er.com/.../170047- social-media-feminism-women-empowerment.

9. Tatai, J. (2016, October, 10). The Role of Social Media in Women's Empowerment. Retrieved from:https://www.linkedin. com/pulse/role-social-media-womens-empowerment-julia-tat

❑❑❑

महिला सशक्तीकरण में जेंडर बजटिंग की भूमिका

❍ डॉ. नीलम सिंह✡

संक्षिप्ति :

वर्तमान परिवेश में महिला सशक्तिकरण एक महत्वपूर्ण चर्चा का विषय बन चुका है । भारत को आत्मनिर्भर बनाने में स्त्रियो की भूमिका महत्वपूर्ण है अत: महिलाओं को सशक्त बनाकर ही देश की आर्थिक समृद्धि को तेजी से बढ़ाया जा सकता है। महिलाओं को सशक्त बनाने का तात्पर्य समूचे समाज को समर्थ बनाना। महिला सशक्तिकरण के प्रमुख रूप से चार आधार है- इनमें शिक्षा, स्वास्थ्य ,रोजगार और सामाजिक परिस्थितियां शामिल है। शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार तीनों के लिए सरकारी कार्यक्रम काफी मददगार सिद्ध हो सकते हैं ,और विभिन्न नीतियों एवं योजनाओं के माध्यम से इन तीनों क्षेत्रों में महिलाओं की भागीदारी सुनिश्चित की जा सकती है, पर चौथा आधार सामाजिक परिस्थितियों के लिए सरकार के साथ-साथ समाज को भी मिलकर महिलाओं के प्रति दृष्टिकोण को बदलना होगा।भारत के परिपेक्ष्य में देखें तो महिलाओं की स्थिति सदैव एक समान नहीं रही है, वैदिक एवं उत्तर वैदिक काल,में जहां स्त्रियों की स्थिति सुदृढ़ थी, परिवार व समाज में उन्हें गरिमा का स्थान प्राप्त था। वही मुगल शासन, सामंती व्यवस्था, विदेशी आक्रमण, शासकों की विलासिता पूर्ण प्रवृत्तियों ने महिलाओं को भोग की वस्तु बना दिया, जिसके फलस्वरूप पर्दा प्रथा, बाल विवाह,अशिक्षा जैसी अनेक कुरीतियों का जन्म हुआ। सती प्रथा,बाल विवाह, विधवा पुनर्विवाह पर रोक, जौहर प्रथा जैसे अनेक कुरीतियों के कारण मध्य काल के दौरान महिलाओं की स्थिति और दयनीय हो गई । स्वतंत्रता प्राप्ति के बाद ऐसे अनेक प्रयास सरकार द्वारा किए गए हैं जिससे महिलाओं की आर्थिक, सामाजिक,शैक्षणिक और राजनीतिक स्थिति में सुधार हो और उन्हें विकास की मुख्यधारा से जोड़ा जा सके। इसके लिए हमें अभी और प्रयास करना होगा। महिलाओं की क्षमता और कौशल का विकास करके,उन्हें अधिक सशक्त बनाना होगा, आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, राजनीतिक, सभी क्षेत्रों में पुरुषों के समान महिलाओं की भागीदारी होनी चाहिए,तभी एक समाज का और देश का दोनों का विकास संभव है। मनुस्मृति मेंष् यत्र नार्यस्तु पूज्यंते रमंते तत्र देवता:ष्नारी को देवी का स्थान प्राप्त था। लैंगिक असमानता को कम करके लैंगिक समानता लाने हेतु वित्तपोषण के प्रयास में जेंडर बजटिंग एक महत्वपूर्ण उपकरण है। जेंडर बजटिंग को जेंडर सेंसिटिव (जीएसबी) और जेंडर रिस्पांसिव (जीआरबी) के नाम से भी जाना जाता है। जेंडर बजटिंग संसाधनों का सभी नागरिकों और समूहों के बीच पहुंच को बढ़ाने एवं उचित रूप से वितरण करने का एक सरकारी प्रयास भी है।महिला सशक्तिकरण हेतु जेंडर बजटिंग एक ऐसा उपकरण है जिससे हम पुरुष और महिला में लैंगिक

✡ सहायक प्राध्यापक, अर्थशास्त्र, शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय बीना, जिला- सागर (म.प्र.)

असमानता को विभिन्न योजनाओं के माध्यम से दूर कर सकते हैं।जब तक पुरुषों के समान महिलाएं भी सभी क्षेत्रों में भागीदार नहीं होंगी और उन्हें भी विकास की मुख्य धारा से नहीं जोड़ा जाएगा तब तक देश का तीव्र आर्थिक विकास संभव नहीं है। अत: हम कह सकते हैं कि लैंगिक परिपेक्ष को ध्यान में रखते हुए संबंधित नीतियों एवं कार्यक्रमों का निर्माण कर उसे लागू करने और समीक्षा करने की एक सतत प्रक्रिया जेंडर बजटिंग कहलाती है।मेरा यह शोधपत्र मूल रूप से वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक प्रकृति का है जिसमें द्वितीयक समंको का प्रयोग किया गया है,जो जेंडर बजटिंग की आवश्यकता,उनके उद्देश, उद्देश्य को पूरा करने में आने वाली समस्याओं से संबंधित है।

संकेतक : जेंडर बजटिंग, महिला सशक्तिकरण, लैंगिक समानता, सतत विकास लक्ष्य-5।

प्रस्तावना-

भारत में महिला सशक्तिकरण की अगर बात की जाए तो महिलाओं को सशक्त बनाने के लिए सर्वप्रथम हमें उनके अधिकारों और मूल्यों को खत्म करने वाली उन सभी सोचो को भी खत्म करना जरूरी है जैसे दहेज प्रथा, यौन हिंसा महिलाओं के प्रति घरेलू हिंसा, वेश्यावृत्ति, मानव तस्करी जैसे अनेक विषय से हैं जो कि महिला सशक्तिकरण के लिए एक बाधक है। पुरानी रूढ़िवादी विचारधाराओं के कारण कई क्षेत्रों में महिलाओं के घर छोड़ने पर पाबंदी होना, कार्यक्षेत्र में होने वाला शोषण, समान कार्य को समान समय तक करने पर भी महिलाओं को पुरुषों की अपेक्षा कम भुगतान किया जाना, महिलाओं में अशिक्षा या बीच में पढ़ाई छोड़ने जैसी समस्याएं भी महिला सशक्तिकरण के लिए बाधक है। कन्या भ्रूण हत्या, लिंग के आधार पर गर्भपात भारत में महिला सशक्तिकरण के रास्ते में आने वाली सबसे बड़ी बाधाओं में से एक है। इन सब के लिए आवश्यक है, पुरानी रूढ़िवादी विचारधारा एवं परंपराएं हैं जो कि महिला सशक्तिकरण के रास्ते में सबसे बड़ी बाधक हैं उन्हें दूर करने का प्रयास करना होगा।

'किसी भी समाज की उन्नति उस समाज की महिला की उन्नति से मापी जा सकती हैं।'

डॉ. बी. आर. आंबेडकर के अनुसार,

महिलाओं के सशक्तिकरण में महिलाओं की स्थितियां, महिलाओं के साथ भेदभाव, महिलाओं के अधिकार, महिलाओं के लिए अवसर, लैंगिक समानता के महत्व के बारे में जागरूकता,आदि विषय शामिल है। क्षमता निर्माण और कौशल विकास योजना बनाने की क्षमता,निर्णय लेने की क्षमता, अपने आसपास साथ ही विश्व के लोगों और संस्थाओं से निपटने की क्षमता, घर पर, समुदाय में और समाज में निर्णय लेने में भागीदारी, और संसाधनों तक पहुंच आदि सशक्तिकरण में शामिल है। सशक्तिकरण सामाजिक और आर्थिक स्थिति और परिवार साथ-साथ समाज में भूमिका के संबंध में अधीनता को पार करके आत्मनिर्भर की क्षमता विकसित करती है।

महिला सशक्तिकरण हेतु अंतर्राष्ट्रीय एवं राष्ट्रीय प्रयास:

भारत सहित पुरे विश्व में महिलाओं की स्थिति को बेहतर बनाने के लिए अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन एवं बैठकें आयोजित की जा रही है जिससे भारत सहित अनेक देशों ने महिलाओं की स्थिति में सुधार लाने एवं कार्यवाही करने हेतु प्रतिबद्धता दर्शाई है, इनमें से कुछ निम्नलिखित है-

- महिलाओं के साथ होने वाले भेदभाव को दूर करने हेतु विभिन्न समझौते।
- वियना (1993) के विश्व सम्मेलन में ष्महिलाओं के अधिकार -मानव अधिकार पर बल दिया गया।
- महिला संबंधी अनेक नीतियों एवं कार्यक्रमों हेतु वर्ष 1995 में बीजिंग में चतुर्थ अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में जेंडर और विकास उपागम को कार्यान्वित करने के लिए अनेक विषयों पर चर्चा की गई थी एवं

विभिन्न नीतियों और कार्यक्रमों के माध्यम से जेंडर को मुख्यधारा में लाने पर सहमति हुई।

सहस्राब्दी विकास के 8 लक्ष्यों में तीसरे लक्ष्य मे लैंगिक समानता को लिया गया साथ ही सतत विकास के 17 लक्ष्यों में पांचवें लक्ष्य के रूप में लैंगिक समानता को लिया गया है।इसमें लैंगिक असमानता को दूर करके लैंगिक समानता प्राप्त करना और सभी महिलाओं एवं लड़कियों को सशक्त बनाने के प्रयास करना शामिल है। यद्यपि महिला सशक्तिकरण के संबंध में अनेक नीतियां बनाई हैं जैसे-निर्भया फंड (2013-14,), स्वधारा (2001-02), राष्ट्रीय महिला कोष (1993), बालिका समृद्धि योजना (1997) ,सबला योजना (2010), धनलक्ष्मी (2008), बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ(2015), नई रोशनी(2014-15), महिला किसान सशक्तिकरण योजना (2010), इत्यादि।भारत जैसे पुरुष प्रधान समाज में महिलाओं के साथ भेदभाव की भावना, स्त्री पुरुष अनुपात संबंधी प्रतिकूल परिस्थितियां एवं अन्य सामाजिक, आर्थिक सूचक यह दर्शाते हैं कि इस भेदभाव को खत्म करने के लिए अब सरकारों को बजट में कुछ इस प्रकार के बदलाव लाने होंगे, विशेष रूप से महिलाओं के लिए जिससे इस लैंगिक भेदभाव को कम किया जा सके, और स्त्री पुरुष में समानता लाई जा सके।

भारत में महिला अधिकारिता और महिला सशक्तिकरण की दिशा में बजट का महत्वपूर्ण योगदान है।जेंडर बजटिंग के माध्यम से सरकार द्वारा महिलाओं के विकास, कल्याण और सशक्तिकरण से जुड़ी हुई अनेक योजनाओं और कार्यक्रमों के लिए, हर वर्ष बजट में से ही एक निर्धारित राशि की व्यवस्था सुनिश्चित करने का प्रावधान है।

जेंडर बजट महिलाओं के लिए अलग से बजट बनाने की बात नहीं करता, बल्कि ष्जेंडर बजटिंग या महिलोन्मुखी बजट एक ऐसा बजट है जिसमे सरकार द्वारा विभिन्न नीतियों और कार्यक्रमों के क्रियान्वयन हेतु धनराशि आवंटन का उल्लेख हो।ष जिसके माध्यम से सरकारी योजनाओं का लाभ महिलाओं तक पहुंचाया जा सके और समाज में स्त्री पुरुष समानता स्थापित हो सके।

जेंडर बजटिंग की आवश्यकता क्यों?

वर्तमान आंकड़े बताते हैं कि आज भी महिलाओं की स्थिति सभी क्षेत्रों में बेहतर नहीं है, फिर वह चाहे आर्थिक क्षेत्र हो, सामाजिक क्षेत्र, शैक्षणिक क्षेत्र,राजनीतिक क्षेत्र या कोई अन्य क्षेत्र। भारत में 2011 की जनगणना के अनुसार देश की कुल जनसंख्या में 48.5% जनसंख्या महिलाओं एवं लड़कियों की है।शिक्षा का प्रतिशत देखा जाए तो पुरुषों में यह 82.14%है ,एवं महिलाओं में 65.4%है। मानव विकास की सफलता इन महिलाओं और लड़कियों के विकास और सशक्तिकरण पर बहुत अधिक निर्भर है। वास्तविकता यह है कि अभी भी महिलाओं को संसाधनों की पहुंच और उन पर नियंत्रण के संबंध में असमानताओ का सामना करना पड़ता है, और यह असमानताएं स्वास्थ्य, पोषण, साक्षरता, शिक्षा प्राप्त करने एवं कौशल स्तर, और रोजगार के स्तरो पर भी दिखाई देती है। अत: महिलाओं की स्थिति को बेहतर बनाए बिना केवल पुरुषों की स्थिति को बेहतर कर देने से ही देश का विकास संभव नहीं है। इसके लिए हमें महिलाओं को भी विकास की मुख्यध ारा से जोड़ना होगा। जिसके लिए जेंडर बजटिंग एक शक्तिशाली उपकरण साबित हो सकता है।जेंडर बजटिंग की अवधारणा तैयार करने तथा उसे लागू करने में ऑस्ट्रेलिया प्रथम स्थान पर है। भारत के संदर्भ में देखा जाए तो वर्ष 2005 में वित्त मंत्री पी. चिदंबरम जी द्वारा लैंगिक असमानता को दूर करने हेतु औपचारिक रूप से वित्तीय बजट में जेंडर बजटिंग को भी स्वीकार किया। जिसका प्रमुख उद्देश्य था, सरकारी नीतियों एवं योजनाओं के माध्यम से लिंग संबंधी समस्याओं का समाधान करना।

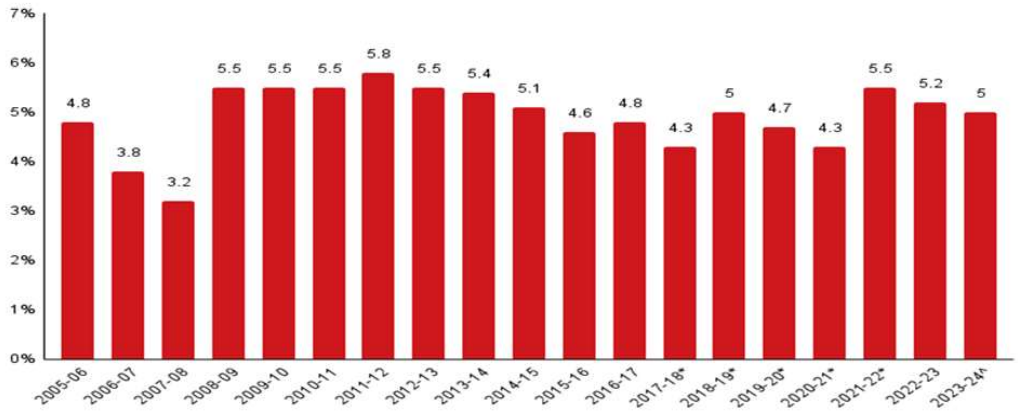
जेंडर बजट के उद्देश्य:

