



## आदिवासी समाज की जीवन शैली में प्रकृति एवं पर्यावरण का स्थान: एक अध्ययन

जयराम

सहायक आचार्य बी एड विभाग, शिवपति स्नातकोत्तर महाविद्यालय शोहरतगढ़ सिद्धार्थनगर उत्तर प्रदेश

DOI : <https://doi.org/10.5281/zenodo.17328816>

### ARTICLE DETAILS

Research Paper

Accepted: 25-09-2025

Published: 10-10-2025

Keywords:

कीवर्ड-आदिवासी समाज,  
जीवनशैली, प्रकृति, पर्यावरण,  
झूम खेती।

### ABSTRACT

भारत के आदिवासी समुदाय की जीवनशैली प्रकृति एवं पर्यावरण के साथ गहरा जुड़ाव रखती है। आदिवासी समुदाय की परंपराएं, रीति रिवाज, आस्था एवं आजीविका के माध्यम से प्रकृति और पर्यावरण के प्रति उनके लगाव, दृष्टिकोण एवं व्यवहार को जाना जा सकता है। आदिवासी समुदाय न केवल जैव विविधता के संरक्षण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं बल्कि उनकी जीवन शैली पर्यावरण के साथ संतुलन बनाए रखने में अहम योगदान देती है। आदिवासी समुदाय में प्रकृति एवं पर्यावरण के प्रति गहरा प्रेम उनकी परंपरा और धार्मिक विश्वासों में स्पष्ट रूप से देखने को मिलता है। यह समाज प्रकृति को पूजनीय मानता है। पेड़, पहाड़, नदियों एवं पशु पक्षियों और आकाशीय तत्वों को देवी देवताओं के रूप में पूजा की जाती है। आदिवासी समाज में विशेष उपयोगी वृक्षों साल, पीपल, नीम, सूर्य, चंद्रमा एवं वनों की पूजा की जाती है। यह समाज उनका दोहन नहीं बल्कि संरक्षण करता है। आदिवासी समाज की कृषि पद्धतियां, औषधीय पौधों का उपयोग, वनों की पूजा एवं जल स्रोतों का संरक्षण आदि पहलुओं को ध्यान में रखते हुए हुई यह निष्कर्ष निकलता है कि आधुनिक विकास योजनाओं के प्रभाव के बावजूद इनकी संस्कृति में पर्यावरण संरक्षण की परंपरागत समझ आज भी जीवित है। आदिवासी समाज का भोजन, पहनावा, चिकित्सा, आवास एवं त्योहार सभी प्रकृति पर आधारित हैं। यदि आज भी आदिवासी समुदाय के ज्ञान और जीवन शैली को सम्मान पूर्वक संरक्षण एवं बढ़ावा दिया जाए तो यह सतत विकास के लिए एक वैकल्पिक

मॉडल प्रस्तुत करता है। आदिवासी समुदाय की उपस्थिति और संघर्ष से ही आज प्राकृतिक स्थानों, जंगलों, पहाड़, नदियों एवं जल स्रोतों को हम बचा पाए हैं। अतः हम कह सकते हैं कि आदिवासी समाज का जीवन पहाड़ों जंगलों नदियों पर तो निर्भर है ही लेकिन इसके साथ-साथ हम यह भी कह सकते हैं कि नदियों, पहाड़ों, जल स्रोतों और जंगलों के जीवन को बचाने में भी आदिवासी समुदाय का बहुत बड़ा योगदान है।

