पारंपरिक संस्कृति और आधुनिकता के बीच (उत्तराखण्ड) जनपद अल्मोड़ा की महिलाओं का योगदान : एक विश्लेषणात्मक अध्ययन

डा0 मंजू चन्द्रा*

सारांश

उत्तराखण्ड का जनपद अल्मोड़ा अपनी समृद्ध सांस्कृतिक विरासत, प्राकृतिक सुंदरता और सामाजिक विविधता के लिए जाना जाता है। यहां की लोक परम्पराएं, रीति–रिवाज, वेशभूषा, त्यौहार और होली एवं लोकगीत यहां की आत्मा माने जाते हैं। यहां पर महिलाएं पारम्परिक सामाजिक संरचना में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। पारम्परिक संस्कृति के साथ–साथ अल्मोड़ा की महिलाएं अपनी दृढ़ता, आत्मनिर्भरता और सामाजिक आन्दोलनों में भी सक्रिय भागीदारी के लिए जानी जाती हैं। उत्तराखण्ड के कुमाऊँ क्षेत्र की सांस्कृतिक राजधानी कहे जाने वाले अल्मोड़ा का इतिहास करीब पांच सौ साल पुराना है। चंद वंश के राजा भीष्म चन्द ने इसे बसाया। शुरू में इसका नाम आलमनगर था, जो बाद में अल्मोड़ा हो गया।

शब्द संकेत : उत्तराखण्ड, महिलाएं, पारम्परिक, सांस्कृतिक, आधुनिकता।

शोध अध्ययन का उद्देश्य

- उत्तराखण्ड के जनपद अल्मोड़ा में पारम्परिक संस्कृति के संरक्षण हेतु महिलाओं की भूमिका का अध्ययन करना।
- आधुनिकता के प्रभाव में महिलाओं के जीवन शैली में आए परिवर्तन व संतुलन का विश्लेषण करना।
- पारम्परिक व आधुनिकता के बीच महिलाओं के सामने आने वाली चुनौतियों से अवगत कराना एवं उनके संतुलनकारी दृष्टिकोण को उजागर करना।

अध्ययन क्षेत्र

उत्तराखण्ड राज्य में कुमाऊँ में स्थित अल्मोड़ा नगर की सामाजिक पृष्ठभूमि, सांस्कृतिक आयोजनों, मेलों व स्थानीय कार्यक्रमों में सहभागिता से संबंधित महिलाएं।

शोध प्राविधि

प्रस्तुत शोध हेतु द्वितीयक स्रोतों का उपयोग किया गया है। द्वितीयक स्रोतों के संकलन हेतु पुस्तकों, शोध–पत्र, पत्रिकाओं एवं इन्टरनेट का प्रयोग किया गया है। प्रस्तुत शोध पत्र में गुणात्मक, विश्लेषणात्मक पद्धति का प्रयोग किया गया है।

प्रस्तावना

उत्तराखण्ड की महिलाएं पारम्परिक संस्कृति और आधुनिकता के बीच एक मजबूत सेतु की भूमिका निभा रही हैं। उनका योगदान न केवल पारिवारिक और सामाजिक जीवन तक सीमित है, बल्कि राज्य के सांस्कृतिक, आर्थिक और राजनीतिक विकास में भी स्पष्ट रूप से दिखाई देता है। आज उत्तराखण्ड की महिलाऐं पारिवारिक संस्कृति और आधुनिकता के बीच एक अनोखा संतुलन बनाए रखने की कोशिश कर रही हैं। ये महिलाएं जहां एक ओर अपनी जड़ों से जुड़ी हुई हैं, वहीं दूसरी ओर वे शिक्षा, रोजगार और सामाजिक सशक्तिकरण के माध्यम से आधुनिक जीवन शैली को भी अपना रही हैं। महिलाएं पारम्परिक संस्कृति को संजोने, आगे बढ़ाने और उसे अगली पीढ़ी तक पहुंचाने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। उत्तराखण्ड के जनपद अल्मोड़ा में यह भूमिका और भी गहराई से देखने को मिलती है।