1. 'आज की परिस्थितियों के अनुरूप बजट और नीतियों में बदलाव।

2. 'जेंडर बजटिंग की अवधारणा को शामिल करके महिलाओ के सशक्तिकरण में योगदान देना।
3. विभिन्न सरकारी नीतियों एवं कार्यक्रमों के माध्यम से लैंगिक असमानता को कम करना।
4. 'बजट के आवंटन में महिलाओं के लिए पारदर्शिता सुनिश्चित करना।
5. जेंडर बजट आयोजन हेतु पांच सूत्रीय ढांचे इस प्रकार तैयार किया गया हैख़-
6. 'महिलाओं की स्थिति का विश्लेषण करना।
7. 'किसी विशेष क्षेत्र में नीतियां कहां तक लिंग असमानता को कम करने में सफल हो पाई है इसका अध्ययन करना।
8. 'किसी विशेष क्षेत्र हेतु नीतियो एवं कार्यक्रमो के लिए आवंटित बजट की पर्याप्तता का अध्ययन।
9. 'आवंटित धनराशि का योजना अनुसार व्यय, एवं किस योजना पर कितनी धनराशि खर्च की गई का अध्ययन।
10. 'विभिन्न नीतियों, कार्यक्रमों, योजनाओं द्वारा महिलाओं की स्थिति में होने वाले बदलाव का अध्ययन।

इस बजट के माध्यम से महिलाओं का उत्थान एवं उनकी स्थिति को बेहतर बनाया जा सकता है। जहां देश की लगभग आधी जनसंख्या महिलाओं की है यदि हर क्षेत्र में समान अवसर दिए जाएं चाहे वह शिक्षा हो, स्वास्थ्य का क्षेत्र या अन्य क्षेत्र तो निश्चित ही देश भी तेजी से प्रगति करेगा। यह एक सतत प्रक्रिया एवं शक्तिशाली उपकरण है, जिसके द्वारा महिला को शक्तिशाली बनाया जा सकता है। वर्तमान में महिला और बाल विकास मंत्रालय जेंडर बजटिंग हेतु नोडल एजेंसी के रूप में कार्यरत है।

भारत के कुल केंद्रीय बजट के अनुपात के रूप मे लिंग बजट के आवंटन को नीचे दर्शाये गए दंड आरेख द्वारा आसानी से समझा जा सकता है-



Source: Gender Budget, Union Budget 2005-06 to 2022-23. Available online at https://www.indiabudget.gov.in/

जेंडर बजट को दो भागों में बांटा गया है-भाग श्एश्और भाग श्बीश्। भाग श्एश् में महिलाओं के लिए 100% आवंटन वाली योजनाओं को शामिल किया गया है, जैसे -विधवा पेंशन योजना, मातृत्व लाभ योजना, लड़कियों के लिए छात्रावास जैसी अनेक योजनाएं और भाग श्बीश् में महिलाओं के लिए कम से कम 30% धन आवंटित करने वाली योजनाओं को शामिल किया गया है, जैसे- मध्यान्ह भोजन योजना, ग्रामीण आजीविका मिशन, बायोगैस कार्यक्रम इत्यादि।

समस्याएं :

1. लैंगिक असमानता दृष्टि में रखते हुए जेंडर बजटिंग में धन के आवंटन में वृद्धि की जानी चाहिए।
2. जेंडर बजटिंग के माध्यम से जो धनराशि महिलाओं की योजनाओं हेतु आवंटित की जाती है, उसका सही तरीके से उपयोग नहीं होता, जिसका कारण शिक्षा एवं जागरूकता में कमी है।
3. आंकडो की कमी से यह सही जानकारी नहीं मिल पाती कि ऐसा कौन सा क्षेत्र है, जहां महिलाओं की स्थिति दयनीय है। यदि ऐसी जानकारी प्राप्त हो सकेगी तो निश्चित है उस क्षेत्र में महिलाओं की स्थिति सुधारने के संबंध में अनेक नीतियों एवं योजनाओं का निर्माण किया जा सकेगा।
4. जेंडर बजट सरकार की तरफ से किया गया एक प्रयास है लेकिन महिला सशक्तिकरण के इस उद्देश्य को पूरा करने के लिए हमें समाज की विचारधारा को बदलना होगा जब तक समाज का महिलाओं के प्रति दृष्टिकोण नहीं बदलेगा तब तक महिला सशक्तिकरण के हर प्रयास विफल ही होंगे।

सुझाव:

लैंगिक असमानता को देखते हुए जेंडर बजटिंग एक महत्वपूर्ण उपकरण है, जिससे लैंगिक समानता स्थापित की जा सकती है। क्योंकि यह सत्य है कि जब तक सभी नागरिक एक साथ मिलकर देश के विकास में सहयोग नहीं देंगे तो निश्चित है कि देश का विकास कहीं न कहीं अवरुद्ध हो जाएगा। देश की आधी आबादी जहां महिलाओं की है यदि महिलाएं शिक्षित होंगी, स्वस्थ होंगी, और हर क्षेत्र में यदि महिलाओं का योगदान होगा तो निश्चित ही एक नए भारत का निर्माण होगा। जिसमे किसी भी तरह का लैंगिक भेदभाव नहीं होगा। इसके लिए सरकार के साथ-साथ पूरे समाज को मिलजुल कर कार्य करना होगा।

संदर्भ :

1. कुरुक्षेत्र, अंक 4, फरवरी 2021।
2. लोकसभा सचिवालय, शोध एवं सूचना प्रभाग, मार्च 2016।
3. एस.एन. लाल, भारतीय अर्थव्यवस्था, शिवम पब्लिकेशन, अप्रैल 2018 ।
4. MGSE, 002 जेंडर लेखा परीक्षा एवं जेंडर बजट निर्माण।
5. डॉ.एस.अखिलेश, डॉ. संध्या शुक्ला, महिला सशक्तिकरण दशा एवं दिशा, गायत्री पब्लिकेशन,2010।
6. डॉ. शीतल शर्मा, भारत में महिला सशक्तिकरण एवं योजनाएं एक अध्ययन, अवसनउम 3,2017।
7. www.youtube/DrishtiIAS

❑❑❑

भारत में चुनाव सुधार की आवश्यकता

❍ दीपक सिसोदिया✡

संक्षिप्ति :

निर्वाचन लोकतंत्र के प्राण तत्व की भांति है। जनता की इच्छा जानने का आवश्यक बेरोमीटर है। परन्तु लोकतंत्र के सफल संचालन के लिए केवल निर्वाचन व्यवस्था ही आवश्यक नहीं होती बल्कि यह भी आवश्यक है कि निर्वाचन निष्पक्ष, स्वतंत्र व पारदर्शी हो तथा सत्तारूढ़ दल के प्रभाव से मुक्त हो। भारतीय संविधान और चुनाव आयोग के दिशा-निर्देश के अनुसार चुनावों को दोषों से मुक्त करना एवं उनमें सुधार करना आवश्यक है। इसी उद्देश्य के साथ यह शोध पत्र भारत में चुनाव सुधारों की आवश्यकता का मूल्यांकन करेगा। प्रस्तुत अध्ययन का सम्बन्ध मुख्यत: निर्वाचन सुधार के विधिक पहलुओं एवं प्रसंगों के विवेचन व विश्लेषण से रहा है। प्रस्तुत अध्ययन प्रमुखत: द्वितीयक तथ्यों पर आधारित है। प्रस्तुत अध्ययन में भारतीय निर्वाचन व्यवस्था के दोषों व दुर्बलताओं का परीक्षण व विभिन्न सुझाव प्रस्तुत करने का प्रयास किया गया है। चुनाव सुधार की दिशा में वर्क इन प्रोग्रेस के छद्म आवरण से बाहर निकल कर ठोस समाधान एवं निष्कर्ष भी प्रस्तुत करने का प्रयास किया गया है।

बीज शब्द : भारत में लोकतंत्र, निर्वाचन, निर्वाचन में पारदर्शिता, निर्वाचन में सुधार, लोकतांत्रिक सहभागिता

परिचय :

स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनाव व्यवस्था लोकतंत्र को स्थायित्व और परिपक्वता प्रदान करती हैं। लोकतंत्र को एक जमीनी हकीकत बनाने के लिए यह जरूरी है कि चुनाव प्रणाली निष्पक्ष और पारदर्शी हो। आज विश्व के अधिकांश देशों में अप्रत्यक्ष लोकतंत्रीय शासन प्रणाली का चलन है। अप्रत्यक्ष लोकतंत्रीय शासन प्रणाली का आधार चुनाव होते है। चुनाव की बुनियाद पर ही लोकतंत्र रूपी महल की भव्य इमारत खड़ी होती है। निर्वाचन की महत्ता को स्वीकार करते हुए ही भारतीय संविधान निर्माताओं ने इसे संविधान में प्रमुख स्थान दिया है। संविधान के भाग 15 के अनुच्छेद 324 से 329 में निर्वाचन को सम्पन्न कराने, पर्यवेक्षण और निर्देशन के लिए एक तटस्थ और निष्पक्ष निर्वाचन आयोग की व्यवस्था की गई है। भारत में पूरी निर्वाचन प्रक्रिया तीन

✡ *शोधार्थी, राजनीति विज्ञान विभाग, आगरा कॉलेज, डॉ. भीमराव आंबेडकर विश्वविद्यालय, आगरा, उत्तर प्रदेश*

स्तंभों पर टीकी हुई है जिनमें संविधान का अनुच्छेद 326, जनप्रतिनिधित्व अधिनियम 1950 और जनप्रतिनिधित्व अधिनियम 1951 प्रमुख आधार है।

संविधान के प्रवर्तन के पश्चात् विभिन्न आम निर्वाचनों के अनुभव ने अब तक भारतीय निर्वाचन आयोग की दक्षता को रेखांकित किया है। परंतु चुनाव की कोई प्रणाली कभी आदर्श नहीं हो सकती है। उसमें अनेक कमियां और सीमाएं होती हैं। भारत में राजनीति का अपराधीकरण लोकतंत्र के स्वस्थ कामकाज के लिए गंभीर खतरा है। "एसोसिएशन ऑफ डेमोक्रेटिक रिफॉर्म्स के अनुसार 17वीं लोकसभा के 543 निर्वाचित सदस्यों में से 233 पर आपराधिक आरोप हैं।" वही सांप्रदायिक ध्रुवीकरण व जाति आधारित राजनीति देश की बुनियाद और एकता पर प्रहार कर रही। इसके अलावा राजनीति में महिलाओं का अल्प-प्रतिनिधित्व भी चिंतनीय विषय है। "आजादी के 75 वर्ष होने पर भी लोकसभा में महिला प्रतिनिधियों की संख्या 14.44% है।" वर्तमान में चुनावी बॉन्ड योजना विवाद का विषय है। चुनावी बॉण्ड चुनावी फंडिंग में पारदर्शिता लाने के ठीक विपरीत काम करता है। क्योंकि राजनीतिक दलों को चुनावी बॉण्ड के जरिये प्राप्त राशि का खुलासा करने से छूट दी गई है। इसके अतिरिक्त भारत में चुनाव आयोग के समक्ष संस्थागत चुनौतियाँ भी है। संविधान द्वारा चुनाव आयोग के सदस्यों के लिए योग्यता का निर्धारण और सेवानिवृत्त चुनाव आयुक्त को अन्य नियुक्ति से वंचित नहीं किया गया है।

आजादी के 75 वर्ष होने पर अमृतकाल मनाया जा रहा है। एक नवीन और महान भारत के निर्माण के लिए बहुमुखी सुधारों की आवश्यकता है। भारत जैसे जीवंत लोकतंत्र में यह आवश्यक है कि देश में सुशासन के लिये अच्छे नागरिकों को जन प्रतिनिधियों के रूप में चुना जाए। दुनिया के सबसे अधिक आबादी वाले देश में चुनाव कराना बेहद जटिल कार्य है। निर्वाचन अधिकारियों पर अनुचित राजनीतिक दबाव व सत्तारूढ़ दल द्वारा सरकारी मशीनरी का दुरुपयोग आम बात हो गई है। इसके अतिरिक्त फर्जी मतदान की बढ़ती प्रवृत्ति, निर्वाचन आयोग के पास अपने स्वतंत्र कर्मचारी न होना, डाक द्वारा प्राप्त होने वाले मतों के संदर्भ में पर्याप्त अवसंरचना का अभाव और चुनाव प्रचार की तेजी से बदलती शैली व इंटरनेट एवं सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म का संभावित दुरुपयोग रोकना चुनाव आयोग के लिये महत्त्वपूर्ण चिंता का विषय है।

अध्ययन के उद्देश्य- प्रस्तुत अध्ययन के उद्देश्य निम्नलिखित है:

- वर्तमान समय में चुनाव प्रणाली के समक्ष विद्यमान प्रमुख चुनौतियों का विश्लेषणात्मक अध्ययन।
- भारत में चुनाव सुधार की आवश्यकता की समीक्षा करना।
- चुनावों में महिलाओं की भागीदारी से संबंधित मुद्दों का विश्लेषण करना।
- निर्वाचन राजनीति में पारदर्शिता लाने के लिये किये जाने वाले प्रयासों व सुझावों का अध्ययन करना।

शोध पद्धतिः

प्रस्तावित शोध समस्या सैद्धांतिक है। अतः शोध पत्र के लेखन में डेटा संग्रह के द्वितीयक स्रोत पुस्तकें, ई-जर्नल लेख, प्रिंट जर्नल लेख शामिल हैं। प्रस्तावित अध्ययन में विश्लेषणात्मक शोध प्रविधि को अपनाया गया है। शोध पत्र लेखन हेतु शोधार्थी द्वारा विषय का चुनाव, उद्देश्य का निर्धारण, शोध पद्धति का निर्धारण, अंतर्वस्तु विश्लेषण और निष्कर्ष इत्यादि चरणों को अपनाया गया है।

निष्कर्ष एवं आत्मकथन :

भारतीय गणतंत्र के विगत सात दशकों में लोकतांत्रिक प्रक्रिया के कार्यकरण में भारत में निर्वाचन तंत्र की सक्षमता को रेखांकित किया है। निस्संदेह, चुनाव आयोग के तत्वावधान में स्वतंत्र और निष्पक्ष तरीके से चुनाव आयोजित कराए गए हैं। परंतु हमारी प्रणाली अभी भी दोषों से ग्रस्त है। समस्या कानूनों की कमी की नहीं

