

सोशल मीडिया के माध्यम से विधवा महिलाओं का सशक्तिकरण

देवेन्द्र कुमार,

रिसर्च स्कॉलर,

समाजशास्त्र विभाग लखनऊ विश्वविद्यालय,
लखनऊ।

प्रो. ध्रुव कुमार त्रिपाठी,

समाजशास्त्र विभाग,

विद्यांत हिन्दू पी.जी. कॉलेज, लखनऊ विश्वविद्यालय,
लखनऊ।

सारांश

वर्तमान युग सूचना और संचार प्रौद्योगिकी का युग है, जहाँ सोशल मीडिया समाज के हर वर्ग तक पहुँच बनाकर सामाजिक परिवर्तन का प्रभावी माध्यम बन चुका है। विधवा महिलाएँ, जो लंबे समय से सामाजिक बहिष्कार, आर्थिक निर्भरता और मानसिक अवसाद का सामना करती रही हैं, अब सोशल मीडिया के माध्यम से अपनी पहचान, आवाज़ और अधिकार प्राप्त करने की दिशा में अग्रसर हो रही हैं। यह शोध पत्र सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म—जैसे फेसबुक, यूट्यूब, इंस्टाग्राम, एक्स (पूर्व ट्विटर), और व्हाट्सएप—के माध्यम से विधवा महिलाओं के सशक्तिकरण की प्रक्रिया, उसके प्रभाव और सीमाओं का अध्ययन प्रस्तुत करता है। शोध का उद्देश्य यह विश्लेषण करना है कि कैसे सोशल मीडिया विधवा महिलाओं के लिए आत्म-अभिव्यक्ति, सामुदायिक सहयोग, और आर्थिक आत्मनिर्भरता का माध्यम बन रहा है।

मुख्य शब्द:- विधवा महिलाएँ, सोशल मीडिया, सशक्तिकरण, डिजिटल साक्षरता।

परिचय

भारतीय समाज में विधवा महिलाओं की स्थिति लंबे समय से एक संवेदनशील सामाजिक प्रश्न रही है। पारंपरिक मान्यताओं और रूढ़ियों ने उन्हें समाज के मुख्यधारा से अलग कर दिया। “विधवा” शब्द अपने आप में एक सामाजिक कलंक के रूप में देखा जाने लगा। उन्हें शुभ अवसरों में भाग लेने से रोका गया, रंगीन वस्त्र पहनने या पुनर्विवाह की अनुमति नहीं दी गई। परंतु 21वीं सदी में तकनीकी क्रांति और डिजिटल साक्षरता ने इस तस्वीर को बदलने का मार्ग प्रशस्त किया। सोशल मीडिया एक ऐसा लोकतांत्रिक मंच है जहाँ कोई भी व्यक्ति अपनी बात कह सकता है, अपनी कहानी साझा कर सकता है, और समान अनुभवों वाले लोगों से जुड़ सकता है। इसी माध्यम से विधवा महिलाएँ भी अब अपनी आवाज़ उठा रही हैं, सहयोग समूह बना रही हैं और समाज में नई पहचान बना रही हैं। कई अध्ययनों ने विधवा महिलाओं की सामाजिक स्थिति और उनके पुनर्वास पर ध्यान केंद्रित किया है। डॉ. सुधा सिंह (2018) के अध्ययन में कहा गया कि “डिजिटल प्लेटफॉर्म ने विधवाओं को नई सामाजिक पहचान दी है।” इसी तरह, यूनेस्को (2020) की एक रिपोर्ट में बताया गया कि भारत में 70 प्रतिशत से अधिक विधवा महिलाएँ इंटरनेट उपयोग में रुचि ले रही हैं, विशेषकर समूह-आधारित शिक्षा और रोजगार अवसरों के लिए। एनजीओ “गुलाबी शक्ति” और