## प्रस्तावना

आदिवासी समाज भारत के मूल निवासियों को कहा जाता है आदि का अर्थ है प्रारंभिक और वासी का अर्थ है निवासी। भारत में लगभग 700 से अधिक जनजातियां हैं, जिन्हें संविधान में अनुसूचित जनजातियों के रूप में मान्यता है। यह मुख्य रूप से मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, झारखंड, उड़ीसा, महाराष्ट्र, गुजरात और उत्तर पूर्वी राज्यों में निवास करते हैं। आदिवासी समाज की अपनी अलग संस्कृति, परंपरा, भाषा, कला और जीवन शैली है। जीवन शैली से तात्पर्य होता है किसी व्यक्ति समाज या समुदाय के जीवन जीने के तरीके से। इसमें उनके रहन-सहन खान, पहनावा, भाषा, सोचने का तरीका, सामाजिक व्यवहार और दिनचर्या शामिल होते हैं। जीवन शैली जीवन के हर पहलू को प्रदर्शित करती है कि वह समाज कैसे रहता है, क्या खाता है, कैसे काम करता है, किस संस्कृति को मानता है आदि। जैसे शहरी जीवन शैली की बात करें तो इसमें आधुनिक तकनीकी पर आधारित, ऑफिस वर्क, जंक फूड और भाग दौड़ भरी दिनचर्या आदि शामिल होते हैं। ग्रामीण जीवन शैली की बात करें तो इसमें सरलता, प्रकृति प्रेमी, खेती पर निर्भर, पारंपरिक खानपान और संस्कृति शामिल होते हैं। जीवनशैली न केवल भौतिक जीवन को प्रदर्शित करती है बल्कि यह इस बात को भी बताती है कि समाज की मानसिकता और मूल्यों में क्या-क्या महत्वपूर्ण है। आदिवासी समाज भारत के मूल निवासी माने जाते हैं जिनकी अपनी पारंपरिक प्राकृतिक और संस्कृत रूप से समृद्ध जीवन शैली होती है अधिकांश आदिवासी कृषि वनों से मिलने वाले संसाधनों से लकड़ी, जड़ी बूटियां, शहद और पशु पालन द्वारा अपनी आजीविका चलाते हैं। वनों से तेंदूपत्ता, महुआ, बांस आदि बेचकर अपना भरण पोषण करते हैं कुछ समुदाय झूम खेती कर अपनी आजीविका चलाते हैं। इस समुदाय या समाज के घर आमतौर पर कच्चे होते हैं जो मिट्टी, लकड़ी और घास फूस से बने होते हैं घर प्रकृति के अनुकूल होते हैं। गर्मी में ठंडे और सर्दी में गरम। इनमें सामूहिकता का भाव अधिक होता है, पूरा गांव एक परिवार की तरह रहता है। आदिवासी समुदाय के वस्त्र पारंपरिक होते हैं, जो मौसम और स्थानीय संसाधनों पर आधारित होते हैं। पुरुष धोती या लुंगी और सिर पर पगड़ी पहनते हैं महिलाएं रंग बिरंगी साड़ियां पहनती हैं चांदी, सीप एवं मोतियों से बने भारी गहनों प्रयोग करती हैं। भारत की सांस्कृतिक विविधता में बार-बार समझा एक अनोखा स्थान रखते हैं। उनकी जीवनशैली, परंपराएं और मूल्य प्रकृति के साथ गहरे सम्बन्धों पर आधारित है। आधुनिक समाज जहां तकनीकी विकास और भौतिक सुख सुविधाओं की ओर अग्रसर है, वहीं आदिवासी समाज आज भी प्रकृति के नियमों के अनुरूप जीवन जीते हैं। उनके लिए जंगल एवं संसाधन का स्रोत नहीं बल्कि जीवन साथी और पूजनीय सत्ता है। पेड़, नदियां, पहाड़ पशु पक्षी सभी उनके जीवन के अभिन्न अंग हैं। प्रकृति उनके धर्म, संस्कृति, रहन-सहन और आजीविका का मूल आधार है। वह प्रकृति को उपभोग की वस्तु नहीं बल्कि मां के रूप में देखते हैं उनके जीवन शैली में पर्यावरण संरक्षण जैव विविधता और प्राकृतिक संसाधनों की सतत उपयोग की झलक स्पष्ट रूप से दिखाई



देती है यही कारण है कि आदिवासी समाज को प्रकृति का संरक्षक कहा जाता है। आज जब पर्यावरण संकट और जलवायु परिवर्तन जैसे वैश्विक मुद्दे सामने हैं तब आदिवासी जीवनशैली से जुड़ी यह प्रकृति केन्द्रित सोच हम सभी के लिए प्रेरणा बन सकती है।

### आदिवासी जीवन शैली एवं साहित्य सर्वेक्षण

हबीब तनवीर के नाटक आगरा बाजार और चरणदास चोर में छत्तीसगढ़ी आदिवासी जीवन के माध्यम से बताया गया है कि वे पेड़ पौधों, नदियों, पहाड़ों आदि को देवता मानते हैं।

रामदयाल मुंडा जैसे आदिवासी विद्वानों ने अपने लेखन में स्पष्ट किया है कि पर्यावरण उनके धर्म और जीवन दर्शन का मूल है।