हैं, बल्कि उनके सख्त कार्यान्वयन की कमी की है। जब तक चुनाव आयोग अपने कार्य करने की क्षमता में सक्षम नहीं होगा तब तक सुधारों का कोई महत्त्व नहीं रहेगा। ऐसा प्रतीत होता है कि आयोग स्वयं को कहीं न कहीं बंधनों से युक्त पाता है। भारत में चुनाव आयोग को मजबूत करने के लिए यह आवश्यक है कि आयोग को अधिक कानूनी संस्थागत अधिकार प्रदान किए जाए व पृथक निर्वाचन मशीनरी एवं स्वतंत्र सचिवालय और संचित निधि पर भारित बजट की व्यवस्था की जाए। आज के तकनीकी युग में निर्वाचन आयोग को ऑनलाइन मतदान व्यवस्था पर भी विचार करना चाहिए जिससे लोकतंत्र में सभी की सहभागिता सुनिश्चित हो सके। दूरदराज पहाड़ी क्षेत्रों में जहाँ दुर्गम रास्तों के कारण मतदाताओं को मतदान में भारी कठिनाई आती है वहाँ चलित यानी मोबाइल मतदान केंद्रों की पर्याप्त व्यवस्था की जानी चाहिए। बलप्रयोग, फर्जी मतदान एंव गंभीर शिकायतों के आरंभिक तौर पर सही पाए जाने पर आयोग को अधिकार हो कि वह संपूर्ण मतदान को रद्द कर नए सिरे से मतदान कराने का आदेश दे सके।

निर्वाचन व्यय की वर्तमान प्रक्रिया को पारदर्शी बनाने के लिए यह आवश्यक कर देना चाहिए कि समस्त अभ्यर्थी निर्वाचन कार्य हेतु अपने पृथक बैंक खाते खुलवाए। अभ्यर्थियों को अपने समस्त खर्चे बैंक के माध्यम से किया जाना अनिवार्य कर देना चाहिए। राजनीतिक दलों एवं प्रतिनिधियों को प्राप्त चुनावी चंदे के तहत राशि को सूचना के अधिकार के दायरे में लाया जाना चाहिए।

निर्वाचन आयोग द्वारा जारी आचार संहिता को वैधानिक दर्जा दिया जाना चाहिए। चुनाव के दौरान नेताओं के धार्मिक स्थलों पर जाने और धार्मिक नारे लगाए जाने पर रोक लगनी चाहिए। पेड न्यूज और फेक न्यूज पर सख्ती से रोक लगनी चाहिए। सोशल मीडिया प्लेटफार्मों के विनियमन के लिये आचार संहिता निर्मित करने की आवश्यकता है। निर्वाचन आयोग को जनसुवाई हेतु राष्ट्रीय स्तर पर एक टोल फ्री कॉल सेंटर की स्थापना करनी चाहिए जो 24 घंटे कार्यरत रहे।

राजनीतिक दल राजनीतिक व्यवस्था के संचालन में अति महत्वपूर्ण भूमिका निर्वहन करते हैं। अतः कानून द्वारा राजनीतिक दल की परिभाषा व कार्यक्रम की व्यापक व्याख्या की जानी चाहिए। यह सुनिश्चित करना चाहिए कि चुनाव के दौरान राजनीतिक दलों के द्वारा चुनावी घोषणा पत्र में किए गए वादे को वास्तविक रूप से लागू किया जाए। यह प्रावधान किया जाना चाहिए कि यदि निर्वाचन प्रतिनिधि अपने मतदाताओं को दिए गए आश्वासनों का क्रियान्वयन नहीं करते हैं तो मतदाताओं को श्राइट टू रिकॉलश होना चाहिए।

लोकतांत्रिक प्रक्रिया को तब तक पूर्ण नहीं कहा जा सकता जब तक उसमें महिलाओं के प्रवेश को अनिवार्य स्तर सुनिश्चित नहीं किया जाए। इसके लिए महिला आरक्षण सहित अन्य सुधार किए जा सकते हैं। जैसे राष्ट्रीय और राज्यस्तरीय दलों द्वारा महिला अभ्यर्थियों के लिए अतिरिक्त निर्वाचन व्यय की सीमाओं में विस्तार, महिलाओं की जमानत राशि में कमी इत्यादि। देश में निर्वाचन के प्रति जागरूकता के लिए निर्वाचन आयोग को नागरिक समाज संगठनों का सहयोग लेना चाहिए। साफ-सुथरे चुनावों और राजनीतिक पारदर्शिता से ही लोकतंत्र को वैधता मिलती है। ऐसे में महत्त्वपूर्ण चुनावी सुधारों को लागू कराना बहुत जरूरी है ताकि लोकतांत्रिक भारत भ्रष्टाचार और आपराधिक माहौल से मुक्त होकर विकास और समृद्धि की ओर अग्रसर हो सके।

अध्ययन का सारगर्भित निष्कर्ष यह है कि प्रस्तुत अध्ययन से जो दोष व त्रुटियाँ स्पष्ट हुई हैं, उनके पश्चात् भी निर्वाचन व्यवस्था अभी तक निर्वाचन की शुचिता के प्रति लोकतांत्रिक आस्था का सम्यक निर्वाह करने में सफल रही है लेकिन यह भी यथार्थ है कि सम्बन्धित दोषों का समयबद्ध परिष्कार कर दिया जाए तब लोकतन्त्र के स्वच्छ, गरिमापूर्ण एवं सार्थक भविष्य के प्रति आश्वस्त हुआ जा सकता है।

संदर्भ :

1. आढा, आर. एस, "भारत में निर्वाचन व्यवस्था: चुनौतियाँ एवं सम्भावनाएँ" ए.बी.डी. पब्लिशर्स, जयपुर, 2008
2. कुमार, बी. वेंकटेश, ष्इलेक्टरोल रिफार्म इन इण्डिया करेण्ट डिसकार्सेसज', 2009
3. कार्ल जे फ्रेडरिख 'कॉस्टीट्यूशन गवर्नमेंट एण्ड डेमोक्रेसी", ऑक्सफोर्ड एण्ड आई. बी. एच. दिल्ली, 1966, पृ. 259
4. रईसा अली, 'रिप्रजेन्टेटी व डेमोक्रेसी एण्ड कन्सेप्ट ऑफ फ्री एण्ड फेयर इलेक्शन, दीप एण्ड दीप पब्लिकेशंस न्यू देहली. पृ. 20-24
5. शेषन, टी.एन. ष्बोझिल मन की व्यथा कथाष, नेशनल पब्लिशिंग हाऊस, नई दिल्ली, 1995, पृ. 3
6. जयन्ता, हंसराज, 'चुनावी क्रिया में भ्रष्टता" दीप व दीप पब्लिकेशन्स, न्यू दिल्ली, 1972
7. नारंग, ए. एस. 'भारतीय शासन एवं राजनीति, गीतांजली पब्लिशिंग हाऊस, 2005
8. सिंह, भवानी, 'इलेक्शन पॉलिटिक्स एण्ड वोटिंग-बिहेवियर", अरिहन्त पब्लिशिंग हाऊस, जयपुर, 1995
9. रतनास्वामी, पी. ष्इलेक्ट्रोरल रिफार्मस इन इण्डिया लॉ एण्ड इन्स्टीट्यूशन ऑफ इण्डिया एण्ड वर्ल्ड' बुक वेल, नई दिल्ली, 2004
10. जनप्रतिनिधित्व अधिनियम, 1950 नई दिल्ली, विधि मंत्रालय, भारत सरकार
11. जनप्रतिनिधित्व अधिनियम, 1951 नई दिल्ली, विधि मंत्रालय, भारत सरकार

❑❑❑

योग, ध्यान और मानव स्वास्थ्य का अंतर्संबंध

❍ डॉ. दीपरत्ना मासुलकर✡

संक्षिप्ति :

प्रस्तुत आलेख में मानव स्वास्थ्य तथा योग, ध्यान के अंर्तसंबंध की विवेचना की गई है। हमारा देश युगों-युगों से विश्व के आध्यात्मिक गुरू के रूप में प्रतिष्ठित रहा है। योग और ध्यान अति प्राचीन है। यह ऋषियों, महर्षियों द्वारा प्रदान किया गया एक ऐसा विज्ञान है, जिसकी उत्पत्ति भारतीय दर्शन तथा संस्कृति में दिखाई देती है। वर्तमान परिवेश तथा तकनीकी युग में मनुष्य के व्यवहार, स्वास्थ्य, विचारों में अत्याधिक परिवर्तन आया है। मनुष्य की जीवनशैली में बदलाब आया है। वर्तमान दौर में योग और ध्यान के माध्यम से प्राकृतिक उपचार के प्रति लोगो में जागरूकता आयी है। योग और ध्यान सिर्फ अध्यात्मिक उन्नति के लिए ही नही है, बल्कि यह हर मनुष्य के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए आवश्यक एवं महत्वपूर्ण है।

योग एक मात्र ऐसा साधन है जिससे मनुष्य के व्यक्तित्व विकास की क्षमता में वृद्धि होती है। हम कह सकते है योग एवं ध्यान जीवन का सर्वांगीण विकास कर सकते हैं, इसका उद्देश्य केवल शारिरीक स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य तक ही सीमित नही है, बल्कि जीवन की व्याकुलता, चिन्ता, तनाव, अवसाद आदि को समाप्त कर सम्पूर्ण स्वास्थ्य प्राप्ति का उद्देश्य है। योग, ध्यान न्यूरोहार्मोनल तंत्र को ट्रिगर करके स्वायत्त कार्यों में सुधार करता है, यहां तक कि आजकल कई रिपोर्टो में सुझाव दिया गया है कि योग कैंसर रोगियों के शारीरिक स्वास्थ्य के लिए भी फायदेमंद है। इस प्रकार योग- मन, शरीर, विचार तथा कर्म, आत्मसंयम एवं पूर्णता की एकात्मकता तथा मानव एवं प्रकृति के बीच सामंजस्य स्थापित करता है।

बीज शब्द : योग, ध्यान और मानव स्वास्थ्य का अंर्तसंबंध

परिचयः

योग और ध्यान अनेक ऋषियों, योगियों और महर्षियों द्वारा प्रदान किया गया एक ऐसा विज्ञान है, जिसकी उत्पत्ति मानव जाति को सच्चा सुख, ज्ञान प्रदान करने तथा दु:खों से पूर्ण रूप से मुक्ति पाने के लिए मानी जाती है। योग विशिष्ट तरीके से शारीरिक व्यायाम, आसन, प्राणायाम तथा ध्यान का संयोजन होता है। ध्यान एक मानसिक प्रक्रिया है, ध्यान से मन को विशिष्ट बिन्दु पर केन्द्रित किया जाता है, जिससे विचारों को नियंत्रित किया जाता है। परिणाम स्वरूप मानसिक चिन्ताओं का समाधान होता है। इस प्रकार योग तथा ध्यान मानसिक, शारीरिक तथा आध्यात्मिक विकास को समायोजित करने का उपाय है, अर्थात् यह ऐसी प्रक्रिया है, जिसके माध्यम से तन और मन को सूक्ष्म अणु के प्रति एकाग्र करने की क्षमता को विकसित किया जा सकता है।

✡ *सह-प्राध्यापक, गणित, शासकीय अरण्य भारती स्नातकोत्तर महाविद्यालय बैहर, जिला-बालाघाट (म.प्र.)*

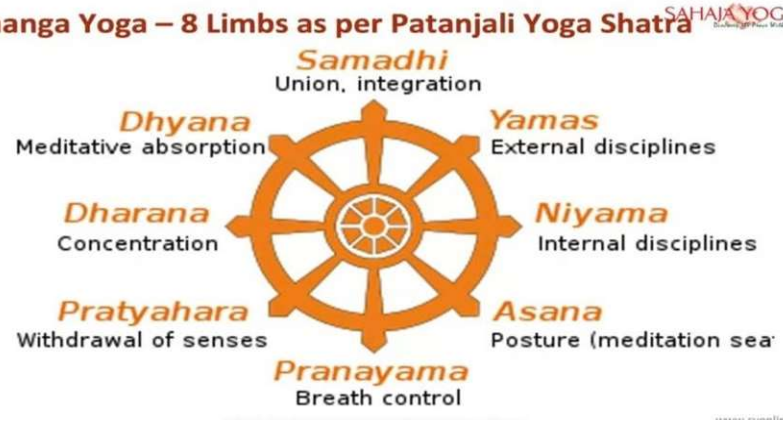
आज से 3000 वर्ष पूर्व भगवान महावीर तथा भगवान बुद्ध ने योग तथा ध्यान को महत्वपूण बताया था। भगवान बुद्ध ने योग तथा ध्यान को एक नए व विशिष्ट रूप से प्रस्तुत किया। उनका मानना था योग और ध्यान मन को शांति और समाधि प्राप्त करने की शक्ति है। जिससे जीवन के दु:खों से मुक्ति पायी जा सकती है। भगवान बुद्ध ध्यान को साधना का माध्यम मानते थे, उनका संदेश था कि तृष्णा और अविद्या को दूर करके चित्त को शांत और समृद्ध बनाया जा सकता है। भगवान बुद्ध ने अष्टांगिक मार्ग जिसके अनुसार सम्यक दृष्टि, सम्यक संकल्प, सम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक आजीविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति और सम्यक समाधि के संबंध में वर्णन किया हैं। यह मार्ग निर्वाण तक पहुचाता है। प्रज्ञा, शील मनुष्य को सत्य, अहिंसा का पाठ पढाता है। समाधि से तात्पर्य ध्यान लगाने से है, ध्यान एकाग्रता को विकसित करने में मदद करता है। इस प्रकार भगवान बुद्ध के धार्मिक दर्शन में योग और ध्यान महत्वपूर्ण स्तम्भ थे।

योग और ध्यान का महत्वपूर्ण वर्णन सर्वप्रथम योगी ऋषि पतंजली ने दिया है, पतंजली महर्षि ने अपने योग सूत्र ग्रंथो में योग और ध्यान के मुख्य सिद्धांत तथा विधियों की व्याख्या किया है। उनका योगदर्शन आध्यात्म, मानसिक शांति तथा आत्मा की मुक्ति पर आधारित है। पतंजली ने अष्टांग योग के माध्यम से योग के विभिन्न अंगों की मुख्य विधियों की व्याख्या की है, जैसे:- यम, नियम, आसन, प्राणायम, प्रत्याहार, ध ारण, ध्यान, समाधि। आधुनिक युग में मानव की बदलती जीवनशैली में योग व ध्यान अत्यंत आवश्यक है। मानसिक स्वास्थ्य, शारीरिक स्वास्थ, समय का प्रबंधन, सामाजिक संबंध तथा आत्म प्रगति के लिए यह आवश्यक है। यह मनोवैज्ञानिक तनाव कम करने और सचेतना को बढ़ावा देने के लिए प्रभावी साधन है। इसलिए यह वर्तमान में हर मनुष्य के लिए अति-आवश्यक है।

उद्देश्य:

वर्तमान युग में आधुनिक बदलती जीवन शैली में हमारे सदियों पुराने मानवीय मूल्यों को लगभग समाप्त कर दिया है। मनुष्य की शारीरिक गतिविधियॉ कम तथा मानसिक कार्य अधिक हो गये हैं। परिणाम स्वरूप मनुष्य अल्प आयु में ही मधुमेह, उच्च रक्तचाप, मोटापा और न जाने कितनी ही बीमारियों के शिकार हो रहे है। आधुनिक चिकित्सा संसाधन तात्कालिक राहत प्रदान करते हैं, परन्तु मन की गहराई तक पहुंच कर कारगर उपचार करने में असमर्थ है।

