

Research Article

पर्यावरण संरक्षण में गृहिणियों की भूमिका: सतत जीवन के सूत्र

Padmini Jain

Assistant Professor, School of Journalism and New Media Studies, Indira Gandhi National Open University, New Delhi, India.

DOI: <https://doi.org/10.24321/2456.0510.202106>

I N F O

E-mail Id:

padminijain@ignou.ac.in

Orcid Id:

<https://orcid.org/0000&0003&3815&1624>

Date of Submission: 2021-08-08

Date of Acceptance: 2021-09-15

सारांश

यह शोधपत्र गृहिणियों की पर्यावरण संरक्षण में भूमिका पर केंद्रित है। इसमें यह जांच की गई है कि गृहिणियाँ कैसे अपने दैनिक कार्यों के माध्यम से पर्यावरणीय स्थिरता में योगदान देती हैं। यह अध्ययन दिखाता है कि पुनर्चक्रण, जल संरक्षण, ऊर्जा दक्षता और कचरा प्रबंधन जैसे उपायों के माध्यम से गृहिणियाँ एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। साथ ही, यह भी समझाया गया है कि कैसे गृहिणियों को उचित जानकारी और संसाधनों के साथ सशक्त बनाकर पर्यावरणीय प्रभाव को और अधिक प्रभावी बनाया जा सकता है।

मुख्य शब्द: महिलाएं, गृहिणियां, सतत विकास, पर्यावरण, हरित अर्थव्यवस्था, ग्रह संरक्षण, पुनर्चक्रण

प्रस्तावना

जिस दौर में हम रह रहे हैं, उसमें पर्यावरण के अनुकूल भविष्य की तलाश अहम चिंता का विषय है। ईंधन और जीवाश्मों के मामले में हम अपने पर्यावरण पर भारी मांग करते हैं, पेड़ों को काटते हैं और प्रदूषण बढ़ाते हैं, दुनिया जलवायु परिवर्तन और बिगड़ते पर्यावरण के परिणामों से जूझ रही है। इसलिए, एक जिम्मेदार (या शायद चिंतित) समाज के रूप में हम उन तरीकों की तलाश में हैं जो हमें एक हरित अर्थव्यवस्था दें, ऐसे उपाय जो पर्यावरण के अनुकूल हों, ऐसे तरीके जो पर्यावरणीय स्थिरता को बढ़ाएँ। और ऐसे प्रयासों में महिलाएँ बहुआयामी तरीकों से योगदान देती हैं। महिलाएँ, जो अक्सर पर्यावरण संरक्षण और संधारणीय प्रथाओं में सबसे आगे रहती हैं, मानवीय आवश्यकताओं और ग्रह के बीच सामंजस्यपूर्ण सह-अस्तित्व को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।¹

शोध उद्देश्य

1. गृहिणियों की पर्यावरण संरक्षण में भूमिका का विश्लेषण करना।
2. गृहिणियों द्वारा अपनाए गए पर्यावरणीय स्थिरता के उपायों की पहचान करना।
3. गृहिणियों को सशक्त बनाने के तरीकों का पता लगाना ताकि वे अधिक प्रभावी रूप से पर्यावरण संरक्षण में योगदान दे सकें।

शोध विधि

यह अध्ययन केवल गुणात्मक अनुसंधान विधियों का उपयोग करता है। इसमें केस स्टडी, अवलोकन और द्वितीयक साहित्य समीक्षा

शामिल हैं। गृहिणियों से प्राप्त आंकड़ों का विश्लेषण गुणात्मक विश्लेषण तकनीकों के माध्यम से किया गया है। इसके अलावा, विभिन्न साहित्यिक स्रोतों की समीक्षा करके गृहिणियों की पर्यावरणीय गतिविधियों की भूमिका पर प्रकाश डाला गया है।

