कतरा-कतरा

ज़िन्दगी

ज़िन्दगी के अनकहे किस्से, अनगिनत एहसास

मधुरता जौरा

BlueRose ONE .com
Stories Matter
NewDelhi • London

BLUEROSE PUBLISHERS
India | U.K.

Copyright © Madhurta Jaura 2026

All rights reserved by author. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission of the author. Although every precaution has been taken to verify the accuracy of the information contained herein, the publisher assumes no responsibility for any errors or omissions. No liability is assumed for damages that may result from the use of information contained within.

BlueRose Publishers takes no responsibility for any damages, losses, or liabilities that may arise from the use or misuse of the information, products, or services provided in this publication.



For permissions requests or inquiries regarding this publication,
please contact:

BLUEROSE PUBLISHERS
www.BlueRoseONE.com
info@bluerosepublishers.com
+91 8882 898 898
+4407342408967

ISBN: 978-81-17827-45-1

Cover design: Anuj
Typesetting: Tanya Raj Upadhyay

First Edition: November 2026

कतरा कतरा ज़िन्दगी

छाया में भी प्रकाश

तमसो मा ज्योतिर्गमयः। अंधेरे और उजाले का अस्तित्व एक दूसरे से ही संभव है। जहाँ अंधेरा है वहाँ प्रकाश के आने की आशा बनी रहती है, और समय चक्र के अनुसार प्रकाश को भी अपना तेज थोड़े समय के लिए खोना पड़ता है। और छाया तो प्रकाश और अंधकार के संधिस्थल को कह सकते हैं। यहाँ न पूर्ण अंधकार है, न पूर्ण प्रकाश। नकारात्मक दृष्टिकोण छाया में धूमिलता देखता है और सकारात्मकता छाया में भी प्रकाश।

श्रेष्ठ

श्रेष्ठ अर्थात सबसे अच्छा। तो श्रेष्ठ होने के लिए उन सबका होना आवश्यक है जो श्रेष्ठ नहीं हैं, और कुछ कम हैं। उससे भी अधिक अच्छा श्रेष्ठतर और श्रेष्ठतम है। मतलब श्रेष्ठ होना तुलनात्मक है। आप कइयों से श्रेष्ठ हो सकते हैं, और आपसे अधिक श्रेष्ठ कोई और हो सकता है। श्रेष्ठता का यह स्तर हमेशा के लिए नहीं मिलता। अतीत में अनेकों थे और भविष्य में अनेकों होंगे। श्रेष्ठता के साथ विनम्रता का मेल बहुत अच्छा होता है। अपने को अच्छे से अच्छा बनाने की गुंजाइश हमेशा रहती है। ईश्वर सर्वश्रेष्ठ है, केवल यही सत्य है।

सासू माँ

सासू माँ, आप और मैं दोनों पराए घर से आई हैं, इस घर को अपनाने, इस वंश को बढ़ाने। फिर हमारे बीच कड़वाहट क्यों? मैं आपका बेटा आपसे छीनने नहीं आई, ना ही आपसे आपका घर। आपका बेटा हमेशा आपका बेटा रहेगा। जैसे वह पिता का बेटा, भाई, भतीजा, मान जा और कितने ही रिश्तों में रहते हुए भी आपका है, वैसे ही मेरा पति और हमारे बच्चों के पिता होने के बाद भी बेटा आपका ही रहेगा। मैं आपकी प्रतिद्वंद्वी नहीं, आपके बेटे की जीवन संगिनी हूँ। मुझे भी मेरी गृहस्थी संवारने का मौका चाहिए, जो आपके बेटे की भी है।

गर्मियों की पसंदीदा पारिवारिक परंपरा

गर्मियों की रात में करीब करीब रोज़ ही सोने से पहले जो काम करना अच्छा लगता था, वह था रूहअफ़ज़ा डाल कर बर्फ से ठंडा किया हुआ दूध और उसमें सोडा डाल कर पीना। घर के सारे काम खत्म करके नहा कर तरोताजा हो कर, बिस्तर पर बैठ कर ठंडा दूध सोडा के मज़े लेना और फिर गिलास में बचे हुए बर्फ के टुकड़े को मुंह में घुमाते रहने में अलौकिक आनंद मिलता था। लगता था कि अंदर तक सब ठंडा हो गया है, और सारी गर्मी उड़नछू।

आम का अचार

आम खाने वाले पूरा साल आम के इंतज़ार में गर्मियों का स्वागत करते हैं। पके हुए फल के अलावा कच्ची कैरी भी कितनी तरह से उपयोग में लाई जाती है। आमपना, चटनी, कितनी प्रकार के अचार इससे बनाए जाते हैं। एक बार अचार डाला जाता है और साल भर खाने की थाली में चटपटा, मसालेदार स्वाद जुड़ जाता है। कभी कभी सिर्फ अचार के साथ रोटी या परांठा भी अच्छा लगता है। अचार बनाने के तरीके अलग हो सकते हैं, लेकिन आम का अचार सभी का मनपसंद होता है।

ससुराल में बहनापा

मायके में बहन को छोड़ कर आई हुई वधू को ससुराल में भी बहन का प्यार मिल सकता है, ननद से जेठानी या देवरानी से। पर ताली दो हाथ से बजती है। अगर दो पक्षों में से कोई एक पक्ष भी स्नेह जताने से पीछे हट जाए तो बहनों के बीच का सुंदर सा रिश्ता बनने से पहले ही बिगड़ जाता है। ननद ब्याह कर अपनी ससुराल चली जाती है, जेठानी या देवरानी आपकी ही तरह उम्र और रिश्ते के अनुसार ससुराल में आगे पीछे आई हैं। अनजान परिवार में अपनेपन का अहसास दिलाता है बहनापा।

शर्त

किसी काम के नतीजे का अंदाज़ा लगा कर उस पर अपने फैसले तय कर लेना, एक तरह का जुआ है। आपका अंदाज़ा सही भी हो सकता है, गलत भी। शर्त लगाने वाले शर्त लगा कर सिर्फ नतीजा जानने के लिए काम में पूरे जोश से लग जाते हैं। कभी कभी सिर्फ अपनी बात मनवाने के लिए भी लोग शर्तें रख देते हैं। अपनी ज़िंदगी अपनी शर्तों पर जीने वाले ये भूल जाते हैं कि वे ऐसा तभी कर पाते हैं जब दूसरे अपनी ज़िंदगी भुला कर बिना किसी शर्त के उनका साथ देते हैं।

गरमी की छुट्टियां

गर्मी की छुट्टियों में ननिहाल जाते थे, और वहाँ पूरा परिवार इकट्ठा होता था। नानी और कुंवारी मौसियां पहले से कई तैयारियां रखती थीं। नाना जी गुलकंद बना कर रखते थे। आम, लीची, खरबूजे, तरबूज़, ककड़ी, खीरा भरपूर रहता था। कुल्फ़ी वाला रोज़ दुपहर को दरवाज़े पर पंहुच जाता था। बड़े लोग एक साथ बैठ कर ताश खेलते थे और हम बच्चे पांच पैसे की छोटी सी ताश लाकर खेलते थे। कई बार नहर पर नहाने जाते थे। शाम को छत पर पानी डाल कर ठंडा करते, रात को बिस्तर लगाने में बड़ों की मदद करते थे। लाइब्रेरी से रामायण, महाभारत आदि लाकर सब बच्चे साथ पढ़ते थे।

समधन जी

मैंने और आपने एक जैसे कष्ट सहते हुए जन्म दिया, बड़ा किया। उनका इस में विवाह करवाया, ताकि वे दोनों हंसी खुशी अपनी गृहस्थी चलाएं। जीवन सिर्फ मीठा नहीं होता, उसमें झगड़ों का मसाला और रूठने मनाने का नमक भी होता है। अब हमारे बच्चे, बच्चे नहीं, वयस्क हैं। उनकी अपनी सोच, अपना व्यक्तित्व, अपना जीवन है। उनके जीवन में हमारा काम केवल उन्हें सहारा देना है, उन्हें अलग करके उन्हें बेसहारा करना नहीं। हमें अपने बच्चों को खुशियाँ चुनना सिखाना है, तनाव नहीं। हमारे बच्चे खुश, तो हम खुश। उन्हें उनका जीवन जीने दें।

जन्म

मनुष्य रूप में जन्म कितनी योनियाँ, वनस्पति, पशु, पक्षी, कीट और ना जाने क्या क्या, पार करने के बाद मिलता है। जन्म मरण का चक्र कर्मों के आधार पर निर्धारित होता है, ऐसी मान्यता और मानव कल्पना पिछले जन्म और पुनर्जन्म के विचार को बढ़ावा देते हैं। रिश्ते भी जन्मों तक निभाने की बात की जाती है। जन्म के साथ ही मनुष्य को नाम, परिवार, समाज, देश, धर्म आदि की पहचान मिल जाती है, जो जीवन भर उसके साथ रहती है।

गर्मी की वो शाम

गर्मियाँ अपने साथ बचपन की यादें ले आती हैं। बड़े जो भी कहें, बच्चों को ना बिजली जाने से तकलीफ़ होती थी, न खेल से फुर्सत। नहा कर साफ़ और हल्के कपड़े पहनकर ठंडा शरबत पी कर गर्मी का अहसास खत्म हो जाता है। ढलती शाम के साथ धूप की तेज़ी से भी छुटकारा मिल जाता है। हल्की हवा में भी बहुत अच्छा लगता है। ऐसे में कोई मनभावन संगीत चल रहा हो, पानी डाल कर ठंडा किया हुआ आंगन या बागीचा हो, और उसमें फूलों की भीनी भीनी खुश्बू हो, तो क्या कहने!

