



# ISWK SHARING KNOWLEDGE

Class VII

Subject- Hindi 2nd Language

Topic- खानपान की बदलती तसवीर

By- नीलम सौखला

©ISWK

08/12/2020

खानपान की बदलती तस्वीर



# खानपान की बदलती तस्वीर कक्षा 7 SUMMARY





**पाठ प्रवेश-** इस पाठ में लेखक ने भारत में खान पान की बदलती तस्वीर के बारे में बताया है। पहले मध्यम वर्ग के लोग साधारण भोजन से काम चलाते थे जिसमें स्थानीय व्यंजनों का प्रमुख स्थान होता था लेकिन पिछले दस पंद्रह वर्षों में तस्वीर बदल चुकी है। अब लोग भारत के विभिन्न प्रांतों के व्यंजनों का आनंद लेते हैं। इसके अलावा लोग कई अंतर्राष्ट्रीय व्यंजनों को भी नियमित रूप से खा रहे हैं। आज फास्ट फूड ने हर घर में अपनी जगह बना ली है और इनमें से कुछ व्यंजन तो हर उम्र के लोगों को पसंद आने लगे हैं। फास्ट फूड आने से महिलाओं, खासकर से कामकाजी महिलाओं को समय के बचत की सहूलियत हो गई है लेकिन इन व्यंजनों के कारण स्वाद और सेहत के साथ समझौता भी होने लगा है। स्थानीय व्यंजनों की घटती हुई गुणवत्ता ही उनके विलुप्त होने में एक बड़ा कारण है।



## पाठ का सारांश

पिछले दस पंद्रह वर्षों में भारत में खानपान की संस्कृति बहुत बदली है। दक्षिण भारत के विशेष व्यंजन जैसे इडली-डोसा, बड़ा-साँभर, रसम अब उत्तर भारत में भी सुलभ हैं तो उत्तर भारत की रोटी-दाल-साग और विशेषकर यहाँ की 'ढाबा' संस्कृति पूरे देश में फैल चुकी है। फास्ट फूड जैसे बर्गर, नूडल्स आदि पूरे देश में तेजी से प्रचलित हुए हैं।

भारत के अलग-अलग क्षेत्रों की विशेषता माने जाने वाले कुछ प्रमुख खाद्य पदार्थ अब पूरे देश में कहीं भी आसानी से मिल जाते हैं। जैसे—गुजराती ढोकला-गाठिया, बंगाली मिठाइयाँ आदि। अंग्रेजी राज में साहबी ठिकानों तक सीमित रहने वाली ब्रेड अब लाखों-करोड़ों हिन्दुस्तानियों की रसोई में प्रवेश कर चुकी है। खानपान में आए इस बदलाव में सबसे अधिक प्रभावित युवा वर्ग है। उन्हें स्थानीय व्यंजनों की तो अधिक जानकारी नहीं है। लेकिन नए व्यंजनों के बारे में उन्हें काफी जानकारी है। स्थानीय व्यंजनों का प्रसार हुआ है परंतु पहले से उनकी गुणवत्ता और उनके प्रति पाई जाने वाली रुचि में कमी आई है। जैसे बंबई के पाव-भाजी दिल्ली के छोले-कुलचे, मथुरा के पेड़े, आगरा के पेठे-नमकीन आदि। पहले की तरह हर मौसम के फलों और अन्न के प्रयोग से जो अलग-अलग तरह के पकवान बना करते थे, उन्हें बनाने की फुरसत भी अब लोगों के पास नहीं है।

आधुनिक युग में स्थानीय व्यंजनों के प्रति घटती रुचि ने विदेशी-व्यंजनों को बढ़ावा दिया है। इसका मुख्य कारण उनकी तैयारी में लगने वाला कम समय है। इसके अतिरिक्त बढ़ती महँगाई के कारण भी लोगों ने कई चीजों से स्वयं को दूर कर लिया है।

खानपान में आए बदलाव से जो इसकी नई मिली-जुली संस्कृति उभरी है उसके सकारात्मक पक्ष भी हैं। इन्हें बनाने में समय की बचत तो होती ही है, नई पीढ़ी देश-विदेश के व्यंजनों की भी जानने लगी है। खानपान की इस नई संस्कृति में राष्ट्र को एक सूत्र में बाँधने का कार्य भी किया है। अब ध्यान देने योग्य बात यह है कि स्थानीय व्यंजन जिन्हें 'एथनिक' कहा जाने लगा है, उनके पुनरुद्धार का प्रयास किया जाए। कुछ ऐसे ही पकवान जो अब केवल महँगे पंचसितारा होटलों में ही मिलते हैं, उन्हें शनैः शनैः लुप्त हो जाने से बचाना हमारी जिम्मेदारी है। जैसे—पूड़ी, कचौड़ी, जलेबी, समोसे आदि। कई स्थानीय व्यंजन जो केवल आधुनिकता के कारण छोड़े गए हैं, उन्हें गायब होने से बचाना होगा। समय और धन की बचत को ध्यान में रख कर हमने कई ऐसे पश्चिमी व्यंजनों को अपनाया है, जो स्वाद, स्वास्थ्य और सरसता में हमारे अनुकूल नहीं है।