योग और ध्यान एक जटिल मनोवैज्ञानिक तथा प्रतिरक्षा प्रणाली से युक्त है। यह एक ऐसी उपचार प्रणाली है जो आधुनिक विकारों पर अधिक प्रभावी सिद्ध होती है। मानव जीवन अमूल्य है अत: इसे निरोगी रखने के लिए योग और ध्यान महत्वपूर्ण है। योग तथा ध्यान का उद्देश्य जीवन का सर्वांगीण विकास करना है, अर्थात् इस लेख का उद्देश्य मनुष्य के शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य, नैतिक, आध्यात्मिक व सामाजिक विकास से है। दूसरे शब्दों में कहा जा सकता है योग तथा ध्यान जीवन जीने की एक कला है।



योग से स्वास्थ्य लाभः

योग के अंतर्गत प्राणायाम ऐसा साधन है जो मन और शरीर को स्वस्थ रखता है प्राणायाम यानि प्राणों का आयाम दूसरे शब्दों में हम कह सकते है, प्राणों को सही दिशा देना, यदि हम 60-65 दिन तक खाना न खायें, 5-10 दिन पानी न पियें तब भी जीवित रह सकते है, लेकिन श्वास के बिना जीना संभव नहीं है। श्वास लेना, छोड़ना, श्वास रोंकना प्राणायम का एक हिस्सा है। प्राणायाम का अभ्यास करने से फेफड़े मजबूत होते हैं, मस्तिष्क को शक्ति मिलती है। भ्रामरी करने से तनाव, थकान, चिन्ता, गुस्सा, रक्तचाप पर नियंत्रण होता है। भस्त्रिका, कपालभाति के माध्यम से शरीर को पर्याप्त ऑक्सीजन मिलती है, परिणाम स्वरूप आमाशय सशक्त होता है। उज्जायी प्राणायाम से गले से संबंधित समस्या जैसे- थायराइड आदि पर नियंत्रण होता है, इसी तरह नाडी शोधन द्वारा शरीर की लगभग 72000 नाडियों का शोधन होता है, जिससे स्नायु तन्तु की शक्ति बढ़ती है। अनुलोम, विलोम के नियमित अभ्यास से मन की चंचलता को वश में किया जा सकता है।

योगासन करने से हड्डियां, जोड़ो, लीवर, गुर्दे, फेफड़े, हृदय और मस्तिष्क इत्यादि शरीर के सभी अंगो पर सकारात्मक प्रभाव पड़ते है। हमारे शरीर में 206 हड्डियॉ होती है, रीड़ की हड्डी को स्वस्थ रखने के लिए आगे झुकना, पीछे झुकना, दाएं-बांये झुकना तथा विभिन्न आसनों से शरीर में लचीलापन, नाड़ी प्रवाह को ठीक रखा जा सकता है। योगासन में वज्रासन से पाचनतंत्र मजबूत होता है। शीर्षासन से पीनियल और पिट्यूटरी ग्रंथियां पुष्ट होती है। हलासन के नियमित अभ्यास से पीठ, कमर आदि के दर्दो में आराम मिलता है। हस्तपाद शीर्षासन से मुख पर कांति आती है तथा कब्ज, गैस से छुटकारा दिलाने में सहायक है। मत्स्यासन से हथेलियों, कोहनी, कलाईयॉ तथा कंधे सुदृढ़ बनते है। वृक्षासन से शारीरिक संतुलन में सुधार आता है। मयुरासन पेट का ट्यूमर, लीवर की वृद्धि आदि रोगो में शीघ्र लाभ पहुंचाकर स्वस्थ बनाता है। मकरासन से सम्पूर्ण शरीर में रक्त संचार तथा चर्मरोगों में लाभ होता है। सुप्तवज्रासन से पीठ की मांसपेशियां सुदृढ़ और लोचदार बनती है। उदर आसन से श्वास रोगियों को पर्याप्त आराम मिलता है। चक्रासन पैर के पंजे, पिंडली, घुटने, जाघों, पेट, पीठ, कंधे, हाथ, गर्दन, आदि समस्त जोडो तथा मांसपेशियों को स्वस्थ रखता है।

ध्यान से विचारों पर नियंत्रण होता है जिससे मन शांत होता है। मस्तिष्क की कार्यक्षमता बढ़ती है। परिणाम स्वरूप रचनात्मकता, सृजनशीलता में वृद्धि होती है। इस प्रकार स्वस्थ जीवन और सुख समृद्धि की प्राप्ति हेतु योग व ध्यान का अभ्यास महत्वपूर्ण है। योग के संबंध में किये गये शोध अध्ययनः- चिंता और अवसाद के उपचार में जिन दवाईयों का प्रयोग किया जाता है, उनके अपने दुष्प्रभाव (साइड इफेक्ट) होते है। योग नकारात्मक विचारों को दूर कर सकारात्मक भावनाओं को बढाकर मनोवैज्ञानिक स्थितियों में सुधार करते हुए मानसिक संतुलन बनाए रखने में मदद करता है।

ईरान के मेडिकल साइंस कॉलेज के डॉक्टर और शोधकर्ता मासुमेह सोहानी, घोलमरेजा बफर, मरजीह पारिजाद आदि की टीम ने तनाव कम करने में योग कैसे मदद कर सकता है इस पर शोध किया। शोध के निष्कर्ष इंटरनेशनल जर्नल आफ प्रेवेन्टीव मेडिसिन में प्रकाशित हुए यह अध्ययन ईरान के ईलम में रहने वाली महिलाओं में तनाव, चिंता और अवसाद पर योग के प्रभावों की जॉच के लिए किया गया। यह अध्ययन परीक्षण के साथ किया गया। डेटा एकत्र करने के लिए डिप्रेशन, एन्जायटी स्ट्रेस (क्यू) संबंधी प्रश्नावली का इस्तेमाल किया गया जिसमें महिलाओं ने एक विशेषज्ञ के प्रशिक्षण सत्र में 4 सप्ताह तक हठ योग का अभ्यास किया। 30 से 65 आयु वर्ग की महिलाओं को सर्त्में शामिल किया गया। 12 सत्रों के बाद महिलाओं में अवसाद, चिंता, तनाव (क्यू) में कमी देखी गई। डॉ. स्मिंता सिंह 19 जून 2023 ीमंसर्जीवजे.बवउ

18 मिइ. 2021 हिन्दुस्तान समाचार पत्र में प्रकाशित समाचार के अनुसार आई.आई.टी. (दिल्ली) की वैज्ञानिक डॉ. पूजा साहनी का कहना है कि कोविड 19 के दौरान तनाव को कम करने के लिए योग करने

की सलाह लोगों को दी गई थी। योग तनाव, चिंता, अवसाद दूर करने तथा जिन्दगी की उलझनों को सुलझाने में मददगार साबित होता है। कोविड 19 से निर्मित स्थिति को देखते हुए लॉकडाउन के दौरान एक शोध में पाया गया कि योग करने वालों को इस समय तनाव, घबराहट, अवसाद व चिंता की समस्या नही थी, योग करने के कारण प्रतिकूल परिस्थिति में भी मानसिक रूप से शांत थे। जबकि जो लोग योग नही करते थे वे तनाव, घबराहट, अवसाद व चिंता के शिकार थे। यह शेध 4 से 10 वे सप्ताह के बीच एक अध्ययन किया 26 अप्रैल से 6 जून तक 643 लोगो के बीच यह अध्ययन किया गया। योग करने वालों को तीन श्रेणियों में विभाजित किया गया था, पहला लंबे समय से योग करने वाले, दूसरा एक साल से कम समय मे योग करने वाले, तीसरा जिन्होंने लॉकडाउन के समय योग करना शुरू किया इनसे फोन पर गूगल डाक के जरिये सवाल पूछे गये थे। जिन 643 व्यक्तियों पर अध्ययन किया गया उसमें छात्र, नौकरीपेशा, एवं गृहणियां शामिल थी।

WHO का अनुमान है प्रति एक लाख लोगो में 2443 लोगों को मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्या है। कुछ मानसिक बिमारियॉ ऐसी है जिन्हे काउंसलींग तथा मनोविश्लेषण के द्वारा सही किया जा सकता है। दूसरी ओर कुछ मानसिक बीमारियां ऐसी है जिसमें केमिकल प्उइंसंदबम (रसायनिक) असंतुलन होने से हेप्पी हारमोन्स कम हो जाते है, जिससे तमाम बीमारियां उत्पन्न होती है। WHO की संस्था ग्लोबोकेन जो कैंसर पर शोध करनेवाली अन्तर्राष्ट्रीय ऐंजेंसी है। इस संस्था का मानना है, योग व ध्यान एक ऐसा विकल्प है जो, मधुमेह, उच्च रक्तचाप, हृदयघात के साथ-साथ कैंसर को काफी हद तक दूर रहने मे मदद करता है।

निष्कर्ष:

विश्व में हमारे भारतीय आध्यात्मिक और अलौकिक ज्ञान-विज्ञान की मुख्य भूमिका है। यौगिक ज्ञान एक प्राचीनतम ज्ञान है। यह ज्ञान या विद्या एक देश की न होकर सार्वभौमिक है वर्तमान समय में 180 से अधिक देश अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस मना रहे है। इस प्रकार योग की महत्ता को देखते हुए इस लेख को लिखने का उद्देश्य है भगवान बुद्ध से उनके एक प्रिय शिष्य ने पूछा था, भंते शरीर और योगसाधना का आपस में क्या संबंध है? बुद्ध ने उनसे कहा कि जैसे वीणा और संगीत का संबंध है। वीणा के तार यदि ढ़िले होगे तो संगीत का स्वर ही न फूटेगा यदि तार बहुत कसे होगे तो छेडते ही टूट जाऐगे, अत: संतुलित खिचाव से ही संगीत बजता है इसी प्रकार मेरा साधकों को सुझाव है कि शरीर ही साधना का माध्यम है इसे इतनी छूट न दी जाय कि यह बेकार हो जाय और इस पर इतना अत्याचार भी न करों की यह टूट जाए। योग एवं ध्यान एक पूर्ण वैज्ञानिक विधि है, लोगो को स्वस्थ रहने तथा छोटी-मोटी व्याधि होने पर उन्हें स्वयं का उपचार लेने की प्रेरणा मिलती है। स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क रहता है, अत: शांति, संतोष, और सुव्यवस्था में गुणात्मक सुधार होगा। भारत की प्राचीन योग विद्या को सम्पूर्ण विश्व में समर्थन प्राप्त हुआ 11 दिसम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र महासभा के 193 सदस्यों ने मिलकर 21 जून को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाये जाने का संकल्प लिया। योग का सबसे बड़ा अभ्यास 21 जून 2016 को राजपथ नई दिल्ली में प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के साथ प्रथम अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस सफलतापूर्वक आयोजित किया गया, तभी से निरंतर सम्पूर्ण विश्व में 21 जून को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया जाता है। इस वर्ष विश्वभर में 9वां अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून 2023 को मनाया गया, जिसमें प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने संयुक्त राष्ट्र मुख्यालय में योग सर्त्का नेतृत्व किया।

संदर्भ :

1. रचना पत्रिका म.प्र. शासन उच्च शिक्षा विभाग एवं म.प्र. हिन्दी ग्रंथ अकादमी भोपाल 2018
2. रचना पत्रिका म.प्र. शासन उच्च शिक्षा विभाग एवं म.प्र. हिन्दी ग्रंथ अकादमी भोपाल 2017
3. कुरूक्षेत्र सूचना और प्रसारण मंत्रालय 2018

4. कार्य जीवन की गुणवत्ता, भारतीय अंर्तदृष्टि नई दिल्ली
5. योगासन और शरीर विज्ञान, स्वामी अक्षय आत्मानंद, प्रतिभा प्रतिष्ठान नई दिल्ली
6. healthshots.com डॉ. स्मिता सिंह 19 जून 2023
7. समाचार पत्र हिन्दुस्तान 18 फरवरी 2021

❑❑❑

योग एवं स्वास्थ्य : एक दार्शनिक विवेचन

❍ वंदना नोहरिया✡

संक्षिप्तिः

योग आध्यात्मिक, शारीरिक और मानसिक प्रथाओं का एक समूह है जिसकी उत्पत्ति प्राचीन भारत में हुई थी। आज योग को वैश्विक स्तर पर एक विशिष्ट पहचान मिली है। और इसका पूरा श्रेय स्वामी विवेकानंद को दिया जाता है। विवेकानंद का "राज योग" नामक पुस्तक को, योग का पश्चिमी देशों में लोकप्रिय बनाने में महत्वपूर्ण कदम माना जाता है। श्री अरबिंदो आदि ने भी योग को विदेशी धरती पर लोकप्रिय बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। स्वामी विवेकानंद ने योग की विशालता को व्यक्त करते हुए राजयोग नामक पुस्तक में लिखा है, "भारतीय दर्शन की सभी रूढ़िवादी प्रणालियों का एक ही लक्ष्य, योग विधि द्वारा पूर्णता के माध्यम से आत्मा की मुक्ति है।"

प्रस्तुत लेख मे मै योग के अभ्यास द्वारा समाधि की अवस्था को प्राप्त करके आध्यात्मिक लक्ष्य पूर्ण करने की प्रक्रिया पर प्रकाश डालूंगी। साथ ही स्वस्थ जीवन व्यतीत करने मे योग की भूमिका की भी चर्चा करूंगी।

प्रस्तावना–

भारत वर्ष मे प्राचीन काल से ही योगी ऋषि, मुनि,सन्त महात्मा योगाभ्यास के माध्यम से मोक्ष प्राप्त करते रहे है। इस विधा का लाभ न केवल ऋषि, मुनि या योगी ही प्राप्त कर सकते है, वरन सामान्य व्यक्ति भी इससे लाभ प्राप्त कर सकता है। आज की तनाव एवं व्यस्तापूर्ण जीवन शैली मे प्रत्येक के लिए योग साध ना की जरूरत है। डॉ. आनंद कुमार ने आधुनिक जीवन शैली के दुष्परिणाम तथा उसे कम करने में योग के महत्व को प्रकाशित किया।और कहा कि एलोपैथी चिकित्सक होने के बावजूद भी वे अपने रोगियों को योग अथवा व्यायाम अपनाने की सलाह देते हैं। औषधि से बीमारियों को कम तो किया जा सकता है लेकिन समूल नष्ट नहीं किया जा सकता है। योग बीमारियों से बचाता भी है और मिटाता भी है।

बीएसएस कॉलेज के प्राचार्य प्रो. (डॉ.) संजीव कुमार ने कहा कि योग एक संपूर्ण जीवन विज्ञान है। यह जीवन जीने की एक वैज्ञानिक पद्धति तथा आत्म कल्याण से विश्व कल्याण की यात्रा है। उन्होंने योग के छात्र जीवन में महत्व को रेखांकित करते हुए कहा कि योग से छात्रों के जीवन में आत्मविश्वास, एकाग्रता, संकल्प शक्ति, रोग प्रतिरोधक क्षमता, परस्पर विश्वास विकसित होता है।