रोटी

रोटी कमाने के चक्कर में इंसान ताउम्र मेहनत करता है, पर भूख भी ज़िन्दगी भर उसके साथ बनी रहती है। रोटी के साथ भूख के अलावा हैसियत भी जुड़ी होती है। कोई रूखी रोटी खा रहा है या घी से चुपड़ी हुई, रोटी के साथ नमक प्याज़ खा रहे हैं या दाल सब्ज़ी के साथ, या खास व्यंजन, यह भूख, पसंद, हैसियत और किस्मत पर निर्भर करता है। स्वस्थ शरीर के लिए सही खाना ज़रूरी है, नहीं तो सब कुछ होते हुए भी रोटी खाने को तरस जाते हैं।

नारी शक्ति

कहते हैं कि एक औरत की दुश्मन औरत ही होती है। पुरुष प्रधान समाज में पुरुषों से आत्मीयता या सहानुभूति की उम्मीद रखना बेमानी है। उनको ना इतनी समझ है, ना संवेदनशीलता, तभी वे साधारण बातें भी नहीं समझ पाते। पर एक स्त्री सब जानते समझते भी कभी स्वार्थवश, कभी ईर्ष्यावश, कभी परम्परा के नाम पर दूसरी स्त्री के लिए जीना मुहाल कर देती है। नारी शक्ति तभी जागृत होगी जब स्त्री दूसरी स्त्री की स्थिति को समझे और उसका सहारा बने। अफवाहों, आधारहीन आरोपों और बेकार की गप्पों से बचें। स्वयं की सोच बदलें, फिर पुरुषों की सोच बदल सकेंगी।

सीमा

सीमा मर्यादा में रहने के लिए बनाई जाती है। कुछ भी असीमित हो तो अव्यवस्था का अंदेशा रहता है। नदी, सागर असीम लग सकते हैं, लेकिन वह भी किनारों की सीमा से बंधे होते हैं। आसमान असीम है, लेकिन हमारी नज़रें उसकी भी सीमा निर्धारित कर देती हैं। घर, नगर, राज्य, देश सभी सीमाओं में बंटे हैं। जो बात व्यवहार में सीमा का ध्यान रखें, उन्हें किसी और सीमा की आवश्यकता नहीं। सभी रिश्तों में भी एक दूसरे की सीमाओं का सम्मान करना चाहिए।

ज़रा... ये करना, मैं आती हूँ

एक गृहिणी हो या कामकाजी महिला, सबकी ज़रूरतों और फरमाइशों के बीच समय मैनेज करते हुए चक्करघिन्नी बन जाती है। कितना मन करता है, किसी को कह सकें कि जब तक मैं ये काम कर के आ रही हूँ, प्लीज़ ज़रा ये काम कर देना। पर होता यह है कि, एक आसान सा, साधारण काम भी कोई ढंग से नहीं करता। और पता चलता है कि काम में हाथ बंटा कर काम हल्का करने की जगह काम बढ़ जाता है। और बदले में सुनने को अलग मिलता है कि आगे से मदद मत मांगना, मेरा किया काम तो तुम्हें पसंद ही नहीं।

ज़रा... ये करना, मैं आती हूँ (2)

शादी से पहले माँ बेटी को अपने काम में हाथ बंटाने के लिए बोलती है तो बेटी काम कर भी देती है, कभी आलस में मना भी कर देती है। कभी बेटी माँ को कोई काम करने के लिए कह देती है, यह आम बात है। पर ससुराल में मजाल है कि वह अपनी सास के कहे को लाड़ में आकर मना कर दे या देर से करे। और सास को काम बोलने की हिम्मत कर ली तो उसकी परवरिश पर सवाल उठाए जाएंगे। क्यों, क्या वह बेटी जैसी नहीं है? या सास माँ नहीं है?

मेरी डायरी

डायरी जीवन की खट्टी मीठी, कुछ कड़वी यादों को संजोने का माध्यम है। आपके मन की बात, आपकी खुशियाँ, आपका दर्द, आप बेझिझक इसमें लिख सकते हैं। यह आपको, आपकी कमज़ोरियों और ताकत के साथ जस का तस स्वीकार कर लेगी, बिना आपसे नाराज़ हुए, बिना आपको कठघरे में खड़ा किए। यादों के अलावा डायरी आपके सपनों, इच्छाओं और महत्वाकांक्षाओं की भी गवाह होती है। कुछ लोग डायरी भविष्य की योजनाएँ बनाने के लिए भी उपयोग करते हैं। मेरी डायरी नितांत मेरी अपनी है, मेरी राज़दार है। मुझे अपने आप से बात करने, अपने दिमाग के जाले साफ रखने का ज़रिया है।

ज़रा... ये करना, मैं आती हूँ (3)

मम्मी मुझे बोल कर गई कि उन्होंने सब्ज़ी चूल्हे पर चढ़ा दी है, और वे छत पर रखे तंदूर पर रोटियाँ बनाने जा रही हैं। मुझे बीच बीच में रसोई में जाकर सब्ज़ी हिलानी थी और पक जाने पर गैस चूल्हा बंद करना था। कोई मुश्किल काम नहीं था। मैं स्कूल में पढ़ रही थी तब, गर्मी की छुट्टियां थीं। मैं ट्रांज़िस्टर पर गाने सुन रही थी और एक रोमांटिक नावल पढ़ रही थी। बीच में एक बार सब्ज़ी हिला आई। फिर जब मम्मी तंदूरी रोटी बना कर आईं और रसोई में गईं तो उनके चिल्लाने की आवाज़ आई, सब्ज़ी जल गई थी।

सांस

सांस जीवन का सबूत है। सांस चलती रहे तो जीवन चलता रहेगा, सांस थमी तो जीवन थम जाता है। अंतिम सांस तक आस रहती है कि जीवन रहेगा। जीवन रहेगा तो सुख दुःख, समस्या समाधान सब है। सांस से जीवन है, पर केवल सांस लेते रहना ही जीवन नहीं, जब तक जीवन जीने का कोई अर्थ या मकसद ना हो। सांसो की लय भावनाओं के साथ घट बढ़ जाती है, पर यह लय दिल की धड़कन के साथ मिलकर दुनिया के पहले संगीत का निर्माण करती है।

गोली

गोली दवा वाली है तो बीमार के इलाज में काम आती है। और अगर बंदूक की गोली है तो यह मारने के काम आती है। यह बात अलग है कि गोली मारने वाला सीमा पर तैनात देश का सिपाही है, कोई अपराधी है, या कोई शिकारी हैं, या कोई खिलाड़ी शूटर। एक गोली जीवन देती है, दूसरी जीवन लेती है। कई बार अनर्गल बातें भी गोली की तरह लगती हैं। हाकी और फुटबॉल में गोलकीपर को भी गोली कहते हैं। कुछ लोग भांग की गोली महादेव का प्रसाद मान कर ग्रहण करते हैं।

ज़रा… ये करना, मैं आती हूँ (4)

घर में कोई गंभीर रूप से बीमार हो और घर की महिला नौकर नर्स या अटैंडेंट को यह कह कर चली जाए कि ज़रा ध्यान रखना, मैं आती हूँ, मेरी किटी है, या ऐसा ही कुछ और काम, तो उसे आप क्या कहेंगे? वह स्वार्थी है? वह घर के तनाव से थोड़े समय के लिए मुक्त होना चाहती है? या वह असंवेदनशील है? और अगर वह अपने सामाजिक जीवन का त्याग कर के केवल अपने कर्तव्य का पालन करे, तो? ज़रा सोच कर बताएं, तब तक मैं कल की पोस्ट सोच कर आती हूँ।

केक

केक शब्द सुनते ही बचपन, खुशी और उत्सव का माहौल सामने आ जाता है। बच्चों का जन्मदिन हो, बड़ों की शादी की सालगिरह या किसी कामयाबी का जश्न, आजकल केक के साथ मनाने का चलन है। केक भी कितनी तरह के होते हैं। घर पर बने केक में प्यार और व्यक्तिगत स्पर्श का आभास है, तो बेकरी के केक स्वाद और सुंदरता में लाजवाब हैं। क्रिसमस केक अपने अनोखे स्वाद से पूरी दुनिया में त्योहार का प्रतीक बन जाता है। इसके अलावा केक मीठे व्यंजन के रूप में भी बहुत आकर्षक लगता है।

ज़रा…. ये करना, मैं आती हूँ (5)

मेहमानों के आने का समय हो रहा था। घर की सफाई, साज सज्जा हो चुकी थी, पकवान तैयार किए जा चुके थे। सब काम हो चुके थे। एक बार सब तरफ निगाह दौड़ाई कि कहीं कुछ छूट तो नहीं गया। बस सोफा के कुशन्स सीधे करने थे। देवरानी को कहा कि इन्हें ठीक करना, मैं फ्रैश हो कर आती हूँ।

मेरे आने तक मेहमानों का आना शुरू हो गया था। और सभी देवरानी की तारीफ करते थक नहीं रहे थे कि कितने सुरुचिपूर्ण तरीके से सब काम किए हैं। और वह सबसे हंस कर प्रशंसा बटोर रही थी।

कार्ड

कार्ड कई प्रकार के होते हैं, जैसे विभिन्न अवसरों के लिए निमंत्रण कार्ड, पहचान कार्ड, जैसे निर्वाचन, आधार वगैरह, पेशे और शैक्षणिक योग्यता का परिचय कार्ड, स्कूल में रिपोर्ट कार्ड, क्रैडिट कार्ड, एटीएम कार्ड, राशनकार्ड, स्वास्थ्य कार्ड और भी न जाने कितनी तरह के कार्ड। कार्डस की इस भरमार में किसी भी कार्ड की उपयोगिता कम नहीं आंक सकते। आजकल तो बड़े पांच सितारा होटल में कमरा खोलने के लिए चाबी नहीं कार्ड का प्रयोग किया जाता है। सारी उम्र इस कार्ड के चक्कर में निकल जाती है।

ज़रा.... ये करना, मैं आती हूँ (6)

बच्चे की डिलीवरी के बाद से मान्यता अपने पहले वाले जीवन को एक सपना ही बैठी। न नींद पूरी होती है, न अपने लिए समय निकाल पाती है। बच्चे के रूटीन और घर के कामों के बाद वह इतना थक जाती है कि अपने और दाम्पत्य जीवन की ओर ध्यान देने की स्थिति में ही नहीं होती। संजय को पहले उससे शिकायत हुई कि वह पहले जैसी नहीं रही। फिर उसने मान्यता की मुश्किल समझी। उसने घर और बच्चे के काम में मदद करने की ऑफर की। ताकि काम जल्दी निपटे और उन्हें समय मिले। ज़रा... ये करना, मैं आती हूँ।

छत

सारी मज़बूत दीवारें बेकार खड़ी रह जाती हैं, जब धूप, बारिश, तूफान वगैरह से बचाए रखने के लिए उन पर छत न हो। सिर पर छत न हो तो सुरक्षा का अहसास होता है। अब यह छत पक्की हो, टीन-टप्पर, खपरैल आदि की, इससे फर्क नहीं पड़ता। छत पर गर्मियों में पानी के छिड़काव से शाम को ठंडा करके रात को तारों की छांव में सोना, सर्दियों में मीठी धूप में अलसाये लोग, बुनाई करती, सब्जियां सहेजी महिलाएँ और पतंग उड़ाते बच्चे, यह सब छत होने पर ही संभव है। बड़े बुजुर्गों का आशीर्वाद भी छत जैसी सुरक्षा देता है।

