গৰ্ভধাৰণত অসমৰ লোকাচাৰসমূহৰ গুৰুত্ব ঃ এক বিশ্লেষণাত্মক অধ্যয়ন

ড° স্মিতা ডেকা
অসমীয়া বিভাগ
নিৰ্মল হালৈ মহাবিদ্যালয়, পাটাছাৰকুছি, বজালী, অসম
Correspondence : E-mail : smitadeka985@gmail.com

সংক্ষিপ্তসাৰ ঃ

নাৰীৰ স্বাস্থ্যৰ প্ৰতি থকা আগ্ৰহ তথা সজাগতাৰ ফলত অতীতৰেপৰা অসমীয়া সমাজত গঢ় লৈ উঠিছে কেতবোৰ লোকাচাৰ। ইয়াৰে কিছুমান পৰোক্ষভাৱে নাৰীৰ স্বাস্থ্য বিশেষকৈ গৰ্ভধাৰণৰ সৈতে জড়িত। বৰ্তমান সময়ত নৱ-বিবাহিতা মহিলাসকলে প্ৰায়ে গৰ্ভধাৰণৰ সমস্যাৰ সন্মুখীন হ'ব লগাত পৰে। গৰ্ভধাৰণ নকৰাৰ বহুতো কাৰণ থাকিব পাৰে। যেনে— বয়স, মেদবহুলতা, শাৰীৰিক প্ৰতিবন্ধকতা, মানসিক চাপ, অস্বাস্থ্যকৰ খাদ্য আদি। মূলতঃ সময়ৰ সৈতে খোজ মিলাই আজিৰ নাৰীয়ে অতীতৰ জীৱন শৈলীৰপৰা আঁতৰি আহি সাম্প্ৰতিক সময়ত অত্যধিক মানসিক চাপ, যান্ত্ৰিকতা আৰু কম শাৰীৰিক শ্ৰমেৰে পৰিপূৰ্ণ জীৱন অতিবাহিত কৰে। এনেবোৰ কাৰণ মানসিক স্বাস্থ্যৰ লগতে শাৰীৰিক স্বাস্থ্যৰো অৱনতিৰ কাৰক। আনহাতে অসমৰ নানা খেল-ধেমালি, উৎসৱ-অনুষ্ঠান, লোকধৰ্ম, লোকচিকিৎসাৰে ভৰপূৰ নানা সামাজিক লোকাচাৰ জড়িত হৈ আছে গৰ্ভৱতী মহিলাৰ স্বাস্থ্যৰ সৈতে। এই লোকাচাৰসমূহ অসমৰ লোক-সংস্কৃতিৰ অবিচ্ছেদ্য অংগ। সম্প্ৰতি এই লোকাচাৰসমূহৰ গুৰুত্বৰ প্ৰাসংগিকতা কিমান সেয়া চৰ্চাৰ বিষয়। এই লোকাচাৰসমূহ প্ৰত্যক্ষ আৰু পৰোক্ষভাৱে গৰ্ভধাৰণ বা গৰ্ভৱতী নাৰীৰ স্বাস্থ্যৰ সৈতে কিদৰে জড়িত হৈ আছে, প্ৰকৃতপক্ষে এই লোকাচাৰসমূহ গৰ্ভধাৰণৰ বাবে ফলপ্ৰসূ হয়নে অথবা বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিভংগীৰে বিচাৰ কৰি এক সিদ্ধান্তত উপনীত হ'ব পাৰিনে— এই আটাইবোৰ দিশ গৱেষণাপত্ৰখনত বিশ্লেষণ কৰা হ'ব। গৱেষণাপত্ৰখন মূলতঃ বিশ্লেষণাত্মক পদ্ধতিৰে সম্পন্ন কৰা হৈছে। লগতে তথ্য আহৰণৰ বাবে ক্ষেত্ৰভিত্তিক অধ্যয়ন পদ্ধতি গ্ৰহণ কৰা হৈছে।

