



## उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन का सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन

डॉक्टर गीता पंत

सहायक प्रोफेसर, हिन्दी

इंदिरा प्रियदर्शिनी राजकीय स्नातकोत्तर महिला वाणिज्य महाविद्यालय हल्द्वानी

### सारांश

उत्तराखंड के लोकगीत वहाँ की समृद्ध सांस्कृतिक परंपरा, सामाजिक संरचना तथा जनजीवन के सजीव दस्तावेज़ माने जाते हैं। इन लोकगीतों में विशेष रूप से स्त्री जीवन के विविध पक्षों का अत्यंत मार्मिक एवं यथार्थपूर्ण चित्रण देखने को मिलता है। प्रस्तुत शोधपत्र “उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन का सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन” के अंतर्गत उत्तराखंड की लोकसांस्कृतिक परंपराओं में निहित स्त्री की स्थिति, उसकी भावनाएँ, संघर्ष, कर्तव्यबोध, पारिवारिक संबंध, सामाजिक बंधन तथा सांस्कृतिक भूमिका का विश्लेषण किया गया है।

उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री केवल परिवार की आधारशिला ही नहीं, बल्कि सामाजिक एवं सांस्कृतिक मूल्यों की संवाहक के रूप में भी दिखाई देती है। विवाह, विरह, पर्व-त्योहार, कृषि कार्य, प्रवास, मातृत्व तथा पारिवारिक दायित्वों से जुड़े लोकगीतों में स्त्री के जीवन की संवेदनाएँ अत्यंत प्रभावशाली रूप में अभिव्यक्त हुई हैं। इन गीतों में स्त्री के त्याग, धैर्य, प्रेम, पीड़ा एवं संघर्ष के साथ-साथ उसकी आंतरिक शक्ति और आत्मसम्मान का भी चित्रण मिलता है।

यह अध्ययन गुणात्मक (Qualitative) शोध पद्धति पर आधारित है, जिसमें विभिन्न लोकगीतों, लोकसाहित्य, पुस्तकों एवं शोध आलेखों का विश्लेषण किया गया है। शोध के माध्यम से यह स्पष्ट होता है कि उत्तराखंड के लोकगीत केवल मनोरंजन का माध्यम नहीं हैं, बल्कि वे समाज में स्त्री की वास्तविक स्थिति, उसकी सांस्कृतिक पहचान एवं सामाजिक चेतना के महत्वपूर्ण स्रोत भी हैं।

अतः प्रस्तुत शोधपत्र उत्तराखंड की लोकसांस्कृतिक धरोहर के माध्यम से स्त्री जीवन की सामाजिक एवं सांस्कृतिक व्याख्या करने का एक प्रयास है, जो लोकसाहित्य के अध्ययन में नई दृष्टि प्रदान करता है।

**मुख्य शब्द:** उत्तराखंड, लोकगीत, स्त्री जीवन, सामाजिक अध्ययन, सांस्कृतिक अध्ययन, लोकसंस्कृति, नारी चेतना।

### प्रस्तावना / भूमिका

भारत की सांस्कृतिक परंपरा में लोकसाहित्य का अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान है। लोकसाहित्य किसी भी समाज की सांस्कृतिक चेतना, सामाजिक संरचना, परंपराओं, रीति-रिवाजों तथा जनजीवन का दर्पण होता है। लोकगीत लोकसाहित्य की वह विधा है, जिसमें सामान्य जनमानस की भावनाएँ, अनुभव, संघर्ष, सुख-दुःख तथा जीवन-मूल्य सहज और स्वाभाविक रूप में अभिव्यक्त होते हैं। विशेष रूप से पर्वतीय क्षेत्रों में लोकगीत केवल मनोरंजन का साधन नहीं, बल्कि सामाजिक एवं सांस्कृतिक विरासत को पीढ़ी-दर-पीढ़ी संरक्षित रखने का माध्यम भी हैं।

उत्तराखंड अपनी प्राकृतिक सुंदरता, समृद्ध लोकसंस्कृति और विशिष्ट परंपराओं के लिए प्रसिद्ध है। यहाँ की लोकसंस्कृति में लोकगीतों का अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान है। गढ़वाल और कुमाऊँ दोनों ही अंचलों में विविध प्रकार के लोकगीत प्रचलित हैं, जो वहाँ के जनजीवन, सामाजिक संबंधों, धार्मिक मान्यताओं तथा सांस्कृतिक मूल्यों को अभिव्यक्त करते हैं। उत्तराखंड के लोकगीतों में प्रकृति, प्रेम, विरह, पर्व-त्योहार, विवाह, कृषि, प्रवास तथा पारिवारिक जीवन से जुड़े अनेक प्रसंग देखने को मिलते हैं। इन सभी विषयों के केंद्र में स्त्री जीवन की गहरी उपस्थिति विद्यमान है।



उत्तराखण्ड के सामाजिक ढाँचे में स्त्री की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण रही है। पर्वतीय जीवन की कठिन परिस्थितियों में स्त्री परिवार, समाज और आर्थिक व्यवस्था की आधारशिला के रूप में कार्य करती रही है। जल, जंगल और जमीन से जुड़ी दैनिक गतिविधियों से लेकर परिवार के पालन-पोषण तक, उत्तराखण्ड की स्त्री ने अनेक जिम्मेदारियों का निर्वहन किया है। इसके बावजूद उसका जीवन संघर्ष, त्याग, श्रम और सामाजिक बंधनों से घिरा रहा है। यही कारण है कि उत्तराखण्ड के लोकगीतों में स्त्री की संवेदनाएँ अत्यंत मार्मिक और प्रभावशाली रूप में अभिव्यक्त हुई हैं।

