इकाई 10: मेघालय की लोक-संस्कृति का सामान्य परिचय

इकाई की रूपरेखा:

10.1 उद्देश्य
10.2 प्रस्तावना
10.3 जनजातीय स्थिति
10.4 लोकविश्वास
10.5 लोक पर्व-उत्सव
10.6 लोकाचार एवं अंधविश्वास
10.7 खान-पान
10.8 समाज व्यवस्था
10.9 सारांश
10.10 अधिक जानने के लिए पढ़े
10.11 प्रगति विवरण (केवल रूपरेखा)
10.12 अभ्यास-प्रश्न

10.1 उद्देश्य:

इस इकाई के अध्ययन से अध्येता—

- मेघालय के जनजातीय स्थिति के बारे में जानकारी प्राप्त करेंगे।
- मेघालय के लोक जीवन और उनके साहित्य के बारे में जान पाएँगे।
- मेघालय के लोगों की समाज व्यवस्था से परिचित हो पाएँगे।
- मेघालय के रीति-रिवाज, लोकाचार और और प्रचलित अंधविश्वास से अवगत होंगे।
- इसके अतिरिक्त इस इकाई से मेघालय के खान-पान और वहाँ प्रचलित विभिन्न उत्सव-पर्वों से भी परिचित हो पाएँगे।

10.2 प्रस्तावना:

मेघालय भारत के उत्तर–पूर्वी क्षेत्र में स्थित एक ऐसा राज्य है, जिसकी पहचान उसकी विशिष्ट भौगोलिक संरचना, समृद्ध लोकजीवन और जीवंत संस्कृति से जुड़ी हुई है।

'मेघालय' का शाब्दिक अर्थ है—बादलों का घर, और यह नाम यहाँ के प्राकृतिक सौंदर्य के साथ-साथ जनजीवन की कोमलता और सहजता को भी अभिव्यक्त करता है। पहाड़ों, घने वनों, झरनों और वर्षा-प्रधान जलवायु के बीच विकसित हुआ यहाँ का लोकजीवन प्रकृति के साथ गहरे सामंजस्य का उदाहरण प्रस्तुत करता है।

मेघालय की सामाजिक संरचना मुख्यतः जनजातीय है, जिसमें खासी, गारो और जयंतिया प्रमुख जनजातियाँ हैं। इन समाजों की सबसे विशिष्ट विशेषता मातृसत्तात्मक व्यवस्था है, जहाँ वंश, संपत्ति और पारिवारिक उत्तराधिकार माता की ओर से चलता है। यह व्यवस्था भारतीय सामाजिक परंपरा में एक अलग पहचान रखती है और स्त्री को सम्मानजनक तथा केंद्रीय स्थान प्रदान करती है। समुदाय-केन्द्रित जीवन, आपसी सहयोग और सामूहिक निर्णय प्रणाली यहाँ के सामाजिक व्यवहार की मूल आधारशिला हैं।

मेघालय की संस्कृति लोकगीतों, लोकनृत्यों, पर्व-त्योहारों और पारंपरिक विश्वासों में जीवंत रूप से प्रकट होती है। 'वांगला', 'नोंगक्रेम', 'बेहदेन्खलाम' जैसे त्योहार कृषि, प्रकृति और सामुदायिक एकता से जुड़े हुए हैं। बाँस और लकड़ी से बने वाद्ययंत्र, पारंपरिक परिधान और हस्तशिल्प यहाँ की सांस्कृतिक चेतना को सशक्त रूप देते हैं। इस प्रकार मेघालय का लोकजीवन, समाज और संस्कृति न केवल विविधता में एकता का प्रतीक है, बल्कि भारतीय सांस्कृतिक विरासत को भी समृद्ध करता है।

10.3 जनजातीय स्थिति :

मेघालय उत्तर–पूर्व भारत का एक ऐसा राज्य है जहाँ जनजातीय जीवन न केवल जनसंख्या की दृष्टि से, बल्कि सामाजिक और सांस्कृतिक दृष्टि से भी प्रमुख भूमिका निभाता है। इस राज्य की पहचान उसकी आदिवासी परंपराओं, विशिष्ट सामाजिक संरचना और प्रकृति से जुड़े जीवन–दर्शन के कारण बनी है। यहाँ जनजातियाँ राज्य के संपूर्ण सामाजिक ढाँचे की आधारशिला हैं।

मेघालय में निवास करने वाली प्रमुख जनजातियाँ खासी, गारो और जयंतिया हैं। ये तीनों समुदाय भिन्न–भिन्न भौगोलिक क्षेत्रों में बसे हुए हैं और उनकी भाषाएँ, रीति–रिवाज तथा परंपराएँ भी अलग–अलग हैं। इसके बावजूद सामुदायिक सहयोग और आपसी सह-अस्तित्व की भावना इन सभी जनजातियों में समान रूप से देखने को मिलती है। राज्य की अधिकांश आबादी अनुसूचित जनजातियों से संबंधित होने के कारण यहाँ की राजनीति और प्रशासन पर भी जनजातीय प्रभाव स्पष्ट दिखाई देता है।