“वीडो एम्पावर इंडिया” जैसे संगठन फेसबुक और यूट्यूब के माध्यम से प्रशिक्षण कार्यक्रम चला रहे हैं, जिससे विधवा महिलाएँ स्वरोजगार में आगे बढ़ रही हैं। विधवा होना ही एक अभिशाप है परन्तु एक कटु सत्य भी है कारण प्राकृतिक हो या मानव जनित। घटनाएँ शाश्वत रूप से होती आई हैं। प्राचीन काल से वैदिक काल सहित आज तक विधवाओं की प्रस्थिति में कोई क्रान्तिकारी परिवर्तन नहीं आया है। सरकार की अनेक योजनाएँ, स्वयंसेवी संस्थाओं का प्रयास निरन्तर सशक्तिकरण के लिए चल रहा है। यह कहना समीचीन होगा कि मीडिया इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स, सोशल मीडिया सहित संचार के अनेक साधनों ने समाज के सामने विधवाओं की समस्याओं एवं लाचारी बेबसी समाज के सामने रेखांकित किया है। हमारे नीति नियंता एवं सरकारों ने मीडिया की आवाज के आलोक में विधवाओं की प्रस्थिति एवं जीवन स्तर को ऊँचा उठाने के लिए निरन्तर प्रयत्न कर रही है। इस विषय पर अभी तक कोई ठोस एवं सारगर्भित अनुसंधान नहीं प्रकाश में आया है। वैसे विधवाओं पर अनेक शोध हुए हैं, लेकिन किसी महिला के पति के मर जाने के बाद उसके दर्द वेदना एवं मर्म को समझ पाना कदाचित संभव नहीं लगता है। सब कुछ उजड़ जाने का गम इतना अंतरिकृत रहता है कि वह शब्दों में व्यक्त कर पाना संभव नहीं है। आप कल्पना करें कि विषय कितना गंभीर है, चुनौती भरा है। एक शोधार्थी को भावनात्मक, विचारात्मक, प्रेरणात्मक, सहयोगात्मक दिगदर्शों के सहारे किसी महिला की वेदना को एवं

वास्तविक सोच को प्राप्त करने में सहायता मिलेगी। पिछले दिनों सोशल मीडिया के प्रयोग द्वारा विधवा महिलाओं द्वारा बड़े निर्भिकता से अपने विचारों, भावनाओं को व्यक्त किया गया। सोशल मीडिया, प्रिंट मीडिया, इलेक्ट्रॉनिक मीडिया ने महिलाओं की प्रस्थिति में आमूलचूल परिवर्तन लाया है। हमें ही नहीं समाज को भी यह जानने का हक है कि हमारे समाज की विधवाओं के समक्ष कौन सी साहूलियत चुनौतियां विधवा होते ही उनके समक्ष कई तरह कठिनाईयां एवं चुनौतियां आती है। इन चुनौतियों से निपटने के लिए प्रारम्भ से ही प्रयास किए जाते रहे है। आधुनिक समय में ईश्वर चन्द्र विद्यासागर, डी के कार्वे, स्वामी सहजानन्द, राजा राम मोहन राय, आदि का नाम इन प्रयासों के लिए उल्लेखनीय है। विधवाओं के लिए सतीप्रथा एक अमानवीय कुप्रथा थी, जिसको समाप्त करने के लिए राजा राम मोहन राय ने लार्ड विलियम बैंकिट के मदद से 1928 में कानून बनवाया। वर्तमान में विधवाओं के लिए कई कानूनी प्रवाधान किए गए है।

हिन्दू विधवा पुनर्विवाह अधिनियम 1956, हिन्दू उत्तराधिकार अधिनियम 1956, सती निरोध अधिनियम 1987, आदि भारत में सती होने का आखिरी मामला राजस्थान की रूप कंवर का है जो 1987 की घटना है। वर्तमान में विश्व में 245 मिलियन (2015) विधवाएं है जिनमें 2010 में चीन में सर्वाधिक विधवाएं एवं दूसरे स्थान पर भारत में विधवाओं की संख्या थी परन्तु 2015 में परिदृश्य बदल गया है और विश्व की सर्वाधिक विधवाएं 46.5 मिलियन भारत में है और इसके बाद 44.5 मिलियन चीन में 2023 में भारत में अनुमानित विधवाओं की संख्या 55 मिलियन है जो कि विश्व के कई देशों की कुल जनसंख्या से ज्यादा है। इस स्थिति में अपरिहार्य है कि इस मुद्दे विचार-विमर्श किया जाए तथा उनके कल्याण के लिए जो अधिकतम संभव है वह किया जाना चाहिए। गुजरात में विधवाओं के जीवन का अध्ययन किया है कि विधवा के जीवन में क्या-क्या कठिनाईयां आती है। प्रथाओं के नाम पर उसको क्या-क्या प्रतिबंध लगाए जाते है एवं मानसिक और वित्तीय कठिनाईयों का सामना करना पड़ता है (दवे, रजल 2020)। सरकारों के द्वारा विभिन्न प्रकार के कल्याणकारी कार्यक्रम विधवा महिलाओं के लिए चलाए जाते है परन्तु विधवा महिलाओं के जीवन में समस्याओं का पूर्ण समाधान नहीं हो पा रहा है। इसका प्रमुख कारण है कि विधवा महिलाओं का शिक्षा का स्तर कम पाया गया है। शिक्षित और अशिक्षित या कम शिक्षित महिलाओं के समक्ष आने वाली चुनौतियों में भेद है, शिक्षित विधवा अपने अधिकारों योजनाओं को जानने एवं योजनाओं का लाभ लेने में होने वाली प्रक्रियाओं को समक्ष एवं पूर्ण कर सकती है। भारत में विधवाओं साथ किस प्रकार की हिंसा होती है तथा यह पाया है कि वैदिक काल में महिलाओं को अधिक स्वायत्तता प्राप्त थी। वह पुन विवाह कर सकती थी, यह नियोग प्रथा के द्वारा बच्चे को जन्म दे सकती थी परन्तु वैदिक काल के बाद मनुस्मृति