परिणामों पर चर्चा

महिलाओं द्वारा उठाए गए विचारशील उपायों से लाभान्वित होने वाले क्षेत्रों में कृषि और ऊर्जा से लेकर शिक्षा और उद्यमिता तक शामिल हैं। महिलाएँ केवल हितधारक नहीं हैं; वे अधिक टिकाऊ और पर्यावरण के प्रति जागरूक दुनिया की ओर हमारी यात्रा में सकारात्मक बदलाव के लिए उत्प्रेरक हैं। जमीनी स्तर की पहल से लेकर नेतृत्व के पदों तक, इस निष्पक्ष लिंग ने संरक्षण और जैव विविधता संरक्षण, स्थायी कृषि उपक्रमों की स्थापना, हरित प्रौद्योगिकी स्टार्टअप, पर्यावरण के अनुकूल फैशन, अपशिष्ट में कमी, संरक्षण प्रयासों, नवीकरणीय ऊर्जा वकालत में योगदान दिया है और वर्तमान और भावी पीढ़ियों के लिए एक टिकाऊ भविष्य के निर्माण का मार्ग प्रशस्त किया है।²

महिलाएँ न केवल पेशेवर रूप से पहचाने जाने वाले प्रयासों के साथ, बल्कि मौन दैनिक गतिविधियों के माध्यम से भी हरित अर्थव्यवस्था में योगदान देती हैं। वे घर चलाती हैं, परिवारों की देखभाल करती हैं और एक माँ और एक पत्नी की भूमिका में, देखभाल करने वाली और दैनिक कामों की देखरेख करने वाली की भूमिका में, वह छिपी हुई गुरिल्ला योद्धा हो सकती हैं, जो हमें हरित दुनिया की ओर ले जाती हैं, वैश्विक पर्यावरणीय लक्ष्यों को प्राप्त करने में हमारी मदद करती हैं।

घरेलू परंपराओं का पोषण करती गृहणियां:

गृहणियां सांस्कृतिक विरासत के संरक्षण और अंतर-पीढ़ी ज्ञान हस्तांतरण की अग्रदूत हैं।

गृहणियाँ अक्सर पारिवारिक परंपराओं, रीति-रिवाजों और रीति-रिवाजों की प्राथमिक देखभाल करती हैं। वे इन परंपराओं को एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक पहुँचाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं, जिससे घर के भीतर सांस्कृतिक प्रथाओं की निरंतरता सुनिश्चित होती है। उदाहरण के लिए, वे पारंपरिक भोजन तैयार करने, धार्मिक समारोहों का पालन करने और लंबे समय से चली आ रही पारिवारिक रीति-रिवाजों के अनुसार त्योहार मनाने के लिए जिम्मेदार हो सकती हैं।³

ये परंपराएँ न केवल परिवार की सांस्कृतिक पहचान में योगदान देती हैं, बल्कि पीढ़ियों के बीच अपनेपन और निरंतरता की भावना को भी बढ़ावा देती हैं। इन अनुष्ठानों में सक्रिय रूप से शामिल होकर और उन्हें आगे बढ़ाकर, गृहणियाँ पारिवारिक बंधनों को मजबूत करने और परिवार के सदस्यों के बीच विरासत की साझा भावना पैदा करने में मदद करती हैं।

इसके अलावा, घरेलू परंपराएँ अक्सर अपने साथ महत्वपूर्ण मूल्य, नैतिकता और सामाजिक मानदंड लेकर चलती हैं जो व्यक्तिगत पहचान और व्यवहार को आकार देते हैं। इन परंपराओं को बनाए रखने में अपनी भूमिका के माध्यम से, गृहणियाँ परिवार के सदस्यों के नैतिक और नैतिक विकास में योगदान देती हैं, सम्मान, करुणा और सामुदायिक भागीदारी जैसे मूल्यों को स्थापित करती हैं।

इसके अतिरिक्त, गृहणियों द्वारा घरेलू परंपराओं के संरक्षण से व्यापक सामाजिक प्रभाव हो सकते हैं। कई पारंपरिक प्रथाएँ संधारणीय जीवन, संसाधनशीलता और पर्यावरण संरक्षण में निहित हैं। उदाहरण के लिए, पारंपरिक खाना पकाने के तरीके स्थानीय रूप से प्राप्त सामग्री और मौसमी उपज के उपयोग पर जोर दे सकते हैं, जिससे संधारणीयता को बढ़ावा मिलता है और कार्बन पदचिह्न कम होते हैं। इन प्रथाओं को कायम रखकर, गृहणियाँ घर के भीतर और बाहर पर्यावरण के प्रति जागरूक व्यवहार को बढ़ावा देने में भूमिका निभाती हैं।⁴

