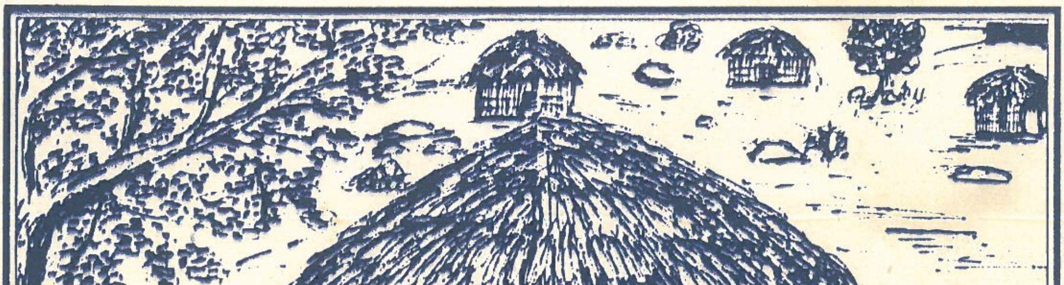
हाकारा

वर्ष सोळावे ☐ अंक पहिला - दुसरा

जानेवारी - जून १९९५



महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद

स्फूर्तिस्थान / प्रेरणा : *कै. प्रा. गं. बा. सरदार*

— : कार्यकारी मंडळ : —

अध्यक्ष : डॉ. पी. व्ही. सुखात्मे (पद्मभूषण)

उपाध्यक्ष : प्रा. व्ही. जी. पेंढारकर

मुख्य सचिव : प्रा. रा. के. मुटाटकर

खजिनदार : डॉ. व्ही. एस. कुलकर्णी

सभासद : डॉ. एन. एस. देवधर

: डॉ. बी. व्ही. भानू

: डॉ. मिलिंद बोकील

: डॉ. एस. जी. देवगांवकर

: ॲड. पद्माकर वळवी

कष्टकरी जनता, भूषण भारता, वंदन करितो पददलिता !

महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषदेचे त्रैमासिक

हाकारा

— अनुक्रमणिका —

संपादकीय

१)	**राणीपूर गावाबद्दल थोडेसे**	*: सोनाली नगरकर, अंजली गणपुले*	१
२)	**आदिवासींचे जीवनचक्र**	*: अंजली गणपुले*	५
३)	**राणीपूर मधील स्त्रियांचा दर्जा व आरोग्य**	*: अनुप्रिता कार्यकर्ते*	१२
४)	**राणीपूर मधील बालसंगोपनाच्या पद्धती व बालकांचे आरोग्य**	*: अनुप्रिता कार्यकर्ते*	१९
५)	**आदिवासींच्या शरीराबद्दलच्या संकल्पना**	*: सोनाली नगरकर*	२६
६)	**राणीपूरमधील आदिवासींचे दारूचे व्यसन**	*: मुग्धा पोतनीस*	४०
७)	**आरोग्य, अनारोग्य व आहार**	*: मुग्धा पोतनीस*	४७
८)	**सातपुड्यातील आदिवासींच्या आरोग्य स्थितीचे ओझरते दर्शन**	*: डॉ. रॉबिन त्रिभुवन*	५९
	कविता	*: पुरुषोत्तम आगाशे*	६५

वर्ष सोळावे : अंक - पहिला-दुसरा
जानेवारी - जून १९९५

संपादक
रामचंद्र मुटाटकर

कार्यकारी संपादक
ग. शां. पंडित

चित्रकार व संपादन सहाय्य
पुरुषोत्तम आगाशे

मूल्य रु. ३०/-

प्रकाशक
रा. के. मुटाटकर
सचिव, महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद यांच्यासाठी
मे. ओमेगा ऑफसेट
२ व ३, एमरॉल्ड कार्नर
टिळकवाडी,
बेळगांव - ५९०००६.
फोन : ४२४१२४
येथे छापून पुणे येथे प्रसिध्द केले

पत्रव्यवहाराचा पत्ता
महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद
६४, आनंद पार्क, औंध,
पुणे - ४११ ००७.
फोन : ३३७२१९

अंकात व्यक्त झालेल्या लेखकांच्या विचारांशी किंवा मतांशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही.

संपादकीय....

'हाकारा' चा हा अंकही एक विशेषांकच आहे; परंतु नेहमीच्या अंकापेक्षा निश्चित वेगळा ठरणारा आहे. कारण या अंकात एका आदिवासी गावाचे, तेथील लोकांच्या जीवन, संस्कृती व समस्यांचे प्रातिनिधिक चित्र रेखाटले आहे. पुणे विद्यापीठातील आरोग्यशास्त्र विभागातील प्रथम वर्षाच्या विद्यार्थ्यांचे एक अभ्यास शिबीर धुळे जिल्ह्यातील शहादा तालुक्याच्या 'राणीपूर' या गावी आयोजित केले होते. दहा दिवसांच्या या शिबिरात या विद्यार्थ्यांनी गावातील भिल्ल, पावरा लोकांच्या सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक जीवन-समस्यांचा, त्याचप्रमाणे पर्यावरण, शरीरशास्त्र, आहारशास्त्र, लोकसंख्याशास्त्र, इत्यादी विषयांचा सामाजिक दृष्टिकोनातून अभ्यास केला व त्यातून निष्कर्षाप्रत आलेले काही मुद्दे आपल्या लेखांतून मांडले. या अभ्यासातून विद्यार्थ्यांना आदिवासी जीवनाची ओळख व्हावी, व त्यांना क्षेत्रीय कामाचा अनुभव मिळावा हाही उद्देश होता. हा एक प्रशिक्षणाचा भाग म्हणता येईल.

'इ.स. २००० पर्यंत सर्वांसाठी आरोग्य' हे जागतिक आरोग्य संघटनेने दिलेले उद्दिष्ट गाठण्यासाठी इतर विकसनशील देशांप्रमाणे भारत सरकारही प्रयत्नशील आहे. खेड्या-पाड्यातून आरोग्य सेवांचे जाळे उभारण्याच्या दिशेने वाटचाल सुरू आहे. लोकांना आरोग्य लाभावे यासाठी सुरक्षित पाणी पुरवठा, सार्वजनिक व वैयक्तिक स्वच्छता, वीज, रस्ते इत्यादी मूलभूत गोष्टी आवश्यक आहेतच; परंतु लोकांचाही आरोग्याकडे बघण्याचा दृष्टिकोन बदलायला हवा. त्यांच्या गैरसमजुती, अंधविश्वास नष्ट व्हायला हवा. राणीपूरच्या अभ्यासात विद्यार्थ्यांना अशा काही गोष्टी आढळल्या, परंतु या लोकांमधील आरोग्याविषयीचे, शरीरशास्त्राविषयीचे ज्ञानही कौतुकास्पद आहे. त्यांना असलेल्या वनौषधींच्या उपचारांच्या माहितीचा उपयोग निश्चित करून घेता येईल. डोंगरदऱ्यात, जंगलात राहणाऱ्या या आदिवासींचे विचार बरेच प्रगल्भ आहेत. परंतु दळवळणाच्या साधनांचा, शिक्षणाचा अभाव यामुळे हे विचारही डोंगरदऱ्यातच दडले गेलेत.

प्रत्यक्ष मुलाखती, काही निरीक्षणे, गटचर्चा, नकाशे, चित्रे या पद्धती व माध्यमांतून विद्यार्थ्यांनी भिल्ल-पावरांच्याकडून अत्यंत बहुमोल अशी माहिती उपलब्ध केली आहे. या माहितीतून काही संकलित स्वरूपाचे लेख या अंकात दिलेले आहेत. या सर्व माहितीचा उपयोग सामाजिक शास्त्रांचा अभ्यास करणाऱ्या विद्यार्थ्यांना, तसेच लेखक, कार्यकर्ते, शिक्षक यांनाही चांगला होऊ शकेल. अंकाबद्दलच्या प्रतिक्रिया जाणून घेण्यास आम्ही उत्सुक आहोतच.

— संपादक

महाराष्ट्र राज्य साहित्य व संस्कृती मंडळाने या नियतकालिकास अनुदान दिले असले तरी नियतकालिकातील लेखकांच्या विचारांशी मंडळ व राज्य शासन तसेच परिषद व हाकाराचे संपादक सहमत असतीलच असे नाही.

6281 1B

राणीपूर गावाबद्दल थोडेसे...

सोनाली नगरकर, अंजली गणपुले

पुणे विद्यापीठातील आरोग्यशास्त्र विभागाने अभ्यासक्रमाचा एक भाग म्हणून प्रथम वर्ष पदव्युत्तर विद्यार्थ्यांसाठी जानेवारी १९९५, मध्ये अभ्यास शिबीर आयोजित केले होते. ५ ते १५ जानेवारी असे हे दहा दिवसांचे शिबीर धुळे जिल्ह्यातील, शहादा तालुक्यातील, राणीपूर या आदिवासी खेड्यामध्ये पार पडले. शहाद्याच्या ईशान्येकडे २८ कि.मी. अंतरावर सातपुड्याच्या पायथ्याशी वसलेल्या ह्या खेड्याचा विस्तार १०५१ हेक्टर्स एवढा आहे. महाशिवरात्रीच्या यात्रेसाठी प्रसिद्ध असलेले 'तोरणमाळ' हे धार्मिक क्षेत्र, तसेच थंड हवेचे ठिकाण येथून २६ कि. मी. वर आहे. राणीपूरमधील 'भिल्ल' आणि 'पावरा' या दोन जमातींचे लोक महाशिवरात्रीला येथे जातात.

भिल्ल आणि पावरा या दोन आदिवासी जमातींव्यतिरिक्त, रजपूत, मराठा, बौद्ध इ. लोकांचेही या खेड्यात वास्तव्य आहे. या खेड्यातील १२६१ या एकूण लोकसंख्येपैकी ९०७ लोक पावरा जमातीचे, २८५ लोक भिल्ल जमातीचे तर ६९ लोक इतर जातींचे आहेत. पावरा हे भिल्लांपेक्षा सामाजिक आणि आर्थिक दृष्टीने पुढारलेले आहेत. ह्या दोनही जमातीचे लोक जरी एकाच खेड्यात राहात असले, तरी त्यांनी आपल्या सांस्कृतिक परंपरा अजूनही जतन केल्या आहेत. शहाद्याकडून तोरणमाळकडे जाणाऱ्या मुख्य डांबरी रस्त्याच्या दोन्ही बाजूला वसलेले 'राणीपूर' निसर्ग सौंदर्याने नटलेले आहे. गावाच्या पश्चिमेकडे असलेल्या डोंगराच्या पायथ्याकडून तापी नदीची उपनदी वाहते. मात्र पिण्याच्या पाण्याचा पुरवठा, गावाच्या पूर्वेकडे असलेल्या टेकडीवरील टाकीमधून होतो. याच टेकडीवरून संपूर्ण गावाचे निरिक्षण केल्यास तीन विभिन्न प्रकारची घरे नजरेस पडतात. शाकारलेली, कौलारू व पत्र्याची छते असणारी ही घरे भिल्ल व पावरा यांच्या सामाजिक व आर्थिक स्थितीची विभिन्नता दर्शवितात.

भिल्लांची घरे ही पावरा घरांपेक्षा आकाराने लहान असतात. या आदिवासींच्या घराचे प्रमुख वैशिष्ट्य म्हणजे घरात फक्त चुलीसाठीच वेगळा आडोसा केलेला असून घराची वेगवेगळ्या खोल्यांत विभागणी केलेली नसते. या घरांना जरी स्वतंत्र खिडक्या नसल्या तरी बांबूच्या ताटलांपासून बनवलेल्या भिंतींमुळे घरात उजेड व हवा खेळती रहाते. गाई-गुरांना यांच्या जीवनात महत्त्वाचे स्थान असल्याने त्यांच्यासाठी घरातच गोठा असतो.

पोषाख व अलंकार : महाराष्ट्र व गुजरात यांच्या सीमेवर वसले असल्याने या दोनही संस्कृतीचा संगम यांच्या पोषाखात दिसून येतो. येथील स्त्रिया, काष्टा घालून गुजराती पद्धतीने डोक्यावरून पदर घेतात. पुरुष मुख्यतः गुडघ्यापर्यंत धोतर व लांब बाह्यांचा कुडता असा पोषाख करतात. साधारणतः वयाच्या १२ वर्षापर्यंत येथील मुली परकर पोलके वा स्कर्ट ब्लाऊज घालतात व मुले शर्ट व अर्धी चड्डी घालतात. वयात आलेल्या मुली मोठ्या स्त्रियांप्रमाणेच पोषाख घालतात. स्त्रिया आणि वयात आलेल्या मुली चांदीच्या अलंकारांनी नटलेल्या असतात. गळ्यामध्ये 'अहाडी', 'मंगळसूत्र' दंडामध्ये 'वेल्या', 'बांगडा', कानात लोंबते चांदीचे कानातले तर पुरुष हातामध्ये चांदीचे कडे घालतात. लहान मुली प्लॅस्टिकचे दागिने घालतात.

प्रमुख आणि जोड व्यवसाय :

'शेती' हा भिल्ल आणि 'पावरा' या दोनही जमातींचा प्रमुख व्यवसाय असून मुख्यत: हे लहान प्रमाणात शेती करतात. शेती मुख्यत: पावसाच्या पाण्यावर अवलंबून असते. याशिवाय काही जण रोजंदारीवर मजूर म्हणून शेतीत अथवा बांधकाम व्यवसायात काम करतात. जंगलातून लाकूडफाटा आणणे, शेतात कामे करणे ही कामे विशेषत: स्त्रिया करतात. जवळच्या जंगलामध्ये उपलब्ध असलेल्या 'महुआ' ह्या झाडाच्या फुलांपासून स्थानिक दारू बनविण्याचा व्यवसायही काहीजण करतात. ही दारू नदीच्या काठावर बनविली जाते. राणीपूरमधील व्यवसायांची विभिन्नता खाली दिलेल्या तक्त्यामधून स्पष्ट होईल.

व्यवसाय प्रकार	पावरा	भिल्ल	इतर	एकूण
१. शेतकरी	२३१	५१	०५	२८७
२. शेत आणि बांधकाम मजूर	११८	६३	०२	१८३
३. शिक्षक	००८	०१	०३	१२
४. लघु उद्योग	०५	०१	०७	१३
५. सुईण	—	०२	—	०२
६. खाजगी किंवा सरकारी नोकरी	११	०१	०१	१३

भिल्ल आणि पावरांच्या शिक्षणाचा दर्जा :

राणीपूरमध्ये सहा वर्षापर्यंतच्या मुलांसाठी अंगणवाडी, जिल्हा परिषदेची प्राथमिक शाळा तसेच शासकीय आश्रमशाळा असूनही निरक्षरता खूप मोठ्या प्रमाणावर आहे. खाली दिलेल्या तक्त्यामधून हे अधिक स्पष्ट होईल.

शिक्षण	पावरा			भिल्ल		
	स्त्री	पु.	एकूण	स्त्री	पु.	एकूण
१. निरक्षर	२९५	३६१	६५६	११६	१२८	२४४
२. अंगणवाडी	०११	०१३	०२४	००६	००२	००८
३. पहिली ते चौथी	०६५	०३५	१००	००७	००५	०१२
४. पाचवी ते सातवी	०२९	०१४	०४३	००६	००५	०११
५. आठवी ते दहावी	०३७	०१३	०५०	००४	००२	००६
६. दहावी ते बारावी	०१५	००१	०१६	००३	—	००३
७. महाविद्यालय	००६	००१	००७	—	—	—
८. पदवीधारक	००५	—	००५	००१	—	००१
९. पदव्युत्तर शिक्षण	००२	—	००२	—	—	—
१०. डी. एड्.	००३	००१	००४	—	—	—

राणीपूरमधील उपलब्ध असलेल्या सुविधा

१. वीज व पाणीपुरवठा :

राणीपूरमध्ये विजेचा पुरवठा फक्त व्यावसायिक उपयोगासाठी होत असल्याने काही घरांमधूनच वीज पोहोचलेली दिसून येते. पाणी पुरवठ्यासाठी विजेचा उपयोग केला गेला नसल्याने विहीर, हातपंप व टाकी यातूनच पिण्याच्या पाण्याचा पुरवठा येतो. मात्र इतर रोजच्या कामांसाठी नदीच्या पाण्याचा वापर केला जातो. गावामध्ये एकच विहीर असून, त्याच्यातील पाणी मुख्य टाकीत नेले जाते आणि तेथून जमिनीखाली असलेल्या नळाद्वारे ते सर्व गावाला पुरविले जाते.

खेड्यामध्ये कोठेही शौचालये किंवा स्नानगृहे नाहीत. यासाठी स्त्रिया नदीच्या पूर्व भागाकडे जातात, तर पुरुष पश्चिमेकडे. मासिक पाळीच्या वेळी मात्र

स्त्रियांना नदीवर आंघोळीसाठी जाण्यास बंदी असते.

२. शैक्षणिक सुविधा :

अंगणवाडी : सहा वर्षाखालील मुलांना एकात्मिक बाल विकास योजने अंतर्गत 'सुखडी' किंवा खिचडी पुरवली जाते. इयत्ता पहिली ते चौथी पर्यंत येथे प्राथमिक शाळा असून ती जिल्हा परिषदेमार्फत चालविली जाते. जिल्हा परिषदेची माध्यमिक शाळा (पाचवी ते दहावी) येथून १२ कि. मी. अंतरावर असलेल्या म्हसावद या गावी आहे.

आश्रमशाळा : प्राथमिक शाळेमधून उत्तीर्ण झालेली आदिवासी आणि इतर मुले आश्रमशाळेमध्ये प्रवेश घेतात. आश्रमशाळा इयत्ता पहिली पासून इयत्ता दहावी पर्यंत आहे. बाहेरगावच्या मुलामुलींना राहण्यासाठी आश्रमशाळेजवळच दोन स्वतंत्र वसतिगृहे आहेत.

३. संपर्क सुविधा :

पोस्ट ऑफिस : राणीपूरमध्ये मुख्य पोस्ट ऑफिसची शाखा असून तेथून दूरध्वनीची सुविधा आहे. मात्र आमच्या दहा दिवसाच्या वास्तव्यात हा दूरध्वनी चालू स्थितीत नव्हता.

रस्ते : शहाद्यापासून तोरणमाळ पर्यंत जाण्यासाठी पक्का रस्ता असून हा फारसा चांगला स्थितीत नाही. तोरणमाळजवळ ह्या रस्त्याचे बांधकाम अद्याप चालू आहे.

वाहतूक व्यवस्था : राणीपूरमध्ये शहाद्यापासून ८ बसगाड्या नियमितपणे दररोज ये-जा करत असतात. ह्यापैकी ३ गाड्या राणीपूरच्या पुढे जातात. राणीपूरमधील बस थांबा हा मुख्य डांबरी रस्त्यावरच आहे.

करमणुकीची साधने : काही आदिवासींकडे स्वतःचे रेडिओ संच होते तर आर्थिक दृष्ट्या संपन्न असलेल्या आदिवासींव्यतिरिक्त लोकांकडे (उदा. रजपूत) दूरदर्शन संच देखील होते.

४. गुंतवणूक व्यवस्था :

पैसे गुंतविण्यासाठी, तसेच बैलगाडी, बैल, शेती किंवा औषधोपचार याकरिता लागणारे पैसे कर्जाच्या स्वरूपात उपलब्ध करून देण्यासाठी म्हसावद येथे एक राष्ट्रीयकृत बँक आहे.

५. इतर सुविधा :

रेशनचे दुकान : राणीपूरमध्ये एक रेशनचे दुकान असून, त्या दुकानात धान्यपुरवठा अनियमितपणे होतो. काही धान्याची दुकाने दारासिंगसारख्या आदिवासींनीही येथे थाटली आहेत.

ग्रामपंचायतीचे विविध कार्यक्रम गट ग्रामपंचायतीद्वारे येथे राबविले जातात. गावात मध्यवर्ती असलेल्या 'समाज कट्ट्यावर' एखाद्या प्रश्नावर सामुहिक चर्चा होते व निर्णय घेतला जातो.

गावामध्ये लोहार, सुतार, चांभार, कुंभार असे सर्व कारागीर असल्यामुळे गावातल्या गरजा गावातच भागविल्या जातात.

ह्या गावामध्ये पुरुषांचे एक भजनी मंडळही आहे. यात ४०-४५ पुरुष असून, आठवड्यातून एक दिवस नियमितपणे भजने म्हटली जातात. भजनाचे कार्यक्रम करण्यासाठी कधी कधी परगावीसुद्धा जातात. महिलांसाठी मात्र ही सुविधा नाही.

आरोग्यविषयक सुविधा :

येथून १२ कि.मी. अंतरावर असलेल्या 'म्हसावद' येथे 'प्राथमिक आरोग्य केंद्र' आहे. या केंद्रावर औषधांचा साठाही उपलब्ध आहे. गावामध्ये या प्राथमिक आरोग्य केंद्राचे उपकेंद्र आहे. याशिवाय राणीपूरमध्ये दोन खाजगी दवाखानेही आहेत. गुराढोरांच्या औषधोपचारासाठी येथून ४ कि. मी. वर असलेल्या 'अंबापूर' या गावी पशुवैद्यही उपलब्ध आहे. मात्र कोणालाही तातडीची आरोग्य सेवा हवी असल्यास, येथे रूग्णवाहिकेची सोय नाही.

या सर्व सुविधा येथे उपलब्ध असूनही, आमच्या दहा दिवसांच्या वास्तव्यात आम्हाला आलेले काही अनुभव :

१. आमच्या या वास्तव्यामध्ये येथे ३ बालकांचे मृत्यू झाले. त्यातील एकाचा गोवरामुळे, एकाचा हगवणीमुळे तर एकाचा कुपोषणामुळे बळी गेला.

२. याच कालावधीत ३०-३५ वर्षे वयाच्या एका भिल्लाचा मृत्यू क्षयरोगामुळे झाला.

३. लसीकरण योग्य रितीने न झाल्यामुळे गावातील दोन मुले पोलिओग्रस्त होती. इतर रोगांसाठीही गावातील मुलांचे योग्य लसीकरण झालेले नव्हते. विशेषतः डीपीटी आणि बीसीजी यांचे बूस्टर डोसेस् मुलांना दिले गेलेले नव्हते.

४. गावातील लोकांच्या लसीबद्दल असलेल्या संकल्पनाही लसीकरण अपुरे होण्यास कारणीभूत आहेत. त्यांच्या दृष्टीने कांजिण्या, गोवर आदी रोग देवीच्या कोपामुळे होत असल्याने, लस टोचल्यास देवीच्या कोपामध्ये भर पडेल असे त्यांना वाटते.

५. वैयक्तिक स्वच्छतेच्या अभावामुळे गावातील मुलांना खरूज, हगवण असे संसर्गजन्य विकार झाल्याचे आढळून आले.

६. गर्भवती व नवप्रसूत माता लोह व फोलीक ॲसिडच्या गोळ्या उष्ण असल्याचे मानतात व त्यामुळे पोटातील अर्भकाच्या जिवितास हानी पोहोचेल, या भीतीने त्या गोळ्या घेत नाहीत.

७. कुष्ठरोगाचा संबंध हे लोक पूर्वजन्मीच्या पापांशी लावतात आणि अशी व्यक्ती आढळल्यास त्या व्यक्तीला जमिनीत जिवंत गाडले जाते.

८. काही अडचणींमुळे या गावातील ए. एन्. एम्. गावात राहून लोकांना सेवा पुरवू शकत नाही.

९. साधारणतः ३ ते ४ मुलांनंतर आदिवासी नसबंदी करून घेतात. 'लेप्रोस्कोपी' अधिक प्रमाणात केली जाते.

'हाकारा' - निवेदन

(फॉर्म ४, नियम ८ नुसार)

१.	**प्रकाशन स्थळ**	: ६४, आनंद पार्क, औंध, पुणे - ४११ ००७.
२.	**प्रकाशन काळ**	: त्रैमासिक
३.	**मुद्रक, प्रकाशक व संपादक**	: रामचंद्र केशव मुटाटकर
	राष्ट्रीयत्व	: भारतीय
	पत्ता	: ६४, आनंद पार्क, औंध, पुणे - ४११ ००७.
४.	**स्वामीत्व**	: महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद, ६४, आनंद पार्क, औंध, पुणे - ४११ ००७.

मी, रा. के. मुटाटकर जाहीर करतो की, वरील तपशील माझ्या माहितीनुसार व समजुतीनुसार खरा आहे.

३१ जानेवारी १९९६.

रा. के. मुटाटकर,
प्रकाशक.

आदिवासींचे जीवनचक्र

अंजली गणपुले

राणीपूरच्या लोकांच्यामते प्रत्येक व्यक्तीस जीवनचक्राच्या चार अवस्थांमधून जावे लागते. त्या म्हणजे जन्म, लग्न, मृत्यू आणि पुनर्जन्म. या चारही अवस्थांमध्ये त्या व्यक्तीवर वेगवेगळ्या जबाबदाऱ्या असतात. जसजसे ती व्यक्ती एका अवस्थेतून दुसऱ्या अवस्थेत जाते तसतसे त्या व्यक्तीचे समाजातील स्थान, कर्तव्ये, हक्क, बदलत जातात.

या चार अवस्थेतील प्रत्येक अवस्थेतून दुसऱ्या अवस्थेत जाताना त्या व्यक्तीवर काही संस्कार केले जातात. ज्याद्वारे त्या व्यक्तीला त्याच्या जबाबदारीची जाणीव करून दिली जाते. हे सर्व संस्कार त्या व्यक्तीच्या सामाजिक मानसिक व शारिरीक आरोग्यास कोणत्या ना कोणत्या प्रकारे तरी पूरक ठरत असतात.

येथील लोकांच्यामते पौगंडावस्थेत आल्यावर ती व्यक्ती समाजातील एक महत्त्वाचा कार्यशील घटक बनते. या अवस्थेत जरी मुला-मुलींवर कोणतेही संस्कार केले जात नसले तरी या अवस्थेमुळे त्यांच्या समाजातील स्थानात नक्कीच बदल होतो.

आदिवासी मुली साधारणतः १२ ते १४ व्या वर्षी तारुण्यात प्रवेश करतात. त्यानंतर त्या मुलीला उपवर मानले जाते. तिच्या दागिन्यात कपड्यात फरक पडतो. लहान मुली प्लॅस्टिकचे दागिने घालतात, मात्र एकदा का मुलगी उपवर झाली की तिला साडी नेसावी लागते नि चांदीचे दागिनेही घालावे लागतात. तिच्यात होणाऱ्या शारीरिक बदलांचे ज्ञान तिला तिची मोठी बहीण अथवा आई देते.

मासिक पाळीच्या दरम्यान त्यांना स्वयंपाकघरात व खळ्यात जायला बंदी असते. तसेच त्यांना नदीवर आंघोळही करू दिली जात नाही, ज्यामुळे अन्न पाणी दूषित होत नाही. तसेच त्यावेळी वापरात आलेल्या कपड्यांना उघड्यांवर टाकण्यास बंदी असते ज्यायोगे ते कपडे कोणालाही करणी करण्यास वापरता येणार नाहीत.

आरोग्यदृष्ट्या बघता हे वैयक्तिक स्वच्छतेतील काही महत्त्वाचे घटक आहेत. ज्यायोगे त्या व्यक्तीचे व समाजाचेही आरोग्य सुरक्षित राहू शकते.

पौगंडावस्थेत आल्यावर मुले लाकूड तोडायला जातात. त्यांना धोतर घालावे लागते. हळूहळू ते वडिलांच्याबरोबर शेतातली कामेही करू लागतात. वडिलधाऱ्या लोकांच्या मार्गदर्शनाखाली ते सामाजिक दृष्टीने एक उपयुक्त व्यक्ती कसे ठरतील याचे धडे घेऊ लागतात.

येथील लग्ने साधारणतः ३०-४० कि.मी. च्या परिसरातच ठरतात. काहीवेळा वडील मंडळी लग्न ठरवतात. मात्र मुला-मुलींनी एकमेकांना पसंत करून विवाह करण्याचे प्रमाण आदिवासी समाजात जास्त आहे. विवाह होण्याआधी शारीरिक संबंध ठेवण्यास या समाजात कोणतीच हरकत नसते. जर एखादी मुलगी एखाद्या मुलाला आवडली तर तो तिची संमती घेऊन आपल्या आई वडिलांना त्याबद्दल सूचित करतो. मग त्या मुलीच्या वडिलांचे सामाजिक स्थान, जात वगैरे बघून मुलाचे वडील मुलीच्या आई वडिलांकडे जातात व आपल्या मुलाला त्यांची मुलगी देण्याविषयी विचारतात. जर मुलीच्या आईवडिलांनी होकार दिला तर साखरपुडा केला

जातो. याला 'मुलगी पटणे' असे म्हणतात. यावेळी प्रथेप्रमाणे मुलीच्या वडिलांना २१५० रू. दिले जातात. मुलीची खणा नारळानी ओटी भरली जाते. मुलाची आई होणाऱ्या सुनेला लाल अथवा गुलाबी रंगाची साडी देते याला 'लागोव लुगडं' असं म्हणतात. यानंतर कोणत्याही बुधवारी अथवा शुक्रवारी लग्न ठरवले जाते. इतर दिवस लग्नाच्या दृष्टीने अशुभ मानले जातात.

लग्नाच्या दिवशी पहाटे वधुला व वराला त्यांच्या घरी आंघोळ घातली जाते. मुलीच्या घरी लग्नाच्यावेळी नेसण्याच्या साडीचे व इतर अलंकारांचे पूजन केले जाते. याला 'पाटलापूजा' म्हणतात. मुलीच्या डोक्यावर आईच्या पदरांतून दही घालून तिला आंघोळ घालतात. नंतर पूजा केलेली साडी नेसून वधू व तिच्या मैत्रिणी वगैरे उखळाची पूजा करतात आणि त्यात गहू कुटतात. त्याचेच गव्हले केले जातात.

गोरज मुहूर्तावर नवरदेव वधूच्या घरी येऊन तिला मंगळसूत्र घालतो. ते दोघेही जोडीने सर्व वडिलधारी माणसांचा आर्शीर्वाद घेतात. गोडाधोडाचे जेवण करतात आणि सर्वजण महुआची दारू पितात. त्यानंतर गावदेवाची पूजा करून वधूला सासरी पाठवले जाते. तिच्याबरोबर पाठराखिणीही जातात.

सासरी गेल्यावर उंबरठ्याची पूजा करून नववधूला घरात घेतले जाते. त्यावेळी तिच्या मैत्रिणी व सासरची मंडळी तिला म्हणतात.

'तारबाबानो लुगडो सोडदेवो नी सोडदेवो.
सासरनो लुगडो पेटेनदेवो नी पेटेनदेवो'

या गाण्यातून सर्वजण वधूला त्या घरात समरस होऊन घरातील सुखसमाधान वाढवण्याविषयी सुचवितात. लग्नाच्या दुसऱ्यादिवशी सकाळी वधू व नातेवाईक वधूच्या सासरी जातांत व गोडाधोडाचे जेवण करून महुआ पिऊन परत येतात. व येताना वधूवरांना व नातेवाईकांना आमंत्रण करतात.

भिल्ल लग्नात व पावरा लग्नात फारसा फरक नसतो. फक्त भिल्लांमध्ये लग्नाआधी दहा दिवस मुलीला हळद लावतात.

काही कारणामुळे मुलाच्या किंवा मुलीच्या घरून त्यांच्या लग्नाला परवानगी मिळाली नाही तर ते दोघेही पळून जातात आणि पंधरा दिवसांनी गावात परत येतात. अशावेळी गावचे सरपंच पुढाकार घेऊन दोनही बाजूच्या लोकांत समझोता घडवून आणतात मग पायपूजा करून त्या मुलीला सासरच्या घरात प्रवेश दिला जातो.

आदिवासी समाजात विधवा विवाहाला व घटस्फोटित स्त्री अथवा पुरुषाच्या विवाहाला समाजाकडून पूर्णतः परवानगी असते.

या सर्व गोष्टींचा बारकाईने अभ्यास केल्यास आपल्याला असे आढळते की आदिवासी समाजाच्या चालीरीती जरी आपल्या नागरी संस्कृतीपेक्षा भिन्न असल्या तरी त्या व्यक्तीच्या मानसिक, शारीरिक व सामाजिक आरोग्यास पूरक अशाच आहेत.

तेथे मुलाला व मुलीला लग्नाआधी संपूर्णतः एकमेकांना जाणून घेण्यास परवानगी आहे. तसेच मुलीच्या घरच्या लोकांनी मुलाकडच्यांनी हुंडा द्यायची पद्धत असल्याने या समाजात स्त्रियांचे स्थान नक्कीच महत्वाचे मानले गेले आहे. प्रत्येक माणसाचे आयुष्य सुखी होण्यासाठी विवाहसंस्थेचे महत्व ओळखून जे लग्न करत नाहीत त्यांना आदिवासी समाजात शारीरिक व आर्थिकदृष्ट्या कमजोर मानले जाते. विधवा विवाह व घटस्फोट घेतलेल्या पुरूषांना व स्त्रियांना दिलेल्या विवाहाच्या परवानगीमुळे अशा लोकांचेही जीवन सुखी होण्यात आदिवासी समाजाची विवाहसंस्था हातभार लावते.

आदिवासी लोकांत मुलीलाही मुलाइतकेच महत्व दिले आहे. त्यामुळे नवजात बालकावर मग तो मुलगा असो वा मुलगी सारखेच संस्कार केले जातात.

गर्भारपणात आदिवासी स्त्रीला खाण्याच्या बाबतीत, तिच्या घराबाहेर पडण्याच्या बाबतीत काही बंधने पाळावी लागतात. शक्यतो तिला ग्रहण काळात बाहेर पडू दिले जात नाही. 'ओवू' च्या झाडाखालून जाण्यास तिच्यावर बंदी असते. गर्भार स्त्रीला पपई, वांगे असे उष्ण मानले जाणारे पदार्थ खाऊ दिले जात नाहीत.

आदिवासी स्त्रीचे बाळंतपण साधारणतः दाई किंवा गावातली अनुभवी स्त्री करते. भिल्ल लोकांत पुरुषही 'पोटधरे' म्हणून बाळंतपणात मदत करतात. बाळंतपणाच्यावेळी गर्भवती स्त्री उत्तरेकडे पाय करून झोपते. असे केल्याने सूर्य त्या स्त्रीला शक्ती देतो अशी या लोकांची श्रद्धा आहे. जर बाळंतपणाच्यावेळी कोणत्याही प्रकारचा धोका उद्‌भवला तर त्या स्त्रीच्या केसात मोरपीस व आघाड्याची पाने खोचली जातात.

अर्भकाचा जन्म झाल्यावर नाळ, दगड, ब्लेड अथवा अन्य धारदार वस्तूनी कापली जाते. जर मूल रडले नाही तर नाळेची कापलेली बाजू गरम तव्यावर धरून अर्भकाला मंद झटका दिला जातो. नाळ घरातच एका कोपऱ्यात पुरली जाते. दाई खाटेची पूजा करते आणि आईला खीर किंवा रवडी असे शक्तीवर्धक पदार्थ खायला दिले जातात. जन्म झालेल्या दिवसापासूनच आई अर्भकाला अंगावर पाजू लागते.

जन्म झालेल्या दिवसापासून ते ५ व्या दिवशी पाचवीची पूजा होईपर्यंत नातेवाईक व इतर गावकरी सोयर पाळतात.

पाचव्या दिवशी आई व नवजात बाळाला नाळ पुरलेल्या ठिकाणी आंघोळ घातली जाते. जर आईनी कोणताही नवस केला असेल तर तो फेडला जातो. याच दिवशी दाई अथवा वडिलधारी मंडळी लहान मुलाचे नामकरण करतात.

यानंतर ते मूल एक वर्षाचे झाल्यावर 'जावूळ' किंवा 'झामबाझ' केले जाते यात मुलाचा मामा मुलाचे थोडे केस कापतो. आणि मुलाला काहीतरी भेट देतो.

आदिवासी लोक लहान मुलांना वयाच्या तिसऱ्या-चौथ्या वर्षापासूनच स्वावलंबी बनवायला सुरुवात करतात.

या सर्व गोष्टीतून असे लक्षात येते की आदिवासी समाजात मुलाबरोबरच आईच्याही आरोग्याकडे पूर्णतः लक्ष दिले जाते. सोयर पाळणे, मूल जन्मल्यानंतर आईला शक्तीवर्धक अन्न देणे, नवस फेडणे या सर्वांत कोठे न कोठे मुलाच्या व आईच्या आरोग्याचा विचार केलेलाच असतो. नाळ पुरल्याने बाळावर कोणाला करणी करता येत नाही असा या लोकांचा विश्वास आहे. म्हणजे अप्रत्यक्षरीत्या हे लोक त्या नाळेमुळे होऊ शकणाऱ्या संसर्गाला आळाच घालत असतात. जर बाळंतपणात कोणताही धोका संभावला तरी ते त्यांच्या पद्धतीने औषधोपचार करतात.

पण एवढे सगळे करूनही काहीवेळा आईचा वा मुलाचा मृत्यू होऊ शकतो. केव्हा केव्हा आपल्या जगात कोणीही जन्माला आले तरीही त्याला मरावेच लागते हा एक अलिखीत नियम आहे.

आदिवासी समाजात चार वर्षांपर्यंतच्या लहान मुलाचा मृत्यू झाल्यास त्याला जमिनीत पुरले जाते. मात्र त्यापेक्षा जास्त वय असलेल्या व्यक्तीला जाळले जाते. बायकांना स्मशानात प्रवेश दिला जात नाही. प्रेताचे दहन त्या व्यक्तीचे वडील, मोठा भाऊ किंवा कोणीच नसल्यास गावातील प्रमुख व्यक्ती करतात. जाळण्याआधी प्रेताच्या तोंडात महुआच्या दारूचे थेंब टाकले जातात.