बिरसा मुंडा का इतिहास और आंदोलन को देखने पर भी यह स्पष्ट होता है कि आदिवासी प्रकृति की रक्षा के लिए औपनिवेशिक शासन से भी भिड़ गए।

वंदना शिवा की किताब स्टेइंग अलाइव में आदिवासी ज्ञान परंपरा और प्रकृति के साथ उनके सामंजस्य को बारीकी से दर्शाया गया है।

महादेव टोप्पो, ज्योतिराय हंसदा, नंदलाल नायक जैसी आदिवासी लेखन की कहानी एवं कविताओं में जंगल नदी पेड़ पौधे पात्रों की तरह जीवित रहते हैं वह धरती आबा जैसे शब्दों से धरती को माता पुकारते हैं।

महाश्वेता देवी की रचनाएं जैसे अरण्यैर अधिकार आदिवासी और जंगलों के संबंधों पर केंद्रित हैं।

अरुंधति रॉय की द मिनिस्ट्री ऑफ़ ऑलमोस्ट हैप्पीनेस और नक्सल आंदोलन से जुड़े साहित्य में भी पर्यावरण और आदिवासी संघर्ष प्रमुखता से आता है।

Verrier Elwin जैसे नृविज्ञानी एवं साहित्यकारों ने ग्रामीण व आदिवासी जीवन के विस्तृत विवेचन किये -वे आदिवासियों के लिए पारिस्थितिक व्यवहार, जमीन स्वायत्तता और संरक्षण की दृष्टिकोण पर बल देते हैं। एल्विन ने नीतिगत सिफारिशों में भी आदिवासी भूमि अधिकार और आत्मनिर्णय को महत्व दिया है। यह पारंपरिक नृविज्ञान भारतीय आदिवासी पर्यावरण संबंध का आधारभूत साहित्य है।

### आदिवासी जीवनशैली में प्रकृति एवं पर्यावरण का महत्व

आदिवासी समुदाय की जीवन शैली प्रकृति एवं पर्यावरण के साथ गैर संबंध में रची बसी होती है। आदिवासी समुदाय का जीवन प्रकृति और पर्यावरण से गहराई से जुड़ा हुआ है। आदिवासी समाज की पूरी जीवन शैली प्राकृतिक संसाधनों पर आधारित होती है। वह अपने अस्तित्व, संस्कृति, धार्मिक, विश्वास, आस्था एवं आर्थिक गतिविधियों को प्रकृति के साथ संतुलन में रखते हुए जीते हैं उनके लिए जंगल, नदियां, पर्वत, जानवर एवं पौधे न केवल संसाधन है बल्कि जीवन का अभिन्न हिस्सा हैं। आदिवासी समुदाय साझा सह अस्तित्व के भाव से जंगल, नदी, भूमि और पशुओं का संरक्षण करते हैं। पेड़ों को काटने पर नियम और



वर्जनाएं होती हैं जिससे पर्यावरण सुरक्षित रहता है। वे पेड़-पौधों, जड़ी, बूटियों और प्राकृतिक संसाधनों से पारंपरिक चिकित्सा पद्धति अपनाते हैं आयुर्वेद और स्थानीय उपचारों का आधार भी उनके प्रकृति ज्ञान पर है। उनके त्यौहार, नृत्य और गीत-संगीत प्रकृति से जुड़े हुए होते हैं। आदिवासी संविधान के लिए प्रकृति का महत्व बहुत गहरा और बहु आयामी है। उनके जीवन संस्कृति परंपरा आवाज जीविका का केंद्र प्रकृति ही होती है। सामुदायिक जीवन में जंगल की साझा भूमि और संसाधन बराबरी से उपयोग होते हैं। यह उनकी इच्छा सहयोग और साझा संस्कृति को मजबूत करता है। आदिवासी समुदाय पर्यावरण को माता की तरह मां का उसके संरक्षण और संतुलन पर विशेष ध्यान देते हैं