काल में महिलाओं पर क्या-क्या प्रतिबंध लगा दिए गए उनको प्रथाओं के नाम पर समाज की स्थिरता के नाम पर कई तरह के प्रतिबंध लगा दिए गए (सुन्दरम, रसिका 2021)। भारत में वैधव्य पर मनुस्मृति व्यवस्था दी कि एक धर्मी पत्नी वह है जो अपने पति की मृत्यु के बाद भी लगातार पवित्र रहती है और स्वर्ग पहुचती है भले ही उसका कोई बेटा न हो। इस काल में विधवा को ही अपने पति की मृत्यु के लिए जिम्मेदार पाया गया क्योंकि यह उसके पूर्वजन्म के बुरे कर्मों का फल है। मान्यता यहा तक है कि विधवा स्त्री की छाया भी विनाशकारी है इसी कारण उसे सार्वजनिक या मांगलिक उत्सवों से दूर रख जाता है तथा वह किसी प्रकार से बाधा न उत्पन्न करें इसके लिए उसको सारे सुख सुविधाओं से वंचित रखा जाता है यहां तक कि उसके भोजन को भी इस प्रकार नियमित किया जाता है कि वह शारीरिक और मानसिक रूप से कमजोर हो जाती हैं (वर्मा, शिवालिका 2020)।

अध्ययन का महत्व

यह शोध न केवल समाज में विधवा महिलाओं की स्थिति को समझने में सहायक है, बल्कि यह यह भी दर्शाता है कि किस प्रकार डिजिटल माध्यम सामाजिक परिवर्तन के साधन बन सकते हैं। इस विषय पर अकादमिक साहित्य अभी सीमित है, इसलिए यह अध्ययन सामाजिक नीति निर्माण में उपयोगी हो सकता है।

शोध के उद्देश्य

1. सोशल मीडिया की भूमिका का विश्लेषण करना कि यह विधवा महिलाओं के सशक्तिकरण में कैसे सहायक है।
2. यह समझना कि सोशल मीडिया के माध्यम से विधवा महिलाएँ किस प्रकार सामाजिक और आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बन रही हैं।