व्यक्ती मेल्याच्या अकराव्या दिवशी एक दिवा लावला जातो. राखेचा अथवा चाळलेल्या पीठाच्या ढिगावर एका कोपऱ्यात हा दिवा ठेवला जातो. त्या दिव्याबरोबरच मृतात्म्यासाठी उडदाचा पापड व

महुआ ठेवली जाते. तसेच चारोळीच्या बियाही ठेवल्या जातात.

दिवा लावल्यावर संध्याकाळी सगळे घराबाहेर जातात आणि भगत घराच्या बाहेरील तट्ट्यांवर आवाज करून मृतात्म्याला घराबाहेर घालवतात. त्यानंतर घरात जाऊन दिवा ठेवलेल्या पीठावरचे ठसे बघतात. त्यांच्या मते मृतात्मा जाताना, पुनर्जन्म कोणत्या रूपा[illegible]गार ह त्या ठशांमार्फत सांगून जातो. बाराव्या दिवशी सप्रेमभेट केली जाते. ज्यात मेलेल्या व्यक्तीच्या नातेवाईकांना गावकरी भेट देतात. त्याच दिवशी दुपारी गावजेवण दिले जाते.

तेराव्या दिवशी मृत व्यक्तीच्या आठवणी प्रित्यर्थ कोंबड्याचा बळी दिला जातो. व गावाबाहेर **'खत्री'** म्हणजेच दगडाचे स्मारक बांधले जाते. खत्रीच्या उंचीवरून त्या मेलेल्या व्यक्तीचे गावातील स्थान दिसून येते.

आदिवासी लोकांचा पुनर्जन्मावर विश्वास आहे त्यांच्या मते मेलेली व्यक्ती मरणानंतर कुत्रा, माकड, अस्वल, मांजर, डुक्कर, घोरपड, वाघ, अशा सात जन्मांच्या चक्रातून जाऊन पुन्हा त्याच गावात पुनर्जन्म घेते.

अशातऱ्हेने त्यांचे जीवनचक्र सतत चालूच राहते. आदिवासी लोकांचा भूत-खेत व तत्सम गोष्टींवर अतिशय विश्वास असतो. कोणतीही वाईट गोष्ट घडली की ते त्याचा संबंध दैवी कोप, भूतबाधा याच्याशी जोडतात.

असे जरी असले तरी त्यांच्या सर्वच गोष्टी आरोग्याला बाधक आहेत असे नाही. त्यांचा समाज विशिष्ट चालीरितींच्या बंधनांनी बांधलेला असतो.

जसे वैयक्तिक पातळीवर व्यक्ती वरील जीवनचक्रातून जाऊन जीवन जगत असते तसेच सामाजिक पातळीवरही त्या व्यक्तीला एक स्थान असते.

समाजाचा घटक म्हणून काही कर्तव्ये प्रत्येकाला पार पाडावी लागतात. काही उत्सव सण हे सर्व समाज एकत्र येऊन पार पाडतो त्यामुळे तो एकसंध बनतो आणि त्याच्यातली आपापसातली नाती अधिक दृढ होण्यासही मदत होते.

आदिवासी खेड्याचे एक वैशिष्ट्य म्हणजे त्यांचे सण व उत्सव. प्रत्येक व्यक्तीचे जसे वैयक्तिक आयुष्य असते तसेच सामाजिक आयुष्यदेखील असते. सर्व लोकांनी एकत्र येऊन आनंद साजरा करावा म्हणून प्रत्येक समाजात कोणते ना कोणते सण असतात.

राणीपूरच्या लोकांच्या सणांविषयी जाणून घेण्याआधी त्यांच्या वर्षातील महिन्यावद्दल माहिती घेणे आवश्यक आहे. कारण या लोकांचे सण त्या त्या महिन्यांशी निगडीत आहेत.

जानेवारी	*उतारणा - चंद्र उतरतो - संक्रांत*
फेब्रुवारी	*दांडा - होळीसाठी दांडा लावतात*
मार्च	*बोव्यु - होळी*
एप्रिल	*कावा अटीव - पावसाळा*
मे	*अखात्ती - पाडवा*
जून	*डोवाव्यु*
जुलै	*बुडगुण्यु - चंद्र बुडतो*
ऑगस्ट	*राग्यु/राखेत्यु - राखीपौर्णिमा*
सप्टेंबर	*केत्यु*
ऑक्टोबर	*दोहोरू - दसरा*
नोव्हेंबर	*कार्तीक - दिवाळी*
डिसेंबर	*पोवु - पोळा*

हे सर्व महिने चंद्राच्या स्थितीवरून काढलेले आहेत. प्रत्येक महिन्याला त्या महिन्यातील निसर्गाच्या स्थितीप्रमाणे व त्या महिन्यात असणाऱ्या सणाप्रमाणे नाव दिले आहे.

16281 2B

आता आपण प्रत्येक सणाची माहिती घेऊ.

होळी

होळी हा सण यांच्याप्रमाणे 'बोवालु' म्हणजेच चैत्र महिन्यात साजरा केला जातो.

होळीपौर्णिमेच्या एक महिना आधी मारुतीच्या देवळासमोर एक बांबू रोवला जातो. होळी पौर्णिमेच्या दोन दिवस आधी या बांबू शेजारीच आणखी एक बांबू उभारला जातो. या दोन बांबूच्या वरच होळीच्या दिवशी लाकडे रचली जातात.

होळीपौर्णिमेच्या दिवशी बांबूला पाटलीणीने केलेला उडीदाचा पापड, फुले, नारळ इत्यादी बांधले जाते.

त्या रात्री नविन कपडे घालून व फुलांनी सजून गावातली तरुण मुले मुली नाच करतात. तरुण मुले फुलांनी सजवलेली टोपी म्हणजेच 'टोपा' घालतात. अशा तऱ्हेने संपूर्ण रात्र आनंदोत्सव साजरा करून पहाटे ४ वाजता पाटलाच्या हस्ते होळी पेटवली जाते. प्रत्येक घरातून नारळ, शेंदूर, फुले व धान्य आणून होळीत प्रसाद म्हणून एका पिशवीतून आणले जाते. सात वेळा होळीला फेऱ्या मारून हा प्रसाद चढवला जातो.

होळीच्या सातव्या दिवशी होळीचा बांबू पाटलाद्वारे तोडला जातो. हा बांबू व उडीद पापड 'बहुबुद्ध' घेऊन घराघरात जातात व भिक्षा मागतात. यालाच 'फागे मागणे' म्हणतात. होळीवर पाणी टाकले जाते. एका कोंबड्याचा बळी दिला जातो आणि गोड पदार्थ करून गावजेवण केले जाते.

अग्नीची पूजा करणे हा या सणामागचा मुख्य उद्देश असतो. अग्नी ही प्रत्येक मानवाची एक गरज आहे. आदिमानवाने आगीचा उपयोग अन्न शिजवण्यासाठी प्राण्यांपासून स्वसंरक्षणासाठी केला व तेव्हापासूनच अग्नी देवतेची पूजा करण्याची प्रथा पडली.

अग्नीला आयुर्वेदातही महत्त्वाचे स्थान आहे. त्याला पंचमहाभूतांपैकी एक मानले जाते.

होळीची पूजा करून त्यात आपापसातील मतभेद, कलह विसरले जावेत त्यांचे दहन केले जावे हाही होळीचा एक उद्देश आहे. आणि यामुळे नक्कीच सामाजिक आरोग्यास हातभार लागतो. माणसे मनानी जवळ येतात त्यांच्यातली नाती आणखी दृढ होत जातात.

बैलपोळा

राणीपूरचे आणखी एक वैशिष्ट्य म्हणजे येथील लोक बैल, गायी यांना आपल्यातीलच एक मानतात त्यामुळे ते त्यांना घरातच बांधतात.

बैलपोळ्याच्या दिवशी बैलांना स्वच्छ धुवून रंगीबेरंगी माळा, फुले इत्यादिंनी बैलांना सजवले जाते. मग सर्वजण आपापल्या बैलांना घेऊन मारुतीच्या देवळात जातात आणि मारुतीला बैलांबरोबर पाच प्रदक्षिणा घालतात. बैलांना खायला गोड आणि हुरू म्हणजे दारू दिली जाते.

त्याच दिवशी, शेतीच्या अवजारांचे पूजन केले जाते. त्यासाठी बाजेवर अवजारे ठेवून नारळ, फुले, शेंदूर यांनी त्याची पूजा केली जाते.

पोव्यू म्हणजेच महिन्यात, शेतकऱ्यांची शेतीची कामे पूर्ण झालेली असतात त्यामुळे या महिन्यात बैलांना व अवजारांना विश्रांती दिली जाते.

अवजार व बैल ह्या आदिवासी लोकांच्या जीवनावश्यक गोष्टीमधील एक आहेत. ज्याशिवाय त्यांच्या अन्न, निवारा या मूलभूत गरजा पूर्ण होऊ शकत नाहीत. म्हणूनच त्यांचे महत्त्व ओळखून त्यांचे पूजन केले जाते.

महाशिवरात्री

आदिवासी लोकांच्या जीवनात भगवान शंकराला खूप महत्त्व आहे. याचे एक कारण म्हणजे भगवान शंकरापासून भिल्लांचा जन्म झाला अशी एक कथा आहे.

महाशिवरात्रीला राणीपूरचे लोक तोरणमाळच्या डोंगरावर जाऊन शंकराची पूजा करतात त्यादिवशी ते कडक उपवास करतात. देवळातला पुजारी सव्वा मण पीठाचा रोडगा बनवतो हा रोडगा धाग्यानी बांधून कापडात गुंडाळला जातो. आणि पाणी शिंपडून भट्टीत भाजला जातो.

या लोकांमध्ये असा समज आहे की जर रोडगा भाजून झाल्यावरही धागा जशाच्या तसा राहिला तर तो शुभशकुन असतो याउलट जर तो तुटला तर ते देवाच्या कोपाचे लक्षण मानले जाते.

महाशिवरात्रीच्या दुसऱ्या दिवशी गुजरातमध्ये मोगरामातेची यात्रा काढली जाते. कित्येक लोक या यात्रेला जातात भगत, बुडवे हे आपली शक्ती वाढवण्यासाठी तेथे जातात.

अशातऱ्हेने भगवान शंकर व मोगरामातेची पूजा करून पुढील पिढीचे आरोग्य चांगले राहावे यासाठी नवस केला जातो.

दिवाळी

आदिवासी लोक सुगीच्या वेळी दिवाळी साजरी त्यावेळी त्यांचा उद्देश दिवे लावून दिवाळी साजरी करणे असे नसून मिळणारे सुख संपत्ती यांच्यामुळे झालेला आनंद प्रगट करणे हा असतो. आपले मानसिक स्थैर्य, समाधान वाढावे म्हणून ते तमाशा, गाणी यातून स्वतःची करमणूक करून घेतात. आणि आपले मानसिक आरोग्य वाढावे म्हणून प्रयत्न करतात.

दिवाळी-गाणी पळून जातात

राखी

राखीपौर्णिमा राखेल्यु महिन्यात साजरी केली जाते. यावेळी बहिण भावाला राखी बांधून स्वतःचे रक्षण करण्याबद्दल त्याला विनंती करते.

भिल्ल लोक आपण रजपूत लोकांचे वारसदार असल्याचा दावा करतात. पूर्वी रजपूत जेव्हा युद्धावर जात तेव्हा त्यांच्या बहिणी त्यांना राखी बांधत आणि आपल्या भावाचे रक्षण व्हावे म्हणून प्रार्थना करत. अजूनही तीच परंपरा पाळली जाते.

एखादी दुर्घटना घडली अथवा अचानकपणे एखाद्या प्रकारचा आजार उद्भवला तर तो फक्त समाजातील एका माणसाचा प्रश्न न मानला जाता सारे गावकरी त्यासाठी मिळून उपाय शोधतात.

दुष्काळ

जर कोणत्याही प्रकारची नैसर्गिक आपत्ती आली तर त्यासाठी सर्व गाव भगताबरोबर बापदेवाच्या डोंगरावर जाते. आणि बकरा किंवा रेड्याचा बळी चढवला जातो. गावकऱ्यांची अशी श्रद्धा आहे की हा बळी एका घावातच दिला पाहिजे तरच संपूर्ण गावाचे प्रश्न सुटतील.

अचानकपणे एखाद्या रोगाची साथ आली तर कोसरामातेची पूजा केली जाते. त्यासाठी वैदू एका छोट्या गाड्यात कुंकू, बांगड्या, फुलं, पैसे ठेवतो. आणि हा गाडा एका गावातून दुसऱ्या गावी दुसऱ्या गावाहून पुढे असा फिरवला जातो. आरोग्याच्या दृष्टीने विचार करता पूर्वीच्या काळी जेव्हा दोन गावात अजिबात संपर्क नव्हता अशावेळी पसरणाऱ्या रोगाची आगाऊ सूचना देण्याचा हा मार्ग असू शकेल.

इतर

या सर्वाव्यतिरीक्त प्रत्येक घर बांधताना जेव्हा घराचे वासे तयार होतात तेव्हा त्यापैकी एकाला लाल रंगाचा कपडा बांधला जातो. व कोंबड्याचा बळी दिला जातो. काही लोक फुलं कुंकू वाहून त्याची पूजा करतात. मात्र कोणी ना कोणी त्या घरात राहते. जर असे केले नाही तर त्या घरात भुतबाधा होईल असे समजले जाते. तसेच गृहप्रवेशाच्या वेळी भगत मंत्र म्हणून आंब्याची डहाळी वा गांधीलमाशीचे रिकामे पोळे दाराला बांधतो.

इंदल पूजा ही पावरा लोकं आरोग्याचं रक्षण व्हावं म्हणून करतात. या पूजेच्या तीन दिवस आधी जे कुटुंब पूजा करणार असतं त्यांच्या घरातील एक व्यक्ती कळंब वृक्षाच्या तीन फांद्या एकत्र बांधते. पूजेच्या दिवशी त्याच तीन फांद्या आणून त्यावर लाल कापड पसरले जाते भगत मंत्र म्हणून एक कोंबडीचे अंडे चढवतो. आणि त्यादिवशी त्या घरातले लोक रात्री दारू पितात रात्री नाचतात ही पूजा त्या कुटुंबाच्या आरोग्याचे संकटापासून रक्षण व्हावे म्हणून केली जाते.

जसे घराचे कुटुंबाचे रक्षण केले जाते तसेच शेतातही शेती सुरू करण्याआधी जमिनीची हळद कुंकू नारळ वाहून पूजा केली जाते. तसेच पेरणी करण्याआधी शेतकरी *'म्हारो खेत हा जो राखेजी हारकोरीन जीवाने देजी'* असे म्हणतात म्हणजे ते स्वतःच्या शेताचे रक्षण व्हावे व चांगले उत्पन्न मिळावे म्हणून प्रार्थना करतात.

शेताचे वाईट नजरेपासून रक्षण व्हावे म्हणून शेतकरी टेंभूर्णी व भोपळ्याचा पाला, चामड्याचा तुकडा व मडके एका काठीला बांधून शेतात रोवतात.

तसेच शेत तयार झाल्यावर सर्व शेतकरी कापणीच्या वेळी एकत्र पूजा करतात तेव्हा नऊ कोंबड्या, पाच नारळ वगैरेंनी वेंदू पिकाची पूजा करतो. हे पीक कापणी करून नेल्यावर खळ्यात कोंबड्याचा बळी दिला जातो व तेच मंत्र म्हटले जातात व त्या कोंबड्याचे मांस शिजवून खाल्ले जाते. तसेच पिकाचा काही भाग पालीबावा राणकाजी व वाघदेवाला दिला जातो.

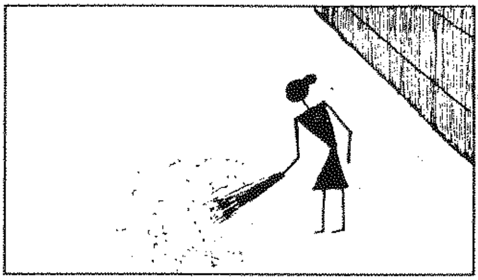
या सर्वांव्यतिरिक्त गावचा भगत स्वतःसाठी जेव्हा औषधी वनस्पती गोळा करतो तेव्हाही काही काळजी घेतो. भगत औषधी वनस्पतींचे दोन भागात वर्गीकरण करतो. ते म्हणजे नर व मादी झाड. मादी झाडाची हळद, कुंकू, फुले, नारळ वाहून पूजा केली जाते. तर नर झाडाची शेंदूर, फुले, नारळ वाहून पूजा केली जाते. तसेच झाडाची पूजा करून फांदी तोडताना त्यावर सावली पडू देत नाहीत. झाडे गोळा केल्यावर भगत घाटीदेवाची पूजा करतो.

अशातऱ्हेने निरनिराळ्या संकटांच्यावेळी या न त्या प्रकारे संपूर्ण गाव एकत्र येऊन स्वतःच्या आरोग्याचे रक्षण करते.

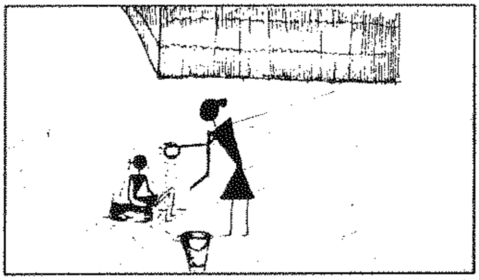
राणीपूरमधील स्त्रियांचा दर्जा व त्यांचे आरोग्य

अनुप्रिता कार्यकर्ते

कुठल्याही समाजाची संस्कृती म्हणजेच त्या समाजातील व्यक्तींचा एक ठरवलेला जीवनमार्ग होय. यातच नितीमुल्ये, न्याय, कर्तव्ये यांचाही समावेश होतो. संस्कृतीमुळेच समाजातील व्यक्तींची विचार करण्याची पद्धत, जीवनाकडे बघण्याचा दृष्टीकोन बदलला जातो. भारतीय संस्कृतीमध्ये पूर्वी जरी स्त्रीला पूज्य मानून तिचे स्थान उच्च मानले असते तरी देखील कालानुसार तिच्यावर पुरुषजातीने अधिकार गाजवून बराच अन्याय केलेला आहे. तिच्या स्त्रीत्वामुळे व त्यातच अशिक्षितपणाची भर पडल्यामुळे तिला तिच्या बऱ्याचशा हक्कांची व समानतेची जाणीवच नसते.



मुलांना जन्म देण्याच्या नैसर्गिक क्षमतेमुळे, स्त्रीला मुख्यत्वेकरून घरगुती व कौटुंबिक जबाबदाऱ्यांना सामोरे जावे लागते. यामुळेच तिचा आर्थिक, सामाजिक व धार्मिक कार्यातील सहभाग त्यामानाने कमी असतो. पुरुषजात प्रबल समजली गेल्यामुळे जन्मापासूनच मुलींकडे व त्यांच्या शिक्षणाकडे दुर्लक्ष केले जाते. त्यांचा सारा वेळ पाणी भरण्यात, लहान भावंडांना सांभाळण्यात व शेतीची कामे करण्यातच जातो. परिणामी अशक्त, कुपोषित, अशिक्षित व कुठल्याही प्रकारचे निर्णय घेण्याचा हक्क नसणाऱ्या स्त्रिया हे खेडेगावातील नेहमीचे चित्र आहे. आजकाल गाजत असलेले नेहमीचे आदिवासी मुलांचे कुपोषण हा अशा अशक्त व पंडुरोगी मातांनी मुलांना जन्म दिल्यामुळेच दिसून येणारा परिणाम आहे. कारण मुलांचे आरोग्य गर्भधारणा झाल्यापासून विकसित होत असते. गर्भवती स्त्री जर अशक्त व कुपोषित असेल, तर तिचे मूल तरी सुदृढ व योग्य वजनाचे कसे असेल? याशिवाय शिक्षणाचा अभाव असल्याने या स्त्रिया आपल्या अपत्याचे योग्य प्रकारे संगोपन करण्यास दुर्बल ठरतात. मुलांची संख्याही मर्यादित न राखता आल्यामुळे, पुन्हा मोठ्या मुलींना शाळेत न पाठवता

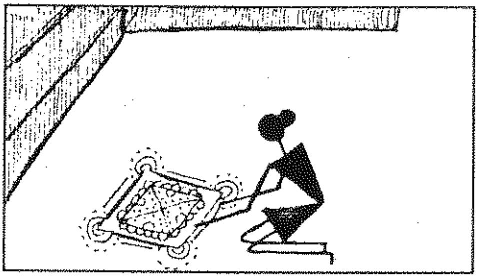


घरातील कामे व लहान भावंडांचा सांभाळ याकडे लक्ष पुरवावे लागते. म्हणजे परत या मुली मोठ्या झाल्यावर, अशिक्षित व अशक्त स्त्रिया बनतात. असे हे चक्र चालूच रहते. या सर्वांचे मुळे मात्र एखाद्या समाजाची संस्कृती व तेथील स्त्रियांचा दर्जा, यातच आहे. कारण जितका स्त्रीचा दर्जा जास्त, तितका तिचा मानसन्मान वाढून, शिक्षण वाढून ती योग्य त्या प्रकारे मुलांचे संगोपन करू शकते. या सर्वांचा विचार करून राणीपूरमध्ये स्त्रियांचा दर्जा,

स्त्रियांचे आरोग्य व बालसंगोपनाच्या पद्धती याचा अभ्यास केला गेला.

स्त्रियांचा दर्जा :

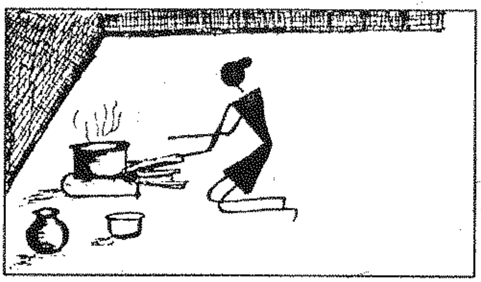
स्त्रीजन्माची कर्मकहाणी तिच्या जन्मापासून सुरू होते. कारण बहुतांश पुरुषांना वंश चालवण्यासाठी व कमाईमध्ये हातभार लावण्यासाठी मुलगा हवा असतो. मुलीचा जन्म झाल्याबरोबर नाकं मुरडली जातात. परंतु राणीपूरमध्ये मात्र अपत्य मुलगा असो वा मुलगी, त्याचे सारख्याच उत्साहाने स्वागत केले जाते. कुठलेही अपत्य जन्मास आले तरी सुईणीला देण्यात येणाऱ्या भेटवस्तु सारख्याच असतात. मुलामुलींच्या आहारात देखील फारसा भेद आढळत नाही.



साधारणपणे जेव्हा वयाच्या ३ वर्षाच्या आसपास, घरात दुसरे मूल येते तेव्हा मुली स्वत:चे बालपण विसरून जबाबदाऱ्यांना सामोऱ्या जाऊ लागतात. आईला घरकामात मदत करतानाच लहान भावंडाचे संगोपन ही एक प्रमुख जबाबदारी असते. भावंडांना अंगाईगीत गाऊन झोपवणे, त्यांच्याशी खेळणे, त्यांना जेवायला घालणे, आंघोळ घालणे या सारखी कामे मग नित्याचीच होऊन जातात. वयाच्या ७ वर्षाच्या सुमारास मुली पूर्णपणे घरातील जबाबदाऱ्या अंगावर पेलू शकतात. भांडी घासणे, धुणी धुणे, शेणाने जमीन सारवणे, पाणी भरणे, याच बरोबर स्वयंपाकपाणी करणे यातच त्यांचा पूर्ण दिवस निघून जातो. यातून जर कधीमधी वेळ मिळालाच तर मग या मुली अंगणवाडीतही डोकावतात.

गावामधील जवळजवळ २३% स्त्रिया पूर्णपणे निरक्षर आहेत, आणि फक्त ७.२% स्त्रियांनी आपले प्राथमिक शिक्षण पूर्ण केलेले आहे. या वयाची मुले मात्र घरातील कुठलीही जबाबदारी अंगावर न घेता, दिवसभर शाळेत जाऊन नंतर गावात खेळत असतात. वयाच्या ३ ते ४ वर्षापर्यंतच मुले, मुली एकत्र खेळू शकतात त्यानंतर मात्र मुली बैठे खेळच खेळतात.

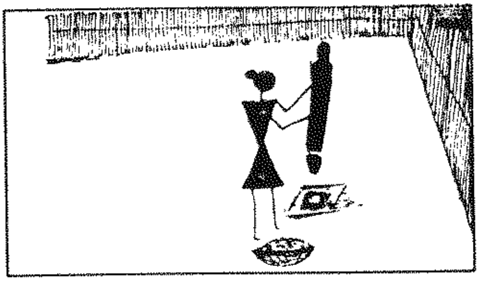
गावातील लहान मुली स्कर्ट-ब्लाऊज किंवा फ्रॉकमध्ये दिसतात पण मासिक पाळी सुरू झाल्यानंतर मात्र साडी व चांदीचे दागिने घातले जातात. याचा अर्थ मुली आता विवाहायोग्य झाल्या असा घेतला जातो. मासिक पाळीमध्ये मुलींना



बाजुला बसावे लागते. त्यांना या काळात अशुद्ध समजले जाते. घरातील कुठलेही काम करण्यास किंवा धार्मिक कार्यात सहभाग घेण्यास त्यांना बंदी असते. मुलींना मासिकपाळीबद्दलची माहिती त्यांच्या आईकडून, एखाद्या वयस्कर स्त्रीकडून किंवा समवयीन मुलींकडूनच मिळते. या काळात घरात जर दुसरी कोणीच स्त्री नसेल तर त्या घरात नवऱ्याला स्वयंपाकपाणी करावे लागते. मोठ्या मुलींना मुलांशी अथवा अनोळखी व्यक्तींशी बोलण्यास परवानगी नसते. राणीपूरमधील बहुतांश मुलींचे विवाह १३ ते १६ वर्षांच्या दरम्यान होतात. येथे हुंड्याची पद्धत नागर समाजापेक्षा अतिशय वेगळी आहे. मुलाकडून मुलीकडच्यांना काही रक्कम दिली जाते. ही रक्कम जाने. १९९५ मध्ये २१५०/- रु.

होती. यात मुलीचे वय, शिक्षण, रूप या गोष्टी गृहित धरत नाहीत. सरळ नाक, मोठे डोळे व अंगावर कमीतकमी लव असणारी मुलगी सुंदर समजली जाते.

विवाहासाठी मुलींचा मान मुलांपेक्षा जास्त असतो. मुलाने जर मुलगी गावात किंवा जात्रेत पाहिली तर, तो तिच्या घरी जाऊन मागणी घालतो, जर मुलीने होकार दिला तरच लग्न होऊ शकते. येथे मुलीला मुलगा नाकारण्याचा पूर्ण हक्क असतो. त्यामुळे विवाहाच्या बाबतीत राणीपूरमध्ये स्त्रियांचा दर्जा पुरुषांपेक्षा जास्त वरचा असलेला आढळतो.



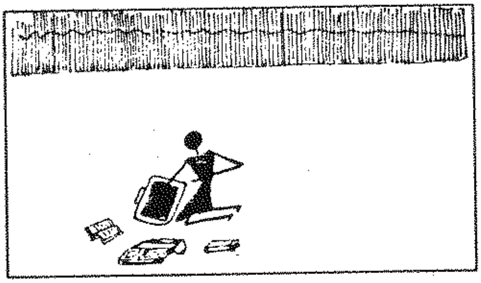
पुरुषांना एकापेक्षा जास्त विवाह करण्याची परवानगी असते परंतु बहुतांश वेळा घटस्फोट घेतल्यानंतर, पत्नीच्या निधनानंतर किंवा तिच्यापासून वेगळे झाल्यानंतरच पुरुष दुसरे लग्न करतो.

विवाहामुळे स्त्रीवर बरीच बंधने येतात. स्त्रियांना सतत डोक्यावर पदर घेऊन वावरावे लागते व इतर पुरुषांच्या नजरेला नजर देणे असभ्य वर्तन समजले जाते.

एखाद्या स्त्रीचे जर नवऱ्याशी पटत नसेल तर त्या स्त्रीला घटस्फोट घेण्याचा किंवा अलग होण्याचा पूर्णपणे हक्क असतो. या तऱ्हेच्या समस्या ग्रामपंचायतीद्वारे सोडवल्या जातात. अशा वेळातील त्या स्त्रीची मुले पहिल्या नवऱ्याकडेच राहू शकतात. तसेच ती पुनर्विवाहसुद्धा करू शकते.

जर एखाद्या स्त्रीला मूल होत नसेल तर त्यात तिचा दुबळेपणा समजला जातो. परंतु तिला योग्य त्या प्रकारची वागणूक दिली जाते. तिला वाळीत न टाकता किंवा दोषी न समजता, एखाद्या भगताकडे किंवा गोरक्षनाथाच्या मंदिरात नेले जाते.

एखाद्या प्रौढ स्त्रीला किंवा सासूला घरात सर्वात जास्त मान असतो. घरात काहीही आणायचे असले किंवा विकायचे असले तरी तिचा सल्ला प्रथम विचारला जातो. कुटुंब नियोजन-संबंधीचे निर्णय देखील तिचाच असतो. सुनांना, विशेषतः विधवा सुनांना सासूच्या आज्ञा पाळव्याच लागतात. विधवा स्त्रिया पुनर्विवाह करू शकतात. जरी विधवा असल्या तरी त्यांना कुठल्याही प्रकारची



बंधने नसतात. उदा. रंगीत कपडे परिधान न करणे किंवा दागिने न घालणे इ. त्यांना धार्मिक कार्यात व सणा-समारंभात भाग घेण्याची देखील परवानगी असते.

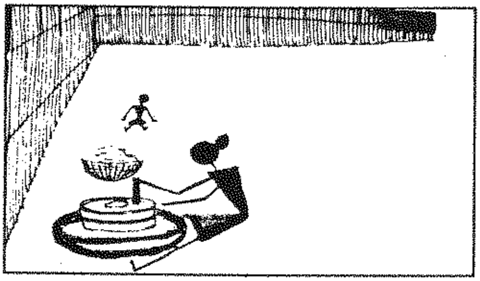
काही बाबतीत जरी स्त्रियांचा दर्जा उच्च असल्याचे आपल्याला दिसून येत असले तरी देखील उद्योगधंद्याच्या किंवा नोकरीच्या बाबतीत मात्र त्यांना असमानतेची वागणूक मिळते. स्त्रियांना मिळणारी मजुरी पुरुषांच्या तुलनेत कमी असते. राणीपूरमध्ये ३८% स्त्रिया कामावर जातात. त्यापैकी ५२.९% शेतीवर तर ४०.६% मोलमजुरी करून पैसे कमावतात. याशिवाय दारू तयार करणे, सुईण म्हणून काम करणे यासारखी इतर कामे काहीजणी करतात. पित्याकडून मिळणाऱ्या संपत्तीवर स्त्रियांचा अजिबात अधिकार नसतो.

धार्मिक कार्यात स्त्रियांपेक्षा पुरुषांचाच सहभाग असतो. पूजा व इतर पवित्र कर्मे पुरुषांच्याच हस्ते

होतात. नवीन घर बांधायच्या वेळी जमीन खणताना पुरुषांचाच हात लागावा लागतो.

स्त्रियांचा राजकीय सहभाग :

सद्यस्थितीला ग्रामपंचायतीमध्ये जरी दोन स्त्रिया निवडून आल्या असल्या तरी देखील त्यांना निर्णय घेण्याचे कोणतेही अधिकार आतापर्यंत देण्यात आले नाहीत. स्त्रियांचे प्रश्न किंवा समस्या त्यांच्याकडून पंचायतीत मांडल्याच जात नाहीत. याशिवाय अशिक्षित असल्यामुळे त्यांना सरकारी कायदे व नियमांची काहीही जाणीव नाही. जर त्यांची शैक्षणिक पातळी वाढली असती तर परिस्थितीत नक्कीच काहीतरी सुधारणा घडून आली असती.



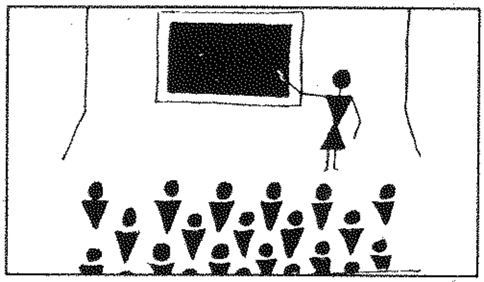
स्त्रियांचे आरोग्य :

आदिवासी समाजातील स्त्रियांचा दर्जा काहीबाबतीत जरी उच्च पातळीचा असला तरी देखील शैक्षणिक, आर्थिक, आरोग्य या बाबतीत मात्र तो खालची पातळी दाखवतो. राष्ट्राच्या विकासामुळे सामाजिक परिस्थितीत काही बदल होऊन तो आणखीनच खालच्या पातळीला चालला आहे. परंतु यामुळे त्यांचे आरोग्य मात्र धोक्यात येत चालले आहे.

आतापर्यंत झालेल्या अभ्यासातून असे निदर्शनास आले आहे की, संपूर्ण भारतात जवळजवळ ५ लाख स्त्रिया दरवर्षी केवळ गर्भारपणामुळे किंवा प्रसूतीमध्ये मृत्यू पावतात. आदिवासी समाजांमध्ये देखील हे प्रमाण फारच मोठे आहे. राणीपूरमध्ये या स्थितीस जबाबदार असणारे खालील घटक आढळून आले.

१) विवाहाचे वय : वर उल्लेख केल्याप्रमाणे राणीपूरमधील मुलीच्या विवाहाचे सरासरी वय १३-१६ वर्षे असते. अशिक्षितपणा, मुलांकडून हुंडा घेण्याची पद्धत व स्त्रियांकडून उत्पन्नास होणारी मदत यामुळे मुलीचे लवकरात लवकर लग्न उरकले जाते. परंतु इतक्या लवकर लग्न झाल्यामुळे, मुली अल्पवयातच माता बनतात. त्यांचे शरीर एवढी जबाबदारी पेलण्यास तयार झाले नसल्यामुळे, याचा परिणाम एकतर प्रसूतीसमयी मृत्यु किंवा कमी वजनाच्या मुलांच्या जन्मात दिसून येतो.

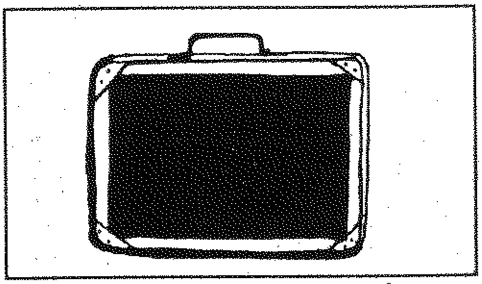
२) मुलांच्या जन्मांमधील अंतर : शास्त्रीय दृष्टीकोनातून पाहिले तर स्त्रियांची मुलांना जन्म



द्यावयाची क्षमता १५ ते ४५ या वयातच असते. १५ व्या वर्षी लग्न झालेली मुलगी ४५ वर्षापर्यंत जवळजवळ १५ मुलांना जन्म देऊ शकते. राणीपूरमधील स्त्रियांना सरासरी ३ ते ४ मुले व काहींना त्याहीपेक्षा जास्त मुले होती. या मुलांच्या जन्मामधील अंतर सरासरी दीड ते दोन वर्षे एवढे होते. एवढे कमी अंतर असल्यामुळे स्त्रियांना स्वत:च्या आरोग्याकडे विशेष लक्ष देणे जमतच नाही. परिणामी अशक्त व पंडुरोगी माता, वारंवार आलेल्या बाळंतपणामुळे आणखीनच अशक्त होतात.

३) गर्भपात व मृत बालकाचा जन्म : राणीपूरमधील १० दिवसांच्या वास्तव्यात दोन घटना घडल्या. त्यापैकी एकामध्ये मातेचे वय २१ वर्षे होते व तिला अडीच वर्षाची एक मुलगी होती. दुसऱ्यांदा पुन्हा गर्भवती असणाऱ्या या मातेचा सातव्या महिन्यातच गर्भपात झाला. दुसऱ्या एका

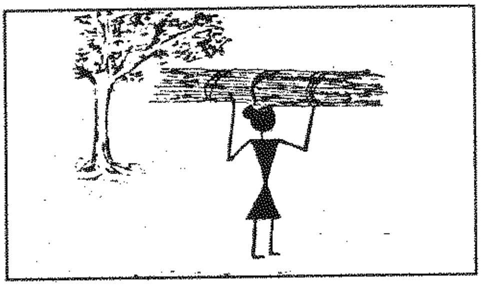
घटनेमध्ये मातेचे वय १८ वर्षे होते व तिच्या दुसऱ्या प्रसूतीसमयी सुईणीला बोलावण्यात आले होते. परंतु काही कारणामुळे सुईणीला प्रसूती करणे जमले नव्हते. ४ दिवस प्रसूतीकळा सहन केल्यानंतर गावातील डॉक्टरला बोलावणे पाठवले. परंतु तोपर्यंत बाळाचा गुदमरून मृत्यु झाला होता.



या गावात पलायन करून लग्न करण्याची पद्धत असल्यामुळे बहुतेक वेळा मुलगी लग्नापूर्वीच गर्भवती होते. अशा स्थितीमध्ये भगताची मदत घेऊन ३ महिने पूर्ण होण्यापूर्वी गर्भपात केला जातो. जर हा गर्भपात होऊ शकला नाही तर होणारे अपत्य पंचायतीसमोर ठेऊन त्यांचा निर्णय मागितला जातो.

