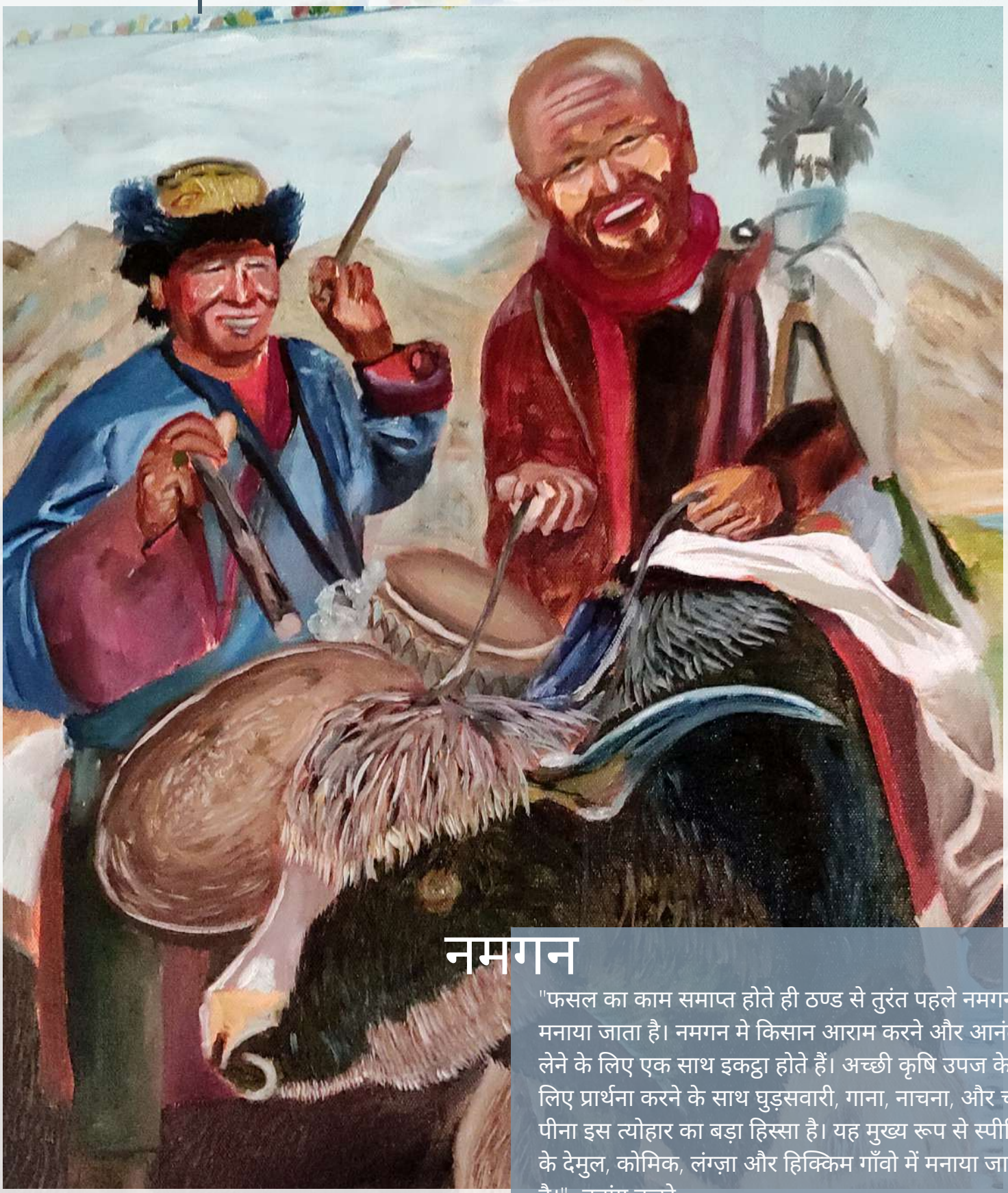
हिमकथा
मानव-प्रकृति के अंतरंग रिश्ते

वॉल्युम 2, अंक 2
पतझड़, 2021



नवांग तन्खे द्वारा कलाकृति

नमगन

"फसल का काम समाप्त होते ही ठण्ड से तुरंत पहले नमगन मनाया जाता है। नमगन मे किसान आराम करने और आनंद लेने के लिए एक साथ इकट्ठा होते हैं। अच्छी कृषि उपज के लिए प्रार्थना करने के साथ घुड़सवारी, गाना, नाचना, और चांग पीना इस त्योहार का बड़ा हिस्सा है। यह मुख्य रूप से स्पीति के देमुल, कोमिक, लंग्ज़ा और हिक्किम गाँवो में मनाया जाता है।"- नवांग तन्खे

नवांग तन्खे द्वारा कलाकृति

सम्पादकीय

हमारे गांव में पहाड़ पर एक छोटा तालाब है और आसपास के ढलानों से हिमनदों का पिघलना नियमित रूप से इसमें इकट्ठा होता है और समुदाय के लिए एक अतिरिक्त जल स्रोत बन जाता है। तालाब का अतिरिक्त पानी चारागाहों और खेतों में बह जाता है। एक पक्षी की दृष्टि से, तालाब का आकार एक बिच्छू जैसा दिखता है, जिसे स्थानीय स्पितियन परंपरा में क्लू (जल देवता) की अभिव्यक्ति माना जाता है।

क्लू शक्तिशाली क्षेत्रीय देवता हैं जो जल निकायों में रहते हैं और स्थानीय लोगों के साथ गहरे संबंध रखते हैं। हमें को देवता को खुश रखना पड़ता है क्योंकि यह हमारे जल संसाधनों की देख-भाल करते हैं और आपूर्ति को स्थिर रखते हैं। कोई भी इन जल स्त्रोत को दूषित करे, तो यह माना जाता है कि क्लू अपराधी को बीमारियों के रूप में दंडित कर सकते हैं और पशुओं के लिए भी खतरा पैदा हो सकता है। हर साल बसंत के मौसम में, स्थानीय लोग पहाड़ पर चढ़कर क्लू को सम्मान देते हैं और पूजा-अर्चना करते हैं। हम क्लू देवता को जगाने के लिए "क्लू-तोर लू संग" नामक एक अनुष्ठान करते हैं और हमारे जल निकायों को प्रचुर मात्रा में रखने के लिए उनका आशीर्वाद लेते हैं। लोग तालाब,आस-पास के क्षेत्रों को साफ करते हैं, तटबंध बनाते हैं, जल निकाय को सँभालते हैं और पूरे स्थान की पवित्रता बनाए रखते हैं।

शरद ऋतु २०२१ का अंक ऐसी स्थानीय परंपराों, सामाजिक-सांस्कृतिक प्रथाओं, त्योहारों और प्रकृति संरक्षण के लिए जिम्मेदार लोककथाओं पर केंद्रित है। हम छह लेखों और दो कलाकृतियों का एक सेट लेकर आए हैं, जो अपनी कहानियों, अनुभवों और उनके प्रतिबिंब के साथ अद्वितीय हैं। हमें उम्मीद है कि आपको इन कहानियों को पढ़ने में मज़ा आएगा और और आपको यह कहानियाँ जानी पहचानी लगेंगी।

थुक्जे-छे!

छिमे ल्हामो
नेचर कन्ज़र्वेशन फाउंडेशन

इस पत्रिका में:

लोसर: पशु दिवस
PAGE 01

पत्थर तोड़ने की रसम और स्पीति के बू-छेन
PAGE 03

छुर-पोन का उत्सव
PAGE 08

"मातृ पक्षी के लिए सूरज घर लौटता है": स्पीति का प्रतिष्ठित तिबत्तीयन कृषि पंचांग
PAGE 11

यंग एक्सप्लोरर्स
PAGE 16

रेयुन ताछे
PAGE 18

दार्से: तीरंदाज़ी उत्सव
PAGE 19

लोसर: पशु दिवस

- नामग्याल ल्हामो

मुझे लगता है कि वास्तव में मैं किसी भी तरह के त्योहारों में सबसे कम उत्साहित और सबसे नीरस व्यक्ति होती हूं। मैं सभा, नृत्य, आतिशबाजी या किसी अन्य चीजों को पसंद नहीं करती जिसमें अजनबियों के साथ बात करना शामिल हो। यह अधिकतर मेरे अंतर्मुखी वयक्तित्वता के कारण हो सकता है या कुछ ये मेरे परवरिश के कारण भी। मैं हालांकि दोनों के बारे में ही निश्चित नहीं हूँ। लेकिन मुझे किसी भी त्योहार को दिल से इतना मनाने का मन नहीं करता जितना मेरे मित्रों का करता है।

मैं लद्दाख के एक छोटे से खानाबदोश गाँव से हूँ जहाँ सभी की आजीविका पशुओं पर निर्भर है। लगभग हर घर में कुछ बकरियां, भेड़, घोड़े और याक होते हैं। ये जानवर न केवल हमारी आय का साधन हैं, बल्कि भोजन प्राप्त करने, पानी लाने, यात्रा करने और सबसे महत्वपूर्ण रूप से सुख और मित्रता का स्रोत होते हैं। चूंकि हमारा जीवन इन जानवरों के पालन-पोषण के इर्द-गिर्द घूमता है और पूरे साल बिजली, पानी और आसपास एक भी दुकान न होने के कारण हमारे पास उत्सव के लिए बहुत कम समय रहता है। लोसर-तिब्बत का नया साल और ठुंकर ड्युचेन - परम पावन दलाई लामा का जन्मदिन हमारे दो मुख्य त्योहार हैं जिन्हें पूरा गांव मिलकर मनाता है। इसलिए हमारे गाँव का हर व्यक्ति इन दो दिनों का बच्चे की तरह इंतज़ार करता है, हालाँकि कारण अलग अलग हो सकते हैं।

मेरी लोसर और ठुंकर की सबसे प्यारी यादें भी मेरे चचेरे भाइयों की तुलना में काफी नीरस हैं। लेकिन इन दिनों, मैं चाहे कितने ही शहरी त्यौहार देखूँ, जो समारोह मैंने अपने बचपन में देखे हैं, उनकी तुलना मैं यह कुछ भी नहीं। मुझे बचपन का एक किस्सा आज भी याद है। यह लोसर का तीसरा दिन था। मेरे पिताजी मेरे पास आए और मेरे सिर को प्यार से सहलाया।"तुम्हारे चुने हुए मेमने का जीवन बख़्श दिया जायेगा", उन्होंने मुस्कुराते हुए कहा। खुशी बयान करने के लिए मेरे पास शब्द नहीं थे। यह वाकया मेरे दिल में स्पष्टतः से बस गया।