अल्मोड़ा, उत्तराखण्ड की एक ऐतिहासिक, सांस्कृतिक नगरी है, जहां पारम्परिक संस्कृति और आधुनिकता दोनों के सामंजस्य में महिलाएं महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। यहां नंदा देवी मंदिर, लोक गीत और लोक नृत्यों के माध्यम से पारम्परिक संस्कृति जीवित है, जहां महिलाएं अपने पारम्परिक पहनावे और कला से अपनी सांस्कृतिक पहचान बनाए हुए हैं। अल्मोड़ा की महिलाएं अपने पारम्परिक पहनावे के लिये विशेष रूप से जानी जाती हैं। दूसरी ओर शिक्षा, साक्षरता, समाज सेवा, आधुनिक तकनीक, राजनीति आदि में सक्रिय भूमिका निभा रही हैं।

अल्मोड़ा उत्तराखण्ड के कुमाऊँ क्षेत्र में स्थित एक सुरम्य पर्वतीय नगर है, जो समुद्र तल से लगभग 1650 मीटर की ऊँचाई पर स्थित है। यह नगर घोड़े की काठी जैसी आकृति वाले एक पर्वतीय शिखर पर बसा है और चारों ओर घने चीड़ व बांज के

* असिस्टेंट प्रोफेसर, राजनीति विज्ञान विभाग, रा0 महा0 गुरूड़ाबॉज, अल्मोड़ा

वनों से घिरा हुआ है। यहां से नंदा देवी, त्रिशूल और पंचाचूली जैसे हिमालयी शिखरों का मनोहारी दृश्य दिखाई देता है।

कुमाऊँ की सांस्कृतिक और राजनीतिक विरासत से अल्मोड़ा का ऐतिहासिक रूप से गहरा सम्बन्ध रहा है। सन् 1568 में चंद वंश के राजा कल्याण चंद ने अल्मोड़ा को कुमाऊँ राज्य की राजधानी बनाया। चंद राजाओं के शासनकाल से ही यह नगर व्यापार, प्रशासन, कला और संस्कृति का प्रमुख केन्द्र रहा है।[1]

19वीं सदी में यह ब्रिटिश शासन के अधीन आया और स्वतंत्रता संग्राम के दौरान एक सक्रिय बौद्धिक और सामाजिक आन्दोलन का हिस्सा बन गया। आज अल्मोड़ा केवल अपनी प्राकृतिक सुंदरता के लिए ही नहीं, बल्कि अपने आध्यात्मिक स्थलों जैसे कटारमल सूर्य मंदिर, कसार देवी, नंदा देवी मंदिरों, पारम्परिक हस्तशिल्प, लोक संगीत और सांस्कृतिक पहचान के लिए भी प्रसिद्ध है। इसका ऐतिहासिक और भौगोलिक महत्व इसे उत्तराखण्ड की सांस्कृतिक धरोहर में एक विशेष ध्यान प्रदान करता है।

अल्मोड़ा की महिलाएं क्षेत्र और राष्ट्र के सामाजिक सांस्कृतिक व विकासात्मक परिदृश्य को आकार देने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा चुकी है। शिक्षा, साहित्य, कला, पर्यावरण, संरक्षण, खेल और सामाजिक सुधार जैसे विभिन्न क्षेत्रों में उनका योगदान प्रशंसनीय रहा है। परम्पराओं में रची–बसी इन महिलाओं ने प्रगति की ओर कदम बढ़ाते हुए विरासत और आधुनिकता के बीच एक संतुलन स्थापित किया है।

शिक्षा व साहित्य के क्षेत्र में यहां की महिलाओं ने क्षेत्रीय भाषाओं को बढ़ावा देने, लोक परम्पराओं को संरक्षित करने और बौद्धिक संवाद की संस्कृति को पोषित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। लेखन, शिक्षण और सार्वजनिक भागीदारी के माध्यम से उन्होंने हिमालयी जीवन की चुनौतियों और विशेषताओं, विशेष रूप से महिलाओं के अनुभवों को उजागर किया है। कला और संस्कृति में इन महिलाओं ने लोक संगीत, रंगमंच और पारम्परिक शिल्पों के संवर्धन के माध्यम से कुमाऊँनी संस्कृति को जीवित रखने का कार्य किया है। सामाजिक उत्थान में भी इनका गहरा योगदान रहा है। कई महिलाओं ने ग्रामीण समुदायों को सशक्त बनाने, महिलाओं के अधिकारों की वकालत करने और पारम्परिक रूढ़ियों को चुनौती देने के लिये कार्य किया है। पर्यावरण आन्दोलनों में भी इनकी सक्रिय भागीदारी रही है, जिस दौरान उनके द्वारा पारिस्थितिकीय स्थिरता और समुदाय की मध्यस्थता को सबके सामने रखा। साथ ही टिकाऊ खेती, वनों की रक्षा और जलवायु संरक्षण के क्षेत्र में उनका योगदान नीति–निर्माण में दिखाई देता है।