ये तर्क हमें यह सोचने पर मजबूर करते हैं कि घरेलू परंपराओं को पोषित करने में गृहणियों की भूमिका सांस्कृतिक विरासत के संरक्षण, मूल्यों के हस्तांतरण और स्थिरता को बढ़ावा देने के लिए अभिन्न अंग है। उनके प्रयास परिवारों की एकजुटता और लचीलेपन में योगदान करते हैं, साथ ही सांस्कृतिक पहचान और पर्यावरणीय चेतना के साथ गहरे संबंध को भी बढ़ावा देते हैं।

आइये अब हम हरित अर्थव्यवस्था में स्थिरता के स्तंभ के रूप में गृहणियों की क्षमता को उजागर करें:

प्रसिद्ध कथन, "एक महिला को शिक्षित करें और आप एक पूरी पीढ़ी को शिक्षित करते हैं" को इस तरह विस्तारित किया जा सकता है कि अगर घर की महिला (आप उसे गृहिणी कह सकते हैं) हरित पहल को समझती है, तो वह अपने पूरे परिवार के कार्बन पदचिह्नों को कम कर देगी। एक संधारणीय भविष्य के लिए हमारे प्रयासों

और योजनाओं में, गृहणियों की भूमिका को अक्सर अनदेखा कर दिया जाता है, जबकि हरित अर्थव्यवस्था पर उनका अपरिहार्य प्रभाव होता है। जबकि उनकी जिम्मेदारियाँ पारंपरिक लग सकती हैं, गृहणियों का प्रभाव घर से कहीं आगे तक फैला हुआ है, जो पर्यावरण के प्रति जागरूक प्रथाओं और संधारणीय जीवन को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

एक गृहिणी दैनिक जीवन के विभिन्न पहलुओं में शामिल कुछ सरल और कुछ बुद्धिमानी भरे कदमों से हरित घर का लक्ष्य प्राप्त कर सकती है। आइए कुछ ऐसे उपायों पर नजर डालें जिन्हें वह पर्यावरण के प्रति जागरूक प्रथाओं और टिकाऊ जीवन को बढ़ावा देने के लिए अपना सकती है:⁵

पारिस्थितिक घरेलू अनुष्ठान:

गृहणियाँ किराने की खरीदारी से लेकर अपशिष्ट प्रबंधन तक, घरेलू निर्णय लेने में प्राथमिक प्रभावकारक होती हैं। अपने घरों में संधारणीय प्रथाओं को अपनाकर और बढ़ावा देकर, वे परिवार के कार्बन पदचिह्न को कम करने में महत्वपूर्ण योगदान देती हैं। इसमें पुनर्चक्रण, खाद बनाना, जल संरक्षण और ऊर्जा दक्षता जैसी प्रथाओं की वकालत करना और उन्हें लागू करना शामिल है।

एकल-उपयोग वाले उत्पादों के स्थान पर पुनरुत्पाद्य वस्तुओं का चयन करके, जैसे कागज के तौलिये के स्थान पर कपड़े के नैपकिन या डिस्पोजेबल प्लास्टिक की बोतलों के स्थान पर पुनः प्रयोज्य पानी की बोतल, वह सक्रिय रूप से घर के पर्यावरणीय प्रभाव को कम करती है।

अपशिष्ट प्रबंधन:

खाद्य अपशिष्ट को कम करने के लिए, गृहिणी रचनात्मक तरीके से रसोई के कचरे का उपयोग बगीचे के लिए खाद बनाने के लिए कर सकती है। कांच के जार, पुराने फर्नीचर या कपड़ों जैसी वस्तुओं का पुनः उपयोग करके, वह घर के भीतर एक परिपत्र अर्थव्यवस्था में योगदान देती है। पुराने कपड़ों को पुनः उपयोग करने योग्य शॉपिंग बैग में बदलना या त्यागे गए सामानों से सजावटी सामान बनाना जैसे अपसाइक्लिंग प्रोजेक्ट में शामिल होना, अपशिष्ट को कम करने के प्रति उनकी प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