বীজ শব্দ ঃ *গৰ্ভৱতী, লোকাচাৰ, চিকিৎসা, স্বাস্থ্য, খাদ্য, মানসিক-শাৰীৰিক উৎকৰ্ষ।*

অৱতৰণিকা ঃ

অসমৰ লোকাচাৰসমূহে অসমৰ লোকসংস্কৃতিক চহকী কৰি ৰাখিছে। লোকসংস্কৃতিৰ অন্যতম ভাগ সামাজিক লোকাচাৰ। কোনো এখন সমাজৰ নানা দিশ যেনে— পৰম্পৰাগত ৰীতি-নীতি, উৎসৱ-পাৰ্বন, ধৰ্মীয় বিশ্বাস, খেল-ধেমালি, অৱসৰ-বিনোদন, খাদ্য আহৰণৰ সামূহিক আচৰণ আদিক সামাজিক লোকাচাৰ বুলিব পাৰি। সামাজিক লোকাচাৰ সম্পৰ্কে নবীন চন্দ্ৰ শৰ্মাই সংজ্ঞা দিছে— "মৌখিক সাহিত্য আৰু ভৌতিক সংস্কৃতিৰ মাজত পৰম্পৰাগত জীৱন। পৰম্পৰাগত জীৱন, মৌখিক সাহিত্য আৰু ভৌতিক সংস্কৃতিৰ মাজৰ সংযোগ সেতু, পৰম্পৰাগত জীৱনত এক প্ৰকাৰে সামাজিক লোকাচাৰ (Social Folk Custom) আখ্যা দিব পাৰো[1]। অসমৰ লোকাচাৰসমূহৰ অধিকাংশই মহিলা সমাজৰ মাজত প্ৰচলিত। সন্তান প্ৰাপ্তিৰ ক্ষেত্ৰত সাম্প্ৰতিক সময়ত মহিলাসকলে প্ৰায়ে চিকিৎসা সেৱা কৰিহে সুফল পায়। মেদবহুলতা, হ'ৰমনৰ ভাৰসাম্যহীনতা (PCOD) আদি কাৰণতো সাম্প্ৰতিক সময়ৰ মহিলাসকল সন্তান প্ৰাপ্তিৰ বাবে হাবাথুৰি খাব লগা হৈছে। আৰামদায়ক জীৱনশৈলী, ময়দা-চেনি জাতীয় অত্যধিক খাদ্য, কম শাৰীৰিক পৰিশ্ৰম, অত্যধিক মানসিক চাপ, যান্ত্ৰিকতাৰ ধামখুমীয়াত মহিলাৰ স্বাস্থ্যৰ অৱনতি ঘটা দেখা গৈছে। ছোৱালী পুষ্পিতা হোৱাৰপৰা মাহেকীয়া বন্ধ নোহোৱালৈ যিকোনো সময়তে মাতৃত্বৰ গৌৰৱ অৰ্জন কৰিব পাৰে, যদিও সম্পূৰ্ণভাৱে শাৰীৰিক আৰু মানসিকভাৱে বিকশিত অৱস্থাতহে সন্তান জন্ম দিয়া উচিত। মানসিক চাপ আঁতৰাবলৈ অথবা শাৰীৰিক ব্যায়াম হ'বলৈ অৱসৰ-বিনোদন, খেল-ধেমালি, উৎসৱ-অনুষ্ঠান, লোকধৰ্ম আদিৰ প্ৰাসংগিকতা অনস্বীকাৰ্য। অসমীয়া সমাজত মহিলাই অৱসৰ বিনোদনত কৰা ধেমালিবোৰৰ ভিতৰত ৰছী টনা, ভুঁই ৰুই পথাৰত গান গোৱা, ধান কটাৰ পৰত কৰা ধেমালি, কিশোৰীহঁতে কৰা চোৱা-চুই, লুকাভাকু, ৰজাই হুকুম দিছে, ইচনি-বিচনি, দৌৰা আদি খেলবোৰ প্ৰচলিত। এইবোৰে শৰীৰক মেদবহুল হোৱাত বাধা দিয়ে।

একেদৰে অসমীয়া সমাজত প্ৰচলিত নানাবিধ লোক ঔষধৰ ব্যৱহাৰৰ প্ৰাসংগিকতা সন্তান প্ৰাপ্তিৰ ক্ষেত্ৰত অপৰিহাৰ্য। "খাৰলি খুৱাই গৰ্ভ খালচ কৰাৰ বিধানো একালত সমাজত লুকাই চুৰকৈ চলিছিল[2]। গৰ্ভৱতীক পঞ্চামৃত খুওৱাৰ পৰা আঠমহীয়া চুৰা লগালৈ কত লোকাচাৰ। গৱেষণাপত্ৰত আটাইবোৰ বিশ্লেষণ কৰা হৈছে। একেদৰে ব্ৰত উপাসনাৰে মানসিক তথা শাৰীৰিক প্ৰভাৱ কিদৰে স্বাস্থ্যত পৰে তাকো বিশ্লেষণ কৰিবলৈ প্ৰয়াস কৰা হৈছে।