४) गरोदरपणातील काळजी : आदिवासी स्त्रियांच्या म्हणण्याप्रमाणे, गरोदरपणा ही एक नैसर्गिक घटना असून, त्या वेळी कुठलीही विशेष काळजी घेण्याची फारशी गरज नसते. परंतु गरोदरपणातील आहारावर मात्र बरीच बंधने असतात. पपई, वांगी, सुके मासे, दूध व दुग्धजन्य पदार्थ पूर्णपणे टाळले जातात. यापैकी पपई व वांगी उष्ण असल्यामुळे त्याने गर्भपात होण्याचा संभव असतो व दुधामुळे पांढरे मूल जन्माला येते, असा सर्वसाधारण समज आहे. दही थंड असून त्यामुळे बाळाला सर्दी व खोकला होतो त्यामुळे तेदेखील टाळले जाते. गर्भारपणात प्रसूतीसमय अगदी जवळ येईपर्यंत स्त्रिया शेतात मोलमजुरीचे काम करत असतात. जंगलात जाऊन सरपण गोळा करण्याचेही काम करतात. यामुळे बहुतेक वेळा स्त्रिया योग्य तेवढे वजन वाढवण्यात अपयशी ठरतात.

५) प्रसूती समयी घेण्यात येणारी काळजी : राणीपूरमध्ये फक्त ८.७% प्रसूती डॉक्टरकडून केल्या जातात. बाकी बहुतांश वेळा गावातील अप्रशिक्षित सुईणीलाच बोलावले जाते. या सुईणीला 'हुवारकी' असे म्हणतात. प्रसूती करण्यापूर्वी ही सुईण स्वतःचे हातपाय धुवून प्रसूतीची जागा शेणाने



सारवून घेते. प्रसूती सोपी व सरळ होण्यासाठी मातेच्या पोटावर तेलाने मसाज केला जातो. बाळाच्या जन्मानंतर आईला व बाळाला गरम पाण्याने आंघोळ घातली जाते. जर प्रसूतीसमयी व प्रसूतीनंतर बाईला फारच त्रास होत असेल तर तिला त्यावेळी होणारा त्रास कमी करण्यासाठी दारू प्यायला दिली जाते. गावामध्ये प्राथमिक आरोग्य केंद्रातून शिक्षण घेतलेली एक सुईण देखील आहे पण तिच्या शिक्षणाचा प्रत्यक्ष प्रसूतीच्या वेळी काहीही उपयोग होत नाही. कारण तिच्याकडे प्रसूतीसाठी लागणारे सामान उपलब्ध नाही.

बाळंतपणानंतर साधारणपणे १५ दिवस ते एक महिन्यात स्त्रिया सर्व कामे करू लागतात. घरातील उत्पन्नासाठी स्त्रिया हा एक महत्त्वाचा घटक असल्यामुळे एक महिन्यापेक्षा जास्त दिवस आराम करणे त्यांना परवडत देखील नाही.

आदिवासी मुलांना जवळजवळ एक ते दीड वर्ष मातेचे दूध दिले जाते. जर आईला प्रसूतीनंतर दूध आले नाही तर तिला भाजलेले गांडुळ, गव्हाचे भाजलेले पीठ, साखर, तेल व दाणे एकत्र करून त्याचे ५ छोटे लाडू करून दिले जातात. याचबरोबर बाजरी व मेथीचे लाडूदेखील दिले जातात.

६) आजारपणात घेण्यात येणारी काळजी : स्त्रियांचे आरोग्य अतिशय वाईट स्थितीत असल्याचे प्रमुख कारण म्हणजे आरोग्याकडे करण्यात येणारे दुर्लक्ष. कितीही आजारी असली तरी येथील स्त्री त्याकडे लक्ष न देता काम करतच राहते. जेव्हा आजार गंभीर स्वरूप धारण करतो किंवा जेव्हा त्या बाईला काम करणे अगदीच अशक्य होते तेव्हाच डॉक्टरकडे किंवा भगताकडे जाण्याचा विचार केला जातो. या बाबतीतील सर्व निर्णय घेण्याचा अधिकार तिच्या नवऱ्याचा असतो. आजारपणात सुरूवातीला भगताचा सल्ला घेतला जातो. जर त्यामुळे गुण आला नाही तर मग डॉक्टरकडे नेले जाते. पण जर एखादी स्त्री गंभीररित्या आजारी असेल तर तिला म्हसावद येथील प्राथमिक आरोग्य केंद्रात नेण्यापेक्षा देवाच्या इच्छेवर सोडले जाते.

७) स्त्रियांचा आहार : राणीपूरमध्ये १५ ते ४५ वयोगटातील स्त्रियांचा २४ तासातील आहाराचा अभ्यास केला गेला व त्यामधून मिळणाऱ्या उष्मांक व प्रथिनांची आय.सी.एम.आर. शी तुलना केली. खालील तक्त्यात हा फरक स्पष्ट करून दाखवला आहे.

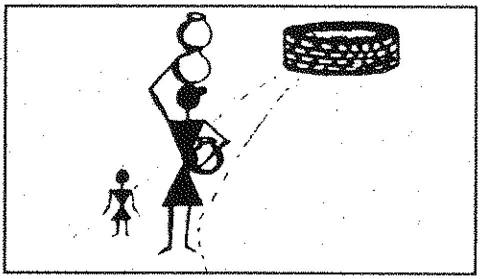
	अपेक्षित संख्या	**आदिवासी स्त्रिया**	**फरक**
उष्मांक (कॅलरीज)	२९२५	१०००-१२००	१७२५
प्रथिने (ग्रॅम)	५०	३०-४०	१०-२०

वरील तक्त्यात हे स्पष्ट होत आहे की आदिवासी स्त्रियांचा आहार उष्मांकामध्ये व प्रथिनांमध्ये फारच कमी पडत असून त्याचा परिणाम त्यांच्या आरोग्यावर गंभीर रितीने होत असतो.

८) दारू व आहार : राणीपूरमधील स्त्रियांच्या मते तेथे बनवली जाणारी महुआची दारू ही एखाद्या टॉनिकसारखी आहे. त्याच्यामुळे भूक वाढून शांत झोप लागते. दिवसभर श्रमाचा बोजा पडल्यामुळे रात्री श्रमपरिहारासाठी दारूचा उपयोग केला जातो. एखाद्या दिवशी जरी दारू घेतली नाही तर डोकेदुखी व पोटदुखी यासारखे त्रास होतात. यातऱ्हेने दारू जर रोज एका ठराविक प्रमाणात घेतली तर ती शरीराला हानीकारक नसते असे त्यांचे म्हणणे आहे.

राणीपूरमधील स्त्रियांच्या आरोग्यविषयक तक्रारी

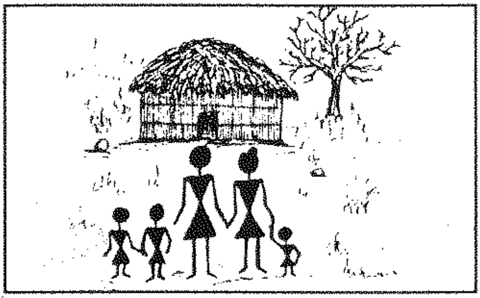
१) गर्भाशयाशी संबधित तक्रारी : राणीपूरमधील बहुतांश स्त्रियांना अंगावरून पांढरे जाण्याचा त्रास होतो. परंतु हा त्रास तेथे नैसर्गिकच समजला जातो. याचा संबंध कधीकधी डाकिणीच्या कृत्यांशीदेखील जोडला जातो. त्यामुळे डॉक्टरकडे यासाठी उपाय नाहीत असे समजले जाते. मासिक पाळी जर पाच दिवसांपेक्षा जास्त दिवस चालू राहिली तर डॉक्टरांचा सल्ला घेतला जातो. मासिक पाळी कायमची थांबायच्या वेळेला काहीकाही स्त्रियांना फार त्रास होतो. याशिवाय जननेंद्रियावरील पांढरे डाग, मासिक पाळीच्या सुमारास होणारा त्रास यासारख्या तक्रारी आढळून आल्या.



२) सांधेदुखी व पाठदुखी : या तक्रारीदेखील बऱ्याच स्त्रियांमध्ये आढळून आल्या. दिवसभर जंगलात लाकूडफाटा गोळा करण्यासाठी, भर उन्हात त्यांना बरेच चालावे लागते. त्यामुळे या तक्रारींचे प्रमाण जास्त आढळते. परंतु त्यांच्या मते, दुसऱ्या एखाद्या बाईने जर करणी केली तर अशा तक्रारी उद्भवतात.

३) त्वचा विकार : वैयक्तिक स्वच्छतेकडे योग्य प्रकारे लक्ष पुरवले गेले नसल्यामुळे या तक्रारींचे

प्रमाण जास्त आढळते. स्त्रिया रोजच्या रोज आंघोळ करत नाहीत. केस महिन्यातून एखाद्या वेळी धुतले जातात. आंघोळीसाठी साबणाचा नव्हे तर दगडाचा उपयोग केला जातो. अंगावरचे कपडे साधारणत: दोन ते तीन दिवसांनी बदलले जातात. बऱ्याच स्त्रियांना खरूज झाल्याचेदेखील आढळून आले.



४) कुपोषण व पंडुरोग : स्त्रिया करत असलेल्या दिवसभराच्या कष्टांच्या मानाने त्यांचा आहार कमी पडतो. त्याचबरोबर वारंवार येणारी बाळंतपणं व बाळंतपणातील आहारबद्दलच्या कल्पना यामुळे कुपोषित व पंडुरोगी स्त्रियांचे प्रमाण खूपच जास्त आहे. याशिवाय चुकीच्या कल्पनांमुळे आरोग्यकेंद्रातून मिळण्याऱ्या लोह व फॉलीक ॲसिडच्या गोळ्यादेखील घेतल्या जात नाहीत.

५) लैंगिक विकारावद्दलच्या कल्पना : स्त्रियांचे जर एकापेक्षा जास्त पुरुषांबरोबर शारीरिक संबंध असतील तर त्यांना लैंगिक विकारांना सामोरे जावे लागते. त्याचबरोबर अशी स्त्री जर गर्भवती असेल तर ते विकार मुलालाही होऊ शकतात. लग्न करण्यापूर्वी एखादी मुलगी अनेक लोकांना नवऱ्याबद्दल विचारून त्याच्या चारित्र्याविषयी व वागणुकीसंबंधी माहिती करून घेते.

पतीपत्नीमध्ये गरोदरपणात सुद्धा ८ व्या महिन्यापर्यंत शारीरिक संबंध असतात. जर स्त्रिला दोन मुलांमध्ये अंतर ठेवायचे असेल तर ती स्त्री नवऱ्याबरोबरचे शारीरिक संबंध पूर्णपणे टाळते.

६) वृद्धावस्थेतील आजार : वृद्धावस्थेतील स्त्रियांमध्ये ब्रान्कायटिस् व मोतीबिंदू यासारखे आजार आढळून आले.

राणीपूरमधील स्त्रियांच्या राष्ट्रीय आरोग्य कार्यक्रमावद्दलच्या कल्पना

१) एकात्मिक वालविकास योजना : अंगणवाडीत गरोदर व स्तनदा मातांना या योजनेअंतर्गत १५० ग्रॅम 'सुखदा' पावडर पूरक आहार म्हणून दिली जाते. मक्याचे पीठ, सोया तेल आणि साखर यांचे मिश्रण असणारी ही पावडर घ्यायला फक्त ४-५ च स्त्रिया रोज येतात. यामागचे कारण असे की सुखदा वाटण्याच्या वेळी गावातील स्त्रिया कामावर गेलेल्या असतात. त्यामुळे त्यांना त्या वेळेस तेथे पोहोचणे शक्य नसते. अंगणवाडीच्या सेविकेनी जर ही वेळ बदलली तर कदाचित त्यांना येणे शक्य होईल.

२) लसीकरण व लोह आणि फॉलीक ॲसिड गोळ्यांचे वाटप : गरोदर स्त्रियांसाठी धनुर्वात प्रतिबंधक लस व या गोळ्या आरोग्य उपकेंद्रामध्ये मोफत दिल्या जातात. परंतु या गोळ्या उष्ण असून त्या घेतल्यामुळे गर्भपात होतो असा समज सर्वांमध्ये आहे. त्यामुळे या गोळ्या घेणे टाळले जाते.

३) कुटुंव नियोजन : राणीपूरमध्ये कुटुंब नियोजनास खूप कमी प्रतिसाद मिळाला आहे. १९९४ साली फक्त चारच स्त्रियांनी शस्त्रक्रिया करून घेतली. शस्त्रक्रिया न करण्याच्या मागे बरीचशी कारणे आहेत. महत्त्वाचे कारण म्हणजे तेथील नवजात बालकांचे मृत्युप्रमाण जास्त असल्यामुळे एखादे बालक मृत्यु पावले तर इतर बालके पाहिजेत म्हणून त्यांना जास्तीत जास्त मुले असणे फायद्याचे वाटते. शस्त्रक्रिया केल्यामुळे स्त्रिया कुठल्याही प्रकारचे काम करू शकणार नाहीत असा समज आहे. याशिवाय शस्त्रक्रियेनंतर

(उर्वरित पृष्ठ पेज नं. २५ वर)

बालसंगोपनाच्या पद्धती व बालकांचे आरोग्य

अनुप्रिता कार्यकर्ते

लहान बालके म्हणजे राष्ट्राची संपत्ती. या लहान बालकांचे आरोग्य म्हणजे राष्ट्राच्या प्रगतीचे एक प्रतिकच आहे. निःसंशयरित्या या बालकांच्या आरोग्याची पूर्ण जबाबदारी त्यांच्या मातांवर असते परंतु त्याचबरोबर कुटुंबातील इतर घटक, भोवतालचे पर्यावरण, कुटुंबाची सामाजिक, आर्थिक व शैक्षणिक पातळी, आहार-विहाराच्या सवयी, आरोग्य सेवांची उपलब्धता आणि सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे बालसंगोपनाच्या पद्धती या गोष्टी मुलांच्या आरोग्यावर व व्यक्तिमत्व विकासावर परिणाम करत असतात. विशेषतः लहान मुलांचे संगोपन अतिशय महत्त्वाचे समजले जाते. कारण संपूर्ण व्यक्तिमत्त्वाची जडणघडण ही त्यावरच अवलंबून असते.

बालसंगोपन पद्धतीमध्ये मातेला दिवस गेल्यापासून ते मूल प्रौढ होईपर्यंतच्या पूर्ण प्रक्रियेचा समावेश होतो. प्रत्येक समाजानुसार व संस्कृतीनुसार या पद्धती बदलत असतात. परंपरागत चालत आलेल्या या पद्धती मुलांचे आरोग्य व आयुष्य वाढवू शकतात. तसेच मुलांच्या अनारोग्याला व अल्पायुष्याला देखील याच पद्धती जबाबदार असतात.

स्वतःची संस्कृती व परंपरा जपून वेगळेपण टिकवणारा आदिवासी समाज, विकासाच्या दृष्टीने तसा मागासलेलाच म्हणावा लागेल. आदिवासी मुलांचे कुपोषण ही नित्याचीच बाब झाली आहे. १९९२-९३ साली अमरावती जिल्ह्यातील, चिखलदरा व धारणी तालुक्यातील मेळघाट प्रदेशातील जवळजवळ ७०० मुले कुपोषणामुळे मृत्युमुखी पडली होती. याच सुमारास ठाणे जिल्ह्यात जव्हार, मोखाडा तालुक्यातदेखील अनेक मुले कुपोषणामुळेच मृत्युमुखी पडली होती व आत्तादेखील ८२९ मुले कुपोषित म्हणून गणली जातात. मे १९९५ मध्ये वृत्तपत्रांमधून सातपुड्यातील कुपोषण प्रकरण बरेच गाजले. या निवेदनाप्रमाणे १९८७ मध्ये बामणी खेड्यात १४५, वडफाळी गावी ५१ व १९९५ मध्ये तोरणमाळ भागात ३० मुले कुपोषणामुळे दगावली गेली. आदिवासी समाजामध्ये मुलांच्या जन्माविषयी, प्रसूतीसंबंधी, मुलांच्या विकासासंबंधी व संगोपनासंबंधी असलेल्या श्रद्धा व विचारांचा फार मोठा परिणाम या स्थितीतून स्पष्ट होतो. राणीपूरमधील मुलांच्या बालसंगोपनाविषयीच्या अभ्यास या सर्व गोष्टी लक्षात घेऊनच केला गेला.

राणीपूरमध्ये मूल म्हणजे देवाची देणगी समजली जाते. जोपर्यंत हे मूल बोलू शकत नाही, स्वतःचे स्वतः खाऊ शकत नाही, चालू शकत नाही, तोपर्यंत ते लहान समजले जाते. ज्यावेळी ते चालायला, बोलायला व स्वतःचे स्वतः हाताने खायला लागते, त्यावेळी ते मोठे झाले असे समजून त्याच्यावर जबाबदाऱ्या सोपविल्या जातात.

मुलांची आरोग्याची स्थिती :

केलेल्या पाहणीतून असे आढळून आले की गेल्या दोन वर्षांमध्ये गावात झालेल्या ३९ मृत्युंपैकी ११ मृत्यू हे नवजात बालकांचे होते व ४ मृत्यू १ ते ६ वर्षांच्या मुलांचे होते. हे मृत्यू मुख्यत्वेकरून थंडीताप, जुलाब, अतिसार व उलट्या यामुळे झाले होते. याशिवाय गावातील मुलांमध्ये खरूज व गोवर हे रोग प्रामुख्याने आढळून आले. गावात असलेल्या

आरोग्य उपकेंद्रामध्ये १२ मुले व २६ मुली तिसऱ्या दर्जाची कुपोषित म्हणून व एक मुलगा आणि तीन मुली चौथ्या दर्जाचे कुपोषित म्हणून नोंदली गेली होती.

हे सर्व परिणाम बालसंगोपनाच्या पद्धतींमुळे दिसून येतात. बालसंगोपनासाठी या समाजात काही नियम, व बंधनेदेखील आहेत. यासाठी आपण मातेला दिवस गेल्यापासून मुलासाठी करण्यात येणाऱ्या प्रत्येक गोष्टीचा विचार करू या.

१) गरोदरपणात घेण्यात येणारी काळजी : गरोदरपणातील स्त्रियांच्या आहारासंबंधी व इतर वर्तनासंबंधी स्त्रियांच्या आरोग्यामध्ये आपण विचार केलेलाच आहे. याशिवाय गरोदरपणामध्ये मुलाच्या रक्षणासाठी काही श्रद्धा व अंधश्रद्धा आहेत. उदाहरणार्थ गरोदर स्त्रिला ग्रहणकालात भाजी अथवा इतर काहीही चिरू देत नाहीत. कारण मग जन्माला येणारे मुल काहीतरी व्यंग घेऊनच जन्माला येईल असा समज आहे. यासारख्या श्रद्धा 'लापचा' व 'थारू' या आदिवासी समाजात देखील आढळतात. याशिवाय अमावस्येच्या दिवशी गरोदर स्त्री घराबाहेर पडत नाही. तिला किंवा तिच्या बाळाला काहीतरी भूतबाधा होण्याचा संभव असतो. गावात असलेल्या 'ओवू' या झाडाखालून गरोदर स्त्रीला जायला मज्जाव असतो. बाळाच्या आरोग्याला यामुळे काहीतरी त्रास संभवतो.

गरोदर स्त्रीला लागणाऱ्या डोहाळ्यांना 'पिवका' असे म्हणतात. जर नवऱ्याची ऐपत असेल तर तो हे डोहाळे पुरवतो देखील. गर्भातील बाळाच्या इच्छा स्त्री डोहाळ्यांच्या स्वरूपात व्यक्त करते असा येथील समज्ञ आहे.

याशिवाय गरोदरपणात स्त्रीसाठी किंवा बाळासाठी कोणतेही सोहळे नसतात. सर्व धार्मिक कार्यक्रम बाळ जन्माला आल्यावरच असतात. ही प्रथा भारतातील सर्वच आदिवासी समाजात आढळते.

२) प्रसूती : मुलांच्या आरोग्यावर परिणाम करणाऱ्या अनेक घटकांपैकी महत्वाचा घटक म्हणजे प्रसूती करणारी व्यक्ती. मुलाचे जन्म किंवा मरण हे या व्यक्तीवर बऱ्याच अंशी अवलंबून असते. राणीपूरमध्ये गेल्या एक वर्षात फक्त ८.७% प्रसूती डॉक्टरकडून केल्या गेल्या. बाकी सर्व प्रसूतीसाठी गावातील अप्रशिक्षित सुईणीला बोलावले गेले होते.

प्रसूतीपूर्वी घरातील खोली शेणाने सारवली जाते. बहुतांश प्रसूती स्वयंपाकघरातच केल्या जातात. स्वच्छतेसाठी सुईण हात पाय धुऊन मगच बाईला हात लावते. दादर (ज्वारीचा एक प्रकार) या धान्याने बाईची नजर उतरविली जाते.

बाळाची नाळ कापण्यासाठी ब्लेडचा उपयोग केला जातो. जर ब्लेड मिळाले नाही तर दोरा व दोरा मिळाला नाही तर जवळच्याच एखाद्या वाळक्या काटकीने नाळ कापली जाते. नाळ कापण्यासाठी वापरण्यात येणारे साधन हे फार महत्वाचे समजले पाहिजे. कारण आदिवासी समाजात आतापर्यंत झालेल्या अभ्यासात असे लक्षात आले आहे की, नाळ कापण्यासाठी अयोग्य साधनाचा वापर केल्यामुळे बऱ्याचशा बालकांना जिवाणूंचा संसर्ग होऊन, मृत्यु ओढवले आहेत.

पावरी भाषेत नाळेला 'कुश्रु' असे म्हणतात. कमलाबाई या सुईणीच्या मते जर 'कुश्रु' जन्मानंतर पुरली गेली नाही तर, बाळाला दृष्ट लागून किंवा त्याच्यावर करणी होऊन बाळ मरते. ज्या खोलीत बाळाचा जन्म होतो, त्याच खोलीत एका कोपऱ्यात खड्डा खणून नाळ पुरली जाते. एका सागाच्या पानावर थोडे धान्य ठेऊन, त्यावर नाळेचे वेटोळे ठेऊन व ५ पैसे ठेऊन हे पान जसेच्या तसे खड्ड्यात पुरले जाते.

जर जन्मानंतर बाळ रडत नसेल तर नाळेचा भाग तापलेल्या तव्यावर टेकवतात. त्यामुळे बाळ रडू लागते.

जन्मानंतर बाळाला गरम पाण्यानी पुसून घेऊन त्याचे तोंड, बोटे आत घालून साफ केले जाते. ५व्या दिवसापर्यंत सुईण मातेला व बाळाला मसाज करून आंघोळ घालते.

३) नवजात बालकांचा व मुलांचा आहार : पोषक, सुरक्षित व पुरेसा आहार ही जीवनाची मूलभूत गरज आहे. नवजात बालकांसाठी मातेचे दूध सर्वात उत्तम आहार आहे. त्यामुळे बालकाचे संरक्षण व शारीरिक वाढ होण्यास योग्य प्रकारे मदत होते. मुलांना पहिले चार ते सहा महिने मातेच्या दुधाशिवाय इतर कोणत्याही आहाराची आवश्यकता नसते.

राणीपूरमधील आदिवासी बालकांना वयाच्या जवळजवळ दोन ते अडीच वर्षापर्यंत स्तनपान दिले जाते. परंतु जर त्या आधीच मातेला दिवस गेले तर मात्र ती स्तनपान थांबवते. दुर्दैवाने राणीपूरमध्ये दोन जन्मामध्ये योग्य ते अंतर राखले जात नाही त्यामुळे बाळाला साधारणपणे वयाच्या एक ते दीड वर्षाच्या आसपासच स्तनपान सोडावे लागते.

जन्म झाल्यानंतर पहिल्या तीन दिवसात येणाऱ्या घट्ट दूधाला 'चीक' असे म्हटले जाते. सुईणीच्या मते हा चीक बाळाला देऊ नये. कारण यामुळे बाळाला जुलाब होतात. तिच्या सांगण्याप्रमाणे स्त्रीला नऊ महिने मासिक पाळी न झाल्याने, त्या रक्ताचे दूधामध्ये रूपांतर होते व ते दूध पहिल्या तीन दिवसात बाहेर येते. हे दूध अशुद्ध मानल्याने ते एका फरशीवर राख घालून, त्याच्यात काढले जाते. तसेच तिच्या मते पहिले तीन दिवस बाळाला काहीही देऊ नये.

परंतु गावातील स्त्रियांशी बोलताना असे आढळून आले की, ६१.५% स्त्रिया पहिल्या दिवसापासूनच स्तनपानास सुरूवात करतात. त्यांच्या मते बाळाला चीक पाजल्याने, त्याची शक्ती वाढून, चांगली वाढ होते.

माता आपल्या मुलांना दिवसातून साधारणपणे ३ ते ५ वेळा स्तनपान करते. या बाबतीत कोणतेही लैंगिक मतभेद आढळले नाहीत. जर आईला दूध येत नसेल तरच बाळाला गाईचे किंवा बकरीचे दूध पाजले जाते.

सावित्री या भिल्ल स्त्रीला दोन जुळ्या मुली होत्या. त्यामुळे ती आपल्या मुलींना स्तनपानाबरोबरच गाईचे दूध देखील पाजत होती. दिवसातून एकदा त्या दोघीत मिळून २५० मि.ली. दूध घेतले जायचे.

बालकांना ७ ते ८ महिन्यांपर्यंत पाणीदेखील देत नाहीत, कारण त्यांच्या मते लहान मुलांना पाणी पिता येत नाही. परंतु सिना आलम्रेधच्या म्हणण्यानुसार बाळाला पहिले काही महिने स्तनपान सोडून बाकी कशाचीच गरज नसते. कारण स्तनपान हा इतका परिपूर्ण आहार आहे की, त्याने बाळाच्या सर्व गरजा भागवल्या जातात.

सातव्या किंवा आठव्या महिन्यात पाण्याबरोबरच, बाळाला हळूहळू अन्नपदार्थांची ओळख करून देण्यात येते. यामध्ये खिरीसारख्या गिळायला व पचायला हलक्या असणाऱ्या पदार्थांचा समावेश होतो. दुधात कुस्करलेली रोटी, मक्याचा घाटा, वरणात कुस्करलेली रोटी, गव्हाचा शिरा, गव्हाच्या पिठाचे लाडू यासारखे पदार्थ बाळाला हळूहळू खायला दिले जातात. मक्याचा घाटा हा सर्वात लोकप्रिय पदार्थ असून तो भाजलेल्या मक्याचेपीठ, साखर व पाणी एकत्र शिजवून बनवला जातो. अंगणवाडीत वाटली जाणारी सुखदा पावडर देखील मुलांना दिली जाते.

परंतु असे पदार्थ सर्वच घरात आढळत नाहीत. काही घरात मुले घरातील मोठ्या माणसांसारखा आहार घेऊ लागतात.

येथील मुले हातातच रोटी व भाजी घेऊन गावभर हिंडत खातात. खाण्यापूर्वी हात धुणे वगैरे फारसे आढळले नाही. यामुळे खूपवेळा अन्नाबरोबरच

मातीदेखील पोटात जाऊन, मुलांना जुलाबसारख्या विकारांना सामोरे जावे लागते.

४) जन्मानंतरच्या सांस्कृतिक पद्धती : बाळाच्या जन्मानंतर ५ व्या दिवसापर्यंत, पाळणा किंवा झोळी वापरली जात नाही. जन्मानंतर येथे लगेचच बाळाच्या तोंडात दारूचा थेंब टाकण्याची प्रथा येथे आहे. परंतु ही प्रथा पाळताना मात्र कोणी आढळले नाही. संगीता या पावरा स्त्रीच्या मते ही प्रथा फक्त भिल्ल लोकांच्यात असून पावरांमध्ये नाही. इतर प्रथांमध्ये 'पाचवीची पूजा' टाळू भरणे, जावळ काढणे यांचा समावेश होतो.

'पाचवीची पूजा' : बाळाच्या जन्मानंतर पाचव्या दिवशी सुईणीकडून पाचवीची पूजा केली जाते.

या दिवसापर्यंत माता व बाळ दोघेही अशुद्ध मानले जातात. सुईण या दिवशी प्रथम बाळाला व मातेला खोबरेल तेलाने मसाज करून नंतर गरम पाण्यानी आंघोळ घालते. त्यानंतर नवप्रसूत माता सुईणीची धान्य, कापड व ५ किंवा १० रूपयांनी ओटी भरते. या क्रियेलाच 'खोड' असे म्हणतात. त्यानंतर माता सुईणीच्या पाया पडून तिला कोंबडी देते. यानंतर कुंकू व पाण्याने, ज्या खाटेवर प्रसूती झाली असेल, त्या खाटेची पूजा करते. तिला देण्यात आलेल्या कोंबड्याची देखील पूजा करून त्याच्या नखाने बाळाच्या कपाळावर जखम केली जाते. सर्वात शेवटी बाळाची खाट बाहेर आणली जाते.

या दिवशी भाजलेल्या गव्हाचा 'घाणा' किंवा 'पासरा' नावाचा एक गोड पदार्थ बनवला जातो. व नारळ फोडून सर्वांना खोबरे वाटले जाते.

टाळू भरणे : टाळू भरायला पाचव्या दिवसापासून सुरुवात होते. आई स्वतः चावलेला ओव्याचा चोथा व तेल रोज आंघोळीच्या वेळी बाळाच्या डोक्यावर/टाळूवर लावते. यामुळे टाळू कडक होण्यास मदत होते.

जावळ काढणे : यालाच 'जांबाज' असे म्हणतात. वयाच्या सहाव्या महिन्यात बाळाचे जावळ काढले जाते. पण फक्त मुलांच्याच बाबतीत ही प्रथा आहे मुलींचे जावळ काढत नाही. मुलाचा मामा येऊन मुलाचे थोडे केस कापतो. व नंतर सर्व केस न्हाव्याकडून कापले जातात. मामाला ५ किंवा १० रू. व न्हाव्याला थोडे धान्य दिले जाते. यानंतर कापलेले केस गावाबाहेरील बोराच्या झाडाजवळ नेऊन ठेवतात. ही प्रथा मुलाच्या मनाच्या शांतीसाठी पाळली जाते. पूर्वी यावेळी गावजेवण घातले जायचे परंतु आजकाल महागाईमुळे कोणालाही ते परवडत नाही, असे वैदुबाबांकडून समजले.

बाळाचे बारसे अजिबात केले जात नाही. प्रसूतीसमयी जे कोणी हजर असेल त्यांच्याकडूनच बाळाचे नाव ठरवले जाते.

५) नजर लागण्याची संकल्पना : भिल्ल व पावरा समाजात 'नजर लागणे' या कल्पनेवर अनन्यसाधारण विश्वास आहे. मुलांच्या बऱ्याचशा आजारांचे कारण 'नजर लागणे' हेच समजले जाते.

बाळाच्या जन्मानंतर सातव्या दिवसापासून ते मूल मोठे होऊन लग्न झाल्यावर १-२ मुले होईपर्यंत नजर लागू शकते. बहुतेक वेळा नजर डाकिणीमुळे लागते. 'डाकिण' म्हणजे लांब केस मोकळे सोडलेली व नजरेत एक वेगळीच छटा असणारी एक दुष्ट स्त्री. तिच्या केवळ नजरेनेच किंवा स्पर्शानेसुद्धा मुलावर परिणाम होतो. ही डाकिण मुलांना मारून त्यांच्या पोटातील अन्न स्वतः खाते असा लोकांचा समज आहे.

वेगवेगळ्या व्यक्तींकडून नजर लागण्याचे वेगवेगळे परिणाम समजले. यात अशक्तपणा, जुलाब, उलट्या, काळी संडास, यासारख्या त्रासांचा समावेश होतो. सुखीराम पावराच्या म्हणण्याप्रमाणे नजर लागल्यामुळे मुले झोपेतून दचकून उठून रडू लागतात.

16281 3A

यावर उपचार करण्यासाठी मुलांना भगताकडे अथवा वैदुकडे नेले जाते. भगत 'नजऱ्या' नावाचे औषध किंवा वावरी नावाचा दोरा देतो. याचबरोबर काही वेळा अंडी, गव्हाचे पीठ व नारळ दर रविवारी गावाबाहेर नेऊन, सूर्याकडे तोंड करून ठेवले जाते.

बाळाला नजर लागूच नये म्हणून २ ते ३ मणी काळ्या दोऱ्यात ओवून बाळाच्या कमरेभोवती किंवा गळ्यात बांधले जातात. यालाच 'नजरेमुंडा' किंवा 'कुरदुल' असेही म्हणतात. याचबरोबर बाळाच्या गालावर किंवा तळपायावर काळा ठिपका लावला जातो.

६) डोळ्यांची व कानांची काळजी : डोळ्यांच्या काळजीसाठी काजळाचा उपयोग केला जातो. काजळ बाहेरून विकत आणले जाते किंवा घरातच रॉकेलच्या चिमणीवर ताटली धरून तयार केले जाते. काजळ हे बाळाच्या आईनेच डोळ्यात घातले पाहिजे. यामुळे नजर लागण्यापासून, वाऱ्यापासून व डोळ्यांच्या रोगांपासून बाळाचे संरक्षण होते. पण सावित्रीने सांगितल्याप्रमाणे बऱ्याच बायका आपल्या नखांनी मुलाच्या डोळ्यांना इजा होईल म्हणून काजळ घालत नाहीत.

कानाच्या काळजीसाठी सातव्या दिवसापासून शेंगदाणा तेल बाळाच्या कानात घातले पाहिजे असे वैदुबाबांकडून समजले. जर घातले नाही तर बाळ बहिरेही होऊ शकते. परंतु जेथे या व्यक्ती स्वयंपाकासाठीच तेल खरेदी करू शकत नाही, तेथे कानात घालण्यासाठी तेल कुठून आणणार?

७) वैयक्तिक स्वच्छता व आरोग्य : लहान मुलांचे संसर्गजन्य रोगांपासून संरक्षण करण्यासाठी वैयक्तिक स्वच्छता राखणे अतिशय महत्वाचे समजले जाते. राणीपूरमध्ये लहान मुलांना राखणे ही पूर्णपणे मातेची जबाबदारी समजली जाते.

आंघोळीची सवय : राणीपूरमधील बहुतांश लोकांना मुलांना रोजच्या रोज साबण व गरम पाण्यानी अंघोळ घालण्याचे महत्व माहित आहे. लोकांशी बोलताना असेही जाणवले की जरी त्यांनी मुलांना रोजच्या रोज आंघोळ घालतो असे सांगितले तरी, मुले मात्र अजिबात स्वच्छ दिसत नव्हती. शिवाय लहान मुलांशी बोलतानादेखील हे जाणवले की त्यांनी आंघोळ केली नव्हती. साधारणतः दर दोन ते तीन दिवसांनी मुलांना आंघोळ घातली जाते. लोटोडीच्या सांगण्याप्रमाणे ते थंडीचे दिवस असल्यामुळे, ती तिच्या मुलांना रोज आंघोळ घालत नाही. मात्र उन्हाळ्यात मात्र रोजच्या रोज आंघोळ घातली जाते. साबणाचा उपयोग अतिशय कमी प्रमाणात आढळला. आंघोळ म्हणजे फक्त दोन ते तीन तांबे पाणी मुलाच्या अंगावर ओतून आईच्या साडीने पुसले जाते. साधारणतः वयाच्या ६ व्या ते ७ व्या वर्षी मुले स्वतःची स्वतः आंघोळ करू लागतात.

नखं कापणे : येथील प्रथेप्रमाणे आईने मुलाची नखे स्वतःच्या दातांनी काढून टाकायची असतात. परंतु कोणतीही आई हे करताना आढळून आली नाही. अंगणवाडीत अजून नेलकटर्स पोचली नसल्याने, तेथे देखील या गोष्टीकडे दुर्लक्ष केले जाते. परिणामी येथील मुलांची नखं अतिशय अस्वच्छ व वाढलेली आढळली.

दात घासणे : लहान मुलांच्या बाबतीत दात घासणे फारसे महत्वाचे समजले जात नाही. कारण वैदुबाबांच्या मते लहानमुलांचे दात लवकर पडणार असल्याने, ते किडले तरी काही होत नाही. मोठी मुले मात्र कडुनिंबाच्या काडीने किंवा तंबाखुने दात घासतात.

केसांची निगा : सर्व स्त्रियांच्या मते सुंदर व लांब केसांसाठी खोबरेल तेल व रोजच्या रोज केस धुणे अतिशय आवश्यक असते. खोबरेल तेल परवडत नसल्याने व आंघोळही रोजच्या रोज करत नसल्याने स्वच्छ केस मात्र पाहावयास मिळाले नाहीत. वैदुबाबांच्या सांगण्यानुसार जर रोजच्या

रोज आंघोळ केली नाही तर शरीरावरचा मल केसात जाऊन त्याच्या उवा बनतात. या उवा आईनेच काढल्या पाहिजेत असा संकेत आहे.

केस कापण्यासाठी कधीतरी एकदा न्हावी गावात येतो व एकाच वस्ताऱ्याने सर्वांचे केस कापतो.

प्रातःर्विधीचे प्रशिक्षण : प्रातःर्विधीसाठी आदिवासी लोकं टेकड्यांवर जातात. मुलांनादेखील हेच शिकवले जाते. लहान मुले मात्र घरात किंवा घराच्या आसपासच विधी उरकतात. अशावेळी राख किंवा मातीने ती जागा साफ केली जाते. मुलाला साफ करण्यासाठी पाणी वापरले जाते. परंतु टेकडीवर गेल्यावर मात्र दगड वापरला जातो. साधारणतः ३ ते ४ वर्षांच्या आसपास मुले आईवडिलांबरोबर जाऊ लागतात.

८) नवसंस्कृतिग्रहण आणि सामाजीकरण : वर उल्लेख केल्याप्रमाणे मुलांच्या विकासात भावंडांचा सहभाग फार महत्वाचा असतो. जर घरातील सर्व व्यक्ती कामासाठी बाहेर जात असतील तर छोट्या मुलांचा ताबा थोरल्या भावंडाकडेच असतो. लहान मुलांना अंगाईगीत म्हणण्यापासून ते घरातील कामे शिकवण्यापर्यंत सर्व कामे भावंडेच करतात.

