Hill Quest: A Multidisciplinary, National Peer-Reviewed Journal
ISSN 2454-3144 | Volume 08, Issue 02, August 2021(Special Issue)
http://hillquest.pratibha-spandan.org
© The Author(s) 2021

लोक संस्कृति और अध्यात्म

Dr. Lal Chand

Associate Professor (Vocal Music), Jawahar Lal Nehru Government Degree College of Fine Arts, Shimla

सार संक्षेपिका

लोक संस्कृति और अध्यात्म अपने आप में एक महत्वपूर्ण विषय है। हमारी लोक संस्कृति में लोकनाट्य,लोक गाथाएं कथाएं एवं लोकगीत ऐसी बहुत सारी विधाएं हैं, परंपराएं हैं, जिनके माध्यम से देवी देवताओं की आराधना,गुणगान जब हम करते हैं तो सीधे तौर पर अध्यात्म से जुड़ जाते हैं। यह लोक परंपराएं हमारे जीवन का आवश्यक रूप से हिस्सा बन जाती हैं। हम इन धार्मिक परंपराओं में आवश्यक रूप से इसलि बंधे हुए होते हैं क्योंकि इसमें हमारा अटूट विश्वास होता है कि पारिवारिक सुख समृद्वि इसी में निहित है। जैसा कि हिमाचल प्रदेश को देवभूमि भी कहा जाता है तो अपने ही प्रदेश का यदि उदाहरण लिया जाए तो यहां के लोगों में यह विश्वास कूट कूट कर भरा हुआ है।यही विश्वास हमें धार्मिकता से दूर लोक संस्कृति और अध्यात्म का विषय अपने आप में महत्वपूर्ण विषय है। हमारी लोक संस्कृति में बहुत सी ऐसी विधाएं विद्यमान हैं जो कि जनमानस को अध्यात्मिकता से जोड़ने का कार्य बखूबी करती हैं। लोकनाट्य,लोक गाथाएं,कथाएं एवं लोकगीत इत्यादि यह सभी विधाएं हैं जिनमें हम विभिन्न परंपराओं को पीढ़ी दर पीढ़ी निभाते आ रहे हैं, इन परंपराओं में मुख्य रूप से देवी देवताओं नहीं होने देता तथा हमें पारिवारिक सुख समृद्धि प्राप्त भी होती है। इस प्रकार हम देखते हैं कि ऐसे बहुत से लोक–गीत, गाथाएं इत्यादि मौजूद हैं जिनके द्वारा हम देवी देवताओं की पूजा अर्चना करते हैं तथा धार्मिक भावनाओं से ओतप्रोत होकर हम अध्यात्म में लीन होते हैं। इस प्रकार हमारी यह परंपराएं समाज में कुरीतियों और बुराइयों इत्यादि को रोकने में भी सहायक सिद्ध होती हैं। हमें आवश्यकता है आज अपनी लोक संस्कृति को पाश्चात्य प्रभाव से बचाने की तथा लोक परंपराओं से नई पीढ़ी को अवगत करवाने की,अन्यथा कहीं ऐसा ना हो कि हम नई पीढ़ियों को इन परंपराओं की मात्र कहानियां सुनाने के लायक ही रह जाएं।इस प्रकार हमारी लोक संस्कृति में बहुत सी विधाएं हैं जो लोक संस्कृति और अध्यात्म के संबंध को प्रदर्षित करती हैं।