मेघालय की जनजातीय समाज–व्यवस्था की एक विशिष्ट विशेषता मातृवंशीय परंपरा है। खासी और जयंतिया समाज में पारिवारिक पहचान माँ की ओर से चलती है और

वंशानुक्रम में स्त्रियों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। परिवार की संपत्ति का उत्तराधिकार सामान्यतः कन्याओं को मिलता है, जिससे महिलाओं को सामाजिक सुरक्षा और सम्मान प्राप्त होता है। हालाँकि, निर्णय–निर्माण की प्रक्रिया में पुरुषों की भागीदारी भी महत्वपूर्ण बनी रहती है।

यहाँ का जनजातीय जीवन आर्थिक रूप से प्रकृति पर आधारित रहा है। कृषि, वनोपज संग्रह, पशुपालन और पारंपरिक शिल्पकला आजीविका के मुख्य साधन हैं। पहाड़ी भूभाग के कारण खेती की पद्धतियाँ भी स्थानीय परिस्थितियों के अनुरूप विकसित हुई हैं। बाँस, लकड़ी और प्राकृतिक संसाधनों से बने हस्तनिर्मित उत्पाद जनजातीय कुशलता और आत्मनिर्भरता को दर्शाते हैं।

सांस्कृतिक दृष्टि से मेघालय की जनजातियाँ अत्यंत समृद्ध हैं। नृत्य, संगीत और उत्सव उनके सामाजिक जीवन का अभिन्न अंग हैं। सामूहिक उत्सवों के माध्यम से समाज में एकता और सांस्कृतिक निरंतरता बनी रहती है। प्रकृति–पूजा और पारंपरिक विश्वास प्रणालियाँ लंबे समय तक जनजातीय जीवन का आधार रहीं, हालाँकि आधुनिक काल में धर्मांतरण और शिक्षा के प्रभाव से धार्मिक संरचना में परिवर्तन भी देखा गया है।

संवैधानिक स्तर पर जनजातीय हितों की रक्षा के लिए विशेष प्रावधान किए गए हैं। स्वायत्त प्रशासनिक संस्थाओं के माध्यम से जनजातियों को अपनी भूमि, परंपराओं और सामाजिक नियमों के संरक्षण का अधिकार मिला है। इसके बावजूद वैश्वीकरण, शहरीकरण और बाहरी सांस्कृतिक प्रभावों के कारण पारंपरिक जीवन–शैली में बदलाव आ रहा है, जो जनजातीय पहचान के लिए एक चुनौती बन गया है।अतः कहा जा सकता है कि मेघालय की जनजातीय स्थिति उसकी सामाजिक विशिष्टता, सांस्कृतिक समृद्धि और पारंपरिक मूल्यों के कारण अत्यंत महत्वपूर्ण है। बदलते समय में विकास और सांस्कृतिक संरक्षण के बीच संतुलन बनाए रखना ही इस जनजातीय समाज की सबसे बड़ी आवश्यकता है।

10.4 लोकविश्वास :

मेघालय की सांस्कृतिक पहचान केवल उसकी जनजातीय संरचना से ही नहीं, बल्कि वहाँ प्रचलित लोक-विश्वासों से भी निर्मित होती है। पहाड़ों, जंगलों, नदियों और वर्षा से घिरे इस प्रदेश में लोक-विश्वासों का विकास प्रकृति के निकट रहकर हुआ है। यहाँ के आदिवासी समाज में लोक-विश्वास जीवन के दैनिक व्यवहार, नैतिक मूल्यों और सामाजिक नियमों को दिशा प्रदान करते हैं।

मेघालय की जनजातियाँ प्रकृति को जीवंत शक्ति के रूप में देखती हैं। उनके लोक-विश्वासों में पर्वत, वृक्ष, झरने और गुफाएँ केवल भौतिक तत्व नहीं, बल्कि आत्मिक शक्ति

से युक्त माने जाते हैं। अनेक स्थानों को पवित्र समझा जाता है, जहाँ अनावश्यक हस्तक्षेप को अपशकुन माना जाता है। विशेष रूप से पवित्र उपवनों को देवताओं का निवास स्थल माना जाता है और वहाँ पेड़ों की कटाई वर्जित होती है।

यहाँ के लोक-विश्वासों में पूर्वजों की आत्माओं का भी महत्वपूर्ण स्थान है। यह मान्यता प्रचलित है कि दिवंगत पूर्वज परिवार और समाज की रक्षा करते हैं। उनके सम्मान में समय-समय पर अनुष्ठान किए जाते हैं, ताकि जीवन में सुख-शांति बनी रहे। किसी प्रकार की प्राकृतिक आपदा या बीमारी को कभी-कभी असंतुष्ट आत्माओं का संकेत माना जाता है।

मेघालय में शुभ-अशुभ संकेतों से जुड़े विश्वास भी व्यापक रूप से पाए जाते हैं। पक्षियों की आवाज़, स्वप्न, या अचानक घटित घटनाओं को भविष्य के संकेत के रूप में देखा जाता है। यात्रा, विवाह या नए कार्य के आरंभ से पहले पारंपरिक संकेतों पर ध्यान देना आज भी कई क्षेत्रों में प्रचलित है। इन विश्वासों का उद्देश्य जीवन में संतुलन और सावधानी बनाए रखना है।