### प्रकृति के साथ सह अस्तित्व

आदिवासी लोग प्रकृति को मां के रूप में मानते हैं। वे जंगलों को वन देवी, नदियों को गंगा मैया जल देवी मानकर पूजा करते हैं। उनके त्यौहार अनुष्ठान और पूरा विधियां प्राकृतिक शक्तियों को समर्पित होती हैं। आदिवासी समाज का जीवन प्रकृति से गहराई से जुड़ा हुआ है। उनका जीवन दर्शन यह मानता है कि मनुष्य और प्रगति अलग नहीं है बल्कि एक दूसरे के पूरक है। इसलिए उनकी संस्कृति, परंपरा और आजीविका पूरी तरह से पर्यावरण और प्राकृतिक संसाधनों पर आधारित होती है। उनके त्यौहार, नृत्य, गीत और पूजा पद्धतियां प्रकृति के चक्र फसल, वर्षा, ऋतु से जुड़ी हुई होती है। वे मानते हैं कि प्रकृति का संरक्षण करना ही उनके जीवन का संरक्षण है। इसलिए वे जरूरत के अनुसार जंगल से संसाधन लेते हैं और बाकी को भविष्य के लिए रखते हैं। यह उनकी जीवन शैली को प्रकृति के साथ-साथ सह अस्तित्व का आदर्श उदाहरण बनाता है।

### पारंपरिक ज्ञान और औषधियां

आदिवासी समाज में प्राकृतिक जड़ी बूटियों का गहन ज्ञान होता है। आदिवासी लोग पेड़ों की पत्तियां, छाल, फल और फूलों से दवाइयां बनाते हैं जो पर्यावरण के साथ सामंजस्य बनाए रखती हैं। आदिवासी समुदायों को जड़ी बूटियों की पहचान और उनके उपयोग का गहरा ज्ञान होता है। यह ज्ञान पीढ़ी दर पीढ़ी मौखिक परंपरा से आगे बढ़ता आया है। वे बीमारियों का इलाज मुख्यतः पेड़, पौधों, जड़ों, पत्तों, छाल, बीज और फलों से करते हैं।

नीम- त्वचा रोग, दांतों की सफाई, संक्रमण रोकने में।

गिलोय- बुखार रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने में।

आंवला-विटामिन सी का प्रमुख स्रोत, पाचन और रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने में।

हल्दी- घाव भरने, सूजन कम करने, सर्दी जुकाम में।

अरंडी-जोरदार और पेट की समस्याओं में।

भुईंआंवला-पीलिया और लीवर की समस्याओं में।

तुलसी-सर्दी, जुकाम, खांसी बुखार में।



सर्पगंधा-उच्च रक्तचाप और मानसिक तनाव में।

उपरोक्त औषधियों के उपयोग की कई विशेषताएं होती हैं ये दवाएं जंगल से आसानी से मिल जाती हैं। सभी दवाएं प्राकृतिक होती हैं और इसे कोई हानिकारक दुष्प्रभाव नहीं होता है। यह केवल औषधि ही नहीं होती है बल्कि धार्मिक एवं सांस्कृतिक विश्वासों से भी जुड़ी हुई होती हैं। आधुनिकता और बाजारवाद के कारण यह परंपरागत ज्ञान लुप्त होता जा रहा है। नई पीढ़ी का रुझान आयुर्वेद या आधुनिक चिकित्सा की ओर अधिक है। कई बार जड़ी बूटियों का वैज्ञानिक परीक्षण नहीं होने से उनका व्यवस्थित उपयोग सीमित रह जाता है। आदिवासी प्राकृतिक औषधियां आयुर्वेद और आधुनिक हर्बल चिकित्सा का आधार बनी हैं। आज फार्मास्यूटिकल उद्योग भी आदिवासी ज्ञान से प्रेरित होकर कई दवाइयां बना रहा है। यह ज्ञान पर्यावरण संरक्षण और स्वास्थ्य सुरक्षा दोनों में योगदान देता है।

### कृषि और जल संरक्षण

आदिवासी समुदाय की कृषि विधियां पर्यावरण के अनुकूल होती हैं जैसे झूम खेती वर्षा जल संरक्षण और बंजर भूमि का उपयोग इससे मिट्टी जल और जैव विविधता की रक्षा होती है। आदिवासी समाज आत्मनिर्भर कृषि पर अधिक निर्भर करता है खेती उनके लिए केवल आर्थिक साधन ही नहीं बल्कि संस्कृति और धार्मिक जीवन का भी हिस्सा है प्रकृति भूमि और वर्षा को जीवनदायनी मानकर खेती करते हैं।

झूम या शिपिंग-इस खेती में आदिवासी समझा जंगल की भूमि को साफ करके अस्थाई खेती करते हैं कुछ साल फसल लेने के बाद भूमि को छोड़ देते हैं और दूसरी जगह खेती करने लगते हैं।