एक गृहिणी अपने घर पर एक व्यापक अपशिष्ट प्रबंधन प्रणाली लागू कर सकती है, जिसमें पुनर्चक्रण योग्य वस्तुओं को अलग करना, जैविक अपशिष्ट से खाद बनाना, तथा समग्र अपशिष्ट उत्पादन को कम करना शामिल है।⁶

ऊर्जा दक्षता:

आज के दिन के लिए निर्णय लेने वाली महिला, जो कि सामान्य से लगने वाले कामों को भी करती है, ऊर्जा संरक्षण के लिए छोटी-छोटी पहल कर सकती है, जैसे: तापदीप्त बल्बों को ऊर्जा-कुशल एलईडी लाइटों से बदलना, उपयोग में न होने पर इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों को अनप्लग करना और स्टैंडबाय बिजली की खपत को कम करने के लिए स्मार्ट पावर स्ट्रिप्स में निवेश करना। जब भी संभव हो कपड़े

सुखाने की मशीन का उपयोग करने के बजाय कपड़े हवा में सुखाने की एक छोटी सी आदत बनाना भी बहुत मददगार हो सकता है।

जल संरक्षण:

लगभग हर शहरी घर में आरओ के इस्तेमाल से बहुत सारा पानी बर्बाद हो जाता है। अगर महिला इस पानी का दोबारा इस्तेमाल करे तो हम गिरते भूजल स्तर को नियंत्रित कर सकते हैं। शहरों में पानी की भारी कमी चिंता का विषय है। धरती माता के प्रति थोड़ी सहानुभूति दिखाई जा सकती है अगर घर की माँ नल और पाइप में किसी भी लीक को तुरंत ठीक करने का ध्यान रखे, पानी के इस्तेमाल को कम करने के लिए कम प्रवाह वाले नल और शॉवरहेड लगाए या पौधों और बगीचों को पानी देने के लिए बारिश के पानी को इकट्ठा करे। ये छोटी-छोटी आदतें बहुत आगे तक ले जाती हैं।¹⁵

संधारणीय खरीदारी:

गृहिणी स्थानीय किसानों का समर्थन करने और परिवहन से जुड़े कार्बन पदचिह्न को कम करने के लिए स्थानीय रूप से प्राप्त और मौसमी उपज को प्राथमिकता दे सकती है। वह कम से कम पैकेजिंग वाले उत्पाद चुन सकती है या अपशिष्ट को कम करने के लिए थोक विकल्प चुन सकती है। कई महिलाएँ अब कपड़ों, फर्नीचर और घरेलू सामानों के लिए सेकंड-हैंड शॉपिंग को भी अपनाने लगी हैं।

घर पर बागवानी:

चूँकि वह अपने परिवार को ताजी और बिना मिलावट वाली उपज उपलब्ध कराने की परवाह करती है, इसलिए अगर वह घर पर ही जड़ी-बूटियाँ, सब्जियाँ और फल उगाती है तो वह हरित अर्थव्यवस्था में योगदान दे सकती है। रसोई के कचरे से खाद बनाकर बगीचे को पूरक बनाएँ और एक बंद लूप प्रणाली बनाएँ और स्थानीय जैव विविधता का समर्थन करने और पानी की जरूरतों को कम करने के लिए बगीचे में देशी पौधे भी लगाएँ। यह न केवल परिवार के लिए ताजा और स्वस्थ भोजन की आपूर्ति सुनिश्चित करता है बल्कि स्टोर से खरीदारी में शामिल परिवहन और पैकेजिंग की जरूरत को भी कम करता है।

बुद्धिमानी से संसाधन प्रबंधन:

गृहिणियाँ घर के भीतर संसाधन प्रबंधन में उत्कृष्ट हैं। कुशल भोजन योजना से लेकर पानी और ऊर्जा की बर्बादी को कम करने तक, देखभाल करने वालों के रूप में उनकी भूमिका संसाधनों के सावधानीपूर्वक और जिम्मेदारी से उपयोग तक फैली हुई है। यह मितव्ययी दृष्टिकोण न केवल परिवार के लिए लागत बचत में योगदान देता है बल्कि स्थिरता और संरक्षण के सिद्धांतों के साथ भी संरेखित होता है।

