इकाई 9: अरुणाचल प्रदेश की लोकसंस्कृति का सामान्य परिचय

इकाई की रूपरेखा:

9. 1 उद्देश्य
9. 2 प्रस्तावना
9. 3 जनजातीय स्थिति
9. 4 लोकविश्वास
9. 5 लोक पर्व-उत्सव
9. 6 लोकाचार एवं अंधविश्वास
9. 7 खान-पान
9. 8 समाज व्यवस्था
9. 9 सारांश
9. 10 अधिक जानने के लिए पढ़े
9. 11 प्रगति विवरण (केवल रूपरेखा)
9. 12 अभ्यास-प्रश्न

9.1 उद्देश्य:

इस इकाई के अध्ययन से अध्येता—

- अरुणाचल प्रदेश के जनजातीय स्थिति के बारे में जान सकेंगे।
- अरुणाचल प्रदेश के लोक जीवन और उनके साहित्य के बारे में जान पाएँगे।
- अरुणाचल प्रदेश के लोगों की समाज व्यवस्था से परिचित हो पाएँगे।
- वहाँ के रीति-रिवाज, लोकाचार और और प्रचलित अंधविश्वास से भी अवगत हो पाएँगे।
- अरुणाचल प्रदेश के खान-पान और वहाँ प्रचलित विभिन्न उत्सव-पर्वों से परिचित होंगे।

9.2 प्रस्तावना:

अरुणाचल प्रदेश भारत के उत्तर-पूर्वी छोर पर स्थित एक सीमांत राज्य है, जो अपनी भौगोलिक विविधता, जनजातीय बहुलता और समृद्ध सांस्कृतिक विरासत के लिए

जाना जाता है। 'उगते सूर्य की भूमि' कहलाने वाला यह प्रदेश न केवल प्राकृतिक सौंदर्य से परिपूर्ण है, बल्कि यहाँ के लोगों की जीवन-पद्धति, परम्पराएँ और सामाजिक व्यवस्था भी अत्यंत विशिष्ट हैं। अरुणाचल के समाज का मूल आधार, यहाँ निवास करने वाली अनेक जनजातियाँ हैं, जिनमें आदि, न्यीशी, अपातानी, मोनपा, गालो, तागिन, मिश्मी आदि प्रमुख हैं। प्रत्येक जनजाति की अपनी अलग भाषा, वेशभूषा, रीति-रिवाज और सामाजिक संरचना है।

यहाँ की परम्पराएँ प्रकृति-केंद्रित हैं। पर्वत, नदियाँ, वन और पशु-पक्षी लोगों के जीवन और विश्वास का अभिन्न अंग हैं। कृषि, शिकार और हस्तशिल्प यहाँ की पारंपरिक आजीविका के प्रमुख साधन रहे हैं। लोसर, न्योकुम, सोलुंग, ड्री जैसे पर्व और उत्सव सामुदायिक एकता, सामूहिक श्रम और सांस्कृतिक निरंतरता के प्रतीक हैं। इन उत्सवों के माध्यम से अरुणाचल प्रदेश के लोकनृत्य, लोकगीत और पारंपरिक ज्ञान पीढ़ी-दर-पीढ़ी हस्तांतरित होता आ रहा है।

अरुणाचल प्रदेश की समाज-व्यवस्था सरल, सहयोगात्मक और सामुदायिक मूल्यों पर आधारित है। ग्राम परिषदें, मुखिया प्रणाली और पारंपरिक न्याय व्यवस्था सामाजिक संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। आधुनिकता और विकास के प्रभाव के बावजूद, यहाँ के लोग अपनी सांस्कृतिक पहचान और परम्पराओं को सहेजने के प्रति सजग हैं। इस प्रकार अरुणाचल प्रदेश का समाज, परम्परा और संस्कृति भारतीय बहुलतावादी सभ्यता को समृद्ध करने वाला एक महत्वपूर्ण अध्याय प्रस्तुत करता है।

9.3 जनजातीय स्थिति :

अरुणाचल प्रदेश भारत का एक प्रमुख जनजातीय राज्य है, जहाँ की सामाजिक संरचना, संस्कृति और जीवन-पद्धति का मूल आधार जनजातियाँ हैं। यह राज्य भारत के उत्तर-पूर्वी भाग में स्थित है और भौगोलिक रूप से पर्वतीय, वनाच्छादित तथा दुर्गम क्षेत्रों से घिरा हुआ है। इसी कारण यहाँ बाहरी प्रभाव अपेक्षाकृत देर से पहुँचे और जनजातीय समाज ने अपनी मौलिक पहचान को लंबे समय तक सुरक्षित रखा। अरुणाचल प्रदेश को जनजातियों का प्रदेश कहना अनुचित नहीं होगा, क्योंकि यहाँ की लगभग पूरी आबादी किसी-न-किसी जनजाति से संबंधित है। इस प्रदेश में लगभग 26 प्रमुख जनजातियाँ और 100 से अधिक उप-जनजातियाँ निवास करती हैं। इनमें आदी, पासी, अपातानी, गालो, सिमोंग, मोनपा, बोकर, मिश्मी, पादाम, रामो, खामती आदि उल्लेखनीय हैं। प्रत्येक जनजाति की अपनी भाषा, सामाजिक व्यवस्था, धार्मिक विश्वास और सांस्कृतिक परंपराएँ