मेरे गाँव में, लोसर या ठुंकर के तीसरे दिन घरों मे पिता सबसे व्यस्त होते हैं। वे, भूमि देवता और अन्य देवताओं को खुश करने के लिए सुबह जल्दी उठकर प्रार्थना

फोटो साभार: नामग्याल ल्हामो

करते हैं। ये देवता पूर्वजों के अनुसार हमारी भूमि के सच्चे मालिक माने जाते हैं। इसके बाद वे पशु घर जाते हैं और यह मेरा सबसे ज़्यादा प्रतीक्षित क्षण होता है। पशु घर मे जानवरों को बेतरतीब ढंग से चुना जाता है और उनका जीवन बख्श दिया जाता है। अर्थात हमें उन्हें क़साईख़ाने में भेजने या उनका दूध निकालने की अनुमति नहीं होती और उनको उनकी पूरी उम्र तक प्यार और देखभाल से रखा जाता है, जो हर जानवर को वैसे भी प्राप्त होता है, जब तक कि वे मर नहीं जाते। मेरे भाई-बहन और मैं हमेशा पिताजी के ख़ुशी से गले लगते थे जब वह जानवरों की जान बक्श कर बाड़े से निकलते थे। इस परंपरा के माध्यम से हम अपनी आजीविका के लिए जानवरों के बलिदान का सम्मान करते हैं और परम पावन (दलाई लामा) के स्वास्थ्य और दीर्घायु के लिए प्रार्थना करते हैं। जानवरों के प्रति प्रेमपूर्ण व्यवहार और करुणा के संदेश को आगे बढ़ाने के लिए भी इस प्रथा को मान्यता दी जाती।

मेरा पूरा परिवार अंततः अपने अस्तित्व के लिए जानवरों को पीड़ित देखने की क्षमता न रख पाने की वजह से अपने खानाबदोश जीवन को पीछे छोड़ते हुए पास के एक शहर में चले गए। लेकिन, आज भी जब पीछे देखती हूँ तो लगता है कि यही वह जगह है जहाँ मेरा जानवरों के प्रति लगाव बढ़ा। आज, भले ही हम पूरी तरह अलग जीवन जीते हों, परन्तु मेरे माता पिता सुनिश्चित करते हैं की हम हर साल लोसर पर एक जानवर की जान बख्शें। मेरे लिए त्योहार पर एक सच्ची दयालुता के इस भाव से बढ़कर कुछ भी नहीं है। इस तरह में इन दो दिनों को जानवरों का त्योहार मनाती हूँ और उम्मीद करती हूँ कि मैं इस परंपरा को अपने जीवन में भी आगे बढ़ाऊंगी।

नामग्याल ल्हामो

नामग्याल ल्हामो वर्तमान में हिमाचल प्रदेश के धर्मशाला में रहती हैं। वह एक तिब्बती शरणार्थी हैं जिनका जन्म लद्दाख के एक छोटे से खानाबदोश गाँव में हुआ था जहाँ वह अब एक तिब्बती चिकित्सक के रूप में काम करती हैं। उन्हें पढ़ना, लिखना, संगीत सुनना और प्रकृति के छाँव में रहना पसंद है।

पत्थर तोड़ने की रसम और स्पीति के बू–छेन

- छिमे ल्हामो, तेंज़िन सोनम के साथ बातचीत में

बु-छेन "महान शिष्य"

मुझे आज भी याद है जब मैंने पहली बार बु-छेन का प्रदर्शन देखा, मैं भयानक रूप से भयभीत हो गया था। मुझे प्रदर्शन का ज्यादा विवरण याद नहीं है, लेकिन उनका डरावना सफेद चेहरा आटे से सना हुआ था और गाल छेदने की रस्म मुझे स्पष्ट रूप से स्मरण है। बु-छेन स्पीति में धार्मिक कलाकारों का एक समूह है जो दुर्भाग्य लाने वाली बुरी आत्माओं को दूर भगाने के लिए विस्तृत अनुष्ठान और समारोह करते हैं। वे दुष्ट आत्मा को एक पत्थर में फँसाते हैं और पत्थर तोड़ने की रस्म के माध्यम से उसे नष्ट कर देते हैं। यह अनुष्ठान अनेक रोगों और दिल की बिमारियों को ठीक करने से भी जुड़ा है। इन दिनों यह कृषि आपदा, दुर्घटनाओं, बीमारी के प्रकोप, और पानी की कमी को रोकने के लिए सबसे अधिक आयोजित किया जाता है। बु-छेन लोक कथाओं के प्रदर्शन, बौद्ध संतों की कहानियों का अभिनय, ल्हामो (संगीत-नाटक) और नमथर (जीवनी) करने के लिए भी जाने जाते हैं। स्पितीयन समाज में उनकी गतिशील भूमिका को देखते हुए उन्हें, कर्मकांड करने वाले, ओपेरा कलाकार, चिकित्सक, कहानीकार और बुद्ध की शिक्षाओं के दूत के रूप में देखा जाता है।

फोटो साभार: पिट रिवर म्यूजियम, यू.के.

तेनज़िन सोनम

तेनज़िन सोनम स्पीति के लारी गांव के रहने वाले हैं और वे वर्तमान में दिल्ली विश्वविद्यालय से बौद्ध अध्ययन में डॉक्टरेट की पढ़ाई कर रहे हैं।

छिमे ल्हामो

छिमे ल्हामो कोवांग गांव की रहने वाली हैं और स्पीति की सामुदायिक कहानियों की खोज में रुचि रखती हैं जो धीरे-धीरे सामूहिक स्मृति से लुप्त होती जा रही हैं।

यह लेख लेखकों के बीच स्पितीयन संस्कृति और लुप्त होती परंपरा के बीच घंटों लंबी बातचीत का परिणाम है। वे पिन वैली (स्पीति) के मेम बुचेनस के सहयोग के लिए आभारी हैं।

फोटो साभार: तेनज़िन सोनम, स्पीति

स्पीति के बु-छेन खुद को थांगटोंग ग्यालपो का वंशज मानते हैं जो तिब्बत में प्रसिद्ध १४ वें धार्मिक अभ्यासी रह चुके हैं। थांगटोंग ग्यालपो ने तिब्बत में लोहे के पुल और स्तूप बनाए हैं और "चाक ज़ंपा" के नाम से भी जाने जाते हैं। ऐसा कहा जाता है कि तिब्बत में एक महामारी पर अंकुश लगाने के लिए सबसे पहले पत्थर तोड़ने का समारोह थांगटोंग ग्यालपो ने किया था जब-राजधानी ल्हासा ३६० विभिन्न प्रकार की घातक बीमारियों से ग्रस्त था। इस आपदा ने नागरिकों के जीवन को बड़े पैमाने पर तबाह कर रखा था। माना जाता है कि एक असुरी शक्ति बीमारी के प्रकोप का कारण बनी हुई थी और तब थांगटोंग ग्यालपो ने सबसे पहले दुष्ट आत्मा को वश में करने के लिए पवित्र पत्थर तोड़ने का समारोह आयोजित किया। उन्होंने बीमारी फैलाने वाले दानव को एक पत्थर में कैद किया और पत्थर तोड़कर बीमारी को फैलने से रोकने में सफल रहे। उसके बाद यह प्रथा अन्य हिमालयी क्षेत्रों में व्यापक हो गई और एक महत्वपूर्ण परंपरा बन गई।

थांगटोंग ग्यालपो बहुमुखी प्रतिभा के धनी थे। वह एक अत्यधिक सम्मानित बौद्ध तांत्रिक गुरु थे जो स्मारक बनाने में कुशल थे और ओपेरा, थिएटर, लोकगीत और लेखन जैसे प्रदर्शनकारी कलाकृतियों में रुचि रखते थे। वह नैतिक नाटकों, अलंकारिक लोककथाओं, गीत, नृत्य और कथात्मक अभिनय के भौतिक अधिनियमों के माध्यम से धार्मिक शिक्षाओं का प्रसार करने वाले पहले पुजारी भी थे। उन्हें दृढ़ता से लगता था कि करुणा, दया, शांति और नश्वरता पर मुख्य शिक्षाओं को इस तरह से पढ़ाया जाना चाहिए कि लोग इन मूल्यों को अपने वास्तविक जीवन में समझ और लागू कर सकें। इसके बाद उन्होंने तिब्बत में पहले रंगमंच समूह की स्थापना की, जो हर गांव में जाता था और नैतिकता के नाटकों और गीतों के माध्यम से धार्मिक शिक्षा देता था। पिन घाटी में स्पीति के बु-छेन इस महान गुरु के शिष्य हैं और वे खुद को उनके पुत्र मानते हैं -"बु-छेन = महान-पुत्र" जो अपने गुरु की विरासत का पालन करता है। थांगटोंग ग्यालपो को श्रद्धांजलि देना बु-छेन के प्रदर्शन का एक बड़ा हिस्सा है; वे उनकी मूर्ति को वेदी पर रखते हैं, उनसे प्रार्थना करते हैं, गीत गाते हैं और उनकी शिक्षाओं को पीढ़ी दर पीढ़ी मौखिक रूप से पारित करते हैं।