মূলতঃ গৰ্ভধাৰণ আৰু গৰ্ভধাৰণৰ পাছত গৰ্ভৱতী মহিলাৰ স্বাস্থ্যৰ যতন সম্পৰ্কে থকা পৰম্পৰাগত ৰীতি-নীতি, লোকাচাৰৰ প্ৰাসংগিকতা বিচাৰৰ লগতে যুক্তিনিষ্ঠতা বিশ্লেষণ কৰা উদ্দেশ্যৰে গৱেষণাপত্ৰখন প্ৰস্তুত কৰা হৈছে।

গৱেষণাৰ পদ্ধতি ঃ

গৱেষণাপত্ৰখন মূলতঃ বিশ্লেষণাত্মক পদ্ধতিৰ সহায়ত বিশ্লেষণ কৰা হৈছে। মহিলাৰ স্বাস্থ্যজনিত তথ্য আহৰণৰ বাবে প্ৰসূতিবিষয়ক চিকিৎসক, কমিউনিটি হেল্থ অফিচাৰ (CHO) আদিৰপৰা সংবাদ গ্ৰহণ কৰা হৈছে। সাগৰকুছি হেল্থ এণ্ড ৱেলনেছ চেণ্টাৰৰপৰা গৱেষণাপত্ৰখন প্ৰস্তুত কৰিবলৈ সমল সংগ্ৰহ কৰা হৈছে।

পূৰ্বকৃত অধ্যয়নৰ চমু সমীক্ষা ঃ

অসমৰ লোকসংস্কৃতিৰ ভালেমান অধ্যয়ন এতিয়ালৈ হৈছে। প্ৰমোদ চন্দ্ৰ ভট্টাচাৰ্যৰ 'অসমৰ লোক উৎসৱ (১৯৬৯), নিৰ্মল প্ৰভা বৰদলৈৰ 'অসমৰ লোক সংস্কৃতি' (২০১১), নবীন শৰ্মাৰ 'লোক সংস্কৃতি' (২০১৯); 'অসমীয়া লোক সংস্কৃতিৰ আভাস' (২০২১); বিৰিঞ্চি কুমাৰ বৰুৱাৰ 'অসমৰ লোক সংস্কৃতি' (২০১২); উপেন ৰাভা হাকাচামৰ 'বৰ অসমৰ বৰ্ণিল সংস্কৃতি' (২০০৪) আদি ভালেমান পুথিত জন্ম সম্পৰ্কীয় লোকাচাৰৰ অধ্যয়ন হৈছে কিন্তু এই লোকাচাৰবোৰৰ প্ৰাসংগিকতা বিচাৰ কৰি ইয়াৰ অন্তৰালত থকা যুক্তিনিষ্ঠ কাৰণসমূহ ফঁহিয়াই এটা স্বতন্ত্ৰ বিষয় হিচাপে অধ্যয়ন বৰ্তমানলৈ হোৱা নাই। স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় আলোচনী 'স্বাস্থ্য আৰু দীৰ্ঘজীৱন', 'জি এন আৰ চি স্বাস্থ্য' আদি আলোচনীত গৰ্ভৱতী, গৰ্ভধাৰণ সম্পৰ্কে ভিন ভিন প্ৰবন্ধ মাজে সময়ে প্ৰকাশিত হয়। বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিভংগীৰে পৰম্পৰাগত লোকাচাৰসমূহক লৈ পূৰ্বতে বিশ্লেষিত নোহোৱা বিষয়টি এটি স্বতন্ত্ৰ বিষয় হিচাপে লৈ গৱেষণা পত্ৰখন লিখিবলৈ প্ৰয়াস কৰা হ'ল।