कई बार खानपान की मिश्रित संस्कृति के कारण उत्सव-समारोहों में एक साथ कई तरह के व्यंजन परोस दिए जाते हैं। ऐसे में उनका स्वाद गड़ड़-मड़ड़ होता रहता है। कई बार हम इस कारण बिल्कुल विपरीत प्रकृति वाले व्यंजन एक साथ अपनी प्लेट में परोस लेते हैं। इस कारण से किसी भी व्यंजन का सही स्वाद और मजा नहीं मिल पाता। अतः खानपान के इस नए तौर-तरीके को तरह-तरह से जाँचते रहना भी जरूरी है।

**शब्दार्थ-पृष्ठ संख्या-102 :** खानपान-खाना-पीना। संस्कृति-सभ्यता। उपलब्ध-प्राप्त होना। अजनबी-अनजान व्यक्ति। परिचित-जाना पहचाना व्यक्ति। विविधता-भिन्नता।

**पृष्ठ संख्या-103 :** मसलन-उदाहरणस्वरूप। दुःसाहस-गलत कार्य करने की हिम्मत। भागमभाग-भाग दौड़। कमर तोड़ महँगाई-बहुत अधिक महँगा।

**पृष्ठ संख्या-104 :** मिश्रित-मिली-जुली। अंकुरित-प्रस्फुटित। दुर्गति-बुरी हालत। निखालिस-शुद्ध। प्रचारार्थ-प्रचार करने हेतु।

**पृष्ठ संख्या-105 :** अचरज-हैरानी। अनुकूल-सही। विपरीत-उल्टा। विविध-प्रकार। अक्सर-प्रायः।

पिछले दस पंद्रह सालों से हमारे देश की खान – पान की संस्कृति में बहुत बदलाव आया है।



इडली, डोसा, बड़ा-साँभर केवल दक्षिण भारत तक सीमित नहीं रहे बल्कि ये सारे भारत में फैल गए हैं। उत्तर भारत की ढाबा संस्कृति भी सब जगह फैल चुकी है।



दस से पंद्रह वर्षों में खानपान की संस्कृति में काफी बदलाव आया है। दक्षिण भारत व उत्तर भारत के भोजन काफी हद तक पूरे देश में अपना स्थान बना चुके हैं। दक्षिण भारत का इडली-डोसा, बड़ा-साँभर-रस्म दक्षिण भारत में ही नहीं उत्तर भारत में भी पूर्णतया उपलब्ध हैं और उत्तर भारत के ढाबे व उनमें उपलब्ध रोटी-दाल साग पूरे देश में मिलेंगे। फास्ट फूड का चलन भी कम नहीं। बर्गर व नूडल्स सभी स्थानों पर खाए-परोसे जाते हैं। आलू चिप्स, गुजराती ढोकला, गाठिया बंगाली मिठाइयाँ सब जगह पर समान रूप से मिलने लगी हैं। सभी प्रदेशों के व्यंजन सभी स्थानों पर मिलने लगे हैं जबकि पहले यही प्रांत की विशेषता होते थे। ब्रेड जो पहले केवल अमीरों के घरों में ही आती थी अब वह कस्बे तक में पहुँच चुकी है। ब्रेड नाश्ते के रूप में लाखों करोड़ों भारतीय घरों में सेंकी-तली जाती है।





खानपान की बदलती तस्वीर में बदलती संस्कृति के खानपान से नई पीढ़ी काफी प्रभावित हुई है। यह वर्ग पहले ही स्थानीय व्यंजनों के बारे में कम जानता था लेकिन अब यह वर्ग नए व्यंजनों के बारे में अधिक जानता है। स्थानीय व्यंजन भी तो दिन-प्रतिदिन घटते जा रहे हैं जैसे-छोले-कुलचे व पाव-भाजी आदि।



मध्यम वर्ग में भोजन की विविधता अपनी जगह बना चुकी है। इससे नई पीढ़ी सबसे अधिक प्रभावित हुई है। शहरी व्यंजनों की अपेक्षा स्थानीय व्यंजनों की संख्या में कमी आई है।



फास्ट फूड (तुरंत बनने वाला भोजन) का चलन सब जगह बढ़ गया है। 'टू मिनिट नूडल्स' के पैकेट बंद रूप से सब लोग परिचित हैं। स्थानिय व्यंजनों के साथ अन्य प्रदेशों के व्यंजन पकवान भी प्रायः हर क्षेत्र में उपलब्ध हैं।