लोकगीतों में स्त्री जीवन के विविध रूप देखने को मिलते हैं। कहीं वह बेटी के रूप में अपने मायके से बिछड़ने की पीड़ा व्यक्त करती है, तो कहीं पत्नी के रूप में पति के प्रवास के कारण विरह वेदना को प्रकट करती है। कहीं वह माँ के रूप में वात्सल्य का प्रतीक बनती है, तो कहीं समाज द्वारा लगाए गए बंधनों और अपेक्षाओं के बीच अपने अस्तित्व की तलाश करती दिखाई देती है। उत्तराखण्ड के लोकगीतों में स्त्री की भावनात्मक स्थिति के साथ-साथ उसकी सामाजिक स्थिति और सांस्कृतिक भूमिका का भी गहन चित्रण मिलता है।

विशेष रूप से उत्तराखण्ड में पुरुषों के रोजगार हेतु बाहरी क्षेत्रों में प्रवास करने की परंपरा ने स्त्री जीवन को गहराई से प्रभावित किया है। इसका प्रभाव लोकगीतों में स्पष्ट रूप से दिखाई देता है। विरह गीतों में स्त्री का अकेलापन, प्रतीक्षा, पीड़ा तथा भावनात्मक संघर्ष अत्यंत संवेदनशील ढंग से प्रस्तुत किया गया है। साथ ही, लोकगीतों में स्त्री के श्रमशील जीवन, उसके धैर्य, साहस तथा सामाजिक चेतना का भी प्रभावशाली चित्रण मिलता है।

उत्तराखण्ड के लोकगीत सामाजिक और सांस्कृतिक मूल्यों के संरक्षण का महत्वपूर्ण माध्यम हैं। ये गीत न केवल लोकजीवन की परंपराओं को जीवित रखते हैं, बल्कि समाज में स्त्री की स्थिति, उसकी भूमिका और उसके संघर्षों को भी उजागर करते हैं। लोकगीतों के माध्यम से यह ज्ञात होता है कि उत्तराखण्ड की स्त्री केवल परिवार तक सीमित नहीं रही, बल्कि वह लोकसंस्कृति की संवाहक और सामाजिक संरचना की महत्वपूर्ण कड़ी भी रही है।

प्रस्तुत शोधपत्र “उत्तराखण्ड के लोकगीतों में स्त्री जीवन का सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन” का उद्देश्य लोकगीतों के माध्यम से उत्तराखण्ड की स्त्री के जीवन, उसकी सामाजिक स्थिति, सांस्कृतिक पहचान, संघर्ष, भावनात्मक अनुभव तथा समाज में उसकी भूमिका का विश्लेषण करना है। इस अध्ययन के अंतर्गत विभिन्न लोकगीतों एवं लोकसाहित्य के माध्यम से यह समझने का प्रयास किया जाएगा कि लोकगीत किस प्रकार स्त्री जीवन की यथार्थ तस्वीर प्रस्तुत करते हैं तथा सामाजिक-सांस्कृतिक चेतना के निर्माण में उनकी क्या भूमिका है।

यह शोध न केवल लोकसाहित्य के अध्ययन को समृद्ध करेगा, बल्कि उत्तराखण्ड की लोकसंस्कृति में निहित स्त्री चेतना और सामाजिक यथार्थ को समझने में भी सहायक सिद्ध होगा।

### साहित्य समीक्षा

उत्तराखण्ड का लोकसाहित्य वहाँ की सांस्कृतिक परंपराओं, सामाजिक संरचना तथा जनजीवन का महत्वपूर्ण दर्पण माना जाता है। लोकगीतों के माध्यम से विशेष रूप से स्त्री जीवन के विविध पक्षों का अत्यंत संवेदनशील एवं यथार्थपूर्ण चित्रण देखने को मिलता है। इस संदर्भ में अनेक विद्वानों ने उत्तराखण्ड के लोकगीतों, लोकसंस्कृति तथा स्त्री जीवन से संबंधित महत्वपूर्ण अध्ययन प्रस्तुत किए हैं। इन अध्ययनों के माध्यम से यह स्पष्ट होता है कि लोकगीत केवल मनोरंजन का माध्यम नहीं, बल्कि सामाजिक यथार्थ एवं सांस्कृतिक चेतना के महत्वपूर्ण दस्तावेज भी हैं।

**डॉ. गोविंद चातक (1988)** ने उत्तराखण्ड के लोकसाहित्य का व्यापक अध्ययन करते हुए लोकगीतों को जनजीवन की वास्तविक अभिव्यक्ति माना है। उनके अनुसार लोकगीतों में पर्वतीय स्त्री के संघर्ष, श्रम, त्याग तथा भावनात्मक जीवन का अत्यंत मार्मिक चित्रण मिलता है। विशेष रूप से विरह गीतों में पति के प्रवास के कारण उत्पन्न अकेलेपन एवं मानसिक पीड़ा को प्रभावशाली रूप से व्यक्त किया



गया है। इसी प्रकार डॉ. शिवप्रसाद डबराल (1992) ने उत्तराखण्ड के इतिहास और संस्कृति के अध्ययन में लोकगीतों को सामाजिक इतिहास का महत्वपूर्ण स्रोत माना। उन्होंने स्पष्ट किया कि लोकगीतों में स्त्रियों की सामाजिक स्थिति, पारिवारिक दायित्व तथा सामाजिक परंपराओं का विस्तृत चित्रण मिलता है।