বিষয়বস্তুৰ বিশ্লেষণ ঃ

'কুৰিতে বুঢ়ী' বোলা দিন সাম্প্ৰতিক সময়ত অপ্ৰাসংগিক। বৰ্তমান অসমৰ প্ৰায়বোৰ অঞ্চলতে নাৰীয়ে পুৰুষৰ সমানে বিদ্যায়তনিক তথা বৃত্তিগত পেচাত জড়িত হৈ পৰিছে। ছোৱালী পুষ্পিতা হৈয়েই গৰ্ভধাৰণ কৰাৰ ক্ষমতা লাভ কৰে যদিও গৰ্ভৱতী হোৱাৰ বাবে দেহ আৰু মনৰ উপযুক্ত বিকাশ হোৱা দৰকাৰ। সেয়েহে অসম তথা ভাৰতবৰ্ষত ওঠৰ বছৰৰ আগত বিবাহ কাৰ্য আইনসন্মত নহয়। ''অপৈণত বয়সত মাতৃত্ব অৰ্জন কৰিলে তথা বেছিকৈ ল'ৰা-ছোৱালী জন্ম হোৱাৰ ফলত কম বয়সীয়া মাতৃগৰাকীৰ স্বাস্থ্যৰ অৱনতি হয়''[৩]। সেয়েহে 'কুৰিতে বুঢ়ী' বোলা অসমীয়া সমাজত প্ৰচলিত বাক্যাংশ বৰ্তমান অপ্ৰাসংগিক।

গৰ্ভধাৰণ কৰা গৰ্ভৱতী এগৰাকীক পাঁচমাহৰ পাছত শৰীৰত কেলচিয়াম, ভিটামিন আদিৰ ভালেখিনি দৰকাৰ। অসমীয়া সমাজত পঞ্চামৃত খুওৱাৰ যি লোকাচাৰ, তাত ঘি, দুগ্ধ, দৈ আদি গৰ্ভৱতীক খাবলৈ দিয়া হয়। লগতে নানা ফল-মূল, কাপোৰ-কানি উপহাৰ দি গৰ্ভৱতীক বিশেষভাৱে উৎসাহ যোগোৱা হয়। শাৰীৰিক অৱয়বৰ পৰিৱৰ্তনৰ এই সময়ছোৱাত গৰ্ভৱতী এগৰাকী মানসিক আৰু শাৰীৰিকভাৱে দুৰ্বল হৈ থকাটো স্বাভাৱিক। তেনে সময়ত আত্মীয়-স্বজনৰ সন্মিলিত প্ৰচেষ্টাত গঢ় লৈ উঠা এই লোকাচাৰে মানসিক, শাৰীৰিক উৎকৰ্ষ সাধনত ভালেখিনি ভূমিকা লয়।

গৰ্ভৱতী মহিলাৰ সাত মাহৰপৰা আত্মীয়-স্বজনে মিলি এসাজ খুওৱা নিয়ম। বিশেষকৈ নামনিৰ ফালে 'খুৱনি' অনুষ্ঠানটো সাতৰপৰা নমাহ পৰ্যন্ত চলি থাকে। ভ্ৰূণ বিকাশৰ বাবে প্ৰচুৰ পৰিমাণে কেলচিয়াম, প্ৰ'টিন, কাৰ্বহাইড্ৰেট, আইৰণ আদিৰ প্ৰয়োজন। 'খুৱনি'ৰ সময়ত গৰ্ভৱতীলৈ খুওৱাবলৈ অহা আত্মীয়ই কাপোৰ-কানি উপহাৰ স্বৰূপে লৈ অহা নিয়ম। এনে ক্ষেত্ৰত গৰ্ভৱতীয়ে সুন্দৰ আহাৰ গ্ৰহণ কৰাৰ সুযোগ পোৱাৰ উপৰি অকলশৰীয়া অনুভৱ নকৰি হাঁহি-ধেমালিৰে আত্মীয়ৰ সৈতে সময় পাৰ কৰিবলৈ সুযোগ পায়। সেয়েহে এই লোকাচাৰ আজিও প্ৰাসংগিক।

গৰ্ভৱতী মহিলাই আঠ মাহত পাকঘৰত সোমাব নাপায়। সেই সময়ত গৰ্ভৱতীক চুৱা জ্ঞান কৰা হয়। ''আঠমহীয়া গৰ্ভৱতীৰ গৰ্ভস্থ সন্তানটিৰ দৈহিক বিকাশ আঠ মাহত আটাইতকৈ বেছি হয়। এই সময়ত গৰ্ভৱতীক

আটাইতকৈ বেছি জিৰণিৰ প্ৰয়োজন হয়।''[৪] পাকঘৰত সোমাব নিদিয়া গৰ্ভৱতীয়ে এইকেইদিন ৰন্ধা-বঢ়াৰ পৰা নিজকে আঁতৰাই ৰাখি জিৰণি লোৱাৰ সুযোগ পায়। হয়তো এনে কাৰণতে এই লোকাচাৰ গঢ় লৈ উঠে।