योग शब्द श्युजश धातु से बनता है जिसका अर्थ है समाधि। समाधि की अवस्था मे आत्मा अपने स्वरूप

✡ *व्याख्याता तत्वज्ञान विभाग, पं. जे.एल.एन. शासकीय महाविद्यालय फरिदाबाद*

मे प्रतिष्ठित हो जाती है। योग का शाब्दिक अर्थ है;जोङना।चेतन पुरुष को पुरुष या आत्मा के वास्तविक स्वरूप से जोङना ही योग है। प्राचीन योग शास्त्र पतंजलि केश योग सूत्रश मे मिलता है। जिसका समय ई.पू. दूसरी शताब्दी माना जाता है। योग सूत्र मे 194 सूत्र है। योग सूत्र पर महर्षि व्यास ने व्यास भाष्य लिखा। परन्तु पहले योग ऋषि के रूप मे हिरण्यगर्भ का नाम मिलता है। वर्तमान रूप मे योग दर्शन के वास्तविक संस्थापक महर्षि पतंजलि को माना जाता है। आधुनिक युग के महान आत्म दृष्टा योगी महर्षि दयानंद सरस्वती ने अपने प्रसिद्ध ग्रन्थ ऋग्वेदादिभाष्य भूमिका मे लिखा है कि चित्त की वृत्तियो को सब बुराईयो से दूर करके शुभ गुणो मे स्थिर करके परमेश्वर के समीप मे मोक्ष प्राप्त करने को योग कहते है।

योग के उपर्युक्त सभी अर्थो का अंतर्भाव महर्षि पतंजलि द्वारा दी गई योग की परिभाषा षचित्त की वृत्तियो को रोकना योग है।ष मे हो जाता है।

योग दर्शन के लेखक महर्षि पतंजलि ने योग शब्द का अर्थ बताते हुए लिखा है- योगश्चितवृत्तिनिरोध :। अर्थात चित्त की वृत्तियो को रोकना ही योग है। चित्त सृष्टि विकास की पहली अवस्था है। महत, मन व अहंकार का सयुंक्त रूप चित्त है। चित्त आत्मा का दर्पण है। आत्मा न ज्ञाता है, न कर्ता है, न भोक्ता है। जगत मे रहकर चित्त मे जो विचार आते है वही वृत्तिया है। आत्मा का स्वभाव शांत और स्थिर है। लेकिन जब आत्मा बाह्य जगत के पदार्थो के सम्पर्क मे आती है तो अपने आपको परिवर्तन शील समझने लगती है और बंधन मे पङ जाती है। परिवर्तन शील वस्तुओ से हटाकर आत्मा को स्थिर व स्वतंत्र रूप से जोङ देना ही योग है।

जैसे - भय, लालच, मोह, उन्माद, चिंता, चंचलता। स्वभाव से चित्त शांत होता है। जैसे - शांत समुद्र मे हवा की लहरे समुद्र मे हलचल उत्पन्न करती है।

आत्मा चित्त वृत्तियो से शून्य है। चित्त अचेतन होता है। जब चेतन पुरूष (आत्मा) का प्रतिबिंब चित्त पर पङता है तो चित्त चेतन की तरह व्यवहार करने लगता है।और जब चित्त वस्तुओ के सम्पर्क मे आता है तो वस्तुओ का आकार ग्रहण कर लेता है। जैसे- आग मे तपता लोहा आग का ही रूप ग्रहण कर लेता है। आत्मा भ्रम मे पङ जाती है कि चित्त उन्ही वस्तुओ का हिस्सा है। चित्त की वृत्तियो से घिरी आत्मा इन्ही वस्तुओ को अपना वास्तविक स्वरूप समझने लगती है और स्वयं को सीमित कर बंधन मे पङ जाती है। तथा दुख-सुख भोगने लगती है। ये वृत्तियां क्लिष्ट और अक्लिष्ट कहलाती है।

- क्लिष्ट- क्लिष्ट वृत्तियां दुख देने वाली होती है और अविधा जनित होती है
- अक्लिष्ट- क्लिष्ट वृत्तियां दुख देने वाली होती है और अविधा जनित होती है
- वृत्तियां 5 प्रकार की है-
- प्रमाण- इसके अंतर्गत प्रत्यक्ष, अनुमान और शब्द प्रमाण आते है। यह ज्ञान प्राप्त करने मे सहयोग करते है।
- विपर्यय- किसी वस्तु के मिथ्या ज्ञान को विपर्यय कहते है। जैसे - रस्सी मे सांप का ज्ञान।
- विकल्प- विकल्प वह है जिसमे बिना वस्तु के हम उसकी कल्पना कर लेते है।
- निद्रा - यह किसी वस्तु के अभाव का ज्ञान कराने वाली वृत्ति है।
- स्मृति- अनुभव किए गए विषय को ठीक-ठीक उसी रूप मे स्मरण करना स्मृति है। इन वृत्तियो से अंत:करण पर संस्कार पङते है और समय पाकर यह पुन: वृत्ति का रूप धारण कर लेते है। यह चक्र निरंतर चलता रहता है।

चित्त की 5 अवस्थाऐ होती है-

- क्षिप्त - यह वह अवस्था है जब रजोगुण के प्रभाव से चित्त मे एकाग्रता की कमी होती है। जैसे

- दैत्य, या धन के मद मे उन्मद लोगो का चित्त।

- मूढ- तमोगुण के प्रभाव के कारण चित्त आलस्य व उदासीनता से युक्त होता है
- विक्षिप्त- यह वह अवस्था है जिसमे सत्व गुण की अधिकता रहती है लेकिन रजोगुण के प्रभाव के कारण चित्त आंशिक रूप से एकाग्र होता है।
- एकाग्र- सत्वगुण के प्रभाव के कारण चित्त एकाग्र हो जाता है।लेकिन चित्त की वृत्तियां बनी रहती है।
- निरुद्ध- यह चित्त की सर्वश्रेष्ठ अवस्था है।इस अवस्था मे पूर्ण एकाग्रता रहती है। इसी अवस्था को योग कहते है।

योग दर्शन हमे वेदो, उपनिषदो,सूत्रो मे भी प्राप्त होता है। ऋग्वेद मे कई स्थान पर यौगिक प्रक्रियाओ के विषय मे उल्लेख मिलता है। उपनिषदो मे इसके पर्याप्त प्रमाण उपलब्ध है।गीता मे भी योग को कर्म मे कुशलता प्राप्त करना,समत्वभाव तथा ब्रह्म भाव बताया गया है। वेदान्त मे चित् को शुद्ध करने के लिए योग का महत्व स्वीकार किया गया है। योग दर्शन की गणना षडदर्शन मे कई गई है। योग दर्शन एक आस्तिक दर्शन है।भारतीय दर्शन मे तीन प्रकार के दुख बताए गए है।

आध्यात्मिक दुख, आधिभौतिक दुख, आधिदैविक दुख

आध्यात्मिक दुख मनुष्य के अपने शरीर और मन से उत्पन्न होते है।

आधिभौतिक दुख बाह्य पदार्थो के प्रभाव से उत्पन्न होते है।जैसे- कॉटे का चुभना, हाथ कट जाना, जानवरो द्वारा फसल नष्ट हो जाना। आधिदैविक दुख बाह्य और अलौकिक कारण से उत्पन्न होते है। जैसे नक्षत्र, भूत- प्रेत आदि इसी प्रकार के दुख है।

मानव इन दुखो से छुटकारा पाना चाहता है। चिकित्सा विज्ञान मे अस्थाई तौर पर दुखो से मुक्ति दी है। परन्तु वास्तविक दुख से मुक्ति तो केवल मोक्ष से ही सम्भव है। और मोक्ष आनन्द या सुख की अवस्था मानी गई है। योग त्रिविध दुखो से मुक्ति का व्यावहारिक मार्ग बताता है। जिसे अष्टांग योग कहते है। इसके आठ अंग है जिनकी मानव जीवन में शारीरिक, मानसिक बौद्धिक, सामाजिक तथा आध्यात्मिक आदि अनेक स्तरों पर लाभ है।

इसमे प्रथम पांच योग के बाह्य अंग है तथा अंतिम तीन योग के आंतरिक अंग है और उनका योग से सीधा सम्पर्क है।ये इस प्रकार है; (ैींतउं) यम- योग अंगों में प्रथम यम का पालन ना केवल योग का अभ्यास करने वालों के लिए वरन मानव मात्र के लिए जरूरी है सभी प्रकार की बुराइयों से बचने के लिए अहिंसा, सत्य, अस्तेय ,ब्रह्मचर्य तथा अपरिग्रहों का पालन अवश्य करना चाहिए। इनका उल्लेख जैन धर्म मे भी है।

- अहिंसा- किसी भी प्राणी को कभी- भी कष्ट न पहुँचाना अहिंसा है।इसे यमो का प्रारम्भ एवं अंत भी कहा गया है। अन्य सभी यम इसी मे समाहित है।अहिंसा से तात्पर्य मन, वचन और कर्म तीनो प्रकार की अहिंसा से है।
- सत्य से आशय असत्य वचन के परित्याग से है।
- अस्तेय से तात्पर्य चोरी न करने से है।
- ब्रह्मचर्य से तात्पर्य इंद्रियो पर संयम रखते हुए विषय वासना से दूर रहना।
- अनावश्यक वस्तुओ का संग्रह न करना अपरिग्रह है।

नियम- योग का दूसरा नियम सदाचार का पालन करना है।

महर्षि पतंजलि ने शौच, संतोष, तप, स्वाध्याय, ईश्वर प्रणिधान यह 5 नियम बताए हैं।

- शौच का तात्पर्य शुद्धी से है। सफाई शरीर और मन दोनो की होनी चाहिए।
- संतोष से तात्पर्य उचित प्रयास से जितना भी प्राप्त हो सके उससे ही संतुष्ट रहना।
- तप से तात्पर्य सर्दी- गर्मी आदि मे रहने का अभ्यास तथा कठिन व्रत का पालन करना ।
- स्वाध्याय का तात्पर्य नियमपूर्वक धर्म-ग्रंथो का अध्ययन करना।
- ईश्वर प्रणिधान का तात्पर्य ईश्वर मे ध्यान लगाना एवं स्वयं को उस पर आश्रित कर देना। इससे समाधि की सिद्धी प्राप्त होती है।

आसन- चित्त को स्थिर रखने वाले तथा सुख देने वाले बैठने के प्रकार को आसन कहते हैं। आसन अनेक प्रकार के हैं। जैसे- पद्मासन ,वीरासन, भद्रासन, शीर्षासन, गरुड़ासन, मयूरासन,शवासन आदि।

प्राणायाम- स्थिर आसन होने से श्वास और प्रश्वास की गति के विक्षेप को प्राणायाम कहते हैं। इससे श्वास का नियंत्रण होता है. इसके 3 अंग है-

- पूरक- श्वास को भीतर खींचकर रोकना।
- कुंभक- बिना रेचक और पूरक के श्वास-प्रश्वास की गति को रोक देना।
- रेचक- भीतर की वायु को बाहर निकालकर बाहर रोक देना।

इससे शरीर और मन में दृढ़ता आती है और चित्त एकाग्र होता है. इससे समाधि की अवधि भी बढ़ाई जा सकती है।

1. प्रत्याहार - इंद्रियों को अपने-अपने विषयों से हटाकर अंतर्मुखी करने को प्रत्याहार कहते हैं। इससे सांसारिक विषयों के रहते हुए भी उसका मन पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।
2. धारणा - चित्त को किसी स्थान में स्थिर कर देना धारणा है। यह स्थान बाह्य पदार्थ जैसे सूर्य, किसी देवता की प्रतिमा आदि भी हो सकते हैं. और अपने शरीर में नाभि, भौहो के मध्य का भाग भी हो सकते हैं। धारणा की सिद्धि से ही समाधि की अवस्था तक पहुंचा जा सकता है।
3. ध्यान - जिस स्थान पर धारणा काल में चित्त को एकाग्र किया गया था। वहीं पर चित्त एकाग्रता में निरंतरता बनी रहना ध्यान है।
4. समाधि - ध्यान के निरंतर अभ्यास से चित्त भी वस्तु के ही आकार को ग्रहण कर लेता है। तथा अपने ध्यान रूप का परित्याग कर देता है। तब चित्त की यह अवस्था समाधि कहलाती है।
5. समाधि में प्राप्त सिद्धियां
6. योग दर्शन के अनुसार योगाभ्यास करने से योगियों को विशेष अवस्थाओं में विशेष सिद्धियां प्राप्त होती हैं। यह सिद्धियां आठ प्रकार की है। इन्हें अष्ट सिद्धि भी कहते है।

समाधि मे प्राप्त सिद्धियां

- अणिमा- अणु के समान छोटा हो जाना।
- लघिमा -हल्का बनकर ऊपर उठ जाना।
- महिमा - पहाड के समान भारी हो जाना।
- प्राप्ति- कोई भी वस्तु प्राप्त करना।
- प्रकाम्य- इच्छा की सिद्धी होना।

- वशित्व- सब प्राणियो को वश मे करना।
- इशित्व - भौतिक पदार्थो पर अधिकार होना।
- यथा कामावसायित्व - संकल्पो की सिद्धी हो सकना।

ये आठ प्रकार की सिद्धियां योगी की इच्छानुसार प्रयोग की जा सकती है।परंतु योग दर्शन मे इन सिद्धियो के लोभ से योग साधन मे प्रवृत्त होने का निषेध है। इससे साधक पथभ्रष्ट हो जाता है। योगियो को सिद्धियो के फेर मे न पङकर अंतिम लक्ष्य मोक्ष प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए।

समाधि दो प्रकार की होती है -

- संप्रज्ञात समाधि - संप्रज्ञात समाधि में ध्येय वस्तु का ज्ञान बना रहता है।
- असम्प्रज्ञात समाधि - असम्प्रज्ञात समाधि में ध्येय वस्तु का ज्ञान भी नहीं रहता है। असम्प्रज्ञात समाधि में चित्त सर्वथा निरूद्ध हो जाता है।

समारोप

आत्मा का संबंध विभिन्न विषयों से छूट जाता है। इस समाधि में ध्यान की चेतना का पूर्णतया अभाव रहता है।यही आत्मा के मोक्ष की अवस्था है। योग द्वारा भारतीय दार्शनिक जिस भूमि में पदार्पण करते थे। उसका आभास पूरब और पश्चिम ,प्राचीन और आधुनिक युग सभी देशों और कालों में ऋषियों को मिला है। मिस कॉस्टर ने लिखा है कि "मुझे विश्वास है कि जिसे लोग इस जीवन का यवनिकापात समझ लेते हैं । उससे भी परे एक प्रदेश है और जो दृढ़ संकल्प लेकर चलेंगे वे वहां तक पहुंच कर उसका पता भी पा सकते हैं।"