परिवार के भीतर पर्यावरण शिक्षा:

पालन-पोषण करने वाली और देखभाल करने वाली के रूप में, गृहिणियाँ अपने बच्चों के मूल्यों और व्यवहार को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। परिवार के भीतर पर्यावरण शिक्षा प्रदान

करके, वे ग्रह के प्रति जिम्मेदारी की भावना पैदा करती हैं। बच्चों को संरक्षण, पुनर्चक्रण और प्रकृति के प्रति सम्मान के महत्व के बारे में सिखाना सुनिश्चित करता है कि आने वाली पीढ़ियाँ हरित अर्थव्यवस्था के प्रति दृढ़ प्रतिबद्धता के साथ बड़ी हों।

स्थायी जीवन के महत्व पर परिवार में नियमित चर्चा करने, निर्णय लेने की प्रक्रिया में परिवार के सदस्यों को शामिल करने और बच्चों को आयु-उपयुक्त गतिविधियों में शामिल करने से पूरे परिवार में व्यवहार निर्माण हो सकता है।

समुदाय के साथ जुड़कर, पड़ोसियों के साथ मिलकर और लगातार नए तरीके सीखकर, एक गृहिणी दैनिक जीवन में टिकाऊ प्रथाओं को व्यवस्थित रूप से एकीकृत कर सकती है, जिससे एक हरित घर का निर्माण हो सकता है जो एक बड़ी हरित अर्थव्यवस्था में योगदान देता है।

गृहिणी के बुद्धिमानी भरे हस्तक्षेप हरित अर्थव्यवस्था के विभिन्न पहलुओं पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकते हैं। विचारशील और जानबूझकर किए गए कार्यों के माध्यम से, गृहिणियाँ अपने घरों और समुदायों में स्थायी जीवन के लिए प्रभावशाली अधिवक्ता बन सकती हैं।¹⁶

प्रेरणा की स्रोत:

यह नहीं भूलना चाहिए कि छोटे-छोटे कदम भी समय के साथ महत्वपूर्ण सकारात्मक बदलाव ला सकते हैं। और यह सिर्फ एक कहावत नहीं है, पर्यावरणविदों और गृहिणियों सहित कई व्यक्तियों ने यह साबित किया है कि इसके लिए बस पहला छोटा कदम ही काफी है। उनकी कहानियाँ हमें संधारणीय प्रथाओं को अपनाने और एक हरित ग्रह के निर्माण में योगदान देने के लिए प्रेरित करती हैं। मैं यहाँ उनमें से दो का उल्लेख करूँगा, जिन्होंने अपने परिश्रमी प्रयासों के कारण बहुत प्रशंसा और सार्वजनिक रुचि अर्जित की है।

सालूमारदा थिमक्का, वृक्षारोपण में अपने असाधारण योगदान के लिए प्रसिद्ध हैं। उन्होंने और उनके पति ने राजमार्ग के चार किलोमीटर के हिस्से में लगभग 400 बरगद के पेड़ लगाए और उनकी देखभाल की। चुनौतियों का सामना करने के बावजूद, थिमक्का के प्रयासों को व्यापक मान्यता मिली है, और उन्हें पर्यावरण संरक्षण के लिए कई पुरस्कार मिले हैं।

सुनीता नारायण एक पर्यावरणविद् और सेंटर फॉर साइंस एंड एनवायरनमेंट (CSE) की महानिदेशक हैं। वे सतत विकास, जल संरक्षण और जलवायु परिवर्तन शमन की प्रमुख पैरोकार रही हैं। नारायण के काम ने न केवल नीति को प्रभावित किया है, बल्कि लोगों को अपने दैनिक जीवन में पर्यावरण के अनुकूल प्रथाओं को अपनाने के लिए भी प्रेरित किया है।

आप गृहिणी हों या कोई पदधारी, आपको केवल हरित भविष्य के प्रति जुनून और ग्रह के प्रति सहानुभूति की आवश्यकता है, ताकि आप नवीनता ला सकें और टिकाऊ प्रथाओं की शुरुआत कर सकें।