हैं। भाषायी दृष्टि से ये जनजातियाँ मुख्यतः तिब्बती-बर्मी भाषा परिवार से संबंधित हैं, जबकि कुछ जनजातियों में थाई-चीनी भाषाई प्रभाव भी देखा जाता है।

यहाँ की जनजातीय समाज व्यवस्था सरल, सामुदायिक और सहयोग पर आधारित है। परिवार और कबीला सामाजिक जीवन की मूल इकाई हैं। अधिकांश जनजातियों में पितृसत्तात्मक व्यवस्था प्रचलित है, हालाँकि अपातानी जैसी कुछ जनजातियों में महिलाओं की सामाजिक स्थिति अपेक्षाकृत सशक्त मानी जाती है। ग्राम परिषद, मुखिया या परंपरागत पंचायतें सामाजिक नियंत्रण और न्याय व्यवस्था का कार्य करती हैं। विवादों का समाधान प्रायः परंपरागत नियमों और सामूहिक सहमति से किया जाता है।

प्रगति प्रतिवेदनः

प्रश्न संख्या 1. अरुणाचाचल में मूलतः पाए जानेवाली प्रमुख जनजातियों का नाम उल्लेख कीजिए।

प्रश्न संख्या 2. यहाँ की जनजातीय समाज व्यवस्था सरल, सामुदायिक और ..... पर आधारित है। -रिक्त स्थान पूर्ति कीजिए ।

आर्थिक दृष्टि से अरुणाचल की जनजातियाँ परंपरागत रूप से कृषि पर निर्भर रही हैं। झूम (स्थानांतरित) कृषि लंबे समय तक प्रमुख आजीविका का साधन रही, हालाँकि वर्तमान में स्थायी खेती, बागवानी और पशुपालन का व्यवसाय भी लोग अपना रहे हैं। इसके अतिरिक्त शिकार, मछली पकड़ना और वन-उपज का संग्रह भी जीवन-निर्वाह के महत्वपूर्ण साधन रहे हैं। हाल के वर्षों में शिक्षा, सरकारी सेवाओं और पर्यटन से जुड़े नए रोजगारों की ओर भी जनजातीय समाज अग्रसर हुआ है।

धार्मिक और सांस्कृतिक जीवन में प्रकृति-पूजा का विशेष स्थान है। सूर्य, चंद्रमा, पर्वत, नदियाँ और वन-देवी-देवताओं की आराधना की जाती है। दोनी-पोलो, रंगफ्रा, और अन्य पारंपरिक आस्थाएँ जनजातीय जीवन को दिशा देती हैं। साथ ही बौद्ध और ईसाई धर्म का प्रभाव भी कुछ क्षेत्रों में देखने को मिलता है। लोसर, सोलुंग, न्योकुम, ड्री आदि पर्व जनजातीय एकता, सांस्कृतिक चेतना और सामूहिक जीवन का सजीव प्रतीक हैं।

आधुनिक विकास, शिक्षा और संचार के विस्तार ने अरुणाचल की जनजातीय स्थिति में परिवर्तन अवश्य लाया है, किंतु इसके साथ ही सांस्कृतिक संरक्षण की चुनौतियाँ भी उत्पन्न हुई हैं। फिर भी, अरुणाचल की जनजातियाँ अपनी विशिष्ट पहचान, सामाजिक मूल्यों और सांस्कृतिक विरासत को बनाए रखते हुए परिवर्तन के साथ सामंजस्य स्थापित करने का प्रयास कर रही हैं। इस प्रकार अरुणाचल प्रदेश की जनजातीय स्थिति भारतीय जनजातीय अध्ययन के क्षेत्र में एक समृद्ध और महत्वपूर्ण उदाहरण प्रस्तुत करती है।

9.4 लोक विश्वास :

अरुणाचल प्रदेश भारत का एक प्रमुख जनजातीय राज्य है, जहाँ लोक-विश्वास जनजीवन की आत्मा के रूप में विद्यमान हैं। यहाँ की भौगोलिक संरचना—पर्वत, वन, नदियाँ और दुर्गम घाटियाँ—ने जनजातीय समाज के विश्वासों को गहराई से प्रभावित किया है। अरुणाचल के लोक विश्वास मूलतः प्रकृति-केंद्रित, अनुभवजन्य और सामुदायिक चेतना से जुड़े हुए हैं, जिनमें मनुष्य और प्रकृति के बीच गहरे सामंजस्य की भावना स्पष्ट दिखाई देती है।