গৰ্ভৱতী মহিলাই বেজী সূতা ব্যৱহাৰ কৰা নিষেধ। একেদৰে গাঁঠি দিয়া কাৰ্য, পাচলি ছিঙিব লোৱা আদি কাৰ্যৰপৰা আঁতৰত ৰখা হয়। যুক্তিনিষ্ঠভাৱে বিচাৰ কৰিলে এই লোকাচাৰৰ কোনো বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিভংগীৰে বিচাৰ সম্ভৱ নহয়। অৱশ্যে পাচলি আদি ছিঙিবলৈ যোৱা অৰ্থাৎ খেতিডৰালৈ যাওঁতে গৰ্ভৱতী অসাৱধানবশতঃ পিচলি পৰিব পাৰে, বেজীয়ে বিন্ধিব পাৰে আদি ভাবেৰেই হয়তো মহিলাগৰাকীক এইবোৰ কাৰ্যৰপৰা আঁতৰাই ৰখা হৈছিল।

গৰ্ভধাৰণৰ সৈতে জড়িত আন এটি লোকাচাৰ হৈছে প্ৰথম তিনিমাহ গৰ্ভাৱস্থাৰ খবৰ ৰাজহুৱা কৰা নহয়। এই লোকাচাৰৰ অন্তৰ্নিহিত যুক্তি বিচাৰ কৰি ক'ব পৰা যায় যে ''ভ্ৰূণ এটা মাতৃদেহত থিতাপি লৈ মাতৃদেহৰ পৰা খোৱা খাদ্য গ্ৰহণ কৰিবলৈ গঠন হোৱা প্লেচেণ্টা প্ৰথম তিনিমাহতহে গঠন হয়। বিভিন্ন কাৰণত তিনিমাহ সময়ৰ ভিতৰত ভ্ৰূণ এটা নষ্ট হৈ মাতৃদেহৰপৰা বিচ্ছিন্ন হ'ব পাৰে। তিনিমাহৰ পিছত গৰ্ভপাতৰ সম্ভাৱনা ভালেখিনি নাইকীয়া হয়''[৫]।

সন্তান ভূমিষ্ঠ হোৱাৰ পিছত টঙালেৰে নাড়ী কটা, সন্তানৰ প্ৰথম শৌচেৰে সন্তানৰ কপালত ফোট দিয়া, সন্তানৰ পৰা সৰি পৰা নাভিৰ নাড়ীৰ পানী সন্তানৰ অসুখ হ'লে খুওৱা আদি নিয়ম অসমীয়া সমাজত প্ৰচলিত; কিন্তু আজিৰ যুগত এইবোৰ কেৱল অপ্ৰাসংগিকেই নহয়, বহু ক্ষতিকাৰকো। এনে ভ্ৰান্ত ধাৰণা আনকি নিৰক্ষৰ গাঁৱলীয়া সমাজৰ উপৰি বহু উচ্চ শিক্ষিত পৰিয়ালৰ মাজতো দেখা যায়। তাৰ পৰিৱৰ্তে গৰ্ভৱতী আৰু ভূমিষ্ঠ সন্তান উভয়কে চাফ-চিকুণকৈ ৰাখি চিকিৎসকৰ পৰামৰ্শমতে চিকিৎসা গ্ৰহণ কৰা উচিত।

অসমীয়া সমাজত বছৰ বছৰ ধৰি চলি অহা পৰম্পৰা অনুসৰি সন্তান জন্ম দিয়া প্ৰসূতিগৰাকীক অতি কম পৰিমাণে খাদ্য যোগান ধৰা হয়। শোৱাপাটী মাটিত দিয়া হয় আৰু মাতৃ আৰু প্ৰসূতিক চুৱা বা অস্পৃশ্য জ্ঞান কৰা হয় কিন্তু এনে লোকাচাৰ ভিত্তিহীন, ক্ষতিকাৰক। সন্তান জন্ম দিয়া প্ৰসূতিগৰাকীক প্ৰচুৰ পৰিমাণে খাদ্য আৰু সংগ দিয়াহে উচিত। দুগ্ধ পান কৰোৱা মাতৃ গৰাকীয়ে উপযুক্ত খাদ্য খালেহে শিশুটিয়ে উপযুক্ত পৰিমাণে গাখীৰ পান কৰিব পায়।