सार्वजनिक जीवन और शासन में भी अल्मोड़ा की महिलाएं नेतृत्व की भूमिका में सामने आयी हैं। खेल के क्षेत्र में भी उन्होंने राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर क्षेत्र का प्रतिनिधित्व किया है। बिशनी देवी शाह जैसी स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों से लेकर नैमा खान उप्रेती जैसी कलाकारों और शिवानी (गौरा पंत) जैसी लेखिकाओं तक, इन महिलाओं ने क्षेत्र की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत को बनाए रखते हुए नए आयाम स्थापित किए हैं। खेल के क्षेत्र में एकता बिष्ट और अनुपमा उपाध्याय जैसी प्रतिभाओं ने राष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाई है। उनकी दृढ़ता और प्रतिबद्धता परंपरा में निहित प्रगति की भावना का प्रतीक है। आज अल्मोड़ा नगर की महिलाएं शिक्षा और आत्मनिर्भरता की ओर तेजी से अग्रसर हो रही है। इन महिलाओं ने विभिन्न क्षेत्रों में महत्वपूर्ण योगदान दिए हैं और समाज पर अपनी अमिट छाप छोड़ी है। हिमालय की गोद में बसे इस क्षेत्र की महिलाएं असाधारण साहस, दृढ़ता और अपनी जड़ों से गहरे जुड़ाव का उदाहरण हैं। वे परंपरा और आधुनिकता का अद्भुत संतुलन प्रस्तुत करती हैं। जहां वे अपनी समृद्ध विरासत को संजोए हुए हैं, वही विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्टता भी हासिल कर रही है। उत्तराखण्डी नारी में सशक्तिकरण की आत्मा उनके दैनिक जीवन में गहराई से रची बसी है। तो वहीं दूसरी ओर आधुनिकता की ऊँचाईयों को छू रही है। उनका यह संतुलन न केवल प्रेरणादायक है बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए एक मजबूत आधार भी है।

पारम्परिक संस्कृति में महिलाओं की भूमिका बहुआयामी और गहराई से जुड़ी हुई सामाजिक संरचना का हिस्सा रही है। यह भूमिका ऐतिहासिक, धार्मिक, सामाजिक और पारिवारिक दृष्टिकोणों से जुड़ी हुई है। जिसको इस प्रकार देखा जा सकता है :–

1. पारम्परिक भूमिका : उत्तराखण्ड की महिलाएं सदियों से परिवार और समाज की रीढ़ रही हैं। उनके पारंपरिक योगादन में शामिल है।

- **कृषि कार्य** : यहां महिलाएं खेतों में काम कर पशुपालन भी संभालती हैं और अनाज का भण्डारण करती हैं। पारम्परिक वस्त्र, भोजन, भाषा और संगीत में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।
- **गृहस्थी का संचालन** : घर की देखभाल, बच्चों का पालन–पोषण और पारम्परिक व्यंतन।
- **लोक संस्कृतिक की वाहक** : यहां की महिलाऐं लोकगीत, नृत्य (जैसे झोड़ा, चांचरी) त्यौहारों और पारम्परिक वेशभूषा को जीवित रखे हुए हैं।

2. आधुनिकता की ओर बढ़ते कदम :

- शिक्षा : यहां की अधिकतर बालिकाएं अब स्कूल, कॉलेज जाकर उच्च शिक्षा में भी भागीदारी कर रही हैं।
- रोजगार : वर्तमान में महिलाएं शिक्षिका, डॉक्टर, इंजीनियर, पुलिस और प्रशासनिक पदों पर कार्यरत हैं।
- स्वयं सहायता समूह : यहां पर कई महिलाएं स्वयं सहायता समूह बनाकर छोटे उद्योग चला रही हैं जैसे अचार, मसाले, हस्तशिल्प आदि।

3. संघर्ष और चुनौतियां :

- प्रवास और अकेलापन : इस पर्वतीय क्षेत्र की महिलाएं पुरूषों के पलायन के कारण अकेले गांव में रहकर पूरा बोझ उठा रही हैं।
- रूढ़िवादी सोच एवं आधुनिकता : रूढ़िवादिता एवं आधुनिकता के बीच संघर्ष करती इन महिलाओं को कई क्षेत्रों में निर्णय लेने की आजादी नहीं है।
- सामाजिक दबाव : इन महिलाओं को आधुनिकता अपनाने पर कई बार समाज की आलोचना झेलनी पड़ती है।