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस हर साल 21 जून को मनाया जाता है। और 21 जून का दिन साल का सबसे बड़ा दिन होता है और योग भी मनुष्य को दीर्घायु प्रदान करता है। इसलिए इस दिन, योग दिवस मनाया जाता है।

अत मे मै यह कहना चाहूगी कि योग का अभ्यास लौकिक और पारिलौकिक दोनो ही जीवन को लिए आवश्यक है। शोध की विधी- मेरे इस शोध अध्ययन की विधी वर्णनात्मक है। इस शोध पत्र मे मैने वास्तविक तथ्यो को एकत्रित करके उनके आधार पर विस्तृत विवरण देने का प्रयास किया है। शोध का उद्देश्य- इस शोध का उद्देश्य योग के लौकिक और पारलौकिक महत्व पर प्रकाश डालना है।

संदर्भ :

1. Sharma, C. (2009 .). Indian Philosophy.
2. Singh, Kernail. (2015). दर्शन शास्त्र, Arihant Publication

❑❑❑

आसन एवं प्राणायाम का मनुष्य के स्वास्थ्य पर प्रभाव : एक मूल्यांकन

❍ डॉ. राजेश कुमार✡

प्रस्तावना

योगदर्शन भारतीयों की प्राचीन धरोहर ही नहीं है बल्कि आज के युग में भी उसे पूर्ण रूप से अपनाकर जीवन को अधिक श्रेष्ठ, सुन्दर एवं प्रेमपूर्ण बनाया जा सकता है। योग एवं विज्ञान मानव की चेतना की चरम अवस्था है। योग एवं विज्ञान को समन्वय रूप से प्रयोग करके पृथ्वी को ''सत्यम् शिवम् सुन्दरम् रूप में देखा जा सकता है। वर्तमान स्थिति में योग प्रासंगिक सिद्ध हो रहा है, जिसका उदाहरण हम योग की विश्व में जागरूकता व फैलते प्रचार-प्रसार के रूप में देख सकते हैं।

तनावग्रस्त व्यक्ति को गाइडेड रिलेक्सेशन के रूप में श्वासन की स्थिति में लिटाकर प्राण और मन की क्रियाओं को निर्देशित किया जाता है, जिससे व्यक्ति को सकारात्मक रूप से ध्यान को केन्द्रित कररने के लिए कह जाता है। धारणा और ध्यान के रूप में मन को तेजस्वी, ओजस्वी और ऊर्जावान बनाने का एक व्यवस्थित प्रयोग पतंजलि ने अपने योगसूत्रों में निरूपित किया है। योग का अभ्यास करने की कला व्यक्ति के मन, शरीर और आत्मा को नियंत्रित करने में मदद करता है। तनाव और चिंता को प्रबंधित करने में मदद करता है। योग शरीर को व्यवस्थित और ठीक से काम करता रहता है। यह शरीर के अंगों को मजबूत और फुर्तीला बनाता है। आंतरिक अंगों का कामकाज सही और चुस्त है। न केवल भौतिक शरीर बनाता है, बल्कि मन भी शांत और उत्साहित होता है। इसीलिए किसी भी प्रकार की बीमारियाँ शरीर को प्रभावित नहीं कर सकती हैं।

योग का हमारे शरीर और स्वास्थ्य पर सीधा प्रभाव पड़ता है। जबसे हमने योग करना शुरू किया है, हमने कुछ शारीरिक बदलावों का अनुभव किया है। योग के कई आसन हैं। आसन के अनुसार शरीर के अंगों पर प्रभाव भी अलग-अलग होते हैं। हालांकि कुछ आसन पूरे शरीर को प्रभावित करते हैं जैसे कि सूर्य नमस्कार। इसे संपूर्ण व्यायाम भी कहा जाता है। यद्यपि सभी प्रकार के योग का अभ्यास करना संभव नहीं है, कुछ आसन नियमित रूप से किए जा सकते हैं। अलोम-विलोम, कपाल भाति तथा भस्तरिका आसन द्वारा हमारे मानसिक तनाव को समाप्त किया जा सकता है।

प्राणायाम से शरीर के भीतर की नाड़ियाँ सुचारू रूप से कार्य करती हैं। योग डिप्रेशन और एंग्जाइटी जैसे मनोरोगों के इलाज में सहायक है। यह आपके हृदय को भी स्वस्थ रखने, रक्त शरीर को कम रखने, बैड या खराब कोलेस्ट्रॉल को कम रखने और अच्छे या गुड़ कोलेस्ट्रॉल के स्तर को बढ़ाने में भी मदद करता है।

✡ *सहायक प्रोफेसर, शारीरिक शिक्षा, एसएम गवर्नमेंट कॉलेज फॉर वुमेन, मोखरा*

आज के समय में मनुष्य के मस्तिष्क पर अनेक प्रकार के तनाव के कारण विभिन्न बिमारियाँ पनपना शुरू कर देती हैं। महानगरीय जीवन में खासतौर पर कमजोर पड़ते सामाजिक ढांचे, सुविधाओं की बढ़ती प्यास घर, दफ्तर की नोकझोंक, दम तोड़ती आशाएँ मन की टूटन और दु:खद स्मृतियों की चुभन के फलस्वरूप पैदा हो रहे भयंकर महामारी का रूप ले चुके हैं। बैचेनी, अकारण क्रोध, व्याकुलता, अवसाद, मानसिक एकाग्रता का अभाव, अकर्मण्यता, स्मृति भ्रम, चिड़चिड़ापन, नींद का ठीक से न आना और बोझिल रहना, ये सब तनाव के आभूषण हैं। इसी तरीके से शारीरिक तनाव में हृदय व फेफड़ों में अनेक प्रकार के रोग उत्पन्न हो जाते हैं।

इस बढ़ते तनाव से मुक्ति के लिए सबसे अहम् भूमिका योग की होती है। पाश्चात्य मनोचिकित्सक योग का मानसिक व्याधियों को दूर करने के लिए योग का निरंतर और नए-नए तरीके से प्रयोग कर रहे हैं। उन्होंने पाया कि योग के आसनों और प्राणायाम से प्रयुक्त होने वाला श्वासन एक ऐसा प्रयोग है, जिससे सहज ही तनाव को दूर किया जा सकता है। शारीरिक तनाव को कम करने में योग सबसे अहम् भूमिका निभाता है। शरीर की विशेष अवस्था को संस्कृत में आसनष् नाम दिया गया है। सामान्य भाषा में कहा जाए तो ष्आसनष् तनाव-रहित और अधिक समय तक सुविधा की विशेष शारीरिक अवस्था का द्योतक है। ईसा से दूसरी शताब्दी पूर्व पातंजलि ने योगसूत्र ग्रंथ में योगाभ्यास के सिद्धान्त निर्धारित किए थे। उन्होंने ध्यानावस्था को ही श्आसनश कहा था और शारीरिक स्थितियों को ष्योग व्यायाम की संज्ञा दी थी। तथापि सामान्य तौर पर सक्रिय योगाभ्यासों को भी आसन ही कहा जाने लगा।

अनेक आसनों के नाम पशुओं की सहज गतिविधि और स्थितियों से व्युत्पन्न हैं और उन्हीं के नाम पर रखे गए हैं जैसे मार्जारी, मृग, सिंह, खरगोश, आदि। ये सभी आसन प्रकृति रूप से ही लाभ-प्रद अवस्थाओं को प्राप्त करने में उनकी सहायता करते हैं। आसनों का शरीर और मन पर दूरगामी प्रभाव होता है। उदाहरण के लिये, श्मार्जारीश आसन से शरीर को फैलाना और रीढ़ को लचीला रखना, श्भुजंगासनश से आक्रामक वृत्ति और भावुकता को दूर करना और शशांकासन (खरगोश) की अवस्था से विश्राम प्राप्त हो जाता है। सिर के बल किया जाने वाला श्शीर्षासनश और श्पद्मासनश (कमल-आसन) सर्वोत्तम आसन माने जाते हैं। आसन मांसपेशियों, जोड़ों, हृदय-तंत्र प्रणाली, नाडियों और लसिका-संबंधी प्रणाली के साथ-साथ मन, मस्तिष्क और चक्रों (ऊर्जा-केन्द्रों) के लिए भी लाभदायक हैं। ये मन: कार्मिक व्यायाम हैं जो सम्पूर्ण नाड़ी-प्रणाली को सशक्त करने और संतुलित करने के साथ-साथ आसन-कर्ताओं के मन-मस्तिष्क को भी शांत और स्थिर रखते हैं। इन योगासनों का प्रभाव संतोषी-वृत्ति, मन की सुस्पष्टता, तनावमुक्ति और आन्तरिक स्वतंत्रता और शांति में परिलक्षित होता है।

दैनिक जीवन में योगष् प्रणाली इस प्रकार से निर्धारित की गई है जिसमें साधारण प्रारंभिक अभ्यासों से अधिक विशिष्ट और कठिन आसनों तक पहुँचा जा सकता है जिसके परिणामस्वरूप शरीर को क्रमिक और चरण-बद्ध रूप से तैयार कर अंत में विश्राम अवधि भी शामिल की जाती है तथा यही क्रम हर आसन-अभ्यास के मध्य भी रहता है। विश्राम की योग्यता का विकास करने से प्रत्येक व्यक्ति में अपने शरीर के प्रति अनुभूति गहरी होती जाती है जो सभी योगाभ्यासों के सही संपादन के पूर्व की आवश्यकताएं हैं। केवल इसी प्रकार, आसनों के प्रभावों को पूर्ण रूप में देखा जा सकता है।

श्वास की आसनों में महत्त्वपूर्ण भूमिका है। श्वासोच्छवास और गति में समन्वय के साथ, योगाभ्यास सुव्यवस्थित हो जाता है, श्वास स्वयं ही गहन हो जाती है, और शरीर का परिसंचालन व चयापचयन संवधि ंत हो जाता है। श्वास के प्रयोग से तथा शरीर के तनाव पूर्ण भागों पर अधिक ध्यान देने से मांसपेशियों में स्वस्थता प्रदान होती है, साथ ही प्रत्येक नि:श्वास उन भागों को तनाव-मुक्त करता है। चूँकि अधिकांश लोग

स्वभाववश ऊपर-ऊपर से, उथला श्वास ही लेते हैं, ष्दैनिक जीवन में योगष में ष्पूर्ण योग श्वासष का अभ्यास किया जाता है। सही श्वास लेना शरीर की सर्वाधिक चयापचयन प्रणाली के लिये मूल बात है। नियमित अभ्यास से, ष्पूर्ण योग श्वासष श्वास का स्वाभाविक और प्राकृतिक प्रकार बन जाता है। धीमी गति और गहनतर श्वास रक्त परिसंचालन, नाड़ी कार्य-प्रणाली और व्यक्ति की पूर्ण कायिक अवस्थाओं को सुधार देते हैं और यह श्वास अभ्यास शांत और स्पष्ट मनबुद्धि को भी विकसित कर देता है।

आसनों और व्यायाम (कसरत) में अन्तर

कसरती-अभ्यासों के विपरीत, आसनों का अभ्यास धीरे-धीरे किया जाता है जिससे मानसिक ध्यान और सचेतन संज्ञाय द्वारा गति की समझ आ सके। अभ्यासों की संख्या उतनी महत्वपूर्ण नहीं है जितनी कार्य-निष्पादन की गुणवत्ता। अभ्यासों के पहले, बाद में और बीच में सचेतन शरीरिक और मानसिक तनावरहित स्थिति की अवधि भी शामिल की जानी चाहिये।

आसनों का उद्देश्य भीतर संग्रहीत ऊर्जा या तनाव को गति में परिवर्तित कर देना ही न हो कर, प्रत्येक गति या तनाव-मुक्ति का अभ्यास करते समय शारीरिक व मानसिक प्रक्रिया को ध्यान-पूर्वक देखते हुए, शरीर और मन, बुद्धि में सामंजस्य बनाना है। आसनों के करने से शरीर थकता या अकर्मण्य नहीं होता है। इसके उल्टे, ऊर्जा पुनर्जीवित, सक्रिय हो जाने के कारण व्यक्ति को आराम मिलता है और वह तरो-ताजा हो जाता है।

आसनों का अभ्यास - महत्त्वपूर्ण सिद्धांत

1. आसनों को सदैव श्वास के समन्वय में किया जाता है:

- छाती और पेट की भीतरी खाली जगहों को फुलाने वाली गतिविधियाँ, प्रक्रियाएं सदैव श्वास भीतर लेने से जुड़ी, संबंधित होती हैं।
- अभ्यास के प्रारंभिक चरण में आसन बिना किसी प्रकार के आग्रह के बिना रुके ही किए जाते हैं जिससे शारीरिक गति व श्वास एक ही समय घटित होने लगे।

2. इस प्रकार पूरी तरह से स्पष्ट हो जाता है कि किस शारीरिक अभ्यास के समय श्वास भीतर लेना या बाहर छोडना है। इस प्रकार का अभ्यास नाड़ी-तंत्र को शांत करता है, ग्रंथियों को बल प्रदान करता है, श्वास की धारिता बढ़ाता है और व्यक्ति को शारीरिक और मानासिक तनाव से मुक्त कर देता है। मन मस्तिष्क तनावरहित शान्त और स्पष्ट हो जाता है।

3. इस प्रारंभिक अभ्यास के बाद ही किसी भी आसन को लम्बी अवधि तक करना चाहिये-सामान्य रूप से श्वास लेते हुए। अभ्यास के मध्य, शरीर के उसी भाग पर ध्यान एकाग्र किया जाता है जिस हिस्से पर व्यायाम किया जाता है।

4. किसी एक स्थिति, अवस्था का अभ्यास करने के बाद उसी का उल्टा या समानक किया जाता है यथा, जब एक भाग, अवयव ढीला या संकुचित किया जाता है, तब इसके बाद वाले आसन में इस शारीरिक भाग को फैलाया या खींचा जाता है।

आसनों के नियमित अभ्यास से स्वास्थ्य-लाभ

- रीढ़ में लोच बढ़ जाती है।
- जोड़ गतिशील हो जाते हैं।
- मांसपेशियाँ तनाव-रहित, ठीक हो जाती हैं और उनमें रक्त का प्रवाह उपयुक्त मात्रा में होने लगता है।
- अंग और ग्रंथि की सक्रियता बढ़ जाती और नियमित हो जाती है।

- लसिका-संबंधी प्रणाली और चयापचयन-तंत्र उत्तेजित हो जाते हैं।
- प्रतिरोधक, असंक्राम्य प्रणाली सशक्त होती है।
- परिसंचालन और रक्तचाप सामान्य और स्थिर हो जाता है।
- नाड़ी-तंत्र शांत और सशक्त हो जाता है।
- चमड़ी साफ, स्वस्थ और तरोताजा हो जाती है।

उद्देश्य

शोध अध्ययन के मुख्य उद्देश्य इस प्रकार से हैं:-

- योग शारीरिक एवं मानसिक तनाव को कम करने में अहम् भूमिका निभाता है।
- आसन एवं प्रणायाम तनाव को कम करने में कितने फायदेमंद हैं।