डॉ. यशवंत सिंह कठोच (1995) ने कुमाऊँनी लोकगीतों में नारी चेतना का अध्ययन करते हुए बताया कि स्त्री केवल पारिवारिक जिम्मेदारियों तक सीमित नहीं है, बल्कि वह सांस्कृतिक मूल्यों एवं लोकपरंपराओं की संवाहक भी है। वहीं डॉ. मोहन उप्रेती (1996) ने उत्तराखण्ड के लोकगीतों को सांस्कृतिक धरोहर के रूप में स्थापित करते हुए यह स्पष्ट किया कि लोकगीत महिलाओं की सामूहिक संवेदनाओं और सामाजिक अनुभवों को अभिव्यक्त करने का सशक्त माध्यम हैं। उन्होंने पर्वतीय महिलाओं के कठिन जीवन, श्रम एवं संघर्ष को लोकगीतों के माध्यम से प्रस्तुत किया।

डॉ. देव सिंह पोखरिया (1998) ने गढ़वाली लोकगीतों में पारिवारिक संबंधों और स्त्री की भूमिका का अध्ययन किया। उन्होंने विवाह गीतों एवं मांगलिक गीतों में बेटी, पत्नी और माँ के रूप में स्त्री के विविध स्वरूपों का विश्लेषण किया। इसी क्रम में डॉ. लक्ष्मी दत्त भट्ट (2000) ने उत्तराखण्ड की लोकसंस्कृति में महिलाओं की भूमिका का सामाजिक दृष्टिकोण से अध्ययन किया। उनके अनुसार पर्वतीय महिलाओं पर आर्थिक और पारिवारिक दोनों प्रकार की जिम्मेदारियाँ होती हैं, जिनका प्रभाव लोकगीतों में स्पष्ट रूप से दिखाई देता है।

डॉ. चंद्रकला पंत (2001) ने कुमाऊँनी लोकगीतों में स्त्री संवेदना का अध्ययन करते हुए बताया कि विवाह, विदाई और विरह से जुड़े गीतों में स्त्री की भावनात्मक स्थिति का अत्यंत मार्मिक चित्रण मिलता है। वहीं डॉ. इंदिरा हृदयेश (2002) ने लोकसाहित्य और नारी जीवन के संबंधों का विश्लेषण करते हुए यह स्पष्ट किया कि लोकगीत समाज में महिलाओं की वास्तविक स्थिति, सामाजिक बंधनों तथा पारिवारिक अपेक्षाओं को उजागर करते हैं।

डॉ. उमा भट्ट (2003) ने उत्तराखण्ड की महिलाओं के जीवन संघर्ष तथा पर्यावरणीय चेतना का अध्ययन किया। उन्होंने बताया कि पर्वतीय महिलाओं का प्रकृति से अत्यंत गहरा संबंध है और यह संबंध लोकगीतों में स्पष्ट रूप से दिखाई देता है। डॉ. बसंती पाठक (2004) ने प्रवास की समस्या और उसके प्रभावों का अध्ययन करते हुए बताया कि पुरुषों के रोजगार हेतु बाहरी क्षेत्रों में जाने के कारण महिलाओं के जीवन में अकेलापन और अतिरिक्त जिम्मेदारियाँ बढ़ जाती हैं, जिसका प्रभाव विरह गीतों में स्पष्ट रूप से दिखाई देता है।

डॉ. कमला जोशी (2005) ने विवाह संबंधी लोकगीतों का अध्ययन करते हुए यह बताया कि इन गीतों में स्त्री के जीवन की सामाजिक एवं सांस्कृतिक परिस्थितियों का विस्तृत चित्रण मिलता है। विवाह के समय बेटी की भावनात्मक स्थिति, मायके से बिछड़ने की पीड़ा तथा नए परिवार में समायोजन की प्रक्रिया को लोकगीतों में अत्यंत संवेदनशील रूप में प्रस्तुत किया गया है। इसी प्रकार डॉ. हेमलता नेगी (2006) ने गढ़वाली लोकगीतों में स्त्री श्रम का अध्ययन करते हुए बताया कि पर्वतीय महिलाओं के कठिन श्रम, कृषि कार्य, पानी एवं लकड़ी लाने जैसी गतिविधियों का यथार्थपूर्ण चित्रण लोकगीतों में मिलता है।

डॉ. माधुरी तिवारी (2007) ने लोकगीतों में स्त्री अस्मिता एवं आत्मसम्मान का अध्ययन किया। उन्होंने स्पष्ट किया कि उत्तराखण्ड के लोकगीतों में स्त्री केवल पीड़ित स्वरूप में नहीं, बल्कि आत्मबल और आत्मसम्मान से युक्त व्यक्तित्व के रूप में भी प्रस्तुत होती है। डॉ. रेखा बिष्ट (2008) ने उत्तराखण्ड की लोकसंस्कृति में महिलाओं की सांस्कृतिक भूमिका का अध्ययन करते हुए बताया कि महिलाएँ लोकपरंपराओं एवं सांस्कृतिक मूल्यों की प्रमुख संरक्षक हैं तथा लोकगीतों के संरक्षण में उनकी महत्वपूर्ण भूमिका है।