4. संतुलन की मिसाल :

- परंपरा और आधुनिकता के बीच ये पर्वतीय क्षेत्र की महिलाएं एक संतुलन की मिशाल हैं। यह आधुनिकता के साथ–साथ आत्मनिर्भरता को भी कायम रखे हुए हैं। इन महिलाओं का यह सकारात्मक परिवर्तन सामाजिक चेतना का कार्य भी कर रहा है।

5. शिक्षा और सीमाएं :

- पारम्परिक संस्कृति में महिलाओं की शिक्षा को सीमित किया गया, जिससे उन्हें स्वतंत्रता और निर्णय लेने का अधिकार बहुत सीमित रूप में मिला। अपितु पारम्परिक संस्कृति में महिलाओं की भूमिका सम्मानित लेकिन सीमित दायरे में रही है। वे संस्कृति की संरक्षिका मानी जाती हैं, परन्तु सामाजिक ढांचे ने उनके विकास को नियंत्रित किया।

आधुनिक समय में इस भूमिका में बदलाव आ रहा है, विवाह, जन्म, मृत्यु आदि अवसरों पर महिलाएं पारम्परिक रीति–रिवाजों का संचालन करती हैं। आज महिलाएं यहां पर विभिन्न त्योहारों और धार्मिक क्रियाकलापों में सक्रिय भूमिका निभा रही हैं। करवा चौथ, तीज, व्रत उपवास, वट सावित्रि आदि में उनकी महत्वपूर्ण भागीदारी रही है। पारम्परिक मान्यताओं में महिलाओं को लक्ष्मी का स्वरूप माना गया है, लेकिन कुछ स्थितियों (जैसे विधवा होने पर) उन्हें अशुभ भी माना जाता है, जो सामाजिक भेदभाव का कारण बना। ग्रामीण गतिविधियों में महिलाएं सामूहिक गतिविधियों का हिस्सा रही हैं। यह भूमिका ऐतिहासिक, धार्मिक, सामाजिक और पारिवारिक दृष्टिकोण से जुड़ी हुई हैं।[2]

पारम्परिक समाज में महिलाओं को परिवार की रीढ़ माना गया है, वे घर का संचालन, भोजन की व्यवस्था, बच्चों का पालन–पोषण और संस्कार देने का कार्य करती हैं। इसलिये महिलाओं को उत्तराखण्ड में पारम्परिक मूल्य और नैतिकता की संरक्षिका माना गया है। वे पीढ़ी दर पीढ़ी सांस्कृतिक विरासत और पारिवारिक परम्पराओं को आगे बढ़ाने का कार्य करती आ रही हैं। यह अपनी जड़ों से जुड़ने के साथ–साथ शिक्षा, रोजगार और सामाजिक सशक्तिकरण के माध्यम से आधुनिक जीवन शैली को भी अपना रही हैं।

हिमालय के अद्भुत मनोरम दृश्य के साथ कुमाऊँ क्षेत्र का एक प्राकृतिक सौंदर्य स्थल अल्मोड़ा अनेक उल्लेखनीय महिलाओं की जन्म भूमि है। अल्मोड़ा प्राकृतिक सौंदर्य की भव्यता से दुनिया भर के पर्यटकों को यहां आमंत्रित करता है। अपनी समृद्ध सांस्कृतिक विरासत, अद्वितीय हस्तशिल्प, भव्य व्यंजनों और शानदार वन्य जीवन के लिए मशहूर अल्मोड़ा प्रकृति की खूबसूरती को जीवंत कर देता है। गढ़वाली, कुमाऊँनी, भोटिया, जौनसारी या उत्तराखण्ड की अन्य पृष्ठभूमि से आने वाली इन बेटियों और महिलाओं का योगदान पर्यावरण संरक्षण, खेल, शिक्षा और कला जैसे क्षेत्रों में निम्नवत् देखा जा सकता है।

नेमा खान उप्रेती (1938–2018) : अल्मोड़ा में जन्मी नैमा खान उप्रेती प्रसिद्ध रंगमंच कलाकार, गायिका और दूरदर्शन की निर्माता थी। उन्होंने उत्तराखण्ड के लोक संगीत को जीवित रखने और पुनर्जीवित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई, विशेषकर लोक प्रिय कुमाऊँनी गीत "बेडू पाके बारों मासा" के माध्यम से। वे दिल्ली स्थित पर्वतीय कला केन्द्र की अध्यक्ष भी रहीं, साथ ही कुमाऊँनी लोकगीतों के प्रचार–प्रसार में हमेशा सक्रिय रही।