उपचारक के रूप में बु-छेन - समारोह की प्रासंगिकता

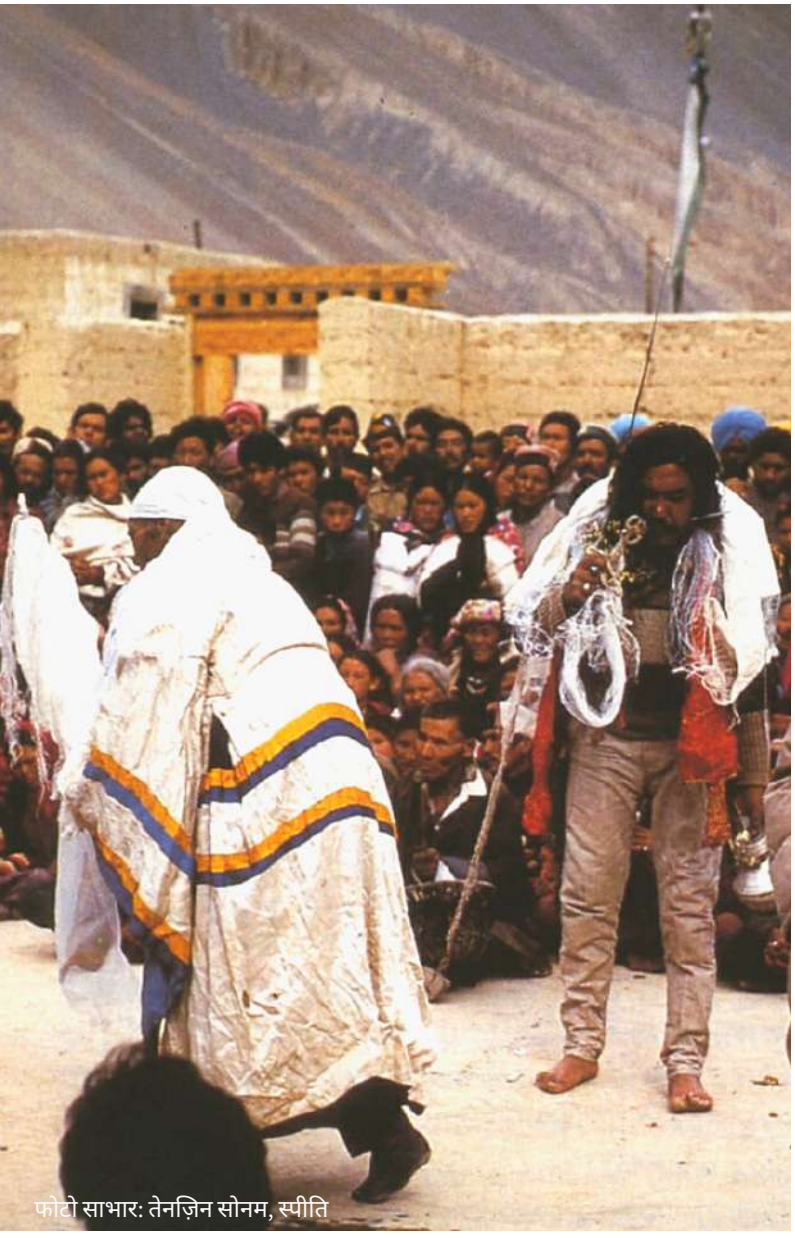
बु-छेन का प्रदर्शन धार्मिक उपदेशों पर आधारित है लेकिन समय के साथ, यह स्थानीय समुदायों की सामाजिक वास्तविकताओं को ध्यान में रखते हुए विकसित हुआ है। यह प्रथा अब केवल धार्मिक शिक्षा देने तक ही सीमित नहीं है बल्कि यह सूखे, आपदा

फोटो साभार: बु-छेन गदुक सोनम, पिन

अपने एल्बम से मिक्किम गांव (पिन वैली) के बु-छेन छेतन द्वारा साझा की गई तस्वीर। यह तस्वीर १९९८ में ली गई थी।

प्लेग, कृषि हानि जैसे गंभीर सामाजिक और पारिस्थितिक संकटों को टालने और समुदायों के बीच सद्भाव लाने के लिए भी की जाती है। समुदाय बु-छेन से निवेदन करते हैं कि वे कृषि मौसम से पहले, विशेष रूप से कम बर्फबारी वाले वर्ष के दौरान, शारीरिक बीमारियों के लिए, घर बनाते समय, जीवन में कोई नया व्यापार शुरू करने से पहले या गर्भवती महिला के स्वास्थ्य और खुशी के लिए आशीर्वाद देने के लिए समारोह करें। मेमे बु-छेन हिमालयी क्षेत्र में बौद्ध समाजों में उपचारक के रूप में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं और उनका आशीर्वाद अति कठिन संकट के समय, साथ के साथ शांति और समृद्धि लाने के लिए मांगा जाता है। पिछले साल जब दुनिया नोवेल कोरोना वायरस की चपेट में थी और हर जगह दहशत थी, स्पीति के दूरदराज के समुदायों ने उनकी रक्षा और सुरक्षा के लिए बु-छेन की उपचार शक्तियों से मदद मांगी। काजा, देमुल, खुरिक, की और पिन घाटी जैसे कई जगहों में पत्थर तोड़ने की रस्में निभाई गई। उन्हें लद्दाख, ज़ंसकर, लाहौल और

किन्नौर के कई हिस्सों में भी आमंत्रित किया गया ताकि समुदायों को फसल की विफलता और सूखे से निपटने में मदद मिल सके। उन्हें एक बार कुल्लू/मनाली के पास एक छोटे से गाँव पत्लिकुहल में आमंत्रित किया गया था जहाँ हर साल बाढ़ भारी तबाही मचा रही थी। इसी तरह, २०१८ में जब परमपावन दलाई लामा एक नेत्र शल्य चिकित्सा के बाद गंभीर रूप से बीमार पड़ गए थे, तो पिन के मेम बु-छेन ने बेहतर स्वास्थ्य के लिए "सीम चुंग" (निजी निवास) में पत्थर तोड़ने का समारोह किया। व्यक्ति, गांव, समुदाय और मठ, उपचार उपदेश के लिए, बाधायें दूर करने के लिए और शुभ शुरआत करने के लिए बू-छेन से विचार विमर्श करते हैं।



फोटो साभार: तेनज़िन सोनम, स्पीति

तलवार नृत्य और पत्थर तोड़ने की रस्म

बू-छेन का चार-पाँच लोगों का अपना एक समूह होता है। इस समूह का नेतृत्व प्रमुख बू-छेन - लो-छेन द्वारा किया जाता है। एक अभिनेता लुकज़ी (गड़ेरिया) और दूसरा ओनपा (शिकारी) का अभिनय करता और उन्हें मदद करने के लिए दो अन्य सहायक अभिनेता होते हैं। प्रमुख समारोह और धार्मिक कथाएँ लो-छेन द्वारा निष्पादित की जाती हैं जबकि लुकज़ी अपने कुशल वृतांत, कहानी, और प्रदर्शनो के भंडार के माध्यम से दर्शकों को बांधे रखता है, यह सबसे दिलकश पात्र होता है। उनका प्रदर्शन सामाजिक टिप्पणियों, नक़ल, नैतिक शिक्षा, हास्य संगीत का मिश्रण होता है।

बू-छेन प्रमुख समारोह की शुरुआत प्रार्थनाओं के साथ करते हैं। लो-छेन थाँगटोंग ग्यालपो की प्रतिमा को वेदी पर रखकर, गीतिनाट्य का उच्चारण कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित करते हैं। दूसरा दल वेदी के पास एक बड़ी शिलाखंड रखकर मंच को तैयार करता है। उस पर एक मानव आकृति को चित्रित किया जाता है जो दुष्ट आत्मा / दानव का प्रतीक होती है। इस शिलाखंड को फिर ध्वस्त किया जाता है और धूप जलाई जाती है। पूजा से पहले और बाद में एक संक्षिप्त प्रार्थना होती है जिसके बाद लो-छेन और बाकी के अभिनेता तलवार को धीमे-धीमे झूलते हुए नृत्य करते हैं।

अब लुकज़ी की बारी आती है जो भेड़ की चमड़ी पहने और चेहरा जौ के आटे से सना हुआ लेकर मंच पर आता है। जब लो-छेन तलवार नृत्य की तैयारी कर रहे होते हैं तब वह आकर्षक प्रदर्शन और अभिनय कर के दर्शकों को अपनी ओर खींचता है - उन्हें ज़ोर ज़ोर से हँसाता और रुलाता है। वह अपने शरीर के ऊपरी हिस्से को नग्न करता है, फिर धीरे-धीरे अपने गालों को एक बड़ी सुई से छेदता है और उसे ऐसा करते देखते दर्शकों में काफ़ी भय, रोमांच और उत्साह आ जाता है। यह एक सावधानी से की जाने वाली क्रिया है और अशुभ संकेतों को दूर करने के लिए की जाती है- गालों को छेदना वाणी की शुद्धता का प्रतीक है। फिर वह अपने पेट पर तलवार की नोक़ रखने के लिए आगे बढ़ता है और धीरे-

धीरे उस पर अपने शरीर का सारा भार डाल देता है। अपनी बगल में तलवार खींचकर पूरे कार्य को दोहराता है। शरीर भेदी का पूरा अनुष्ठान नश्वर मानव शरीर और एक आध्यात्मिक देवता (ल्हा), जो प्रत्येक व्यक्ति में मौजूद रहता है, को दर्शाता है। तलवार नृत्य और शरीर भेदी की पूरी विधि शरीर, मन और वाणी की पवित्रता का प्रतीक है।

आख़िरी भाग में, जब लो-छेन खुद को पत्थर तोड़ने की पवित्र रस्म के लिए तैयार करते हैं, नर्तक जिसके शरीर पर पत्थर तोड़ा जाना होता है, उसके पेट पर एक पतला कपड़ा और एक भारी पत्थर रखा जाता है। बाकी के दो अभिनेता एक दूसरा बड़ा पत्थर लाने में मदद करते हैं। लो-छेन रंगभूमि में आते हैं, भारी पत्थर को उठाकर नृतक के पेट पर रखे पत्थर पर फोड़ देते हैं। पत्थर तेज गड़गड़ाहट के साथ टूटता जाता है जो उस राक्षस के विनाश का संकेत देता है जिसकी आत्मा को इस पत्थर में फँसाया गया होता है। बू-छेन को यह उपलब्धि हासिल करने के लिए प्रचंड तांत्रिक प्रशिक्षण, योग, ध्यान और शास्त्र सीखने पड़ते हैं। उनको शरीर और मन के अनुशाशन, दशकों के कड़े प्रशिक्षण की वजह से इन घातक चोटों को सहने की क्षमता आ जाती है।