लोक-विश्वासों में औषधीय ज्ञान का भी समावेश है। पारंपरिक वैद्य और बुजुर्ग जड़ी-बूटियों के माध्यम से रोगों के उपचार में विश्वास रखते हैं। बीमारियों को केवल शारीरिक नहीं, बल्कि मानसिक और आत्मिक असंतुलन से भी जोड़ा जाता है। इसलिए उपचार में पूजा, मंत्र और औषधि तीनों का समन्वय देखने को मिलता है।

आधुनिक शिक्षा और धार्मिक परिवर्तनों के प्रभाव से लोक-विश्वासों में कुछ बदलाव अवश्य आए हैं, फिर भी ग्रामीण और आदिवासी क्षेत्रों में ये मान्यताएँ आज भी जीवित हैं। ये विश्वास समुदाय को प्रकृति के प्रति संवेदनशील बनाते हैं और सामाजिक अनुशासन बनाए रखने में सहायक होते हैं।इस प्रकार मेघालय के लोक-विश्वास वहाँ के सामाजिक जीवन, पर्यावरणीय चेतना और सांस्कृतिक निरंतरता का सशक्त आधार हैं, जो पीढ़ी दर पीढ़ी मौखिक परंपरा के माध्यम से आगे बढ़ते रहे हैं।

10.5 लोक पर्व-उत्सव :

मेघालय की सांस्कृतिक आत्मा वहाँ के लोक पर्वों और उत्सवों में सजीव रूप में दिखाई देती है। पहाड़ी भू-भाग, हरित वनस्पति और जनजातीय समाज से युक्त यह राज्य अपने पारंपरिक त्योहारों के माध्यम से सामुदायिक जीवन, आस्था और प्रकृति के साथ गहरे संबंध को अभिव्यक्त करता है। यहाँ के लोक पर्व केवल मनोरंजन के अवसर नहीं हैं, बल्कि सामाजिक एकता, कृषि-चक्र और धार्मिक विश्वासों से जुड़े सामूहिक अनुभव हैं।

मेघालय की प्रमुख जनजातियाँ—खासी, गारो और जयंतिया—अपने-अपने विशिष्ट पर्वों के लिए जानी जाती हैं। इन उत्सवों के माध्यम से पीढ़ी दर पीढ़ी सांस्कृतिक परंपराएँ आगे बढ़ती रही हैं। पर्वों के आयोजन में संपूर्ण समुदाय की सहभागिता रहती है, जिससे सामाजिक बंधन और पारस्परिक सहयोग की भावना सुदृढ़ होती है।

खासी समाज में मनाया जाने वाला'नोंगक्रेम उत्सव'विशेष महत्व रखता है। यह पर्व वर्षा, कृषि की उन्नति और सामाजिक कल्याण की कामना के साथ मनाया जाता है। इस अवसर पर पारंपरिक नृत्य, वेशभूषा और संगीत के माध्यम से देव शक्तियों के प्रति कृतज्ञता व्यक्त की जाती है। सामूहिक अनुष्ठानों द्वारा समाज में शांति और समृद्धि की कामना की जाती है।

जयंतिया समुदाय का प्रमुख पर्व'बेहदेइनखलाम'है। यह उत्सव रोग, विपत्ति और नकारात्मक शक्तियों से मुक्ति की प्रार्थना के रूप में मनाया जाता है। इस पर्व में सामूहिक भागीदारी के साथ-साथ प्रतीकात्मक क्रियाएँ संपन्न होती हैं, जो समाज की धार्मिक आस्था और नैतिक चेतना को प्रतिबिंबित करती हैं। यह उत्सव सामाजिक अनुशासन और सामूहिक जिम्मेदारी की भावना को प्रोत्साहित करता है।

गारो जनजाति का सबसे प्रसिद्ध पर्व'वांगला'है, जिसे फसल कटाई के उपरांत आयोजित किया जाता है। यह उत्सव प्रकृति और देवताओं के प्रति आभार प्रकट करने का माध्यम है। ढोल-नगाड़ों की गूंज, समूह नृत्य और पारंपरिक गीत इस पर्व को जीवंत बना देते हैं। वांगला उत्सव गारो समाज की सांस्कृतिक पहचान और कृषि आधारित जीवन-शैली को उजागर करता है।

इन प्रमुख पर्वों के अतिरिक्त मेघालय में अनेक स्थानीय और ऋतु-आधारित उत्सव भी मनाए जाते हैं। वर्षा ऋतु, बीज बोने और फसल तैयार होने के समय विभिन्न अनुष्ठान किए जाते हैं। इन अवसरों पर लोककथाएँ, नृत्य और गीतों के माध्यम से सामूहिक स्मृति और अनुभवों को साझा किया जाता है।

मेघालय के लोक पर्वों में संगीत और नृत्य की विशेष भूमिका होती है। बाँसुरी, ढोल, नगाड़ा जैसे पारंपरिक वाद्य यंत्रों के साथ प्रस्तुत नृत्य केवल कला प्रदर्शन नहीं होते, बल्कि धार्मिक और सामाजिक भावनाओं की अभिव्यक्ति भी होते हैं। पारंपरिक परिधान, आभूषण और रंग-बिरंगी वेशभूषा उत्सवों को और भी आकर्षक बनाती है।