बिष्णी देवी शाह : स्वतंत्रता आन्दोलन की एक प्रमुख सेनानी बिष्णी देवी शाह को उनके ब्रिटिश विरोधी आन्दोलनों के लिए

कई बार गिरफ्तार किया गया। उन्होंने खादी को बढ़ावा देने में भी अहम भूमिका निभाई। वे कांग्रेस समिति, अल्मोड़ा की महिला कार्यकारिणी सदस्य भी चुनी गई।

सरस्वती गोरा : गांधीवादी विचारधारा से प्रेरित सामाजिक कार्यकर्ता सरस्वती गोरा ने "भारत छोड़ो आन्दोलन" में भाग लिया, जिस दौरान वह जेल भी गयी। वे नास्तिक केन्द्र (Atheist Centre) की सह संस्थापक थीं और उन्होंने देवदासी प्रथा के खिलाफ आन्दोलन चलाया। उन्होंने विवाहों के पंजीकरण और सत्याग्रहों का भी नेतृत्व किया।

सरला बहन (कैथरीन मैरी हाइलमैन) : अंग्रेज मूल की सरला बहन ने भारतीय संस्कृति को अपनाया और गांधीवादी समाज सुधारक बन गई। उन्होंने (अल्मोड़ा) में आश्रम स्थापित कर महिलाओं के सशक्तिकरण व पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में आजीवन कार्य किया "भारत छोड़ो आन्दोलन" में उनका योगदान और ग्रामीण विकास के लिए किए गए प्रयास आज भी याद किए जाते हैं।

शीला आइरीन पंत : अल्मोड़ा में जन्मी शीला पंत ने पाकिस्तान के पहले प्रधानमंत्री लियाकत अली खान से विवाह किया और वहां की प्रथम महिला बनीं, जिन्होंने महिला अधिकारों के लिए संघर्ष किया और पारम्परिक ताकतों को चुनौती दी। उन्हें पाकिस्तान का सर्वोच्च नागरिक सम्मान "मादर–ए–वतन" से नवाजा गया।

झंडा सत्याग्रह : झंडा सत्याग्रह के दौरान अल्मोड़ा की महिलाओं कान्ति देवी वर्मा, मंगला देवी, भागीरथी देवी और जीवंती देवी ठाकुरनी ने नगर पालिका भवन पर राष्ट्रीय ध्वज फहराने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

रेखा आर्या : रेखा आर्या जी उत्तराखण्ड, जनपद अल्मोड़ा की उत्तराखण्ड सरकार में पहली महिला एवं बाल कल्याण मंत्री हैं। जो जनपद अल्मोड़ा के सोमेश्वर विधानसभा क्षेत्र से विधायक हैं और क्षेत्र में महिला अधिकारों और जन कल्याण योजनाओं की एक सक्रिय प्रवक्ता हैं।

एकता बिष्ट : उत्तराखण्ड राज्य अल्मोड़ा की पहली अन्तर्राष्ट्रीय महिला क्रिकेटर एकता बिष्ट भारत की पहली महिला खिलाड़ी हैं, उन्होंने टी–20 अन्तर्राष्ट्रीय क्रिकेट मैच में हैट्रिक ली।

अनुपमा उपाध्याय : अल्मोड़ा की अनुपमा उपाध्याय भारतीय बैडमिंटन की उभरती हुई खिलाड़ी हैं। उन्होंने विश्व जूनियर नंबर (1) वन रैंकिग प्राप्त की और 2023 में महिला एकल में भारतीय राष्ट्रीय बैडमिंटन चैम्पियनशिप जीती।

रूप दुर्गापाल : अल्मोड़ा में जन्मी रूप दुर्गापाल एक लोकप्रिय भारतीय टेलीविंजन अभिनेत्री हैं, जिन्होंने कई प्रसिद्ध टीवी धारावाहिकों में अभिनय किया है।

गौरा देवी : गौरा देवी चिपको आन्दोलन की अग्रणी नेता रहीं, उन्होंने उत्तराखण्ड के रैणी गांव में वनों की कटाई को रोकने के लिए महिलाओं को संगठित कर पेड़ों से लिपटने का आन्दोलन शुरू किया। जो पर्यावरण का प्रतीक है। जिसका प्रभाव अल्मोड़ा सहित पूरे उत्तराखण्ड में पड़ा।