बीज शब्द: लोक संस्कृति, अध्यात्म

भूमिका

लोक संस्कृति और अध्यात्म के विषय पर आने से पूर्व संस्कृति के विषय पर चर्चा करना अनिवार्य है। संस्कृति सामाजिक विचारधारा का एक सबल प्रवाह है। इसकी गति अबाध है, मनुष्य और पशु में केवल संस्कृति का ही अंतर है। संस्कृति का संबंध संस्कारों से है।संस्कृति शब्द बड़ा व्यापक है। हमारी जितनीपरंपराएं रूढ़ियां एवं प्रथाएं हैं इनका लोकगीतों, कथाओं, तथा लोक साहित्य के अन्य विभिन्न रूपों में चित्रण उपलब्ध है। यही परंपराएं रूढ़ियां तथा प्रथाएं हमारे जनजीवन की संस्कृति के मूल आधार हैं। यदि किसी देश समाज अथवा जाति की संस्कृति का अध्ययन करना हो तो उसमें प्रचलित लोक साहित्य का सूक्ष्म निरीक्षण करना आवश्यक हो जाता है अन्यथा उस संस्कृति का पूर्ण अध्ययन करना कठिन होता है, जैसा कि पहले भी दर्शाया गया है कि संस्कृति का संबंध संस्कारों से है और संस्कार हमें माता–पिता और सामाजिक परिवेश से मिलते हैं। यह सभी लोक संस्कार व परंपराएं हमें एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को प्राप्त होते हैं, यही लोक संस्कृति का क्रम सदियों से चला आ रहा है, इसे अंग्रेजी के शब्द कल्चर से भी जोड़ा जाता है जिसके अंतर्गत समस्त सामाजिक परंपराएं आ जाती हैं।

Hill Quest: A Multidisciplinary, National Peer-Reviewed Journal
ISSN 2454-3144 | Volume 08, Issue 02, August 2021(Special Issue)
http://hillquest.pratibha-spandan.org
© The Author(s) 2021

"सरल शब्दों में कहें तो हम क्या करते हैं ,क्यों करते हैं ,कैसे करते हैं, हमारे कार्य किन–किन विचारों, भावों, इच्छाओं और उद्देश्यों से प्रेरित हैं और हम किस प्रकार जीते हैं अर्थात हमारे सोचने और करने के सारे व्यवहार प्रकार– संस्कृति हैं।"[1]

जहां तक लोक संस्कृति और अध्यात्म के संबंध का प्रश्न है तो वह चाहे लोकगीत हों, लोक गाथाएं या फिर कथाएं हों वे केवल एक मनोरंजन का ही साधन नहीं हैं बल्कि इसके साथ–साथ इनमें धार्मिक साहित्य का विवरण रहता है और वह जनमानस को धार्मिक भावना की ओर भी जोड़ता है। हमारे लोकगीत क्योंकि स्थानीय भाषा में होते हैं तो वह एक बच्चे से लेकर वृद्ध व्यक्ति तक सभी को प्रभावित करते हैं। हमारी लोक संस्कृति में बहुत से लोक गीतों में शिव जी, भगवान कृष्ण, मां दुर्गा, भगवान राम तथा अनेक स्थानीय देवी देवताओं की स्तुति का वर्णन रहता है जो कि मनोरंजन के साथ–साथ हमें आध्यात्मिकता की ओर ले जाता है। इस तरह हम देखते हैं कि हम अनेकों लोकगीतों के द्वारा कई देवी–देवताओं की अराधना करते हैं जिससे एक तो हमारी धार्मिक भावनाएं लोक संस्कृति को सुदृढ़ बनाती हैं साथ ही हम इन परंपराओं को अपनी नई पीढ़ी को सौंपने में कामयाब होते हैं। ऐसा करने से हम अपनी लोक संस्कृति को भविष्य में सुरक्षित करने का प्रयास भी करते हैं।

"देश और उनके रीति–रिवाजों, उनकी भाषा, कला यहां तक कि समूचे रूप में उनकी संस्कृति से ना केवल उनका अतीत प्रकाश में आता है बल्कि लोगों की विचारधाराओं से उनके भविष्य के बारे में भी अंदाज़े लगाए जा सकते हैं,और वास्तविकता यह है कि जनता की संस्कृति की कहानी ही किसी देश की असल कहानी होती हैं।"