पारंपरिक फसले- आदिवासी समुदाय मोटा अनाज जैसे कोदो, कुटकी, रागी, ज्वार, बाजरा। दलहन में अरहर, मूंग उड़द। कंदमूल सब्जियां एवं फलों की खेती करते हैं।

वर्षा पर आधारित खेती-आदिवासी समाज अधिकतम वर्षा आदित्य खेती करता है सिंचाई की आधुनिक सुविधाएं उनके पास कम होती हैं इसलिए वे अधिकतर वर्षा पर ही निर्भर रहते हैं।

पारंपरिक बाजारों तकनीक-आदिवासी समाज खेती में हल, फावड़ा, खुरपी जैसी सरल औजारों का उपयोग करता है इसके साथ-साथ वे बेल या हाथ से हल चलाते हैं।

सामूहिक श्रम पर आधारित खेती- आदमी आदिवासी समाज का स्थान पर सामूहिक रूप से खेत की जुताई बुवाई करते हैं। यह समुदायिक सहयोग की उनकी संस्कृति को दर्शाता है।

### आदिवासी कृषि की चुनौतियां-

आदिवासी समुदाय की कृषि में चुनौतियां भी देखने को मिलती हैं 1-झूम खेती के कारण भूमि की उर्वरता का क्षरण हो जाना। 2-आधुनिक कृषि साधनों और तकनीकियों की कमी होना



3-बाजार तक पहुंच ना होना।

4-वनों की कटाई एवं पर्यावरणीय असंतुलन ।

5-विस्थापन और औद्योगीकरण से पारंपरिक खेती का संकट होना।

### आजीविका का आधार

आदिवासी समुदाय खेती, शिकार, मछली पकड़ने और वनों से प्राप्त उत्पादों पर निर्भर रहते हैं। भोजन, औषधि, ईंधन और आवास की सामग्री उन्हें सीधे जंगल और पर्यावरण से मिलती है। आदिवासी समाज का जीवन पूरी तरह प्रकृति पर आधारित होता है उनकी आजीवी का यानी जीवन यापन के साधन जंगल भूमि जल और प्राकृतिक संसाधनों से जुड़े होते हैं भी प्रकृति को माता मां का उनका संरक्षण करते हुए अपने जीवन की आवश्यकता है पूरी करते हैं आदिवासी समाज का मुख्य पैसा कृषि है ही प्रयास झूम खेती वर्ष होती और मोटा अनाज उगते हैं खेती में बैल हल फावड़े जैसी परंपरागत साधनों का प्रयोग करते हैं।

वनोपज संग्रहण - जंगल से लकड़ी,पत्ते, शहद, गोंद,लाख,चिरौंजी, तेंदूपत्ता, हर, बहरा, आंवला, जड़ी बूटियां इकट्ठा करते हैं। यह उनके लिए खाद्य सामग्री औषधि और आय का महत्वपूर्ण स्रोत हैं।

पशुपालन-आदिवासी समुदाय बकरी, भैंस, मुर्गी, सूअर और बैल आदि पशुओं का पालन करते हैं। इससे दूध,मांस, खाद और कृषि कार्यों में उन्हें मदद मिलती है।

मछली पकड़ना और शिकार- नदी तालाबों से मछलियां पकड़ना, परंपरागत तरीके से शिकार करना आदिवासी समाज की आजीविका का हिस्सा रहा है। आज शिकार पर कई जगह कानूनी रोग है पर मछली पालन अभी भी जारी है।

जंगल से अरबी, शकरकंद,जंगली फल जैसे करौंदा,जामुन,महुआ के खाते और बेचते हैं। महुआ के फूल खाने, दवा और पेय बनाने में काम आते हैं।

### हस्तशिल्प और कुटीर उद्योग

आदिवासी समाज बांस लकड़ी से टोकरियां चटाई और मिट्टी के बर्तन बनाते हैं। यह उनके अतिरिक्त आय का स्रोत होता है।