अरुणाचल की अधिकांश जनजातियाँ प्राकृतिक शक्तियों को दैवी रूप में मानती हैं। सूर्य, चंद्रमा, पर्वत, नदियाँ, वृक्ष और पशु-पक्षी उनके लोक विश्वासों के केंद्र में हैं। आदि, गालो, न्यीशी जैसी जनजातियों मेंदोनी-पोलो (सूर्य-चंद्र) की अवधारणा अत्यंत महत्वपूर्ण है। दोनी-पोलो को सत्य, न्याय और जीवन के नियंता के रूप में स्वीकार किया जाता है। इसी प्रकार अन्य जनजातियों में भी अलग-अलग नामों से प्रकृति-देवताओं की पूजा प्रचलित है।

लोक विश्वासों में आत्मा, पूर्वजों और अदृश्य शक्तियों की मान्यता विशेष स्थान रखती है। माना जाता है कि पूर्वजों की आत्माएँ परिवार और गाँव की रक्षा करती हैं, जबकि क्रोधित आत्माएँ रोग, प्राकृतिक आपदा या दुर्भाग्य का कारण बन सकती हैं। इसलिए बलि, पूजा, अनुष्ठान और मंत्रोच्चार के माध्यम से देवताओं और आत्माओं को प्रसन्न करने की परंपरा रही है। इन अनुष्ठानों में पुजारी या पारंपरिक पुरोहित की भूमिका महत्वपूर्ण होती है, जो धार्मिक-सामाजिक मार्गदर्शक के रूप में कार्य करता है।

अरुणाचल के लोक विश्वास कृषि और दैनिक जीवन से भी गहराई से जुड़े हैं। बीज बोने, फसल काटने, शिकार पर जाने या नया घर बनाने से पहले शुभ-अशुभ संकेतों पर विशेष ध्यान दिया जाता है। पक्षियों की आवाज़, पशुओं की गतिविधियाँ और स्वप्नों को भविष्य संकेतक माना जाता है। अनेक पर्व और उत्सव—जैसे सोलुंग, न्योकुम, ड्री—लोक विश्वासों पर आधारित हैं, जिनका उद्देश्य प्रकृति की कृपा प्राप्त करना और सामुदायिक कल्याण सुनिश्चित करना होता है।

बौद्ध और ईसाई धर्म के प्रभाव के बावजूद, पारंपरिक लोक विश्वास आज भी जनजातीय समाज में जीवित हैं। आधुनिक शिक्षा और विकास के साथ इनमें परिवर्तन अवश्य आया है, किंतु लोक विश्वास अरुणाचल की सांस्कृतिक पहचान और सामाजिक एकता को आज भी मजबूत बनाए हुए हैं। इस प्रकार अरुणाचल प्रदेश के लोक विश्वास न केवल धार्मिक आस्था का प्रतीक हैं, बल्कि वहाँ के सामाजिक, सांस्कृतिक और नैतिक जीवन की दिशा भी निर्धारित करते हैं।

9.5 लोक पर्व-उत्सव:

अरुणाचल प्रदेश में लोक पर्व-उत्सव जनजीवन की सांस्कृतिक चेतना के सजीव प्रतीक हैं। यहाँ की विविध जनजातियाँ अपने-अपने पर्वों के माध्यम से प्रकृति, कृषि, देवताओं और सामुदायिक जीवन के प्रति अपनी गहरी आस्था व्यक्त करती हैं। अरुणाचल के लोक पर्व केवल मनोरंजन के अवसर नहीं हैं, बल्कि वे सामाजिक एकता, पारंपरिक विश्वासों और सांस्कृतिक निरंतरता को बनाए रखने का माध्यम भी हैं।

अरुणाचल के अधिकांश पर्व प्रकृति और कृषि से जुड़े हुए हैं। यहाँ की जनजातियाँ पर्वत, वन, नदियों और सूर्य-चंद्र को जीवनदायी शक्तियों के रूप में मानती हैं। आदि जनजाति का**सोलुंग पर्व**कृषि और फसल की समृद्धि से संबंधित है। यह पर्व अच्छे मौसम, भरपूर फसल और समुदाय के कल्याण की कामना के साथ मनाया जाता है। इस अवसर पर पारंपरिक गीत, नृत्य, सामूहिक भोज और अनुष्ठान आयोजित किए जाते हैं, जो सामाजिक एकजुटता को मजबूत करते हैं।