आधुनिक समय में शहरीकरण और बाहरी प्रभावों के बावजूद मेघालय के लोक पर्व अपनी मौलिकता बनाए हुए हैं। सरकारी और सांस्कृतिक संस्थाओं द्वारा इन्हें संरक्षित और प्रोत्साहित करने के प्रयास भी किए जा रहे हैं। पर्यटन के माध्यम से ये उत्सव वैश्विक मंच पर पहचान प्राप्त कर रहे हैं, जिससे स्थानीय संस्कृति को नया जीवन मिला है।अतः कहा जा सकता है कि मेघालय के लोक पर्व और उत्सव वहाँ की सांस्कृतिक चेतना, सामाजिक समरसता और प्रकृति-केन्द्रित जीवन-दृष्टि के प्रतीक हैं। ये पर्व

जनजातीय समाज की आत्मा को जीवंत बनाए रखते हैं और बदलते समय में भी परंपरा और आधुनिकता के बीच संतुलन स्थापित करते हैं।

स्मरणीय बिंदुप्रस्तुत हैं—

1. **मेघालय का अर्थ "बादलों का घर"**है, और इसका लोकजीवन प्रकृति (पहाड़, वन, वर्षा) के साथ गहरे सामंजस्य को दर्शाता है।
2. **मुख्य जनजातियाँ**—खासी, गारो और जयंतिया; ये राज्य की सामाजिक और सांस्कृतिक पहचान का आधार हैं।
3. **मातृसत्तात्मक (मातृवंशीय) व्यवस्था**इसकी सबसे अनूठी विशेषता है, जिसमें वंश और संपत्ति माँ की ओर से चलती है।
4. **सामुदायिक जीवन और सहयोग**—सामूहिक निर्णय, आपसी सह-अस्तित्व और सामाजिक एकता यहाँ की प्रमुख विशेषताएँ हैं।
5. **लोक-विश्वास प्रकृति-केंद्रित**हैं—पर्वत, वृक्ष, नदियाँ, पूर्वजों की आत्माएँ और पवित्र उपवनों में आस्था।
6. **प्रमुख पर्व-उत्सव**—नोंगक्रेम, बेहदेन्खलाम और वांगला; ये कृषि, प्रकृति और सामुदायिक जीवन से जुड़े हैं।
7. **आधुनिक प्रभाव के बावजूद परंपरा कायम**—शिक्षा और शहरीकरण के साथ बदलाव आए हैं, फिर भी सांस्कृतिक पहचान और लोक परंपराएँ मजबूत बनी हुई हैं।

10.6 लोकाचार एवं अंधविश्वास:

मेघालय का सामाजिक जीवन उसकी जनजातीय परंपराओं से गहराई से जुड़ा हुआ है। यहाँ के लोकाचार और अंधविश्वास सदियों से चले आ रहे सामूहिक अनुभवों, प्रकृति के साथ सह-अस्तित्व और लोकधारणाओं से विकसित हुए हैं। ये विश्वास समाज के नैतिक आचरण, व्यवहारिक नियमों और जीवन-पद्धति को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

मेघालय के लोकाचारों का संबंध मुख्यतः प्रकृति और समुदाय से है। दैनिक जीवन में पेड़-पौधों, जलस्रोतों और पर्वतीय क्षेत्रों के प्रति आदर भाव रखना एक सामाजिक नियम के रूप में देखा जाता है। कुछ विशेष स्थानों को पवित्र माना जाता है, जहाँ शोर-शराबा, शिकार या वृक्ष-छेदन को अनुचित समझा जाता है। ऐसे लोकाचार पर्यावरण

संरक्षण की भावना को सुदृढ़ करते हैं, भले ही उनका आधार धार्मिक विश्वासों में निहित हो।

यहाँ के समाज में जीवन के विभिन्न संस्कारों—जन्म, विवाह और मृत्यु—से जुड़े अनेक पारंपरिक नियम प्रचलित हैं। विवाह के समय कुछ दिनों तक विशेष आचरण अपनाने और निषेधों का पालन करने की परंपरा है। इन नियमों का उद्देश्य सामाजिक संतुलन बनाए रखना और पारिवारिक शुचिता को बनाए रखना माना जाता है। मृत्यु से संबंधित लोकाचारों में आत्मा की शांति के लिए विशेष अनुष्ठानों का आयोजन किया जाता है।

अंधविश्वास भी मेघालय के लोकजीवन का एक पक्ष हैं। कई बार प्राकृतिक घटनाओं, रोगों या दुर्घटनाओं को अदृश्य शक्तियों के प्रभाव से जोड़कर देखा जाता है। कुछ क्षेत्रों में यह मान्यता पाई जाती है कि जंगलों या गुफाओं में अदृश्य आत्माओं का वास होता है, जिनके क्रोधित होने से विपत्तियाँ आ सकती हैं। इसलिए यात्रा या नए कार्य से पहले विशेष सावधानियाँ बरती जाती हैं।