अनुसंधान पद्धति

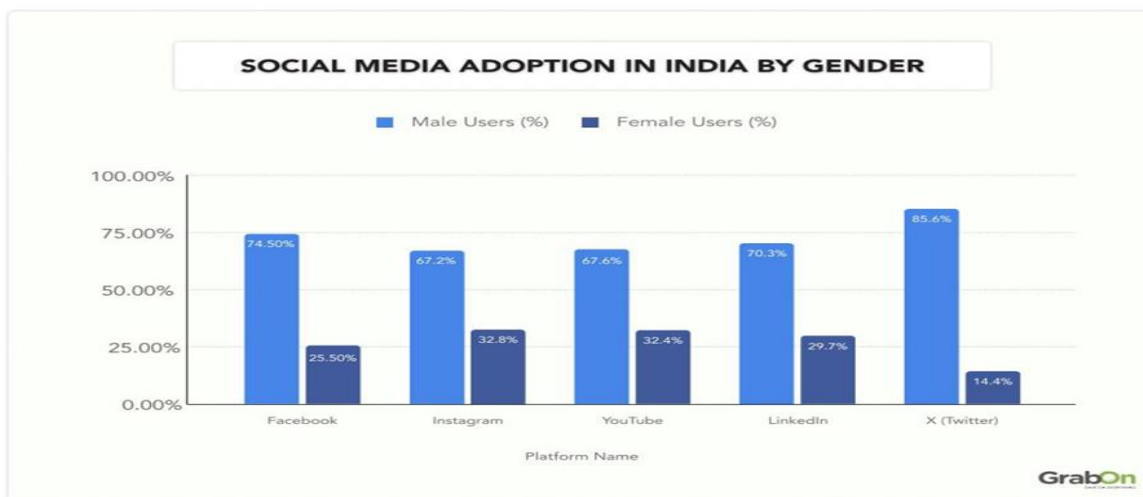
यह शोध वर्णनात्मक पद्धति पर आधारित है, और तथ्यों का संकलन द्वितीयक स्रोतों जैसे- सोशल मीडिया पोस्ट, ऑनलाइन लेख, सरकारी रिपोर्ट, और एनजीओ द्वारा प्रकाशित रिपोर्टों एवं डेटा का विश्लेषण गुणात्मक पद्धति से किया गया ताकि अनुभवों और कथाओं के आधार पर निष्कर्ष निकाला जा सके।

परिणाम एवं चर्चा

सशक्तिकरण का अर्थ केवल आर्थिक स्वतंत्रता नहीं, बल्कि आत्मविश्वास, सामाजिक भागीदारी और निर्णय लेने की क्षमता से भी है। सोशल मीडिया ने इन सभी पहलुओं को विधवा महिलाओं के जीवन में

स्थान दिया है। पहले जो महिलाएँ अपने अनुभवों को दबाकर रखती थीं, अब ब्लॉग, वीडियो, और सोशल मीडिया पोस्ट के माध्यम से अपनी कहानियाँ साझा कर रही हैं। उदाहरण के लिए, “विधवा संवाद मंच” नामक फेसबुक ग्रुप में हजारों महिलाएँ जुड़ी हैं जो अपने अनुभव साझा

करती हैं, कानूनी सहायता मांगती हैं और एक-दूसरे को मानसिक समर्थन देती हैं। सोशल मीडिया ने विधवा महिलाओं के बीच सामुदायिक भावना को मजबूत किया है। भारत में जेंडर के आधार पर सोशल मीडिया का उपयोग निम्नांकित ग्राफ में प्रदर्शित है:-



ग्रेब ऑन संस्था के 2023 के आंकड़ों के अनुसार भारत में सोशल मीडिया यूजर्स की जनसंख्या 86 करोड़ 20 लाख में से 31.4 प्रतिशत महिलाएँ सोशल मीडिया का प्रयोग करती हैं। इसमें भी सर्वाधिक 32.8 प्रतिशत इंस्टाग्राम, 32.4 प्रतिशत यूट्यूब, 29.7 प्रतिशत लिंकडइन, 25.5 प्रतिशत, फेसबुक, 14.4 प्रतिशत एक्स आदि का प्रयोग करती हैं। सोशल मीडिया ऐसा मंच है जो समाज को आभासी तथा वास्तविक समुदायों में विभाजित कर संयोजक का कार्य करता है, उपयोगकर्ताओं के विशेष विचारों, टिप्पणी, वीडियो, फोटो को पोस्ट या शेयर करके अनुमानों, परिकल्पना एवं संभाव्य दृश्यों के द्वारा सामाजिक स्वीकृति के लिए उत्प्रेरित करने वाला मंच है। वर्तमान में शिक्षा स्वास्थ्य, रोजगार, सामाजिक एकीकरण, सामुदायिक अभियान, विज्ञापन एवं पारिवारिक संगठन के विविध पक्षों का सशक्त माध्यम बन गया है। सोशल मीडिया विचार व अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता के लिए विश्वस्तरीय साधन है जिससे पुरुषों की अपेक्षा महिलाएँ सर्वाधिक प्रभावित हुई हैं। महिलाओं ने विश्व स्तरीय मंच से स्थानीय मुद्दों को विश्व पटल पर मुखरित कर जन आंदोलन में बदल दिया। परंपरागत पितृ प्रधान समाज में महिलाओं को घरेलू कार्य, चारदिवारी तक सीमित कर सामाजिक-सांस्कृतिक प्रतिबंधों के माध्यम से उनकी अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता पर अंकुश लगाकर विकास को सीमित कर दिया गया। वर्तमान में तकनीकी विकास इंटरनेट एवं सोशल मीडिया ने महिलाओं की आवाज एवं अभिव्यक्ति को आभासी दुनिया के समक्ष सार्वजनिक करने का सशक्त