न्योकुम युल्लोन्यीशी जनजाति का प्रमुख पर्व है, जिसमें प्रकृति देवताओं की पूजा की जाती है। इस पर्व का उद्देश्य प्राकृतिक आपदाओं से रक्षा और सामाजिक सुख-शांति की प्राप्ति है। सामूहिक रूप से देवताओं को अर्पण, मंत्रोच्चार और लोकनृत्य इस उत्सव की विशेष पहचान हैं। इसी प्रकार अपातानी जनजाति का**ड्री पर्व**कृषि-आधारित पर्व है, जिसमें कीट-रोगों और प्राकृतिक संकटों से मुक्ति की प्रार्थना की जाती है। ड्री पर्व के दौरान लोकगीतों और पारंपरिक नृत्यों के माध्यम से सांस्कृतिक परंपराओं का संरक्षण होता है।

अरुणाचल के पर्वों में धार्मिक आस्था के साथ-साथ सामाजिक और नैतिक मूल्य भी निहित होते हैं।**मोपरु**आदि समुदाय का ऐसा पर्व है, जो आपसी मतभेदों को समाप्त कर भाईचारे और शांति का संदेश देता है। इस अवसर पर पुराने विवादों को भुलाकर नए संबंधों की शुरुआत की जाती है। यह पर्व सामाजिक समरसता का उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत करता है।

बौद्ध प्रभाव वाले क्षेत्रों में**लोसर**पर्व विशेष महत्व रखता है, जिसे मोनपा और शेरदुक्पेन जनजातियाँ नववर्ष के रूप में मनाती हैं। यह पर्व शांति, समृद्धि और आध्यात्मिक शुद्धि का प्रतीक है। मठों में प्रार्थनाएँ, मुखौटे वाले नृत्य और पारंपरिक वेशभूषा इस पर्व की शोभा बढ़ाते हैं। वहीं पूर्वी अरुणाचल में नोक्टे और वांचो जनजातियों के पर्वों में वीरता, शौर्य और जनजातीय गौरव की झलक मिलती है।

अरुणाचल प्रदेश के लोक पर्व-उत्सवों की एक महत्वपूर्ण विशेषता उनकी सामूहिकता है। इनमें व्यक्तिगत नहीं, बल्कि सामुदायिक भावना प्रधान होती है। स्त्री-पुरुष, युवा-वृद्ध सभी समान रूप से भाग लेते हैं। पारंपरिक वेशभूषा, आभूषण, ढोल-नगाड़े, बाँसुरी और लोकगीत इन पर्वों को जीवंत बना देते हैं। इन अवसरों पर पीढ़ी-दर-पीढ़ी

मौखिक परंपरा के माध्यम से लोककथाएँ, मिथक और सांस्कृतिक ज्ञान हस्तांतरित होता है।

आधुनिकता और शहरीकरण के प्रभाव के बावजूद अरुणाचल के लोक पर्व-उत्सव आज भी जीवंत हैं। राज्य सरकार और सांस्कृतिक संस्थाएँ भी इनके संरक्षण और प्रचार-प्रसार में सक्रिय भूमिका निभा रही हैं। पर्यटन के माध्यम से ये पर्व राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान प्राप्त कर रहे हैं। इस प्रकार अरुणाचल प्रदेश के लोक पर्व-उत्सव न केवल वहाँ की सांस्कृतिक विविधता को दर्शाते हैं, बल्कि भारतीय लोकसंस्कृति को भी समृद्ध करते हैं।

9.6 लोकाचार एवं अंधविश्वास :

अरुणाचल प्रदेश भारत का एक विशिष्ट जनजातीय राज्य हैजहाँ लोकाचार और अंधविश्वास जनजीवन के साथ गहराई से जुड़े हुए हैं। यहाँ की सामाजिक संरचना, धार्मिक मान्यताएँ और दैनिक जीवन लंबे समय तक प्रकृति, परंपरा और मौखिक विश्वासों पर आधारित रहे हैं। लोकाचार जहाँ समाज को अनुशासन, नैतिकता और सामूहिकता की दिशा देते हैं, वहीं अंधविश्वास कई बार भय, अज्ञान और रहस्यमयी शक्तियों की धारणा से उत्पन्न होते हैं।

अरुणाचल के लोकाचार जनजातीय जीवन-पद्धति का आधार हैं। अतिथि-सत्कार, सामूहिक श्रम, बड़ों का सम्मान और प्रकृति के प्रति श्रद्धा यहाँ के प्रमुख लोकाचार माने जाते हैं। ग्राम-समुदाय में रहना, सामूहिक निर्णय लेना और परंपरागत पंचायत या मुखिया की बात मानना सामाजिक अनुशासन को बनाए रखता है। पर्व-उत्सवों, विवाह, जन्म और मृत्यु से जुड़े संस्कारों में निश्चित रीति-रिवाजों का पालन करना लोकाचार का अभिन्न अंग है। पारंपरिक वेशभूषा, लोकनृत्य और लोकगीत भी सामाजिक पहचान और सांस्कृतिक निरंतरता को सुदृढ़ करते हैं।