शुभ-अशुभ संकेतों से जुड़े विश्वास भी व्यापक रूप से देखे जाते हैं। स्वप्न, पक्षियों की गतिविधियाँ या अचानक घटित घटनाओं को भविष्य से जोड़कर देखा जाता है। इन मान्यताओं के कारण कई बार निर्णय तर्क की बजाय लोकधारणाओं के आधार पर लिए जाते हैं। यही कारण है कि इन्हें अंधविश्वास की श्रेणी में रखा जाता है।

रोगों के उपचार में भी अंधविश्वास का प्रभाव देखा जाता है। कुछ बीमारियों को आत्मिक या दैवी कारणों से जोड़कर पारंपरिक उपचार अपनाए जाते हैं। हालाँकि आधुनिक चिकित्सा और शिक्षा के प्रसार से इन विश्वासों में धीरे-धीरे परिवर्तन आ रहा है, फिर भी ग्रामीण क्षेत्रों में इनकी पकड़ अब भी बनी हुई है।

समकालीन समय में शिक्षा, विज्ञान और जागरूकता के कारण लोकाचारों और अंधविश्वासों के बीच स्पष्ट अंतर समझा जाने लगा है। जहाँ लोकाचार सामाजिक अनुशासन और सांस्कृतिक पहचान को बनाए रखते हैं, वहीं अंधविश्वास विकास में बाधा उत्पन्न कर सकते हैं। इसलिए मेघालय के समाज में परंपरा और विवेक के संतुलन की आवश्यकता अनुभव की जा रही है।

10.7 खान-पान :

मेघालय की खान–पान संस्कृति वहाँ के प्राकृतिक वातावरण, जनजातीय जीवन और पारंपरिक सोच को स्पष्ट रूप से प्रतिबिंबित करती है। पहाड़ी प्रदेश, घने जंगल और प्रचुर वर्षा ने यहाँ के भोजन को सरल, पौष्टिक और प्रकृति-आधारित बनाया है। मेघालय का भोजन स्वाद से अधिक स्वास्थ्य, संतुलन और स्थानीय उपलब्धता पर केंद्रित है।

मेघालय की प्रमुख जनजातियाँ—खासी, गारो और जयंतिया—अपने पारंपरिक भोजन के लिए जानी जाती हैं। यहाँ के खान–पान में मसालों का अत्यधिक प्रयोग नहीं होता, बल्कि भोजन की पहचान उसकी प्राकृतिक सुगंध और मूल स्वाद से होती है। चावल यहाँ का मुख्य आहार है, जिसे तरकारी,मांस या मछली के साथ ग्रहण किया जाता है।

मांसाहार मेघालय की भोजन संस्कृति का एक महत्वपूर्ण अंग है। सुअर का मांस, मछली और कभी-कभी मुर्गे का प्रयोग सामान्य रूप से किया जाता है। मांस को उबालकर या हल्की आँच पर पकाने की परंपरा है, जिससे उसका पोषण बना रहता है। खासी समाज में 'जादोह' नामक व्यंजन विशेष रूप से लोकप्रिय है, जिसमें चावल और मांस को एक साथ पकाया जाता है।

सब्ज़ियों में बाँस की कोपलें, जंगली साग, कंदमूल और स्थानीय पौधों का प्रयोग किया जाता है। बाँस की कोपलों से बने व्यंजन मेघालय की पहचान माने जाते हैं। ये स्वाद में हल्के खट्टे होते हैं और स्वास्थ्य की दृष्टि से लाभकारी माने जाते हैं। कुछ सब्ज़ियों को धूप में सुखाकर लंबे समय तक उपयोग में लाया जाता है।

मेघालय के खान–पान में किण्वित (फर्मेंटेड) खाद्य पदार्थों का भी स्थान है। किण्वन की यह परंपरा भोजन को लंबे समय तक सुरक्षित रखने और पाचन के अनुकूल बनाने में सहायक रही है। स्थानीय पेय पदार्थ भी पारंपरिक विधियों से तैयार किए जाते हैं, जिनका उपयोग सामाजिक अवसरों पर किया जाता है।

मेघालय में दूध और दुग्ध-उत्पादों का प्रयोग अपेक्षाकृत कम देखा जाता है, क्योंकि पशुपालन यहाँ सीमित स्तर पर किया जाता है। इसके विपरीत, मछली और वनोपज से प्राप्त खाद्य सामग्री अधिक प्रचलित है। भोजन पकाने में सरसों के तेल और कभी-कभी पशु वसा का उपयोग किया जाता है।

पर्व-त्योहारएवं विशेष अवसरों पर पारंपरिक व्यंजन सामूहिक रूप से तैयार किए जाते हैं। इस प्रक्रिया में पूरा समुदाय सहभागी होता है, जिससे सामाजिक मेल-जोल और आपसी सहयोग की भावना प्रबल होती है। भोजन केवल पेट भरने का साधन नहीं, बल्कि सांस्कृतिक एकता का माध्यम भी बन जाता है।

आधुनिक प्रभावों के कारण शहरी क्षेत्रों में खान–पान की आदतों में परिवर्तन दिखाई दे रहा है, फिर भी ग्रामीण और जनजातीय क्षेत्रों में पारंपरिक भोजन आज भी अपनी मौलिकता बनाए हुए है। इस प्रकार मेघालय की खान–पान परंपरा सरलता, पोषण और प्रकृति के साथ सामंजस्य का सुंदर उदाहरण प्रस्तुत करती है।