### कृषि में चुनौतियां

1-जंगलों की कटाई और औद्योगीकरण से उनके संसाधन काम हो रहे हैं।

2-विस्थापन के कारण उनके प्राकृतिक आजीविका बाधित हो रही है।

3-बाजार और बिजोलियों की शोषण के कारण उन्हें उचित मूल्य नहीं मिल पाते हैं।

4-नई पुरी का रुझान शेरों की वह बढ़ने से परंपरागत ज्ञान लुप्त हो रहा है।



## आर्थिक निर्भरता

आदिवासी समुदाय अपने अधिकांश आवश्यकताओं जैसे कि भोजन औषधीय ईंधन निर्माण सामग्री जंगलों और प्राकृतिक संसाधनों से पूरी करता है। झूम खेती, शिकार, मछली पकड़ना और वनों से जड़ी बूटियां तथा फल सब्जियां को एकत्र करके जीवन यापन करते हैं। आदिवासी समाज अपनी आजीविका के लिए मुख्य रूप से जंगल, जमीन और नदियों पर निर्भर रहता है खेती, शिकार, मछली पकड़ना और वनों पर जैसे महुआ, तेंदूपत्ता, शहद, जड़ी बूटियां उनकी आर्थिक जीवन का आधार हैं। उनके घर और औषधियां भोजन और पारंपरिक वस्त्र भी प्राकृतिक संस्थाओं से ही तैयार होते हैं। आधुनिक समय में भी उनकी अर्थव्यवस्था का बड़ा हिस्सा बनो और पर्यावरण पर निर्भर है।

## पर्यावरण संरक्षण की परंपरागत पद्धतियां

आदिवासी समुदाय अनजाने में ही पर्यावरण की रक्षा करता आया है। वे सीमित संसाधनों का उपयोग करते हैं और पुनः उपयोग की प्रवृत्ति अपनाते हैं। पेड़ काटने से पहले पूजा करना कुछ विशेष वृक्षों को न काटना जैसे पीपल, बरगद जैसे नियम उनकी परंपरा का हिस्सा हैं। आदिवासी समाज मानता है कि प्रकृति का संतुलन बनाए रखना मानव जीवन के लिए आवश्यक है, इसलिए वे शिकार, पेड़ कटाई और संसाधनों के उपयोग में संतुलन रखते हैं। यह केवल आवश्यकता अनुसार ही प्रकृति का उपयोग करते हैं और शेष को आने वाली पीढ़ियों के लिए सुरक्षित छोड़ देते हैं। कई आदिवासी समुदाय जंगल के कुछ हिस्सों को देवता या देवी के स्थान मानकर सुरक्षित रखते हैं वहां पर पेड़ काटना शिकार करना या चराई करना वर्जित होता है इस प्रकार पेड़ पौधे और जीव जंतु सुरक्षित रहते हैं। आदिवासी लोग तालाब, झरने और नदियों को पवित्र मानते हैं और अशुद्ध करने वाले कार्यों को प्रतिबंधित रखते हैं। वर्षा जल को इकट्ठा करने के लिए परंपरागत छोटे बांध, गड्ढे और तालाब बनाते हैं। जंगल से लकड़ी शहर लाख गोंड पट्टी आदि लेते समय बी के बाद जरूरत के अनुसार ही उपयोग करते हैं। पेड़ की पूरी चल उतारने की बजाय केवल एक हिस्सा लेते हैं ताकि पेड़ जीवित रहे फल और भी संग्रहण में भी वे अगली पीढ़ी के लिए पर्याप्त हिस्सा छोड़ देते हैं। आदिवासी समाज में नियम होते हैं कि गर्भवती जानवर या छोटे बच्चों वाले जीव का शिकार नहीं करेंगे। त्योहार और विशेष अवसरों पर ही सामूहिक शिकार करते हैं। मछली पकड़ने के लिए प्राकृतिक जड़ी बूटियां का प्रयोग करते हैं। जिससे जल स्रोत प्रदूषित न हो झूम खेती करते समय में भूमि को विश्राम देते हैं ताकि उसकी उर्वरता बनी रहे। वे स्थानीय मोटा अनाज उगाते हैं जो कम पानी में भी हो जाता है और पर्यावरण पर दबाव कम डालता है।