मुलांवर योग्य संस्कार करणे, त्यांना संस्कृतीची माहिती देणे, आचार-विचाराच्या पद्धती शिकवणे, समाजाच्या नीती-नियमांची माहिती देणे या सर्व गोष्टींची जबाबदारी मुख्यत्वेकरून आईवरच असते. आईशिवाय आजी व आजोबा देखील ही जबाबदारी वाटून घेतात.

बळीराम पावराच्या मते मुलाला सर्व ज्ञान गर्भातच होते. जन्म झाल्यावर तो सर्व काही विसरतो म्हणून त्याला परत सगळ्या गोष्टी शिकवायला लागतात.

मुलांचे खेळ : खेळातून मुलांचा विकास योग्य तऱ्हेने होण्यास जास्त मदत होते. खेळातून शारीरिक व्यायाम, जगाची माहिती व त्याचबरोबर स्वतःच्या भावनांवर संयम ठेवण्याची प्रवृत्ती बनते. खेळातून जीवनाबद्दलचा दृष्टीकोन बनवण्यास मदत होते. आदिवासी मुले सर्व गावभर समवयीन मुलांशी खेळताना आढळतात, पण मुली मात्र वयाच्या २ ते ३ वर्षांपर्यंतच मोकळेपणाने खेळू शकतात. त्यानंतर शक्यतो फक्त मुलींशी व बैठे खेळच खेळले जातात. राणीपूरमधील काही खेळांमध्ये गाडीवा, कुंडव, गिलीदांडू, गोट्या, बिस्ता, रायखो, छापकाटा, गावा, आटपाडा, दोगडा यांचा समावेश होतो. यापैकी काही खेळ नागरी खेळांशी बरेचसे साम्य दाखवतात. क्रिकेट सारखे खेळही तेथे लोकप्रिय होऊ लागले आहेत. मुलामुलींची कामाची सुरूवात व घरातील कामाचे स्वरूप याचा उल्लेख 'स्त्रियांचा दर्जा' यामध्ये आलेलाच आहे.

९) मुलांचे शिक्षण : मुलांच्या शिक्षणाची पहिली पायरी म्हणजे बालवाडी व अंगणवाडी या दोन पूर्व प्राथमिक शाळा गावात आहेत.

बालवाडी : आश्रमशाळेशी संलग्न असणाऱ्या या शाळेत एकूण ४० मुले आहेत. यापैकी २० मुले व २० मुली होत्या. यांचा वयोगट अडीच ते चार वर्षे होता. प्रत्येक कुटुंबातून फक्त एकाच मुलाला घेतले जाते. पाहणीतून असे आढळून आले की बालवाडीत बिगर आदिवासी तसेच गावातील श्रीमंत आदिवासींचीच मुले येतात.

बालवाडीत मुलांना गाणी, गोष्टी, रंगओळख, प्राणी ओळख, खेळ शिकवले जातात. घरी जाताना सर्वांना दोन ग्लुकोज बिस्कीटे वाटली जातात. बालवाडीत एक आदिवासी शिक्षिका व एक सहाय्यक आहे. जर मुले स्वच्छ नसतील तर सहाय्यक दाई मुलांना स्वच्छ करते. शिक्षिका मुलांच्या पालकांना स्वच्छतेबद्दल माहिती सांगते.

जरी बालवाडीची वेळ सकाळी ८ ते ११ असली तरी साडे नऊ ते दहापर्यंत कोणीही यायचे

नाही. सहाय्यक सेविका सर्वांना जबरदस्ती करून बोलावून आणते.

अंगणवाडी : एकात्मिक बालविकास योजनेअंतर्गत (आय्. सी. डी. एस्.) चालवण्यात येणाऱ्या अंगणवाडीत एक अंगणवाडी सेविका व एक तिची सहाय्यक आहे. एकूण जवळ जवळ २०० मुलांची नोंदणी झालेली आहे. परंतु रोज फक्त ५० ते ६० मुलेच हजर असतात. त्यांनासुद्धा सहाय्यक सेविका बळजबरी करून बोलावून आणत होती. खूप वेळा फक्त 'सुखदा' घेण्यासाठीच मुले येतात असे अंगणवाडी सेविका जयवंता हिने सांगितले. सुखदाशिवाय (जर मुले असली तर) मुलांना पूर्व प्राथमिक शिक्षणदेखील दिले जाते.

अशा तऱ्हेने शिक्षणाची ओळख होत असताना, जर त्याबद्दल नावड निर्माण होत असेल तर पुढचे शिक्षण तरी किती आवडीने घेतले जाईल, हा प्रश्नच आहे!

१०) लसीकरण : सहा संसर्गजन्य रोगांपासून मुलांचे संरक्षण करण्यासाठी लसीकरणाचा कार्यक्रम प्राथमिक आरोग्य केंद्रातर्फे राबवला जातो. परंतु राणीपूरमध्ये याला अत्यल्प प्रतिसाद आहे. उपलब्ध माहितीनुसार राणीपूरमधील जवळजवळ ६५% मुलांना अजिबात लस दिलेली नाही, तर २२.२% मुलांना अपूर्ण लसीकरण झाले आहे, आणि फक्त १२.७% मुलांना पूर्णपणे लसीकरण झाले आहे. लसीकरण अंगणवाडीत व प्राथमिक आरोग्य उपकेंद्रात दिले जाते. जयवंताच्या (अंगणवाडी सेविका) म्हणण्याप्रमाणे येथील लोकांना लसीकरणसाठी खूपच आग्रह करावा लागतो. जेव्हा २५-३० लोकांना आग्रह केला जातो तेव्हा फक्त १० पालक त्यांच्या मुलांना घेऊन येतात.

लसीकरणाबाबत उदासीनतेची काही कारणे पुढील प्रमाणे आढळली :

१) लस दिल्यानंतर बाळाला ताप येतो व हात सुजतो. त्यामुळे एकदा लस दिल्यानंतर पुन्हा बाळाला लसीकरणासाठी नेले जात नाही.

२) जर आई व वडील दोघेही कामावर जात असतील, तर त्यांना मुलांना लसीकरणासाठी घेऊन जायला वेळ मिळत नाही.

ज्या पालकांनी आपल्या मुलांना पूर्ण लसी दिल्या आहेत, ते बहुतांश चांगल्या आर्थिक परिस्थितीतले होते. काही लसीकरणाचे पत्रक सरकारी कर्मचाऱ्यांकडून पूर्ण भरल्याचे आढळून आले. या तऱ्हेने आपण अभ्यासातून असा निष्कर्ष काढू शकतो, की राणीपूरमध्ये बालसंगोपनाच्या पद्धतीमध्ये सांस्कृतिक विचारांचा व दृष्टीकोनांचा जबरदस्त पगडा दिसून येतो. याचबरोबर अतिशय कमी असणारी शैक्षणिक सामाजिक व आर्थिक पातळी, मुलांच्या आरोग्यावर विपरीत परिणाम झालेला दिसून येतो. जर तेथील जनतेची शैक्षणिक पातळी वाढवता आली, तर लसीकरणाचे प्रमाण वाढून संसर्गजन्य रोगांमुळे होणाऱ्या बाल मृत्युंचे प्रमाण घटवता येईल.

(पेज नं. १८ वरून पुढे चालू)

त्यांना अशक्तपणा, पाठदुखी, पोटदुखी यासारख्या तक्रारींना सामोरे जावे लागते म्हणूनही शस्त्रक्रिया टाळली जाते.

अशा तऱ्हेने जर यासारख्या काही चुकीच्या कल्पना दूर करता आल्या तर कुटुंब नियोजन कार्यक्रम कदाचित यशस्वी देखील होईल, ज्याचा प्रमुख व महत्त्वाचा परिणाम स्त्रियांचे व त्याचबरोबर बालकांचे आरोग्य सुधारण्यात होईल.

आदिवासींच्या शरीराबद्दलच्या संकल्पना

सोनाली नगरकर

आदिमानवापासून ते आजच्या माणसापर्यंत मानवाने केलेल्या प्रगतीचा अगदी साध्या, सोप्या भाषेत आढावा घ्यायचा झाला तर असे म्हणता येईल, की शतकानुशतके, रोजच्या जीवनातून येणाऱ्या अनुभवांतून, निरीक्षणातून माणूस नवनवीन गोष्टी शिकत गेला. आपल्याजवळ असलेले ज्ञान त्याने स्मरणशक्तीने साठवून ठेवले आणि पुढच्या पिढीला दिले. याच ज्ञानाच्या आधारावर नेविन ज्ञान निर्माण झाले आणि हळूहळू हे वाढतच राहिले. हे उपलब्ध ज्ञान कायम ठेवण्यासाठी त्याचे रूपांतर लिखाणात करण्यात आले. आदिवासी जमातीमध्ये मात्र अजूनही असे पूर्वापार चालत आलेले ज्ञान पुढच्या पिढीला बोली भाषेत सांगितले जाते.

आदिवासी हे खरे म्हणजे येथील मुळचे रहिवासी. पण बाहेरून आलेल्या शक्तिशाली मानवजातींनी त्यांना त्यांच्या मूळ स्थानापासून बाहेर पडण्यास भाग पाडले. या शक्तीपासून बचाव करण्यासाठी तेथून दूर गेलेला आदिवासी समाज हा अत्यंत दुर्गम अशा प्रदेशात, जंगलात, दऱ्याखोऱ्यात जाऊन राहू लागला. त्यामुळे अर्थातच इतर लोकांपासून संपूर्णपणे संपर्क तुटलेले आदिवासी औपचारिक शिक्षण आणि प्रगती यापासून वंचित राहिले. आणि म्हणूनच त्यांची स्वतंत्र अशी विचारशैली निर्माण झाली. आज आदिवासींजवळ असलेले ज्ञान हे त्यांचे स्वतःचे आहे. कुठल्याही बाह्य ज्ञानाची 'भेसळ' त्यात दिसत नाही. निसर्गातील विविध निरीक्षणामधून, शिकार केलेल्या प्राण्यांच्या अप्रत्यक्ष निरीक्षणातून आदिवासी स्वतःच्या शरीराच्या अंतर्बाह्य रचनेची आणि कार्यांची कल्पना करू शकतात यावर विश्वास बसणार नाही!

राणीपूरमधील आदिवासींच्या स्वतःच्या शरीराबद्दलच्या संकल्पना जाणून घेण्यासाठी, त्यांचा आजार होण्याच्या संकल्पना, त्यावरचे औषधोपचार; त्यांच्यावर उपचार करणाऱ्या लोकांना जाणून घेण्यासाठी लोक शरीरविज्ञानशास्त्र, लोक वैद्यक आणि पारंपारिक वैद्य हे तीन विषय अभ्यासासाठी घेण्यात आले.

भिल्ल आणि पावरांच्या स्वतःच्या शरीराबद्दलच्या संकल्पना :

पुनर्जन्माचे चक्र : पुनर्जन्माच्या चक्राची संकल्पना मुख्यतः पावरांमध्ये आढळून आली. फोफा चौधरी रावताडे नावाच्या वैदूने ही संकल्पना सांगितली. त्याच्या मते कुठल्याही व्यक्तीला 'मनुष्य' रूपात जन्म घेण्याच्या आधी सात जन्म घ्यावे लागतात. त्यानंतर होणारा आठवा जन्म हा 'माणसाचा' असतो.

या सात जन्मांमध्ये पहिला जन्म हा कुत्र्याच्या स्वरूपात होतो. दुसरा जन्म माकडाच्या रूपात होतो. माकडीणीचे पिल्लू तिच्या पोटाभोवती असल्याने त्याला सतत फक्त आईच दिसत असते. तिसरा जन्म हा अस्वलाच्या (रिसडी) स्वरूपात असतो. अस्वल आपल्या पिल्लांना पाठीवरून फिरवीत असल्याने, आई जेथे जाईल त्या सर्व जागा पिल्लू पहात असते. चवथा जन्म हा मांजराच्या रूपाने होतो. मांजरी पिल्लांना दातामध्ये पकडत असल्याने प्रथमच पिल्लाला 'वेदनेचे' ज्ञान होते. पुनर्जन्म चक्राच्या या पातळीपर्यंत कुठल्याही

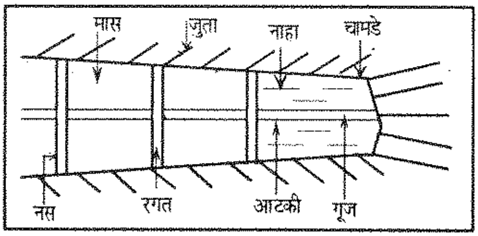
पिल्लाला स्वतंत्रपणे फिरता येत नाही. त्यानंतर होणारा पाचवा जन्म हा 'घोरपडीचा' असतो. या जन्मामध्ये पिल्ले डोंगर, कपारी, मोठमोठे खडक चढून जायला शिकतात आणि कठिण प्रदेशात राहायला शिकतात. त्यानंतरचा सहावा जन्म डुकरीच्या रूपात होतो. ही पिल्ले आईच्या मदतीशिवाय आपल्या अवतीभोवतीचा प्रदेश हुडकतात आणि अन्न मिळवितात. यातूनच आयुष्यातील चढ उतारांना सामोरे जाण्याची कुवत निर्माण होते. सातवा जन्म हा वाघाचा असतो. वाघाची पिल्ले धीट असतातच पण स्वसंरक्षणासाठी समर्थ असतात. म्हणूनच ती सर्वोच्च पदाला मानली जातात.

पुनर्जन्माचे फोफानी सांगितलेले हे चक्र जरी गंमतशीर वाटत असले तरी ते खूपच अर्थपूर्ण आहे. यामधील प्रत्येक जन्माचा जर नीट विचार केला तर असे दिसते की या सात जन्मांमधून, मनुष्य उपलब्ध असलेल्या पर्यावरणासाठी समर्थ बनतो त्यावेळी तो मनुष्य रूपाने जन्माला येतो. सभोवतालच्या कठीण परिस्थितीशी हळू हळू ओळख होण्याच्या दृष्टीने प्रत्येक माणसाच्या आयुष्यात हे सात जन्म अतिशय महत्वाचे आहेत. जर एखाद्या माणसाने आपल्या आयुष्यात फक्त सत्कृत्येच केली असतील, तर त्याचा आत्मा पुनर्जन्माच्या चक्रात न अडकता एकदम माणसाच्या रूपात प्रकट होतो.

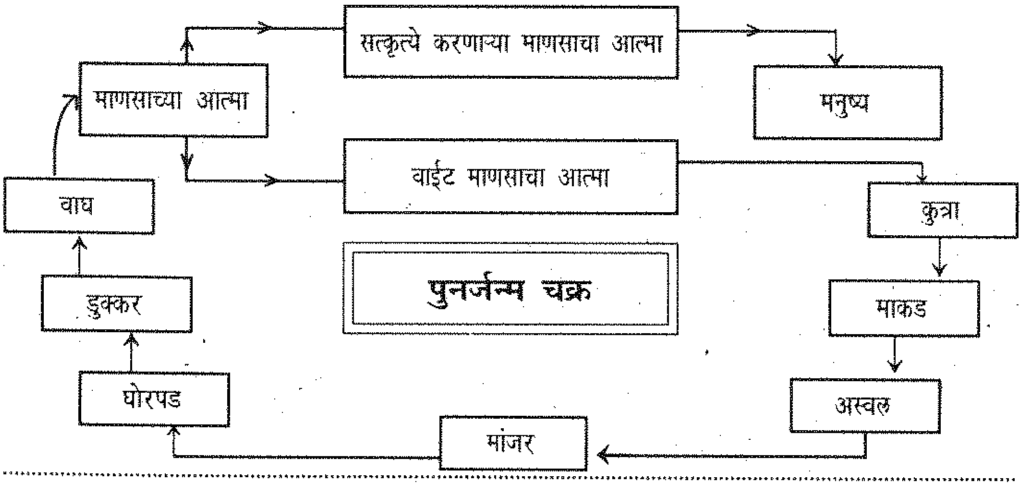
शरीरातील विविध घटक :

भिल्ल आणि पावरांच्या मते विश्वामध्ये हवा, अग्नी, पृथ्वी, तेज आणि आकाश हे घटक असतात. हेच घटक माणसाच्या शरीरातही आढळतात. 'आकाश' माणसाच्या डोळ्यांमध्ये असते. माणसाची हाडे आणि मांस यामध्ये पृथ्वी असते तर माणसाच्या संपूर्ण शरिरात हवा, पाणी, तेज आणि अग्नी असतात.

शरीरातील विभिन्न स्तर :



शरीरातील सर्वात आतला भाग म्हणजे 'आटकी' (हाड) या आटकीमध्ये 'गूज' (बोनमॅरो) असते. त्याच्याभोवती रगत (रक्त) असते. त्यावर मास असते, त्यावर नारा (नसा) असतात. त्याच्यावर चामडी (त्वचा) असते आणि सर्वात वर (पृष्ठभागावर) 'जंटा' (केस) असतात. 'गूज' हा पांढऱ्या रंगाचा शक्तिवर्धक द्रव घटक समजला जातो. भाकरीमध्ये असणाऱ्या चांगल्या घटकांचे 'गूज' या घटकात रूपांतर होते. भिल्ल आणि पावरांनी काढलेल्या



पुढील आकृतीतून शरीरातील स्तरांसंबंधीची त्यांची संकल्पना स्पष्ट होते.

आदिवासींची स्वप्नाबद्दलची संकल्पना :

स्वप्नाबद्दलची आकर्षक संकल्पना पावरांकडून मिळाली. त्यांच्या मते एखादी व्यक्ती झोपली की त्या व्यक्तीचा आत्मा तिच्या शरीरातून बाहेर पडतो. त्या व्यक्तीला ज्या ज्या ठिकाणी जाऊन येण्याची इच्छा असेल, त्या त्या ठिकाणी हा आत्मा फिरून येतो, आणि ज्यावेळी तो परत शरीरात प्रवेश करतो त्यावेळी झोपलेल्या व्यक्तीला जाग येते.

'माणूस मरतो' म्हणजे नेमके काय?

भिल्ल आणि पावरा या दोघांच्याही मते माणसाचा जीव हा त्याच्या पोटात, हवेच्या स्वरूपात असतो. ज्यावेळी पोटातील ही हवा निघून जाते, त्यावेळी माणूस मरतो. परंतु यापेक्षा मृत्यूची वेगळी संकल्पना एका भिल्लाने सांगितली ती अशी - आपल्या शरीरात इंगळा, पिंगळा आणि शुषुम्ना अशा तीन नाड्या असतात. या नाड्या जर एकामागोमाग एक याप्रमाणे बंद पडल्या तर माणूस मरतो. भिल्लाने सांगितलेली ही संकल्पना आयुर्वेदातील शरीर संकल्पनेशी मिळती-जुळती आहे.

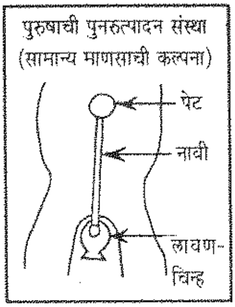
माणूस मेल्यानंतर त्याच्या शरीरातून दुर्गंधी येण्यास सुरूवात होते. ज्यावेळी मृत शरीराचे दहन केले जाते त्यावेळी त्या शरीरातला आत्मा येथून बाहेर पडतो. सर्वसामान्य माणसाचा आत्मा डाव्या नाकपुडीमधून बाहेर पडतो. साधू किंवा सज्जन माणसाचा आत्मा उजव्या कानातून बाहेर येतो. याचे कारण म्हणजे असे लोक आपल्या कानांवर कुठलाही वाईट शब्द पडू देत नाहीत आणि म्हणून त्यांचे कान 'शुद्ध' मानले जातात. चेटुक करणाऱ्या लोकांच्या आत्मा त्यांच्या तोंडामधून बाहेर पडतो. आत्म्याने व्यक्तीचे शरीर सोडल्यानंतर शरीरामधील अस्थी आणि मांस यांचे मातीमध्ये रूपांतर होते.

लॅटीन अमेरिकेमधील पारंपारिक सांस्कृतिक रूढीनुसार, व्यक्तीचा मृत्यू झाल्यानंतर तिचा आत्मा दुसऱ्याच्या शरीरात प्रवेश करतो. मृत व्यक्तीच्या शरीरातून बाहेर पडलेला आत्मा घरांबाहेर वाळत टाकलेल्या कपड्यांना प्रदुषित करतो आणि असे कपडे घालणाऱ्या व्यक्तीच्या शरीरावर परिणाम करतो. (गोल्डवॉटर कारमेल, PP-41, 1983) कुठल्याही सजीवाचे अस्तित्व पृथ्वीवर कायम टिकविण्यासाठी त्या सजीवाच्या पुनरूत्पादनाची आवश्यकता असते, मग तो साधा किटक असो किंवा मनुष्यप्राणी. प्रत्येक वेगळ्या सजीवाच्या शरीरातील पुनरूत्पादन संस्थेची रचना वेगळी असते ही गोष्ट 'जीवशास्त्र' शिकलेल्या आपल्या सर्वांना ज्ञातच आहे. 'मनुष्यप्राणी' ही जात (Homosapience) एकच असल्याने, संस्कृतींमध्ये विभिन्नता असूनही, पुनरूत्पादन संस्थेच्या रचनेत विभिन्नता असणे संभवत नाही, हे शास्त्रीय दृष्ट्या बरोबर आहे. पण आदिवासी स्त्रिया आणि पुरूष यांच्या पुनरुत्पादन संस्थेच्या संकल्पना, आपल्यापेक्षा अगदी वेगळ्या आहेत. कुठलेही 'शरीर विज्ञान शाखा' चे पुस्तक न वाचता देखील पुनरुत्पादनाच्या प्रत्यक्ष क्षणापासून ते बाळाच्या जन्मापर्यंत, शरीरात घडणाऱ्या बदलांचे एक स्पष्ट चित्र भिल्ल आणि पावरांमध्ये दिसून येते. कुठलेही औपचारिक शिक्षण न घेता 'पुनरूत्पादना' सारख्या नैसर्गिक प्रक्रियेचा हे लोक एवढा सखोल विचार करतात, हे पाहून आवाक व्हायला होते.

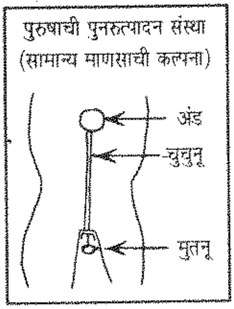
भिल्ल आणि पावरांनी सांगितलेली पुनरुत्पादन संस्थेची रचना आणि कार्ये

पुरुषामधील पुनरुत्पादन संस्थेची रचना :

कमलाबाई मंगा ठाकरे या भिल्ल सुईणीने सांगितल्या प्रमाणे पुरुषांच्या पोटामध्ये (पेट) 'अंबर' (पुनरुत्पादनासाठी आवश्यक असलेला घट्टसर द्रवपदार्थ) असते. 'अंबर'लाच 'उंबरपाणी' किंवा 'अमलपाणी' असेही शब्द या सुईणीने वापरले. 'चुचुणू' नावाच्या नळीने 'पेट' हे 'मुतव्या' (शिश्न) ला जोडलेले असते. मुतव्यामधून अंबर बाहेर येते.

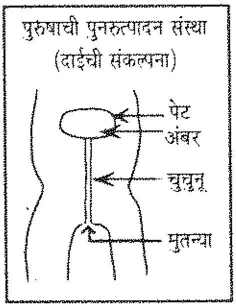


पुरुषाची पुनरुत्पादन संस्था
(सामान्य माणसाची कल्पना)



पुरुषाची पुनरुत्पादन संस्था
(सामान्य माणसाची कल्पना)

वांगरी आणि पार्वतीबाई या दोन पावरा स्त्रियांच्या मते पुरुषाच्या शरीरामध्ये पुनरुत्पादनाचे कार्य करणाऱ्या भागाला 'लवणचिन्ह' असे म्हणतात. हा भाग शरीराच्या बाहेर असतो. या स्त्रियांनी स्वत: काढलेल्या आकृतींमधून असे दिसते की अंबर हे 'आंड' या भागात तयार होते आणि नंतर चुचुणूमधून बाहेर येते.

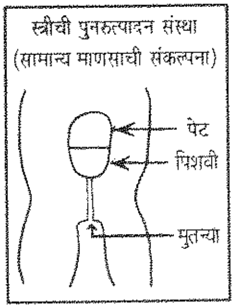


पुरुषाची पुनरुत्पादन संस्था
(दाईची संकल्पना)

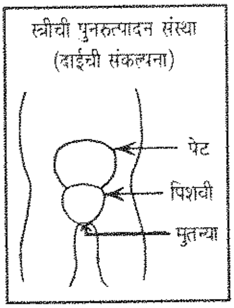
कुमरनाथ खाजन पाडवी या भिल्लाच्या मते, 'लेव्हल' नावाच्या शरीरातील भागात 'अमलपाणी' असते. अमलपाण्याचा रंग पांढरा असतो. 'लेव्हल' या भागाच्या वरच्या बाजूला 'लेव्हल थैली' नावाची थैली असते. या थैलीमधील असलेल्या एकूण रक्तापैकी निम्मे रक्त पांढऱ्या रंगाचे तर निम्मे लाल असते. थैलीमधून गाळले जाऊन हे लेव्हल या भागात येते. यालाच 'अमलपाणी' म्हणतात. ज्यावेळी स्त्री आणि पुरुष यांचा पुनरुत्पादनासाठी प्रत्यक्ष संयोग होतो त्यावेळी अमलपाणी लेव्हलच्या बाहेर यायला बघते.

स्त्रीमधील पुनरुत्पादन संस्थेची रचना :

स्त्रीच्या शरीरामध्ये 'पेट' आणि 'पिशवी' (गर्भाशय) असे दोन स्वतंत्र भाग असतात. 'नाळ' नावाची नळी या दोन भागांना जोडण्याचे काम करते. पिशवीमधून बाहेर निघणारी एक नळी



स्त्रीची पुनरुत्पादन संस्था
(सामान्य माणसाची संकल्पना)



स्त्रीची पुनरुत्पादन संस्था
(दाईची संकल्पना)

'मुतव्या' या नावाने शरिराबाहेर उघडते. स्त्रीच्या 'पेट' या भागात उंबरपाणी (स्त्रीच्या पुनरुत्पादन कार्यासाठी आवश्यक असलेला द्रवपदार्थ) तयार होतो. स्त्रियांच्या शरीरातील उंबरपाणी अगदी पातळ असते. काही भिल्ल आणि पावरांच्या मते उंबरपाणी तयार होण्याची प्रक्रिया पिशवीमध्ये घडते, तर काहींच्या मते पिशवी ही पूर्ण रिकामी असते.

मासिक पाळी :

मासिक पाळी मधील रक्तस्रावाला 'पायी चा रगत' असे म्हणतात आणि हे रक्त अशुद्ध समजले जाते. ज्यावेळी मुलगी 'जवान' होते त्यावेळी तिच्या मासिक पाळीला सुरुवात होते. लहान मुलींच्या शरीरात अशुद्ध रक्त नसल्यामुळे त्यांना मासिक पाळी होत नाही. जसजशी वयानुसार बुद्धी वाढत जाते तसतसे अशुद्ध रक्ताचे प्रमाण वाढत जाते. मुलीची मासिक पाळी सुरू झाल्यानंतर तिच्या बाह्य शरीर रचनेतही बदल घडू लागतो. अशावेळी या मुलींचे प्लॅस्टीकचे दागिने काढून त्यांना चांदीचे दागिने घातले जातात. फ्रॉक किंवा स्कर्ट ब्लाऊज घालणारी ही मुलगी आता ब्लाऊज आणि कमरेच्या खाली पायापर्यंत धोतरासारखी दिसणारी साडी नेसू लागते. या सर्व अंतर्बाह्य बदलांमुळे आता ही मुलगी लग्नायोग्य झाली आहे, हे या आदिवासींना कळून येते. उतारवयात शरीरातील रक्ताचा साठा कमी असल्याने मासिक पाळी बंद होते. यामुळे शरीरातील शक्तीही कमी होते.

I6281 4B

पुनरुत्पादनाचे कार्य :

पुनरूत्पादनासाठी ज्यावेळी स्त्री आणि पुरुष यांचा प्रत्यक्ष संयोग होतो, त्यावेळी पुरुषाच्या शरीरामधील उंबरपाणी स्त्रीच्या शरीरातील 'पिशवी' मध्ये प्रवेश करते आणि स्त्रीच्या उंबरपाण्याशी मिळते. यातूनच नाभीकमळ (फलित बीज) तयार होते. कुमरनाथ नावाच्या भिल्लाने ही संकल्पना सांगितली.

लिंग ओळखण्याची पद्धत :

पुन्या नावाच्या पावराच्या मते जर गर्भवती स्त्रीचे गर्भारपण पूर्ण नऊ महिने किंवा त्यापेक्षा जास्त काळ राहिले तर मुलगा होण्याचा संभव जास्त असतो. या उलट जर नऊ महिने पूर्ण होण्याआधीच बाळाचा जन्म झाला तर ती बहुधा मुलगी असते.

कुमरनाथ या भिल्लाची संकल्पना मात्र यापेक्षा खूपच वेगळी होती. त्याच्या मते स्त्रीला होणाऱ्या बाळाचे लिंग हे स्त्री आणि पुरुष यांपैकी कोण आधी तीव्र इच्छा प्राप्त करेल, त्याच्यावर अवलंबून असते. पुनरुत्पादनासाठी स्त्री आणि पुरुषाच्या प्रत्यक्ष समागमामध्ये, जर पुरुषाने आधी तीव्र इच्छा प्राप्त केली तर त्या स्त्रीला मुलगा होतो. या उलट जर स्त्रीने आधी तीव्र इच्छा प्राप्त केली तर तिला मुलगी होते. या कृतीच्या वेळी जर दोन वेळा तीव्र इच्छा प्राप्त झाली तर जुळ्यांचा जन्म होतो. यामध्ये जर पुरुषाला आधी आणि दोन वेळा तीव्र इच्छा प्राप्त झाली तर दोन जुळे मुलगे जन्मतात; तर स्त्रीला पुरुषाच्या आधी आणि दोन वेळा तीव्र इच्छा प्राप्त झाला तर दोन जुळ्या मुली जन्माला येतात. आणि जर पुरुष आणि स्त्री या दोघांनाही एकाच वेळी तीव्र इच्छा प्राप्त झाली तर एक मुलगा आणि एक मुलगी असे जन्मतात. जन्माला येणाऱ्या बाळाच्या लिंगाबाबात एवढा विचार करणारे आदिवासी आपल्याला निश्चितच थक्क करतात.

बाळ तयार होण्याची प्रक्रिया :

भिल्लांच्या मते बाळाची वाढ ही स्त्रीच्या शरीरामधील थैलीच्या उजव्या भागात होते. जुळी मुले एकाच थैलीत वाढतात. काहींच्या मते मात्र जुळी मुले वेगवेगळ्या थैलीत वाढतात. आई आणि मूल यांच्यामध्ये रक्ताचा प्रवाह असतो. या थैलीच्या आत आणखी एक थैली असते. या दोन थैल्यांमधील जागा 'सूरस' नावाच्या द्रवपदार्थाने भरलेली असते. पहिल्या महिन्यामध्ये बाळाच्या डोक्याचा भाग तयार होतो. दुसऱ्या महिन्यामध्ये रक्तवाहिन्या तयार होतात. तिसऱ्या महिन्यात मांस तयार होते. चौथ्या महिन्यात हाडे तयार होतात. पाचव्या महिन्यात शरीराच्या आतला थर निर्माण होतो. सहाव्या महिन्यात त्वचा तयार होते. सहाव्या महिन्यानंतर रक्ताभिसरण सुरू होते. सातव्या महिन्यात 'भरम' (मेंदू) च्या नियंत्रणाखाली शरीरामध्ये हवा वाहू लागते. सातव्या महिन्यानंतर बाळ रडायला आणि फिरायला लागते. या सर्व प्रक्रियेसाठी लागणारे अन्न सुरसामार्फत बाळाला मिळत राहते. म्हणूनच जसजसे बाळ वाढू लागते, तसतसा सुरसाचा साठा कमी होत जातो आणि थैलीचा आकार वाढायला लागतो. बाळाचे डोके थैलीच्या उजव्या बाजूला आणि पाय डाव्या बाजूला असतात. बाळाच्या प्रत्यक्ष जन्माच्या वेळी थैलीचे तोंड फक्त पाचचे मिनिटे उघडते. बाळ डोक्याकडून जन्माला येते आणि नंतर थैलीचे तोंड बंद होते. गर्भारपणात जर स्त्रीने खूप श्रम केलेले असतील तर बाळाच्या जन्माच्या वेळी ते पायाळू म्हणून जन्माला येते.

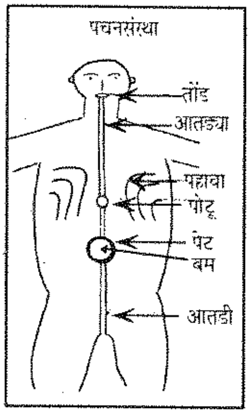
कमलाबाई मंगा ठाकरे या भिल्ल सुईणीच्या मते स्त्रीच्या शरीरातील पिशवी गोलाकार असते. या पिशवीमध्ये बाळाला झोपण्याकरता 'गादी' असते. बाळ आणि आई यांच्यामध्ये नाळ असते. बाळ आपल्या जिभेने नाळेतून येणारे अन्न चाटून खाते. जे जे अन्न आई खाईल ते ते सर्व अन्न बाळही खाते.

सुईणीच्या मते बाळ हे सुरवातीला साध्या गोल गोळ्याप्रमाणे असते. पहिल्या महिन्यात त्याचा आकार चपटा होतो आणि उंची वाढते. दुसऱ्या महिन्यात डोक्याचा भाग तयार होतो. तिसऱ्या महिन्यात हात आणि पाय तयार होतात मात्र त्यांना बोटे नसतात. सहाव्या महिन्यात बाळाचा आकार वाढतो आणि डोक्यावर केस येतात. सातव्या महिन्यात संपूर्ण वाढ होते. आठव्या महिन्यापासून ते प्रत्यक्ष जन्मापर्यंत बाळ आकाराने हळूहळू वाढत राहाते.

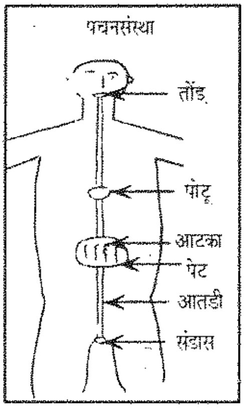
स्त्रीने गर्भ धारण केल्यानंतर सुद्धा स्त्री आणि पुरुषाचा संभोग चालूच राहतो. यावेळी पुरुषाकडून येणाऱ्या 'अंबर' या पदार्थामुळे बाळ जिवंत होते असे मानले जाते. गर्भारपणात स्त्रीला मासिक पाळी येत नाही कारण तिच्या पोटात बाळ असल्यामुळे रक्त बाहेर जाण्याचा मार्ग बंद होतो.

पुनरूत्पादन संस्थेची रचना आणि कार्ये याबाबतच्या संकल्पना जशा भिल्ल आणि पावरांना आहेत, त्याचप्रमाणे शरीरातील इतरही संस्था उदा. पचनसंस्था, श्वसनसंस्था, याबाबतही त्यांना ज्ञान आहे. या इतर संस्थांबद्दलच्या त्यांच्या संकल्पनाही अगदी स्वतःच्या अशा आहेत.

पचनसंस्था :



राणीपूरमधील बऱ्याचशा आदिवासींना पचनसंस्थेबद्दल त्यांची त्यांची स्वतःची अशी माहिती होती. अन्न खाल्ल्यानंतर ते पचनसंस्थेमधल्या एका अवयवाकडून दुसऱ्या अवयवाकडे नेणाऱ्या सगळ्या नळ्यांना 'आतड्या' असे म्हणतात.



वांगी नावाच्या पावरा स्त्रीने दिलेल्या माहितीप्रमाणे तोंडाने अन्न खाल्ल्यानंतर ते 'आंतड्या' मध्ये जाते. सखाराम या पावरा मुलाने आतड्यालाच 'कंथा' असाही शब्द वापरला. त्यानंतर अन्न 'पुटं' या अवयवामध्ये येते आणि नंतर 'पोटं' या अवयवामध्ये त्याचे पचन होते. आदिवासींच्या मते 'पुटं' हा अवयव गोलाकार असून पचन संस्थेमध्ये तो कुठलेही कार्य करीत नाही. याउलट 'पोटं' या अवयवामध्ये दोन थर असून त्यामध्ये 'अटका' (Intestinal coils) नावाचा अवयव असतो. शरीरातील सर्व पचनसंस्थेला 'पहावा' नावाच्या अवयवामुळे आधार मिळतो. अन्नामधील जो भाग चांगला असतो, तो शोषून घेतला जातो आणि नको असलेला भाग 'आतड्या' या अवयवाकडे जातो. तेथून 'संडास' नावाच्या मार्गाने हे नको असलेले अन्न शरीराबाहेर टाकले जाते.

कुमरनाथ या भिल्लाने मात्र पचनसंस्थेची वेगळीच संकल्पना सांगितली. त्याच्या संकल्पनेनुसार कुठल्याही व्यक्तीला दोन 'पेट' असतात; एक 'जलपेट' आणि दुसरे 'खानापेट' पाणी आणि इतर पातळ पदार्थ, खाल्ल्यानंतर 'जलपेट' मध्ये जातात तर घट्ट पदार्थ 'खाना पेट' मध्ये जातात.