प्रकृति-पूजा अरुणाचल के लोकाचार का मूल तत्व है। सूर्य, चंद्रमा, पर्वत, नदी और वन को जीवनदायी शक्ति मानकर उनका सम्मान किया जाता है। दोनी-पोलो जैसी आस्थाएँ सत्य, न्याय और नैतिक जीवन पर बल देती हैं। कृषि, शिकार या घर निर्माण से पहले देवताओं की अनुमति लेना, शुभ दिन देखना और सामूहिक प्रार्थना करना सामाजिक परंपरा का हिस्सा है। ये लोकाचार समुदाय में संतुलन और सहयोग की भावना को प्रबल करते हैं।

लोकाचारों के साथ-साथ अरुणाचल के समाज में कुछ अंधविश्वास भी प्रचलित रहे हैं। बीमारी, प्राकृतिक आपदा या असामान्य घटनाओं को कभी-कभी दुष्ट आत्माओं या देवताओं के कोप से जोड़ा जाता है। स्वप्नों, पक्षियों की आवाज़ों या पशुओं की गतिविधियों को शुभ-अशुभ संकेत मानने की परंपरा भी व्यापक है। कुछ क्षेत्रों में

तांत्रिक क्रियाओं, बलि-प्रथा या जादू-टोने जैसी मान्यताओं का प्रभाव रहा है, जिन्हें अंधविश्वास की श्रेणी में रखा जा सकता है।

हालाँकि यह भी सत्य है कि ये अंधविश्वास समाज की ऐतिहासिक परिस्थितियों और सीमित वैज्ञानिक ज्ञान की देन रहे हैं। आधुनिक शिक्षा, चिकित्सा और संचार के विस्तार के साथ इन मान्यताओं में धीरे-धीरे परिवर्तन आ रहा है। युवा पीढ़ी वैज्ञानिक दृष्टिकोण को अधिक स्वीकार कर रही है, जिससे अंधविश्वासों की पकड़ कमजोर हो रही है। फिर भी कुछ परंपराएँ आज भी सांस्कृतिक पहचान के रूप में जीवित हैं।

मूलतः अरुणाचल प्रदेश के लोकाचार समाज को नैतिकता, अनुशासन और सामूहिकता प्रदान करते हैं, जबकि अंधविश्वास सामाजिक विकास की प्रक्रिया में उत्पन्न चुनौतियों को दर्शाते हैं। आवश्यकता इस बात की है कि सकारात्मक लोकाचारों का संरक्षण किया जाए और शिक्षा व जागरूकता के माध्यम से अंधविश्वासों को कम किया जाए, तभी अरुणाचल का जनजातीय समाज परंपरा और आधुनिकता के बीच संतुलन स्थापित कर सकेगा।

स्मरणीय बिंदु —

1. अरुणाचल प्रदेश एक प्रमुख जनजातीय राज्यहै, जहाँ लगभग पूरी आबादी विभिन्न जनजातियों से संबंधित है।
2. यहाँलगभग 26 प्रमुख जनजातियाँ और 100+ उप-जनजातियाँनिवास करती हैं, जैसे आदी, अपातानी, गालो, मोनपा, मिश्मी आदि।
3. भौगोलिक दुर्गमता (पर्वत, वन, घाटियाँ)के कारण जनजातीय समाज ने अपनीमौलिक पहचान लंबे समय तक सुरक्षित रखी।
4. सामाजिक व्यवस्था सरल, सामुदायिक और सहयोग पर आधारितहै; परिवार और कबीला इसकी मूल इकाई हैं।
5. आर्थिक जीवन कृषि पर आधारितहै—विशेषकर झूम खेती, साथ ही शिकार, मछली पकड़ना और वन-उपज संग्रह भी महत्वपूर्ण हैं।
6. धार्मिक जीवन प्रकृति-पूजा पर केंद्रितहै—सूर्य, चंद्रमा, नदियाँ, पर्वत; साथ ही दोनी-पोलो जैसी पारंपरिक आस्थाएँ प्रमुख हैं।
7. आधुनिकता का प्रभाव (शिक्षा, रोजगार, संचार) बढ़ा है, फिर भी जनजातियाँ अपनीसांस्कृतिक पहचान बनाए रखते हुए परिवर्तन से सामंजस्यस्थापित कर रही हैं।

9.7 खान-पान :