ज़रा... ये करना, मैं आती हूँ (7)

काम से बचने वाले काम टालने की कोशिश करते हैं, बहाने बनाते हैं या फिर किसी दूसरे को काम सौंप कर खिसकना चाहते हैं। दूसरे को काम सौंपने तक तो ठीक है कि काम हो जाएगा, करने वाला कोई भी हो। पर गलत तब होता है जब काम दूसरे से करवा कर उसका श्रेय खुद ले लिया जाए। अपनी कामचोरी को कई लोग इस तरह छुपा कर, दूसरे के कंधों पर पैर रख कर आगे बढ़ते हैं। इस पूरे क्रम में निर्दोष व्यक्ति काम भी करता है और मेहनत का फल ना मिलने पर आहत भी होता है। चलो, ज़रा... ये करना, मैं आती हूँ।

जश्न

जश्न, खुशी सबके साथ साझा करने का एक तरीका है। अब ये बात अलग है कि खुशी किसी त्योहार की है, कोई निजी या पारिवारिक खुशी है या किसी कामयाबी के हासिल होने पर जश्न मनाया जा रहा है। अकेले में आप खुश होते हैं, पर सबके साथ उसे बांट कर अपनी खुशी कई गुना बढ़ा लेते हैं। पार्टी के शौकीन लोग जश्न मनाने का कोई न कोई कारण तलाश ही लेते हैं।

गर्मी की छुट्टियां मायके में

मायके में जाने के लिए गर्मी की छुट्टियां क्या, कोई भी बहाना चलेगा। ससुराल में गृहस्थी की ज़िम्मेदारी से कुछ दिनों की छुट्टी किस गृहिणी को नहीं चाहिए होती। ससुराल में अनकहे नियम, परम्पराओं और एडजस्ट करने के चक्कर में मायके का अल्हड़पन और स्वच्छंदता को फिर से कुछ दिनों के लिए जी पाने की चाह में, गर्मियों की छुट्टियों से बेहतर और क्या होगा? पूरे परिवार को एक साथ, एक जगह इकट्ठे होकर मज़े करने का मौका मिलताहै, नहीं तो सभी एक रूटीन में अपने अपने काम में व्यस्त रहते हैं।

गर्मी की छुट्टियां ससुराल में

एक तो झुलसाती गर्मी, ऊपर से ससुराल की ज़िम्मेदारियों और बंदिशों की तपिश, कौन सी स्त्री चाहेगी। ऐसे में एक दिन भी बिताना, पूरी गर्मियों की छुट्टियों की तो सोचना ही मुश्किल है। लेकिन चाहो ना चाहो, इस भट्ठी से सभी स्त्रियों को तप कर निकलना ही पड़ता है। कुछ अपवाद स्वरूप स्त्रियाँ इस पसीने से तरबतर छुट्टियों से बच जाती हैं, क्योंकि उन्हें ससुराल में भी मायके जैसे प्यार करने और ध्यान रखने वाले सदस्य मिलते हैं। काश, सभी स्त्रियों को ऐसी ही ससुराल मिले, तो छुट्टियां क्या, पूरी ज़िन्दगी वहाँ गुज़ारने का मन करे।

गर्मी की छुट्टियां- मायके या ससुराल में

इच्छा तो यही रहती है कि मायके में छुट्टियां बीतें लेकिन मायके और ससुराल से दूर रहने वाली स्त्रियों को इच्छा और कर्तव्य के बीच संतुलन बनाना होता है। मेरे पापा ने मम्मी को बोला हुआ था कि सफर करने के दिनों की गिनती छोड़ कर बाकी छुट्टियों के आधे दिन मेरे ननिहाल में और बाकी आधे दिन दादा जी के यहाँ रहना है। और ये सिलसिला हमेशा चला। इस तरह दोनों तरफ के रिश्ते भी संभल जाते हैं और किसी को कोई शिकायत भी नहीं रहती।

गर्मी की छुट्टियां- मायके और ससुराल में

आजकल एकल परिवार का ज़माना है। ऐसे में छुट्टियां मनाने के लिए परिवार वालों के साथ समय बिताना सबसे अच्छा विकल्प है। छुट्टियों में ही यह समय मिलता है जब रिश्तों के साथ यादगार पल बनाए जा सकते हैं। नहीं तो सभी अपने अपने काम में व्यस्त होते हैं। एक रूटीन से हट कर, काम के तनाव से राहत पाने के लिए मायके और ससुराल में छुट्टियां बितानी चो। मायके में मां पर काम का बोझ न डालें, काम में हाथ बटाएं। ससुराल में सास बहू पर काम का बोझ ना डालें। मिलजुल कर छुट्टियों का आनंद लेने।

पुड़िया

छोटी सी पुड़िया में वह ताकत है जो बड़ी बड़ी चीज़ों में नहीं होती। एक गरीब आदमी अपनी दिन भर की कमाई से परिवार का पेट भरने की कोशिश में छोटी छोटी पुड़ियों में थोड़ा सा राशन लाता है। इन पुड़ियों में उसके परिवार का जीवन, भूख से थोड़ी राहत और उस आदमी की ज़िम्मेदारी पूरी होने की संतुष्टि का निचोड़ है। दवाई की पुड़िया से कम खर्च में इलाज करा के फिर खड़ा हो जाता है। ये पुड़िया गरीब के जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा है। एक गृहिणी भी मसालों और ज़रूरतों और सपनों की पुड़िया संजो कर रखती है।

गर्मी की छुट्टियां- मायके या ससुराल में (पति)

सब पत्नी से पूछते हैं कि छुट्टियां कहाँ, मायका या ससुराल, कोई पति को भी तो पूछो। पति अगर संयुक्त परिवार में रहता है तो उसके लिए मायके में रहना उसके रूटीन जीवन का विस्तार है। और अगर एकल परिवार है तो उसे भी अपने माता पिता से मिलने की इच्छा होगी। और ससुराल जाने के नाम पर बहू को जो परेशानी होती है, उसके विपरीत जमाई राजा तो मेहमान बन कर सारी सुख सुविधाओं का लुत्फ़ उठाते हैं। तो उनके लिए मायका या ससुराल, दोनों ही मज़े की जगह हैं छुट्टियां बिताने के लिए।

मोम

पिघलती हुई मोम अपना वजूद फना करते हुए अपनी छोटी सी रोशनी से अंधेरों को दूर करने की कोशिश करती है। आग से मोम का पिघलना तय है इस आग के बिना मोम मुलायम होते हुए भी एक आकार में रहती है। मोम के इस मुलायम रूप से धोखा ना खाएं, वह जला भी सकती है। मोम से मुलायम दिल वालों को नफरत की आग से दूर रखें ताकि वह पिघल कर किसी को जलाए ना। महफिलों की शान, एक रुमानियत भरी शाम की गवाह मोम बिजली कटौती के समय उपयोगी बन जाती है।

करीब

करीब रहने वालों को करीबी कहा जाता है, पर ज़रुरी नहीं कि जिस्मानी तौर पर करीब इंसान दिल के भी करीब हो। कभी कभी नज़दीकियां भी करीब होने का सबूत नहीं होतीं। जो बातें, आदतें, इंसान और एहसास दिल के करीब होते हैं, उनकी अहमियत ज़िन्दगी में सबसे ज़्यादा होती है। इन सबके साथ बिताया वक्त दिल को सुकून देता है। तो करीब आइए और इस लम्हे को कीमती बनाइये।

गर्मी की छुट्टियां- मायके और ससुराल में नहीं

गर्मी की छुट्टियों में सिर्फ मायके और ससुराल में ही जाना कोई ज़रूरी नहीं। खुद के लिए और बच्चों के लिए रिश्ते ज़रूरी हैं। लेकिन इसके अलावा भी दुनिया है। पहाड़ों पर और अन्य पर्यटन स्थलों पर जाने

का मौका भी छुट्टियों में ही मिलता है। बच्चों को दुनिया की जानकारी मिलती है और खुद को घर की दिनचर्या से कुछ समय की छुट्टी। परिवार के साथ खूबसूरत पलों को जीने के लिए, एक यादगार बनाने के लिए छुट्टियां मनाना बहुत ज़रूरी है। तो, इस बार ना मायका, ना ससुराल, हर तनाव से छुट्टी।

चादर

साफ बिस्तर पर बिछी चादर थके हुए तन को राहत देने के लिए एक निमंत्रण देते हुए लगती है। सर्दियों में पहाड़ों पर हर चीज़ पर बर्फ की सफेद चादर बिछी होती है। कई फूलों के वृक्ष ऐसे हैं जिनके नीचे फूलों की चादर प्रकृति का सौंदर्य बढ़ा देती है। फूलों की चादर मजारों और दरगाहों पर श्रद्धापूर्वक चढ़ाई जाती है। फूलों की चादर की छांव में सजीली, सकुचाती, दुल्हन को उसके भाई शादी के मंडप तक लाते हैं। चादर किसी भी प्रकार की हो, सुकून और सुरक्षा का एहसास देती है।

गर्मी की छुट्टियां- कहाँ और किसके साथ

मायके और ससुराल में छुट्टियां बितानी हैं या किसी और जगह उन सबको बुला लिया जाए और सभी एक साथ छुट्टियां मनाएं। तो आप ही बताएं, दोनों में से कौन सा विकल्प अच्छा है। मेरे हिसाब से दूसरी स्थिति बढ़िया है। किसी पर काम का बोझ भी नहीं होगा और सभी को एक साथ रहने का मौका भी मिलेगा। छुट्टी सभी के लिए होनी चाहिए। ये नहीं कि सब मज़े कर रहे हों और घर की स्त्रियाँ छुट्टी में भी सबकी ज़रूरतों को पूरा करने के लिए पसीने से तरबतर होती रहें।

बुज़ुर्गों की दोस्ती

सबसे प्यारी और निश्छल और निस्वार्थ दोस्ती बचपन की होती है, जब छल और स्वार्थ का मतलब भी दोस्ती करने वालों को नहीं मालूम होता। पर कहते हैं ना, बच्चे – बूढ़े एक समान, तो बुढ़ापे की दोस्ती भी बेशकीमती होती है। जीवन की ज़िम्मेदारियों का बोझ उतारने के बाद थके हारे शरीर और मन को दोस्ती से थोड़ा सुकून मिलता है। अनुभव बांटने, साझा करने के सुख के साथ एक भय भी बना रहता है कि पता नहीं कब दोस्त का साथ छूट जाए। अपने इस बोनस समय का आनंद लेते हुए बुढ़ापे की दोस्ती को भरपूर जीना चाहिए।