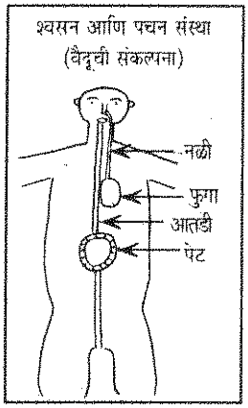
रक्ताभिसरण प्रक्रिया :

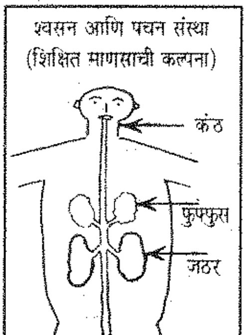
'जलपेट' मध्ये असलेले रक्त हे पायाकडे वाहते. उजव्या हाताने काम करणाऱ्या माणसांमध्ये रक्ताचा साठा हा शरीराच्या उजव्या भागात असतो, तर डावखुऱ्या माणसांमध्ये हा साठा डाव्या भागात असतो. या रक्ताच्या साठ्यामधील रक्त 'भरम' म्हणजेच मेंदूकडे जाते. नंतर 'भरम' मधून रक्त

शरीरातील इतर सर्व अवयवांना पुरविले जाते. डावखोऱ्या माणसामध्ये रक्त घड्याळाच्या काट्यांच्या विरूद्ध दिशेने (Anti-clock-wise) मेंदूकडे जाते.

रक्ताचा रंग आणि व्यक्तीचे वय यांच्यातही कुमरनाथ या भिल्लाच्या दृष्टीने घनिष्ट संबंध आहे. अगदी तान्ह्या बाळाचे रक्त गुलाबी रंगाचे असते. मुलांचे रक्त लाल रंगाचे असते तरुणांचे रक्त आणखी लाल असते तर म्हाताऱ्या माणसांचे रक्त काळपट लाल रंगाचे असते.

श्वसन संस्था :



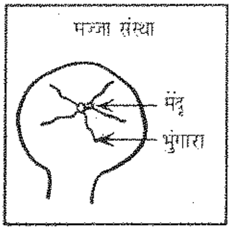


स्वतंत्र श्वसनसंस्थेच्या शरीरातील अस्तित्वाची माहिती भिल्ल आणि पावरा या दोघांनाही नव्हती. जगण्यासाठी हवा आवश्यक आहे, ही गोष्ट मात्र त्यांना माहित होती.

फोफा नावाच्या पावरा वैदूला मात्र याबद्दल स्वत:ची संकल्पना होती. शरीरामधील फुफ्फुसाला त्याने 'फुगा' असे संबोधले. त्याच्या मते नाक आणि फुगा हे दोनही वेगवेगळ्या नळ्यांनी जोडलेले असतात. फुगा हा शरीरातला सर्वात महत्त्वाचा भाग असून त्याच्यामधील हवा जर गेली, तर मनुष्य मरतो.

कुमरनाथ या भिल्लाच्या मते शरीरातील हवा ही रक्ताभिसरणाला कारणीभूत असते. आपण उजव्या नाकपुडीने श्वास आत घेतो आणि डाव्या नाकपुडीने बाहेर सोडतो, या भिल्लाची श्वासोच्छ्वासाची संकल्पना आयुर्वेदातील संकल्पनेशी जुळते. परंतु त्याच्या मते फक्त चांगली कृत्ये करणारा माणसेच एका वेळी दोन्ही नाकपुड्यांनी श्वासोच्छ्वास करू शकतात.

मज्जा संस्था :



पारंपारिक वैद्यक करणाऱ्या काही भिल्ल आणि पावरांना शरीरावर नियंत्रण करणाऱ्या अवयवांची संकल्पना होती. कुमरनाथच्या मते डोक्यामध्ये असणारा 'भरम', फोफाच्या मते डोक्यामध्ये असणारा 'मेंदू' आणि पुन्याच्या मते 'भेजा', या नियंत्रणाचे कार्य करतात. हा अवयव जन्मापासूनच डोक्यामध्ये असतो. या अवयवाला हाडांचे संरक्षण असते. कुमरनाथच्या मते माणसाचा आत्मा त्याच्या 'भरम' मध्ये असतो. भरमच्या आतमध्ये 'गोटा' नावाचा अवयव असतो. (Probably the hypothalamus) फोफा या पावरा वैदूच्या संकल्पनेप्रमाणे शरीरातील कान, नाक आणि इतर अवयव मेंदूला जोडलेले असतात. मेंदूपासून अनेक 'भुंगारा' (मज्जातंतू) निघतात.

ज्ञानेंद्रिये :

पुन्या या पावराच्या मते माणसाला ५ मुख्य ज्ञानेंद्रिये असतात ती अशी :

१) **डोळा :** डोळा हा प्रामुख्याने 'अहारी' (Upper eyelid), 'गुटी' (Iris), 'सफेद' (Sclera), 'कुरघोडी' (Black) आणि 'आरसा' (Mirror) यांचा बनलेला असतो. काही आदिवासींच्या मते कुरघोडीमुळे माणूस पाहू शकतो, काहींच्या मते आरशामुळे, तर काहींच्या मते डोळ्यात असणाऱ्या पाण्यामुळे आपल्याला दिसते.

16281 5B

२) **कान :** कानामध्ये असलेल्या 'किड्यामुळे' आपल्याला ऐकू येते. हा किडा जर मेला तर माणसाला ऐकू येत नाही.

३) **नाक :** नाकाने वास घेता येतो आणि तो दिसत नाही एवढीच संकल्पना या आदिवासींमध्ये आढळून आली.

४) **त्वचा :** एका भिल्लाच्या मते, ज्यावेळी कातडीचा स्पर्श एखाद्या गोष्टीला होतो त्यावेळी, "भेजा मधे करंट लागतो."

५) **जीभ :** जीभेवर 'फोड' असतात. तिखट पदार्थ खाल्ल्यानंतर तो लाळेमध्ये मिसळतो आणि आपल्याला त्याची चव लागते.

माणसाच्या शरीराच्या अंतर्बाह्य रचनेबद्दल असलेल्या, भिल्ल आणि पावरांच्या संकल्पना पाहिल्या तर असे दिसते की ज्या परिस्थितीत, ज्या पर्यावरणात ते राहतात, जी निरक्षणे ते प्रत्यक्ष किंवा अप्रत्यक्षपणे करतात त्या सर्वांचा वापर ते स्वतःचे शरीर समजावून घेण्यासाठी करतात. या आदिवासींशी प्रत्यक्ष बोलताना असे एकदाही झाले नाही की आपण प्रश्न विचारला आणि त्यांना उत्तर देता आले नाही. फार पूर्वीपासून आदिवासी शिकार करत आले आहेत. त्यामुळे प्राण्याचे शरीर आतून कसे असते हे त्यांनी पाहिलेले आहे. कदाचित अशाच निरीक्षणातून ते माणसाच्या शरीराच्या अंतर्रचनेची कल्पना करू शकत असतील. पुनरूत्पादन संस्थेच्या रचनेसंबंधी असलेल्या त्यांच्या संकल्पना प्राण्यांच्या शरीररचनेवरून तयार झालेल्या असाव्यात. तसेच निसर्गातील विविध शक्ती जसे, हवा, पाणी, प्रकाश यांचे अस्तित्व माणसाच्या शरीरात आहे असे हे आदिवासी सांगतात. शरीरातील विविध संस्थांच्या रचनेचे आणि कार्यांचे वर्णन करताना त्यांचा संबंध निसर्गातील विविध गोष्टींशी दिसून येतो. पुनर्जन्माच्या बाबतीत आदिवासींची संकल्पना हिंदू संस्कृतीशी साम्य दाखवते. एकीकडे असे पारंपारिक ज्ञान जपत असतानाच दुसरीकडे काही कारणांनी बाह्य जगाशी संपर्क आल्यामुळे कुमरनाथसारख्या काही आदिवासींच्या ज्ञानावर इतर संस्कृतींची छाप दिसून येते.

असे सर्व असताना जर आदिवासी खेड्यांतून आरोग्य विषयक कार्यक्रम यशस्वीपणे राबवायचे असतील आणि याचाच एक भाग म्हणून त्यांना माणसाच्या शरीराच्या रचनेचे आणि कार्याचे शास्त्रीय ज्ञान द्यायचे असेल, तर प्रथम आदिवासींच्या स्वतःच्या शरीराबद्दलच्या संकल्पना जाणून घेणे अत्यंत गरजेचे आहे. आरोग्यविषयक प्रशिक्षण देणाऱ्या कार्यकर्त्यांना जर आदिवासींच्या मूळ संकल्पनांची माहिती नसेल, तर यशस्वीपणे आरोग्यशिक्षण आदिवासींपर्यंत पोहोचविण्यात ते सफल होण्याचा संभव फारच कमी आहे.

भारतासारख्या विकसनशील देशाचा बहुतेक भाग हा ग्रामीण आणि आदिवासी भाग यांनी व्यापलेला आहे. १९९१ च्या जनगणनेनुसार भारतामध्ये ६७७.७८ लाख आदिवासी राहतात. आपली स्वतःची अशी खास संस्कृती जपणारे आदिवासी परंपरेने आलेले वैद्यकीय ज्ञान बाळगून असतात. आदिवासींच्या प्रथा, विश्वास, श्रद्धास्थाने, संकल्पना, प्रत्येक कृतीमागची पार्श्वभूमी इ. गोष्टी कधी नीटपणे मुळाशी जाऊन जाणून न घेतल्यामुळे प्राथमिक आरोग्य सेवेमध्ये अंतर्भूत असलेले निरनिराळे कार्यक्रम अयशस्वी ठरतात. आदिवासी भागांमध्ये आरोग्य सेवा जर यशस्वीपणे अमलात आणायची असेल तर त्याआधी तेथील लोकांच्या पारंपारिक वैद्यकीय पद्धती, त्यामागची कारणे इ. गोष्टी समजून घेणे आवश्यक आहे. याच पार्श्वभूमीवर राणीपूरमधील भिल्ल आणि पावरा यांच्या त्यांना होणारे आजार, त्यावर केले जाणारे उपचार आणि त्या मागची कारणे या बाबतच्या संकल्पना जाणून घेण्यासाठी 'एथ्नोमिडिसीन' आणि ट्रॅडिशनल मेडिकल प्रॅक्टिशनर्स हे विषय अभ्यासासाठी घेण्यात आले.

भिल्ल आणि पावरांची आरोग्य आणि अनारोग्या-बद्दलची संकल्पना :

भिल्ल आणि पावरा या दोन्हीही आदिवासी जमाती एकाच गावात राहूनसुद्धा त्यांच्यामधील सांस्कृतिक फरकामुळे त्यांच्या प्रत्येक संकल्पनेमध्येही फरक दिसतो. भिल्लांच्या मते जोपर्यंत एखादी व्यक्ती रोजचे काम व्यवस्थितपणे करत असते तोपर्यंत ती व्यक्ती आरोग्यपूर्ण असते. तर पुन्या आणि फोफा या पावरांच्या मते जोवर एखादी व्यक्ती रोजचे काम करत असते आणि त्या व्यक्तीची नाडी (Pulse) जोराने पळत असते, तोवर ती व्यक्ती चांगल्या तब्येतीत असते. भिल्लांच्या संकल्पनेप्रमाणे ज्यावेळी एखादी व्यक्ती काही कारणाने काम करू शकत नाही त्यावेळी ती आजारी असते, तर पावरांच्या संकल्पनेप्रमाणे आजारी माणसाची नाडी नेहमीपेक्षा जास्त वेगाने पळते.

भिल्ल आणि पावरांनी केलेले आजारांचे विभाजन आणि त्यांनी सांगितलेली अनारोग्याची कारणे :

राणीपूरमधील भिल्ल आणि पावरांच्या संकल्पनेप्रमाणे अनारोग्यासाठी नैसर्गिक घटक दैवीशक्ती आणि पूर्वजन्माची पापे हे तीन घटक कारणीभूत असतात. भूतांचे बावन्न प्रकार वाऱ्याच्या स्वरूपात असतात आणि जर एखादी व्यक्ती या वाऱ्याच्या सापळ्यात अडकली, तर ती व्यक्ती भूत बनते. असे हे लोक मानतात. यापैकी 'भागले' नावाचे भूत हे सर्वात मोठे असून पिंपळाच्या किंवा वडाच्या झाडावर त्याचे वास्तव्य असते. डाकिण, मुंजन याप्रकारची भूते सुद्धा माणसांमध्ये ठराविक आजार निर्माण करण्यात कारणीभूत असतात. यापैकी डाकिण हे स्त्रीचे भूत असून त्यामुळे मुख्यतः पोटांचे विकार होतात. तर मुंजन हे तरुण वयातच मृत्यू झालेल्या माणसाचे भूत असून, संभोगापासून वंचित राहिल्याने, तरुण मुली आणि स्त्रिया यांना पछाडते आणि अशा मुली किंवा स्त्रियांच्या आरोग्याला अपाय होतो. मुंजन या भूताने केलेल्या समागम संभोगापासून जन्म होणारी मुले पांढऱ्या रंगाची (धवलरोगी) असतात. गर्भवती स्त्रियांना जर मुंजनाने पछाडले तर त्यांना अशी मुले होतात त्याचप्रमाणे डाकिण हे स्त्रीचे भूत मुख्यतः पुरुषांना पछाडते असाही एक विश्वास आहे.

काही रोगांचे मूळ हे अन्न, हवा, पाणी यासारख्या नैसर्गिक गोष्टींमध्ये असते असेही हे लोक मानतात. अन्न जर नीट ठेवले नाही तर काळे होते, त्याची चव कडू होते आणि असे अन्न खाल्ले तर आजार होतो, अशी यांची संकल्पना आहे. खराब पाणी प्यायल्याने सुद्धा आजार होतो असाही येथील काही पावरांचा विश्वास आहे. फोफा या पावरा वैदूची अन्न आणि पाण्यामध्ये 'किडे' असतात अशी धारणा आहे. हे किडे डोळ्याने दिसत नसले, तरी अनारोग्याला कारणीभूत होतात आणि यामुळे प्रामुख्याने मुलांना पोटाचे विकार होतात असे फोफाने सांगितले. यावरून फोफा या वैदूला सूक्ष्मजंतूमुळे रोग होतात ही माहिती असावी, याचे कारण म्हणजे फोफा वैदूचा मुलगा पदवीपर्यंत शिकलेला असून, शहरामध्ये नोकरीला आहे, हे एक असू शकेल.

पूर्वजन्मी केलेली पापे काही रोगांना कारणीभूत ठरतात हे समजावून सांगताना फोफाने कुष्ठरोगाचे उदाहरण दिले.

भिल्ल आणि पावरा यांच्यावर औषधोपचार करणाऱ्या पारंपारिक वैद्यांच्या, भगतांच्या अनारोग्याच्या संकल्पना मात्र अधिक विस्तारीत आणि इतर भिल्ल आणि पावरांपेक्षा वेगळ्या वाटतात. ज्याप्रमाणे आधुनिक वैद्यकशास्त्रात विविध तज्ज्ञांचा समावेश असतो, त्याचप्रमाणे आदिवासींमध्ये देखील परंपरेनुसार विशिष्ट औषधोपचार करणारे तज्ज्ञ, आणि सुईणी (दाई) अशी लोकं आढळून येतात. तर येथून जवळच असलेल्या फत्तेपूर या गावातील हाडवैदू राणीपूरमधील लोकांच्या दुखापतींवर विशेषतः

मुरगळणे, हाड मोडणे इत्यादी दुखापतींवर औषधोपचार करीत होता.

या विविध पारंपारिक वैद्यांच्या मते अनारोग्यास नैसर्गिक घटक किंवा अनैसर्गिक/दैवी घटक कारणीभूत असतात.

त्यांच्या संकल्पनेप्रमाणे कुठल्याही व्यक्तीच्या अनारोग्यास खालील कारणे असतात :

१) **गाव देव किंवा देवीचा कोप** - याचे चांगले उदाहरण म्हणजे 'देवीची बिमारी' (कांजिण्या) हा रोग होय.

२) **पूर्वजन्मीची पापकृत्ये** - उदा. क्षयरोग (Tuberculosis) या रोगाला 'मडक्या रोग' असा शब्द वापरला गेला.

३) **भूताने पछाडणे** - उदा. थंडीताप.

४) **नजर लागणे** - मुख्यतः बाळसेदार बाळ, चांगल्या दिसणाऱ्या मुली, तरुण मुली आणि बायका अशांनाच नजर लागते. यामुळे ताप, थंडी वाजणे, सतत शौचाला होणे असे आजार होतात.

राणीपूरपासून जवळच असलेल्या तोरणमाळ येथील गोरक्षनाथ महाराजांच्या प्रभावाखाली आलेला भिल्ल कुमरनाथ पाडवी या भगताच्या बदलेल्या संकल्पनेप्रमाणे माणसाच्या शरीरात जल, वायू, अग्नी आणि पितू हे घटक सारख्या प्रमाणात असतात. यापैकी एकाही घटकाचा समतोल बिघडला तर आजार होतो. कुमरनाथने सांगितलेली ही संकल्पना आयुर्वेदाच्या संकल्पनेशी जुळणारी आहे.

विविध रोगांवरील औषधोपचार पद्धती :

कुठलाही आजार झाला, तर वेगवेगळ्या प्रकारच्या औषधोपचार पद्धतींचा वापर भिल्ल आणि पावरा करून बघतात. नेमकी कुठली पद्धत निवडायची हे मात्र त्या आजाराच्या कारणावर आणि गंभीरपणावर तसेच आजाराच्या तीव्रतेवर अवलंबून असते. आजार जर साध्या स्वरूपाचा असेल तर घरगुती उपचारपद्धती अवलंबिल्या जातात. मुख्यतः घरामधील म्हातारी माणसे या पद्धती सांगतात. खाली दिलेल्या तक्त्यामध्ये, राणीपूरमधील आदिवासी वापरत असलेल्या काही घरगुती उपचार पद्धती दिलेल्या आहेत :

अनु. क्र.	झाडाचे आदिवासींनी सांगितलेले नाव	आजार	उपचाराची पद्धत
१.	रगतरोडा	पोटदुखी	पानांचा रस काढून तो पिण्यासाठी दिला जातो.
२.	आपटा	ताप	पाने दातांनी चावून खायची
३.	नींब	जुलाब होणे	जुलाब झाल्यास निंबोणीचा गर पाण्यात मिसळून प्यायचा.
४.	उवा	दातदुखी	पानांचे चूर्ण दातांना लावायचे.
५.	लसूण	पोट बिघडणे/डोळेदुखी	ठेचून खायचा किंवा कपाळावर लावायचा.
६.	तिवास	जखम	खोडाची पूड करून जखमेवर लावायची
७.	साखर	सर्दी झाल्यास	साखर तव्यावर जाळून त्याची धुरी नाकाने खोलवर ओढून घ्यायची.
८.	मेथी+गूळ+गव्हाचे पिठ	संधिवातामध्ये	या मिश्रणाचे छोटे छोटे लाडू बनवून खायला देतात.
९.	निंब	कांजिण्या	कडूलिंबाची पाने पाण्यात टाकून, ते पाणी उकळायचे आणि नंतर त्या पाण्याने आंघोळ करायची.

घरगुती उपचारपद्धतींनी जर आजार बरा होत नसेल, तर जादूटोना, मंत्रतंत्र, वनौषधी (झाडपाल्यापासून तयार केलेली चूर्ण किंवा काढे यांचा वापर अथवा प्राण्यांच्या शरीरातील विविध भागांचा वापर करणे), किंवा यांत्रिक (मुख्यतः मोडलेले हाड जोडण्यासाठी) या उपचारपद्धतींची निवड घरातील मोठ्या माणसांच्या, इतर नातेवाईकांच्या सल्ल्याने केली जाते. परंतु कुठलाही रोग हा मुख्यतः दैवीशक्तींच्या कोपामुळे किंवा भूत, अतृप्त आत्मे इ. मुळे होतो ही सर्वसाधारण संकल्पना असल्यामुळे जादूटोना, मंत्रतंत्राच्या उपचारपद्धतीला प्राधान्य दिले जाते. या प्रकारच्या उपचार पद्धती करण्यामध्ये बुडवा किंवा भगत हा सर्वश्रेष्ठ समजला जातो. आणि म्हणूनच आजारी माणसाला प्रथम बुडव्याला दाखविले जाते. मात्र आजारी माणसाला तपासण्यासाठी बुडवे किंवा वैदू रोग्याच्या घरी जातात, रोगी त्यांच्याकडे जात नाही. ही उपचारपद्धती वापरत असताना म्हटल्या जाणाऱ्या विविध मंत्रांच्या माध्यमातून बुडवा एखाद्या झाडपाल्याचे औषध रोग्याला देतो. अशा प्रकारच्या उपचार पद्धतीमध्ये आजारी माणसाच्या मानसिक आणि शारीरिक दोन्ही स्थितीचा विचार केलेला दिसून येतो. राणीपूरमध्ये अशा प्रकारे वापरण्यात येणाऱ्या काही उपचार पद्धती खालील तक्त्यात दिल्या आहेत :

क्र.	आजार	उपचार पद्धती
१.	भूत लागणे	आजारी असलेल्या माणसाला भूताने पछाडले आहे हे बुडव्याला कळल्यानंतर त्या रोग्याला जमिनीवर झोपविले जाते. त्यानंतर कडुलिंबाचा पाला घेऊन तो रोग्याच्या डोक्यापासून पायापर्यंत अनेकवेळा फिरविला जातो.
२.	अर्धशिशी	अशा वेळी रोग्याला उन्हामध्ये अशा तऱ्हेने उभे केले जाते की त्याची पूर्ण सावली जमिनीवर पडेल. त्यानंतर ज्याठिकाणी डोक्याची सावली पडली असेल, त्याच्या भोवती बुडवा काठीने वर्तुळ काढतो. नंतर त्या वर्तुळाच्या मध्यापासून तो ती जागा खणतो. हे करत असतानाच तो मंत्रही म्हणतो.
३.	थंडीताप	बुडवा रोग्याला आपट्याची पाने देतो आणि ती देत असतानाच मंत्र म्हणतो. नंतर ही पाने पाण्यामध्ये उकळली जातात आणि रात्री त्या रोग्याला या पानांची वाफ नाकाने ओढून घ्यायला सांगितले जाते. दुसऱ्या दिवशी हे पाणी आणि पाने गावाबाहेर दूर टाकून दिली जातात.

वैदू प्रामुख्याने झाडपाल्याचा उपचारासाठी वापर करतात. उदाहरणासाठी खालील तक्त्यामध्ये काही उपचारपद्धती दिल्या आहेत.

क्र.	आजार	झाडाचे आदिवासींनी सांगितलेले नाव	वापरण्यात येणारा भाग	उपचार पद्धती
१.	नजर लागणे	जिरण्या	मूळ	दोन दिवस हे मूळ गळ्यामध्ये घालणे.
२.	सर्पदंश	नजऱ्या	फळ	फळ चावणे.
३.	सर्पदंश	करवंद	मूळ	मुळाचे चूर्ण करून दंशाच्या जागी लावणे.
४.	दंतदुखी, हिरड्यांना सूज येणे	दाढ्या	मूळ	चूर्ण करून लावणे.

क्र.	आजार	झाडाचे आदिवासींनी सांगितलेले नाव	वापरण्यात येणारा भाग	उपचार पद्धती
५.	त्वचारोग	काळसर्प	झाडाची फांदी	जाळणे आणि नंतर त्याची राख बाजरीच्या पिठात घालून खाणे.
६.	कानांचे विकार	राजहंस	खोडाचे साल	खोडाचे साल पाण्यामध्ये उकळून ते पाणी कानामध्ये घालणे. नंतर काढून टाकणे.
७.	मूत्रपिंडाचे विकार (मूतखडा)	वसान	मूळ	यापासून चूर्ण बनवून एक कप दूधामधून ११ दिवस घेणे.

पाय, हात मुरगळणे, हाड मोडणे अशा सारख्या दुखापती झाल्या तर हाडवैदू 'यांत्रिक' उपचारपद्धतीचा वापर करतो यामध्ये प्रथम हाताने, मुरगळलेला किंवा मोडलेला भाग, हाडवैदू नीट तपासून बघतो. त्यांनतर बांबूचे साधारणतः एक एक इंच लांबीचे तुकडे करून ते त्या भागाभोवती गुंडाळले जातात. नंतर पळसाच्या पानांचे चूर्ण लावून, त्यावरून कापड गुंडाळले जाते. दहा ते पंधरा दिवस हे ठेवल्यानंतर 'सिसम' नावाच्या तेलाने या भागाला मालीश केले जाते.

आपण रहात असलेल्या जंगलामधील उपलब्ध वनस्पती, प्राणी; वडिलोपार्जित चालत आलेले पारंपारिक वैदकीय ज्ञान, रोजच्या जीवनातील असंख्य निरिक्षणे; निसर्गातील झाडे, प्राणी यांचे रंग, त्यांची डोळ्यांना साम्य दिसणाऱ्या बाह्यरचनेची बारीकसारीक वैशिष्ट्ये यांचे मानवी शरीराशी दिसणारे साम्य यासारख्या गोष्टींमधून विविध औषधोपचार पद्धती आदिवासी वापरत असावेत.

बुडवे, वैदू, दाई, हाडवैदू यासारख्या पारंपारिक वैद्यकीय ज्ञान असणाऱ्या भिल्ल आणि पावरांची विशिष्ट श्रद्धास्थाने असून, आपल्याजवळची आजार बरे करण्याची असलेली शक्ती टिकवून ठेवण्यासाठी हे लोक ठराविक देवांची पूजा करतात आणि नवरात्री, शिवरात्री यासारख्या दिवशी उपवास करतात. वाघ्याबाबा, मोगरामाता, गाठीश्वर अशी या देवांची नावे आहेत. तसेच कुठल्याही रोग्याला तपासण्याआधी त्याचे तोंड एका विशिष्ट दिशेला - पूर्वेला, केले जाते. याचे कारण म्हणजे हे पारंपारिक वैद्यकीय तज्ज्ञ निसर्गातील सूर्य आणि पृथ्वी या शक्तींना त्यांच्याजवळ असलेल्या शक्तीचे उगमस्थान मानतात. यांच्यातील भगतांच्या रोग बरे करण्याच्या शक्तीचे उगमस्थान 'सूर्य' तर भगतिणींच्या रोग बरे करण्याच्या शक्तीचे उगमस्थान 'पृथ्वी' असे मानले जाते. म्हणूनच आजारी माणसाला तपासताना त्याच्या अंगावर कुणाचाही सावली पडू दिली जात नाही. वैदूंच्या मते झाडांमध्ये रोग बरे करण्याची शक्ती सूर्यापासून येते. त्यामुळे औषधोपचारासाठी झाडपाला गोळा करताना झाडावर सावली पडू दिली जात नाही. आणखी एक संकल्पना म्हणजे जसजसा दिवस चढत जातो आणि हळूहळू सूर्य मावळण्याची वेळ येते, तसतशी झाडांमधील रोग बरे करण्याची शक्ती कमी कमी होत जाते आणि रात्रीच्या वेळी झाडामधील ही शक्ती पूर्णपणे नाहीशी होते. म्हणूनच हे वैदू सूर्य उगविल्यानंतर लगेच झाडपाला आणायला जंगलात जातात. झाडपाला तोडल्यानंतर जर त्याचा लगेच उपयोग केला नाही तर त्याच्यातील रोग बरे करण्याची शक्ती कमी होते असाही एक समज आहे.

हे सगळे समज या पारंपारिक वैद्यांमध्ये रूढ असले तरी, गोरक्षनाथ महाराजांच्या प्रभावीखाली आलेला भगत भिल्ल कुमरनाथ पाडवी मात्र वेगळ्याच संकल्पना सांगताना आढळला.

गोरक्षनाथाच्या मंदिरात असलेल्या 'धुनिला' हा भिल्ल आपले शक्तीस्थान मानतो. त्याच्या मते ही धूनी म्हणजे सूर्याचे प्रतिक असून, त्यातील राख ही कुठल्याही रोगाला बरे करू शकते. या बुडव्याबरोबर 'केलापानी' या राणीपूरच्या जवळील जंगलात जडीबूटी आणायला जाण्याचा योग आल्याने, या बुडव्याचे जवळून निरीक्षण करण्याची संधी मिळाली. इतर बुडव्यांप्रमाणे हा बुडवा कुठल्याही दिशेच्या बाबतीत जागरुकता बाळगून नव्हता. तसेच झाडावर सावली न पडू देण्याच्या बाबतीतही त्याचा काही आग्रह नव्हता. झाडपाला, मूळ तोडल्यानंतर तो स्वत:च्या थैलीमध्ये ती ठेवून देत होता आणि त्यांचा लगेच वापर करण्यावरही त्याचा जोर नव्हता. ही सर्व विरूद्ध निरीक्षणे दिसून येण्याचे कारण म्हणजे कुमरनाथ हा अनेक ठिकाणी औषधोपचार करत असल्याने त्याचा स्वत:च्या संस्कृती शिवाय इतरही अनेक संस्कृतींचा प्रभाव त्याच्यावर पडलेला आहे. शहरातील माणसांशी देखील अनेक वर्षे संबंध आल्यामुळे हा बुडवा पारंपारिक ज्ञानापेक्षा, मिश्र पद्धतीच्या संकल्पनांवर विश्वास ठेवतो.

राणीपूरमधील भिल्लांमध्ये दोन प्रकारच्या सुईणी आढळतात. या पैकी 'स्त्री' सुईणींना 'हुआरकी' असे म्हणतात तर, 'पुरुष' सुईणींना 'पोटधरे' असे म्हणतात. परंपरेनुसार पोटधरे हे हुआरकींना मदतनीस म्हणून काम करतात. पण येथे मात्र असे आढळते की पोटधरे, हे स्वत:सुद्धा गर्भवती स्त्रीचे संपूर्ण बाळंतपण करतात. पावरांमध्ये मात्र पुरुष 'सुईणी' आढळत नाहीत. कारण हे काम कनिष्ठ प्रतीचे मानले जाते, आणि पावरा हे लोक भिल्लांना आपल्यापेक्षा कमी समजतात. सायसिंग नकट्या आणि त्याची बायको पानकीबाई हे भिल्ल जोडपे येथे असे आढळले, की ज्यामध्ये सायसिंगला सुईणीचे परंपरागत ज्ञान अवगत होते आणि नंतर त्याने ते आपल्या बायकोला दिले होते.

गर्भवती स्त्री चे बाळंतपण :

कुठल्याही गर्भवती स्त्रीचे बाळंतपण करण्याच्या आधी, त्या स्त्री चे नातलग आणि सुईण कोसरा मातेची पूजा करतात. आघाड्याचे मूळ आणि मोराचे पीस त्या स्त्रीच्या डोक्यात खोचले जाते. यामुळे त्या स्त्रीचे बाळंतपण चटकन होते, असा एक समज आहे. थंडावा देणे हा आघाड्याचा गुणधर्म मानला जातो.

बाळंतपण करण्याआधी सुईणीकडून घेतली जाणारी काळजी :

गर्भवती स्त्रीचे बाळंतपण चुलीच्या जवळ केले जाते, त्यामुळे पाहिजे त्या वेळी गरम पाणी उपलब्ध करून घेता येते. बाळंतपणाच्या आधी चुलीच्या आसपासचा सर्व भाग झाडून साफ केला जातो. नंतर खाटेवर त्या स्त्रीला उत्तरेकडे पाय करून आणि दक्षिणेकडे डोके करून झोपविले जाते. खाटेवर झोपविल्यामुळे जमिनीवरची धूळ आणि किडे यापासून आपोआपच कमी अपाय होतो. नंतर सुईणी स्वत:चे हात, पाय स्वच्छ धुऊन बाळंतपण करण्यास सुरुवात करते.

प्रत्यक्ष बाळंतपणाच्या वेळी गर्भवती स्त्रीचे लक्ष दुसरीकडे वेधण्यासाठी, आणि तिला कळा जाणवू नयेत यासाठी अर्धा कप दारू पिण्यासाठी दिली जाते. नंतर चुलीमधील राख स्त्रीच्या पोटावर चोळली जाते. या राखेमध्ये असलेल्या शक्तीमुळे स्त्रीचे बाळंतपण लवकर होते असा समज आहे. त्यांनतर सुईण गर्भवती स्त्रीच्या पोटाला नीट हात लावून बाळ जिवंत असल्याची खात्री करते. बाळ जर पोटामध्ये मृतावस्थेत असेल, तर सुईणीला ही गोष्ट आधीच समजते. अशा वेळी ही गोष्ट त्या स्त्रीला कळू न देता, पोटधऱ्यांच्या सहाय्याने बाळाला बाहेर काढले जाते. असे बाळ आईला दाखविले तर तिचा मृत्यू होतो, असा समज असल्यामुळे, बाळाला लगेचच जमिनीमध्ये पुरुन टाकले जाते. जर बाळ जिवंत असेल, तर

बाळाची आईच्या पोटामधील स्थिती नीट करून, बाळाला व्यवस्थित बाहेर काढले जाते. त्यानंतर नवीन ब्लेडने किंवा लिंबाच्या काडीच्या चिमट्याने बाळाची नाळ कापली जाते आणि त्याचा कुणीही जादूटोण्यासाठी उपयोग करू नये म्हणून ती त्याच जागी लगेच गाडून टाकली जाते. त्यानंतर सुईण बाळाला स्वच्छ करते. जन्मानंतर जर बाळ रडले नाही तर नाळेच्या टोकाकडून बाळाला हलक्या स्वरूपाचा चटका दिला जातो.

आहार : आईच्या स्तनामधून दुधाचा स्राव होण्यासाठी गव्हाचे पीठ आणि गूळ, कोमट पाण्यात मिसळून त्याची 'रबडी' तिला खाण्यासाठी दिली जाते. गूळ घातलेला चहा सुद्धा वारंवार पिण्यासाठी दिला जातो.

कुठल्याही पारंपारिक वैद्यकीय तज्ज्ञाने आजारी माणसावर उपचार केल्यानंतर त्याचे आभार दारू, धान्य किंवा पैसे देऊन व्यक्त केले जातात. नारळ, अगरबत्ती, शेंदूर, कोंबडा/कोंबडी, दारूची अर्धी किंवा एक बाटली आणि पंचवीस रूपयापर्यंत पैसे, एवढ्या गोष्टी पारंपारिक वैद्यकीय तज्ज्ञांना दिल्या जातात. ज्याच्या त्याच्या आर्थिक कुवतीप्रमाणे यापैकी वस्तू किंवा पैसे पारंपारिक तज्ज्ञांना दिले जातात.

आजार होऊ नयेत म्हणून भिल्ल आणि पावरांकडून घेतली जाणारी काळजी :

१) नैसर्गिक आपत्ती येऊ नये म्हणून भिल्ल आणि पावरा वाघ्याबाबाची पूजा करतात, बकऱ्याचा किंवा कोंबड्याचा बळी या देवाला दिला जातो.

२) कुठल्याही रोगाची सर्वांना लागण होऊ नये, आणि तो रोग गावभर पसरू नये, म्हणून हे लोक कोसरामातेची पूजा करतात.

३) आरोग्याच्या संवर्धनासाठी हे लोक इंदलदेवाची पूजा करतात. गावातील कळंब वृक्ष हा इंदलदेवाचे प्रतिक मानला जातो.

४) मुंजन या अतृप्त आत्म्यापासून तरूण मुली आणि स्त्रियांना आजार होऊ नयेत, म्हणून संध्याकाळनंतर त्यांना घराच्या बाहेर जाऊ दिले जात नाही. तसेच काळे दोरे दंडाला किंवा कमरेला बांधले जातात.

५) घर बांधणीच्या वेळी अतृप्त आत्मे घरात येऊ नयेत म्हणून, घराची बांधणी एका विशिष्ट क्रमाने केली जाते. घर बांधून झाल्यानंतर ते निर्मनुष्य राहिले तर लगेचच अतृप्त आत्मे त्या घरात प्रवेश करतात, असा समज असल्यामुळे, त्या घरात लोक लगेचच राहू लागतात. डाकिण घरात येऊ नये म्हणून घराच्या दारावर गांधिलमाशांचे पोळे लावलेले असते. डाकिण आत येताना या पोळ्यामध्ये अडकते, असा समज आहे.

भिल्ल आणि पावरा या दोघांच्याही आरोग्य आणि आजार याबद्दल स्वतःच्या संस्कृतीच्या वैशिष्ट्यपूर्ण परंपरा आणि विश्वास असल्यामुळे प्राथमिक आरोग्य सेवा, खाजगी दवाखाने यांचा हे लोक लाभ घेत नाहीत. त्यामुळे आरोग्य सेवेचे विविध कार्यक्रम, आरोग्य शिक्षणाचे कार्यक्रम यामध्ये आदिवासींचा अपेक्षित सहभाग आपल्याला पहायला मिळत नाही. सद्य परिस्थितीत, आदिवासींची वैशिष्ट्यपूर्ण संस्कृती जाणून घेण्याचे प्रयत्न न झाल्यामुळे, त्यांची संस्कृती आरोग्य सेवेच्या विविध कार्यक्रमांच्या आड येत आहे. आरोग्य सेवेच्या विविध कार्यक्रमांचा जर भिल्ल आणि पावरांसारख्या आदिवासींना खरोखरच लाभ करून द्यायचा असेल तर प्रथम प्रत्येक कृती मागच्या त्या लोकांच्या संकल्पना आणि त्याची कारणे जाणून घ्यायला हवीत असे केले तर त्यांच्या सांस्कृतिक पद्धतीत बसणारे असे आरोग्य सेवेचे कार्यक्रम आखता येऊ शकतील आणि अशा कार्यक्रमांमध्ये हे आदिवासी स्वेच्छेने सहभागी होतील.

राणीपूरमधील आदिवासींचे दारूचे व्यसन

मुग्धा पोतनीस

दारूचे सेवन करणे हे युरोपमध्ये नशा करण्याचे महत्वाचे साधन समजले जाते. काळाच्या ओघात दारूचे सेवन करण्याच्या प्रमाणात व त्याकडे बघण्याच्या दृष्टीकोनात खूप फरक पडला आहे. शिवाय दारू बनविण्याच्या प्रक्रियेत अनेक लोकांना रोजगार मिळत असतो व मोठ्या प्रमाणात पैशाची गुंतवणूक या व्यवसायात करता येते. पूर्वकाळापासून दारूसारखे अनेक पदार्थ नशा करण्यासाठी, उत्तेजित करण्यासाठी, सामाजिक आयुष्याचा भाग म्हणून किंवा अनेक धार्मिक विधींचे अविभाज्य अंग म्हणून वापरले जात आहेत.