## सामाजिक और सांस्कृतिक महत्व

आदिवासी समाज और प्रकृति का रिश्ता केवल जीवनयापन तक सीमित नहीं है बल्कि उनकी सामाजिक और सांस्कृतिक जीवन का मूल आधार भी प्रकृति ही है। आदिवासी समुदाय के गीतों, कहानी, नृत्य, कला और शिल्प में भी प्रकृति रची बसी होती है। स्कूल के पारंपरिक लोकगीतों में वर्षा, पशु- पक्षी, पेड़ पौधों का वर्णन होता है लोक कथाएं प्रकृति से संबंधित होती हैं जिनमें भी प्रकृति के नियमों के उल्लंघन से होने वाले दुष्परिणामों को बताते हैं। हर आदिवासी समूह का जीवन किसी न किसी प्राकृतिक तत्व से जुड़ा होता है। जिससे उनकी सामाजिक पहचान बनती है आदिवासी लोग संयुक्त और सहयोग की भावना से जीवन जीते हैं। जंगल से लकड़ी, फल, शहद आदि एकत्रित करने हेतु वह सामूहिक रूप से जाते हैं। करमा नृत्य पेड़ की पूजा, सारहुल पर्व

साल वृक्ष की पूजा, नवा खाई नई फसल खाने का उत्सव जैसे पर्व सीधे प्रकृति से जुड़े होते हैं। कई आदिवासी लोक कथाएं पेड़ों जानवरों और नदियों की चारों ओर बनी गई हैं यह उनकी सांस्कृतिक धरोहर और पर्यावरणीय चेतन को जीवित रखता है। आदिवासी मानते हैं कि मनुष्य प्रकृति दूसरे के बिना अधूरे हैं उनकी सामाजिक व्यवस्था सांस्कृतिक परंपराएं पर्यावरण संरक्षण को जीवन को जीवन का हिस्सा बनाती हैं। आधुनिक समय में भी उनकी संस्कृति हमें सतत विकास और प्रकृति के साथ संतुलित जीवन का संदेश देती है।

### धार्मिक विश्वास

आदिवासी समाज के अनुसार उनके धर्म में प्रकृति ही देवता है। वे सूर्य, चंद्रमा, अग्नि, वायु, जल और पृथ्वी को ईश्वर मानते हैं कुछ समुदाय में सारना, जंगल देवता बुरू बाबा आदि की पूजा की जाती है। इससे स्पष्ट होता है कि उनकी धार्मिक आस्था प्रकृति संरक्षण से जुड़ी हुई है। आदिवासी समुदाय साल, पीपल, बरगद, नीम और महुआ को पवित्र वृक्ष मानकर उनकी पूजा करते हैं। झरने, तालाब और नदियां देवता मानी जाती हैं। उनके जल को पवित्र मानकर पूजा और अनुष्ठान किए जाते हैं। कई पहाड़ों और सनिलाओं को देवता मानकर उनके सामने वाली पूजा की जाती है। सूर्य चंद्रमा और अग्नि को जीवनदाई शक्तियां मानकर प्रार्थना करते हैं। झारखंड व आसपास के क्षेत्र में जंगल का एक पवित्र भाग जहां वृक्ष देवता की पूजा की जाती है। देवगुड़ी गांव में बना छोटा धार्मिक स्थल जहां प्राकृतिक देवताओं की आराधना होती है। ग्राम देवता प्रत्येक गांव का अपना प्राकृतिक देवता होता है जिसकी पूजा गांव के लोग सामूहिक रूप से करते हैं। आदिवासी समुदायों के लिए प्रकृति केवल जीवन यापन का साधन नहीं बल्कि धर्म और आस्था का केंद्र है।

उनके धार्मिक स्थान और परंपराएं या दर्शाती हैं कि मानव और प्रकृति का संबंध सह अस्तित्व और संरक्षण पर आधारित है।