स्मरणीय बिंदु—

1. मेघालय के समाज में लोकाचार प्रकृति और समुदाय से जुड़ेहैं—पेड़-पौधे, जलस्रोत और पवित्र स्थानों के प्रति आदर, जो पर्यावरण संरक्षण को बढ़ावा देते हैं।
2. जीवन-संस्कारों (जन्म, विवाह, मृत्यु)से जुड़े नियम सामाजिक संतुलन और शुचिता बनाए रखने में सहायक हैं।
3. अंधविश्वास का आधार अदृश्य शक्तियाँ हैं। प्राकृतिक घटनाओं, रोगों और दुर्घटनाओं को आत्माओं या दैवी प्रभाव से जोड़ा जाता है।
4. शुभ-अशुभ संकेतों पर विश्वास किया जाता है। स्वप्न, पक्षियों की गतिविधियाँ आदि को भविष्य के संकेत मानकर निर्णय लिए जाते हैं।
5. लोकाचार सामाजिक जीवन के अनुशासन होते हैं। बदलते समय और आधुनिक शिक्षा के चलते इनमें धीरे-धीरे कमीआ रही है। इसमें संतुलन की आवश्यकता है ताकि संस्कृति विलुप्त न हो।

अतिरिक्त जानकारी:

मेघालय उत्तर–पूर्व भारत का एक अत्यंत रमणीय राज्य है, जिसे प्राकृतिक सौंदर्य, हरित पहाड़ियाँ, झरने और सांस्कृतिक विविधता के लिए जाना जाता है। बादलों से घिरा यह प्रदेश पर्यटकों को अपनी शांत, स्वच्छ और मनोहारी वातावरण से आकर्षित करता है। यहाँ के पर्यटन स्थल प्रकृति और संस्कृति के सुंदर समन्वय का उदाहरण प्रस्तुत करते हैं।

मेघालय की राजधानीशिलांगराज्य का प्रमुख पर्यटन केंद्र है। इसे पूर्व का स्कॉटलैंड भी कहा जाता है। शिलांग पीक, वाड्र्स लेक और एलीफेंट फॉल्स यहाँ के प्रमुख आकर्षण हैं। यहाँ का सुहावना मौसम और पहाड़ी दृश्य पर्यटकों को विशेष रूप से लुभाते हैं।चेरापूंजी (सोहरा), एवं माओसिनरमविश्व में अत्यधिक वर्षा के लिए प्रसिद्ध हैं। यहाँ के नोहकालिकाई जलप्रपात, मावस्माई गुफाएँ और हरे-भरे पठार प्राकृतिक सौंदर्य के अद्भुत उदाहरण हैं। चेरापूंजी का वातावरण प्रकृति प्रेमियों और शोधकर्ताओं के लिए विशेष महत्व रखता है।मावलिननोंगको एशिया के सबसे स्वच्छ गाँवों में गिना जाता है। यह गाँव स्वच्छता, अनुशासन और पर्यावरण संरक्षण का उत्कृष्ट उदाहरण है। यहाँ की प्राकृतिक हरियाली और पारंपरिक जीवन-शैली पर्यटकों को ग्रामीण संस्कृति से परिचित कराती है।मेघालय कादाउकीक्षेत्र अपनी पारदर्शी उमन्गोत नदी के लिए प्रसिद्ध है। नदी का स्वच्छ जल और आस-पास की पहाड़ियाँ इस स्थान को अत्यंत आकर्षक बनाती हैं। यहाँ नौकाविहार पर्यटकों का प्रमुख आकर्षण है।लिविंग रूट ब्रिजमेघालय की अनूठी पहचान है। पेड़ों की जीवित जड़ों से बने ये पुल स्थानीय जनजातीय कौशल और प्रकृति

के साथ सामंजस्य का प्रतीक हैं। यह स्थल पर्यटकों को आश्चर्यचकित करता है।इसके अतिरिक्त नोंगपोह, तुरा और बलपक्रम राष्ट्रीय उद्यान जैसे स्थल भी पर्यटन की दृष्टि से महत्वपूर्ण हैं। संक्षेप में कहा जा सकता है कि मेघालय के पर्यटन स्थल प्राकृतिक सौंदर्य, सांस्कृतिक विरासत और शांति का अद्वितीय अनुभव प्रदान करते हैं।

10.8 समाज व्यवस्था :

मेघालय की समाज व्यवस्था भारत की विविध सामाजिक संरचनाओं में एक विशिष्ट स्थान रखती है। यह व्यवस्था वहाँ के जनजातीय जीवन, परंपरागत मूल्यों और प्रकृति–केन्द्रित सोच से विकसित हुई है। राज्य का सामाजिक ढाँचा सामूहिकता, पारस्परिक सहयोग और परंपरा के सम्मान पर आधारित है, जिसमें समुदाय को व्यक्ति से अधिक महत्व दिया जाता है।मेघालय का समाज मुख्यतः खासी, गारो और जयंतिया जनजातियों से मिलकर बना है। प्रत्येक जनजाति की अपनी सामाजिक पहचान, भाषा और परंपराएँ हैं, किंतु इन सबमें सामुदायिक जीवन की भावना समान रूप से विद्यमान है। समाज छोटे-छोटे कबीलाई समूहों और गाँवों में संगठित है, जहाँ निर्णय सामूहिक चर्चा और परंपरागत नियमों के अनुसार लिए जाते हैं।

प्रगति प्रतिवेदन:

निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए -

प्रश्न संख्या 1. मेघालय के किसी एक प्रमुख पर्यटन स्थल का संक्षिप्त परिचय दीजिए।

प्रश्न संख्या 2. शिलांग पहले किस राज्य की राजधानी थी?