ज़ोर का झटका हाय ज़ोरों से लगा

गाने की इस लाइन से हंसी आती है। लेकिन जिसे सचमुच झटका लगा होता है, उसकी तो दुनिया हिल गई होती है। उसे हंसी नहीं आती। पर यह मनुष्य का स्वभाव है कि वह दूसरे को मुश्किल में पड़ता देख कर मज़े लेता है। केले के छिलके से या कीचड़ में गिरते हुए व्यक्ति पर शायद आप भी हंसे होंगे। दूसरे की तकलीफ़ और कमज़ोर पल में हंसते हुए अपने बच जाने या बचे रहने की भावना होती है। पर हंसी रोकिये, मदद का हाथ बढ़ाइए, कभी आपको भी मदद की ज़रूरत पड़ सकती है।

पंख

हौसलों के पंख से कल्पनाओं की उड़ान को अंजाम मिलता है। पक्षियों की तरह उड़ने की चाह इंसान को हमेशा से रही है। पक्षियों के पास तो पंख हैं, मनुष्य पंखों के विकल्प खोजता रहता है। विज्ञान और तकनीक के सहारे हवाई वाहनों का आविष्कार, पैराशूट, पैराग्लाइडिंग वगैरह पंखों का ही विकल्प है, जिससे पक्षियों की तरह उड़ने का आनंद मनुष्य भी ले सके। पंख कितने बड़े हैं, कितने मज़बूत हैं, इससे ज़्यादा महत्वपूर्ण है कि हौसला कितना है। बड़े पंख होते हुए भी शुतुरमुर्ग उड़ नहीं पाता।

ज़ोर का झटका हाय ज़ोरों से लगा (2)

ज़ोरों का झटका ज़ोरों से लगा है, इसका मतलब झटके के ज़ोर को कम करने के लिए किसी भी तरह के कुशन नहीं हैं। परिस्थिति कितनी भी बुरी हो, जब हिम्मत और उम्मीद बने रहें, तो हर मुश्किल से जूझने में आसानी होती है। यही दोनों तत्व कुशन का काम करते हैं। अपेक्षित अथवा अनपेक्षित मुसीबत झटके कितने भी दे, झटका खाने के बाद फिर संतुलन बना लेने में समझदारी है। व्यक्तित्व और कर्मफल के अनुसार कोई इसमें सफल होता है, कोई टूट कर बिखर जाता है। झटकों पर नियंत्रण नहीं है, पर अपने विचारों पर नियंत्रण रखें।

नकल

नकल करने की ज़रूरत उनको पड़ती है जो असल जैसा बनना चाहते हैं। वे लोग भी नकल करते हैं जो खुद को असल जितनी काबिलियत रखते हुए भी कमतर समझते हैं, जबकि नकल के लिए भी अकल की ज़रूरत होती है। जैसे परीक्षा में नकल करने वाले जितना दिमाग और मेहनत नकल करने के लिए लगाते हैं, उतना पढ़ाई में कर लें तो नकल की ज़रूरत ही ना पड़े। असल की जगह कोई नहीं ले सकता, पर कभी कभी नकल भी असल जैसी खूबसूरत हो जाती है। नकल एक मानवीय कमज़ोरी है, पर प्रकृति भी अस्तित्व रक्षा हेतु कई बार नकल करती है।

ज़ोर का झटका हाय ज़ोरों से लगा (3)

जब किस्मत खराब हो तो ज़ोर का झटका ज़ोरों से ही लगता है। और झटका खाने वाला यही सोचता है कि मैं ही क्यों, मेरे साथ ही ऐसा क्यों? किसी और के साथ कुछ बुरा हो तो हंस कर या थोड़ी सहानुभूति दिखा कर आदमी भूल जाता है, पर जब खुद पर गुज़रती है तब दिल दिमाग भन्ना जाता है। ज़रूरत होती है थोड़ी सावधानी की। सामने दिख रही रुकावटों और गढ्ढे से बच कर निकलने में समझदारी है, उनसे जाकर टकराने में नहीं। हाँ, अनहोनी की बात और है, उस झटके को तो सहना ही पड़ता है।

6 शब्दों की कहानी

1_ उसने अपने प्यार को मार डाला।

2_ अजूबा

किटी पार्टी में चुप्पी छाई है।

3_ सुखांत या दुखांत?

प्रेमी प्रेमिका की शादी हो गई।

पिता की मदद

पिता वह व्यक्ति है जो अपनी संतान के प्रति अपनी ज़िम्मेदारियों को निभाने में कोई कसर नहीं छोड़ता और अपनी ज़रूरतों को भी नज़रंदाज़ करने की क्षमता रखता है। अकेले इस काम को करते करते वह शारीरिक और मानसिक रूप से थकने लगता है। लेकिन जब संतान पिता के साथ कंधे से कंधा मिलाकर ज़िम्मेदारियां उठाने के लिए खड़ी हो जाए तो पिता का सीना गर्व से फूल उठता है। मदद छोटी हो या बड़ी, पिता की मदद करके संतान को भी आत्मीयता के भाव से संतुष्टि मिलती है।

ज़ोर का झटका हाय ज़ोरों से लगा (4)

आपने गलतियां कीं, असावधानी की, आपके भाग्य में झटका खाना लिखा था और ज़ोर का झटका ज़ोरों से लगा भी। पर अब आगे क्या? हताश होकर इस झटके का रोना ज़िन्दगी भर रोएं और सारी कोशिशें छोड़ दें। या फिर थोड़ी हिम्मत और नई शुरुआत पर भरोसा करके आगे बढ़ें? अपने व्यक्तित्व और स्वभाव के अनुसार दोनों विकल्पों में से एक चुनें। पहली स्थिति में यह अफसोस ज़रूर रहेगा कि शायद कोशिश करने पर हालात कुछ और होते। दूसरी स्थिति में पिछली कड़वाहटों से उबर कर नई शुरुआत करना आपके हाथ है। शायद इस बार सब ठीक हो जाए।

नाव

बचपन में बारिश में पानी की छोटी धाराओं में कागज़ की नाव तैरा कर किसी क्रूज़ के मालिक होने जैसा अहसास होता था। छोटी सी नाव नदी पार कराने के लिए, सामान पंहुचाने के लिए प्रयुक्त होती है। झीलों में नौकाविहार, गंगा की लहरों पर नाव पर सैर आनंददायक है। समुद्र में बड़े बड़े जहाज़ मे आपातकाल हेतु लाइफबोट छोटी होकर भी जीवनरक्षा के बड़े काम करती है। मृत्योपरांत वैतरणी पार कराने वाले प्रभु ने भी मनुष्य अवतार में नदी पार करने के लिए केवट की शर्तें मान कर नाव का उपयोग किया।

पक्ष

जहाँ पक्ष होता है वहाँ विपक्ष भी होता है। हर व्यक्ति का किसी भी काम अथवा विचारधारा के प्रति अपना एक पक्ष होता है। और यह हर व्यक्ति का अधिकार है। सही गलत की तरह पक्ष विपक्ष केवल नज़रिए के अंतर से है। इससे एक संतुलन बना रहता है। और विभिन्न विचार धाराओं को एक मंच मिलता है। चंद्रमा के घटते बढ़ते आकार को लेकर महीने में कृष्ण और शुक्ल दो पक्ष भी आते हैं। संस्कृत में पंख को पक्ष कहते हैं, इसीलिए उड़ने वाले जीवों को पक्षी कहते हैं, कीट – पतंगोंको छोड़ कर। आप इसके पक्षधर हैं?

ज़ोर का झटका हाय ज़ोरों से लगा (5)

समस्या क्या है, ज़ोर का झटका ज़ोरों से लगा, ये? या ज़ोर का झटका धीरे से लगना चाहिए था? या झटका लगना ही नहीं चाहिए था? जीवन में कभी कोई समस्या हो ही नहीं, यह तो संभव नहीं। तो क्षय मान लीजिए कि झटका लगेगा ही। अब यह तुलनात्मक है कि झटके का ज़ोर कितना है। जो किसी के लिए ज़ोर का झटका है, वह किसी और के लिए हल्का हो सकता है। यह तो परिस्थिति और सोच पर निर्भर करता है कि हम उस झटके को कैसे बर्दाश्त करते हैं।

ज़ोर का झटका हाय ज़ोरों से लगा (6)

झटका लगने का कष्ट, ऊपर से यह दुख कि यह सब अपने साथ हुआ, और लोगों की हंसी का पात्र बनने की तकलीफ अलग। कौन चाहेगा इस परिस्थिति में पड़ना? परिस्थिति में पड़ना तो दूर की बात, कोई इस बारे में सोचना भी नहीं चाहेगा। पर ईश्वर परीक्षा उन्हीं की लेते हैं जो उसके लायक हैं। नालायकों की परीक्षा लेने और उनके असफल होने की कवायद करने की भगवान् को फुरसत नहीं। इसलिए परीक्षा से घबराएं नहीं। आप उत्तीर्ण होंगे, क्योंकि ईश्वर आपके साथ है।

पूर्ण

पूर्ण वह है जिसमें और जोड़ने की गुंजाइश नहीं हो। पूर्ण होने का अर्थ पूरा होना है, अंत होना नहीं। एक नारी माँ बनते ही पूर्ण हो जाती है, पर उसके नारीत्व और अस्तित्व का अंत नहीं है। पूर्णता के अभाव में जो अधूरापन महसूस होता है, वह किसी विकल्प से पूर्ण नहीं होता। पूर्ण तो श्री विष्णु के सभी अवतार भी नहीं थे सिवाय श्रीकृष्ण के। इंसान भी पूर्ण होने का केवल प्रयत्न कर सकता है, पर कुछ न कुछ अधूरा रह ही जाता है। बड़ी इच्छा पूर्ण करने से ज़रूरी छोटी खुशियाँ पूर्ण करना है।

प्रकृति

प्रकृति ईश्वर की सबसे सुंदर और अनोखी रचना है। यह प्रकृति इतनी विविधताओं के बीच संतुलन बना कर समयचक्र के साथ अनवरत, अनथक चलती रहती है। प्रकृति की गोद में माँ के आंचल जैसा सुकून मिलता है। लेकिन यही प्रकृति जब कभी रौद्र रूप ले लेती है तो जीवन संकट में आ जाता है इसके अलावा प्रकृति स्वभाव को भी कहते हैं। अंग्रेज़ी में भी प्रकृति को भी नेचर कहते हैं, और इसके भी यही दो अर्थ हैं। इस प्रकृति बदल नहीं सकते, प्रदूषित कर सकते हैं, जो नहीं करना चाहिए, सभी के भले के लिए।