आज नए दौर में भले ही कुछ मशहूर चीजें अपना प्रभुत्व बनाए हैं जैसे-मथुरा के पेड़े, आगरे का पेठा व नमकीन आदि लेकिन उनकी गुणवत्ता उतनी नहीं रही और दूसरी ओर समयाभाव के कारण मौसम और ऋतुओं के अनुसार व्यंजन अब बनते ही नहीं। शहरी जीवन की भागमभाग व महँगाई के कारण आज उन्हीं देशी-विदेशी व्यंजनों को अपनाया जा रहा है जिन्हें बनाने पकाने की सुविधा हो। मेवों से बने व्यंजन खाना हर आदमी के लिए संभव नहीं रहा क्योंकि महँगे मेवे हर कोई नहीं खरीद सकता। देश -विदेश के व्यंजनों का चलन होने से खानपान की एक मिश्रित संस्कृति बनी है।

खानपान से राष्ट्रीय एकता को बढ़ावा मिलता है। खानपान की दृष्टि से सभी प्रांत एक-दूसरे के पास-पास आए हैं। इससे राष्ट्रीय एकता को बढ़ावा मिला है। इसे और बढ़ाने के लिए हमें चाहिए कि हम खाद्य पदार्थों के साथ-साथ एक-दूसरे की भाषा, बोली व वेशभूषा को भी जानने का प्रयत्न करें।



आधुनिक दुनिया की ओर बढ़ने के साथ-साथ हमें अपने स्थानीय व्यंजनों को बढ़ावा देना चाहिए। कई व्यंजन जो आम रूप में मिला करते थे वे आज पाँच सितारा होटलों में ही मिलने लगे हैं। उत्तर भारत की पूड़ियाँ, कचौड़ियाँ, जलेबियाँ व सब्जियों से बने समोसे अब बाजारों से गायब होते जा रहे हैं। आधुनिकता के दौर में भी हम स्थानीय व्यंजनों को छोड़ते जा रहे हैं और पश्चिम के जो पदार्थ स्वाद स्वास्थ्य और सरसता लिए हैं उन्हें अपनाते जा रहे हैं। स्थानीय व्यंजनों का पुनरुद्धार अति आवश्यक है।



**खानपान** की संस्कृति में एक मिश्रित संस्कृति का जन्म हुआ है।  
काम काजी महिलाओं को अब जल्दी व्यंजनों को बनाने की अनेक  
विधिया प्राप्त हैं।



खानपान की बदलती तस्वीर पाठ में यह बताया गया है की मिश्रित संस्कृति से हम कई बार चीजों का वास्तविक स्वाद नहीं ले पाते कई बार प्रीति भोजों व पार्टियों (समारोहों) में एक ही प्लेट में विविध प्रकार के व्यंजन परोस लिए जाते हैं जिनसे किसी का भी स्वाद हम सही रूप में नहीं ले पाते। आज आधुनिकता के दौर में खानपान की मिश्रित संस्कृति बढ़ती जा रही है। हमारा यह कर्तव्य बनता है कि हम समयानुसार उसकी जाँच करते रहें।

हमने **आधुनिक युग** के कारण अनेक स्थानीय चीजों को छोड़ दिया है। खानपान की इस **मिश्रित संस्कृति** में हमें असली स्वाद नहीं मिलता।

## I. बहुविकल्पीय प्रश्न

- (i) 'खानपान की बदलती तसवीर' नामक पाठ के लेखक कौन हैं?  
(क) रामचन्द्र शुक्ल (ख) प्रयाग शुक्ल (ग) रामचंद्र तिवारी (घ) टी. पद्मनाभन।
- (ii) दस-पंद्रह वर्षों से किस संस्कृति में बदलाव आया है?  
(क) बात-चीत की संस्कृति (ख) पहने-ओढ़ने की संस्कृति में  
(ग) खानपान की संस्कृति में (घ) पढ़ने-लिखने की संस्कृति में।
- (iii) 'ढाबा' संस्कृति इनमें से किससे संबंधित है?  
(क) उत्तर भारत (ख) पश्चिमी भारत (ग) पूर्वी भारत (घ) दक्षिण भारत।
- (iv) इनमें से किसे फास्ट फूड के नाम से जाना जाता है?  
(क) पूड़ी (ख) बर्गर (ग) साग (घ) रोटी।
- (v) ढोकला-गाठिया किस प्रांत के स्थानीय व्यंजन हैं?  
(क) राजस्थान (ख) महाराष्ट्र (ग) गुजरात (घ) मध्यप्रदेश।
- (vi) अन्य प्रदेशों के व्यंजन-पकवान के कारण किस वर्ग के भोजन में विविधता आ चुकी है?  
(क) मध्यमवर्ग (ख) निम्नवर्ग (ग) उच्चवर्ग (घ) अतिनिम्नवर्ग।









खुश रहिए ! मुस्कराते रहिए ! स्वस्थ रहिए !

रोटी कमाना कोई बड़ी बात नहीं है!  
लेकिन  
परिवार के साथ रोटी खाना बड़ी बात है!