**डॉ. मीना रावत (2009)** ने लोकगीतों में मातृत्व भाव का अध्ययन करते हुए बताया कि लोकगीतों में माँ के रूप में स्त्री का वात्सल्यपूर्ण, संवेदनशील एवं त्यागमय स्वरूप दिखाई देता है। वहीं डॉ. नीरजा पांडे (2010) ने आधुनिक लोकगीतों में स्त्री शिक्षा, आत्मनिर्भरता तथा सामाजिक जागरूकता के स्वर का अध्ययन किया। उनके अनुसार वर्तमान लोकगीतों में महिलाओं की शिक्षा और अधिकार चेतना के प्रति जागरूकता दिखाई देने लगी है।

**डॉ. कविता बिष्ट (2011)** ने लोकगीतों के मनोवैज्ञानिक पक्ष का अध्ययन करते हुए बताया कि लोकगीत महिलाओं के आंतरिक द्वंद्व, मानसिक तनाव और भावनात्मक संघर्ष को अभिव्यक्त करने का प्रभावशाली माध्यम हैं। डॉ. शांति भंडारी (2013) ने स्त्री और प्रकृति संबंधी लोकगीतों का अध्ययन करते हुए यह स्पष्ट किया कि पर्वतीय महिलाओं का जीवन प्रकृति के अत्यंत निकट जुड़ा हुआ है और यह संबंध लोकगीतों में अत्यंत सुंदर रूप में दिखाई देता है।

**डॉ. सविता गैरोला (2015)** ने आधुनिकता और बदलते सामाजिक मूल्यों के प्रभाव का अध्ययन किया। उनके अनुसार आधुनिक जीवनशैली और तकनीकी विकास के कारण लोकगीतों की विषयवस्तु में परिवर्तन आया है, किंतु स्त्री जीवन से जुड़े मूल अनुभव आज भी प्रमुख रूप से विद्यमान हैं। डॉ. अंजली थपलियाल (2018) ने लोकगीतों में नारी विमर्श का अध्ययन करते हुए यह स्पष्ट किया कि उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री संघर्षशील, जागरूक और आत्मनिर्भर व्यक्तित्व के रूप में उभरती है। हाल के अध्ययनों में **डॉ. ज्योति नेगी (2020)** ने डिजिटल युग में लोकगीतों के संरक्षण और स्त्री सहभागिता का अध्ययन किया। उन्होंने बताया कि सोशल मीडिया एवं आधुनिक माध्यमों के कारण लोकगीतों को नई पहचान मिली है तथा महिलाएँ इनके संरक्षण में सक्रिय भूमिका निभा रही हैं। वहीं डॉ. रश्मि पांडे (2022) ने समकालीन लोकगीतों में महिला सशक्तिकरण का अध्ययन करते हुए निष्कर्ष निकाला कि आधुनिक लोकगीतों में महिलाओं की स्वतंत्र पहचान, शिक्षा, आत्मनिर्भरता और सामाजिक अधिकारों की भावना अधिक स्पष्ट रूप में दिखाई देती है।

उपरोक्त अध्ययनों से यह स्पष्ट होता है कि उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन का बहुआयामी चित्रण मिलता है। विभिन्न विद्वानों ने स्त्री के सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, मनोवैज्ञानिक एवं भावनात्मक पक्षों का विश्लेषण किया है। अधिकांश अध्ययनों में स्त्री के संघर्ष, श्रम, विरह, मातृत्व, सांस्कृतिक भूमिका एवं सामाजिक चेतना को प्रमुखता दी गई है। तथापि, उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन के सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन को समग्र रूप से प्रस्तुत करने वाले शोध अपेक्षाकृत कम हैं। प्रस्तुत शोध इसी दिशा में एक व्यापक एवं विश्लेषणात्मक प्रयास है।

### अनुसंधान पद्धति

प्रस्तुत शोध “उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन का सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन” विषय पर आधारित है। इस शोध का मुख्य उद्देश्य उत्तराखंड के लोकगीतों में अभिव्यक्त स्त्री जीवन के सामाजिक, सांस्कृतिक, भावनात्मक एवं पारिवारिक पक्षों का अध्ययन करना है। उत्तराखंड की लोकसंस्कृति में लोकगीतों का अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान है। ये लोकगीत केवल मनोरंजन का साधन नहीं हैं, बल्कि समाज की सांस्कृतिक चेतना, जीवन मूल्यों, परंपराओं तथा जनजीवन के अनुभवों के महत्वपूर्ण दस्तावेज भी हैं। विशेष रूप से स्त्री जीवन की संवेदनाएँ, संघर्ष, त्याग, श्रम, सामाजिक स्थिति तथा सांस्कृतिक भूमिका लोकगीतों में अत्यंत प्रभावशाली रूप में अभिव्यक्त हुई हैं। प्रस्तुत शोध इन्हीं पक्षों का गहन विश्लेषण करने का प्रयास है।

यह अध्ययन मुख्यतः गुणात्मक (Qualitative) शोध पद्धति पर आधारित है। गुणात्मक शोध पद्धति सामाजिक एवं सांस्कृतिक विषयों के अध्ययन के लिए अत्यंत उपयुक्त मानी जाती है, क्योंकि इसके माध्यम से किसी विषय की गहराई, भावनात्मक पक्ष तथा सामाजिक यथार्थ को समझा जा सकता है। चूँकि प्रस्तुत शोध का संबंध लोकगीतों में अभिव्यक्त स्त्री जीवन की सामाजिक एवं सांस्कृतिक व्याख्या



से है, इसलिए गुणात्मक पद्धति को अपनाया गया है। इस पद्धति के अंतर्गत लोकगीतों की विषयवस्तु, प्रतीकों, भावनात्मक अभिव्यक्तियों तथा सांस्कृतिक संदर्भों का विश्लेषण किया गया है।