कुसुमलता कंसवाल : अल्मोड़ा में लड़कियों की शिक्षा को बढ़ावा देने और बालिका शिक्षा के लिए विशेष कार्यक्रम चलाएं।

इसके साथ ही अल्मोड़ा उत्तराखण्ड की पारम्परिक और सांस्कृतिक विरासत अत्यन्त समद्ध रही है और इसमें महिलाओं की भूमिका महत्वपूर्ण रही है। इस क्षेत्र में कई महिलाओं ने कुमाऊँनी संस्कृति, लोक कला, संगीत, नृत्य और हस्तशिल्प को संरक्षित और प्रचारित करने में विशेष योगदान दिया।

अल्मोड़ा की पारंपरिक एवं सांस्कृतिक क्षेत्र की प्रमुख महिलाएं :

गोविन्द बल्लभ पंत महिला महाविद्यालय की सांस्कृतिक प्राध्यापिकाएं : अल्मोड़ा के जी.बी. पंत महिला कॉलेज से कई महिला लोकगायिका और कलाकार निकली हैं, जिन्होंने कुमाऊँनी संस्कृति को बढ़ावा दिया। इनमें से कई ने लोकगीतों, झोड़ा, चांचरी और नृत्यु को मंचों पर प्रस्तुत किया तथा नए पीढ़ी का इसके प्रति रूझान पैदा किया।

श्रीमती हीरा बिष्ट : पारम्परिक लोकगीतों को ऑडियो रिकार्डिंग के माध्यम से संरक्षित करने में योगदान दिया। उन्होंने झोड़ा, चांचरी, बारा मासा जैसे पारम्परिक गीतों को मंचों और रेडियो पर प्रस्तुत कर उन्हें लोकप्रिय बनाया।

कल्पना चौहान : आधुनिक और पारम्परिक कुमाऊँनी गीतों की प्रस्तुतियां देकर युवाओं को कुमाऊँनी संस्कृति की ओर प्रेरित किया।

दुर्गा पंत : कुमाऊँनी हस्तशिल्प और पारम्परिक परिधानों के संरक्षण में सक्रिय कार्य किया। उन्होंने पहाड़ी वस्त्रशिल्प (पिछौड़ा, अंगोछा, हेंथी) को जीवित रखने के लिए स्थानीय महिलाओं को संगठित किया।[3]

- **स्थानीय महिला समूह और स्वयं सहायता समूह :**

  अल्मोड़ा में कई महिला समूह पारम्परिक रंगाई, बुनाई, लकड़ी के खिलौने जैसे हस्तशिल्प में कार्यरत हैं। इन समूहों ने मेलों, हाटों और प्रदर्शनियों के जरिए पारंपरिक शिल्प को जीवित रखा।

- नारी रत्न महिलाएं : पारम्परिक त्योहार जैसे फूलदेई और जागर, हिलजात्रा में महिलाओं की भूमिका केन्द्रीय रही है। यहां लोकसंस्कृति में देवी जागर जैसे अनुष्ठानों में महिलाएं गायन और कथावाचन करती हैं जो यहां के लिए नारी रत्न है और मौखिक परम्परा का हिस्सा है।

इसके अतिरिक्त आधुनिक समय में महिलाओं द्वारा पारंपरिक संस्कृति और कला को जीवित रखने और बढावा देने के लिए कई कार्य किए जा रहे हैं।

महिला स्वयं सहायता समूह : अल्मोड़ा में कई स्थानीय महिला समूह गठित हुए हैं जो पारम्परिक उत्पाद जैसे पिछौड़ा, अंगोछा, ऊनी कपड़े और लोक शिल्प के निर्माण में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाने के साथ–साथ अपनी आजीविका भी चला रहे हैं। ये समूह मेलों, हाट बाजारों और सरकारी प्रदर्शनियों के माध्यम से परम्परागत डिजाइन को जिंदा रखे हुए हैं।

महिलाएं अब सोशल मीडिया और यूट्यूब जैसे प्लेटफार्मों के माध्यम से कुमाऊँनी लोकगीत, झोड़ा, चाचरी, जागर को रिकार्ड और शेयर कर प्रचार–प्रसार कर रही हैं जैसे