दारूचे अतिप्रमाणात सेवन करणाऱ्या व्यक्तीला दारूडा समजले जाते. ती व्यक्ती दारूच्या व्यसनाधीन झाल्याचे लोक मानतात. पण व्यसनाधीनता म्हणजे नक्की काय? व्यसनाधीनता ही अशी एक दशा आहे जेव्हा एखाद्या व्यक्तीला एखाद्या द्रव्य पदार्थाचे सेवन करण्याची सवय लागते आणि त्या द्रव्याचे शरीरावर वाईट परिणाम होत असूनही त्या द्रव्याचे सेवन ती व्यक्ती थांबवू शकत नाही.

जागतिक आरोग्य संघटनेने दारूच्या व्यसनाधीनतेची संज्ञा खालील प्रमाणे दिली आहे. "व्यवसनाधीनता ही एक स्थिती आहे ज्यामध्ये दारू सारख्या इतर पदार्थांचे सेवन केले जाते. हे सेवन नेहमीच्या आहाराच्या किंवा सामाजिक आवश्यकतेपेक्षा जास्त असते व ते शेवटी त्या व्यक्तिच्या काम करण्याच्या सामाजिक व आर्थिक जबाबदाऱ्यावर कमी प्रमाणात सेवन करणे, ही व्यसनाधीनता नव्हे."

दारूमध्ये मुख्यतः अल्कोहोल नावाचे द्रव्य असते जे नशा देते. अल्कोहोलच्या शोधाबद्दल इतिहासात कुठेच नोंद नाही. अल्कोहोलयुक्त द्रव्ये पूर्वीच्या अनेक मानवी वसाहतींना ज्ञात होती. बियर हे दारूसारखे द्रव्य औषध म्हणून घेण्याबद्दलची नोंद सुमेरियन काळात वैद्यांच्या हस्ताक्षरात मातीच्या ठिकऱ्यांवर आढळते. अतिप्रमाणात सेवन केल्यास नशा होण्याच्या दुष्परिणामांच्याही नोंदी आहेत.

साधारणपणे पहाता अल्कोहोलयुक्त द्रव्यांचा शोध शेती करण्याच्या तंत्राबरोबरच लागल्याचे मानतात. रोचा नावाच्या शास्त्रज्ञाच्या मते निओलिथिक काळात हे सर्व घडले. त्या काळात अल्कोहोल नियमितपणे मिळावे म्हणूनच शेती तंत्रज्ञानाचा शोध लागला. अल्कोहोलचे उत्पादन वाढविण्याच्या मानवाच्या इच्छेमुळेच ही शेती उत्पादनांची प्रगती झाली आहे.

मानवाच्या सामाजिक प्रगतीत अल्कोहोलचा महत्वाचा सहभाग असल्याचे अनेक पुरावे उपलब्ध आहेत. मानवाच्या आयुष्यात अल्कोहोलचे महत्वाचे स्थान होते, हे अल्कोहोल धार्मिक विधींचा अविभाज्य अंग असण्यावरून व त्याला धार्मिक महत्व प्राप्त असण्यावरून स्पष्ट होते. वाईन व बियर ही अल्कोहोलयुक्त द्रव्ये देवतांना अर्पण केली जायची.* या द्रव्यांच्या सेवनामुळे पुजाऱ्याला देवाशी संबंध साधण्यात मदत व्हायची. अशाप्रकारे अल्कोहोल व धर्माचा पूर्वीपासूनच घनिष्ट संबंध होता.

दारूडे दोन प्रकारचे असतात :

१. ज्यांच्यावर दारूच्या सेवनाने विशेष फरक पडत नाही, यांना मध्यम प्रकारचे दारूडे म्हणतात.

२. ज्यांचा दारूच्या सेवनामुळे स्वत:वर ताबा रहात नाही व ते अनेक प्रकारच्या समस्यांना कारणीभूत ठरतात, अशा दारूड्याच्या दारूच्या सेवनामुळे अनेक वैयक्तिक व सामाजिक समस्या उद्‌भवतात.

शहरी, ग्रामीण व आदिवासी समाजांमधे दोन्ही प्रकारचे दारूडे दिसून येतात.

अल्कोहोलच्या अशा विविध गुणांमुळे अल्कोहोल युक्त द्रव्यांचा जगभर मोठ्या प्रमाणावर उपयोग झालेला आहे. त्यांचा आपल्या जीवनात अगदी सुरुवातीपासूनच समावेश आहे व आपल्या संस्कृतीमध्ये त्यांचे महत्त्वाचे स्थान आहे. या द्रव्यांचे सेवन विविध समारंभात व वेगवेगळ्या कारणांसाठी केले जाते. अनेक शास्त्रज्ञांच्या अभ्यासांचा आढावा घेता अल्कोहोल युक्त द्रव्यांचे सेवन करण्याची अनेक कारणे आहेत. त्यातील काही अशा प्रकारे आहेत.

१) काही लोक रोजच्या दैनंदिन आयुष्याला कंटाळून दारू पितात. अशा लोकांना स्वत:चे आयुष्य जगण्यात आनंद मिळत नसतो.

२) काही व्यक्ती पिणाऱ्या व्यक्तीला सोबत म्हणून पितात.

३) काहींना त्यातून आनंद मिळत असतो.

४) नवराबायकोची भांडणे, घरातील, तणावपूर्ण वातावरण, मित्र किंवा ऑफिसातील साहेबांशी झालेल्या वादविवादांमुळे त्या व्यक्तिच्या मनावर खूप ताण पडतो. या सर्वांपासून मुक्तता मिळविण्यासाठी ती व्यक्ती दारूच्या आधीन होते.

५) दारू पिण्यामागची इतर कारणे म्हणजे, लग्न मोडणे, नवरा अथवा बायको सोडून जाणे, विवाहबाह्य संबंध, इत्यादी होऊ शकतात.

६) एखाद्या प्रिय व्यक्तीचा मृत्यू होणे, हे कारण असू शकते.

७) काही पुरुष व्यवहारासंबंधीचे निर्णय घेताना किंवा कामाचा ताण, थकवा दूर करण्यासाठी दारू पितात.

८) काही जण फुकट मिळते म्हणून दारू घेतात.

९) जड वस्तु उचलणारे किंवा अति कष्टाचे काम करणारी लोकं जास्त शक्ती व उत्साह मिळविण्यासाठी दारू पिऊ लागतात.

दारू पिण्याची अशी अनेक कारणे असू शकतात. आदिवासी लोकांमध्ये दारू पिण्याचे प्रमाण जास्त असल्याचे आढळून आले आहे. दारू पिण्यामागची आदिवासी लोकांची कारणे काय असावीत, त्यांच्या दैनंदिन जीवनात दारूला किती महत्त्व आहे, त्यांची दारू तयार करण्याची पारंपारिक पद्धत काय आहे, दारूचा त्यांच्या शरीरावर त्यांच्यामते काय परिणाम होतो, दारू पिण्याचा त्यांच्या आर्थिक परिस्थितीवर काही परिणाम होतो का आणि दारू पिण्याशिवाय त्यांना इतर कुठली व्यसने आहेत अशा अनेक मुद्यांवर माहिती या अभ्यासाद्वारे गोळा केली गेली.

आदिवासी लोक दारू बनविण्यासाठी महुआ, ज्याचे शास्त्रीय नाव "मधुका इन्डीका" असे आहे, या झाडाच्या फुलांचा उपयोग करतात. महुआची फुले ही दारू बनविण्याचे आदिवासी लोकांसाठी सर्वात स्वस्त असे साधन आहे. राणीपूरमधील बहुतांशी कुटुंबे महुआ बहरायच्या काळात फुले गोळा करतात. हा काळ मार्च, एप्रिल महिन्यात येतो. जास्तीत जास्त फुले गोळा केल्यावर ४ ते ५ दिवस ती उन्हात वाळवली जातात. आधी पांढरी शुभ्र असलेली फुले वाळवल्यावर तपकीरी रंगाची होतात. मग त्यांची दारू बनवेपर्यंत त्यांना एका पिशवीत ठेवले जाते. परंतु राणीपूरच्या आसपास पूर्ण वर्षभर पुरतील इतकी महुआची फुले मिळत नसल्यामुळे त्यांना इतर जवळपासच्या गावातील बाजारपेठांमधे फुले विकत आणायला जावे लागायचे. खेतिया हे राणीपूरपासून १२ कि. मी. वर असलेले

मध्यप्रदेशातील असेच एक गाव आहे जिथे ८ ते १० रू. किलो या दराने महुआची फुले विकत मिळतात.

महुआपासून दारू तयार करण्याची पद्धत :

सर्वात आधी ओली किंवा वाळवलेली फुले एका भांड्यात घेतली जातात व ती कुजण्यासाठी भरपूर प्रमाणात त्यात पाणी घातले जाते. साधारणत: ८ किलो फुलांसाठी ४० लि. पाणी वापरले जाते. ३ ते ४ दिवसात कुजण्याची प्रक्रिया पूर्ण होते. ज्या व्यक्तिला जास्त दारू तयार करायची असते, ती व्यक्ती तिसऱ्या दिवशी ५० ग्रॅम नवसागर (कॅलशियम कार्बोनेट) त्या कुजलेल्या फुलांमधे घालते. फुले व पाण्याचे हे मिश्रण मग नदीकाठावर आणले जाते. इथे अल्कोहोलचा अर्क त्या फुलांमधून काढण्याची प्रक्रिया म्हणजेच उर्ध्वपतन केले जाते. हे कुजलेले मिश्रण आधी उकळले जाते. ही प्रक्रिया जरी पारंपारिक असली तरी ती शास्त्रीय दृष्टीने अतिशय निर्दोष आहे.

कुजलेले मिश्रण असलेल्या भांड्यावर एक मातीचे मडके उलटे करून ठेवले जाते. त्या मातीच्या मडक्यात एक भोक असते ज्यात बांबूची एक नळी बसवलेली असते. त्या नळीचे दुसरे टोक एका छोट्या भांड्यात असते, व हे भांडे नदीच्या वाहत्या पात्रात, अशा रितीने ठेवलेले असते की फक्त त्याचे तोंडच वर राहील. याचे कारण असे, की जेव्हा गरम असलेल्या त्या कुजलेल्या मिश्रणातून वाफा येतात, त्या नळीमधून या लहान भांड्यात येतात व नदीच्या थंड पाण्यामुळे थंड होऊन त्या वाफांचे परत द्रव्य तयार होते. ही द्रव्य म्हणजेच अल्कोहोल ज्याला तिथली लोकं 'हुरू' म्हणतात.

ही हुरू तयार व्हायला साधारण २ ते ३ तास लागतात. ८ किलो महुआच्या फुलांपासून २२ बाटल्या 'हुरू' तयार होते. पण जर 'नवसागर' घातले असेल तर याच्या दुप्पट प्रमाणात 'हुरू' तयार होते, ज्यात अल्कोहोलचे प्रमाण जास्त असते. नवसागर असलेली 'हुरू' मुख्यत्वे खूप दारू पिणारी लोकंच पितात कारण थोड्या प्रमाणात सुद्धा ही दारू त्यांना 'नशा' देण्यास पुरते. पण त्याचा त्यांच्या शरीरावर मात्र वाईट परिणाम होतो. नवसागर नसलेल्या हुरूचे सेवन औषध म्हणून केले जाते.

अशा प्रकारे तयार केलेली दारू ही लोकं कपड्यांमधे लपवून घराच्या कोनाड्यात किंवा खाटेच्या खाली वगैरे ठेवतात. याचे मुख्य कारण म्हणजे इतर लोक किंवा पोलिसांचे भय. जर ही लोकं पकडली गेली तर त्यांना ५०० ते १५०० रुपयांपर्यंत दंड भरावा लागतो जो या लोकांना परवडत नाही. म्हणून विकण्यासाठी किंवा स्वत:साठी बेकायदेशीररित्या दारू बनवणारे हे लोक नदीच्या काठावर किंवा इतर गुप्त ठिकाणांवर चोरून आपले काम करतात.

राणीपूरमध्ये एकूण ४० ते ४५ घरे या कामात गुंतलेली आहेत. परंतु पूर्ण खेडं यांच्याकडून दारू विकत घेतं.

दारू पिण्याची कारणे :

दारू पिण्याची प्रथा ही आदिवासी संस्कृतीमध्ये पूर्वीच्या काळापासूनच सुरू आहे. राणीपूरमध्ये गोळा केलेल्या माहितीनुसार दारू पिण्याची अनेक कारणे असू शकतात.

१) सणांच्यावेळी, धार्मिक विधींमध्ये किंवा गावातील व घरातील काही समारंभांच्यावेळी नाचताना दारूचे सेवन करण्याची प्रथा भिल्ल व पावरांमधे प्रचलित आहे. आपले समाजातील स्थान कायम राखण्यासाठी अशा वेळी दारू पिणे गरजेचे असते.

२) पूर्ण दिवसाच्या कष्टानंतर रात्री शांत झोप लागण्यासाठी दारू प्यायली जाते.

३) हातपाय मोडला किंवा मुरगळला असेल, खरचटले किंवा जखमा झाल्या असतील तर

त्यांच्या वेदनेपासून सुटका मिळवून शांत झोप लागण्यासाठीही दारू घेतली जाते.

४) दारूमुळे मेंदूवरील ताण तणाव दूर होतात.

५) अन्नाची पचनक्रिया दारूमुळे लवकर होते. त्यामुळे भूक लागून जास्त अन्न खाल्ल्यामुळे वजन वाढते.

६) कुठलंही काम किंवा भांडण, मारामारी करण्याच्या आधी व नंतर दारू घेतात.

७) काहीजण रोगापासून मुक्त होण्यासाठी दारू घेतात कारण त्यांच्या मते दारू रोग बरा करण्यास मदत करते.

८) मृत व्यक्तींची आठवण येऊ नये म्हणून काही जण दारू पितात.

९) काही लोकांना रोजच्या पिण्याची सवय लागल्यामुळे ते नियमितपणे दारू पितात.

शरीरावर होणारे दारूचे परिणाम :

राणीपूरच्या लोकांच्या म्हणण्यानुसार अल्कोहोलयुक्त द्रव्ये नशा करणारी व गरम असतात. त्यांना असे वाटते की अल्कोहोलचा विविध अवयवांवर अपायकारक परिणाम होतो. नियमितपणे अल्कोहोलयुक्त द्रव्ये घेतल्यामुळे हळू हळू अवयव आतून पोखरले जाऊ लागतात. जर एखाद्या व्यक्तिने अन्न न खाता जास्त प्रमाणात दारूचे सेवन केले तर, पोटात ती दारू उष्णता निर्माण करते व त्यामुळे त्या व्यक्तीचे पोट दुखते. अशा वेळी त्या व्यक्तीचा मृत्यूही होऊ शकतो. पोटातली ही उष्णता यकृतात गेल्यामुळे क्षयरोग होऊ शकतो.

असेही मानले जाते की दारूमुळे शरीरात तयार होणाऱ्या उष्णतेमुळे विविध ठिकाणचे रक्त वाळू शकते. यामुळे त्या माणसाला अशक्तपणा व थकवा जाणवू लागतो. म्हणूनच जास्त प्रमाणात दारू प्यायल्यामुळे त्या व्यक्तीला काम करता येत नाही. गरोदर बायका दारू पित नाहीत कारण त्यांची अशी समजूत आहे की दारूमुळे तयार होणाऱ्या उष्णतेचा गर्भावर वाईट परिणाम होऊ शकतो. ज्यामुळे गर्भ पडण्याचा धोका संभवतो.

आजकाल मात्र राणीपूरमधे दारू पिण्याचे प्रमाण खूपच कमी झाले आहे. याचे मुख्य श्रेय जाते ते त्या भागातील एक समाजसेवक व गांधीवादी विचारसरणीचे, श्री. जनार्दन महाराज वळवी यांना. त्यांच्या सांगण्यावरूनच राणीपूरमधील दारू पिणाऱ्यांच्या संख्येत ६० टक्क्यांनी घट झाली आहे.

दारू पिण्याचा आर्थिक परिस्थितीवर होणारा परिणाम :

रुजूर नावाच्या एका अभ्यासकाच्या मते, आदिवासी लोकांची आर्थिक स्थिती ही रोजच्या जगण्यासाठी पुरेसं असणे व उपासमार होणे या दोन परिस्थितीमधेच असते. याचे एक कारण म्हणजे दारूचे व्यसन, ज्याचा त्यांच्या आर्थिक प्रगतीवर वाईट परिणाम होतो. शिवाय अपुऱ्या आहारामुळे काम करण्यासाठी पुरेशी ताकद मिळू शकत नाही. व दारूमुळे तब्येतही खालावते.

राणीपूरमधे दारूच्या सेवनाचा आर्थिक परिस्थितीवर परिणाम होत असल्याचे दिसून आलेले आहे. बहुतांशी लोक रोजगारावर अवलंबून असल्यामुळे त्यांची अर्धी कमाई दारूवर खर्च होते. ज्यायोगे त्यांना दिवसभराच्या कष्टापासून सुटका मिळते. अशी अनेक उदाहरणे राणीपूरमध्ये दिसून आली. त्यातले एक आहे रडवा फुलजी या ५५ वर्षांच्या माणसाचे. या माणसाची तिन्ही मुलं रोजगारावर काम करतात. रडवा फुलजी वयामुळे काम करू शकत नाही. पण तो पूर्वी रोज १ ते २ बाटल्या दारू प्यायचा. त्याची मुलेही रोज दारू पितात. त्यामुळे घरात अन्नधान्य आणायला पैसाच उरत नाही. त्यांच्या घरात एक प्रथिनांच्या कमतरतेने कुपोषण झालेली एक मुलगी होती, गुजरा. पण पैसे नसल्यामुळे तिच्यावर काहीच

लोकांना परत दारू पाजली जाते. मृत्यूनंतरच्या १२ व्या दिवशी आत्म्याच्या शांतीसाठी एक पूजा केली जाते त्याला 'कारण' असे म्हणतात. त्यावेळी येणाऱ्या सर्व पाहुण्यांना दारू पाजली जाते व घरची मंडळीही त्यांच्यात सामील होतात.

३) **लग्न सोहळा :** तसे पाहिले तर लग्न समारंभात दारू पिण्याची प्रथा बऱ्याच जाती-जमातींमधे दिसून येते. भारतीय संस्कृतीमधे मुलीच्या घरच्यांनी मुलाच्या घरच्यांना हुंडा देण्याची एक रीत आहे. परंतु राणीपूरमध्ये आदिवासी प्रथेनुसार मुलांकडून मुलीच्या घरच्यांना हुंडा देण्याची पद्धत आहे. जेव्हा हा हुंडा द्यायला मुलाकडचे मुलीच्या घरी येतात तेव्हा त्यांना इतर मानपानाबरोबर दारू सुद्धा दिली जाते.

लग्नविधी हा त्यांच्या आयुष्यातील सर्वात आनंदाचा सोहळा आहे असे समजतात. अशा सोहळ्यात नवऱ्या मुला-मुलीपासून सर्व पाहुणे लोक भरपूर दारू पितात व नाच गाणी म्हणून आपला आनंद व्यक्त करतात.

४) **होळी :** या सणाच्या वेळी लहानापासून मोठ्यांपर्यंत सर्वच स्त्री-पुरुष दिवस व रात्रभर दारू पिऊन नाच गाणी करतात. विशेषतः या सणाच्या वेळी घरातील व्यक्तींवर दारू पिण्यासंबंधी काहीच बंधन नसते. ते वाटेल तेव्हा व पाहिजे तितकी दारू पिऊ शकतात.

५) **पोळा :** आदिवासी लोकांना त्यांच्या पशुधनाबद्दल अपार प्रेम असल्याचे दिसून आले आहे. पोळा हा सण विशेषतः त्यांच्या गुराढोरांसाठी साजरा केला जातो. या सणाच्यावेळी ते आपल्या गुरांना स्वच्छ आंघोळ घालून सजवतात. त्या दिवशी बैलांना भाकरी बरोबर दारू दिली जाते. गाईला मात्र दारू दिली जात नाही. लोकंसुद्धा दारू पितात.

दिवाळी व दसरा या सणांच्या वेळीही दारू पिली जाते.

६) **कृतज्ञतेचे प्रतिक :** प्रत्येक समाजात कृतज्ञता व्यक्त करण्याच्या विविध प्रथा असतात. राणीपूरचे आदिवासी कृतज्ञतेचे प्रतिक म्हणून दारू देतात. घरात मूल जन्मल्यावर दाईला दारू दिली जाते. आजारातून बरे करणाऱ्या वैद्यालाही मानधन म्हणून दारूची बाटली भेट म्हणून दिली जाते.

जर कुठला तंटा सोडवायचा असेल तर गावातली पंचायत, ज्यात गावातील मुख्य व्यक्ती असतात, बोलावली जाते. प्रश्न सोडवल्यावर जिंकलेल्या व्यक्तीकडून मानधन म्हणून व हरलेल्या व्यक्तीकडून दंड म्हणून दारू घेतली जाते.

७) **आनंद व्यक्त करण्याचा मार्ग :** जर एखाद्या दांपत्याला खूप वर्षांने मूल झाले तर ते दांपत्य गावकऱ्यांना किंवा आपल्या नातेवाईक व मित्रांना दारू पाजून आपल्या आनंदात सहभागी करून घेतात.

शेतीचे उत्पन्न चांगले मिळाले तर त्यांना अत्यानंद झाल्यामुळे सर्व लोक एकत्र येऊन दारू पिऊन आपला आनंद व्यक्त करतात. जर कोणी पाहुणा घरी आला असेल तर यजमानाचे कर्तव्य म्हणून इतर अन्नाच्या बरोबर त्याला दारूही पाजली जाते.

८) **कष्टाचे काम :** कुठलेही कष्टाचे काम करण्याच्या आधी व नंतर ही आदिवासी लोकं जास्त ताकद मिळविण्यासाठी दारू पितात. म्हणून दारू पिण्याची ही प्रथा शेत नांगरताना, पेरणी करताना व कापणीच्या वेळी पाळली जाते.

बाळाला जन्म देतेवेळी प्रसूत वेदनांचा विसर पडण्यासाठी गरोदर मातेला दारू पाजतात. अशावेळी दाईलाही दारू पाजण्याची पद्धत आहे.

दारूच्या व्यसनाबरोबरच सिगरेट किंवा बिडी ओढणे व तंबाखू खाण्याची सवय राणीपूरमधील आदिवासींमधे दिसून आली. असे लक्षात आले आहे की तंबाखूची सवय लहानपणापासूनच लागते व त्याचे पर्यावसन शेवटी तंबाखूचे व्यसन लागण्यात होते. हे व्यसन त्या व्यक्तिच्या जीवनाचे अविभाज्य अंग बनून जाते.

मानाफैदेश या राणीपूरमधील १० वर्षांच्या मुलाने सांगितले की त्याला तंबाखू खाण्याची सवय खूप पूर्वीपासून आहे. वयाच्या पाचव्या वर्षी त्याला त्याच्या पालकांनी दात साफ करायला तंबाखूची मिश्री पहिल्यांदा दिली. त्याला आता तंबाखूची इतकी सवय लागली आहे की त्याला वाटते की तंबाखूमुळे त्याचे तोंड स्वच्छ रहाते. जर तंबाखू वापरली नाही तर त्याचे तोंड कोरडे पडते व दात दुखायला लागतात.

इथली बरीचशी लोकं दातदुखीसाठी तंबाखू जाळून तयार होणारी मिश्री वापरतात. काही जण मिश्री (काळी तंबाखू) दात घासण्यासाठी वापरतात. त्यांचे असे ठाम मत आहे की तंबाखूमुळे त्यांचा स्वच्छ वाटते व तंबाखू दातांवरील कीटक नष्ट करून दातांना निरोगी बनवते.

सिगरेट किंवा बिडी ओढण्याचे मुख्य कारण दैनंदिन जीवनाच्या ताणातून मुक्तता मिळवणे हे होय. यामुळे त्यांना एक प्रकारचा हलकेपणा जाणवायला लागतो. पण त्यांना हे सुद्धा माहित आहे की जास्त काळ सिगरेट किंवा बिडी ओढल्यामुळे शरीराला त्रास होतो. त्यांना ठाऊक आहे की हा धूर शरीरात गेल्यामुळे श्वासोच्छ्वासाला त्रास होतो व खोकला होतो. पण या गोष्टी मुख्यतः म्हाताऱ्या लोकांमध्ये दिसतात.

राणीपूरमध्ये एकूण १२ किराणा मालाची दुकाने आहेत जिथे इतर वस्तूबरोबर तंबाखू, मिश्री, तपकीर, सिगरेट, बिडी, गुटका, सुपारी व पान विकले जाते. यातील सिगरेट मुख्यतः एस्.टी. चे चालक व तोरणमळ या थंड हवेच्या ठिकाणी जाणारे प्रवासी विकत घेतात. काही लोकं स्वतः बिडी बनवून ओढतात. तंबाखूचे व्यसन बऱ्याच लोकांना असल्याचे दिसून आले आहे.

दारू पिण्याची प्रथा जरी आदिवासींच्या संस्कृतीचे अविभाज्य अंग असली तरीही या प्रथेचे व्यसनात रूपांतर झाल्यामुळे त्यांची वैयक्तिक व सामाजिक प्रगती खुंटली आहे. सरकार तर्फे मिळणारी आर्थिक मदतसुद्धा या व्यसनामुळे त्यांना उपयोगी पडत नाही. ही परिस्थिती बदलण्यासाठी तिथल्या शाळेतील मुलांना दारूच्या वाईट परिणामांविषयी शिक्षण देऊन जागरूक केले पाहिजे. हे काम जरी कठीण असले तरीही अशक्य नक्कीच नाही. याचा फायदा त्यांची सामाजिक व आर्थिक प्रगती होण्यात होईल.

या भागातील समाजसेवक व गांधीजींच्या विचारसरणीचे अवलंबन करणाऱ्या श्री. जनार्दन महाराज वळवींच्या प्रयत्नांमुळे दारूच्या व्यसनाचे प्रमाण कमी झाले आहे. या भागातील धार्मिक गुरुंच्या विचारसरणीचाही लोकांवर खूप प्रभाव पडला आहे. त्यामुळे बरेचं लोक दारू व बिडी ओढण्यापासून व मांसाहार करण्यापासून परावृत्त झाले आहे. त्यांच्या या कार्यामुळे दारू पिण्याचे व्यसन ६०% कमी झाले आहे.

आरोग्य शिक्षणाला सांस्कृतिक विचारांची व सामाजिक बांधिलकीची जोड दिली तर दारूच्या व्यसनापासून मुक्ती मिळविण्यास मदत होईल. यासाठी प्रौढ साक्षरतेच्या कार्यक्रमांतून किंवा रेडिओ, दूरदर्शन व वृत्तपत्रांसारख्या प्रसिद्धी माध्यमांच्या मदतीने दारूच्या व्यसनाबद्दल लोकांना जागरूक करण्याची गरज आहे.

16281 6A

आरोग्य, अनारोग्य व आहार

मुग्धा पोतनीस

भारताची ७५% लोकसंख्या खेड्यामध्ये वसलेली आहे ज्यातील ८% आदिवासी आहेत. या लोकांचा मुख्य व्यवसाय शेती आहे. शेतीसाठी मुख्यत: ते पावसावर अवलंबून असतात. भरवसा नसलेल्या या पावसामुळे त्यांचे उत्पादन मर्यादित राहते.

भारत हा एक विकसनशील देश आहे. कुठल्याही देशाची प्रगती ही त्या देशातील लोकांच्या स्वास्थ्यावर अवलंबून असते. जर जनता सुदृढ असेल तर त्या देशाची प्रगती होण्यास कोणीही बाधा टाकू शकत नाही. गेल्या अनेक दशकांच्या अनुभवावरून असे दिसून आले आहे की दारिद्र्य राष्ट्राच्या प्रगतीतला एकमेव अडथळा आहे. अर्धपोटी, निरक्षर व आजारी जनता ही राष्ट्राच्या प्रगतीत हातभार लावण्यास असमर्थ असते. वेगवान प्रगतीसाठी गरज असते, स्वस्थ मानवी पाठबळ निर्माण करण्याची. त्यामुळेच राष्ट्रीय आणि आंतरराष्ट्रीय स्तरावर आरोग्याला महत्त्वाचे स्थान प्राप्त झाले आहे.

आरोग्य सुधारण्यासाठी आहारशास्त्राची माहिती असणे अत्यंत जरूरीचे आहे, कारण चांगला आहार आरोग्य टिकवून ठेवण्यासाठी आवश्यक असतो. शरीराला पोषक असा आहार आयुष्य निरोगी बनवतो. त्यामुळेच अन्न आणि अन्नाच्या आवडीनिवडी यांचा माणसाच्या आयुष्यात महत्त्वाचा वाटा असतो. समतोल आहारामुळे उच्च दर्जाचे आरोग्य राखले जाते. समतोल आहारात सर्व पोषक तत्त्वांचा आवश्यक त्या प्रमाणात समावेश असतो आणि असा आहारच आरोग्याची वाढ व संवर्धन करण्यास मदत करतो.

काही संस्कृतीमध्ये विशिष्ट अन्नप्रकार स्वीकारले जात नाहीत तर काही अन्नप्रकार उपलब्धच नसतात. समतोल आहारावर या दोन गोष्टींचा परिणाम दिसून येतो. आदिवासी संस्कृतीचा अभ्यास करता असे दिसून येते की जरी विविध प्रकारचे पौष्टिक अन्नप्रकार उपलब्ध असले, तरीही त्या समाजातील काही रितीरिवाजांमुळे व धार्मिक रूढींमुळे त्या अन्नप्रकारांच्या वापरावर बंधन असते.

आहार शास्त्राला अशी एक कला म्हणता येईल, ज्यात योग्य त्या उपाय योजनांच्या आधारे व्यक्तीला किंवा अनेक व्यक्तींना पौष्टिक आहार देता येतो, मग त्या व्यक्ती कुठल्याही आर्थिक परिस्थितीतल्या असो किंवा विविध आरोग्य स्तरांमधल्या असो.

साधारणपणे विचार केला तर लोकांच्या अन्नाबद्दलच्या आवडीनिवडींवर अन्नाच्या पौष्टिकतेचा विशेष प्रभाव नसतो. उदाहरणार्थ एखादा चविष्ट पदार्थ पौष्टिकही असेल असे काही सांगता येत नाही. आपल्या शरीराच्या वाढीसाठी पौष्टिक तत्त्वांची सतत गरज असते. या तत्त्वांचा उपयोग आपले शरीर आरोग्य राखण्यासाठी करत असते. उच्च दर्जाचे आरोग्य राखण्यासाठी या तत्त्वांचा योग्य त्या प्रमाणात सतत पुरवठा होणे आवश्यक असते. यासाठी शरीराला उपयुक्त असा आहार निवडणे अतिशय महत्त्वाचे ठरते.

आरोग्य आणि अनारोग्याचा एकमेकांशी घनिष्ठ संबंध आहे. मानवी आरोग्य अनारोग्यात आहाराचे महत्त्वाचे स्थान आहे. जागतिक आरोग्य संघटनेने सुचविल्याप्रमाणे आरोग्य ही नुसती आजाराचा अभाव नसून शारीरिक, मानसिक व सामाजिक

समतोलाची स्थिती असते, तर अनारोग्य ही अस्वास्थ्याची दशा असते ज्यात शारीरिक आरोग्याचा दर्जा खालावलेला असतो.

पुरातन काळापासून अनारोग्याची संकल्पना सतत बदलत आलेली आहे. सध्याच्या कल्पनेनुसार आजारांचे २ प्रकार असू शकतात. -

१) अनुवंशिक किंवा उत्पत्तिविषयक

२) आहारविषयक

अनेक अभ्यासांवरून असे दिसून आले आहे की आदिवासी लोकांचा आरोग्याच्या परंपरागत रितींवर जास्त विश्वास असतो कारण आरोग्याच्या आधुनिक पद्धतीमधील इतर परिणामांबद्दल त्यांना भीती वाटत असते. म्हणूनच ते त्यांच्या परंपरागत रूढींना व समजुतींना धरून जागतात.

१९७८ साली आल्माआटा येथे जागतिक आरोग्य संघटनेची परिषद झाली होती. या परिषदेत ठरवल्याप्रमाणे इसवी सन २००० पर्यंत 'सर्वांसाठी आरोग्य' हे लक्ष्य गाठायच्या हेतूने सरकारी व इतर संघटनांनी पावले उचलण्यास सुरूवात केली आहे.

भारताची वैद्यकीय व आरोग्य क्षेत्रातील प्रगती नक्कीच वाखाणण्याजोगी आहे. परंतु अजूनही दर १८ महिलांपैकी १ महिला ॲनिमिया, टॉक्सीमिया, हिमोरेज् व इतर कारणांमुळे गरोदरपणात दगावते. भारतातील ३१ आदिवासी जमातींची पहाणी करता असे दिसून आले आहे की महाराष्ट्रात शक्तीवर्धक अन्नप्रकारांचे कमी प्रमाणात म्हणजेच १,३५०-१,५४० किलो कलरिज्, इतके सेवन केले जाते तर मध्य प्रदेशातील गोंड या जमातीत ३,७९१ किलो कॅलोरिज् व १०९ ग्रॅम प्रथिने इतके प्रमाण आहे. आदिवासी लोकांमध्येही आरोग्य - अनारोग्याचे मोजमाप करण्याच्या पद्धती आहेत.

समतोल आहार, आरोग्य व अनारोग्याच्या संकल्पनांचा विचार करून, राणीपूर या आदिवासी गावात अभ्यास केला गेला. या अभ्यासात राणीपूरच्या भिल्ल व पावरा जमातींमध्ये आरोग्य अनारोग्य व गरोदरपण सारख्या इतर विशिष्ट स्थितींमध्ये कुठल्याप्रकारचे अन्न घेतले जाते तसेच आहाराविषयी त्या लोकांच्या काय संकल्पना आहेत याचा मागोवा घेण्याचा प्रयत्न केला गेला.

आहाराच्या पद्धती :

राणीपूरमधील आदिवासी विविध प्रकारची धान्ये, कडधान्ये, भाजीपाला, इतर भाज्या शेतांमध्ये लावतात व नदीतले मासेही खातात. साधारणतः ज्या प्रकारेचे अन्न तिथे उपलब्ध असते ते खाण्यावरच लोकांचा जास्त भर असतो यात खालील प्रकार येतात.

अन्नाचे प्रकार	अन्न
१) धान्ये	तांदूळ, दादर किंवा ज्वारी, मका, गहू
२) कडधान्ये	तूर, मूग, उडीद, हरभरा, वाटाणा
३) भाज्या	वांगी, घेवडा, पानकोबी, फुल्कोबी, बटाटे, कांदे
४) फळे	पपई, आंबा
५) दूध	गाय व बकरीचे दूध
६) मांसाहार	बकरीचे मटण, कोंबडी, मासे, अंडी
७) इतर	साखर, गूळ, मध

अन्नाचे इतर प्रकार :

ही लोकं विविध ऋतु, परिस्थिती व अन्न-धान्याच्या तुटवड्याच्या स्थितीवर मात करण्यासाठी त्यांच्या सभोवताली असलेल्या जंगलातील फळे, कंदमुळे यासारख्या खाद्यांवर अवलंबून असतात. ही खाद्ये फार क्वचित खाल्ली जातात व त्यांचा रोजच्या जेवणात समावेश नसतो.

फळे - बोरं, बेल, उंबर, करवंद, पिपर, जंगली केळी.

कंदमुळे - वास कांदा, सफेद मुसळी, कुकड कांदा, शिकव मूळ.

या खाद्यांचे अन्न तुटवड्याच्या परिस्थितींमध्ये शेवटचा उपाय म्हणून सेवन केले जाते.

ही जंगली कंदमुळे विषारी असतात. म्हणून खाण्याआधी त्यावर काही प्रक्रिया करणे जरूरीचे असते.

१) **बास कांदा** - हा कंद काळ्या रंगाचा कांदा असतो. याला शिजवून, सोलून, कुस्करून, खाल्ले जाते किंवा गव्हाच्या अथवा ज्वारीच्या पीठात मळून त्याच्या भाकऱ्या बनवल्या जातात.

२) **सफेद मुसळी आणि कुकड कांदा** - हे पांढऱ्या रंगाचे कंद असतात. यांना शिजवून, सोलून, कुस्करले जाते. मग त्यात साखर, थोडे दूध किंवा तूप घालून लाडू बनवले जातात. हे शक्तीवर्धक असल्याचे मानले जाते.

३) **शिकाव मुळे** - ही मुळे पाण्यामध्ये उकडून खाल्ली जातात.

सण व आहार :

सणाच्या दिवशी खाण्याचे पदार्थ विशिष्ट प्रकारचे असतात. हे पदार्थ शिजवण्याची, वाढण्याची व खाण्याची पद्धतही वैशिष्ट्यपूर्ण असते. म्हणूनच दैनंदिन आहारात व सणाच्या आहारात प्रचंड फरक दिसून येतो. प्रत्येक सणाला विशिष्ट पदार्थच खाल्ले जातात. साधारणतः रोजच्या जेवणात गोड पदार्थ नसतात. पण सणाच्या दिवशीमात्र गोडपदार्थ जेवणात प्रामुख्याने आढळून येतात.

१) **होळी** - पिकांच्या कापणी नंतरचा हा एक महत्त्वाचा सण. त्यामुळे कापणीनंतर घरी आलेल्या धान्याचे जेवणात समावेश असतो. घरीच गव्हाच्या शेवया तयार केल्या जातात. या शेवयांची दूध व गूळ घालून खीर बनवतात. शिवाय तांदळाची खीरही तयार केली जाते.

२) **पोळा** - हा बैलांचा सण असतो. या सणाच्यावेळी खालील प्रकारचे पदार्थ बनवले जातात.