यहां ज़िला हमीरपुर और कांगड़ा के लोकगीत के उदाहरण प्रस्तुत किए गये हैं जिनमें हमें लोक संस्कृति और अध्यात्म का विवरण स्पष्ट दिखाई देता है। यह गीत जहां एक ओर अपनी लोक परंपरा को बनाए हुए हैं वहीं दूसरी ओर इनसे आध्यात्मिकता की ओर जनमानस का जुड़ाव बना रहता है। लोकगीतों के अतिरिक्त यदि लोक नाट्य की बात करें तो हमीरपुर कांगड़ा में जैसे धाजा होता है, इसमें बाबा सिद्ध चानो का गुणगान रहता है और यह पूरी रात चलता है, इसमें मनोरंजन के साथ–साथ इसके पात्र लोगों की धार्मिक भावनाओं को बनाए रखते हैं और लोक संस्कृति और अध्यात्म का अनूठा संगम प्रदर्शित होता है। इसी तरह गुगा गाथा को सुनकर भी लोग धार्मिकता से जुड़े रहते हैं और अध्यात्म की ओर उनका झुकाव रहता है। इसमें दो बिंदु मुख्य होते हैं एक तो साहित्य और दूसरा उन लोकगीतों में प्रयोग होने वाली धुन या स्वरों का प्रभाव। एक तो हमें उन लोकगीतों की शब्दावली जो कि स्थानीय होती है, प्रभावित करती है तथा स्वरों और शब्दों के मेल से जो देवी देवताओं का गुणगान किया जाता है वही व्यक्ति को धार्मिक भावना की ओर आकर्षित करता है और हम कुछ देर के लिए अध्यात्मिकता में लीन हो जाते हैं। अब प्रस्तुत हैं हमीरपुर और कांगड़ा ज़िला के धार्मिक लोकगीत जो लोक संस्कृति और अध्यात्म के विषय को सीधी तरह छूते हैं तथा जो मनुष्य को आध्यात्मिकता के पथ की ओर आकर्षित करते हैं,ऐसे अनेकानेक गीत हैं जो व्यक्ति को समझाते हुए अंतर्मन को जागृत करते हैं।

1.) निंद्रे पारे पारे ओ चली जाया

ओ घड़ी भर राम जपणा

2) हो फुल बणजा शरीरा मेरेया

Hill Quest: A Multidisciplinary, National Peer-Reviewed Journal
ISSN 2454-3144 | Volume 08, Issue 02, August 2021(Special Issue)
http://hillquest.pratibha-spandan.org
© The Author(s) 2021

लोक संस्कृति और अध्यात्म के विषय पर आने से पूर्व संस्कृति के विषय पर चर्चा करना अनिवार्य है। संस्कृति सामाजिक विचारधारा का एक सबल प्रवाह है। इसकी गति अबाध है ,मनुष्य और पशु में केवल संस्कृति का ही अंतर है। संस्कृति का संबंध संस्कारों से है।संस्कृति शब्द बड़ा व्यापक है। हमारी जितनी भी परंपराएं रूढ़ियां एवं प्रथाएं हैं इनका लोकगीतों, कथाओं, तथा लोक साहित्य के अन्य विभिन्न रूपों में चित्रण उपलब्ध है। यही परंपराएं रूढ़ियां तथा प्रथाएं हमारे जनजीवन की संस्कृति के मूल आधार हैं। यदि किसी देश समाज अथवा जाति की संस्कृति का अध्ययन करना हो तो उसमें प्रचलित लोक साहित्य का सूक्ष्म निरीक्षण करना आवश्यक हो जाता है अन्यथा उस संस्कृति का पूर्ण अध्ययन करना कठिन होता है, जैसा कि पहले भी दर्शाया गया है कि संस्कृति का संबंध संस्कारों से है और संस्कार हमें माता–पिता और सामाजिक परिवेश से मिलते हैं। यह सभी लोक संस्कार व परंपराएं हमें एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को प्राप्त होते हैं, यही लोक संस्कृति का क्रम सदियों से चला आ रहा है, इसे अंग्रेजी के शब्द कल्चर से भी जोड़ा जाता है जिसके अंतर्गत समस्त सामाजिक परंपराएं आ जाती हैं।