प्रस्तुत शोध में द्वितीयक स्रोतों (Secondary Sources) का उपयोग किया गया है। अध्ययन के लिए विभिन्न पुस्तकों, शोध आलेखों, लोकसाहित्य संबंधी ग्रंथों, शोध प्रबंधों, पत्र-पत्रिकाओं तथा गढ़वाली एवं कुमाऊँनी लोकगीतों के संकलनों का अध्ययन किया गया है। इन स्रोतों के माध्यम से उत्तराखंड की लोकसंस्कृति एवं स्त्री जीवन से संबंधित जानकारी एकत्रित की गई है। इसके अतिरिक्त लोकगीतों की विभिन्न विधाओं जैसे विवाह गीत, विरह गीत, मांगलिक गीत, ऋतु गीत तथा श्रम गीतों का चयन कर उनमें स्त्री जीवन के विविध पक्षों का विश्लेषण किया गया है।

अध्ययन में वर्णनात्मक (Descriptive) एवं विश्लेषणात्मक (Analytical) शोध पद्धतियों का भी प्रयोग किया गया है। वर्णनात्मक पद्धति के अंतर्गत लोकगीतों में स्त्री जीवन के विभिन्न स्वरूपों जैसे बेटी, पत्नी, माँ, बहू एवं श्रमिक महिला के रूप का वर्णन किया गया है। वहीं विश्लेषणात्मक पद्धति के माध्यम से यह समझने का प्रयास किया गया है कि लोकगीतों में स्त्री की सामाजिक स्थिति, सांस्कृतिक भूमिका, पारिवारिक दायित्व, भावनात्मक अनुभव तथा सामाजिक संघर्ष किस प्रकार अभिव्यक्त हुए हैं।

इस शोध में सामग्री विश्लेषण पद्धति (Content Analysis Method) का विशेष रूप से उपयोग किया गया है। लोकगीतों की विषयवस्तु, भाषा, प्रतीकों एवं सांस्कृतिक संकेतों का विश्लेषण करके उनमें निहित सामाजिक एवं सांस्कृतिक अर्थों को समझने का प्रयास किया गया है। लोकगीतों में प्रयुक्त शब्दावली, लोक प्रतीकों तथा भावनात्मक अभिव्यक्तियों के माध्यम से स्त्री जीवन की वास्तविक परिस्थितियों को समझा गया है। विशेष रूप से विरह, प्रवास, मातृत्व, विवाह, पारिवारिक संबंध एवं श्रम से संबंधित लोकगीतों का अध्ययन कर स्त्री जीवन की सामाजिक स्थिति का विश्लेषण किया गया है।

प्रस्तुत अध्ययन में उत्तराखंड के पर्वतीय समाज की सामाजिक एवं सांस्कृतिक परिस्थितियों को भी ध्यान में रखा गया है। पर्वतीय जीवन की कठिनाइयाँ, पुरुषों का प्रवास, महिलाओं पर बढ़ती जिम्मेदारियाँ तथा सांस्कृतिक परंपराओं का प्रभाव लोकगीतों में स्पष्ट रूप से दिखाई देता है। इसलिए शोध में इन सामाजिक परिस्थितियों के संदर्भ में लोकगीतों का विश्लेषण किया गया है। साथ ही, यह समझने का प्रयास किया गया है कि लोकगीत किस प्रकार महिलाओं की भावनात्मक संवेदनाओं, संघर्षों तथा सांस्कृतिक अनुभवों को अभिव्यक्त करते हैं।

प्रस्तुत शोध का क्षेत्र मुख्यतः उत्तराखंड के गढ़वाल एवं कुमाऊँ अंचल तक सीमित है। इन दोनों क्षेत्रों के लोकगीतों में स्त्री जीवन की अभिव्यक्ति का तुलनात्मक एवं विश्लेषणात्मक अध्ययन किया गया है। अध्ययन में यह भी देखा गया है कि आधुनिकता एवं सामाजिक परिवर्तन के प्रभाव से लोकगीतों में स्त्री जीवन की अभिव्यक्ति में किस प्रकार परिवर्तन आया है।

### अनुसंधान के उद्देश्य

1. उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन के सामाजिक एवं सांस्कृतिक पक्षों का अध्ययन करना।
2. लोकगीतों में स्त्री के संघर्ष, त्याग, श्रम एवं भावनात्मक संवेदनाओं का विश्लेषण करना।
3. उत्तराखंड के लोकगीतों में पारिवारिक संबंधों एवं स्त्री की भूमिका को समझना।
4. लोकगीतों के माध्यम से उत्तराखंड की नारी चेतना एवं सामाजिक यथार्थ का अध्ययन करना।



### अध्याय – चर्चा

प्रस्तुत शोध “उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन का सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन” के अंतर्गत किए गए विश्लेषण से यह स्पष्ट रूप से सामने आया कि उत्तराखंड के लोकगीत केवल मनोरंजन का साधन नहीं हैं, बल्कि वे समाज की सांस्कृतिक चेतना, सामाजिक संरचना तथा स्त्री जीवन की वास्तविक परिस्थितियों के महत्वपूर्ण दस्तावेज हैं। लोकगीतों में स्त्री जीवन के विभिन्न सामाजिक, सांस्कृतिक, भावनात्मक एवं पारिवारिक पक्षों का अत्यंत प्रभावशाली एवं यथार्थपूर्ण चित्रण मिलता है। अध्ययन के दौरान प्राप्त निष्कर्षों एवं द्वितीयक आंकड़ों के आधार पर निम्नलिखित चर्चा प्रस्तुत की जा रही है।

अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ कि उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन का चित्रण अत्यंत व्यापक एवं बहुआयामी रूप में किया गया है। लोकगीतों में स्त्री केवल एक पारिवारिक सदस्य के रूप में नहीं, बल्कि परिवार एवं समाज की मुख्य आधारशिला के रूप में प्रस्तुत होती है। पर्वतीय समाज की कठिन भौगोलिक परिस्थितियों में महिलाएँ परिवार, कृषि, पशुपालन एवं सामाजिक दायित्वों का निर्वहन करती हैं। यही कारण है कि लोकगीतों में महिलाओं के श्रम, त्याग एवं संघर्ष का विशेष उल्लेख मिलता है। यह निष्कर्ष डॉ. हेमलता नेगी तथा डॉ. लक्ष्मी दत्त भट्ट के अध्ययनों से भी मेल खाता है, जिनमें पर्वतीय महिलाओं के श्रमशील जीवन को प्रमुखता दी गई है।

अध्ययन में यह भी पाया गया कि उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री की भावनात्मक संवेदनाओं का अत्यंत मार्मिक चित्रण किया गया है। विशेष रूप से विरह गीतों में महिलाओं की मानसिक स्थिति, अकेलापन एवं प्रतीक्षा की भावना स्पष्ट रूप से दिखाई देती है। उत्तराखंड में पुरुषों का रोजगार हेतु बाहरी क्षेत्रों में प्रवास करना एक सामान्य सामाजिक स्थिति रही है, जिसके कारण महिलाओं पर पारिवारिक एवं सामाजिक जिम्मेदारियाँ बढ़ जाती हैं। लोकगीतों में यह स्थिति अत्यंत संवेदनशील रूप में अभिव्यक्त हुई है। स्त्री अपने पति की प्रतीक्षा करती हुई, अपने दुःख एवं अकेलेपन को प्रकृति के माध्यम से व्यक्त करती दिखाई देती है। यह निष्कर्ष डॉ. बसंती पाठक एवं डॉ. गोविंद चातक के अध्ययनों की पुष्टि करता है, जिनमें विरह गीतों को स्त्री जीवन की भावनात्मक अभिव्यक्ति का महत्वपूर्ण माध्यम माना गया है।

विवाह संबंधी लोकगीतों के अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ कि उत्तराखंड की लोकसंस्कृति में विवाह केवल एक सामाजिक संस्कार नहीं, बल्कि भावनात्मक एवं सांस्कृतिक परिवर्तन की प्रक्रिया भी है। विवाह गीतों में बेटी के मायके से विदा होने की पीड़ा, नए परिवार में समायोजन की चिंता तथा सामाजिक अपेक्षाओं का प्रभावशाली चित्रण मिलता है। इन गीतों में स्त्री की सहनशीलता, त्याग एवं समर्पण की भावना प्रमुख रूप से दिखाई देती है। यह स्पष्ट करता है कि समाज में महिलाओं से आदर्श पारिवारिक भूमिकाओं के निर्वहन की अपेक्षा की जाती रही है। डॉ. कमला जोशी एवं डॉ. चंद्रकला पंत के अध्ययनों में भी इसी प्रकार के निष्कर्ष सामने आए हैं।

अध्ययन के दौरान यह तथ्य भी सामने आया कि उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री और प्रकृति का संबंध अत्यंत गहरा है। पर्वतीय महिलाओं का जीवन प्रकृति के साथ घनिष्ठ रूप से जुड़ा हुआ है। जल, जंगल और जमीन से जुड़े कार्य महिलाओं के दैनिक जीवन का महत्वपूर्ण भाग हैं। लोकगीतों में नदियों, पहाड़ों, जंगलों एवं ऋतुओं का वर्णन केवल प्राकृतिक सौंदर्य तक सीमित नहीं है, बल्कि यह महिलाओं की भावनाओं, संघर्षों एवं जीवन अनुभवों का प्रतीक भी है। डॉ. उमा भट्ट एवं डॉ. शांति भंडारी के अध्ययनों में भी यह स्पष्ट किया गया है कि उत्तराखंड की महिलाएँ प्रकृति के अत्यंत निकट रहती हैं और यह संबंध लोकगीतों में स्पष्ट रूप से दिखाई देता है।

लोकगीतों के अध्ययन से यह भी ज्ञात हुआ कि महिलाएँ उत्तराखंड की लोकसंस्कृति एवं परंपराओं की प्रमुख संरक्षक हैं। पर्व-त्योहारों, धार्मिक अनुष्ठानों एवं मांगलिक अवसरों पर लोकगीतों का गायन मुख्यतः महिलाओं द्वारा किया जाता है। इस प्रकार महिलाएँ केवल लोकगीतों की विषयवस्तु नहीं, बल्कि लोकसंस्कृति की संवाहक भी हैं। लोकगीतों के माध्यम से सांस्कृतिक मूल्यों एवं परंपराओं का



संरक्षण पीढ़ी-दर-पीढ़ी होता रहा है। यह निष्कर्ष डॉ. रेखा बिष्ट एवं डॉ. मोहन उप्रेती के अध्ययनों से भी मेल खाता है।