বৰ্তমান প্ৰতিযোগিতাৰ যুগত পুৰুষৰ সমানেই মহিলাসকল বৃত্তিগতভাৱে জড়িত হৈ পৰিছে। এটা উপযুক্ত কেৰিয়াৰ গঢ় লৈ কৰ্মজীৱনত ব্যস্ত হৈ পৰোঁতে মহিলাসকলে জীৱনৰ ত্ৰিশ-পঁয়ত্ৰিশ বছৰ অতিক্ৰম কৰে। এই সময়ছোৱাত গৰ্ভধাৰণৰ ক্ষমতা লাহে লাহে কমি আহিবলৈ আৰম্ভ কৰে। চিকিৎসকৰ মতে সেয়েহে পঁয়ত্ৰিশ বছৰৰ আগতেই গৰ্ভধাৰণ কৰিবলৈ চেষ্টা কৰা উচিত। আজিকালি কৃত্ৰিম পদ্ধতি যেনে IUI, IVF আদিৰেও সন্তান প্ৰাপ্তি কৰিব পাৰে।

কৰ্মময় জীৱনত ব্যস্ত আজিৰ মহিলা ডিপ্ৰেশ্বন বা অত্যধিক মানসিক চাপত জীৱন অতিবাহিত কৰিব লগীয়া হৈছে। সন্তান প্ৰাপ্তিৰ ক্ষেত্ৰত ইয়ো বাধা হৈ দেখা দিয়ে। অসমীয়া সমাজত প্ৰচলিত নানা উৎসৱ-অনুষ্ঠানত মহিলাসকলৰ অংশগ্ৰহণে তেওঁলোকৰ মাজত আধ্যাত্মিক দিশটো সজীৱ কৰি ৰাখে। ''আধ্যাত্মিকতা সুস্বাস্থ্য ৰক্ষাত অতিকৈ প্ৰয়োজনীয়। মন-মগজু স্থিৰে নাথাকিলে অৰ্থাৎ মানসিক স্বাস্থ্যৰ যত্ন নহ'লে শাৰীৰিক

স্বাস্থ্যৰ উন্নতি অসম্ভৱ। সেয়েহে আধ্যাত্মিক আচৰণ এটা সুস্থ জীৱন যাপন কৰিবলৈ অতিকৈ প্ৰয়োজন।"[৬] অসমৰ মহিলাসকলে লোকধৰ্মত জন্মাষ্টমী, শিৱৰাত্ৰি, লক্ষ্মীপূজা, শাওণৰ সোমবাৰ, পূৰ্ণিমা, অমাৱস্যা আদিত নানা ব্ৰত পালন কৰে। মাহেকীয়াৰ তিনিদিন বা চাৰিদিন পাছতো ব্ৰত পালন কৰি অহা দেখা যায়। সন্তানহীন মহিলাই জন্মাষ্টমী বা পচেতিৰ সময়ত কেঁচুৱাৰূপী কৃষ্ণৰ পুতলা কোলাত নিচুকালে সন্তান প্ৰাপ্তি হয় বুলি বিশ্বাস। একেদৰে জগন্নাথ মন্দিৰ, বাৰগোপাল থান আদিত সেৱা ল'লে সন্তান প্ৰাপ্তি হয় বুলি ধাৰণা। এইবোৰৰ কোনো বৈজ্ঞানিক পোনপটীয়া কাৰণ বিশ্লেষণ সম্ভৱ নহয়; কিন্তু প্ৰসূতি বিশেষজ্ঞৰ মতেও এইবোৰে আধ্যাত্মিক স্থিৰতা আনি মনত শান্তি দিয়ে, যি মানসিক স্বাস্থ্যৰ বাবে অতিকৈ প্ৰয়োজন। "বিজ্ঞানে মানুহক যিমান সন্তুষ্টি দিব পাৰে অনুভূতি দিব নোৱাৰে।"[৭]

সন্তানৰ মংগল কামনা কৰি গৰ্ভৱতী মহিলা অথবা সন্তানৰ পিতৃয়ে সন্তান ভূমিষ্ঠ নোহোৱালৈ মৃতকৰ কোনো অনুষ্ঠানতে ভাগ নলয়। ইয়াৰ অন্তৰালত বৈজ্ঞানিক যুক্তি বিচাৰ কৰিব পাৰি। এনে মহিলা সুখত থকা দৰকাৰ। মৃতকৰ অনুষ্ঠানত কন্দা-কটা পৰিবেশত যাতে গৰ্ভৱতীয়ে মনোকষ্ট নাপায়, সেয়েহে হয়তো পৰম্পৰাগতভাৱেই এই লোকাচাৰ গঢ় লৈ উঠিছে। একেদৰে এই সময়ছোৱাত গৰ্ভৱতী মহিলা অথবা হ'বলগীয়া পিতৃয়ে কোনো জীৱ হত্যা কৰিব নাপায়। জীৱ হত্যাই মানসিক অশান্তি দিব পাৰে। এনে অৱস্থাত নাৰীদেহত মাতৃত্বৰ ভাব জাগি অনবৰতেই অধিক আকুল হৈ থাকে। সেয়েহে হয়তো এনেবোৰ লোকাচাৰ গঢ় লৈ উঠিল।