सरल शब्दों में कहें तो हम क्या करते हैं ,क्यों करते हैं ,कैसे करते हैं, हमारे कार्य किन–किन विचारों, भावों, इच्छाओं और उद्देश्यों से प्रेरित हैं और हम किस प्रकार जीते हैं अर्थात हमारे सोचने और करने के सारे व्यवहार प्रकार– संस्कृति हैं।[1]

जहां तक लोक संस्कृति और अध्यात्म के संबंध का प्रश्न है तो वह चाहे लोकगीत हों, लोक गाथाएं या फिर कथाएं हों वे केवल एक मनोरंजन का ही साधन नहीं हैं बल्कि इसके साथ–साथ इनमें धार्मिक साहित्य का विवरण रहता है और वह जनमानस को धार्मिक भावना की ओर भी जोड़ता है। हमारे लोकगीत क्योंकि स्थानीय भाषा में होते हैं तो वह एक बच्चे से लेकर वृद्ध व्यक्ति तक सभी को प्रभावित करते हैं। हमारी लोक संस्कृति में बहुत से लोक गीतों में शिव जी, भगवान कृष्ण, मां दुर्गा, भगवान राम तथा अनेक स्थानीय देवी देवताओं की स्तुति का वर्णन रहता है जो कि मनोरंजन के साथ–साथ हमें आध्यात्मिकता की ओर ले जाता है। इस तरह हम देखते हैं कि हम अनेकों लोकगीतों के द्वारा कई देवी–देवताओं की अराधना करते हैं जिससे एक तो हमारी धार्मिक भावनाएं लोक संस्कृति को सुदृढ़ बनाती हैं साथ ही हम इन परंपराओं को अपनी नई पीढ़ी को सौंपने में कामयाब होते हैं। ऐसा करने से हम अपनी लोक संस्कृति को भविष्य में सुरक्षित करने का प्रयास भी करते हैं।

देश और उनके रीति–रिवाजों,उनकी भाषा,कला यहां तक कि समूचे रूप में उनकी संस्कृति से ना केवल उनका अतीत प्रकाश में आता है बल्कि लोगों की विचारधाराओं से उनके भविष्य के बारे में भी अंदाज़े लगाए जा सकते हैं,और वास्तविकता यह है कि जनता की संस्कृति की कहानी ही किसी देश की असल कहानी होती है।[2]

यहां ज़िला हमीरपुर और कांगड़ा के लोकगीत के उदाहरण प्रस्तुत किए गये हैं जिनमें हमें लोक संस्कृति और अध्यात्म का विवरण स्पष्ट दिखाई देता है। यह गीत जहां एक ओर अपनी लोक परंपरा को बनाए हुए हैं वहीं दूसरी ओर इनसे आध्यात्मिकता की ओर जनमानस का जुड़ाव बना रहता है। लोकगीतों के अतिरिक्त यदि लोक नाट्य की बात करें तो हमीरपुर कांगड़ा में जैसे धाजा होता है, इसमें बाबा सिद्ध चानो का गुणगान रहता है और यह पूरी रात चलता है, इसमें मनोरंजन के साथ–साथ इसके पात्र लोगों की धार्मिक भावनाओं को बनाए रखते हैं और लोक संस्कृति और अध्यात्म का अनूठा संगम प्रदर्शित होता है। इसी तरह गुगा गाथा को सुनकर भी लोग

Hill Quest: A Multidisciplinary, National Peer-Reviewed Journal
ISSN 2454-3144 | Volume 08, Issue 02, August 2021(Special Issue)
http://hillquest.pratibha-spandan.org
© The Author(s) 2021