बू-छेन परम्परा में पिछले कुछ वर्षों में भारी बदलाव आया है। यह कई हिमालयी समुदायों में व्यापक प्रथा हुआ करती थी लेकिन अब इसे केवल स्पीति में ही सक्रिय रूप से मनाया जाता है और वह भी बहुत कम - इस क्षेत्र में केवल १० शेष बू-छेन परिवार हैं। "..लोग अब हमारे कौशल की कदर नहीं करते" मेमे बू-छेन छेतन्न (७६), जो स्पीति के सबसे पुराने बू-छेन में से एक हैं, विलाप करते हुए बताते हैं। "पहले लोग अपनी श्रद्धा दिखाने के लिए बू-छेन के सामने झुकते थे लेकिन लोगों के रवैये में काफी बदलाव आ गया है।" वे यह भी मानते हैं कि पर्यटकों, फोटोग्राफरों और फिल्म निर्माताओं के आने से इस प्रथा का मूल्य कम हो गया है, जहां वे आम तौर पर प्रार्थना और नमथर (जीवनी) सुनने में रुचि नहीं रखते हैं और तलवार नृत्य और पत्थर तोड़ने की प्रथा दिखाने के लिए कहते हैं जिसमे तमाशे का भाव अधिक होता है।

बुचेन गटुक सोनम द्वारा अपने एल्बम से साझा की गई तस्वीर। पिन वैली, स्पीति

दवा डोल्मा

दवा डोल्मा लेह में एक स्वतंत्र पत्रकार है। वह एक जलवायु उत्साही है और संस्कृति, प्रकृति और अपनी यात्राओं के बारे में लिखना पसंद करती हैं । वह अपने दोस्तों के साथ "शत्सा" नामक एक स्वैच्छिक पहल के माध्यम से लद्दाख में बच्चों के बीच पढ़ने के प्रेम का प्रसार कर रही है। उन्हें शत्सा को समय देना काफ़ी पसंद है और वह अपने दोस्तों के साथ मिलकर इसे बेहतर बनाने की कल्पना करती है।

छुर-पोन का उत्सव

- दावा डोल्मा

मैं छोटी बच्ची थी जब मैं पहली बार साबु गई। इस स्कूल पिकनिक पर साबु की हरियाली ने मुझे मंत्रमुग्ध कर दिया। मेरा जन्म और पालन पोषण चोगल्मसर- लेह के एक छोटे से प्रांत में हुआ, जहाँ पत्थर की इमारतों, भीड़भाड़ और विरल वनस्पति होने के कारण मुझे यही लगता था की लद्दाख़ के सारे गाँव इसी तरह सूखे, धुलभरे और बंजर होंगे। इसलिए ये हरिभरि धरती का टुकड़ा दिखना अविश्वसनीय था। मेरी दिलचस्पी लद्दाख़ में पुनः जागृत तब हुई जब मैंने बीस साल की उम्र में पहली बार अज्ञात स्थानों को खोजना शुरू किया और पाया कि यहाँ कई ऐसी अनूठी सामाजिक सांस्कृतिक प्रथाएं हैं जिन्होंने इस क्षेत्र में जीवन को बनाए रखा है।

लेह से कुछ ही किलोमीटर दूर, गौर से देखने पर भूमि उपयोग में परिवर्तन दिख जाता है। साबु (सा-फुक तिब्बत में), पारम्परिक रूप से पहाड़ की तलहट्टी में पाया जाने वाला आंतरिक चारागाह होता है। यहाँ भरपूर मात्रा में जल संसाधन और हरियाली है। साबु गांव में पर्यटन का अपेक्षाकृत अभाव होने के कारण यहाँ के लोग अभी भी पारम्परिक तौर से खेती करते है जो की पूरी तरह से गंग-छू (हिमनद का पिघला हुआ पानी) और छू-मिग (प्राकृतिक झरने) पर निर्भर है। हिमनद से निकटता होने के कारण इस क्षेत्र में पहाड़ी घास के मैदान हैं और विविध तरह की खेती होती है। लेकिन लेह ओर साबु में मुख्य अंतर मात्र भूमि उपयोग से कहीं अधिक है। लद्दाख़ की ग्रामीण भूमि स्थानीय पारम्परिक प्रणाली और तौर तरीक़े द्वारा शासित है जो की वास्तव में वंहा रहने वाले लोगों के जीवन से जुड़ी है। हालांकी,

साबू गांव, फोटो साभार: दवा डोलमा, लेह

आसपास के इलाक़ों में कुछ दशकों से काफी बदलाव आया है, पर साबु में, जो ५०० लोगों का गाँव है, कुछ ख़ास नहीं बदला। उनमें से एक आकर्षक परम्परा जो आज भी जीवित है वो है जल नेता के चयन की प्रणाली। जल नेता वह होता है जो जल संसाधनों को नियंत्रित करने का कार्य करता है। जल प्रबंधन के बारे में और अधिक जानने की जिज्ञासा में मैंने एक स्थानीय कृषक से बात की जिन्होंने मेरे साथ छुर-पोन की कहानी साझा की।

जल सबसे कीमती संसाधन है और छुर-पोन चुनाव इस गाँव के पारम्परिक त्योहारों का अनिवार्य हिस्सा है। "छु" का अर्थ है जल और "पोन" का अर्थ है नेता। छुर-पोन एक अलग तरह की जल प्रबंधन प्रणाली है जो जल संसाधनों के स्थानीय शासन, रखरखाव और वितरण को सुनिश्चित करती है। लघु खेती अवधि के साथ अधिक ऊंचाई और ठंडे शुष्क क्षेत्र में स्थित होने के कारण, लोगों ने कम से कम संघर्ष के साथ अपने सीमित संसाधनों के उपयोग के लिए स्थानीय प्रणालियाँ तैयार की हैं। किसी भी सामाजिक संस्था की तरह ही छुर-पोन प्रथा भी साबु में किसान समुदायों को अपनी भूमि, जल संसाधनों का विवेकपूर्ण उपयोग करने के लिए और अधिक कुशलता से लाभ लेने में सक्षम बनाती है। छुर-पोन वार्षिक तौर पर कृषि मौसम की शुरुआत में नियुक्त किया जाता है और साबु मुख्य रूप से कृषि समाज होने के नाते इस प्रथा को काफी महत्व देता है।

ऐतिहासिक रूप से, हर गाँव मे सर्वसम्मति से एक सम्मानित व्यक्ति को चुना जाता था जिन्हें जल प्रबंधन के प्रथागत कर्तव्यों, अधिकारों और जिम्मेदारियों की समझ हो। आज कल छुर-पोन की नियुक्ति बारी बारी से होती है। छुर-पोन के चयन की प्रणाली प्रत्येक गाँव में भिन्न होती है, लेकिन साबु में यह दिन शुभ समारोहों और प्रार्थनाओं के रूप में माना जाता है। एक शुभ तिथि के लिए आदरणीय लामाओं से परामर्श कर एक साम्प्रदायिक बैठक आयोजित की जाती है। यह किसी अन्य सांस्कृतिक कार्यक्रम से कम नहीं होता और यहाँ के स्थानीय लोग "सा -फाक" आयोजित करते है जिसमें छुर-पोन के चयन का उत्सव मनाते हैं। जल एक महत्वपूर्ण संसाधन होने के कारण, चारों तरफ़ बहुत उत्साह होता है और प्रत्येक परिवार का कम से कम एक सदस्य सक्षम नेता की नियुक्ति सुनिश्चत करने के लिए वहाँ उपस्थित रहता है। कृषि कार्य की शुभ शुरुआत को चिन्हित करने और नव निर्वाचित छुर-पोन को उसके कार्य के लिए आशीर्वाद देने के लिए बौद्ध

फ़ोटो साभार: दवा डोलमा, लेह

फोटो साभार: दवा डोलमा, लेह

भिक्षुओं द्वारा दो प्रमुख बौद्ध प्रार्थनायें "टाशी चेकपा" और "नांग्सा नांग्गेय" का पाठ किया जाता है। धार्मिक समारोह विशेष रूप से नेता के सही चयन के लिए महतवपूर्ण है, जो नैतिक रूप से सभी नियमों और विनियमों का पालन करे ताकि कृषक समुदायों के बीच समानता और सद्भाव सुनिश्चित किया जा सके। कृषि सत्र के दौरान देवताओं का आध्यात्मिक समर्थन प्राप्त करने के लिए साम्प्रदायिक प्रार्थना और पवित्र तांत्रिक आस्था जैसे "तोरमा"(जौ के आटे के पुतले) देवताओं को अर्पित किए जाते हैं। पारम्परिक तौर से उच्च ऊंचाई वाले समुदायों की कृषि प्रणाली आत्म निर्भर होती है और स्थानीय देवताओं के आध्यात्मिक आशीर्वाद के लिए आह्वान करने और प्रकृति के साथ लोगों के संबंधों में सामंजस्य स्थापित करने के लिए धार्मिक समारोह किए जाते हैं। "कार्य काफ़ी कठोर व चुनौतिपूर्ण है - छुर-पोन को सुबह पाँच बजे से रात ग्यारह बजे तक जलाशय की निगरानी करनी होती है। इसलिए छुर-पोन का कार्य अधिकतर पुरुष सदस्यों को दिया जाता है", त्सेरिंग डोरजय (४६) जो की कुछ सालों पहले साबु के छुर-पोन थे बताते है कि, "पहले हमारे यहाँ दो छुर-पोन हुआ करते थे लेकिन अब चार हैं क्यूँकि अब यहाँ कई कृषि क्षेत्र है और हमें सभी क्षेत्रों में समान वितरण सुनिश्चित करने की आवश्यकता है। काम अधिक मुश्किल हो गया है" उन्होंने निष्कर्ष में बताया।

लद्दाख में खेती का मौसम छह महीने तक सीमित होता हैं और किसान हिमनदों के पिघले हुए पानी (गंग-चू) पर निर्भर रहते हैं। सभी लद्दाखी गाँवो में एक सामुदायिक तालाब होता है जिसे "ज़िंग" कहते हैं, जँहा हिमनद का पिघला हुआ पानी सिंचाई के लिए संग्रह किया जाता है । ज़िंग नहरों से जुड़े होते हैं जिन्हें "यूरा" कहा जाता है जो की सभी कृषि क्षेत्रों में जल आपूर्ति करते है। जल का वितरण फसल की ज़रूरत के हिसाब से किया जाता है। चूँकि भोजन और अनाज की फसलें अधिक पानी की खपत करती है, इसलिए जल पहले गेंहू के खेतों में दिया जाता है, उसके बाद हरी मटर और जौ के खेतों में और अंततः चारे की फसलों को जो अधिक लचकदार होती है। एक छुर-पोन जल वितरण, सिंचाई की बारी, ज़िंग, नहरों की देखरेख, जल विवादों

को हल करने और बिना किसी वक्तिगत पक्षपात के सभी परिवारों के बीच समान जल वितरण सुनिश्चित करने के लिए ज़िम्मेदार होते हैं।