मंच प्रदान किया। जहां महिलाएँ अपनी पसंद-नापसंद, कार्य-कौशल अभिरुचि, विशिष्ट गुणों को स्वतंत्र रूप से समाज के समक्ष प्रस्तुत कर आत्मविश्वास अभिवृद्धि, स्वाभिमानी जीवनशैली, आर्थिक उन्नयन की ओर अग्रसर हैं। परंतु आज भी भारत जैसे देश में ग्रामीण जनसंख्या की बहुलता, डिजिटल साक्षरता की कमी, तकनीकी जोखिम के ज्ञान का अभाव, साइबर अपराध, जैसी नकारात्मक घटनाएँ सर्वाधिक महिलाओं को ही प्रभावित कर रही हैं। भारत जैसे सामाजिक सांस्कृतिक विविधताओं से परिपूर्ण देश में निर्धनता भाषा भेद जैसी कुछ बाधाएँ भी हैं जिनके कारण सभी वर्गों के लिए सूचना व संचार तकनीकी सामान्य नहीं है। आज के समय में विधवा महिलाएँ व्हाट्सएप ग्रुप और ऑनलाइन फोरम के माध्यम से वे रोजगार के अवसर, सरकारी योजनाओं की जानकारी और आत्मरक्षा प्रशिक्षण की जानकारी साझा करती हैं। इससे अलगाव और अकेलेपन की भावना कम होती है। आर्थिक सशक्तिकरण इंस्टाग्राम और यूट्यूब जैसे प्लेटफॉर्मों के माध्यम से विधवा महिलाएँ घरेलू उत्पाद, सिलाई, हस्तशिल्प और ऑनलाइन शिक्षण जैसी गतिविधियों से आय अर्जित कर रही हैं। सामाजिक जागरूकता में सोशल मीडिया ने विधवा महिलाओं को यह एहसास कराया कि वे अकेली नहीं हैं। समान परिस्थितियों से गुजर रही अन्य महिलाओं से संवाद कर वे आत्मबल प्राप्त करती हैं। कई प्लेटफॉर्म पर विधवा महिलाओं ने अपनी पहचान “सामाजिक कार्यकर्ता” या “सिंगल वूमन लीडर” के रूप में बनाई है। आत्मविश्वास और मानसिक

सशक्तिकरण में विधवा महिलाएँ अपने अनुभव साझा करती हैं और समाज से सकारात्मक प्रतिक्रिया प्राप्त करती हैं, तो उसमें आत्मविश्वास बढ़ता है। मानसिक तनाव कम होता है और सामाजिक संवाद बढ़ता है। आर्थिक स्वतंत्रता में विधवा महिलाओं ने डिजिटल प्लेटफॉर्म पर कई विधवा महिलाएँ ऑनलाइन उत्पाद बेचकर, वीडियो बनाकर या छोटे व्यवसाय चला कर आर्थिक रूप से सक्षम हो रही हैं। सोशल मीडिया मार्केटिंग और ऑनलाइन ट्रेनिंग ने उनके लिए रोजगार के नए अवसर खोले हैं। नीतिगत भागीदारी में विधवा महिलाओं ने सोशल मीडिया के जरिए कई विधवा महिलाएँ सरकार और समाज के समक्ष अपनी माँगें रख रही हैं — जैसे विधवा पेंशन बढ़ाने, शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधा में सुधार की माँगें। कुछ ने डिजिटल अभियानों के माध्यम से समाज में विधवा पुनर्विवाह के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण फैलाया है। आज के समय में विधवा महिलाओं की सामाजिक प्रस्थिति एवं सामाजिक कलंक में सोशल मीडिया ने महत्वपूर्ण भागीदारी निभाने की दिशा में कार्य किया जिसके कारण वे खुद को समाज के “अलग” वर्ग से बाहर निकाल पायी, उनके प्रति सामाजिक दृष्टिकोण में भी धीरे-धीरे परिवर्तन देखने को मिलता है। डिजिटल मार्केटिंग और ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म ने उन्हें आत्मनिर्भर बनाया है। शिक्षा और डिजिटल साक्षरता कई एनजीओ और सरकारी संस्थान डिजिटल साक्षरता प्रशिक्षण देकर विधवा महिलाओं को सोशल मीडिया का प्रभावी उपयोग सिखा रहे हैं। इससे वे समाज में सम्मानपूर्वक अपनी जगह बना रही हैं। यद्यपि सोशल मीडिया सशक्तिकरण का माध्यम बना है, परंतु इसके साथ कुछ नकारात्मक पक्ष भी हैं—जैसे ऑनलाइन उत्पीड़न, ट्रोलिंग, गलत जानकारी और डिजिटल सुरक्षा की कमी। कई बार महिलाएँ सामाजिक आलोचना का भी सामना करती हैं जब वे खुलकर अपनी बात रखती हैं।