धार्मिकता से जुड़े रहते हैं और अध्यात्म की ओर उनका झुकाव रहता है। इसमें दो बिंदु मुख्य होते हैं एक तो साहित्य और दूसरा उन लोकगीतों में प्रयोग होने वाली धुन या स्वरों का प्रभाव। एक तो हमें उन लोकगीतों की शब्दावली जो कि स्थानीय होती है, प्रभावित करती है तथा स्वरों और शब्दों के मेल से जो देवी देवताओं का गुणगान किया जाता है वही व्यक्ति को धार्मिक भावना की ओर आकर्षित करता है और हम कुछ देर के लिए अध्यात्मिकता में लीन हो जाते हैं। अब प्रस्तुत हैं हमीरपुर और कांगड़ा ज़िला के धार्मिक लोकगीत जो लोक संस्कृति और अध्यात्म के विषय को सीधी तरह छूते हैं तथा जो मनुष्य को आध्यात्मिकता के पथ की ओर आकर्षित करते हैं,ऐसे अनेकानेक गीत हैं जो व्यक्ति को समझाते हुए अंतर्मन को जागृत करते हैं।

1.) निंद्रे पारे पारे ओ चली जाया

ओ घड़ी भर राम जपणा

2.) हो फुल बणजा शरीरा मेरेया

हो कागजां दे बेड़े लंगदे

3.) हो पापी रोए पतण दे बैह के

हो धर्मियां पार लंगणां

प्रस्तुत गीत के स्थाई में यह दर्शाया गया है कि प्रातः काल के समय में व्यक्ति द्वारा निद्रा से आग्रह किया गया है कि मुझे एक घड़ी भगवान राम के नाम का जप करना है इसलिए मेरे नज़दीक मत आना क्योंकि इसमें उसे भगवान राम के साथ मन को जोड़ना है अतः एक ओर यह परंपरागत लोकगीत है तथा दूसरी ओर इसके शब्द अध्यात्म की ओर आकर्षित करने वाले भी।

इसी प्रकार पहले अंतरे का भावार्थ भी ऐसा ही है कि हमें इतने अच्छे कर्म करने चाहिए कि हम भवसागर में आसानी से पार उतर सकें, अर्थात जैसे कागज़ की कश्ती हल्की होने के कारण आसानी से पानी में तैर जाती है उसी प्रकार व्यक्ति को इशारा किया गया है कि ऐसे ही अच्छे कर्म करने के तथा भगवान के साथ नाता जोड़ने से हमें कष्टों से मुक्ति मिल जाती है।

लोकगीत के दूसरे अंतरे में भी ऐसा ही दर्शाया गया है कि जो व्यक्ति पापी होते हैं उन्हें बहुत कष्ट भोगने पड़ते हैं तथा जो व्यक्ति धार्मिक हों एवं धर्म को आधार मानकर जिन्होंने जीवन व्यतीत किया हो उन्हें बिना कष्ट मोक्ष प्राप्ति होती है।

इस तरह हम देखते हैं कि एक ओर यह लोकगीत पुरातन परंपराओं को संजोए हुए हैं तथा दूसरी ओर हमें अच्छे कर्म करते हुए जीवन कैसे व्यतीत करना चाहिए ऐसी शिक्षा बखूबी प्रदान करते हैं और यही हमारी धरोहर है।

जे इक दिन टुटी जाणा पिंजरा,टुटी जाणा पिंजरा

पंछी ने उडणा नमाणे, हो बंदेया पंछी ने उडणा नमाणे।

इक दिन टुटी————————।

1.) लोक गलांदे घर मेरा मेरा, चलो चलियां दे डेरे,
ओ बंदेया चलो चलिए दे डेरे,
ना घर मेरे ना तेरे, चिड़िया दे रैहण बसेरे,
हो बंदेया चिड़ियां दे रैहण बसेरे।

इक दिन टुटी—————————।

2.) लोक गलांदे धीयां ते पुत्र, कोई कुसी दा नी हूणा,
हो बंदेया कोई कुसी दा नी हूणा, हो किल्ले आए किल्ले जाणा,
किल्ले आए किल्ले जाणा, संग कु नहियो जाणा हो बंदेया।

इक दिन टुटी—————————।

3.) चार दिनां दा ए संसारा, फिर कुसी नेहियो रैहणा,
हो मूर्खा फिरी कुसी नेहियो रैहणा, किल्ले आए किल्ले जाणा।
किल्ले आए किल्ले जाणा संग कुनी नेहियो हो जाणा।