समय का पहिया

समय का पहिया अनवरत, अनथक चलता जाता है। दिन रात, मौसम, हालात, सब समय के साथ बदलता रहता है। समय कभी एक समान नहीं रहता। यही समय की सबसे अच्छी बात है। समय की गणना मनुष्य ने कितने तरीकों से की है, वह ज्योतिष शास्त्र से हो, गणित और खगोल विज्ञान से हो, समय का पहिया इन गणनाओं से भी पहले से चलता आ रहा है। एक पल से लेकर युगों का समय अपने आप को दोहराते हुए चलता है, क्योंकि पहिया ऊपर नीचे जाते हुए आगे बढ़ता जाता है। पर बीते हुए पल लौट कर नहीं आते, केवल उनकी यादें रह जाती हैं।

पशु

मानव सभ्यता के साथ पशु धन संचय का भी विकास हुआ है। पशु धन को अपने लिए उपयोगी जान कर पशुपालन, और उससे पहले शिकार द्वारा क्षुधापूर्ति करके मानव ने प्रकृति के साथ अपने को जोड़ लिया। आज भाषा में भी पशुओं को लेकर कितने मुहावरे, कितनी तुलनाएं और अपशब्द हैं। पशु पालतू हों तो उनके साथ भावनात्मक संबंध बन जाते हैं। यही जंगली पशुओं के व्यवहार के कारण मनुष्य के स्वभाव से भी तुलना की जाती है। पाशविक वृत्ति हमेशा निंदनीय है। पर पशुओं के व्यवहार से बहुत कुछ सीखने को भी मिलता है।

मुक्त

मुक्त अर्थात बंधनहीन। हर जीव मुक्त रहना चाहता है, किसी को भी बंधन या कैद नहीं चाहिए। मुक्त आकाश में मुक्त उड़ान, सुख दुःख, मोह से मुक्त, बुराई से मुक्त, ऐसा आदर्श जीवन वांछनीय है, लेकिन असल ज़िन्दगी में होता नहीं है। मुक्त होने और स्वछंद होने में अंतर है। स्वच्छंदता बंधनहीन, अनुशासनहीन, ज़िम्मेदारियों से भागने का नाम है। जबकि मुक्त होना अपने को किसी भी नकारात्मक बोझ से पूरी ज़िम्मेदारी के साथ हटाना है। मुक्ति में सकारात्मकता है, हल्का होने का अहसास है। तो आइए, बुराइयों की ज़ंजीरों से अपने को मुक्त करें और मुक्त आसमान में उड़ान भरें।

ब्याज

ब्याज साधारण हो या चक्रवर्ती, गणित में विद्यार्थी के लिए उलझन का कारण बनता है। बैंक अथवा अन्य वित्तीय संस्थान में ब्याज की दर क्या है, कहीं उधार लिया या दिया गया है तो उसका ब्याज कितना है, इसी हिसाब किताब में एक मध्यमवर्गीय परिवार उलझा रहता है। इन कठिन ब्याज गणना के अतिरिक्त एक बहुत प्यारा ब्याज होता है। वह है संतान की संतान, जिसके लिए कहा जाता है कि मूल से प्यारा ब्याज होता है। अपनी संतान सभी को अच्छी लगती है, पर उससे अधिक लगाव संतान की संतान से होता है।

वज़न

वज़न पृथ्वी के गुरुत्वाकर्षण के कारण शरीर या वस्तु के भार को कहते हैं। यही चंद्रमा पर गुरुत्वाकर्षण कम होने से पृथ्वी की तुलना में वज़न कम होता है। वज़न को लेकर कितने लोगों को समाज में मज़ाक सहना पड़ता है, किसी का वज़न बहुत कम है, किसी का बहुत ज़्यादा। आदर्श वज़न पाने के लिए अपने को स्वस्थ और सुंदर जताने के लिए बहुत मेहनत करनी पड़ती है, जीवनशैली बदलनी पड़ती है। दूसरी तरफ अगर आपके पास किसी भी प्रकार की शक्ति हो, ज्ञान, धन, शारीरिक, पद- प्रतिष्ठा तो आपकी बात को भी वज़न दिया जाता है।

शोर

एक आदर्श मानक से अधिक ऊंची आवाज़ शोर कहलाती है। फिर चाहे वह ट्रैफिक का शोर हो, लाउडस्पीकर पर धड़धड़ाती गानों, नारों की आवाज़ें हों, पटाखों या मशीनों की डरावनी आवाज़ें हों, इस शोर से ध्वनि प्रदूषण फैलता है, कानों को कष्ट मिलता है। पार्टी करने वालों को छोड़ कर बाकी सभी के लिए परेशानी का सबब बनता है शोर। वहीं प्रकृति के सौम्य शोर से मन को सुकून मिलता है। जो शोर सबसे अधिक तकलीफ़ देता है, वह है अपने अंदर की खामोशियों की गहराइयों से उठा शोर, जिसको शांत करना करीब करीब नामुमकिन होता है।

लहर

धीर, गंभीर, गहरा सागर किनारे पर आकर लहरों के रूप में अठखेलियाँ करने लगता है। ये शरारती लहरें आपके द्वारा रेत पर उकेरी हुई रेखाओं, चित्रों और रेत के महलों को ढहा कर भाग जाती हैं। ये लहरें लगातार बार बार आकर छूकर अपने साथ खेलने का आमंत्रण देती हैं। जो कुछ सागर को आप देते हैं, लहरों के ज़रिए वह सब वापस किनारे पर आ जाता है। जिन लहरों पर सवार हो कर सर्फिंग करने का मज़ा लिया जाता है, वे ही जब प्रचंड रूप धारण करती हैं, तो सुनामी आ जाता है।

खुशी

इतना छोटा सा शब्द और इतना गहरा कि पूरा ब्रह्माण्ड उस में समा जाए। हर कोई इसको पाने की इच्छा रखते हैं, पर खुशी एक मृगमरीचिका की भांति सबको चकमा दे कर निकल जाती है। जहाँ उम्मीद हो इसकी, वहाँ नहीं मिलती। लेकिन यह तो आपके अंदर ही होती है, छोटे छोटे पलों में महसूस की जा सकती है, खास तौर पर मित्रों के साथ।

अनकही बातें

मन में कितनी बातें अनकही रह जाती हैं। कभी कोई बातें साझा करने लायक अपना नहीं मिलता, तो कभी हालात, लिहाज़, मर्यादाएं, शर्म की ऐसी दीवारें खड़ी हो जाती हैं, जिनके कान नहीं होते। मन की बातें अनकही रह जाती हैं तो घुटन होने लगती है। लेकिन ये अनकही बातें कोई अपने आप समझ लेगा, ऐसी उम्मीद रखना बेवकूफी है। दूसरों को आपकी बात सुन कर बुरा न लगे, इसलिए खुद को घुटन की तकलीफ़ पंहुचायेगा रहते हैं। आप मन में अनकहा जो भी रखें, एक बार उसे कह दिया जाए, तो उसके नतीजे पर आपका वश नहीं रहता।

सरल

सरल होना, सीधा, सच्चा, निश्छल होना है। कठिन और जटिल केवल उलझनें बढ़ाते हैं। जितना सब कुछ सरल होगा, उतना ही समझने में आसान और सुंदर होगा। बिना किसी छल कपट और लाग लपेट के अपनी बात कहने और सरल स्वभाव से दुनिया को जीता जा सकता है। कुछ लोग सरल व्यक्ति को मूर्ख समझ बैठते हैं। बच्चे भी सरल और मासूम होते हैं। उनके इस गुण को बड़े भी अपना लें तो दुनिया में जीना कितना सरल हो जाए।

स्वर

हिंदी वर्णमाला की शुरुआत स्वरों से होती है। यही स्वर किसी भी भाषा भाषी के लिए बोलने का आधार होता है। 'स्वर' शब्द से ही सुर बना है। कोई सुरीला होता है, तो कोई बेसुरा, यह अपने वश में नहीं है, लेकिन स्वर मीठा है या कर्कश, इस पर अपना वश ज़रूर है कटु और मधुर स्वर का अंतर और प्रभाव मनुष्य, जानवर यहाँ तक कि वनस्पति को भी समझ में आता है। प्रकृति में भी विभिन्न स्वरों का सम्मिश्रण दिन रात, हर मौसम में विभिन्न स्रोतों से सुनने को मिलता है।

वर्षा ऋतु का आगमन

वर्षा ऋतु हर किसी के लिए अलग अर्थ और अलग भाव लेकर आती है। किसी के लिए उपयोगी, किसी के लिए परेशानी का सबब, किसी के लिए रूमानी, किसी के लिए विरह- अग्नि का कारण, किसी

के लिए सावन के झूले का आनंद, तो किसी के लिए महादेव के जलाभिषेक का भक्तिपूर्ण समय, किसानों के लिए जीवनदायिनी और बाढ़ आ जाए तो तबाही, वर्षा के अनेक रूप हैं। हल्की रिमझिम बारिश है या मूसलाधार, मिट्टी की सोंधी खुश्बू के साथ है, या सीलन की बदबू, कवि कालिदास के मेघदूत की प्रेरणा हो या झोंपड़ी की टपकती छत, वर्षा ऋतु का आगमन कितने भाव जगा देता है।

सितारा

रात का आसमान सितारों की टिमटिमाती रोशनी से जगमगा उठता है। ध्रुव तारा अपनी अटल स्थिति के साथ सदियों से भटके हुए यात्रियों का मार्गदर्शन करता आया है। किसी भी क्षेत्र में एक ऊंचा मुकाम हासिल करने वाले को उस क्षेत्र का सितारा कहा जाता है, जैसे नृत्य, संगीत फिल्मों, खेल के क्षेत्र में सितारे। किसी होटल या सुविधाओं से युक्त संस्थान भी उन्हें मिले सितारों से जाने जाते हैं कि वे कितनी सुविधा उपलब्ध कराते हैं। इसी तरह सुरक्षा बलों और सेना और पुलिस में भी ओहदे और योग्यता के आधार पर वर्दी पर सितारे लगाए जाते हैं। टूटते सितारे भी इच्छापूर्ति करते हैं, ऐसी मान्यता है।