अरुणाचल प्रदेश का खान-पान वहाँ की भौगोलिक परिस्थितियों, जनजातीय जीवन-शैली और प्रकृति-केंद्रित संस्कृति से गहराई से जुड़ा हुआ है। पर्वतीय और वनाच्छादित प्रदेश होने के कारण यहाँ का भोजन सरल, पौष्टिक और स्थानीय संसाधनों पर आधारित है। अरुणाचल के खान-पान में विविधता देखने को मिलती है, क्योंकि यहाँ अनेक जनजातियाँ निवास करती हैं और प्रत्येक की अपनी अलग खाद्य परंपरा है।

अरुणाचल के भोजन का मुख्य आधार चावल है। अधिकांश जनजातियाँ चावल को उबालकर या भाप में पकाकर ग्रहण करती हैं। चावल के साथ सब्जियाँ, मांस, मछली और बाँस की कोपलें प्रमुख रूप से खाई जाती हैं। बाँस की कोपलें (बाँस करील) अरुणाचल के खान-पान की विशिष्ट पहचान हैं, जिनका उपयोग सब्जी, अचार और सूप के रूप में किया जाता है। ये स्वादिष्ट होने के साथ-साथ पौष्टिक भी होती हैं।

यहाँ का भोजन सामान्यतः मसालों से रहित या बहुत कम मसालों वाला होता है। नमक, अदरक और मिर्च का सीमित प्रयोग किया जाता है, जिससे भोजन का प्राकृतिक स्वाद बना रहता है। उबला हुआ या भुना हुआ भोजन अधिक प्रचलित है। मांसाहार अरुणाचल के खान-पान का महत्वपूर्ण हिस्सा है। सूअर का मांस, मछली, मुर्गी और कुछ क्षेत्रों में हिरण आदि का मांस भी खाया जाता है। मांस को अक्सर कच्चे बाँस की नली में पकाया जाता है, जिससे उसमें विशेष स्वाद उत्पन्न होता है।अरुणाचल के विभिन्न जनजातीय क्षेत्रों में अलग-अलग पारंपरिक व्यंजन प्रचलित हैं। अपातानी जनजाति में चावल, मछली और बाँस की कोपलों से बने व्यंजन लोकप्रिय हैं। आदि और गालो जनजातियों में मांस और चावल के साथ जंगली साग-सब्जियों का प्रयोग होता है। मोनपा और शेरदुक्पेन जनजातियों के भोजन में तिब्बती प्रभाव देखा जाता है, जहाँ थुकपा, मोमो और मक्खन वाली चाय का विशेष महत्व है।

पेय पदार्थों में पारंपरिक चावल की शराब का स्थान महत्वपूर्ण है, जिसे विभिन्न जनजातियाँ अलग-अलग नामों से जानती हैं। यह पेय धार्मिक अनुष्ठानों, पर्व-उत्सवों और सामाजिक अवसरों पर ग्रहण किया जाता है। इसे सामूहिक रूप से पीना सामाजिक एकता और आपसी मेल-जोल का प्रतीक माना जाता है। स्थानीय पेय के नाम अलग-अलग जनजातियों में अलग-अलग हैं, जैस- आदी जनजाति में 'आपोंग', बुगुन में 'फोर्बा', त्युत्सा में 'लाऊपानी' आदि।

अरुणाचल का खान-पान केवल स्वाद तक सीमित नहीं है, बल्कि यह वहाँ के सामाजिक और सांस्कृतिक जीवन को भी प्रतिबिंबित करता है। आधुनिक प्रभावों के बावजूद आज भी पारंपरिक भोजन को सम्मान और गर्व के साथ अपनाया जाता है। इस

प्रकार अरुणाचल प्रदेश का खान-पान उसकी जनजातीय संस्कृति, प्रकृति-संबंध और सरल जीवन-दृष्टि का सजीव परिचायक है।

9.8 समाज व्यवस्था :

अरुणाचल प्रदेश भारत का एक प्रमुख जनजातीय राज्य है, जहाँ की सामाजिक व्यवस्था जनजातीय परंपराओं, सामुदायिक जीवन और प्रकृति-आधारित दृष्टिकोण पर आधारित है। भौगोलिक दुर्गमता और ऐतिहासिक अलगाव के कारण यहाँ की समाज व्यवस्था लंबे समय तक बाहरी प्रभावों से अपेक्षाकृत सुरक्षित रही, जिससे इसकी मौलिक पहचान आज भी स्पष्ट रूप से दिखाई देती है। अरुणाचल का समाज विविधता में एकता का उत्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत करता है।