साबु गाँव के छुर-पोन का पद इस बात का उत्कृष्ट उदाहरण है कि कैसे पानी जैसा संसाधन सामुदायिक रूप से ग्रामीणों द्वारा स्वयं शासित हो सकते हैं और अलग-अलग नियमों व विनियमों सख़्ती से पालन किया जा सकता है। निष्पक्षता, समानता, आपसी सहयोग और मेलजोल जैसे नैतिक मूल्य छुर-पोन की व्यवस्था को सक्षम बनाते है।

हालाँकि, छुर-पोन की परम्परा में अन्य वैकल्पिक आजीविका साधन जैसे पर्यटन आदि आ जाने से, व युवा पीढ़ी को स्थानीय कृषि के बारे में अधिक ज्ञान व अनुभव ना होने के कारण से काफ़ी गिरावट देखी गयी है, मोहम्मद अकबर, एक ५२ वर्षीय - साबु गाँव के पुराने छुर-पोन, इस सुंदर परम्परा के विलुप्त होने पर चिंता प्रकट करते हुए बोले "यह काफ़ी संशयपूर्ण है की आज कल के युवा इस परम्परा को बनाए रखेंगे और खेती करेंगे। आने वाले समय में छुर-पोन की परम्परा के विलुप्त हो जाने से काफ़ी भारी नुक़सान होगा।" छुर-पोन परम्परा के ना होने से साबु और अन्य गाँवो के सारी कृषि पद्धति नष्ट हो जाएगी। यह यहाँ के लोगों के जीवन व जीविका का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है जो सामूहिक रूप से इनकी पहचान बनाता है।

"मातृ पक्षी के लिए सूरज घर लौटता है" : स्पीति का प्रतिष्ठित तिबत्तीयन कृषि कैलेंडर

- डॉ तशी छेरिंग

दुनिया के सबसे दुर्गम और जलवायु-संवेदनशील क्षेत्रों में स्तिथ स्पीति घाटी की उल्लेखनीय प्राचीन कृषि विरासत ने ही हज़ारो सालो से वहाँ बस ने वाली सभ्यताओं को ज़िंदा रखा है। इस बंजर और सुखी प्रतीत होने वाली धरती पर, खेती का संचालन और स्थिरता सुनिश्चित करने मे स्पीति घाटी के पौराणिक खेती के कैलेंडर का विशेष महत्व है। हालांकि स्पीति स्थानीय संस्कृति के कई पहलुओं को लद्दाख और ऊपरी किन्नौर जैसे तिब्बती बौद्ध क्षेत्रों से साझा करती है, जिसमें कैलेंडर भी शामिल है, पर इसके कैलेंडर के समय और महीनों के नाम अद्वितीय है।

समय और महीनों के नाम के अलावा, कैलेंडर का अभ्यास अन्य स्थानीय और स्वदेशी ज्ञान के साथ किया जाता है जैसे कि उतरायण और अन्य महत्वपूर्ण दिनों और समयों को चिह्नित करने के लिए किसान ऊंचे पहाड़ों के पत्थर स्तूप चिन्हों पर सूर्योदय और सूर्यास्त के अवलोकन को चिह्नित कर कैलेंडर का उपयोग करते हैं। किसान समय बताने के लिए स्थानीय पौधों और जानवरों के रंगों, ध्वनियों और लय का अवलोकन भी करते हैं।

डॉ तशी छेरिंग

डॉ. ताशी छेरिंग माउंट रॉयल विश्वविद्यालय कैलगरी, कनाडा में व्याख्याता हैं। वह स्पीति घाटी के लोगों, विशेषकर बुजुर्गों और किसानों की दयालुता और उनकी कहानियों को साझा करने के लिए उनके आभारी हैं। उन्हें उम्मीद है कि स्पीति के लोगों की युवा पीढ़ी अपनी समृद्ध संस्कृति, विशेष रूप से अपनी भाषा और कृषि विरासत को संजोएगी और सम्भाले रखेगी।

सर्दियों के महीने

स्पीति के किसानों के लिए, वर्ष की शुरुआत खेत में कड़ी मेहनत के बाद आराम और उत्सव के साथ होती है। पहले महीने को लोसर या नया साल कहा जाता है और यह ग्रेगोरियन कैलेंडर के मध्य-नवंबर के आसपास होता है। किसान इस समय के आसपास स्पीति घाटी में सभी समय-संवेदनशील आवश्यक आजीविका गतिविधियों को समाप्त करने के बाद, लोसर उत्सव के लिए तैयार रहते है। अगले दो-तीन महीनों तक गाँव के सभी रास्ते बर्फ से ढके रहने की वजह से किसान अपना ध्यान परिवार के साथ इकट्ठा होने और धार्मिक अनुष्ठानों की ओर लगा देते हैं।

दूसरे महीने को झमा या "मातृ पक्षी" कहा जाता है। कहा जाता है कि एक बार एक दिव्य पक्षी, घरोग

(कौवे की नस्ल का पक्षी जिसे रेवेन कहा जाता हे), कई प्रयासों के बावजूद अंडों से चूजे को जन्म नहीं दे पा रहा था क्योंकि उसका शरीर अंडा देने के लिए अत्याधिक गर्म था। इस विफलता से पीड़ित रेवेन ने प्रार्थना की कि वह सर्दियों के आने पर सुनहरे अंडे से चूजों को जन्म दे सके। यही कारण है कि रेवेन सर्दियों के दूसरे महीने के दौरान पहाड़ की चट्टान पर अपना घोंसला बनाते हैं। एक स्थानीय कहावत है जो इस कहानी से जुड़ी है - "झमा झमा ज़ेरना जिरुग ए-छू-छू" जिसका मतलब है कि झमा की ठंड को लेकर शिकायत न करें क्योंकि जिरुग; आने वाले महीना, और भी ठंडा है।

रेवेन प्राचीन स्पीति और तिब्बती मान्यताओं में सुरक्षा और शगुन का पक्षी है, जैसा दुनिया भर की कई संस्कृतियो में है। सबसे ठंडे सर्दियों के महीने को जिरुग कहा जाता है, जिसका अर्थ है पक्षी का बच्चा। झमा और जिरुग सही रूप में समय पर आते हैं क्यूँकि रेवेन के अंडे-देना व अंडे को सेने का समय फ़रवरी या जिरुग के दौरान शुरू होता है। रेवेन और पक्षी के बच्चे की कहानी को विस्तृत तिब्बती ज्योतिष ज्ञान में भी काम में लाया जाता है। उदाहरण के लिए, किन्नौर में २००८-०९ का कृषि कैलेंडर। १२वें तिब्बती महीने या स्पीति के जिरुग महीने का १९वां दिन दर्शाता है कि "दिव्य पक्षी ने ३० दिन पूरे कर लिए हैं, अगर इसके बाद बर्फबारी होती है, तो दिव्य पक्षी सुनहरे अंडे देगा, और तिब्बत में भरपूर कृषि-पशुचार होगा।"

वसंत के महीने

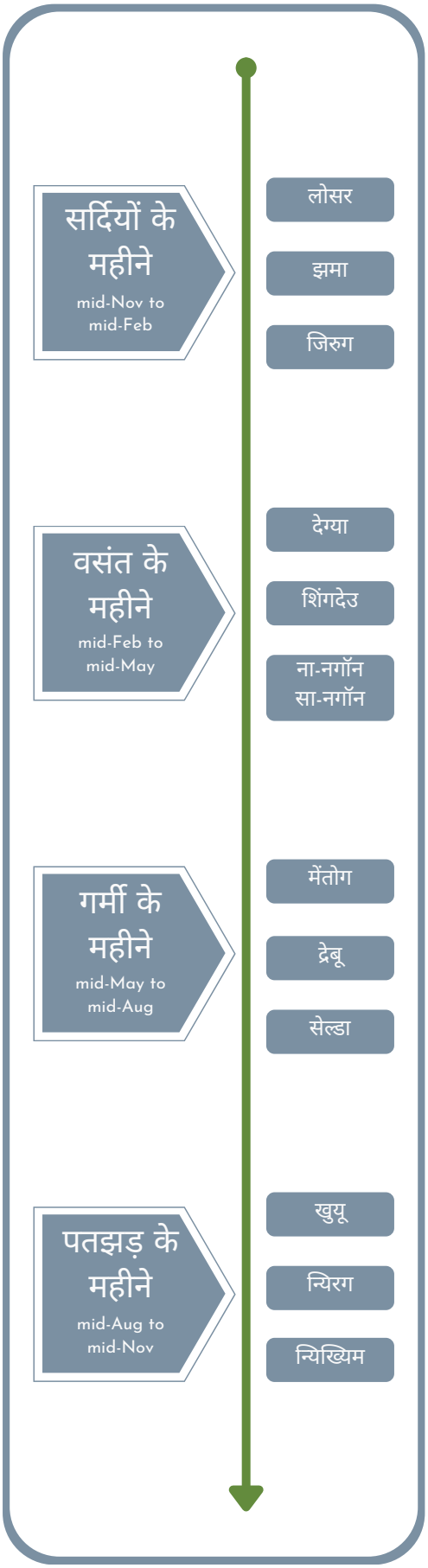
पहले वसंत महीने को देग्या ('दे रग्या) कहा जाता है, जिसका अर्थ है सूर्य की ऊर्जा में भिगोना, क्योंकि दिन गर्म हो जाते हैं और वसंत विषुव के साथ लम्बे हो जाते हैं। जैसे ही बर्फ का आवरण पिघलना शुरू होता है और दिन उज्जवल होते हैं, नाभो और जंगली बकरी अक्सर भूखे हिम तेंदुओ की निगाहो के नीचे, दूर पहाड़ों पर सुप्त पौधे खाते हैं। इस महीने के दौरान सूर्य की ऊष्मीय ऊर्जा खेतों से बर्फ पिघलाने के लिए महत्वपूर्ण है ताकि किसान अगले महीने से खेती की छोटी अवधि का पूरा उपयोग कर सकें।

दूसरा वसंत महीना शिंगदेउ (शिंग 'देब) या "खेतों की खेती करें" है। चुने हुए शुभ दिन पर, किसान अपने खेतों में कुछ छोटे छोटे पत्थर इकट्ठा करते हैं, जिसके बीच वे जुनिपर के पत्तों को जलाकर धूप प्रसाद के रूप में चढ़ाते हैं। इसके बाद मुक्ति पेय को यार मक्खन से सजाकर और सफेद दुपट्टे में लपेटकर प्रसाद के तौर पर चढ़ाते है। औजारों और इसमें शामिल लोगों के माथे पर, बैल के सींगों पर और हल पर यार मक्खन लगाया