प्रश्न संख्या 3. **नोंगक्रेम उत्सव**किस संप्रदाय से संबंधित है ?

मेघालय की समाज व्यवस्था की सबसे प्रमुख विशेषता मातृवंशीय प्रणाली है, विशेषकर खासी और जयंतिया समाज में। वंश, कुल और संपत्ति की पहचान माँ की ओर से चलती है। परिवार की सबसे छोटी पुत्री को संपत्ति का उत्तराधिकारी माना जाता है, जिससे महिलाओं को सामाजिक सुरक्षा और स्थायित्व प्राप्त होता है। इस व्यवस्था में स्त्रियों को सम्मानजनक स्थान प्राप्त है, हालांकि सामाजिक और धार्मिक नेतृत्व में पुरुषों की भूमिका भी बनी रहती है।

परिवार मेघालय की समाज व्यवस्था की मूल इकाई है। संयुक्त परिवार की परंपरा प्रचलित रही है, जहाँ कई पीढ़ियाँ एक साथ रहती हैं। पारिवारिक संबंधों में आपसी

दायित्व और सहयोग पर विशेष बल दिया जाता है। विवाह को सामाजिक अनुबंध के रूप में देखा जाता है और विवाह के नियम जनजातीय परंपराओं द्वारा निर्धारित होते हैं।

मेघालय का सामाजिक जीवन धर्म और परंपरा से गहराई से जुड़ा हुआ है। पारंपरिक विश्वासों में प्रकृति, पूर्वजों और अदृश्य शक्तियों की मान्यता रही है। बाद के समय में ईसाई धर्म का प्रभाव भी समाज में व्यापक रूप से दिखाई देता है, किंतु इसके बावजूद पारंपरिक रीति–रिवाज और सामाजिक नियम आज भी जीवित हैं।

ग्राम सभा और पारंपरिक परिषदें समाज व्यवस्था में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। ये संस्थाएँ सामाजिक विवादों का समाधान करती हैं और सामाजिक अनुशासन बनाए रखने में सहायक होती हैं। आधुनिक प्रशासन के साथ-साथ ये पारंपरिक संस्थाएँ आज भी समाज की रीढ़ बनी हुई हैं।

शिक्षा और आधुनिकता के प्रसार से मेघालय की समाज व्यवस्था में धीरे-धीरे परिवर्तन हो रहा है। युवाओं में नई सोच और जीवन–शैली का विकास हो रहा है, जिससे पारंपरिक मूल्यों और आधुनिक दृष्टिकोण के बीच संतुलन की आवश्यकता अनुभव की जा रही है। शहरीकरण और रोजगार के नए अवसर सामाजिक ढाँचे को प्रभावित कर रहे हैं।

अतः मेघालय की समाज व्यवस्था परंपरा और परिवर्तन के बीच स्थित एक जीवंत संरचना है। यह व्यवस्था सामाजिक समरसता, सामुदायिक सहयोग और सांस्कृतिक निरंतरता को बनाए रखते हुए समय के साथ स्वयं को ढालने की क्षमता रखती है।

10.9 सारांश :

मेघालय का सामाजिक और सांस्कृतिक जीवन उसकी जनजातीय चेतना से गहराई से जुड़ा हुआ है। यहाँ की समाज व्यवस्था, लोकाचार, लोक-विश्वास, पर्व–उत्सव और खान–पान सभी मिलकर एक ऐसी जीवन–दृष्टि का निर्माण करते हैं, जिसमें प्रकृति, समुदाय और परंपरा का संतुलित समन्वय दिखाई देता है। मेघालय का समाज केवल सामाजिक संरचना नहीं, बल्कि सामूहिक अनुभवों और सांस्कृतिक स्मृतियों की जीवंत अभिव्यक्ति है।

जनजातीय व्यवस्था ने मेघालय को एक विशिष्ट पहचान प्रदान की है। मातृवंशीय प्रणाली, सामुदायिक निर्णय प्रक्रिया और पारंपरिक संस्थाएँ समाज को स्थिरता और सुरक्षा प्रदान करती हैं। यह व्यवस्था स्त्री को सम्मानजनक स्थान देते हुए पारिवारिक और सामाजिक संतुलन बनाए रखती है। साथ ही, लोकाचारों के माध्यम से सामाजिक अनुशासन और नैतिक मूल्यों की रक्षा होती है।