पुरण पोळी - चण्याची डाळ व गव्हाच्या चपातीत गूळ, तांदळाची खीर किंवा दूध भात, पुऱ्या, कधी कधी 'रच्ची' हा पदार्थ केला जातो. 'रच्ची' म्हणजे शिजवून चिरडलेली चण्याची तिखट डाळ.

३) **लग्न सोहळा** - अशा समारंभाच्या वेळी बकरी किंवा कोंबडीचा बळी दिला जातो. जेव्हा लोकांना बकरी किंवा कोंबडी बळी देणं परवडत नाही तेव्हा ते 'गाथा' नामक मक्यापासून केलेल्या खिचडीचा प्रकार करतात.

सामाजिक पद्धती :

आहाराच्या पद्धतींमध्ये विविध सामाजिक तशाच निषिद्ध पद्धती आहेत. दुर्दैवाने या पद्धती विशेषतः महिला व लहान मुलांसारख्या दुर्बल गटांसंबंधी पाळल्या जातात. विविध समजुती व पूर्वीच्या अनुभवांच्या आधारावर आहारासंबंधीचे नियम आदिवासी जमातींमधे बनवले गेले आहेत. शहरी वसाहतींशी तुलना करता आदिवासी लोकांचे अन्न किंवा पदार्थांमध्ये फारसा फरक नसतो परंतु पदार्थ तयार करण्याची पद्धत वेगळी असते, विशिष्ट असते. ही लोकं आपल्या परंपरागत पद्धतीनुसार अन्न शिजवतात.

विशिष्ट शारीरिक अवस्थांमधील आहार :

१) **गरोदरपण** - राणीपूरमधल्या दाईने सांगितल्याप्रमाणे अतिशय गरम किंवा थंड पदार्थांमुळे गर्भपात होतो. गरम पदार्थांमध्ये बोंबील, मटण, मासे, वांगी, बटाटा, हरभरा, पपई हे अन्न प्रकार येतात. तर थंड पदार्थांमध्ये दही व खिचडी येतात. या थंड पदार्थांमुळे नवजात बालकाला खोकला होण्याची शक्यता असते. उडीद डाळीमुळे बाळाच्या पोटात हवा साठू शकते.

गरोदर मातेने ग्रहणाच्या काळात अन्नाचे सेवन केल्यास तिला उपजत विकार असलेले मूल

होते. गरोदर बाईला दिलेल्या लोहयुक्त गोळ्या गरम असतात व त्यामुळे त्या बाईला फायदा होण्याऐवजी तिचा गर्भपात होऊ शकतो. तुपामुळे बाळाचा जन्म होण्याच्या वेळेला त्याला चिकट पदार्थ लागून येऊ शकतो.

दूध पाजण्याचा (स्तनपान) काळ :

दाईने माहिती दिल्याप्रमाणे मातेचे पहिले दूध नवजात बालकाला पाजला जात नाही. तिच्या मते जन्मानंतर ३ दिवस बाळाला काहीच दिले जाऊ नये. जर ते बाळ या काळात जिवंत राहिले तर त्याला आयुष्यभर कुठलाच आजार होणार नाही. नवजात बालकाच्या आईला भाजलेल्या बाजरी किंवा गव्हाची साखर आणि शेंगदाण्याचं तेल घालून दूध किंवा पाण्यात शिजवलेली पौष्टिक रबडी दिली जाते.

दूध पाजण्याच्या काळात बकरीचा मेंदू शक्तीवर्धक असतो. असे मानले जाते. खिचडीमुळे बाळाला आईच्या दुधाद्वारे सर्दी होऊ शकते. म्हणून पहिले पाच दिवस आईने खिचडी खाणे टाळावे.

जर आईच्या दूधाचे प्रमाण कमी झाले तर गांडूळांना तव्यावर तळून, गव्हाच्या पिठात गूळ, व शेंगदाणे घालून त्याचे पाच लाडू बनवले जातात. यातला एक लाडू रोज त्या मातेला रिकाम्या पोटी दिला जातो. हा उपचार दुधाचे प्रमाण वाढेपर्यंत केला जातो.

राणीपूर येथील आदिवासींच्या आरोग्याचा दर्जा फारसा समाधानकारक नाही. याला दोन कारणे असू शकतात. एक म्हणजे सरकारच्या माता व बालकांसाठी असलेल्या सुविधा पुरेशा नाहीत किंवा आरोग्य आणि आहारविषयक सेवा या लोकांपर्यंत पोहोचत नाहीत. त्यामुळेच येथील लोकांमध्ये विशेषतः महिलांमध्ये अशक्तपणाचे प्रमाण वाढलेले आहे. यावर उपाय म्हणून सरकारने एकात्मिक बालविकास योजना अंतर्गत 'सुखदा' वाटण्याची योजना सुरू केली आहे. 'सुखदा' हा पदार्थ गरोदर व नवप्रसूत मातांना वाटला जातो.

सुखदा हा शक्तीवर्धक व प्रथिने असलेला पदार्थ आहे. या मध्ये -

मक्याचे जाड पीठ	-	६५%
साखर	-	२०%
वनस्पती	-	२५%

७५ ग्रॅम सुखद्या खाल्ल्याने ३०० किलो कॅलरीज् व १४ ग्रॅम प्रथिने मिळतात. अत्यंत कुपोषित असलेल्या किंवा खूप मुलं असलेल्या बायकांना १५० ग्रॅम सुखदा दिला जातो.

बाल्यावस्था :

दाईच्या माहितीनुसार आईच्या अंगावरचे दूध तिसऱ्या दिवसापासून सुरू होते व एक ते दीड वर्षापर्यंत चालू असते. भगताच्या मते बाळाला आईचे पहिले दूध पाजल्यास त्याचे रक्त खराब होते. लोकांना विचारले असता त्यांनी सांगितले की पहिले दूध बाळाला पाजले जाते व त्यामुळे बाळाची स्मरणशक्ती वाढते. 'सुखदा' नवजात बालकांनाही दिला जातो.

लहान मुले :

बाळाला आईचे दूध थांबवून इतर पदार्थ देणे दाईच्या मते महत्त्वाचे आहे. पण त्याबरोबरीने दूध व इतर अन्नही दिले जाते. भगताच्या मते या काळात बाळाला भात व शेंगदाणा तेलाचे मिश्रण देणे अत्युत्तम असते. दाईने सांगितले की भाकरीचे तुकडे करून दूध व साखरेबरोबर द्यावेत. तिच्या मते एका भाकरीमुळे एक थेंब रक्त वाढते.

चहामुळे छातीत जळजळ होणे किंवा हृदयाला क्षतं पडणे असे विकार होऊ शकतात किंवा मलमूत्राचा रंग बदलू शकतो. उंची वाढण्यासाठी मऊ अन्न दिले जाते. आय.सी.डी.एस. अंतर्गत

आश्रम शाळा व बालवाडीतील मुलांसाठी दुपारचे जेवण किंवा २ बिस्किटे व शेंगदाणे वाटण्याची योजना सुरू केली आहे.

आश्रम शाळेतील अन्न (ग्रॅम)		किलो कॅलरीज्	प्रथिने (ग्रॅम)
धान्य -	४१०	१४३५	४९
कडधान्य/डाळी -	३५	१२२	७
भाज्या -	८५	३८	--
किंवा मटण -	४५	८३	८
		१६७८	६४

आश्रम शाळेत दिल्या जाणाऱ्या या अन्नाचे प्रमाण मुलांसाठी पुरेसे आहे. परंतु दुर्दैवाची गोष्ट अशी की गावातील सर्व मुले शाळेत जात नाही. शिवाय प्रत्येक मुलाला वर दर्शविल्याप्रमाणे अन्न खरोखरच दिले जाते की नाही हाही एक मोठा प्रश्न आहे.

या सर्व माहितीवरून असे लक्षात येते की पौष्टिक आहाराबद्दलचे अज्ञान व दारिद्र्य या दोन गोष्टींचा त्यांच्या आहारावर परिणाम होतो. सुदैवाने त्यांच्या अन्न शिजवण्याच्या पद्धतींमुळे शिजलेल्या पदार्थात आवश्यक प्रमाणात पाणी रहाते व त्यामुळे त्या पदार्थातील सर्व पौष्टिक तत्त्वे त्यांना मिळतात.

आरोग्य आणि अनारोग्याच्या संकल्पना :

राणीपूरमधील भिल्ल व पावरा लोकांच्या म्हणण्यानुसार जर मनुष्य निसर्गाला अनुसरून वागला तर त्याचे आरोग्य राखले जाईल. पण जर तो या समतोलाच्या बाहेर पडला तर त्याला अनारोग्य येईल. ही लोकं आजारपणाचे कारण धार्मिक, किंवा भूतप्रेते असावीत असे मानतात.

आदिवासी आजारपण येण्याच्या कारणांना २ भागात विभागतात -

कारण	शारीरिक कारण
१) निषिद्ध असे कार्य करणे	१) हवामान
२) देवाचा कोप	२) चुकीचा आहार
३) नजर लागणे	३) अपघात होणे
४) भूत प्रेत	४) नैसर्गिक आपत्ति

या समजुतींचा या लोकांवर प्रचंड प्रभाव दिसून येतो व आजारावर मात करण्यात व प्रतिबंधक उपाय योजण्यात या समजुतींचा मुख्य अडथळा दिसून येतो.

भगताने सांगितलेले आजारांचे विभाजन अशा प्रकारे होते -

१) **हवामानामुळे होणारे रोग** - सर्दी, खोकला, ताप हे वाईट हवामानामुळे होणारे रोग आहेत.

२) **करणी मुळे होणारे रोग** - झटके येणे, भूक नसणे, पोट दुखणे इत्यादि.

३) **भूत प्रेतामुळे होणारे रोग** - मानसिक आजार.

एका सामान्य माणसानुसार आजार खालील प्रकारचे असतात -

१) हवामानामुळे - थंडी, ताप

२) कंद मुळे जास्त प्रमाणात खाल्ल्यामुळे

३) वाईट नजर लागल्यामुळे - डोके दुखी.

प्राथमिक आरोग्य केंद्राने आजारांचे जे विभाजन केले आहे, त्यात व लोकांच्या समजुतींमधे खूप तफावत दिसून येते -

१) **उन्हाळ्यातील रोग** - उष्माघात, गोवर व त्वचारोग,

२) **पावसाळ्यातील रोग** - पोटाचे विकार, श्वसनसंस्थेचे विकार, मलेरिया, जंतू होणे, दमा, त्वचारोग, सर्पदंश.

३) **थंडीतील रोग** - पोटाचे विकार, मलेरिया, गोवर, श्वसनसंस्थेचे विकार, सर्पदंश.

राणीपूरमधल्या एका डॉक्टरने दिलेल्या माहितीनुसार राणीपूरमध्ये पाठदुखी, डोकेदुखी, पेटके येणे, हात पाय, छाती व अंगदुखी हे विकार आढळतात. शिवाय हाडांच्या विकारांमधे हाडांचा आमवात, हाड मोडणे, पाय दुखणे व हाडांच्या दुखणे हे विकार दिसतात. महिलांमधे तापाबरोबर सर्दी, खोकला, जुलाब व न्युमोनिया हे रोग मोठ्या प्रमाणात आढळतात.

विषाणूंमुळे सर्दी व गोवर सारखे रोग होतात तर डासांमुळे मलेरिया पसरण्यास मदत होते. पोटाच्या विकारांमध्ये जुलाब, उलट्या होणे, ॲसिडीटी, अतिसार, अल्सर, ॲपेंडीसायटीस सारखे विकार आढळले.

लोकांनी सांगितल्याप्रमाणे आजारपणांची अनेक कारणे होती. अपघातांमध्ये खरचटणे किंवा पडण्याचे प्रकार होते. दारू पिण्याची किंवा तंबाखू खाण्याच्या सवयी लोकांना होत्या. मुलांना होणाऱ्या रोगांमध्ये गोवर किंवा दंतविकार होते. शिवाय माती खाणे, डास चावणे तसेच पोटाचे विकार होते. म्हातारपण व अतिश्रमामुळेही काही व्याधी जडल्या होत्या. पाण्यामुळे होणारे रोग खराब पाणी किंवा नदीच्या पाण्याचा वापर केल्यामुळे होत होते. थंड किंवा खराब हवामानामुळे व इतर अनेक अज्ञात कारणांमुळेही लोकांना विकार होतात.

रोगावर उपाय म्हणून दिला जाणारा आहार :

पुरातन काळापासून औषधांच्या बरोबरीने आहारालाही रोगावर उपचार करण्यात महत्त्वाचे स्थान होते. आयुर्वेदातील तत्त्वानुसार वैदूंनी सांगितलेल्या खास आहाराला 'पथ्य' असे म्हणत असत.

प्रत्येक मनुष्याचा आहार अनारोग्याच्या स्थितीमध्ये नेहमीपेक्षा वेगळा असणे जरूरीचे समजले जाते. आजारपणात विशिष्ट आहार घेतल्यामुळे आजार बरा होऊन आरोग्याची स्थिती गाठण्यासाठी त्या व्यक्तिला मदत होते. याच नियमाला अनुसरून आदिवासींनी त्यांच्या वर्षानुवर्षांच्या अनुभवावरून पथ्य-अपथ्याच्या संकल्पना कायम केल्या आहेत. कुठला आजार कुठल्या आहारामुळे होतो व तो बरा होण्यासाठी कोणत्या प्रकारचा आहार घ्यावा याबाबत त्यांना संपूर्ण माहिती असते.

१) ॲसिडीटी (जळजळणे) -

यात ज्वारी, तांदूळ किंवा राजगिऱ्याच्या लाह्या खातात. मिरची, चहा व तंबाखू खाण्याचे पूर्णपणे टाळले जाते.

२) 'रंगत करणी' (ॲनिमिया) -

हा आजार डोळे निस्तेज होणे व भूक कमी होण्यावरून ओळखला जातो. यात सफेद मुसळी व दूधाचे मिश्रण ७ दिवसांकरीता दिले जाते. याबरोबरच नारळ, कोंबडी, तूप, आंबाडी, टॉमॅटो, कुकड कांदा व शिकाव मूळ देतात, मात्र चहा पिण्याचे टाळतात.

३) हाडांचा आमवात -

अजिबात हालचाल न करणे किंवा जास्त प्रमाणात हालचाल केल्यामुळे लहान व मोठ्या माणसांना हा आजार होतो. आहारामध्ये चिंच व लिंबू जास्त प्रमाणात खाल्ले गेले तर हा आजार होण्याची शक्यता वाढते.

हा आजार बरा होण्यासाठी -

- घोरपडीच्या चरबीने हातपाय किंवा आमवात झालेल्या भाग चोळतात.
- काळा चहा किंवा दारूचे सेवन केले जाते.
- एरंड्याच्या बियांचा दलिया (पीठ) खाण्यास देतात.

४) दमा -

हा आजार तंबाखूच्या अतिसेवनामुळे किंवा थंड पदार्थांमुळे होतो. एका माणसाने सांगितले की स्त्री-पुरुष संयोगाच्या वेळी शक्ती कमी झाल्यामुळे दमा होतो.

या आजारावर एकूण चार उपाय आहेत.

- मोहरीच्या दाण्याएवढी अफू उकडलेल्या अंड्यातून खायला देतात.
- उडीद किंवा चण्याच्या पानांचा कुस्करून काढलेला रस प्यायला दिला जातो.
- आलं घालून उकळलेले दूध प्यायला दिले जाते.
- थंड पदार्थांना विरूद्ध असे गरम पदार्थ खायला देतात.

५) दात पोकळ होणे -

दात नीट न घासल्यामुळे ते काळे पडतात व त्यामुळे ते आतून पोकळ होतात.

यावर उपाय म्हणजे निंबाची काडी दातून म्हणून दात घासायला वापरतात.

६) गाठ (छातिचा कॅन्सर) -

जर बाळाला दूध पाजलेले नसले तर स्तनातील दूध साठून राहिल्यामुळे खराब होते व त्यामुळे छातीत गाठी तयार होतात. हा आजार बरा करण्यासाठी काही धार्मिक विधी करावे लागतात.

७) सर्दी -

खोकला, यावर उपाय म्हणून बकरीचे दूध किंवा आल्याचा रस दिला जातो.

८) जाडो (जुलाब) -

हा आजार पोटात घाण किंवा हवा साठल्यामुळे अथवा अपचन झाल्यामुळे किंवा आजूबाजूच्या परिसरात बदल झाल्यामुळे होतो. यावर अनेक उपाय उपलब्ध आहेत.

- बोराची मुळे किसून, त्यांना उकळून जो रस निघतो तो रोग्याला प्यायला देतात.
- डाळ व आवळा एकत्र शिजवून खायला देतात.
- कडुलिंबाच्या झाडाच्या सालाचा रस दिला जातो. मोठ्या माणसांना १ पेला, तरूणांना १ कप, व मुलांना १ चमचा या प्रमाणात हा रस दिला जातो.
- लसूण किंवा अजवैन म्हणजेच ओवा खायला दिला जातो.
- गावडी नावाच्या फळाचे दूध काढून औषध म्हणून दिले जाते.
- पोटातील हवा कमी होण्यासाठी हळद मीठ पाण्याबरोबर दिले जाते.
- लिंबाचा रस देतात.
- कधी कधी एक चमचा दारूसुद्धा प्यायला दिली जाते.

जाडो हा आजार होऊ नये म्हणून अति प्रमाणात खाणे टाळले जाते किंवा एक दिवस उपास केला जातो.

९) दुवा उगबला (डोळ्याचे विकार) -

जर एखादा मनुष्य एखाद्या डोळ्याचे रोग झालेल्या मनुष्याच्या सन्निध्यात आला किंवा देवाला बोललेला एखादा नवस त्याच्याकडून अपूर्ण राहिलेला असेल तर त्याला हा रोग होऊ शकतो. या रोगावर औषध म्हणून खालील उपाय योजले जातात.

- दूधात हळद घालून ते औषध म्हणून डोळ्यावर लावले जाते.
- उंबराच्या झाडाच्या खोडातील डिंकाचा वापरही केला जातो.
- एरंडेल तेलाचा एक थेंब कधी कधी घातला जातो.
- मधाचा एक थेंब डोळ्यात घातला जातो.
- तान्ह्या बाळांच्या बाबतीत त्यांच्या आईचे दूध लावतात.

१०) झटके येणे -

हा रोग भूताने झपाटल्यामुळे होतो. यावर विशिष्ट आहार देऊन काहीच उपयोग होत नाही.

त्यासाठी भगताकडून काही धार्मिक विधी करून घेतले जातात.

११) ताप -

जेव्हा एखादा मनुष्य हवामानात झालेल्या बदलांमुळे तयार होणाऱ्या दूषित हवेच्या संपर्कात येतो तेव्हा त्याला ताप येतो. जेव्हा तापमान वाढते किंवा जेव्हा वाईट नजर लागून डाकिण एखाद्या अवयवाचा भाग खाऊन टाकते तेव्हासुद्धा ताप येतो. या रोगासाठी पुढे सांगितलेले वेगवेगळे उपचार केले जातात.

- सागुन, साल व बेलाचा उकळून तयार केलेला रस आजारी व्यक्तीला दिवसातून तीनदा दिला जातो.

- आपट्याची पानं ताप आल्यावर खाल्ली जातात.

याशिवाय ताप येण्याचे टाळण्यासाठी आहारातील मांसाहाराचे प्रमाण अत्यंत अल्प असले पाहिजे. कारण त्यामुळे शरीर दूषित होते व तापाचा प्रसार मनुष्याच्या मांसातून हाडांकडे होतो. चवळी, उडीद, बेसन, व बाजरी खाल्ल्यामुळे डोळे पिवळे होऊ शकतात.

१२) डोकेदुखी -

साधारणपणे भूक लागल्यामुळे होऊ शकते. यावर उपाय म्हणून मीठ घालून लिंबाचा रस किंवा एक पेला दारू दिली जाते किंवा लसणाचा वाफारा दिला जातो.

१३) कामला किंवा ओऱ्युदार (कावीळ) -

यासाठी खालील आहार घेतला जातो -

- उरुंदियाच्या पानांच्या रसात दूध एकत्र मिसळून त्याचे सेवन केले जाते.

- गाईचे दूध, उसाचा रस, मनुका व खेकडे यांचाही आहारात अंतर्भाव केला जातो.

१४) महारोग (रक्तपित्ती) -

रक्त दूषित झाल्यामुळे, थंड झाल्यामुळे किंवा पूर्वी केलेल्या पापांमुळे महारोग होऊ शकतो. धामण जातीचा साप जाळून, त्याची राख बाजरीच्या व गव्हाच्या पीठात मळतात व त्याच्या गोळ्या करतात. ही गोळी २१ दिवस, रोज संध्याकाळी एक अशा प्रमाणात दिल्याने महारोग बरा होतो.

१५) मलेरिया -

हवा व पाण्यातील कृमींमुळे हा रोग होतो. जेव्हा पाऊस पडतो तेव्हा बेडूक आकाशातून नदीत पडतात व वाटेत त्यांच्या विष्ठेद्वारे हवेत कृमी सोडता. या रोगावर कुठलाच विशेष असा आहार नाही.

१६) गोवर -

देवीच्या कोपामुळे गोवर होतो. हा रोग झाल्यावर घरात कुठल्याही प्रकारचे अन्न शिजवले किंवा उकडले तर त्यापासून येणाऱ्या उष्णतेमुळे देवीचा कोप वाढतो. दूध आणि दही खाल्ल्यामुळे देवीचा कोप कमी होतो. या आजारात तेल, भाज्या, मटण व दारूचे सेवन करण्याचे टाळले जाते.

१७) सर्पदंश व कीटकदंश -

कडुनिंबाची पाने सर्पदंश अथवा कीटकदंश झालेल्या माणसाला खायला दिली जातात. जर ती पाने त्याला कडू लागली तर त्याला विषबाधा झालेली नाही असे समजले जाते.

विषबाधा झालेली असेल तर करवंदाच्या मुळांचा रस दिला जातो. दंश झालेल्या ठिकाणचे रक्त गोठण्यासाठी हळद लावली जाते.

जर डास चावल्यामुळे रक्त दूषित झाले असेल तर ते शुद्ध करण्यासाठी दारू दिली जाते.

१८) गरमी -

या आजारात गाईचे दूध दिले जाते व खारट, आंबट व गरम पदार्थ खाण्याचे टाळले जाते.

१९) पोटदुखी -

जर स्त्रियांच्या मासिक पाळीच्या वेळीस संभोग केला किंवा पावसाळ्यात लहान रोपट्यांची पाने खाल्ली तर पोटदुखी होऊ शकते. यावर उपाय म्हणून अजवैन (ओवा) देतात व मिरचीची पूड (तिखट) खाण्याचे टाळतात.

२०) जंत होणे -

कच्चे अन्न खाऊन किंवा माती खाल्ल्यामुळे जंत होतात. जर आईवर कोणाची वाईट नजर पडली तर तिच्या दुधाद्वारे तिच्या बाळाला जंत होऊ शकतात. या रोगात एक चमचा दारू किंवा पोट साफ करण्यासाठी कडुनिंबाचा रस दिला जाता. शिवाय आहारातील साखरेचे प्रमाणही कमी केले जाते.

अनारोग्यातील आहाराबद्दलची ही माहिती राणीपूर मधील दाई कमलाबाई मंगा ठाकरे, भगत कुमरनाथ व सत्तर सिंग, वैदू फोफा रावताडे व अंगणवाडीतील सेविका जयवंता यांनी दिली.

अन्न साठवण्याच्या पद्धती :

राणीपूरमध्ये शेतकरी वर्ग आपल्या शेतात जे काही धान्ये, कडधान्ये किंवा भाजीपाला लावतात त्याचा जास्तीत जास्त भाग त्यांच्या घरातच वापरला जातो. त्यामुळे त्यांना ही धान्ये - कडधान्ये साठवून ठेवावी लागतात. शिवाय राणीपूर येथील हवामान सतत बदलत असल्यामुळे व पावसाचे प्रमाण जास्त असल्यामुळे ही धान्ये साठवायला शेतकऱ्यांना विशिष्ट पद्धती वापराव्या लागतात. प्रत्यक्ष साठवणी करायच्या आधी काही धार्मिक विधी करायची पद्धत तिथे आहे. या लोकांना माहिती आहे की धान्याला कीड लागली की ते खराब होते, म्हणून जर हे धान्य तुटवड्याच्या काळात वापरायचे असेल तर किटकांपासून यांचे रक्षण करणे जरूरीचे आहे. साठवणीच्या पद्धती तेथील लोकांच्या आर्थिक परिस्थितीवर अवलंबून आहेत.

धान्य स्वयंपाकघराच्या माळ्यावर साठवले जाते. साठवणीच्या पद्धती परंपरागत आहेत. बांबूच्या काड्या एकमेकांत विणून ५ ते ६ फूट उंच व ६ फूट रूंद अशा गोलाकार टोपल्या केल्या जातात व त्यावर शेण लावून त्यांना उन्हात वाळवले जाते. याला 'कणगी' असे म्हणतात. या टोपल्यांवर भक्कम झाकणे ठेवली जातात. या मोठ्या टोपल्यांमध्ये धान्य साठवून त्या घराबाहेर ठेवल्या जातात. लहान प्रमाणावर जर साठवणी करायची असेल तर 'मूठी' म्हणजे अशाच प्रकारच्या पण आकाराने लहान असलेल्या टोपल्या वापरल्या जातात. प्रत्येक धान्याची साठवणीची पद्धत वेगळी आहे.

ज्वारीला १० ते १२ दिवस उन्हे देतात. रात्रीच्या वेळी ज्वारी दवामुळे थोडीशी ओलसर होते व दिवसा उन्हात पुन्हा वाळते. अशा प्रकारे एका आड एक तापवून व थंड झाल्यामुळे ज्वारींच्या प्रत्येक दाणा टणक व कोरडा बनतो व एक वर्षांपेक्षा जास्त काळ कीड न लागता राहू शकते. या व्यतिरिक्त कडुनिंबाची पाने ज्वारीत मिसळली जातात कारण त्यांची कडवट चव किटकांना दूर ठेवते.

मक्याची कणसे जशीच्या तशी साठवली जातात. गरज असेल तेव्हा फक्त मक्याचे दाणे कणसातून काढले जातात. सर्व कणसे एकत्र बांधून त्यांना छतावर टांगले जाते.

अंबाडीच्या फुलांच्या पाकळ्या लाल रंगाच्या असतात. या पाकळ्या तोडून, उन्हात ३-४ दिवस वाळवल्या जातात. त्यामुळे त्यांचा रंग गुलाबी होतो, विस्तार कमी होतो व त्या सहज मोडू शकतात. अंबाडी हा आहाराचा एक महत्त्वाचा भाग आहे कारण अन्नात मिसळल्यावर त्या अन्नाला आंबट चव येते व ते अन्न मऊ झाल्यामुळे खाण्यास सोपे जाते. या वाळवलेल्या पाकळ्या एका कोरड्या कापडात किंवा पानात बांधून त्यात कडुनिंबाची पाने मिसळून ही पुरचुंडी भींतीवर अडकवली जाते. ह्या पाकळ्या वर्षभर टिकतात.

आजाराचे निदान व त्यावरील उपचार :

प्रत्येक संस्कृतीच्या आजारांसंबंधी स्वत:च्या अशा कल्पना व त्यावर उपचार करण्याच्या पद्धतीही असतात. त्यातील बऱ्याच पद्धती आजार बरे करण्यास उपयुक्त असतात व आधुनिक पद्धतींशी बऱ्याच बाबतीत साम्य दाखवतात.

आदिवासींच्या आजाराचे निदान करण्याच्या पद्धती साध्या आहेत. यात मुख्यत्वे रोगाचे मूळ असलेल्या आत्म्यांना भगताद्वारे पाचारण केले जाते.

रोगावर उपचार करण्याच्या पद्धतींना दोन भागांत विभागले जाते.

१) रोग होऊ नयेत म्हणून योजलेले उपाय - रोग प्रतिबंधक उपाय

२) रोग बरा व्हावा म्हणून योजलेले उपाय - रोग उपचार पद्धती

परंतु अशा प्रकारचे २ विभाग दैनंदिन जीवनात दिसत नाहीत.

संरक्षक उपायांमध्ये आहारावरील बंधनांबरोबर मंत्रतंत्र, गंडादोरे, प्राण्याचा बळी देवाची प्रार्थना व विविध धार्मिक विधी करण्यावरही भगताचा जोर असतो. हे उपाय महारोगासारख्या रोगांसाठी योजिले जातात.

रोगावर उपचार करण्याची पद्धत त्या माणसाच्या आर्थिक ऐपतीवर अवलंबून असते. जर भगताच्या उपचाराचा काही फायदा झाला नाही तर तो रोगी डॉक्टरकडे जातो किंवा डॉक्टरच्या औषधांचा फायदा न झाल्यामुळे भगताकडेसुद्धा जातो.

अनेक धार्मिक विधी संरक्षक उपाय किंवा रोग बरा होण्याचे उपाय म्हणून किंवा एकूण आरोग्य व्यवस्थित रहावे म्हणून केले जातात. त्यापैकी एक म्हणजे 'इंदल'.

'इंदल' ही पूजा इंद्रदेवासाठी केली जाते. आजू-बाजूच्या सर्व खेड्यातील लोकांना या पूजेच्या वेळी आमंत्रित केले जाते. या खेड्यांमधून काही निवडक लोक बळी देण्यासाठी प्राणी घेऊन या पूजेसाठी येतात. सर्व लोक नवीन कपडे घालून, रात्रभर आनंदोत्सव साजरा करतात. पहाटे भगत पूजा करून प्राण्यांचा बळी देतो व मग हे प्राणी शिजवून प्रसाद म्हणून सर्व लोक वाटून खातात.

'इंदल' हा कापणीचा सण आहे. इंदल नंतरच धान्य शेतातून घरी आणले जाते. या सणात कळंबाची फांदी इंद्रदेवाची खूण आहे. ही फांदी जमिनीत रोवली जाते व त्याची तांबड्या रंगाच्या ताज्या धान्यांनी पूजा केली जाते.

आरोग्याची संकल्पना :

राणीपूर मधील प्रौढांच्या व मुलांच्या आरोग्यात जमीन आसमानाचा फरक आहे. आरोग्याचे मोजमाप करण्याच्या अनेक पद्धती इथे दिसून येतात.

१) प्रौढांच्या बाबतीत आरोग्याचे प्रमाण ठरविताना कामाचे प्रमाण बघितले जाते. जे कठोर परिश्रम करू शकत नाहीत त्यांना आजारी समजले जाते.

२) जर बायका वारंवार होणाऱ्या बाळंतपणाना नीट तोंड देऊ शकल्या तर त्यांना निरोगी समजले जाते.

३) मुलांच्या बाबतीत भूक न लागणे, निरूत्साह, वेड लागल्यासारखे वागणे अशा चिन्हांना आजारी असण्याचे लक्षण मानले जाते.

राणीपूरमध्ये आयोडिन या घटकाच्या कमतरतेमुळे होणारा 'गलगंड' हा आजार दिसून आला नाही. हा आजार भारताच्या अनेक आदिवासी भागांमध्ये प्रामुख्याने आढळतो.

आहारामधील कॅलरीज्चे प्रमाण कमी असल्यामुळे जी काही प्रथिने आहारात आहेत त्यांचा शरीरात शक्ती निर्माण करण्यासाठी उपयोग होतो. वाढत्या वयातील मुलांमधे खरं तर या प्रथिनांचा उपयोग शरीर भक्कम करण्यासाठी व वाढ होण्यासाठी केला पाहिजे. पण दुर्दैवाने मुलांमध्ये प्रथिने उर्जा निर्मितीसाठी वापरली जातात.

केस प्रोफाईल्स (Case Profiles) -

राणीपूरमधील लोकं आजारावर उपाय करून आरोग्य मिळविण्याचा प्रयत्न कशा प्रकारे करत असतात हे बघण्यासाठी काही उदाहरणे बघू यात.

उदाहरण : १

नाव - वडू मोहन रावताडे

वय - ५२ वर्षे

जमात - पावरा

रोग - क्रॉनिक अल्सर (गेली १० वर्षे)

लक्षणे - पोट दुखी, छातीत दुखणे व जळजळणे, पोटात जळजळणे.

उपचार - सर्वात आधी भगताकडून उपचार सुरू केले होते. त्या भगताच्या मतानुसार हा रोग जिरण्या भोपळी नावाच्या दुष्ट आत्म्यामुळे झाला होता. हा आत्मा रोग्याच्या छातीवर बसल्यामुळे अन्न पोटात जाऊ शकत नव्हते. त्यामुळे त्या रोग्याला जळजळ होत होती. भगताने उपाय म्हणून पूजा सुरू केली व उलटी होण्यासाठी औषध दिले. हे सर्व अन्न पोटात जाण्यातला अडथळा दूर करण्यासाठी केले गेले. हे उपाय ६ महिने चालले. पण त्यांचा काहीच उपयोग झाला नाही. शेवटी मित्र व नातेवाईकांच्या सल्ल्यावरून त्याने म्हसावदला प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील डॉक्टरांकडे जायचा निर्णय घेतला.

पूर्वी वडू मोहन रावताडे रोज २० पेले महुआची दारू प्यायचा. डॉक्टरांकडे जायला लागल्यावर त्यांनी त्याच्या आहारावर बंधने घातली, दारू पिणे, आंबट पदार्थ, मांसाहार व तेलकट व तिखट अन्न पदार्थ आहारात घेण्यास मनाई केली. त्याला मऊ असे पदार्थ खायला सांगितले.

सध्या तो एकत्रित मिश्रण केलेले मऊ पदार्थ खातो. या शिवाय दूध व केळी पण खातो. अजूनही औषधोपचार चालूच आहे.

उदाहरण : २

नाव - गुजरा रावताडे

वय - ४ वर्षे

वजन - ४.५ किलो

रोग - प्रथिनांची कमतरता (मॅरॅस्मस)

लक्षणे - वृद्ध माणसासारखे चेहरा, मलूल व कमी केस, चिडचिडा स्वभाव व हात लावल्यावर रडणे. डोळ्याच्या बुबुळात इतर जीवनसत्वांबरोबरच मुख्यत्वे जीवनसत्व अ ची कमतरता दिसून आली. ह्या मुलीचे वजन फक्त साडेचार किलो इतके भरले. तिचे डोळे खोल गेलेले होते, हातापायांच्या काड्या झाल्या होत्या, परंतु पोटाचा आकार मात्र मोठा होता. तिच्या त्वचेवर खपल्या होत्या. आहाराचा दर्जा फारच खालावलेला होता कारण तिचे वडील पूर्णपणे दारूच्या आहारी गेल्यामुळे घरी काहीच पैसे देत नव्हते.

तिच्यावर कुठल्याच प्रकारचे उपचार चालू नव्हते. या मुलीची अशी दशा व्हायला सुरूवात झाली ती घरात दुसरं मुल झाल्यावर. दुसऱ्या मुलाचा जन्म होताच या मुलीकडे दुर्लक्ष व्हायला लागले. तिला कुठल्याच प्रकारची लस टोचली गेली नाही. त्या मुलीला गोवर झाला होता. शिवाय तिला रक्ती आव होत होती. लसीकरणासाठी अंगणवाडी सेविका व प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील कर्मचारी या मुलीच्या घरी स्वतःहून गेले. तरीही तिच्या

आईवडिलांनी त्यांना सरळ नकार दिला कारण त्यांची पूर्ण खात्री पटली होती की तिला देवाच्या कोपामुळेच सर्व त्रास होत आहे. शिवाय त्या मुलीच्या स्वच्छतेकडेही पूर्णपणे दुर्लक्ष झालेले दिसून आले.

दुर्दैवाची गोष्ट ही की या मुलीचा आम्ही राणीपूरमध्ये असतानाच मृत्यू झाला. तिला जुलाब होत असल्यामुळे मृत्यूच्या वेळी तिच्या शरीरातील पाण्याचे प्रमाण अतिशय कमी झालेले होते.

❖ ❖ ❖

राणीपूरमधील आदिवासींकडून गोळा केलेल्या या सर्व माहितीवरून काही निष्कर्ष काढता येतील. असे दिसून येते की प्रत्येक ऋतु प्रमाणे विविध प्रकारचे अन्न तिथे उपलब्ध असते. याचे मुख्य कारण तिथला परिसर, हवामान व मातीचा प्रकार असू शकेल. पण या उपलब्ध असलेल्या अन्नाच्या विविध साधनांचा तिथले आदिवासी पूर्णपणे लाभ उठवत नाहीत. याचे प्रमुख कारण आहे अन्नासंबंधीच्या त्यांच्या मनातील काही समजुती काही रीतीरिवाज जे आरोग्य राखायला अनुकूल नाहीत.

राणीपूरमध्ये कुपोषणाचे प्रमाण खूपच दिसून आले. राणीपूरच्या भागात व संपूर्णच धुळे जिल्ह्यात आदिवासी भागात कुपोषणाच्या अनेक घटनांची उदाहरणे मे महिन्यात अनेक वृत्तपत्रांमध्ये छापून आली होती. मिळालेल्या माहितीनुसार असे म्हणता येईल की कुपोषणाची कारणे खाली दिल्या प्रमाणे आहेत.

१) माता व बालकांसाठी सरकार तर्फे चालवल्या जाणाऱ्या योजनांचा असमाधानकारक दर्जा व राष्ट्रीय स्तरावरील आरोग्य व आहारविषयक सेवांची कमतरता.

२) अन्न साधनांचा तुटवडा.

३) अन्न भरपूर प्रमाणात उपलब्ध असले तरीही लोकांकडे ते विकत घेण्यासाठी असलेला क्रयशक्तीचा अभाव.

४) सामाजिक प्रथांमुळे काही पौष्टिक अन्न खाण्यावर असलेले बंधन.

५) झाडे तोडीमुळे जंगलांपासून मिळणाऱ्या साधनांचा तुटवडा.