अरुणाचल की सामाजिक संरचना का मूल आधार जनजाति, कबीला और परिवार है। राज्य में लगभग सभी समुदाय किसी न किसी जनजातीय समूह से संबंधित हैं। परिवार सामाजिक जीवन की प्राथमिक इकाई है, जबकि कबीला और ग्राम-समुदाय सामूहिक निर्णय और सामाजिक नियंत्रण की भूमिका निभाते हैं। अधिकांश जनजातियों में पितृसत्तात्मक व्यवस्था प्रचलित है, जिसमें वंश, उत्तराधिकार और संपत्ति का अधिकार पुरुष पक्ष से चलता है। हालांकि अपातानी जैसी कुछ जनजातियों में महिलाओं की सामाजिक स्थिति अपेक्षाकृत सुदृढ़ मानी जाती है और वे आर्थिक तथा सामाजिक निर्णयों में सक्रिय भूमिका निभाती हैं।

ग्राम-समुदाय अरुणाचल की समाज व्यवस्था का केंद्र है। प्रत्येक गाँव में परंपरागत मुखिया, ग्राम परिषद या पंचायत जैसी संस्थाएँ होती हैं, जो सामाजिक नियमों का पालन, विवादों का निपटारा और सामूहिक कार्यों का संचालन करती हैं। न्याय व्यवस्था औपचारिक कानून के बजाय परंपरागत रीति-रिवाजों और सामूहिक सहमति पर आधारित होती है। इससे समाज में आपसी विश्वास, सहयोग और अनुशासन बना रहता है। असल में यहाँ पंचायत व्यवस्था बहुत अधिक सुदृढ़ है।

अरुणाचल की सामाजिक व्यवस्था में सामूहिकता का विशेष महत्व है। कृषि, पर्व-उत्सव, निर्माण कार्य और संकट की घड़ी में सामूहिक श्रम की परंपरा प्रचलित है। व्यक्ति से अधिक समुदाय को प्राथमिकता दी जाती है। अतिथि-सत्कार, बड़ों का सम्मान और आपसी सहायता यहाँ के सामाजिक मूल्यों में शामिल हैं। विवाह, जन्म और मृत्यु से जुड़े संस्कार भी सामुदायिक सहभागिता के साथ संपन्न होते हैं।

धार्मिक विश्वास और लोकाचार सामाजिक व्यवस्था को दिशा देते हैं। प्रकृति-पूजा, पूर्वजों में आस्था और दोनी-पोलो जैसी मान्यताएँ नैतिकता और सामाजिक संतुलन बनाए रखने में सहायक हैं। आधुनिक शिक्षा, संचार और विकास योजनाओं के प्रभाव से समाज में परिवर्तन अवश्य आया है, परंतु पारंपरिक मूल्यों का महत्व आज भी बना

हुआ है। अरुणाचल की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि यहाँ, 'मैं' और 'मेरे' के बजे 'हम और 'हमारे' की चिंता रहती है।

इस प्रकार अरुणाचल प्रदेश की सामाजिक व्यवस्था सरल, सहयोगात्मक और सामुदायिक मूल्यों पर आधारित है। यह व्यवस्था परंपरा और आधुनिकता के बीच संतुलन स्थापित करते हुए जनजातीय समाज को एक विशिष्ट पहचान प्रदान करती है।

स्मरणीय बिंदु—

1. अरुणाचलप्रदेशमें चावल मुख्य खाद्य है—इसे उबालकर या भाप में पकाकर सब्जी, मांस, मछली के साथ खाया जाता है।
2. बाँस की कोपलें (बाँस करील)अरुणाचल के भोजन की विशेष पहचान हैं, जिनका उपयोग सब्जी, अचार और सूप के रूप में होता है।
3. अरुणाचलियों का भोजन सादा और कम मसालेदारहोता है—उबला या भुना भोजन अधिक प्रचलित है, जिससे प्राकृतिक स्वाद बना रहता है।
4. अरुणाचल में मांसाहार और पारंपरिक पेय महत्वपूर्ण है। सूअर यामुर्गी का मांस, मछलीआदि के साथ चावल से बनी स्थानीय शराब (जैसे अपोंग) सामाजिक जीवन का हिस्सा है।
5. समाज व्यवस्था सामुदायिक और सहयोग पर आधारित होती है। परिवार, कबीला और ग्राम-समुदाय प्रमुख इकाइयाँ हैं, जहाँ "मैं" से अधिक "हम" को महत्व दिया जाता है।

9.9 सारांश :

भारत का सीमांत राज्य अरुणाचल प्रदेश एक प्रमुख जनजातीय राज्य है, जिसकी सामाजिक, सांस्कृतिक और धार्मिक संरचना जनजातीय जीवन-पद्धति पर आधारित है। यहाँ की भौगोलिक स्थितिपर्वत, वन और नदियाँ आदि ने लोगों के जीवन, परम्पराओं और विश्वासों को गहराई से प्रभावित किया है। राज्य में अनेक जनजातियाँ निवास करती हैं, जिनकी अपनी-अपनी भाषा, वेशभूषा, रीति-रिवाज और सामाजिक व्यवस्था है, फिर भी सामुदायिकता और सहयोग की भावना सभी में समान रूप से विद्यमान है।