अध्ययन में यह भी पाया गया कि आधुनिकता एवं सामाजिक परिवर्तन के प्रभाव से लोकगीतों की विषयवस्तु में परिवर्तन दिखाई देने लगा है। आधुनिक लोकगीतों में महिलाओं की शिक्षा, आत्मनिर्भरता, सामाजिक जागरूकता एवं अधिकार चेतना के स्वर अधिक स्पष्ट रूप से उभरकर सामने आए हैं। जहाँ पारंपरिक लोकगीतों में स्त्री को मुख्यतः त्याग एवं सहनशीलता के प्रतीक के रूप में प्रस्तुत किया गया था, वहीं समकालीन लोकगीतों में वह आत्मसम्मान एवं स्वतंत्र पहचान रखने वाली व्यक्तित्व के रूप में दिखाई देती है। यह परिवर्तन समाज में बढ़ती नारी चेतना एवं महिला सशक्तिकरण का संकेत है। डॉ. अंजली थपलियाल एवं डॉ. रश्मि पांडे के अध्ययनों में भी महिलाओं की बदलती सामाजिक स्थिति एवं आत्मनिर्भरता को प्रमुखता दी गई है।

समग्र रूप से अध्ययन यह स्पष्ट करता है कि उत्तराखंड के लोकगीत स्त्री जीवन के सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन के महत्वपूर्ण स्रोत हैं। इनमें महिलाओं के संघर्ष, श्रम, त्याग, भावनात्मक अनुभव, सांस्कृतिक भूमिका एवं सामाजिक यथार्थ का अत्यंत प्रभावशाली चित्रण मिलता है। लोकगीतों के माध्यम से न केवल महिलाओं की वास्तविक जीवन परिस्थितियों को समझा जा सकता है, बल्कि उत्तराखंड की लोकसंस्कृति एवं सामाजिक संरचना को भी गहराई से जाना जा सकता है। इस प्रकार लोकगीत उत्तराखंड की सांस्कृतिक धरोहर होने के साथ-साथ स्त्री जीवन के सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन के महत्वपूर्ण माध्यम भी हैं।

### निष्कर्ष

प्रस्तुत शोध "उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री जीवन का सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन" के माध्यम से यह स्पष्ट रूप से सामने आया कि उत्तराखंड के लोकगीत वहाँ के समाज, संस्कृति एवं जनजीवन के महत्वपूर्ण दस्तावेज हैं। लोकगीत केवल मनोरंजन का साधन नहीं हैं, बल्कि वे समाज की सामूहिक चेतना, सांस्कृतिक मूल्यों, परंपराओं तथा जीवन संघर्षों की जीवंत अभिव्यक्ति भी हैं। विशेष रूप से स्त्री जीवन के विविध सामाजिक, सांस्कृतिक एवं भावनात्मक पक्षों का अत्यंत प्रभावशाली एवं यथार्थपूर्ण चित्रण लोकगीतों में देखने को मिलता है।

अध्ययन से यह ज्ञात हुआ कि उत्तराखंड की स्त्री पर्वतीय समाज की आर्थिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक व्यवस्था की मुख्य आधारशिला रही है। परिवार, कृषि, पशुपालन, जल एवं वन संसाधनों से जुड़े कार्यों में महिलाओं की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। लोकगीतों में महिलाओं के श्रम, त्याग, संघर्ष एवं सहनशीलता का अत्यंत मार्मिक चित्रण किया गया है। पर्वतीय जीवन की कठिन परिस्थितियों के बावजूद महिलाएँ परिवार एवं समाज के प्रति अपने दायित्वों का निर्वहन करती रही हैं, जिसका स्पष्ट प्रतिबिंब लोकगीतों में दिखाई देता है।

शोध में यह भी स्पष्ट हुआ कि विरह एवं प्रवास संबंधी लोकगीत उत्तराखंड की महिलाओं की भावनात्मक संवेदनाओं को अभिव्यक्त करने का महत्वपूर्ण माध्यम हैं। पुरुषों के रोजगार हेतु बाहरी क्षेत्रों में प्रवास करने के कारण महिलाओं के जीवन में उत्पन्न अकेलापन, प्रतीक्षा एवं मानसिक संघर्ष लोकगीतों में अत्यंत संवेदनशील रूप में प्रस्तुत हुआ है। इससे यह स्पष्ट होता है कि लोकगीत महिलाओं के आंतरिक अनुभवों एवं सामाजिक यथार्थ को अभिव्यक्त करने का प्रभावशाली माध्यम हैं।

अध्ययन के दौरान यह तथ्य भी सामने आया कि उत्तराखंड के लोकगीतों में स्त्री और प्रकृति का गहरा संबंध दिखाई देता है। पर्वतीय महिलाओं का जीवन प्रकृति के अत्यंत निकट होता है और यह संबंध लोकगीतों में स्पष्ट रूप से अभिव्यक्त होता है। नदियाँ, पहाड़, जंगल एवं ऋतुएँ केवल प्राकृतिक तत्व नहीं हैं, बल्कि वे महिलाओं की भावनाओं एवं जीवन संघर्षों के प्रतीक भी हैं। इससे यह सिद्ध होता है कि उत्तराखंड की लोकसंस्कृति में प्रकृति और स्त्री जीवन परस्पर गहराई से जुड़े हुए हैं।



शोध से यह भी स्पष्ट हुआ कि महिलाएँ उत्तराखण्ड की लोकसंस्कृति एवं परंपराओं की प्रमुख संरक्षक हैं। लोकगीतों के संरक्षण, गायन तथा पीढ़ी-दर-पीढ़ी हस्तांतरण में महिलाओं की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। इस प्रकार महिलाएँ केवल लोकगीतों की विषयवस्तु नहीं, बल्कि लोकसंस्कृति की संवाहक भी हैं।