हल

जैसे एक सैनिक की पहचान बंदूक है, वैसे किसान की पहचान हल है। खेतों को फसल के लिए तैयार करने के लिए हल से खेत जोते जाते हैं। जीवन के हर मोड़ पर खड़ी समस्याओं के लिए भी हल खोजा जाता है, जो किसान के हल से भिन्न है। जहाँ समस्या है, वहाँ उसके लिए हल भी होता है, सिर्फ नज़रिए और सब्र की ज़रूरत होती है। विद्यार्थी गणित के सवाल हल कर लेते हैं और वैज्ञानिक प्रकृति और विज्ञान के रहस्यों को हल करने में जुटे रहते हैं। कुछ भी हल कर पाने से सफलता महसूस होती है।

आंगन

आजकल की फ्लैट्स वाली संस्कृति में आंगन वाले घर पुराने ज़माने की याद बन कर रह गए हैं। आंगन की कमी कोई लिविंग रूम पूरी नहीं कर सकता। आंगन में पापड़, बड़ियां, अचार बना कर रखने, मसाले पीसने, धूप में अनाज सुखाने, पूरे परिवार के एक साथ समय बिताने की जगह के साथ तुलसी की भी जगह रहती है। बाबुल का आंगन छूटने की कसक हर दुल्हन के मन में होती है। आंगन में बैठे बुज़ुर्ग पूरे घर पर नज़र रखते हैं। बच्चे आंगन में पढ़ते और खेलते हुए बड़ों की नज़र के सामने रहते हैं। पर नाच ना जाने आंगन टेढ़ा।

यात्रा

जीवन खुद में जन्म से लेकर मृत्यु तक की एक यात्रा है, जिसमें कई मोड़ और उतार चढ़ाव आते हैं। यात्रा दैनन्दिन की एकरसता दूर करने का माध्यम भी है और ज़रूरी काम करने का ज़रिया भी। किन्हीं दो मंज़िलों के बीच यात्रा काम, पर्यटन, धर्म (तीर्थ) आदि के लिए की जाती है। अपने प्रदेश, देश, विदेश

और अब तो अंतरिक्ष यात्रा भी संभव है। मानव सभ्यता में पहिये के आविष्कार के बाद से यात्रा के कई साधन भी उपलब्ध हैं। यात्रा में सहयात्री कैसे हैं, के आधार पर अच्छे बुरे अनुभव और यादें बनती हैं।

उत्सुकता

उत्सुकता ऐसा भाव है, जिसने मानव सभ्यता को विकास के पथ पर डाले रखा है। उत्सुकता का कोई अंत नहीं। किसी एक मुद्दे पर अगर जवाब मिल जाता है तो, कोई और सवाल उठ खड़ा होता है। अनकहे, अनजाने, रहस्यमय को जानने की उत्सुकता भी चैन से बैठने नहीं देती। बच्चों के मन में सब कुछ जान लेने की अद्भुत उत्सुकता होती है। पर कुछ लोग दूसरों के जीवन में ताकझांक करने के लिए उत्सुक रहते हैं।

घड़ी

घड़ी समय का आकलन करने वाला यंत्र है। कितनी तरह की घड़ियाँ होती हैं, सूर्य की छाया से, रेत से समय बताने वाली, दीवार घड़ी, जेब घड़ी, कलाई घड़ी, और छोटी सजावटी घड़ी, अलार्म घड़ी आदि। विभिन्न देशों का समय एक घड़ी में, नई तकनीक की स्मार्ट घड़ी, आपके कदमों का हिसाब रखने वाली स्मार्ट घड़ी, चाहे बच्चों की प्लास्टिक घड़ी, या महिलाओं की आभूषण जैसी घड़ी, बड़े ब्रांड की घड़ी या सस्ती घड़ी हो, सिर्फ अपने मन की संतुष्टि के लिए होती है। समय तो सब में एक ही बताता है। यहाँ तक कि खराब घड़ी भी दिन में दो बार सही समय बताती है।

मस्ती अपनी दुनिया में

पूरे जीवन में एक बचपन का समय ही होता है जब कोई चिंता- फिक्र नहीं होती, मस्ती भरी दुनिया होती है। एक सपनीली दुनिया होती है। सुविधापूर्ण या अभावग्रस्त जीवन इस मस्ती को धुंधला नहीं कर पाते। बेफिक्र, निश्छल, सच्चे और सरल मन के साथ जीवन जीने का सही अर्थ होता है। मस्ती ना भविष्य की चिंता में धूमिल होती है, ना अतीत के बंधनों में बंधती है। अपनी कल्पनाओं और सपनों की मस्ती भरी ये दुनिया बचपन में ही संभव है। अगर किसी को पूछा जाए कि अगर दुबारा जीने का मौका मिले तो कौन सा समय चाहिए तो अधिकतर लोग बचपन को दुबारा जीने की ख्वाहिश रखेंगे।

काबिल

कोई भी किसी काम, नाम या इनाम के काबिल है या नहीं, इसके लिए कितने इम्तिहान, कितने स्तर पार करने पड़ते हैं। काबिलियत जन्मजात भी हो सकती है और अर्जित भी। हम अपने से ज़्यादा काबिल को तारीफ़ और कभी कभी ईर्ष्या की नज़र से देखते हैं। अपने से कम काबिल के लिए तरस और कभी कभी मज़ाक का भाव रहता है। काबिल होने के लिए निपुणता, मेहनत और हौसले का होना ज़रूरी है। काबिल

को काबिलियत के हिसाब से सफलता ज़रूर मिलती है, चाहे देर- सवेर हो। मुश्किल वक्त में ही काबिलियत का सही अंदाज़ा लगता है।

साथ निभाना साथिया

साथी होते ही हैं साथ निभाने के लिए, लेकिन एक दूसरे के पूरक होते हुए भी हमेशा एक साथ ही हों, यह ज़रूरी नहीं। जैसे दिन रात एक दूसरे के साथ संधि बेला में कुछ समय के लिए मिलते हैं, भोर और सांझ के समय। यही वक्त होता है जब दोनों में एक जैसी शक्तियाँ होती हैं, दोनों एक दूसरे में घुले मिले होते हैं। और फिर एक इतना शक्तिशाली हो जाता है कि दूसरे साथी को लील जाता है, जब तक दूसरे साथी के शक्तिशाली होने का समय नहीं आ जाता।

(अ) संभव

ईश्वर से किसी ने कहा कि क्या यह संभव है कि वे एक ऐसा पत्थर या चट्टान बनाएं जिसे किसी के लिए भी उठाना संभव ना हो। ईश्वर ने कहा, अभी लो, और पलक झपकते वैसी चट्टान सामने थी। अब उस व्यक्ति ने ईश्वर से कहा कि अब वे इस चट्टान को उठाएं। या तो पहला कार्य संभव है या दूसरा। जी नहीं, यह ईश्वरीय शक्ति का मज़ाक नहीं है, यह 'संभव' की शक्ति की बात है जो असंभव को भी संभव कर देती है। हाँ, असंभव को संभव करना संभव है, बस एक बार ठान तो लें।

भरोसा

ईश्वर का अस्तित्व भरोसे के आधार पर टिका है। इस भरोसे के बल पर मुश्किल वक्त भी आसानी से पार हो जाता है। भरोसा करने वाले का मन साफ होता है। जिस पर भरोसा किया जा रहा है, वह इस लायक है या नहीं, यह अपने बस में नहीं होता। भरोसा तोड़ने वाले एक बार अपना स्वार्थ सिद्ध कर सकते हैं, पर दुबारा उन पर भरोसा करना बेवकूफी है। भरोसा करके हमें एक शक्ति मिलती है। कोई हमारे साथ है, यह अहसास हमारी शक्ति को दुगुना कर देता है।

चमत्कार

ईश्वर योग्य लोगों की ही परीक्षा लेते हैं, अयोग्य पर समय व्यर्थ करना उन्हें गवारा नहीं। जब योग्य व्यक्ति है तो सफल होना भी लाज़मी है। ईश्वर परीक्षा में सफलता का पुरस्कार चमत्कार करके देते हैं। परीक्षा जितनी कठिन, उतना ही बड़ा चमत्कार। भाग्य में जो और जितना लिखा है, वह तो भोगना ही पड़ता है। लेकिन ईश्वरीय चमत्कार से उसमें भी बदलाव देखने को मिलता है। केवल भाग्य के भरोसे नहीं बैठना है, अपने कर्म और कर्तव्यों से भाग्य को बदला जा सकता है। ज़रूरत है कोशिशों के साथ चमत्कार के अतिरिक्त लाभ की।

धूल

धूल को सभी निकृष्ट समझते हैं, पर इस धूल पर पैर मारने से यही धूल उठ कर सिर पर सवार हो जाती है। और किसी की आंखों में धूल झोंकना तो हर दृष्टिकोण से बुरी बात होती है। कई लोग जीवन में समझौते करने में अपने आप को धूल बना देने की हद तक झुक जाते हैं, पर धूल की अहमियत कम न समझें, आंखों में पड़ जाए तो तकलीफ होती है। हाथी तो स्नान करके धूल से अपना श्रृंगार करता है। इसलिए किसी को धूल में मिला देने की ना सोचें। धूल से लिपटे लोग अपनी जड़ों से, धरती से जुड़े होते हैं।

धैर्य

धैर्य मानवीय गुणों में से एक बहुमूल्य गुण है। अधीर लोग जल्दबाज़ी के चक्कर में अपने काम बिगाड़ बैठते हैं। धैर्य व्यक्तित्व में गंभीरता और संतुष्टि का भाव लाता है। समुद्र भी धीर गंभीर होता है, पर जब कभी समुद्र अधीर होता है तो प्रलय आ जाती है। बुरे वक्त में धैर्य रखने से ही समस्या का समाधान दिखाई देता है। किसी भी दुविधा का अंत धैर्य पूर्वक सोच से ही संभव है। धीरज और गांभीर्य आपस में जुड़े हुए गुण हैं। चंचलता धैर्य नहीं रखती। अतः धैर्य रखें, समय से पहले और भाग्य से ज़्यादा किसी को नहीं मिलता।

भूल

भूल करना मानवीय है, मानव मात्र से ही भूल होती है। कोई जानबूझकर भूल करना नहीं चाहता। कभी अज्ञान, कभी अल्पज्ञान और कभी अनुभवहीनता भूल का कारण बन जाते हैं। पर कभी कभी कोई इतनी बड़ी भूल भी हो जाती है जिससे जीवन की दिशा ही बदल जाती है। और ऐसी भूल को जीवनपर्यंत भूल नहीं पाते। भूल होने पर उससे सबक लेकर सुधार करना, माफ़ी माँगना, बड़प्पन की निशानी है।

मैं हूँ ना.. ..