### निष्कर्ष एवं सुझाव

आदिवासी समुदाय की जीवन शैली प्रकृति पर निर्भर ही नहीं बल्कि उसके साथ एक आत्मीय और संतुलित रिश्ता बनाए हुए हैं। वे पर्यावरण संरक्षण की अनौपचारिक लेकिन अत्यंत प्रभावी रक्षक हैं। आधुनिक समाज को उनसे बहुत कुछ सीखने की आवश्यकता है विशेष कर ऐसे समय में जब पर्यावरण संकट एवं जलवायु परिवर्तन गंभीर चुनौती बने हुए हैं। आदिवासी समुदाय की जीवन शैली में प्रकृति और पर्यावरण का स्थान केवल आर्थिक संसाधन तक सीमित नहीं है बल्कि यह उनकी सांस्कृतिक, सामाजिक, धार्मिक और आध्यात्मिक जीवन का आधार भी है। उनके दैनिक कार्यों, परंपराओं, त्योहारों एवं विश्वासों में प्रकृति की पूजा और संरक्षण की भावना स्पष्ट रूप से झलकती है। ये जंगल, नदियों, पर्वतों और पशु पक्षियों को देवी देवताओं के रूप में मानते हैं और उनका दोहन नहीं बल्कि संतुलित उपयोग और संरक्षण करते हैं। बिना केवल प्रकृति पर निर्भर रहते हैं बल्कि उसे अनुच्छेद और पूजने मानते हैं उनका जीवन इस बात का उदाहरण है कि मनुष्य और पर्यावरण का रिश्ता शोषण का नहीं बल्कि सह अस्तित्व और संतुलन का होना चाहिए। इसलिए सिद्ध होता है कि आदिवासी समुदाय प्रकृति के साथ सहअस्तित्व और समन्वय का अनुपम उदाहरण प्रस्तुत करते हैं। इसलिए आज के पर्यावरणीय संकट के दौर में आदिवासियों की पारंपरिक जीवन शैली से प्रेरणा लेकर हमें सतत विकास एवं प्राकृतिक संतुलन की दिशा में प्रयास की आवश्यकता है। यदि वे प्रकृति का शोषण करेंगे तो उनकी आजीविका ही नष्ट हो जाएगी इसलिए वे संसाधनों का संतुलित और सतत उपयोग करते हैं।



उनका जीवन या संदेश देता है कि मानव और पर्यावरण के बीच संतुलन बनाए रखना ही दीर्घकालिक सुख और विकास का आधार है। उनका जीवन हमें सिखाता है की प्रकृति केवल संसाधन ही नहीं बल्कि जीवन का आधार है और उसका संरक्षण भी हमारा कर्तव्य है।

अतः कुछ सुझाव निम्नलिखित हैं—

1. पारंपरिक कृषि, वन उपयोग और चिकित्सा प्रणाली को संरक्षित करने हेतु शैक्षणिक और नीति स्तर पर प्रयास होना चाहिए तथा आदिवासी ज्ञान का संरक्षण और दस्तावेजीकरण करना चाहिए।
2. विकास योजनाओं में आदिवासियों की भागीदारी सुनिश्चित की जाए जिससे उनके अधिकार एवं संस्कृति सुरक्षित रहे और एक सहभागी विकास मॉडल अपनाया जाए।
3. आदिवासियों को उनके पारंपरिक जंगलों और भूमि पर अधिकार दिलाने हेतु कानून को शक्ति से लागू किया जाए अतः वन अधिकार कानून का सही क्रियान्वयन हो।
4. मधुमक्खी पालन, लघु वन उपज, हस्तशिल्प आदि के माध्यम से सतत रोजगार के अवसर प्रदान किए जाएं।
5. आदिवासी जीवन शैली और उनके पर्यावरण में योगदान के प्रति जागरूकता बढ़ाई जाए इसके लिए शिक्षा और संवेदनशीलता कार्यक्रम चलाए जाएं।

### संदर्भ ग्रंथ सूची

1. एल्विन, वेरियर (1955)-भारतीय जनजातियों का धर्म। ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी प्रेस।
2. गाडगिल, माधव और गुहा रामचंद्र (1993)- भारत का पारिस्थितिक: इतिहास एक पर्यावरणीय दृष्टि। ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी प्रेस।
3. जनजातीय मामले मंत्रालय. (2020). भारत में अनुसूचित जनजातियों की संख्या प्रोफाइल। भारत सरकार।
4. क्षेत्रीय अनुसंधान केंद्र, शिलांग (2005)-आदिवासी समाज और पारंपरिक पर्यावरणीय ज्ञान।
5. नैयर, के.एस. एवं श्रीजा, के. जी. (2010). केरल में आदिवासी कृषि ज्ञान। पारंपरिक ज्ञान का क्षेत्रीय जर्नल, 9(2),231-236.
6. पैडल,फेलिक्स और दास,समरेंद्र (2010) इस धरती से बाहर: पूर्वी भारत के आदिवासी और एल्युमिनियम उद्योग। ओरिएंट ब्लैक स्वान।
7. रामकृष्ण पी. एस. (2007) पारंपरिक वन ज्ञान एवं सतत वानकी: पूर्वोत्तर भारत के परिपेक्ष्य में। वन पारिस्थितिकी एवं प्रबंधन, 249(1-2),91-99.