- **प्रियंका मेहता अल्मोड़ा** – यूट्यूब चैनल के माध्यम से कुमाऊँनी गानों को नए अंदाज में प्रस्तुत कर रही हैं।
- **कविता भंडारी अल्मोड़ा** – लोक संगीत पर काम कर स्थानीय विद्यालयों में लोकनृत्य की शिक्षा देने का कार्य कर रही हैं।
- **अमिता संस्था अल्मोड़ा** – महिलाओं को कौशल विकास और हस्तशिल्प में प्रशिक्षण देती है। यह संस्था (NGO) महिलाओं को पारम्परिक कढ़ाई, बुनाई और रंगाई जैसे कार्यों से उन्हें आत्मनिर्भर बनाती है।
- **पार्वतीया महिला मंडल** – लोक संगीत, पारम्परिक त्योहारों और सामूहिक प्रदर्शनियों का आयोजन करती हैं।

  साथ ही आधुनिक समय में इन उत्सवों को विद्यालयों, महाविद्यालयों और सामाजिक मंचों पर महिला नेतृत्व द्वारा गाया जा रहा है।[4]

पारंपरिक वेशभूषा और फैशन में नवाचार :

युवा डिजाइनर महिलाएं पारम्परिक पिछौड़ा, चोला, घाघरा और ओढ़नी को नए फैशन ट्रैंड में बदलकर उसे शादी ब्याह और उत्सवों में फिर से लोकप्रिय बना रही है। साथ ही ये महिलाएं लोककला को आधुनिक परिधान डिजाइनों में जोड़कर व्यावसायिक रूप दे रही हैं।

पारंपरिक संस्कृति को संरक्षित करती वर्तमान महिला लेखिकाएं :

अल्मोड़ा की कई महिलाएं पारम्परिक संस्कृति से सम्बन्धित अब ब्लॉग, फेसबुक पेज और लेख के माध्यम से कुमाऊँ की लोककथाओं, रीति–रिवाजों और लोक कलाकारों पर लेखन कार्य कर रही हैं।

यह पहल वर्तमान में न केवल सांस्कृतिक दस्तावेज तैयार करती है बल्कि नई पीढ़ी को जागरूक करने का कार्य भी कर रही है। अल्मोड़ा की आधुनिक महिलाएं पारम्परिक कला, लोक संस्कृति और रीति–रिवाजों को नए युग के साथ जोड़कर जीवित रखे हुए हैं। वे इसे शिक्षा, डिजाइन, संगीत, डिजीटल मीडिया और सामूहिक प्रयासों के माध्यम से आगे बढ़ा रही हैं।

परन्तु भारतीय समाज में हमेशा महिलाओं को दूसरे दर्जे का प्राणी माना गया और उनसे कठिन सामाजिक रीति–रिवाजों, परम्पराओं व धार्मिक रूढ़ियों का पालन करवाया गया। हमारी धार्मिक व सामाजिक परम्पराओं के अनुसार महिलाओं का स्थान घर की दहलीज के अन्दर माना गया और उन्हें घर से बाहर निकल कर शिक्षा, व्यवसाय या किसी अन्य सामाजिक, राजनीतिक कृत्यों में प्रतिभाग करने से वंचित रखा गया। जिसका मुख्य कारण पुरूष प्रधान समाज था जो महिला के स्वयं निर्णय की क्षमता व इच्छित व्यवसाय को करने में अपनी सहमति प्रदान नहीं करता था।[5]

परन्तु वर्तमान समय में महिलाएं न सिर्फ परिवार की देखभाल कर रही हैं बल्कि समाज, राष्ट्र और वैश्विक स्तर पर भी अपना प्रभाव छोड़ रही हैं। महिलाएं किसी भी समाज की सांस्कृतिक धरोहर की संरक्षक होती हैं। उत्तराखण्ड के जनपद अल्मोड़ा में यह भूमिका और भी गहराई से देखने को मिलती है।

निष्कर्ष :

अल्मोड़ा की महिलाएं लम्बे समय से पारम्परिक कुमाऊँनी समाज की रीढ़ रही हैं। वे परिवार, कृषि और सामाजिक रीति–रिवाजों में सक्रिय भूमिका निभाती रही हैं। यहां पारम्परिक परिधानों एवं गहनों को आज भी गर्व से पहना जाता है। लोकगीत, लोकनृत्य, पूजा–पाठ एवं त्योहारों में उनकी भागीदारी संस्कृति की निरंतरता का प्रतीक है।