हर व्यक्ति का जीवन उतार चढ़ाव और उलझनों से भरा होता है। जब परेशानियां घेर लेती हैं और व्यक्ति अपने को अकेला समझ कर हताश होने लगता है, उसकी हिम्मत टूटने लगती है, तब किसी के ये तीन शब्द "मैं हूँ ना", कहना नवजीवन का संचार कर देते हैं। मुश्किल घड़ी में कोई सलाह देने के लिए साथ खड़ा है, ये अहसास ही समाधान खोजने की दिशा में आगे बढ़ने में मदद करता है। वैसे भी एक से भले दो। दो व्यक्तियों का दिमाग और मेहनत मिल कर काम की सफलता को सुनिश्चित करते हैं। तो मैं हूँ ना....

छोटी सी आशा

छोटी सी आशा लगभग असंभव काम को भी संभव बना देती है, क्योंकि जब तक सांस है, तब तक आस है। अंतिम क्षण तक संघर्ष करने की हिम्मत छोटी सी आशा से ही आती है। मन की आस छोटी सी क्यों ना हो, निराशा के घोर अंधकार को छांट देती है। आशा का होना ज़रूरी है, उसके छोटे बड़े होने का ज़्यादा असर नहीं होता। कहते भी हैं कि दुनिया उम्मीद (आशा) पर ही टिकी है।

स्नेह

स्नेह से दिया भी जलता है और रिश्ता भी चलता है। स्नेह का एक अर्थ तेल या चिकनाई है। स्नेह के उपयोग से स्निग्धता मिलती है। ऐसा ही कोमल और मुलायम अहसास रिश्तों में स्नेह होने से मिलता है। बड़े बुज़ुर्गों और बच्चों के बीच, भाई बहनों के बीच, मित्रों के बीच, दम्पति के बीच स्नेह का सम्बन्ध ही होता है। स्नेह की कमी से रिश्तों में रूखापन आ जाता है, और रूखेपन से आपसी संघर्ष के परिणामस्वरूप चिंगारियाँ निकलती हैं। किसी के प्रति स्नेह का अनुभव स्वाभाविक और प्राकृतिक है।

बला

माँ अपने बच्चों की बलाएँ लेते नहीं थकती, लोगों की बुरी नज़र से उन्हें बचाए रखने के लिए। दूसरी तरफ हर अलाबला से बचने के लिए लोग अपनी समझ से कई तरह के उपाय करते रहते हैं। बला टालने के लिए इन उपायों के सही गलत होने का निर्णय केवल विश्वास के आधार पर करते हैं। कभी कभी ये विश्वास अंधविश्वास की हद पार कर जाता है। बलाएँ बुरी होती हैं, नकारात्मक ऊर्जा देती हैं, पर जब खूबसूरती की मिसाल देनी होती है तो कहते हैं कि वह बला की खूबसूरत है।

दया

दया एक बहुत कोमल और मानवीय भाव है। अपने से किसी भी क्षेत्र में कमज़ोर के लिए आपके मन में उपेक्षा, हंसी, तरस या दया का भाव हो सकता है। इनमें सबसे सकारात्मक है। दया में बड़प्पन है, लेकिन बड़ा होने का घमंड नहीं। दया और ममता स्वभाव से आता है। दिखावे के शौकीन लोग भी दयालु होने का ढोंग कर सकते हैं। कभी कभी जानवरों में भी दया भाव दिख जाता है। एक सच्चे दयालु व्यक्ति से किसी का कष्ट नहीं देखा जाता।

लगाव

किसी से लगाव होना बहुत ही प्यारा अहसास है, यह किसी व्यक्ति, वस्तु या विचार से हो सकता है। लगाव अधिकतर रिश्तों का आधार बन जाता है। किसी के प्रति आपका प्यार, आपकी रुचि और दिल लगना ही लगाव है। जब तक यह अहसास एक सीमा तक होता है, सही होता है, लेकिन जब यह लगाव

सीमा पार कर अंधा हो जाता है तो महाभारत हो जाती है। इसलिए सीमा और मर्यादा का ध्यान रखते हुए लगाव रखना एक खूबसूरत अहसास है।

इशारा

परिस्थिति के अनुसार किसी को कोई बात, बिना सार्वजनिक किए, कम से कम शब्दों में या निशब्द रह कर आंखों या हाथ की मुद्राओं से समझाना अथवा कहना इशारा है। इशारा करके अपनी अच्छी बुरी बात दूसरे तक पंहुचाई जा सकती है। कोहनी मार कर भी अतिशयोक्ति से रोकने का इशारा होता है। केवल सच, झूठ या राज़ के लिए ही इशारे नहीं होते, प्रेम की अभिव्यक्ति भी इशारों में हो जाती है। कई बार दुविधा में ईश्वर से भी किसी इशारे के माध्यम से मार्गदर्शन की आशा की जाती है। बाकी तो, समझदार को इशारा काफी है।

तंग

जहाँ शहरों में चमचमाती, चौड़ी सड़कें हैं, वहीं अंधेरी तंग गलियां भी हैं। इनमें तंगहाल लोग अपनी परेशानियों के साथ जी रहे होते हैं। किसी को भी तंग करना कुछ लोगों के लिए मनोरंजक हो सकता है, पर जिसे तंग किया जा रहा है, उसे कितनी तकलीफ हो रही है, यह कोई नहीं पूछता। मज़ाक वही अच्छा है जिससे सबको खुशी मिले, न कि कोई तंग है। तंग कपड़ों का फैशन भी किसी न किसी रूप में बना ही रहता है, फिर चाहे वह तकलीफदेह ही क्यों ना हो। बड़े दिल वाले तंगी में भी खुश रह लेते हैं।

खुशनुमा चेहरा

जब कोई आपसे मिलता है तो सबसे पहले आपके चेहरे पर ही उसका ध्यान जाता है, उसके बाद अन्य चीज़ों पर। तो चेहरा आपका वस विज़िटिंग कार्ड है जो हमेशा आपके साथ रहता है और पहला प्रभाव भी डालता है। चेहरा सुंदर है या बदसूरत, यह अपने वश में नहीं है, वह ईश्वर प्रदत्त है। लेकिन चेहरे पर एक खुशनुमा भाव चेहरे को सुंदर और सौम्य बना देता है। यही खुशनुमा चेहरा आकर्षक भी लगता है और दूसरों के चेहरे पर भी खुशी लाता है। कभी कभी यह प्राकृतिक, स्वभावगत होता है, तो कभी यह एक दुखी मन का सार्वजनिक तौर पर ओढ़ा हुआ मुखौटा भी हो सकता है।

चैन

ज़िन्दगी की परेशानियों से बेचैन व्यक्ति को उसके अपनों के सहारे और साथ के आश्वासन और भरोसे से चैन मिल जाता है। अपने इच्छित लक्ष्य की प्राप्ति होने से मिला चैन तो अवर्णनीय है। अपने बच्चे को स्वस्थ और सुरक्षित देख कर माँ बाप के कलेजे को चैन मिलता है। बहुत इंतज़ार करने के बाद अपने प्रिय के आने की खबर से ही चैन आ जाता है। यह भगवान् का वरदान है कि दिन भर की भागदौड़ और थकान के बाद तकिये पर सिर रखते ही चैन की नींद आ जाए। तो, चैन आए मेरे दिल को, दुआ कीजिये।

स्वार्थ

स्वार्थ शब्द से ही नकारात्मकता का भाव आता है। हमेशा परमार्थ को मानवता के लिए आवश्यक गुण माना गया है। लेकिन थोड़ा स्वार्थी होना भी ज़रूरी है। अगर अपना ध्यान नहीं रखा, तो अपनों का ध्यान कौन रखेगा! लेकिन, बस इतना ही स्वार्थ बहुत है। इससे अधिक स्वार्थ आपको चारित्रिक पतन की दिशा में ले जाता है। स्वार्थ सिद्धि के लिए लोग किसी भी सीमा तक चले जाते हैं। फिर उनका भाव होता है, 'अपना काम बनता, भाड़ में जाए जनता'।

छलांग

किसी हिरण को छलांगें मार कर दौड़ते हुए देखा है? जब मन खुश होता है तो बिल्कुल हिरण की तरह ही कल्पनाओं के बादलों पर छलांगें मारने लगता है। और जब मुश्किल वक्त होता है तब भी अपनी रक्षा हेतु हिरण की तरह ही भयभीत, लेकिन पूरे जी जान से छलांग लगा कर मुश्किल से बाहर निकलने की कोशिश करते हैं। हिरण बड़ा जानवर है, उसकी छलांग भी बड़ी है, पर खरगोश और गिलहरी भी छोटे आकार की छलांगें दम भर लगाते हैं। सफलता की तरफ छलांग लगाने के लिए लगन, मेहनत और हौसले की ज़रूरत होती है।

शरारत

शरारत एक गुदगुदाने वाला प्यारा अहसास है, जिसे बचपन के साथ जोड़ कर देखा जाता है। लेकिन कोई भी व्यक्ति उम्र से नहीं, मन से भी बचपन की मासूमियत और शरारत को अपने अंदर बरकरार रख सकता है। शरारत तभी तक प्यारी लगती है जब तक उससे किसी को कोई नुकसान ना हो और सभी का मनोरंजन भी हो। हम अधिकतर बच्चों की शरारत पर उसे शैतान कहते हैं, पर बच्चे शैतान नहीं भगवान् का रूप होते है, अतः वे शैतान नहीं, शरारती होते हैं। खुशमिजाज़ लोग ही शरारत कर और मज़े ले सकते हैं।

हिम्मत

'हिम्मत मर्दा, मददे ख़ुदा', मतलब जो हिम्मत करता है, भगवान् भी उसी की मदद करते हैं। मुश्किल से मुश्किल समय में हिम्मत रखने वाले को ही समाधान दिखता है। सिर्फ बहादुर और बलवान ही हिम्मती हों, यह ज़रूरी नहीं। शरीर से कमज़ोर और दिव्यांग भी हिम्मत के बल पर असंभव को संभव कर पाते हैं। कभी कभी जिससे उम्मीद नहीं होती, वह भी हिम्मत करके संघर्ष कर मंज़िल पा लेता है। बस ज़रूरत है हिम्मत करने की और भाग्य भरोसे नहीं बैठने की, फिर आसमान में सुराख़ कर सकते हैं, एक पत्थर तो तबियत से उछालो यारो।