निष्कर्ष

सोशल मीडिया ने विधवा महिलाओं के जीवन में क्रांतिकारी परिवर्तन लाया है। जहाँ पहले वे समाज के हाशिए पर थीं, अब वे ऑनलाइन मंचों पर अपनी आवाज बुलंद कर रही हैं। डिजिटल मंचों ने उन्हें सामाजिक समर्थन, रोजगार और आत्मविश्वास प्रदान किया है। यद्यपि चुनौतियाँ मौजूद हैं, परंतु यह माध्यम विधवा महिलाओं के लिए आत्म-सम्मान और सशक्तिकरण का सशक्त मार्ग बन चुका है। सोशल मीडिया विधवा महिलाओं के लिए आत्म-अभिव्यक्ति का मंच बन गया है। कई एनजीओ और समुदाय ऑनलाइन समूह बनाकर विधवा महिलाओं को प्रशिक्षण और आर्थिक सहायता प्रदान कर रहे हैं। सोशल मीडिया के माध्यम से विधवा महिलाओं ने सामाजिक जागरूकता और आत्म-सम्मान में वृद्धि

की है। फिर भी ग्रामीण क्षेत्रों में इंटरनेट पहुँच की कमी और डिजिटल साक्षरता की कमी बड़ी बाधा है। साइबर सुरक्षा और मानसिक उत्पीड़न की समस्याएँ विधवा महिलाओं के ऑनलाइन अनुभव को प्रभावित करती हैं। निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि सोशल मीडिया विधवा महिलाओं के लिए न केवल संवाद का माध्यम बना है, बल्कि आत्मनिर्भरता और पहचान का सशक्त उपकरण सिद्ध हुआ है। सोशल मीडिया विधवा महिलाओं के सशक्तिकरण का एक नया आयाम प्रस्तुत करता है। यह न केवल उनकी आवाज को समाज तक पहुँचाता है, बल्कि उन्हें आत्मनिर्भर और जागरूक नागरिक बनने में भी सहायता करता है। तथापि, इसके प्रभाव को और व्यापक बनाने के लिए डिजिटल साक्षरता, इंटरनेट पहुँच, और महिला सुरक्षा संबंधी नीतियों का सुदृढ़ कार्यान्वयन आवश्यक है।

सुझाव

1. सरकार को डिजिटल साक्षरता कार्यक्रमों में विधवा महिलाओं की भागीदारी सुनिश्चित करनी चाहिए।
2. सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर साइबर सुरक्षा और गोपनीयता संबंधी प्रशिक्षण अनिवार्य किया जाना चाहिए।
3. एनजीओ और स्वयंसेवी संगठनों को ऑनलाइन नेटवर्किंग प्लेटफॉर्म विकसित करने चाहिए।
4. विधवा महिलाओं के लिए ऑनलाइन रोजगार पोर्टल और प्रशिक्षण चैनल बनाए जाएँ।

संदर्भ (References)

1. Singh, Sudha (2018). *Women Empowerment through Digital Media*. New Delhi: Sage Publications.
2. UNESCO Report (2020). *Digital Inclusion and Gender Equality in South Asia*.
3. Widow Empower India (2021). *Annual Report on Digital Empowerment of Widows*.
4. Sharma, Anjali (2019). *Social Media and Women's Voice in India*.
5. Government of India (2022). *Digital India Mission: Progress Report*.
6. GrabOn Report 2023
7. मिश्रा आशीष, चौहान संगीता, (2023) महिला सशक्तिकरण पर डिजिटलीकरण का प्रभाव, आईजेएसएमआर वॉल. 5(5), 2023.