जाता है। और पूरी जुताई की अवधि के दौरान, हल चलाने वाला गीत और प्रार्थनायें गाता है जो पहाड़ी बैल को जुताई की प्रक्रिया में मुड़ने, रुकने या जुतायी जारी रखने के लिए मार्गदर्शन करती हैं, और जुताई की प्रक्रिया में कीड़ों की मौत का कारण बनने के लिए क्षमा भी माँगती हैं।

ना-नगॉन सा-नगॉन, जिसका अर्थ है "नीला आसमान नीली धरती", वसंत के अंतिम महीने में स्पीति अनेक प्रकार के रंगों से जीवित हो उठता है। यह सुंदर नाम तेजस्वी नीले आसमान के नीचे हरे भरे खेतों की सुंदरता का प्रतीक है। वसंत ऋतु से लेकर सर्दियों तक जब तक बर्फबारी नहीं हो जाती, बैल पहाड़ों पर स्वतंत्र रूप से चरते हैं, जिससे गांव की अर्थव्यवस्था, खाद, गोबर और ईंधन, जो की ऊर्जा का मुख्य स्रोत है, का उत्पादन किया जा सके। किसान बीज बोने से लेकर पहली सिंचाई तक पारंपरिक ज्ञान के अनुसार स्पितियन मिट्टी, पानी और मौसम की स्थिति में अंकुरण के लिए आदर्श स्थिति सुनिश्चित करने के लिए चालीस दिन गिनते है और प्रतीक्षा करते है। फिर कृषि महिला विशेषज्ञ हरी-भरी फसलों के पोषण के लिए नाभो के सींग से बने एक सिंचाई उपकरण की सहायता से पहली सिंचाई करती हैं जिसे "मातृ सिंचाई" या युरमा कहते है।

फोटो साभार: डॉ तशी छेरिंग



फोटो साभार: दीपशिखा शर्मा

गर्मी के महीने

छोटी, सिंचित फसलें गर्मियों में बड़ी होने लगती हैं, यही कारण है कि गर्मी के पहले महीने को मेंतोग या "फूल" कहा जाता है। मेंतोग वास्तव में फूलों का महीना है क्योंकि इस दौरान पूरी घाटी में हर तरह के फूल खिलते हैं। दूसरी सिंचाई जिसे रक्ती या "धूप में जले हुए पौधों को पानी देना" कहा जाता है, फूल खिलनेके महीने में होती है। इसे रक्ती कहा जाता है क्योंकि किसान पहली और दूसरी सिंचाई के बीच दस दिनों का समय देते हैं, जिससे छोटी फसलें सूख जाती हैं और धूप में जल जाती हैं। यह कार्य छोटी फसलों को दुर्लभ पानी की पौष्टिक शक्तियों का मूल्य सिखाता है, जिससे वे भविष्य में अधिक पानी अवशोषित कर सके। यह खेती के कठोर रीति-रिवाज पंचांग का पालन करते हैं, जैसे कि गर्मी के संक्रांति (२१ जून) से कटाई के मौसम तक फसलों और पौधों पर अधिकतम बायोमास वृद्धि सुनिश्चित करने के लिए दरांती का उपयोग या पौधों को काटने पर प्रतिबंध लगाना।

मध्य गर्मियों तक, किसानों की मेहनत फल लाती है क्योंकि जौ के ऊपर दाने आने लग जाते हैं। यही कारण है कि मध्य गर्मियों के महीने को द्रेबू या "किसी के श्रम का फल" कहा जाता है। किसान अगले महीने फसल के पकने का इंतजार करते हैं। जैसे ही जौ पर के कड़े बालों के गुच्छे उगते हैं, किसान किरछुई नामक एक विशेष तकनीक से खेतों की सिंचाई करते हैं। अब सिंचाई की नहरों और नालियों को इस तरह से सावधानीपूर्वक तैयार किया जाता है कि खेत के मुख्य जलमार्ग से छोड़े जाने के बाद पानी खेत के सभी हिस्सों में अपने आप बह जाए। इस सुविधाजनक विधि का दूसरा नाम मिनचू भी है, जो कच्चे बीजों को पकने में मदद करता है

गर्मियों का आख़िरी महीना सेल्डा या "फसल का महीना" कहा जाता है। जौ जैसी पारंपरिक फसलों की कटाई प्राचीन रीति-रिवाजों के अनुसार की जाती है। फसलों को काटने के बाद, जौ के फलियों को सीधी धूप में सूखने से बचाने के लिए साफ-सुथरे खेत के आयताकार भाग में पुली के ढेर बनाकर रखा जाता है। जब फसल के ढेर को खलिहान में लाया जाता है तब ही फलियों को सुखाने के लिए धूप में रखा जाता है। झोझो ड्रुगुमा की एक पौराणिक कहानी में इस प्रथा का पालन करने का महत्व बताया गया है।

फोटो साभार: प्रसेनजीत यादव

झोझो ड्रगुमा एक धनी महिला थीं, जिन्होंने अपने जौ के ढेरों को सही तरीके से सुखाने की मेहनत नहीं की। इसके कारण, फलियाँ और दाने सूख गए, और जब ढेरों को खेत से खलिहान में ले जाया गया, तो वे रस्ते में ही गिर गए। इसलिए, स्पीती के किसानो को उनके रात के आसमान पर आकाशगंगा बहुत ही शानदार ढंग से दिखती है। आकाशगंगा के तारे झोझो ड्रगुमा के वो जौ के दाने है जो रास्ते में गिर गए थे।

पतझड़ के महीने

पतझड़ के पहले महीने को खुयू नाम दिया गया है। खुयू स्पीति शब्द है जिसका मतलब है भूसे से अनाज को अलग करना। इस प्रक्रिया में पहाड़ी बैल और अन्य जानवरों को एक मजबूत केंद्रीय पोल से बाँधा जाता है और इन जानवरों की मदद से कटी और सुखाई गयी फसलों को रौंदा जाता है। जब जानवर भूसे और अनाज को रौंदते हुए गोल-गोल घूमते हैं, तब किसान भूसे को मिलाने, धकेलने या फैलाने के लिए लकड़ी के नोकदार डंडे (ज़र) का उपयोग करते हैं ताकि अनाज ठीक से अलग हो जाए। पूरी प्रक्रिया खुयू गीतों से संपन्न होती है जिनकी गूँज दूर दूर के गाँवों में भी सुनाई देती है।

दूसरे पतझड़ के महीने को न्यिरग कहा जाता है। "न्यी" न्यिमा या सूर्य का छोटा नाम है। “रग” मतलब इकट्ठा करना, विशेष रूप से सूर्यास्त से पहले जानवरों को घर वापस इकट्ठा करना। जैसे, न्यिरग वह महीना है जब सूर्यास्त जल्दी होता है और दिन छोटे हो जाते हैं तब किसान अपने घोड़ों और पहाड़ी बैलों को पहाड़ों से आने वाली, लंबी और ठंडी सर्दियों की तैयारी में वापस इकट्ठा करते हैं। सख्त रीति-रिवाजों के अनुसार किसान यह भी सुनिश्चित करते हैं कि उनके घरों में जौ का आटे, गोबर और चारे का पर्याप्त भंडार हो।

फोटो साभार: स्टैन्ज़िन दोरजे (गया)

फोटो साभार: प्रसेनजीत यादव

अंतिम महीने को न्यिख्यिम कहा जाता है, जो तिब्बती ज्योतिष में सूर्य के बारह राशियों के घरों को दर्शाता है। "न्यि" का अर्थ है सूर्य और "खिम" का अर्थ है मकान या घर। स्पीति के किसानों के लिए, न्यिख्यिम वह समय है जब सूर्य रेवन/मदर बर्ड की प्रार्थना को पूरा करने के लिए घर लौटता है। स्थानीय कहावतों में इसे "निमा गारलोग, झमा यिन" कहा गया है। जब सूर्य की ऊर्जा कम हो जाती है, तो झमा महीने के दौरान मातृ पक्षी (मदर बर्ड) के आने ओर चूज़ों को पालने के लिए पर्याप्त ठंड हो जाती है। जैसे कि, साल के अंत में सूर्य की वार्षिक वापसी के साथ मातृ पक्षी की कहानी एक पूर्ण चक्र में आती है, जिस समय गहरी ठंड की पूर्वानुमान में पहाड़ी बैल के सींगों में भी दरारें पड़ जाती हैं।

Young Explorers

रिग्जेन, त्योहारों का मौसम आ रहा है। क्या तुम खुश हो?

बिल्कुल ताशी! मैंने हाल ही में नए कपड़े भी खरीदे हैं।

वह शानदार। मैं तो केवल अच्छा खाना खाने का इंतजार कर रहा हूं।

हाँ। मेरी माँ ने भी मोक-मोक बनाने का वादा किया है।

वाह! मैं तुम्हारे घर ज़रूर आऊँगा। मेरे लिए कुछ बचाके रखना।

हाहा! ज़रूरा। त्योहारों का समय वाकई मजेदार होता है। मैं लोसर के लिए कुछ रिश्तेदारों से भी मिलने जाऊँगी।

हाँ सच कहा! मैं अपनी मौसी से मिलने किन्नौर भी जाऊंगा। वह सबसे अच्छा गुएंटा बनाती है।

लारा गाँव में रहने वाली मेरी दोस्त तंज़िन की भी लोसार की एक बहुत ही दिलचस्प कहानी है। आओ, इसे सुने!

ज़रूर!