নৱজাতকক ল'বলৈ ন-কাপোৰ (অনাকাটা) আগতীয়াকৈ যোগাৰ কৰি থোৱা হয়। নতুন কাপোৰে চাফ-চিকুণৰ কথা সোঁৱৰাই দিয়ে। ডিমাচাসকলে সন্তান প্ৰসৱ কৰাৰ পিছত যন্ত্ৰণা লাঘৱ কৰিবলৈ পেনমাটি পিতলৰ গিলাচত ভৰাই গৰম কৰি তাৰ সেক দিয়ে। সন্তান জন্মৰ পাছত নিমখ, মাছ, জ্বালাবতা আদি দিয়া লোকাচাৰ অসমীয়া সমাজত আছে। এই ক্ষেত্ৰত নিজ আনন্দ প্ৰকাশৰ ই যেন এটা মাধ্যমহে। একেদৰে পূৰ্বতে জন্মৰ পিছতেই নৱজাতকৰ চুলি খুৰাই অশৌচ বা চুৱা খেদোৱা হৈছিল। আজিকালি এই লোকাচাৰ প্ৰায় নোহোৱা হৈছে। ডাক্তৰৰ পৰামৰ্শ মতেহে কেঁচুৱাৰ চুলি খুৰোৱা উচিত। কেঁচুৱাক কুনজাৰৰপৰা ৰক্ষা পোৱাবলৈ ক'লা ফোট, ক'লা জৰী আদি গাঠি দিয়ে। ইয়াৰ অন্তৰালত বৈজ্ঞানিক ভিত্তি নাই।

এনেদৰে বিশ্লেষণ কৰিলে দেখা যায় গৰ্ভধাৰণ আৰু গৰ্ভৱতীৰ স্বাস্থ্য, নৱজাতকৰ সৈতে ভালেমান লোকাচাৰ অসমীয়া সমাজত বৰ্তি আছে।

সিদ্ধান্ত ঃ

অসমীয়া সমাজত মানি অহা লোকাচাৰবোৰৰ কিছুসংখ্যক লোকাচাৰ ইতিবাচক। বিশেষকৈ গৰ্ভৱতী মহিলাৰ ইচ্ছানুসাৰে খোৱা-লোৱাৰ অনুষ্ঠান অনুষ্ঠিত কৰা জটিল কামৰপৰা ৰেহাই দিয়া আদি লোকাচাৰসমূহ প্ৰাসংগিক। মানসিক স্বাস্থ্যৰ উৎকৰ্ষ সাধনৰ হেতু লোৱা আধ্যাত্মিক কাৰুকাৰ্য বা লোকাচাৰসমূহে মহিলা গৰাকীক আত্মবিশ্বাস দিয়ে।

আনহাতে কেঁচুৱাৰ নাড়ী চোঁচ বা টঙালেৰে কটা, প্ৰথম শৌচৰ ফোট দিয়া, প্ৰথম মাতৃদুগ্ধ পানৰপৰা আঁতৰাই ৰখা, প্ৰসূতিগৰাকীক মাছ-মাংস বা উপযুক্ত খাদ্য গ্ৰহণৰপৰা আঁতৰাই ৰখা আদি লোকাচাৰসমূহ বৰ্তমান সময়ত অপ্ৰাসংগিক। এইবোৰে মাতৃ আৰু শিশু উভয়ৰে ক্ষতি সাধন কৰে।

গৰ্ভৱতী মহিলাগৰাকীয়ে অকলশৰীয়া অনুভৱ নকৰিবলৈ আত্মীয়-স্বজনে নানা অনুষ্ঠানৰ অজুহাতত আহি সংগ দিয়া কাৰ্য স্বীকাৰ্য। অৱশ্যে প্ৰসূতিগৰাকীয়ে যাতে উপযুক্ত পৰিমাণে জিৰণি পায় তালৈ মন দিয়া উচিত। উপযুক্ত বয়সতহে বিবাহ হোৱা আৰু মাতৃত্ব অৰ্জন কৰা দৰকাৰ।