अरुणाचल का समाज प्रकृति-केंद्रित लोक विश्वासों से संचालित होता है। सूर्य, चंद्रमा, पर्वत, वन और पूर्वजों में आस्था जनजीवन का आधार है। दोनी-पोलो जैसी मान्यताएँ सत्य, न्याय और नैतिक जीवन पर बल देती हैं। लोक विश्वास कृषि, शिकार और दैनिक जीवन से जुड़े हुए हैं तथा शुभ-अशुभ संकेतों की परंपरा समाज में आज भी

देखी जाती है। लोकाचार समाज को अनुशासन, नैतिकता और सामूहिक जिम्मेदारी की दिशा प्रदान करते हैं, यद्यपि कुछ अंधविश्वास भी ऐतिहासिक कारणों से प्रचलित रहे हैं।

अरुणाचल के लोक पर्व-उत्सव सामाजिक और सांस्कृतिक जीवन के प्रमुख आधार हैं। सोलुंग, न्योकुम, ड्री, मोपरु और लोसर जैसे पर्व प्रकृति, कृषि और सामुदायिक एकता से जुड़े हुए हैं। इन अवसरों पर लोकगीत, लोकनृत्य, पारंपरिक वेशभूषा और सामूहिक भोज के माध्यम से सांस्कृतिक परंपराएँ पीढ़ी-दर-पीढ़ी हस्तांतरित होती हैं। पर्व-उत्सव सामाजिक समरसता और आपसी भाईचारे को मजबूत करते हैं।खान-पान अरुणाचल की संस्कृति का अभिन्न अंग है। चावल, बाँस की कोपलें, मांस, मछली और कम मसालों वाला भोजन यहाँ की पहचान है। भोजन न केवल पोषण का साधन है, बल्कि सामाजिक मेल-जोल और सांस्कृतिक एकता का माध्यम भी है।

इस प्रकार अरुणाचल प्रदेश का जनजातीय समाज, उसकी सामाजिक व्यवस्था, लोक विश्वास, पर्व-उत्सव और खान-पान मिलकर एक ऐसी सांस्कृतिक संरचना निर्मित करते हैं, जो परंपरा और आधुनिकता के संतुलन के साथ भारतीय सांस्कृतिक विविधता को समृद्ध करती है।

9.10 अधिक जानने के लिए पढ़े :

- सिंह, धर्मराज: अरुणाचल के त्योहार, अनुसंधान निर्देशालय, अरुणाचल प्रदेश सरकार, 1995।
- पांडेय, नंदकिशोर: अरुणाचल प्रदेश की लोककथाएँ, प्रभात प्रकाशन, 2024।
- कौंडिन्य, भिक्षु: अरुणाचल का खामति समाज और साहित्य, पूर्वोदय प्रकाशन, नई दिल्ली, 1982।
- कुकरेती, हेमंत: भारत की लोक संस्कृति, प्रभात पेपरबैक्स, दिल्ली, 2018।
- सांकृत्यायन, कमला: अरुणाचल, मिजोरम, राजपाल, दिल्ली, 1975।
- 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।
- 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।

9.10 प्रगति विवरण (केवल रूपरेखा):

प्रश्न 1 का उत्तर: जानने के लिए इकाई को ध्यान से पढ़िए।
प्रश्न 2 का उत्तर: जानने के लिए इकाई को ध्यान से पढ़िए।

9.11 अभ्यास-प्रश्न:

(क) संक्षिप्त प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. अरुणाचल प्रदेश को उगते सूर्य की भूमि क्यों कहा जाता है?
2. अरुणाचल की जनजातीय आस्था में 'दोनी-पोलो' का क्या अर्थ है?
3. अरुणाचल प्रदेश का कोई एक प्रमुख लोक पर्व लिखिए।
4. अरुणाचल के खान-पान का मुख्य आधार क्या है?
5. अरुणाचल की समाज-व्यवस्था में निर्णय लेने की प्रमुख संस्था कौन-सी है?

(ख)निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर विस्तार से लिखिए:

1. अरुणाचल प्रदेश की जनजातीय सामाजिक व्यवस्था का विस्तार से वर्णन कीजिए।
2. अरुणाचल प्रदेश के लोक विश्वासों का विश्लेषण कीजिए।
3. अरुणाचल प्रदेश के प्रमुख लोक पर्व-उत्सवों का वर्णन करते हुए उनके सामाजिक और सांस्कृतिक महत्व को स्पष्ट कीजिए।
4. अरुणाचल प्रदेश के लोकाचार एवं अंधविश्वास पर प्रकाश डालिए।
5. अरुणाचल प्रदेश के खान-पान की विशेषताओं का वर्णन 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/