स्पीति में लोसर का उत्सव

लोसर स्पीति में एक बौद्ध त्योहार है और इसे टोंगजेन मतलब नए साल के दिन मनाया जाता है। हम दिन की शुरुआत ईश्वर को धन्यवाद देने से करते हैं कि उन्होंने हमें सुरक्षित रखा और उनके आशीर्वाद के लिए प्रार्थना करते है। हम घी के दीपक जलाकर घर के चारों ओर रखते हैं जैसे की पूजा कक्ष, वेदी, रसोईघर और गौ आश्रय।

जब मैं छोटी थी तो मेरीमाँ मुझे मेरे भाई-बहनों के साथ लोसर मनाने के लिए दादा-दादी के पास ले जाया करती थीं । उनका घर देमुल गांव मे था। सड़कें खराब होने के कारण हम अपने गांव से देमूल तक घाटी से होकर जाते थे। हम रिश्तेदारों के लिए उपहार में तसंपा(जौ), ने(गेंहू) और चांग(स्थानीय शराब) लेके जाते थे।

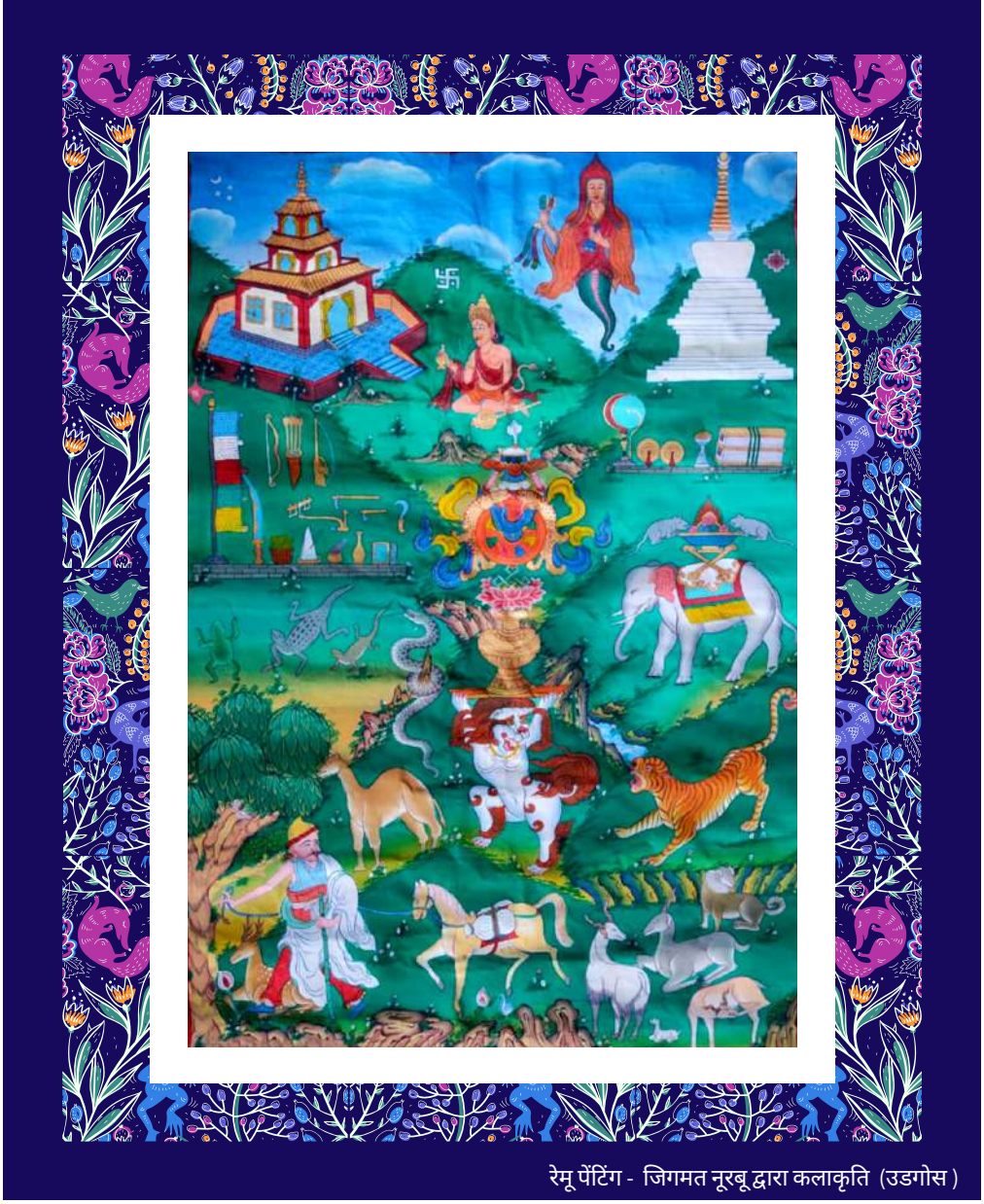
इस दिन महिलायें समूहों में नाच गाना करती थीं और छंगा हॉल (गाँव का सामुदायिक भवन) में सामुदायिक भोजन और उत्सव होता था।

गांव वाले सुबह चाय के साथ स्पितीयन रोटी और रात के खाने में मोक-मोक परोसते थे। हम अपने घरों में विभिन्न प्रकार की पूजाओं में शामिल होते थे और लामाओं को पूजा करने के लिए आमंत्रित करते थे। गांव वाले उत्सव के लिए डमरू के साथ प्रार्थना करते थे और तोरमा (धार्मिक पुतले) और दील-सेन (जौ के आटे के रोल) बनाते थे। प्रार्थना के बाद, घर के दो सदस्य घर से बाहर जा कर तोरमा और दील-सेन फेंक आते थे। मेरी माँ कहती थी की ये सौभाग्य के लिए होता है और ऐसा करने से हमारे दुःख और कष्ट दूर हो जाते हैं। हम सभी जीवित प्राणियों के स्वास्थ्य और खुशी के लिए और अच्छी बर्फबारी और फसल के मौसम के लिए भी प्रार्थना करते थे।

तंज़िन वांगमो स्पीति के लारा गांव से हैं। वह ८वीं कक्षा में पढ़ती हैं और उन्हें डांस करना पसंद है। उन्हें अपने परिवार के साथ खेतों में काम करना भी अच्छा लगता है और वह हरे मटर, जौ और स्पितीयन आलू उगाते हैं।

Activity

- त्योहार पर बनने वाले आपके पसंदीदा खाने के बारे में आप हमें बताइए
- अपना जवाब हमें अपने उचित पते के साथ भेजें
- Email: himkathaindia@gmail.com
- Call /WhatsApp: + 91 765 000 2777



रेमू पेंटिंग - जिगमत नूरबू द्वारा कलाकृति (उडगोस)

रेयुन ताछे

- जिगमत नूरबू

लोसर से दो दिन पहले, रेयुन ताछे लाहौल के कई हिस्सों में मनाया जाने वाला त्योहार है। मेरे गांव- उडगोस में इस उत्सव पर हर घर की दीवारों पर रेमू पेंटिंग, अच्छे शगुन को आमंत्रित करने और बुराई को दूर करने के लिए बनाई जाती है। पेंटिंग लगभग एक प्रतिस्पर्धी भावना के साथ बनाई जाती हैं, जिसमें प्रत्येक घर दूसरों से बेहतर करने की कोशिश करता है। इस उत्सव में घर के सभी सदस्य भाग लेते हैं और पेंटिंग में अपना योगदान देते हैं। पेंटिंग का प्रत्येक तत्व एक गहरी धार्मिक भावना, और प्रकृति के साथ समुदायों के जुड़ाव और सद्भाव का प्रतीक है। इस प्रकार प्रत्येक घर के लिए यह सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण होता है कि सभी तत्व उनकी पेंटिंग पर मौजूद हों।

अगले दिन, असली मज़ा शुरू होता है। सभी एक दुसरे के घर जाते हैं, उनके प्रयासों की सराहना करते हैं और यह सुनिश्चित करते हैं कि उन्होंने अपनी पेंटिंग में सभी आवश्यक तत्वों को शामिल किया है। यदि नहीं, तो उन्हें ग्राम समिति को जुर्माना देना पड़ता है और दंड के रूप में दिन भर शुक्पा (अगरबत्ती) के साथ घूमना पड़ता है ।

नवांग तन्खे (काज़ा) की कलाकृति

दार्से: तीरंदाज़ी उत्सव

- कर्मा सोनम

तीरंदाज़ी पीढ़ियों से लद्दाखी संस्कृति का एक जीवंत हिस्सा रही है। इसकी उत्पति पारम्परिक शिकार से हुई है। प्रागैतिहासिक काल में युद्ध के दौरान और आजीविका के साधन के लिए इसका अभ्यास किया जाता था लेकिन धीरे-धीरे सामाजिक-सांस्कृतिक स्थितियों में बदलाव के साथ, लोगों के दैनिक अभ्यास में तीरंदाज़ी का उपयोग कम हो गया है। हालांकी आज भी यह लद्दाखी संस्कृति और रितिरिवाजों में एक महत्वपूर्ण हिस्सा रखती है। पारम्परिक धनुष और तीर से तीरंदाज़ी करना शायद अतीत के बहुत कम देखे जाने वाले सांस्कृतिक अवशेषों में से एक है और समृद्ध सामाजिक-सांस्कृतिक विरासत का प्रतीक है।

कई लद्दाखी लोक कहानियों, कहावतों, साहित्य और शैल-कला में तीरंदाज़ी का उल्लेख है, जो पारम्परिक जीवन शैली में आकर्षक अंतर्दृष्टि देता है। मौखिक लोकगीत - राजा गेसर का महाकाव्य (केसर-ए-ग्रमस) योद्धा राजा लिंग गेसर की वीर गाथाएँ सुनाता है जो एक कुशल धनुर्धर और घुड़सवार थे। इस महाकाव्य में हथियार और कवच बनाने की कला का विस्तृत विवरण है।

राजा गेसर का महाकाव्य मध्य एशियाई क्षेत्र की सबसे प्रसिद्ध मौखिक कथा है और तिब्बती पठार और लद्दाख़ के पहाड़ी इलाक़ों में इसका प्रभाव काफी ज़्यादा है। "लिंग की तरह तेज" जैसे वाक्यांश - लिंग गेसर ग्यालपो की विशाल शक्ति और गति स्थानीय भाषा का एक सामान्य हिस्सा है। इस महाकाव्य में प्राकृतिक तत्वों और प्रकृति की कल्पना की ओर संकेत भी अक्सर किया गया है। मौखिक कथा- प्रकृति में सद्भाव, मानव और प्रकृति के बीच संतुलन, अच्छाई और बुराई(देवता व दानव) के बीच व प्राकृतिक व्यवस्था में अड़चन की गहरायी से पड़ताल करती है। वर्तमान समय में अधिकतर मौखिक कथा और संस्कृतिया प्रचलन से बाहर होती जा रही है और जो कुछ भी बचा है वह हमारे पूर्वजों द्वारा दी गयी सांस्कृतिक विरासत का लघु संस्करण है।