समय के साथ–साथ शिक्षा, तकनीकी विकास और वैश्वीकरण का प्रभाव अल्मोड़ा की महिलाओं पर भी पड़ा है। अब वे न केवल शिक्षित हो रही हैं बल्कि स्वास्थ्य, प्रशासन, राजनीति और व्यवसाय जैसे क्षेत्रों में भी सक्रियता से भाग ले रही हैं। सोशल मीडिया और इंटरनेट के माध्यम से नई पीढ़ी की महिलाएं बाहरी दुनिया से जुड़ रही हैं, साथ ही आत्मनिर्भरता की दिशा में अग्रसर हैं।[6]

आधुनिकता ने महिलाओं को आत्मनिर्भरता और समानता की दिशा में सशक्त किया है, फिर भी पारम्परिक सामाजिक ढांचे के साथ तालमेल रखना एक चुनौती है। अधिकांश महिलाएं आज भी पारिवारिक जिम्मेदारियों के साथ–साथ अपने कैरियर और व्यक्तिगत आकांक्षाओं को संतुलित करने का प्रयास कर रही हैं। जो कभी–कभी तनाव का कारण भी बनता है। परन्तु यह भी सत्य है कि इसी संघर्ष ने एक नई "हाइब्रिड" पहचान को जन्म दिया है। जो न तो पूरी तरह पारंपरिक है और न ही पूरी तरह आधुनिक। इस पारंपरिक व आधुनिकता के बीच में महिलाओं का संघर्ष चल रहा है।

अल्मोड़ा की महिलाएं आज उस बदलाव की प्रतीक हैं जहां परम्परा और आधुनिकता एक दूसरे के विरोध में नहीं, बल्कि एक दूसरे को पूरक रूप में सामने ला रही हैं। वे न केवल अपनी जड़ों से जुड़ी हुई हैं, बल्कि नई सोच के साथ आगे बढ़ने का साहस भी रखती हैं। यह पारम्परिक व आधुनिकता के बीच संतुलन ही उन्हें विशेष बनाता है।

संदर्भ सूची :

1. Singh, Sher. Paryavaran aur Bhāratīya Sanskriti (Environment and Indian Culture). Vafadar Publications, Ghaziabad, pp. 76-78.
2. Mohan, Punz Vxzoky, and Lalit, Laṅkā. Sanskriti ki Vishwasniyata (The Authenticity of Indian Culture). Jankalyan Publications, Shastrinagar, Meerut, pp. 231–233.
3. Pant, Meena. "Changing Role of Women in Hill Economy: A Case Study of Uttarakhand." Research Journal of Social Science.
4. Joshi, Pralhad Meghwar. North Indian Hill Region's Dalit Women: Past and Present. Lokmat Publications, Lokmat, pp. 36-48.
5. Khanna, Santosh. (2010) Mahila Vidhi Bhāratīya (Women and Indian Legal System). B.H.P. Publications, 48 East Kyatham Block, Delhi, vol. 65, pp. 365.
6. Negi, S. S. Uttarakhand: Issues and Challenges. M.D. Publications.

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची :

1. Mohan, Punz Vxzoky, and Dr. Lalit Laṅkā. (2013) Sanskriti ki Vishwasniyata (The Authenticity of Indian Culture). Jankalyan Publications, Shastrinagar, Meerut.
2. Bokra, Prof. Neer Chhetri. "Untitled Article." (2024) Journal of Acharya Narendra Dev Research Institute, Nainital, vol. 33.
3. Kapur, Meena. Women and Social Change in India. Vikas Publishing House.
4. Negi, S. S. (1995) Uttarakhand: Issues and Challenges. M.D. Publications.
5. Pant, Dr. Meena. "Changing Role of Women in Hill Economy: A Case Study of Uttarakhand." Research Journal of Social Science.
6. Information on Women's Empowerment and Government Schemes. Government of Uttarakhand Official Website, https://uk.gov.in.
7. Flag, Prof. Sher Singh. (2018) Paryavaran aur Bhāratīya Sanskriti (Environment and Indian Culture). Vafadar Publications, Ghaziabad.
8. Khanna, Santosh. (2014) Mahila Vidhi Bhāratīya (Women and Indian Law). B.H.P. Publications, 48 East Kyatham Block, Delhi, vol. 78.
9. Joshi, Pralhad Meghwar. North Indian Hill Region's Dalit Women: Past and Present. Lokmat Publications, Lokmat.
10. Khanna, Santosh. (2010) Mahila Vidhi Bhāratīya (Women and Indian Legal System). B.H.P. Publications, 48 East Kyatham Block, Delhi.