शोध समस्या

शोध अध्ययन हेतू शोधकर्ता ने आसन एवं प्राणायाम को स्वास्थ्य पर प्रभाव का अध्ययन हेतु चयन किया है।

आंकड़ा संकलन

शोध अध्ययन हेतू शोधकर्ता ने प्राथमिक आंकड़ों का चयन प्रश्नावली के माध्यम से संकलन किया है। जिसमें 65 प्रतिचयनों का चयन किया गया है। जिसमें उनके आसन और प्राणायाम से पहले और बाद में क्या असर पड़ता है।

आंकड़ों का विश्लेषण

शोध अध्ययन के विश्लेषण हेतू शोधकर्ता ने 25 से 35 आयु वर्ग के महिला और पुरुष वर्ग को सम्मिलित किया है, खासतौर पर जिन्हें तनाव ज्यादा है।

सारणी - 1

आसन व प्राणायाम से पहले तनाव महिला व पुरूष वर्ग में तनाव का स्तर

श्रेणी	Mean	S.D.	t-Ratio	Level of Significant
महिला	24.3	6.06	10.6	Significant
पुरूष	25.36	6.08		

उपरोक्त सारणी से ज्ञात होता है कि बिना योगाभ्यास के विभिन्न वर्ग महिला और पुरुष दोनों में ही मानसिक तनाव बहुत ज्यादा पाया गया। इसमें देखा गया कि चाहे महिला हो या पुरुष दोनों में ही मानसिक तनाव ज्यादा है और खासतौर पर 25-35 वर्ष के आयु वर्ग में यह तनाव बहुत ही ज्यादा है। यह तनाव आज की भागदौड़ भरी जिंदगी एवं घरेलू परेशानियों से पनपता है।

सारणी - 2

आसन व प्राणायाम तनाव को कम करने में कारगर है

श्रेणी	**Mean**	**S.D.**	**t-Ratio**	**Level of Significant**
महिला	12.1	3.03	5.3	Significant
पुरूष	12.6	3.04		

इस सारणी के विश्लेषण के बाद यह निष्कर्ष निकलता है कि मानसिक तनाव को कम करने में योग एक निर्णायक भूमिका निभाता है। विभिन्न आयु वर्ग के माध्यम से पता चलता है कि कार्यस्थल पर सबसे ज्यादा तनाव होता है जिसको योग के माध्यम से कम किया जा सकता है। इससे स्पष्ट है कि आसन एवं प्राणायाम दोनों ही हमारे शरीर में तनाव को मुक्त करने में अहम् भूमिका निभाते हैं। इसको नियमित करने की आवश्यकता है। एक सप्ताह आसन एवं प्राणायाम करने से काफी तनाव संबंधी परेशानियाँ कम हुई हैं।

उपरोक्त सारणी के विश्लेषण से स्पष्ट है कि आसन और प्राणायाम संबंधी योग करके हम अपने मस्तिक में पनप रहे रोग को काफी हद तक समाप्त कर सकते हैं। इस गणना में हमारा टी-टैस्ट सिगनीफिकेंट आया है, जिसका मतलब है तनाव को कम करने में योग अहम् भूमिका निभाता है। शारीरिक व मानसिक तनाव को कम करने में योग एक निर्णायक भूमिका निभाता है। आज की भाग-दौड़ भरी जिन्दगी ने मनुष्य के स्वास्थ्य पर काफी गहरा असर ड़ाला है जिसमें योग मनुष्य के शारीरिक व मानसिक तनाव को कम करने में काफी अहम् है।

सारणी - 3

25-35 वर्ष के आयु वर्ग में महिला व पुरुष में तनाव कम करने में भूमिका

योग	श्रेणी	Mean	S.D.	t-Ratio	Level of Significant
आसन	महिला	11.6	3.04	4.50	Significant
	पुरूष	12.64	2.94		
प्राणायाम	महिला	13.16	2.64	4.70	Significant
	पुरूष	12.21	3.32		

उपरोक्त सारणी के परिणामों के अवलोकन से ज्ञात होता है कि पुरूष एवं महिला दोनों वर्ग में आसन और प्राणायाम दोनों का परिणाम ैपहदपपिबंदज आया है, जिससे ये साबित होता है कि आज के युवा वर्ग (25-35 वर्ष) से तनाव काफी अधिक पाया जाता है। इस तनाव को समाप्त करने का सबसे उचित उपाय है नियमित रूप से योगाभ्यास अगर किया जाये तो हम शरीर में आये दिन होने वाली बिमारियों पर काफी हद तक नियंत्रण स्थापित कर सकते हैं।

प्रमुख निष्कर्ष

इस शोध पत्र के माध्यम से कुछ महत्त्वपूर्ण तथ्य निकलकर सामने आते हैं:-

1. आसन व प्राणायाम तनाव को कम करने में बहुत अहम् भूमिका निभाते हैं।
2. तनाव को कम करने में योग की भूमिका काफी अहम होती है।
3. पुरूषों की तुलना में महिलाओं में तनाव ज्यादा होता है, जिसे योग के माध्यम से काफी हद तक नियंत्रित किया जा सकता है।
4. मानसिक तनाव को कम करने के लिए नियमित योगाभ्यास अत्यंत आवश्यक है, तभी हम अपने मस्तिष्क को तनाव मुक्ति मिलती है और बिमारियों पर काबू होता है।

महत्त्वपूर्ण सुझाव

1. योग साधना आसन और प्राणायाम के माध्यम से तनाव को काफी हद तक कम कर सकते हैं।
2. श्वसन से संबंधित योग लोम-विलोम, कपाल भाति आदि ऐसे योग हैं जो मानव मस्तिष्क को तनाव

मुक्त करने में निर्णायके भूमिका अदा कर सकते हैं।

3. तनाव कम होने से शरीर में उत्पन्न होने वाली अनेक बिमारियों की समाप्ति हो सकती है और स्वस्थ मन से मनुष्य और ज्यादा तरक्की कर सकता है।
4. नियमित आसन और प्राणायाम करके हम आये दिन होने वाली बिमारियों को काफी हद तक समाप्त कर सकते हैं।

उपरोक्त सभी सुझाव मनुष्य को तनाव से मुक्त करने में काफी कारगर साबित हो सकते हैं, बस उनका समय पर बिना अवरोध के नियमित रूप से करने की आवश्यकता है।

योगाभ्यास से शारीरिक व मानसिक शक्तियाँ को समुचित पोषण प्राप्त होता है जो सम्पूर्ण शरीर का तनाव से मुक्त करके ऊर्जावान बनाता है। शोध अध्ययन शारीरिक व मानसिक तनावों में योग की अहम भूमिका पर अध्ययन किया और पाया कि योग की सहायता से किस तरीके से एक स्वस्थ व्यक्तित्व का विकास किया जा सकता है।

संदर्भ :

1. रानी एवं राव (2005) ''योगाभ्यास का शारीरिक व मानसिक स्तर पर प्रभाव का अध्ययन'', JIRS, Volume 2, Issue 3, pp. 9-12
2. हरिसिंह (2015), ''श्वसन तंत्र में योग की भूमिका'' इंटरनेशनल योग जनरल, Volume 7, Issue 3, pp. 89-95
3. विलियम एवं एन (2015), ''मस्तिष्क विकास में योग की भूमिका'', जनरल ऑफ आक्यूपेशनल हेल्थ एण्ड साइक्लोजी, Volume 17, Issue 3, pp. 200-232
4. शर्मा एचङ्खआरङ्ख (2020), ''ब्वअपक-19 में शारीरिक एवं मानसिक तनाव में योग की भूमिका'', जनरल ऑफ करीटिक्ल रिसर्च, 2021, Volume 12, Issue 2020, 7(10), pp. 221-231
5. दत्ता, ए. (2022), ''ए कामरिहेन्सी व रिव्यू ऑफ योगा रिसर्च 2020'' जनरल ऑफ इन्टेगेटिव एण्ड कम्पलीमेन्टरी मेडिसन, Volume 28, No- 2, pp. 2023-2031
6. चतुर्वेदी, के.के. (2021), ''रोग ऑफ योग इन आबेसिटी मैनेजमेन्ट अमंग स्कूल गोईंग चिल्ड्रन - ए सिस्टेमिट रिव्यू, JIRS, Volume 3, Issue 2, pp. 43-47

❑❑❑

मानसिक शांति के लिए योग

❍ प्रा. शिरीष मा. सुतार✡

संक्षिप्तिः

योग एक प्राचीन भारतीय अभ्यास है जो शारीरिक मुद्राओं, श्वास व्यायाम और ध्यान को जोड़ता है। यह दिखाया गया है कि तनाव, चिंता और अवसाद को कम करने सहित शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए इसके कई लाभ हैं। योग के कई अलग-अलग प्रकार हैं, इसलिए आप वह चुन सकते हैं जो आपके लिए सही हो। यदि आप योग में नए हैं, तो धीरे-धीरे शुरुआत करना और धीरे-धीरे अपने अभ्यास की तीव्रता बढ़ाना महत्वपूर्ण है। एक योग्य योग प्रशिक्षक ढूंढना भी महत्वपूर्ण है जो आपको आसन और श्वास व्यायाम करने का सही तरीका सिखा सके। योग आपके मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने का एक सुरक्षित और प्रभावी तरीका है। यदि आप योग करने में रुचि रखते हैं, तो अपने डॉक्टर या किसी योग्य योग प्रशिक्षक से बात करें। मानसिक स्वास्थ्य के लिए योग के कुछ विशिष्ट लाभ इस प्रकार हैं: तनाव और चिंता को कम करता है। मूड और सेहत में सुधार होता है। आत्म-जागरूकता और आत्म-नियमन बढ़ाता है। विश्राम और शांति को बढ़ावा देता है। पुराने दर्द को प्रबंधित करने में मदद मिल सकती है। नींद की गुणवत्ता में सुधार करता है। संज्ञानात्मक कार्य में सुधार करता है। यदि आप मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जूझ रहे हैं, तो योग एक सहायक पूरक चिकित्सा हो सकता है। यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि योग पेशेवर चिकित्सा देखभाल का विकल्प नहीं है। यदि आप गंभीर मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का सामना कर रहे हैं, तो कृपया किसी योग्य मानसिक स्वास्थ्य पेशेवर से मदद लें।

परिचयः

आज की तेज-तर्रार और मांग भरी दुनिया में मानसिक स्वास्थ्य एक गंभीर चिंता के रूप में उभरा है। आधुनिक जीवन के निरंतर तनाव, दबाव और चुनौतियाँ अक्सर हमारे भावनात्मक और मनोवैज्ञानिक कल्याण पर भारी असर डालती हैं। ऐसे परिदृश्य में, योग जैसी प्राचीन प्रथाओं की ओर रुख करना मानसिक संतुलन को बहाल करने और स्वस्थ दिमाग को बढ़ावा देने के लिए एक गहरा उपाय प्रदान कर सकता है। प्राचीन भारतीय परंपराओं के ज्ञान में गहराई से निहित योग की कला मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ाने के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण प्रदान करती है। यह लेख योग और मानसिक कल्याण के बीच जटिल संबंध पर प्रकाश डालता है, योग का हमारी मनोवैज्ञानिक स्थिति पर पड़ने वाले गहरे प्रभाव की खोज करता है।

✡ *सहा. प्राध्यापक, श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी, वर्धा*

योग तनाव को कम करने, चिंता को कम करने और नींद में सुधार करने में मदद कर सकता है। यह आत्म-जागरूकता और आत्म-नियंत्रण को भी बढ़ा सकता है। योग का उपयोग अवसाद, चिंता विकारों और अन्य मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों के इलाज के लिए किया जा सकता है।

ऐसे कई कारण हैं जिनकी वजह से योग मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकता है। योग तनाव हार्मोन को कम करने में मदद करता है, जिससे चिंता और तनाव कम हो सकता है। योग से रक्त प्रवाह बेहतर होता है, जिससे मस्तिष्क की कार्यप्रणाली बेहतर होती है। योग मस्तिष्क में एंडोर्फिन के स्तर को बढ़ाता है, जो प्राकृतिक दर्द निवारक और मूड-बढ़ाने वाले रसायन हैं। योग मन को शांत करने और ध्यान केंद्रित करने में भी मदद करता है, जिससे तनाव और चिंता कम हो सकती है।

अगर आप मानसिक स्वास्थ्य के लिए योग करना चाहते हैं तो किसी योग शिक्षक से सलाह लेना जरूरी है। योग एक सुरक्षित और प्रभावी अभ्यास है, लेकिन यह कुछ लोगों के लिए उपयोगी नहीं हो सकता है। एक योग शिक्षक आपको योग के विभिन्न आसन और प्राणायाम के बारे में सिखा सकता है, और यह सुनिश्चित कर सकता है कि आप सुरक्षित और प्रभावी ढंग से अभ्यास कर रहे हैं।

योग एक शक्तिशाली अभ्यास है जो मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है। अगर आप तनाव, चिंता या अन्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से पीड़ित हैं तो योग एक अच्छा विकल्प हो सकता है।

मानसिक स्वास्थ्य पर योग के सकारात्मक प्रभावों के कुछ विशिष्ट उदाहरण इस प्रकार हैं:

- योग तनाव हार्मोन को कम करने में मदद करता है। एक अध्ययन में पाया गया कि जो लोग योग का अभ्यास करते हैं उनमें तनाव हार्मोन कोर्टिसोल का स्तर कम होता है, जो चिंता और तनाव को कम कर सकता है।
- योग रक्त प्रवाह को बेहतर बनाता है। एक अध्ययन में पाया गया कि जिन लोगों ने योग का अभ्यास किया, उनके मस्तिष्क के उन क्षेत्रों में रक्त प्रवाह में सुधार हुआ जो मूड, ध्यान और भावनाओं को नियंत्रित करते हैं।
- योग मस्तिष्क में एंडोर्फिन के स्तर को बढ़ाता है। एंडोर्फिन प्राकृतिक दर्द निवारक और मूड-बूस्टिंग रसायन हैं। योग का अभ्यास करने से एंडोर्फिन का स्तर बढ़ सकता है, जिससे चिंता और तनाव कम हो सकता है और मूड में सुधार हो सकता है।
- योग मन को शांत करने और ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है। एक अध्ययन में पाया गया कि योग का अभ्यास करने वालों में ध्यान और एकाग्रता में सुधार हुआ।

योग एक सुरक्षित और प्रभावी अभ्यास है जो मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है। अगर आप तनाव, चिंता या अन्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से पीड़ित हैं तो योग एक अच्छा विकल्प हो सकता है। योग के कई अलग-अलग प्रकार हैं, इसलिए आप एक प्रकार का योग चुन सकते हैं जो आपकी रुचियों और आवश्यकताओं के अनुरूप हो। अगर आप योग शुरू करना चाहते हैं तो किसी योग शिक्षक से सलाह लेना जरूरी है। एक योग शिक्षक आपको योग के विभिन्न आसन और प्राणायाम के बारे में सिखा सकता है, और यह सुनिश्चित कर सकता है कि आप सुरक्षित और प्रभावी ढंग से अभ्यास कर रहे हैं।