तीरंदाज़ी, कुछ बची हुई परंपराओं में से एक, लद्दाख़ में सबसे अधिक मनाया जाने वाला त्योहार है और यह मेरे गाँव-ग्या में भी बहुत लोकप्रिय है। गया, लद्दाख़ की सबसे पुरानी बस्तियों में से एक है, और ऐतिहासिक रूप से प्रमुख शासक ग्या-पा-चाउ का निवास स्थान रह चूका है। वर्तमान में, यहाँ लगभग १५० परिवार हैं जो कृषि-पशु चारण पर निर्भर है। दाह-फ़ैंग या दार्से (तीरंदाज़ी उत्सव) अच्छी फसल, सद्भाव व ख़ुशियों के

लिए मनाया जाता है। पारम्परिक गीत और नृत्य, दावतें, तीरंदाज़ी प्रतियोगिता, अनुष्ठान ये सभी उत्सव और प्रार्थनाओं का हिस्सा है।

दार्से वर्ष में दो बार मनाया जाता है; स्पित्दा वसंत ऋतु के शुरुआत में मनाया जाता है और यर्ड़ा गर्मियों के मध्य का उत्सव है। किसान जब खेती के लिए तैयार हो रहे होते हैं तो खेतों को पानी देने से ठीक पहले वसंत तीरंदाज़ी उत्सव मनाया जाता है। गोबा-सभी पड़ोसी बस्तियों के ग्राम प्रधान सामूहिक रूप से खेती की शुभ तिथि के लिए रोंगस्टेन (देवज्ञ) से परामर्श करते हैं। एक बार जुतायी की तिथि तय हो जाने के बाद गोबा त्योहार के तारीख़ की घोषणा करते हैं और दावत के लिए जौ, अनाज और रा-लुक (भेड़-बकरी) एकत्रित करते हैं।

महिलायें और युवतियाँ पूरे गाँव के लिए भोजन तैयार करने में भाग लेती हैं जबकि पुरुष और किशोर लड़के तीरंदाज़ी प्रतियोगिता में भाग लेते हैं। पारम्परिक शराब पीना उत्सव का एक बड़ा हिस्सा है और चगमा (शराब प्रभारी) महिलाओं का एक समूह जो चांग (जौ की शराब) और आर्क (स्थानीय शराब) को बनाने और त्योहार के दौरान तीरंदाज़ो को परोसने के लिए पूरी तरह से ज़िम्मेदार होता है। ग्या में ३ मुख्य समुदाय हैं जिनके साथ दार्से सामूहिक रूप से मनाया जाता है। यह ६ दिनों तक निरंतर चलता है और प्रत्येक गाँव बारी-बारी से मेजबानी करता है। हेमया (मेरी माँ का गाँव) में अच्छी फसल के लिए धार्मिक समारोह और ग्रामीणों के बीच शांति और सद्भाव के लिए प्रार्थना पवित्र लामाओं द्वारा की जाती है और "फुट" (भगवान को पहली भेंट) को कहे जाने वाले अनाज के ढेरों को मठों में कृतज्ञता भाव से भेज दिया जाता है।

तीरंदाज़ी प्रतियोगिता त्योहारों की सबसे बहुप्रतिक्षित स्पर्धाओं में से एक है और बहुत सारे पुरुष और युवा लड़के इसमें भाग लेते है। तीरंदाजों को दो दलों में बाँटा जाता है जो माँ-भू (माँ - माता, भू - पुत्र) नाम से जाने जाते हैं, जिसमें एक दल गोबा (गाँव के मुखिया) के नेतृत्व में और दूसरा दल नएरपा (साधु प्रतिनिधि) के नेतृत्व में होता है। पहले के समय में तीर और धनुष कुशल कारीगर आइबेक्स (जंगली बकरी) के सींग से बनाते थे लेकिन इन दिनों हम विलो और बांस से बने हुए तीर धनुष का उपयोग करते हैं। लक्ष्य क्षेत्र मिट्टी के ढेर पर बनाया जाता है ताकि ये सुनिश्चित किया जा सके की तीर टूट ना जाए और लक्ष्य जिसे त्सगे के नाम से जानते हैं वो या तो जमा (भूमि की गीली मिट्टी) से या लकड़ी के तख़्त से बना होता है। तीरंदाज़ी प्रतियोगिता की शुरुआत रदमन पा(पारम्परिक संगीतकार) के संगीत से शुरू होती है। और जब तीरंदाज़ अपने त्सेगे(लक्ष्य) पर तीर मारते हैं तब लोग ज़ोर ज़ोर से गाना गाते हैं और दल को उत्साहित करते हुए नाचते हैं। जो दल लक्ष्य को जितनी ज़्यादा बार भेद पाता है वो दल विजयी होता है।

कर्मा सोनम

कर्मा सोनम लद्दाख के पूर्वी हिस्से में रुम्पसे के सुदूर गांव से हैं। एक विनम्र कृषि-देहाती परिवार में जन्मे, उन्हें याद है कि वे कैसे पशुधन के आसपास बड़े हुए थे और अपने गांव के आसपास के चरागाहों में उन्हें चराने की जिम्मेदारी लेते थे। उन्हें प्राकृतिक दुनिया का शौक़ है और पक्षी विहार करना पसंद है। वह पिछले १५ वर्षों से एन.सी.एफ के साथ काम कर रहे हैं और पूर्वी लद्दाख के लिए रोंग और चांगथांग क्षेत्रों में समुदाय-आधारित संरक्षण प्रयासों को जुटाने/संगठित करने में मदद कर रहे हैं।

फोटो साभार: कर्मा सोनम

विजयी दल रदमन पा को उनकी सेवाओं के लिए कृतज्ञता भाव जताते हुए कुछ धनराशि देता है और त्सगे (लक्ष्य क्षेत्र) के चारों ओर जोरो सोरो से "रजंग सोलो" चिल्लाते हुए परिक्रमा करता है।

तीरंदाजी केवल एक खेल टूर्नामेंट नहीं है बल्कि हमारी सांप्रदायिक पहचान और सांस्कृतिक लोकाचार का एक अभिन्न अंग है। यह समृद्ध लद्दाखी सांस्कृतिक विरासत का प्रतिबिम्ब है जो लोगों की सामाजिक-सांस्कृतिक भावनाओं को संजोए रखे है। त्योहार समुदायों को एक साथ लाता है और समाज के भीतर सामंजस्य और शांति बनाए रखने के लिए महत्वपूर्ण है। लद्दाख मुख्य रूप से एक कृषि-पशुपालक समाज है, यह उत्सव एक तरह से भूमि पर उगायी जानें वाली फ़सलो का और किसानो के प्रयासों के नमन का भी है।

लेकिन इस तरह की पारंपरिक प्रथाएं धीरे-धीरे लुप्त होती जा रही हैं और त्योहार के कई पहलुओं और पारंपरिक रीति-रिवाजों को आधुनिकता के अनुरूप बदला जा है। जैसे पारंपरिक कपड़े-गोंचा (ऊनी वस्त्र) पहनना, पाबा खाना (जौ से बना आहार) और स्थानीय कारीगरों द्वारा हस्तनिर्मित धनुष और तीर का उपयोग करना तीरंदाजी उत्सव के महत्वपूर्ण पहलू थे लेकिन धीरे-धीरे यह कम हो रहा है। इन दिनों आधुनिक खेल सामग्री का उपयोग तीरंदाजी के लिए किया जाता है और लोगों व समुदायों के बीच सद्भाव की भावना, को धीरे-धीरे खेल की प्रतिस्पर्धा द्वारा प्रतिस्थापित किया जा रहा है। मैंने व्यक्तिगत रूप से पिछले कुछ वर्षों में इन पारंपरिक प्रथाओं (चाहे खेती या तीरंदाजी) में भारी बदलाव देखा है और मुझे भारी नुक़सान की अनुभूति होती है। हमारी भूमि और हमारी प्रथाएं हम कौन है ये ब्यान करती हैं और मुझे लगता है कि इन पारंपरिक प्रथाओं को संरक्षित करना महत्वपूर्ण है।

फोटो साभार: कर्मा सोनम

उत्सव कला और फोटोग्राफी

यदि आप हमारे पाठकों के साथ स्थानीय त्योहारों से संबंधित अपनी कलाकृति, चित्र और तस्वीरें साझा करना चाहते हैं, तो कृपया इस +91 765 000 2777 पर WhatsApp के माध्यम से हमें भेजें। इसे हमारी वेबसाइट: www.himkatha.org पर प्रदर्शित किया जाएगा। उनमें से एक प्रविष्टि हमारे अगले अंक के लिए चुनी जायेगी। कृपया 31 दिसंबर 2021 तक प्रविष्टियां भेजें।

कलाकार

नवांग तन्खे

नवांग तन्खे काजा में एक स्वतंत्र कलाकार है और इन्होंने हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय से दृश्य कला का अध्यन किया है। इन्हें तेल के रंगों से चित्रकारी पसंद करना है और इन्होंने अपने कौशल प्रदर्शन के लिए बहुत सारे कला मेले और प्रदर्शनियों में भाग लिया है।

Mail: nawangtankhe@gmail.com
+91 9459962433/ +91 8219150327
@Art in Spiti **@art_in_spiti**

जिगमत नूरबू

जिगमत नूरबू एक सुदूर गांव - उडगोस से हैं - जो मियार घाटी, लाहौल, हिमाचल प्रदेश में है। वह एक पेशेवर कलाकार हैं, जिन्होंने पाटलीकुहल में बोधी थंग्का कला संस्थान से ८ साल का प्रशिक्षण पूरा किया है। वह थंग्का शैली की पेंटिंग में माहिर हैं। उन्होंने बौद्ध मंदिरों और समारोहों के लिए कई कला परियोजनाओं पर काम किया है।

+91 9454520031

हमें लिखें

हिमकथा के लिए एक लेख लिखने के लिए या अपनी प्रतिक्रिया, सुझाव या शिकायत साझा करने के लिए,कृपया इस नंबर पर हमसे संपर्क करें:

Call /WhatsApp: + 91 765 000 2777

वैकल्पिक रूप से, आप हमें इस पते पर लिख कर सकते हैं:

Nature Conservation Foundation
1311 “Amritha”, 12th A Main,
Vijayanagara, Mysore, 570017
Karnataka