मेघालय के लोक-विश्वास और अंधविश्वास प्रकृति और पूर्वजों के प्रति गहरे सम्मान को प्रकट करते हैं। यद्यपि कुछ मान्यताएँ आधुनिक दृष्टि से अवैज्ञानिक प्रतीत

होती हैं, फिर भी उन्होंने समाज को पर्यावरण संरक्षण, सावधानी और आत्मिक संतुलन की दिशा में प्रेरित किया है। लोक पर्व और उत्सव सामूहिक चेतना को सुदृढ़ करते हैं तथा सांस्कृतिक निरंतरता को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

खान–पान की परंपरा सरल, पौष्टिक और प्रकृति पर आधारित है, जो जनजातीय जीवन की आत्मनिर्भरता और पर्यावरण के साथ सामंजस्य को दर्शाती है। भोजन, पर्व और सामाजिक आचरण—तीनों में सामूहिक सहभागिता समाज को एकसूत्र में बाँधती है।

समकालीन समय में शिक्षा, आधुनिकता और बाहरी प्रभावों से मेघालय के पारंपरिक जीवन में परिवर्तन आ रहा है, किंतु मूल सांस्कृतिक तत्व आज भी जीवित हैं। अतः कहा जा सकता है कि मेघालय का समाज परंपरा और परिवर्तन के बीच संतुलन स्थापित करते हुए अपनी सांस्कृतिक पहचान को सुरक्षित रखने का सतत प्रयास कर रहा है।

10.10 अधिक जानने के लिए पढ़े :

- सिंह, बी. एन: मेघालय: इतिहास, समाज और संस्कृति, राधा प्रकाशन, नई दिल्ली, 2010।
- गुप्ता, रमणिका: उत्तर-पूर्व भारत: समाज और संस्कृति, राजकमल प्रकाशन, नई दिल्ली, 2008।
- शर्मा, रामशरण: भारत की जनजातीय संस्कृति: उत्तर-पूर्व भारत, मेश्नल बुक ट्रस्ट, नई दिल्ली, 2009।
- चंद्र, जगदीश: मेघालय की जनजातियाँ, किताब महल, इलाहाबाद, 2012।
- कुमार, अनिल: मेघालय: प्राकृतिक सौंदर्य और संस्कृति, ज्ञानदीप प्रकाशन, नई दिल्ली, 2016।
- Marak,Queenbala&Chaudhuri, Sarit K.: The Cultural Heritage of Meghalaya, Manohar Publishers & Distributors, 2020.
- Kharshiing,Balabynta:Recipe Of Meghalaya, Akansha Publishing House, 2013.
- कुकरेती, हेमंत: भारत की लोक संस्कृति, प्रभात पेपरबैक्स, दिल्ली, 2018।
- देवी, गणेश (सम्पा): असम की भाषाएँ,PLSI खंड 5, भाग 1, ओरियंट ब्लेकस्वॉन, 2025।
- कलिता, कमलेश्वर: उत्तर-पूर्वांचलर जनजातिर समाज आरू संस्कृति, डुमडुमा महाविद्यालय, 2024।

10.11 प्रगति विवरण (केवल रूपरेखा):

प्रश्न संख्या 1. का उत्तर: जानने के लिए इकाई को ध्यान से पढ़ें।
प्रश्न संख्या 2. का उत्तर: असम।
प्रश्न संख्या 3. का उत्तर:जानने के लिए इकाई को ध्यान से पढ़ें।

10.12 अभ्यास प्रश्न:

(क) संक्षिप्त प्रश्नों के उत्तर दीजिए-

1. मेघालय की समाज व्यवस्था की सबसे प्रमुख विशेषता क्या है?
2. मेघालय की जनजातीय संस्कृति किन तीन प्रमुख समुदायों पर आधारित है?
3. मेघालय के लोक जीवन में प्रकृति का क्या महत्व है?
4. मेघालय के खान-पान में मुख्य आहार कौन-सा माना जाता है?
5. मेघालय में लोक पर्व और उत्सवों का प्रमुख उद्देश्य क्या है?

(ख) निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर विस्तार से लिखिए-

1. मेघालय की जनजातीय स्थितिका विस्तृत विवेचन कीजिए तथा उसकी प्रमुख विशेषताओं पर प्रकाश डालिए।
2. मेघालय के लोक-विश्वास और अंधविश्वासका समाज पर पड़ने वाले प्रभावपर टिप्पणी लिखिए।
3. मेघालय के लोक पर्व एवं उत्सवोंका सामाजिक और सांस्कृतिक महत्व स्पष्ट कीजिए।
4. मेघालय की खान-पान परंपराका वर्णन करते हुए उसके प्राकृतिक और जनजातीय आधार को स्पष्ट कीजिए।
5. मेघालय की समाज व्यवस्थाका समग्र परिचय दीजिए तथा परंपरा और आधुनिकता के बीच उसके संतुलन पर चर्चा कीजिए।



This document was created with the Win2PDF “Print to PDF” printer available at

https://www.win2pdf.com

This version of Win2PDF 10 is for evaluation and non-commercial use only.
Visit https://www.win2pdf.com/trial/ for a 30 day trial license.

This page will not be added after purchasing Win2PDF.

https://www.win2pdf.com/purchase/