निष्कर्ष

माताओं, पत्नियों और देखभाल करने वालों के रूप में अपनी पारंपरिक भूमिकाओं से परे, गृहिणियाँ अपने घरों की सीमाओं के भीतर हरित

अर्थव्यवस्था के वास्तुकारों के रूप में काम करती हैं। वे इस यात्रा में एक मौन लेकिन प्रभावशाली शक्ति के रूप में उभरती हैं। उनका प्रभाव घर से कहीं आगे तक फैला हुआ है। दैनिक विकल्पों, सामुदायिक जुड़ाव और अगली पीढ़ी को मूल्यवान सबक प्रदान करने के माध्यम से, वे टिकाऊ जीवन प्रथाओं में महत्वपूर्ण योगदान देती हैं।

अनुशासण

गृहिणियों के योगदान को पहचानना और उनका सम्मान करना एक स्थायी और पर्यावरण के प्रति जागरूक समाज को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक है। जैसा कि हम हरित अर्थव्यवस्था की ओर इस मार्ग पर गुमनाम नायिकाओं के रूप में उनकी भूमिका को स्वीकार करते हैं, यह स्पष्ट है कि गृहिणियों को ज्ञान, समर्थन और अवसरों के साथ सशक्त बनाना उनके प्रभाव को बढ़ा सकता है, घरों को स्थायी प्रथाओं के केंद्रों में बदल सकता है जो व्यापक समुदाय में फैलते हैं और एक हरित और अधिक टिकाऊ दुनिया के निर्माण के सामूहिक प्रयास में योगदान करते हैं।

सन्दर्भ सूची

1. बासाराबा, एड्रियन, और क्रिस्टीना माटियूटा। त्रेंडर और स्थायी विकास इन इंडिया।:- रेविस्टा यूनिवर्सिटारा डे सोसिओलोजी १७.३ (२०२०).
2. डेका, त्रिशमणि। हरित विकास प्रक्रिया में महिलाओं की भूमिका।:- इंटरनेशनल जर्नल ऑफ सोशल साइंस एंड इकोनॉमिक रिसर्च ६०.६ (२०२०): १७२६-१७३१.
3. जैक्सन, सेसिल। त्रॉइंग व्हाट कम्स नेचरली? महिलाएं और एनवायरनमेंट इन डेवलपमेंट।:- वर्ल्ड डेवलपमेंट २१.१२ (१९९३)रू १९४७-१९६३.
4. जैन, प्रियंका, पूर्वी नामदेओ, और श्वेता राठोड़। त्रमहिलाओं पार्टिसिपेशन इन एनवायरनमेंटल मैनेजमेंट।:-
5. लुथरा, अमन। त्रहाउसवाइव्स और मेड्स: द लेबर ऑफ हाउसहोल्ड रीसायक्लिंग इन अर्बन इंडिया।:- एनवायरनमेंट एंड प्लानिंग ई: नेचर एंड स्पेस ४.२ (२०२०)रू ४७५-४९८.
6. महौर, कन्हिया। त्रमहिलाओं की भूमिका इन एनवायरमेंट कंसर्वेशन।:- जर्नल ऑफ एडवांस्ड लेबोरेटरी रिसर्च इन बायोलॉजी ७.१ (२०१६)रू १७-२६.
7. नरेत ग्वारेरो, एम., और अंके स्टॉक। त्रग्रीन इकोनॉमी फ्रॉम ए जेंडर पर्सपेक्टिव।:- (२०१२).
8. शैलजा, आर। त्रमहिलाएं, एनर्जी और स्थायी डेवलपमेंट।:- एनर्जी फॉर स्थायी डेवलपमेंट ४.१ (२०००)रू ४५-६४.
9. व्यास, धवल। त्रडोमेस्टिक आर्टिफैक्ट्सरू स्थायीता इन द कॉन्टेक्स्ट ऑफ इंडियन मिडल क्लास।:- प्रोसीडिंग्स ऑफ द फॉर्थ इंटरनेशनल कॉन्फरेंस ऑन इंटरकल्चरल कॉलेबोरेशन। २०१२.