संशोधन पद्धति :

उक्त लेख, पुस्तकों, पत्रिकाओं, समाचार पत्रों आदि के लिए डेटा संग्रह की दुय्यम पध्दती के तहत सामग्री का प्रयोग किया गया है।

योग और मानसिक स्वास्थ्य को समझना:

योग केवल एक शारीरिक व्यायाम नहीं है; यह एक समग्र अभ्यास है जिसमें भलाई के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक पहलू शामिल हैं। ष्योगष् शब्द संस्कृत शब्द ष्युजष् से लिया गया है, जिसका अर्थ है एकजुट होना या जुड़ना। यह संतुलन और सद्भाव की स्थिति प्राप्त करने के लिए शरीर, मन और आत्मा के एकीकरण का प्रतीक है। योग के अभ्यास में शारीरिक मुद्राएं (आसन), सांस लेने के व्यायाम (प्राणायाम), ध्यान (ध्यान) और नैतिक सिद्धांतों का संयोजन शामिल होता है जो किसी व्यक्ति को मानसिक और शारीरिक रूप से इष्टतम स्वास्थ्य की स्थिति की ओर मार्गदर्शन करता है।

योग का विज्ञान और मानसिक स्वास्थ्य पर इसका प्रभाव:

योग को आधुनिक विज्ञान द्वारा मानसिक स्वास्थ्य में सुधार के लिए एक शक्तिशाली उपकरण के रूप में समर्थन दिया गया है। इसके अभ्यास तंत्रिका तंत्र, हार्मोनल संतुलन और मस्तिष्क समारोह को प्रभावित करते हैं, जिससे भावनात्मक विनियमन, तनाव में कमी और संज्ञानात्मक कामकाज में सकारात्मक बदलाव आते हैं।

1. तनाव में कमी:

मानसिक स्वास्थ्य के लिए योग के प्राथमिक लाभों में से एक इसकी तनाव को कम करने की क्षमता है। आज की तेज-तर्रार जीवनशैली में तनाव एक आम कारक है, और दीर्घकालिक तनाव चिंता और अवसाद जैसी कई मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को जन्म दे सकता है। योग, गहरी साँस लेने और विश्राम तकनीकों जैसी प्रथाओं के माध्यम से, शरीर की विश्राम प्रतिक्रिया को सक्रिय करता है। यह तनाव हार्मोन के स्तर को कम करने, मांसपेशियों के तनाव को कम करने और शांति और शांति की भावना को बढ़ावा देने में मदद करता है।

2. चिंता और अवसाद प्रबंधन:

योग प्रथाओं, विशेष रूप से माइंडफुलनेस-आधारित ध्यान तकनीकों ने चिंता और अवसाद के प्रबंधन में आशाजनक परिणाम दिखाए हैं। माइंडफुलनेस मेडिटेशन व्यक्तियों को विचारों और भावनाओं के बारे में गैर-निर्णयात्मक जागरूकता पैदा करते हुए, वर्तमान क्षण पर अपना ध्यान केंद्रित करने के लिए प्रोत्साहित करता है। यह पाया गया है कि यह अभ्यास चिंतन को बाधित करता है, जो चिंता और अवसाद की एक सामान्य विशेषता है, और जीवन की चुनौतियों पर अधिक संतुलित दृष्टिकोण को बढ़ावा देता है।

3. भावनात्मक विनियमन:

योग व्यक्तियों को अपनी भावनाओं को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने के लिए उपकरणों से लैस करता है। योग अभ्यास के दौरान विकसित की गई आत्म-जागरूकता के माध्यम से, व्यक्ति अपने भावनात्मक अनुभवों के प्रति अधिक जागरूक हो जाते हैं। यह बढ़ी हुई जागरूकता उन्हें भावनात्मक ट्रिगर्स को पहचानने और प्रबंधित करने में सक्षम बनाती है, जिससे अधिक भावनात्मक स्थिरता और लचीलापन प्राप्त होता है।

4. उन्नत आत्म-स्वीकृति और आत्म-करुणा:

योग दर्शन आत्म-स्वीकृति और आत्म-करुणा को प्रोत्साहित करता है, स्वयं के साथ सकारात्मक संबंध को बढ़ावा देता है। अभ्यासकर्ता स्वयं के प्रति दयालुता और समझ के साथ व्यवहार करना सीखते हैं, आत्म-आलोचना को कम करते हैं और आत्म-सम्मान को बढ़ाते हैं। आत्म-धारणा में यह बदलाव मानसिक कल्याण में महत्वपूर्ण योगदान दे सकता है।

5. संज्ञानात्मक कार्यप्रणाली और मन की स्पष्टता:

विशिष्ट आसन और साँस लेने के व्यायाम सहित योग अभ्यास, मस्तिष्क में रक्त परिसंचरण और

ऑक्सीजन की आपूर्ति को बढ़ाते हैं। यह, बदले में, संज्ञानात्मक कामकाज का समर्थन करता है, एकाग्रता में सुधार करता है और मानसिक स्पष्टता को बढ़ाता है। इसके अतिरिक्त, माइंडफुलनेस मेडिटेशन मस्तिष्क की न्यूरोप्लास्टिकिटी को बढ़ाता है, अनुकूली सोच पैटर्न और संज्ञानात्मक लचीलेपन को बढ़ावा देता है।

6. न्यूरोट्रांसमीटर का विनियमनः

माना जाता है कि कुछ योग अभ्यास सेरोटोनिन, डोपामाइन और गामा-एमिनोब्यूट्रिक एसिड (जीएबीए) जैसे न्यूरोट्रांसमीटर के उत्पादन और विनियमन को प्रभावित करते हैं, जो मूड विनियमन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। गहरी साँस लेने और ध्यान जैसे अभ्यासों को सेरोटोनिन के स्तर में वृद्धि से जोड़ा गया है, जो बेहतर मूड और भावनात्मक कल्याण में योगदान देता है।

मानसिक स्वास्थ्य के लिए योग अभ्यासः

योग विशेष रूप से मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देने के लिए डिजाइन की गई प्रथाओं का एक समृद्ध भंडार प्रदान करता है। इन प्रथाओं को अपनी दिनचर्या में शामिल करने से मानसिक स्वास्थ्य पर परिवर्तनकारी प्रभाव पड़ सकता है।

1. आसन (योग मुद्राएँ):

शारीरिक मुद्राएँ, या आसन, योग अभ्यास का एक अभिन्न अंग हैं। ये आसन शरीर में लचीलेपन, शक्ति और संतुलन को बढ़ाते हैं, साथ ही मन को शांत करते हैं। आसन करने के लिए आवश्यक फोकस दिमागीपन और एकाग्रता को बढ़ावा देता है, जिससे अभ्यासकर्ताओं को अस्थायी रूप से अपनी चिंताओं से अलग होने और पल में उपस्थित रहने की अनुमति मिलती है।

2. प्राणायाम (सांस लेने की तकनीक):

प्राणायाम में सांस नियंत्रण तकनीक शामिल होती है जो शरीर में प्राण (जीवन शक्ति ऊर्जा) के प्रवाह को प्रभावित करती है। गहरी और नियंत्रित साँस लेने से तंत्रिका तंत्र शांत होता है, चिंता कम होती है और मस्तिष्क को ऑक्सीजन मिलती है। वैकल्पिक नासिका से सांस लेने (नाड़ी शोधन) और गहरी पेट से सांस लेने (डायाफ्रामेटिक सांस लेने) जैसी तकनीकों का मानसिक विश्राम पर तत्काल सकारात्मक प्रभाव देखा गया है।

3. ध्यान और माइंडफुलनेसः

ध्यान मानसिक स्वास्थ्य पर योग के प्रभाव का मूल है। माइंडफुलनेस मेडिटेशन में बिना किसी निर्णय के किसी के विचारों और भावनाओं का अवलोकन करना, आत्म-जागरूकता और भावनात्मक विनियमन को बढ़ावा देना शामिल है। ट्रान्सेंडैंटल मेडिटेशन (टीएम) और लविंग-काइंडनेस मेडिटेशन अन्य तकनीकें हैं जो सकारात्मक भावनाओं और समग्र कल्याण को बढ़ाती हैं।

4. योग निद्राः

योग निद्रा, जिसे अक्सर ष्योगिक नींदष कहा जाता है, एक निर्देशित विश्राम अभ्यास है जो जागरूकता की स्थिति को बनाए रखते हुए गहरी छूट प्रदान करता है। यह पुनर्स्थापनात्मक आराम को बढ़ावा देता है और तनाव, चिंता और अनिद्रा को कम करता है। योग निद्रा के नियमित अभ्यास से संज्ञानात्मक कार्यप्रणाली और भावनात्मक लचीलेपन में वृद्धि हो सकती है।

5. योग दर्शन और नैतिकताः

योग दर्शन मन, भावनाओं और मानव व्यवहार की प्रकृति में मूल्यवान अंतर्दृष्टि प्रदान करता है। अनासक्ति, निस्वार्थता और संतुष्टि (संतोष) जैसी अवधारणाएँ अधिक संतुलित और शांतिपूर्ण मानसिक स्थिति में योगदान

करती हैं। सच्चाई (सत्य) और गैर-नुकसान (अहिंसा) जैसे नैतिक सिद्धांत चिकित्सकों को सकारात्मक रिश्ते और सामंजस्यपूर्ण आंतरिक वातावरण विकसित करने की दिशा में मार्गदर्शन करते हैं।

योग और मानसिक स्वास्थ्य: योग विभिन्न मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिए एक प्रमुख उपाय है। योग के माध्यम से, व्यक्ति अपने मन को नियंत्रित करके उसकी स्थिति को सुधार सकता है।

मानव जीवन में मानसिक स्वास्थ्य का महत्वपूर्ण स्थान है। आध्यात्मिक और शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ, एक स्वस्थ मानसिक स्थिति भी जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित करती है। योगा, जो भारतीय संस्कृति का अद्भुत धरोहर है, मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

1. आत्म-संयम के लिए ध्यान (Meditation):

ध्यान योग का महत्वपूर्ण घटक है जो मन को शांत, स्थिर और संयत करने में मदद करता है। यह मन की अतिचालना और चंचलता को कम करके, उसकी स्थिति को सुधारता है। ध्यान करने से मानसिक तनाव कम होता है और आत्म-संयम विकसित होता है।

2. प्राणायाम (Breathing Exercises):

प्राणायाम, योग के एक महत्वपूर्ण हिस्से के रूप में, विभिन्न प्रकार के श्वास-प्रश्वास तकनीकों का अभ्यास करने का आवश्यकता है। यह मानसिक चिंताओं को कम करने में मदद करता है और मन को शांति देता है।

3. आसन (Yoga Poses):

आसन, योग के एक अहम अंग हैं, जो शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य दोनों को सुधारने में मदद करते हैं। विभिन्न आसनों का अभ्यास करने से शरीर की सहायता से मानसिक चिंताओं का सामना किया जा सकता है और मन को शांति मिलती है।

4. मानसिक संयम (Mental Discipline):

योग व्यायाम के साथ-साथ मानसिक संयम को विकसित करने में मदद करता है। व्यक्ति को अपने विचारों, भावनाओं और आत्म-संयम के साथ काम करने का योग्यता प्राप्त होता है।

5. संयम और स्थिरता (Control and Stability):

योग के अभ्यास से, मन को संयम और स्थिरता की ओर ले जाने में मदद मिलती है। यह मानसिक विचारों को संयमित करने में मदद करता है, जिससे मानसिक स्वास्थ्य सुधरता है।

निष्कर्ष:

ऐसी दुनिया में जहां मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियां तेजी से प्रचलित हैं, योग को हमारे दैनिक जीवन में एकीकृत करना एक प्रभावी और समग्र समाधान प्रदान कर सकता है। योग का प्राचीन ज्ञान, आधुनिक वैज्ञानिक अनुसंधान द्वारा समर्थित, मानसिक कल्याण के पोषण के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण प्रदान करता है। ध्यान, प्राणायाम, आसन और माइंडफुलनेस जैसी प्रथाओं को शामिल करके, व्यक्ति स्वस्थ दिमाग की ओर एक परिवर्तनकारी यात्रा शुरू कर सकते हैं। योग का नियमित अभ्यास न केवल मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को कम करता है बल्कि आत्म-जागरूकता, भावनात्मक विनियमन और समग्र संतुष्टि की गहरी भावना को भी बढ़ावा देता है। जैसे ही हम अपने मानसिक स्वास्थ्य को पोषित करने के लिए योग की शक्ति का उपयोग करते हैं, हम एक सदियों पुरानी परंपरा का लाभ उठाते हैं जो हमें संतुलन, सद्भाव और आंतरिक शांति की स्थिति की ओर मार्गदर्शन करती है।

संदर्भः

1. डॉ. जगदीश परमहंस (2016), योग दर्शन और मानसिक स्वास्थ्य, दीपी - सन्स प्रकाशन
2. स्वामी विष्णु देवानंद (2017), योग से मानसिक स्वास्थ्य, योग निकेतन प्रकाशन
3. स्वामी श्रीरामशर्मा आचार्य (2019), योगदर्शन, अध्यात्म योग प्रकाशन
4. डॉ. मोहन पांडेय (2018), योग और मानसिक स्वास्थ्य, स्वास्थ्य सेवा और शिक्षा प्रकाशन
5. डॉ. अशोक मिश्र (2020), योग एवं मानसिक स्वास्थ्य, योग साधना समिति
6. स्वामी विष्णु तीर्थ (2015), योग और तंत्र, स्वामी विष्णु तीर्थ, गीता प्रेस गोरखपुर
7. डॉ. मुकुल पाठक (2019), योग दर्शन और मानसिक स्वास्थ्य, संस्कृति प्रकाशन,
8. स्वामी अद्वैतानंद सरस्वती (2017), योगदर्शन, प्रशांत प्रकाशन,
9. डॉ. वीरेंद्र त्रिपाठी (2016), मानसिक स्वास्थ्य में योग, डॉ. वीरेंद्र त्रिपाठी, आदित्य प्रकाशन, 2016

❑❑❑

सत्राची फाउंडेशन, पटना

शोध, शिक्षा एवं प्रकाशन की समाजसेवी संस्था

यह संस्था –

– साहित्यिक सम्मान देती है।

– शोध पत्रिकाएँ प्रकाशित करती है।

– पुस्तकें प्रकाशित करती है।

– सेमिनार आयोजित करती है।

– राजभाषा/राष्ट्रभाषा सेवियों को प्रोत्साहित करती है।

– शोधकर्ताओं को स्तरीय शोध के लिए प्रोत्साहित करती है।

– नेट/जे.आर.एफ. के अभ्यर्थियों को निःशुल्क मार्गदर्शन देती है।

– हिन्दी साहित्य के शिक्षार्थियों को प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए तैयार करती है।