इक दिन टुटी—————————।

4.) ढाई गज कपड़ा, सत मण लकड़ी, ए मात्र लोके दा साथी,
हो तेरा, ए मात्र लोके दा साथी,
सच मुच तेरा साथी। हथे दान मुखे राम, हथे दान मुखे राम भलेया।
हथे दान मुखे राम भलेया एइयो जाणा संग तेरे,

इक दिन टुटी—————————।

इस धार्मिक लोकगीत के स्थाई के भाव यह हैं कि जिस प्रकार पक्षी के उड़ जाने पर घोंसला खाली हो जाता है उसी प्रकार यह शरीर रूपी पिंजरा प्राण निकलने पर खाली हो जाता है, अर्थात यह नश्वर है इसे एक न एक दिन समाप्त होना ही है।

इसी प्रकार पहले अंतरे में यह समझाया गया है कि लोगों का यह कहना कि हमने रहने के लिए जो मकान बनाए हैं वह स्थाई रूप से हमारे हैं, यह मात्र एक भ्रम है, इस संसार में जो आया है उसे एक न एक दिन जाना ही जाना है।

गीत के दूसरे अंतरे में यह शिक्षा दी गई है कि हमें संतान का घमंड नहीं करना चाहिए व्यक्ति इस संसार में अकेला आया है और अकेला ही जाएगा।

Hill Quest: A Multidisciplinary, National Peer-Reviewed Journal
ISSN 2454-3144 | Volume 08, Issue 02, August 2021(Special Issue)
http://hillquest.pratibha-spandan.org
© The Author(s) 2021

गीत के तीसरे अंतरे का भाव भी स्पष्ट है, इसमें दर्शाया गया है कि यह संसार चार दिनों का है अर्थात जीवन बहुत छोटा है तथा किसी भी व्यक्ति को यहां पर जीवन का स्थायित्व प्राप्त नहीं है।

अंतिम अंतरे का भाव बहुत ही शिक्षाप्रद है जिसमें यह दर्शाया गया है कि मृत्यु के समय ढाई गज कपड़ा व लगभग एक क्विंटल लकड़ी ही मात्र व्यक्ति की साथी होती है। इसलिए व्यक्ति को अपने हाथों से दान पुण्य करने एवं भगवान राम के नाम का जप करने की सीख दी गई है क्योंकि यही अच्छे कर्म मोक्ष की प्राप्ति करवाते हैं।

इस प्रकार हम देखते हैं कि इन धार्मिक लोकगीतों में आध्यात्मिक पक्ष कितना प्रबल है तथा लोक संस्कृति और अध्यात्म का कितना गूढ़ संबंध है। इन लोकगीतों का जब भी स्थानीय स्तर पर या फिर बड़े स्तर पर प्रदर्शन होता है तो श्रोतागण सहज ही आध्यात्मिकता की ओर आकर्षित हो जाते हैं और कहीं ना कहीं जनमानस के अंतरमन को छू जाते हैं। हमारी लोक संस्कृति में विद्यमान यह धार्मिक लोकगीत समाज में बुराईयों को फैलने से भी रोकते हैं तथा लोगों को अच्छे कार्य करने हेतु प्रेरित भी करते हैं। अतः आज आवश्यकता है इस लोक संस्कृति के संरक्षण व संवर्धन की एवं उन कलाकारों को प्रोत्साहन देने की जो इन परंपराओं एवं प्रथाओं को लेकर चले आ रहे हैं ताकि हमारी नई पीढ़ी भी इन परंपराओं से अवगत रहे और इन्हें समाप्ति की ओर जाने से बचा सके।

सन्दर्भ ग्रन्थ

1. डॉ वंशी राम शर्मा, हिमाचल लोक संस्कृतिके स्रोत, पृष्ठ 9
2. डॉ वंशी राम शर्मा, हिमाचल लोक संस्कृति के स्रोत, पृष्ठ 9