६) अन्न तुटवड्याच्या वेळी इतर उपलब्ध साधनांचा वापर करण्यापेक्षा धान्य उधार घेण्याकडे लोकांचा जास्त कल.

ही लोकं आजार बरा करण्यासाठी प्रार्थना करणे, प्राण्याचा बळी देणे व परंपरागत औषधांचा वापर करण्यावर अवलंबून असतात.

सरकारने या लोकांची स्थिती सुधारण्यासाठी एकात्मिक बालविकास योजना व लसीकरणाची योजना प्राथमिक आरोग्य केंद्रामार्फत राबवण्याचा प्रयत्न केला आहे. यात त्यांना काम करायला माणसे नसणे, दळणवळणाच्या साधनांची कमतरता व लोकांची मदत न मिळणे या सारख्या समस्यांना तोंड द्यावे लागते.

वर्षानुवर्षे कमी अन्न मिळाल्यामुळे या लोकांच्या शरीराला त्याची सवय झाली आहे. कमी अन्न मिळूनही जास्त काम करण्याची क्षमता त्यांच्यात निर्माण झाली आहे. परंतु याचा वाईट परिणाम त्यांच्या आरोग्यावर झाल्याचे दिसून येते.

यांवर उपाय म्हणजे त्यांना जास्त आहार पुरविणे. जास्त प्रमाणापेक्षा चांगल्या प्रकारचा सकस आहार मिळणे जास्त महत्त्वाचे ठरते. उपलब्ध असलेल्या अन्न साधनांमध्ये फायदेशीर बदल करून त्यापासून सकस, पौष्टिक व समाजमान्य असा आहार त्या लोकांना जर पुरवला तर त्यांचे आरोग्य सुधारण्यास नक्कीच मदत होईल.

सातपुड्यातील आदिवासींच्या आरोग्यस्थितीचे ओझरते दर्शन

डॉ. रॉबिन त्रिभुवन

महाराष्ट्राच्या वायव्य सरहद्दीकडे पसरलेल्या सातपुड्याच्या पर्वतरांगांमधील निसर्ग सौंदर्याचे वर्णन अनेक ठिकाणी आपल्याला आढळते, परंतु महाराष्ट्र, गुजरात व मध्यप्रदेश यांच्या सीमारेषांवर असणाऱ्या दुर्गम पर्वत रांगामध्ये राहणाऱ्या आदिवासींबद्दल मात्र फारसे ऐकू येत नाही. या आदिवासींचे मानवी हक्क, संरक्षण, वैद्यकीय सोयीसुविधांची उपलब्धता, त्यांचे आरोग्य व त्यातील सुधारणा हे निश्चितच विचार करण्याजोगे प्रश्न आहेत.

महाराष्ट्रातील आदिवासी लोकसंख्येपैकी सर्वाधिक, म्हणजेच ४०.८८% आदिवासी धुळे जिल्ह्यातच आढळतात. फार वर्षापासून या दुर्गम भागातील अक्राणी व अक्कलकुवा आदिवासी तालुक्यांना अनारोग्य व कुपोषणाचे प्रश्न भेडसावत आहेत. या तालुक्यातील कुपोषणाचे बळी व त्याचबरोबर आरोग्य, आहार, मानवी हक्क यासारख्या मुलभूत गरजांची दयनीय अवस्था १९८९ मध्ये उजेडात आली. १९८९ मध्ये धामणी येथे १९९२ मध्ये होराफली येथे, व १९९५ मध्ये अक्राणी तालुक्यातील खडकी येथे कुपोषणामुळे व त्याचबरोबर श्वसनसंस्थेच्या विकारामुळे बालकांचे झालेले मृत्यु हे तेथील दयनीय आरोग्यस्थितीचा पुरावाच आहेत. अशाच प्रकारचे मृत्यु हे फक्त धुळे जिल्ह्यातच झालेले नसून अमरावती जिल्ह्यातील धारणी व चिखलदरा येथे व ठाणे जिल्ह्यातील जव्हार व मोखाडा तालुक्यात देखील झाले आहेत. या मृत्युंना कोणतेही एकच कारण जबाबदार नसून, अनेक कारणे आहेत. या समस्येवर मात करण्यासाठी सरकारी यंत्रणा, सामाजिक कार्यकर्ते व संशोधक झटत आहेत.

प्रस्तुत लेखात आदिवासींच्या आरोग्यविषयक व पोषणविषयक प्रश्न व त्यासाठी आरोग्यसेवा उपलब्ध करून देणाऱ्या संस्था, त्यांना पार करावे लागणारे अडथळे यावर विचार करण्यात आलेला आहे. यामध्ये अक्राणी तालुक्यातील तोरणमाळ येथील प्राथमिक आरोग्य केंद्राचा समावेश होतो.

आदिवासी बालके मृत्युमुखी पडण्याची कारणे :-

१) कौटुंबिक दारिद्र्य व त्यामुळे पुरेसे व पोषक अन्नाची कमतरता.

२) नवजात व ५ वर्षाखालील मुलांचे अपुऱ्या व निकृष्ट दर्जाच्या आहारामुळे होणारे कुपोषण. कुपोषणामुळे मुले अतिसार, आंव, जुलाब, पंडुरोग व संसर्गजन्य रोगांना बळी पडतात, जे मृत्युचे प्रमुख कारण समजले जाते.

३) वारंवार होणाऱ्या गर्भपातामुळे, दोन बाळंतपणात कमी अंतर असल्यामुळे, बालपणीच विवाह केल्यामुळे, बाळंतपणात व प्रसुतीमध्ये पोषक आहाराची कमतरता, या सर्वांमुळे गर्भवती माता अशक्त व पंडुरोगी बनतात. परिणामी नवजात बालके कमी वजनाची व अशक्त निपजतात.

४) अतिशय दुर्गम ठिकाणी वस्तीत दळणवळण व संपर्क व्यवस्थेअभावी आदिवासींना प्राथमिक उपचारदेखील मिळणे कठीण होऊन बसते. उदाहरणार्थ तोरणमाळ भागातील खडकी, कुंड्या, झापी, फलाईसारखी खेडी एकमेकांपासून

जवळजवळ १० ते १५ किलोमिटरवर आहेत. या भागातील खडकाळ व निसरड्या रस्त्यांवरून चालताना जर तोल गेला तर दरीत पडून मृत्यु येण्याशिवाय दुसरा पर्यायच नाही.

५) आदिवासी स्त्रियांमधील निरक्षरता व शिक्षणाबद्दलची अनास्था.

६) आदिवासींमध्ये प्रचलित असलेल्या अंधश्रद्धा व भ्रामक समजुती, ज्यामुळे त्यांच्या आरोग्यविषयक कल्पना बदलणे अवघड होऊन बसते.

७) अपुरा, अस्वच्छ व असुरक्षित पाणीपुरवठा.

८) आरोग्यसेवा व पोषक आहाराचा अपुरा पुरवठा.

तोरणमाळ परिसरातील आदिवासी खेड्यातील आरोग्य व पोषण स्थितीची कल्पना येण्यासाठी **तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्राचा सखोल अभ्यास खाली दिला आहे.**

सातपुड्यातील अतिदुर्गम भागात वसलेल्या आदिवासींसाठी अक्राणी तालुक्यातील तोरणमाळ येथे प्राथमिक आरोग्य केंद्र कार्यरत आहे. तोरणमाळ येथपर्यंत पोचण्यासाठी जरी पक्का रस्ता उपलब्ध असला, तरी देखील त्याच्या आजुबाजूच्या खेड्यामध्ये पायी चालत जाणे देखील अवघड असते, त्यामुळे वाहनांचा तर प्रश्नच येत नाही. काही काही गावे तर १० ते २५ किलोमीटर लांब आहेत. सवय नसणाऱ्यांना तर या भागात प्रवास करणे हे एक अग्निदिव्यच आहे. या सर्वांमुळे या भागात काम करणारे आरोग्य कर्मचारी खेड्यांना वारंवार भेट देऊ शकत नाहीत.

अशा या भागात राहणाऱ्या आदिवासींना आरोग्यसेवा म्हणजे एक मृगजळच वाटते. येथील भिल्ल जमात वर्षानुवर्षे व पिढ्यान्‌पिढ्या आरोग्यसेवांचा, पोषक आहाराचा व विकासाचा अभाव असून देखील येथेच राहत आहे. स्वतःच्या संस्कृतीला ते प्राधान्य देत असून स्वतःच्या शेतजमिनीवर देवदैवतांवर व त्या अनुषंगाने येणाऱ्या गोष्टींवर त्यांची निरतिशय श्रद्धा असते.

आदिवासी संस्कृतीचे वैशिष्ट्य असणारी त्यांची घरे, एकमेकांपासून विखुरलेली असून, त्यांच्यामध्ये ५० ते ५०० मीटर एवढेही अंतर असते, याला कारण म्हणजे त्यांची शेती ही घराच्या आजुबाजूलाच असते. त्यामुळे एका घराला ५ ते १० एकर एवढी जागाही सहज लागू शकते.

अशा प्रकारच्या घरांमुळे आरोग्य कर्मचाऱ्यांची दमणूक नाही झाली तरच नवल! त्यांना आधीच १५-२० कि. मी. चालून खेड्यात पोचावे लागते. तेथे पोचल्यानंतर परत एका घरापासून दुसऱ्या घरापर्यंतचे लांब अंतर चालावे लागते. यामुळे रोग्याची अवस्था खरोखरीच गंभीर झाल्याशिवाय कर्मचारी घरांना भेटी देत नाहीत. याशिवाय घरे लांबलांब असल्यामुळे इतर घरातील रहिवासीदेखील कितपत एकमेकांशी संबंध ठेवतात हा प्रश्नच आहे! यामुळे अशा गावातील लोकांची आरोग्यस्थिती, आरोग्यशिक्षण व आरोग्यसेवा ही काळजीचीच बाब आहे.

१) तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्राद्वारे दिली जाणारी आरोग्यसेवा :

या केंद्रामध्ये १४ खेडी समाविष्ट आहेत. तोरणमाळपासून गावांचे अंतर साधारणतः १४-४५ कि. मी. आहे. आरोग्यसेवेचा लाभ जवळपास ८१३१ लोकांना मिळतो. खालील तक्त्यात तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील गावे व त्यातील लोकसंख्या दर्शविली आहे.

तक्ता क्र. : १

तोरणमाळ प्रा. आ. केंद्रातील गावे व लोकसंख्या

क्र.	गावाचे नाव	लोकसंख्या	तोरणमाल पासूनचे अंतर (कि. मी.)
१)	तोरणमाळ	१६२७	०
२)	फलई	९०८	१०
३)	सावाळ्या	१३५	१५
४)	झापी	४६५	१६
५)	कुंड्या	३३९	२०
६)	भाबरी	२७५	३०
७)	भंडाल	५०५	४०
८)	उडद्या	३९६	३५
९)	सादरी	२२६	४५
१०)	भामणे	२९५	२५
११)	खडकी	१०९४	१०
१२)	केलापाणी	८२३	१८
१३)	लेगापाणी	२५२	२०
१४)	सिद्धादागीर	१०३५	१५
	एकूण	**८१३१**	

वरील तक्त्यावरून असे स्पष्ट होते की जवळजवळ ७ पदे रिक्त आहेत. त्याशिवाय फक्त एकच वैद्यकीय अधिकारी असल्यामुळे त्याच्यावर जबाबदारीचा ताण पडतो. याबाबतीत सखोल चौकशी केली असता असे लक्षात आले, की वैद्यकीय अधिकारी दुर्गम ठिकाणी काम करण्यास नाखुष असतात. अशा ठिकाणी बदली होणे म्हणजे त्यांच्या दृष्टीने एक प्रकारची शिक्षाच असते.

तक्ता क्र. : २

तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील आरोग्य कर्मचारी

क्र.	पदनाम	उपलब्ध पदे	भरलेली पदे	रिक्त पदे
१)	वैद्यकीय अधिकारी Class II	२	१	१
२)	वैद्यकीय अधिकारी Class III	१	१	-
३)	आरोग्य सहाय्यक (पु.)	१	१	-
४)	आरोग्य सहाय्यक (स्त्री)	२	१	१
५)	लेप्रसी टेक्रनिशिअन	१	१	-
६)	कारकून	१	१	-
७)	चालक (ड्रायव्हर)	१	-	१
८)	ए.एन्.एम्.	६	३	३
९)	एम्.पी.डब्लू.	५	४	१
१०)	सफाई कामगार	१	१	-

(१-६-९५ या दिवशी)

याचप्रमाणे ए.एन्.एम्. (ऑक्सीलरी नर्स मिडवाईफ) व एम्.पी.डब्लु. (मल्टी पर्पज वर्कर) यांच्या उपलब्ध जागादेखील पूर्ण भरलेल्या नाहीत. येथे जीप देखील उपलब्ध नसल्यामुळे, चालकाची जागा रिकामीच आहे. अशा परिस्थितीत गंभीर स्वरूपाचे आजार असलेले रोगी शहरात हलवणे अवघड होऊन बसते.

तोरणमाळ प्राथमिक केंद्राची ६ उपकेंद्रे असून खालील तक्त्यात उपकेंद्रे, त्याच्या अंकीत असणारी खेडी व पाडे यांची संख्या दर्शविली आहे.

तक्ता क्र. : ३

तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्राची उपकेंद्रे

क्र.	उपकेंद्र	खेड्याची संख्या	पाड्यांची संख्या
१)	तोरणमाळ	५	१०
२)	खडकी	२	४
३)	झापी	२	४
४)	सादरी	२	२
५)	भादल	२	५
६)	कुंड्या	१	३
	एकूण	१४	२७

संदर्भ :- तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्र - १-६-९५.

या आरोग्य केंद्रातील बाह्य रुग्ण विभागातील रोग्यांच्या मुख्य तक्रारी खालील तक्त्यात दर्शविल्या आहेत.

तक्ता क्र. : ४

आरोग्य तक्रारींचे महिन्यानुसार असणारी संख्या

क्र.	तक्रार	जाने.	फेब्रु.	मार्च	एप्रिल	मे	जुन	जुलै	ऑगष्ट	सप्टे.	ऑक्टो.	नोव्हे.	डिसे.	एकूण
१)	पंडूरोग	२	५	८	२०	८	६	११	४	३	११	७	१०	९५
२)	खोकला	३९	२८	२९	३३	२४	२४	३२	४३	३२	१९	१६	३१	३५०
३)	सर्दी	१४	१७	१६	७	४	१५	११	१४	११	५	२	२१	१३७
४)	हगवण	४	४	१०	-	-	-	११	२४	९	१६	२	७	८७
५)	जुलाब	१५	१५	१२	२४	४२	४०	७६	१०९	४९	१८	२०	१८	४३५
६)	खरुज	१	७	५	४	३	१	४	३	५	६	९	७	५५
७)	ताप	३१	२०	२९	२९	२५	२८	३४	५५	६८	३५	२४	४२	४२०
														१८१८

संदर्भ :- तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्र - १-६-१९९५.

खालील तक्त्यात आदिवासींमध्ये सर्वात जास्त आढळून येणारे रोग दर्शविले आहेत. बाह्य रुग्ण विभागाच्या अहवालावरून जुलाब, ताप, खोकला या आजारांच्या तक्रारी सर्वात जास्त दिसून येत आहेत. या तक्त्यावरून आणखी एक गोष्ट स्पष्ट होते की जुलै, ऑगस्ट आणि सप्टेंबर या तीन महिन्यात बाह्य रुग्ण विभागात कमीत कमी रुग्ण आढळतात. कारण या काळात पावसाळ्यामुळे व कच्च्या रस्त्यामुळे तोरणमाळ पर्यंत पोचणे अत्यंत कठीण होऊन बसते. याशिवाय या काळात पिण्याचे पाणी जवळच्याच नदी-नाले, ओढे व जवळच्या शेतातून घेत असल्यामुळे, रोगांचे प्रमाण खूपच वाढले जाते.

यामुळे आदिवासींना आरोग्यासंबंधी शिक्षण देण्याची गरज प्रकर्षाने जाणवत आहे. यात प्राथमिक प्रतिबंधक उपाय, व पोषणविषयक माहितीचा समावेश होतो. या कार्यात शासकीय/निमशासकीय संस्था, शिक्षक, शिक्षकेतर कर्मचारी, महिल व युवक मंडळे यांचा सक्रिय सहभाग जरुरीचा आहे.

खालील तक्त्यात तोरणमाळ प्राथमिक केंद्राची उद्दिष्टे व साध्य झालेली उद्दिष्टे दर्शविली आहेत.

तक्ता क्र. : ५

क्र.	आरोग्य कार्यक्रम	उद्दिष्टे	साध्य झालेली उद्दिष्टे
	कुटुंब कल्याण		
१)	कुटुंब नियोजन शस्त्रक्रीया	९०	१३
२)	तांबी	२९६	११
३)	निरोध वाटप	१०७६	१११
४)	गोळ्या	३४२	१९७
	माता-बालक संगोपन कार्यक्रम		
५)	ट्रिपल बुस्टर डोस	७७८	६००
६)	पोलिओ डोस	८३५	५०९
७)	पोलिओ बुस्टर	७७८	६००
८)	बी.सी.जी.	८३५	३९७
९)	गोवर	८३५	५८९
१०)	ट्रिपल II	७६७	७६०
११)	धनुर्वात (गरोदर माता)	९०५	३८६
१२)	धनुर्वात (१० वर्षे)	७२६	३९६
१३)	लोह गोळ्या (स्त्रिया)	९०५	१८०
१४)	लोह गोळ्या (मुले)	१७८५	६२
१५)	जीवनसत्व 'अ' गोळ्या	७६७	१२
१६)	मलेरियासाठी रक्ताचे नमुने	९६०	१४२१

वरील तक्त्यावरून हे स्पष्ट होते की या परिसरात कुटुंब कल्याण योजनेस अत्यंत कमी प्रतिसाद मिळालेला आहे. ९० कुटुंबांपैकी फक्त १३ कुटुंबे शस्त्रक्रियेस तयार झाली. असाच अत्यल्प प्रतिसाद तांबीच्या बाबतीतही दिसून येतो. यामागील काही कारणे खालीलप्रमाणे :-

१) तांबीमुळे होणारा रक्तस्राव

२) पाठदुखी

३) संभोगाच्या वेळी पतीस होणारा त्रास, त्यामुळे पतीकडून विरोध

४) गर्भाशयास होणारी इजा

५) कायमचा वांझोटेपणा

या सर्व समजुतीमुळे स्त्रिया आपणहून तांबी बसवून घेण्यास तयार नसतात. परिणामी २९६ कुटुंबापैकी फक्त ११ स्त्रिया तांबी बसवून घेण्यास तयार झाल्या. गोळ्यांबाबतही स्त्रियांच्यात अनेक गैरसमजुती असल्यामुळे त्यालाही अल्पसाच प्रतिसाद आहे. यामुळे त्यांच्या आरोग्यावर अतिशय वाईट परिणाम झालेले दिसून येतात.

याचप्रमाणे संतती नियमनाच्या इतर पद्धतींनाही स्त्री व पुरुष दोघांकडूनही अल्यल्प प्रतिसाद मिळाला आहे. निरोध वाटपाचे उद्दिष्ट १०७६ असताना, फक्त १११ पर्यंतच मजल मारली गेली.

कुटुंब नियोजनापेक्षा माता व बाल संगोपन कार्यक्रमास निश्चितच जास्त प्रतिसाद मिळत आहे. परंतु लोहयुक्त गोळ्या व जीवनसत्व 'अ' च्या गोळ्या. मात्र शाळेतून वाटत असल्या तरी कमी घेतल्या जातात.

एकात्मिक बालविकास योजना कार्यक्रम :-

तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्राच्या अंकित असलेल्या १४ खेडी व २७ पाड्यांपैकी फक्त ३ खेडी व २ पाड्यांमध्ये पोषक आहाराच्या सुविधा उपलब्ध आहेत. खालील तक्त्यात येथील आय्.सी.डी.एस्. कार्यक्रमाची स्थिती दर्शविली आहे.

तक्ता क्र. ६

क्र.	खेडे/पाडा	प्रा. आर. केंद्र अंतर	लोकसंख्या	बालकांची संख्या	कुपोषित मुले दर्जा - III	कुपोषित मुले, दर्जा - IV
१)	तोरणमाळ	० कि.मी.		९९	११	—
२)	बुरामपाडा	२ कि.मी.	१६२७	९७	१९	३
३)	भोवती पाडा	५ कि.मी.		६०	११	१
४)	सिदीदगिर	१५ कि.मी.	१०३५	१०७	१९	—
५)	भाबरी	३० कि.मी.	२०५	४५	३	—
	एकूण			३१८	६३	४

संदर्भ :- तोरणमाळ प्रा. आ. केंद्र - १-६-१९९५.

तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्राच्या कार्याचे विश्लेषण :

तोरणमाळ येथील प्रा. आरोग्य केंद्रातून मिळालेल्या माहितीनुसार व तेथील आरोग्य कर्मचाऱ्यांच्या मुलाखतीतून खालील मुद्दे प्रकर्षाने लक्षात आले.

१) आदिवासींची वस्ती अतिशय दुर्गम व पोचण्यास बिकट अशा ठिकाणी असल्यामुळे तेथे आरोग्य सुविधा पुरवण्यात अनेक अडथळे निर्माण होतात. १० ते २० कि.मी. दूर असणाऱ्या खेड्यापाड्यात व दऱ्याखोऱ्यात देखील आरोग्य सुविधा पोचवणे कठिण असते. आणि जरी तेथे सुविधा पोचल्या तरी विखुरलेल्या घरांमुळे, आदिवासी लोक त्याचा लाभ घेऊ शकत नाहीत.

२) काही सामाजिक व सांस्कृतिक विचारांमुळे व गैरसमजुतीमुळे कुटुंब कल्याण योजनेस अत्यंत कमी प्रतिसाद मिळत आहे.

३) प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील उपलब्ध पदांपैकी बरीचशी पदे रिक्त असल्यामुळे तेथील कर्मचाऱ्यांवर जास्त कामाचा ताण पडतो. या कर्मचाऱ्यांकडून उत्तम काम करून घेण्यासाठी त्यांना वस्तू किंवा पैसे या स्वरूपात मोबदला देणे जरुरीचे आहे.

४) पावसाळ्याच्या दिवसात भिल्लांचा आरोग्यकेंद्राशी पूर्णपणे संपर्क तुटलेला असतो. त्यामुळे फक्त गंभीर प्रसंगीच रुग्णाला आरोग्य केंद्रात आणले जाते.

५) आरोग्य कर्मचारी तोरणमाळसारख्या दुर्गम व बिकट ठिकाणी बदली होणे ही एक शिक्षाच समजतात.

६) प्राथमिक आरोग्यकेंद्राची सध्याची इमारत अतिशय जुनी असल्यामुळे ती नवीन करून त्यात चांगल्या कॉटस्, स्वच्छता सुविधा, आणि योग्य प्रकारची तांत्रिक सुविधा उपलब्ध करणे अत्यंत गरजेचे आहे.

७) आरोग्य आणि पौष्टिक आहारासंबंधी शिक्षण देणे हे आत्यंतिक गरजेचे आहे.

८) तोरणमाळ प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील आरोग्य व इतर कर्मचाऱ्यांना वैयक्तिक व कौटुंबिक पातळीवर आणि सहकार्य न मिळणे यासारखे प्रश्न सतावित आहेत.

९) आरोग्य सुविधा व पौष्टिक आहार यावरच फक्त लक्ष केंद्रित न करता सामाजिक व आर्थिक उन्नती साधणे जरुरीचे आहे. त्याशिवाय येथील लोकांची आरोग्यस्थिती सुधारणे कठिण आहे. यासाठी येथे आरोग्य, पोषक आहार आणि विकासाच्या दृष्टीने वेगवेगळे प्रकल्प हाती घेणे आवश्यक आहे. सामाजिक शास्त्रे व आरोग्यशास्त्र यातील शास्त्रज्ञांनी या समाजाचा सखोल अभ्यास करून त्यांच्या गरजा ओळखून त्यानुसार प्रकल्प योजना राबवल्या पाहिजेत. यासाठी सांस्कृतिक, सामाजिक, वैचारिक अडथळे ओळखून ते अगोदर दूर केले पाहिजेत.

(अनुवाद : अनुप्रिता कार्यकर्ते)

राणीपूर नावाचं गाव

पुरुषोत्तम आगाशे

सातपुड्याच्या कुशीतलं एक गाव
राणीपूर होतं त्याचं नाव
गावाच्या पश्चिमेला होती एक दरी
दरीतून वहात होती छोटीशी नदी
भिल्ल पावरा आदिवासी
गावातले रहिवासी
गावात फेरफटका मारता
नजरेत भरे इथली स्वच्छता
घरे इथली टुमदार
कुडाच्या असती भिंती
वर कौलांचे छप्पर
साधीच असते त्यांची रहाणी
स्वयंपाकापुरती चारच भांडी
नसतो घरात काही फाफट पसारा
मोजक्याच वस्तू ज्या लागती संसारा
श्रीमंती नाही घरादारात
ती तर आहे मनामनात
भ्रांत होती रोजच्या खाण्याची
सवड नव्हती उद्याचा विचार करण्याची
ढोर मेहनत करावी लागते
तेव्हा कुठे खायला मिळते
असली जरी खावया भाकर थोडी
तरी अन्नाला त्या अवीट गोडी
नाही जगतात खाण्यासाठी
पुरेसे मिळते केवळ जगण्यासाठी
सुखदु:खाच्या प्रसंगात
दारूचीच असते साथ
जन्म, मृत्यू वा लग्नात
धुंद होऊन जाती नशेत
मिळवूनी विजय दारूच्या मोहावरी
काही झालेत आता माळकरी
सांजकाळी रंगून जातात
ईश्वराच्या भजनात
आईबाप जात मजुरीच्या कामावर
टाकुनी जबाबदारी छोट्याशा मुलीवर
थोरली बहिण होती करत
धाकुल्या भावंडांचा सांभाळ
सारी भावंडे मिळूनी होती खेळत
अंगणात भातुकलीचा खेळ
येत होती बाळके इथल्या अंगणवाडीला
रोजच्या वाट्याचा खाऊ घ्यावयाला
गावात होती आश्रमशाळा
आली होती तिला अवकळा
शाळेच्या ऐशा इमारती इथल्या
त्याला नव्हती दारे खिडक्या
इथली पोरे होती रहात
संकटांशी सामना करत
थंडी वाऱ्यात कुडकुडत
अन् पावसात भिजत
मिळत होती त्यांना जेवण अन् न्याहारी
त्यांच्या मानाने होती फारच अपुरी
मायबाप, घर सोडुनी पाठी
आली होती शिक्षणासाठी
मनात होती त्यांच्या उर्मी
शाळेत शिकून मोठा होईन मी
उपलब्ध इथे सरकारी आरोग्यसेवा
परंतु होती केवळ नावाला
होते दोन खासगी डॉक्टर
सारे व्यवहार चालत होते पैशावर
छोट्या मोठ्या आजारात
उपयोगी पडत होता भगत
गावात येत होता यमदूत नित्यनेमाने
सहज मरत होती माणसे किरकोळ आजाराने
दहा दिवसाच्या वास्तव्यात
तीन बालमृत्यू झाले डोळ्यादेखत
कितीही पडत असले जरी कष्ट
लोकांना माहित आहे एक गोष्ट
नाही आमुचे जीवन व्यर्थ
उद्यात असेल काहीतरी अर्थ

पुणे विद्यापीठाच्या आरोग्यशास्त्र विभागातील (Health Science Dept.) विद्यार्थ्यांचे एक शैक्षणिक अभ्यास शिबिर जानेवारी १९९५ मध्ये धुळे जिल्ह्यातील शहादा तालुक्यातील 'राणीपूर' या गावी घेण्यात आले. या शिबिरात सहभागी झालेले विद्यार्थी व त्यांना देण्यात आलेले विषय पुढीलप्रमाणे :-

क्र.	विद्यार्थी	विषय
१)	अंजली गणपुले	आदिवासींचे जीवनचक्र
२)	सविता पटवर्धन	आदिवासींचे धार्मिक जीवन
३)	शिल्पा जोशी	स्त्रियांचा सामाजिक दर्जा
४)	मनिषा अनारसे	स्त्रियांचे आरोग्य
५)	अनुराधा आव्वारी	आहार, स्वास्थ्य आणि आजार
६)	मुग्धा पोतनीस	आदिवासींच्या शरीरशास्त्रातील कल्पना
७)	अपर्णा जोशी	आदिवासींची औषधे (लोक वैद्यक)
८)	सोनाली नगरकर	पारंपरिक वैद्य
९)	आदिती तांबोळी	आरोग्यावरील खर्च
१०)	अनुप्रिता कार्यकर्ते	बाल संगोपन पद्धती
११)	अनुश्री सिन्हा	सार्वजनिक स्वच्छता
१२)	जयंती यारगुप	आरोग्य सोयी-सुविधांचा वापर
१३)	के. जॉयचंद्र	आदिवासींची व्यसने
१४)	भरत शेट्टी	विविध विकास योजना
१५)	ओमप्रकाश पाटील	शेती आणि पशुसंवर्धन
१६)	अविनाश नाईक	राष्ट्रीय आरोग्य कार्यक्रम
१७)	मृणालिनी मुळ्ये	आंतरक्षेत्रीय विकास योजनांमधील सेवक

या अभ्यास शिबिराचे मार्गदर्शक म्हणून प्रा. रा. के. मुटाटकर, डॉ. भूषण पटवर्धन, डॉ. दिपक फाल्गुने, डॉ. हेमंत आपटे, डॉ. रॉबिन त्रिभुवन व श्री. पुरुषोत्तम आगाशे यांनी काम पाहिले.

सूची

अंक पहिला : जानेवारी-मार्च .... १९८० - जबरन जोत जंगल जमीन
अंक दुसरा : एप्रिल-जून .... १९८० - आदिवासी व शिक्षण
अंक तिसता : जुलै-सप्टेंबर .... १९८० - आदिवासी व वनसंवर्धन
अंक चौथा : ऑक्टोबर-डिसेंबर .... १९८१ - आदिवासी साहित्य व कला
अंक पाचवा : जानेवारी-मार्च .... १९८१ - दलितांना सवलती व राखीव जागा माहिती
अंक सहावा : एप्रिल-जून .... १९८१ - आदिवासी व आरोग्य
अंक सातवा : ऑक्टोबर-डिसेंबर .... १९८१ - रोजगार हमी योजना
अंक नववा : ऑक्टोबर-डिसेंबर .... १९८१ - उत्तारा खंड अभ्यास मोहीम
अंक दहावा : एप्रिल-जून .... १९८२ - धरणे व विकास
अंक अकरा-बारा : जुलै-डिसेंबर .... १९८२ - जंगल व्यवस्थापन
अंक तेरावा : जानेवारी-मार्च .... १९८३ - आदिवासी व दारू
अंक चौदावा : एप्रिल-जून .... १९८३ - आदिवासींच्या सामाजिक / राजकीय चळवळी
अंक पंधरावा : जुलै-सप्टेंबर .... १९८३ - प्रा.सरदार गौरव अंक/आदिवासी साहित्य
अंक सोळावा : ऑक्टोबर-डिसेंबर .... १९८३ - आदिवासी साहित्य व सामाजिक प्रश्न
अंक सतरा-अठरा : जानेवारी-जून .... १९८४ - आदिवासींमधील स्वयंसेवी कार्य
अंक एकोणिसावा : जुलै-सप्टेंबर .... १९८४ - आदिवासी स्त्री
अंक विसावा : ऑक्टो.-डिसेंबर .... १९८४ - आदिवासींचे आरोग्य व शिक्षण
अंक एकविसावा : जानेवारी-मार्च .... १९८५ - आदिवासी संघटन
अंक बाविसावा : एप्रिल-जून .... १९८५ - जमीन हस्तांतर
अंक तेविसावा : जुलै-सप्टेंबर .... १९८५ - आदिवासी महिला
अंक चोविसावा : ऑक्टोबर-डिसेंबर .... १९८५ - आदिवासी व सरकार
अंक पंचविसावा : जानेवारी-मार्च .... १९८६ - जंगल व धरण
अंक सव्विसावा : एप्रिल-जून .... १९८६ - आदिवासी कला
अंक सत्ताविसावा : जुलै-सप्टेंबर .... १९८६ - आदिवासी व वेठबिगारी
अंक अठ्ठाविसावा : ऑक्टोबर-डिसेंबर .... १९८६ - आदिवासीविषयक ग्रंथ मानवशास्त्र परिचय
अंक एकोणतिसावा : जानेवारी-मार्च .... १९८७ - भटक्याविमुक्त जमातींचे प्रश्न
अंक तिसावा : एप्रिल-जून .... १९८७ - आदिवासी आणि सांस्कृतिक बदल
अंक एकतीस-बत्तीस : जुलै-डिसेंबर .... १९८७ - राष्ट्रीय वननीतीचा प्रश्न
अंक तेहतीस : जानेवारी-मार्च .... १९८८ - सवलती अपहरणाची समस्या
अंक चौतीस : एप्रिल-जून .... १९८८ - आदिवासी साहित्य
अंक पस्तीस-छत्तीस : जुलै-डिसेंबर .... १९८८ - आदिवासी समाज व संस्कृती
अंक सदतीस-अडतीस : जानेवारी-जून .... १९८९ - डॉ. वेरीअर एलवीन विशेषांक
अंक एकोणचाळीस-चाळीस : जुलै-डिसेंबर .... १९८९ - व्यवसाय मार्गदर्शन
अंक एकेचाळीस-बेचाळीस : जानेवारी-जून .... १९९० - महाराष्ट्रातील आदिवासींची परिस्थिती
अंक त्रेचाळीस : जुलै-सप्टेंबर .... १९९० - जागतिक आदिवासी
अंक चव्वेचाळीस : ऑक्टोबर-डिसेंबर .... १९९० - गं.बा. सरदार स्मृति विशेषांक
अंक पंचेचाळीस-सेहचाळीस : जानेवारी-जून .... १९९१ - आदिवासी साहित्य संमेलन विशेषांक
अंक सत्तेचाळीस : जुलै-सप्टेंबर .... १९९१ - आदिवासींच्या विकासात्मक व सांस्कृतिक समस्या
अंक अठ्ठेचाळीस : ऑक्टोबर-डिसेंबर .... १९९१ - आदिवासी जीवन व संस्कृती
अंक एकोणपन्नास-पन्नास : जानेवारी-जून .... १९९२ - सर्वसाधारण आदिवासी
अंक एक्कावन-बावन : जुलै-डिसेंबर .... १९९२ - अनुताई वाघ विशेषांक
अंक त्रेपन-चोपन्न : जानेवारी-जून .... १९९३ - आदिवासी धर्म, सण व उत्सव
अंक पंचावन्न-छप्पन : जुलै-डिसेंबर .... १९९३ - धरण-विस्थापन व पुनर्वसन
अंक सत्तावन्न : जाने-मार्च .... १९९४ - सर्वसाधारण आदिवासी
अंक अठ्ठावन्न : एप्रिल-जून .... १९९४ - आदिवासी एकता परिषद
अंक एकोणसाठ : जुलै-सप्टेंबर................................ १९९४ - आदिवासी विकासाची सैद्धान्तिक भूमिका

Registered with the Registrar of News Papers of India Under No. 35835/80

महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद

आदिवासी व दलितांच्या समस्यांबाबत संशोधन, चर्चा व प्रकाशन, कार्यकर्त्यांचे शिबिराद्वारे प्रशिक्षण. शासकीय, राजकीय व रचनात्मक कार्य करणाऱ्या कार्यकर्त्यांना एकत्र व्यासपीठावर आणून त्यांच्यात आदिवासी व दलितांच्या समस्यांबाबत आणि विकासाबाबत सुसंवाद घडवून आणणे.

मानव विज्ञान व सामाजिक शास्त्रे यांच्या शिक्षकांना व विचारवंताना, मुख्यतः आदिवासींबाबत अभ्यासकांना एकत्र आणणे.

मानव विज्ञानाच्या सर्व शाखांत अध्ययन, संशोधन, प्रकाशन.

या उद्देशाने 'महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद' स्थापन करण्यात आली आहे. याच उद्देशाचे मूर्त स्वरूप म्हणून 'हाकारा' सुरू करण्यात आला आहे. परिषदेचे सदस्यत्व स्वीकारून आपणही या कार्यात सहभागी व्हावे. (संस्थांना फक्त 'हाकारा' चे वार्षिक सदस्यत्व मिळेल)

मानव विज्ञान परिषदेचे सदस्यत्व

आजीव सभासद ५०० रुपये (फक्त व्यक्तींसाठी)

हाकारा वार्षिक सभासद ५० रुपये (व्यक्ती व संस्था दोन्ही)

परिषदेच्या सभासदांना 'हाकारा' विनामूल्य पाठविला जातो. आपले सदस्यत्व आणि वार्षिक वर्गणी कृपया खालील पत्त्यावर 'महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद' (दि महाराष्ट्र असोसिएशन ऑफ ॲन्थ्रॉपॉलॉजिकल सायन्सेस) यांचे नावे डिमांड ड्राफ्ट अथवा मनीऑर्डरने पाठवावी. मनीऑर्डर करताना फॉर्ममागे कृपया आपले पूर्ण नाव व पूर्ण पत्ता लिहिण्यास विसरू नये.

पत्रव्यवहाराचा पत्ता :
रा. के. मुटाटकर, सचिव
महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद
६४, आनंद पार्क, औंध,
पुणे - ४११ ००७.

आपल्या क्रियाशील सहकार्याची अपेक्षा आहे.

हाकारा त्रैमासिकास महाराष्ट्र राज्य साहित्य संस्कृती मंडळ व भारतीय सामाजिकशास्त्र अनुसंधान परिषद, पश्चिम विभागीय केंद्र यांचेकडून अर्थसहाय्य मिळाले आहे.

Omega Offset, Bgm. Ph:424124