সামৰণি ঃ

গৱেষণাপত্ৰত উল্লেখ কৰাৰ উপৰি অসমীয়া সমাজত কেঁচুৱা ওমলাবলৈ নিচুকনি গীত, জেউৰাৰ সময়ত গোৱা গীত আদি ভালেসংখ্যক লোকগীত আছে। সেইবোৰ আলোচনাৰ আওতালৈ অনা হোৱা নাই। গৱেষণাপত্ৰখনত কেৱল গৰ্ভৱতী মহিলাৰ মানসিক আৰু শাৰীৰিক বিকাশৰ বাবে লোকাচাৰৰ গুৰুত্বকহে স্থান দিয়া হৈছে। বৰ্তমানৰ সন্তানপ্ৰাপ্তিৰ ক্ষেত্ৰত বাধা হিচাপে দেখা দিয়া বৰ্দ্ধিত বয়স, মানসিক অশান্তি, অস্বাস্থ্যকৰ খাদ্যাভ্যাস, কম শাৰীৰিক পৰিশ্ৰমৰ বিপৰীতে এটি সুস্থ সন্তানৰ কামনাৰে নাৰীসকলে উপযুক্ত বয়সত সন্তান জন্ম দিয়া পৰিকল্পনা, অসমীয়া থলুৱা খাদ্য গ্ৰহণৰ অভ্যাস, পৰম্পৰাগত খেল-ধেমালি বা যোগাসন, আধ্যাত্মিক আচৰণত ব্ৰতী হোৱাত মনোনিৱেশ কৰা উচিত। কিয়নো সন্তান-মাতৃৰ মৰমৰ এনাজৰীডাল যান্ত্ৰিকতাৰ আহ্বানত হেৰাই যাবলৈ দিয়া উচিত নহয়।

প্ৰসংগ সূত্ৰ ঃ

[১] নবীন শৰ্মা, লোক সংস্কৃতি, পৃ. ২১।

[২] উপেন ৰাভা হাকাচাম, বৰ অসমৰ বৰ্ণিল সংস্কৃতি, পৃ. ১৭।

[৩] সংবাদ ঃ শ্ৰুতিলেখা ডেকা (ব্যক্তিগত সাক্ষাৎকাৰ) কমিউনিটি হেলথ- অফিচাৰ, সাগৰকুছি হেলথ্ এণ্ড ৱেলনেছ চেণ্টাৰ, ২৭ অক্টোবৰ, ২০২৩।

[৪] সংবাদ ঃ দেৱব্ৰত শৰ্মা, (ব্যক্তিগত সাক্ষাৎকাৰ) চিকিৎসক, ডিফু মেডিকেল কলেজ, ১৪ এপ্ৰিল, ২০২৩।

[৫] সংবাদ ঃ গোপাল কলিতা, (ব্যক্তিগত সাক্ষাৎকাৰ) প্ৰসূতি বিভাগৰ চিকিৎসক। নলবাৰী মেটাৰনিটি হাস্পাতাল, ২৭ ফেব্ৰুৱাৰী।

[৬] হিতেন কলিতা (ব্যক্তিগত সাক্ষাৎকাৰ) সদৌ অসম লেখিকা সমাৰোহ সমিতিৰ ৰূপালী জয়ন্তীৰ সামৰণি অনুষ্ঠানৰ ভাষণ, ৫ জানুৱাৰী, ২০২২।

[৭] প্ৰা গু ক্ত।

সহায়ক গ্ৰন্থপঞ্জী ঃ

পাটৰ, পদ্ম (সম্পা.)। জনজাতি সমাজ সংস্কৃতি। ৩য় প্ৰকাশ। গুৱাহাটী ঃ ৰিংচাং পাব্লিকেশন, ২০১৩। মুদ্ৰিত।

বৰুৱা, বিৰিঞ্চি কুমাৰ। অসমৰ লোক-সংস্কৃতি। ২য় প্ৰকাশ। গুৱাহাটী ঃ বীণা লাইব্ৰেৰী, ১৯৮৫। মুদ্ৰিত।

শৰ্মা, নবীন চন্দ্ৰ। লোক-সংস্কৃতি। ৪ৰ্থ সংস্কৰণ। গুৱাহাটী ঃ চন্দ্ৰ প্ৰকাশ, ২০১৯। মুদ্ৰিত।

হাকাচাম, উপেন ৰাভা, বৰ অসমৰ বৰ্ণিল সংস্কৃতি। গুৱাহাটী ঃ বীণা লাইব্ৰেৰী, ২০০৮। মুদ্ৰিত।