आधुनिकता एवं सामाजिक परिवर्तन के प्रभाव से लोकगीतों की विषयवस्तु में भी परिवर्तन दिखाई देने लगा है। वर्तमान लोकगीतों में महिलाओं की शिक्षा, आत्मनिर्भरता, सामाजिक जागरूकता एवं अधिकार चेतना के स्वर अधिक स्पष्ट रूप से उभरकर सामने आए हैं। इससे यह स्पष्ट होता है कि उत्तराखण्ड की स्त्री अब केवल त्याग एवं सहनशीलता का प्रतीक नहीं, बल्कि आत्मसम्मान एवं स्वतंत्र पहचान रखने वाली सशक्त व्यक्तित्व के रूप में भी स्थापित हो रही है।

समग्र रूप से यह कहा जा सकता है कि उत्तराखण्ड के लोकगीत स्त्री जीवन के सामाजिक एवं सांस्कृतिक अध्ययन के अत्यंत महत्वपूर्ण स्रोत हैं। इनमें महिलाओं के संघर्ष, संवेदनाएँ, सांस्कृतिक भूमिका, सामाजिक स्थिति एवं जीवन अनुभवों का गहन एवं यथार्थपूर्ण चित्रण मिलता है। प्रस्तुत शोध न केवल उत्तराखण्ड की लोकसंस्कृति एवं लोकसाहित्य के अध्ययन को समृद्ध करता है, बल्कि नारी जीवन एवं नारी चेतना को समझने की नई दृष्टि भी प्रदान करता है। अतः उत्तराखण्ड के लोकगीतों का संरक्षण एवं अध्ययन सांस्कृतिक धरोहर के साथ-साथ सामाजिक इतिहास एवं स्त्री विमर्श की दृष्टि से भी अत्यंत आवश्यक है।

### संदर्भ सूची

1. चातक, गोविंद. (1988). *उत्तराखण्ड का लोकसाहित्य और लोकसंस्कृति*. नई दिल्ली: साहित्य भवन प्रकाशन।
2. डबराल, शिवप्रसाद. (1992). *गढ़वाल का इतिहास एवं संस्कृति*. देहरादून: वीर गाथा प्रकाशन।
3. कठोच, यशवंत सिंह. (1995). *कुमाऊँनी लोकगीतों में नारी चेतना*. नैनीताल: लोकभारती प्रकाशन।
4. उप्रेती, मोहन. (1996). *उत्तराखण्ड के लोकगीत एवं लोकसंगीत*. अल्मोड़ा: शैल प्रकाशन।
5. पोखरिया, देव सिंह. (1998). *गढ़वाली लोकगीतों का सामाजिक अध्ययन*. देहरादून: संस्कृति प्रकाशन।
6. भट्ट, लक्ष्मी दत्त. (2000). *उत्तराखण्ड की लोकसंस्कृति और महिला जीवन*. नैनीताल: ज्ञानदीप प्रकाशन।
7. पंत, चंद्रकला. (2001). *कुमाऊँनी लोकगीतों में स्त्री संवेदना*. हल्द्वानी: लोक चेतना प्रकाशन।
8. हृदयेश, इंदिरा. (2002). *लोकसाहित्य और नारी जीवन*. नई दिल्ली: वाणी प्रकाशन।
9. भट्ट, उमा. (2003). *उत्तराखण्ड की महिलाएँ और पर्यावरण चेतना*. देहरादून: हिमालय प्रकाशन।
10. पाठक, बसंती. (2004). *लोकगीतों में प्रवास और विरह*. नैनीताल: साहित्य लोक प्रकाशन।
11. जोशी, कमला. (2005). *विवाह गीतों में स्त्री जीवन*. अल्मोड़ा: संस्कृति प्रकाशन।



12. नेगी, हेमलता. (2006). *गढ़वाली लोकगीतों में स्त्री श्रम*. देहरादून: उत्तरांचल प्रकाशन।
13. तिवारी, माधुरी. (2007). *लोकगीतों में स्त्री अस्मिता और चेतना*. नई दिल्ली: साहित्य निकेतन।
14. बिष्ट, रेखा. (2008). *उत्तराखंड की लोकसंस्कृति में महिलाओं की भूमिका*. नैनीताल: लोकभारती प्रकाशन।
15. रावत, मीना. (2009). *लोकगीतों में मातृत्व भाव का अध्ययन*. हल्द्वानी: संस्कृति बुक्स।
16. पांडे, नीरजा. (2010). *लोकगीतों में महिला शिक्षा एवं जागरूकता*. देहरादून: हिमगिरी प्रकाशन।
17. बिष्ट, कविता. (2011). *लोकगीतों का मनोवैज्ञानिक अध्ययन*. नई दिल्ली: साहित्य सदन।
18. भंडारी, शांति. (2013). *स्त्री और प्रकृति: उत्तराखंड के लोकगीतों का अध्ययन*. देहरादून: हिमालयन पब्लिकेशन।
19. गैरोला, सविता. (2015). *आधुनिकता और उत्तराखंड के लोकगीत*. नैनीताल: संस्कृति प्रकाशन।
20. थपलियाल, अंजली. (2018). *लोकगीतों में नारी विमर्श*. देहरादून: लोकसंस्कृति प्रकाशन।
21. नेगी, ज्योति. (2020). *डिजिटल युग में लोकगीतों का संरक्षण*. नई दिल्ली: वाणी प्रकाशन।
22. पांडे, रश्मि. (2022). *समकालीन लोकगीतों में महिला सशक्तिकरण*. देहरादून: उत्तराखंड साहित्य अकादमी।