गंदगी

गंदगी किसी को पसंद नहीं होती, चाहे वह शारीरिक हो या अपने आसपास के वातावरण में। फिर भी गंदगी हम खुद ही फैलाते हैं और फिर शिकायत करते हैं कि गंदगी साफ नहीं की जा रही। कहते हैं कि कुत्ता भी बैठने से पहले जगह साफ करके बैठता है, दूसरी तरफ़ कुछ दूसरे पशु गंदगी में रहना ही पसंद करते हैं। यह आदत की बात है। पर सबसे ज़रूरी है कि भले ही तन साफ न हो, पर मन, सोच और व्यवहार में गंदगी ना हो। सोच गंदी हो तो बाहरी सफाई की चमक भी फीकी पड़ जाती है।

आत्मनिर्भरता

आत्मनिर्भरता एक ऐसा छलावा है जो मनुष्य को हमेशा उलझाए रखती है। कोई अपने को आत्मनिर्भर कहे या समझे, लेकिन हकीकत यह है कि दूसरों पर निर्भरता बनी रहती है। आर्थिक तौर पर आत्मनिर्भर भी अन्य क्षेत्रों में किसी न किसी पर निर्भर होता है। पूरे परिवार को चलाने वाला पुरुष अपनी छोटी छोटी ज़रूरतों के लिए स्त्री पर निर्भर होता है। स्त्री कितनी ही सक्षम क्यों न हो, भावनात्मक सुरक्षा के लिए पुरुष पर निर्भर हो ही जाती है।

मज़ाक

मज़ाक मज़े के लिए किए जाते हैं। लेकिन किसी का मज़ाक उड़ाना, या किसी की मुश्किल का मज़ाक बनाना, मज़ाक के मज़े को फीका कर देता है। मज़ाक तभी तक अच्छे लगते हैं, जब तक उनमें मासूमियत हो, निष्पाप हंसी हो, और किसी का कोई नुकसान ना हो। कई बार कड़वी सच्चाई को मज़ाक के चोले में भी पेश किया जाता है। मज़ाकिया स्वभाव हर किसी का नहीं होता। फिर भी मज़ाक के आवरण में लोग अपना दर्द छिपा लेते हैं। सबसे बड़ा मज़ाक तो ज़िन्दगी खुद है, जिसमें मौत की सच्चाई जानते हुए भी ताउम्र मेरा तेरा करते रहते हैं।

गंभीर

धीर गंभीर अथाह सागर से अधिक गंभीर कौन है, लेकिन जब दबाव और तनाव बढ़ जाता है तो समुद्र भी तूफान और सुनामी से कहर बरपा देता है। व्यक्ति भी विचार, व्यवहार से संतुलन बना कर गंभीर व्यक्तित्व दर्शाता है। यूँ तो खुशमिजाज़ लोग सबको प्रिय होते हैं, पर गंभीर व्यक्तित्व वाले लोग ज़्यादा भरोसेमंद माने जाते हैं। उनकी गंभीरता उन्हें व्यावहारिक, समस्या से अधिक समाधान पर ध्यान देने वाला बनाती है। ये भी सच है कि गंभीर व्यक्ति जीवन की छोटी छोटी खुशियों को जीना भूल जाते हैं। अतः बात गंभीर हो, पर गंभीर घाव देने वाली नहीं।

चुनरी

चुनरी, चुन्नी, दुपट्टा, ओढ़नी, सालू, अंगरखा आदि कितने ही नामों से जाना जाने वाला वस्त्र, भारतीय परिधान का एक महत्त्वपूर्ण हिस्सा है, जो स्त्रियों की लज्जा ढकने के लिए इस्तेमाल होता है। चुनरी सादी, फुलवारी या चिकनकारी की कढ़ाई वाली, फूलों या अन्य डिज़ाइन वाली, लहरिया, रंग बिरंगी, कैसी भी हो सकती है। मलमल की चुनरी हो या रेशमी सालू हो, सूती या जालीदार, सलमा सितारों, मोती या गोटे से सजी हो या फुंदने वाली, सलवार सूट या लहंगे के साथ ली जाती है। शादी के जोड़े की चुनरी तो जीवन पर्यंत संभाली जाती है। चुनरी आपस में बदल कर दोस्ती पक्की की जाती है। पर कभी कभी 'लागा चुनरी में दाग'।

ग्रामीण महिला

ग्रामीण महिला कहने भर से ही एक ऐसी महिला का ध्यान आता है जो सीधी सादी, थोड़ी अज्ञानी, और अनगढ़ स्वभाव की होगी। लेकिन सच यह है कि महिला ग्रामीण हो या शहरी, अपने परिवेश के अनुसार एक जैसे संघर्ष से ही गुज़रती है। केवल संघर्ष की प्रकृति, भाषा और पहनावे में कुछ कम ज़्यादा का अंतर हो सकता है। नहीं तो तेज़ तर्रार - सीधी सादी, पढ़ी लिखी – अनपढ़, घर गृहस्थी के कामों में निपुण- कैरियर में सफल, रिश्तों की मान मर्यादा और परम्पराएँ संभालने वाली महिला शहरी भी हो सकती है और ग्रामीण भी।

पाखंड

अपनी मानसिक और काल्पनिक छवि से लोगों के मन में भ्रम पैदा करने वाले पाखंडी होते हैं। ऐसे लोग जनता के भोलेपन और विश्वास की हत्या कर देते हैं। पाखंड झूठ को एक चमकीले, आकर्षक आवरण में सजा कर प्रस्तुत करने का प्रयास है। पाखंड के नाम से बाबाओं का ख्याल आता है, पर उनके अलावा भी कई प्रकार से पाखंड देखने को मिलता है। झूठी छवि के बल पर सामयिक लाभ तो संभव है लेकिन सच कभी ना कभी सामने आ ही जाता है। तो, पाखंड पर विश्वास करके आस्था का अपमान ना करें।

मंडप

मंडप सुनते ही शादी के मंडप का ध्यान आता है, जहाँ वर वधू को धार्मिक रीतियों के अनुसार जन्मों के बंधन में बांधा जाता है। इस मंडप को सजाने का भी एक तरीका होता है। इसके अलावा पूजा, नृत्य, नाटिका के मंचन के लिए भी मंडप हुआ करते थे। आजकल इनके लिए स्टेज होते हैं। मंडप में इन सबमें से जो भी काम हो रहा हो, मंडप को थोड़ा ऊंचा स्थान मिलता है, जिससे वहाँ संपन्न हो रहे काम को सभी अच्छी तरह से देख पाएं और उस काम की पवित्रता भी बनी रहे।

स्वाभिमान

स्त्री अपने स्वाभिमान की कीमत पर अपने परिवार की इज़्ज़त और रिश्तों को बचा कर रखती है। पुरुष का स्वाभिमान, उसकी देशभक्ति, काम के प्रति लगन आदि प्रशंसनीय होता है। वहीं दूसरी ओर छोटी बड़ी बातों में स्त्री के स्वाभिमान को कुचलने में कोई सोचता भी नहीं, फिर वह शादी से पहले हो, या बाद में, न ही कोई रिश्ता इससे पीछे हटता है। और यह एक बार नहीं, कई बार, हर रोज़, पूरा जीवन चलता है। यहाँ तक कि स्त्री भूल जाती है कि इंसान होने के नाते उसे स्वाभिमान रखने का हक़ है, यह उसके अस्तित्व की पहचान है।

मेहनती कामगार

मेहनत करना सफलता की सीढ़ी है। मेहनत कई प्रकार से की जा सकती है। शारीरिक मेहनत को समाज अधिक महत्व देता है, क्योंकि वह नज़र आती है। लेकिन मानसिक या दिमागी मेहनत भी उतनी ही महत्वपूर्ण है। एक मज़दूर दिन भर शारीरिक मेहनत करता है, तो उसका और उसके परिवार का पेट भरता है, वहीं दिमागी काम करने वाले भी उतनी ही मेहनत कर रहे होते हैं और अपने हिसाब से समाज में अपना योगदान दे रहे होते हैं। दुनिया का कोई भी काम हो, छोटा या बड़ा, मेहनत सबमें लगती है। और उस मेहनत का फल भी मिलता है, कभी मज़दूरी के रूप में, कभी सफलता के रूप में। पर बुरा तब लगता है जब मेहनत करने के बाद यह सुनने को मिले कि तुमने किया ही क्या है, या फिर आपकी मेहनत का सारा श्रेय कोई अपने नाम कर ले।

माली

माली एक पिता की तरह पूरी लगन, धैर्य और परिश्रम से पेड़ पौधे लगाने से पहले ज़मीन तैयार करता है, बीजने के बाद सही मात्रा में सींचता है। आवश्यकता अनुसार काट-छांट करता है, विपरीत परिस्थितियों से रक्षा करता है। भविष्य द्रष्टा बन कर सभी पेड़ पौधे तरतीब से लगाता है, ताकि सबको अपनी जगह मिले और सबके बीच सामंजस्य और सुंदरता दिखे। सबको सजा सजाया बाग दिखता है, माली की मेहनत और प्यार को कोई पहचान नहीं मिलती। यही माली के अभाव में सुंदर बगीचा भी बेतरतीब जंगल बन जाता है। उर्दू में माली हालत का मतलब आर्थिक स्थिति है।

कोहरा

सर्दियों में खास तौर पर पहाड़ों पर कोहरा छाना आम बात है। कभी कभी तो इतना घना कोहरा छाया होता है कि अपने आसपास कुछ नज़र नहीं आता, और समझ नहीं आता कि अगला कदम ज़मीन पर पड़ेगा या खाई में। डरावनी फिल्म में कोहरे से अचानक कोई निकल कर सामने आ जाता है और दिल की धड़कनें बढ़ा देता है, तो रोमांटिक फिल्म में कोहरा प्रेमी युगल को बादलों के बीच होने का अहसास

देता है। प्राकृतिक कोहरे के अतिरिक्त कुछ लोगों के दिमाग में पूर्वाग्रह का कोहरा छाया होता है। इसे ज्ञान से छांटा जा सकता है।

कैद

कैद में सभी ऐशोआराम मिलने के बावजूद आज़ादी की तड़प पहले तो सिर्फ कैदी समझ सकते थे, लेकिन कोरोना काल में लाकडाउन में घरों में कैद रहते हुए आमजन भी इस घुटन से गुज़रे हैं। जब सारी सुविधाओं के साथ अपने घर में रहते हुए लोग खुद को कैद मानने लगे तो सही मायने में कैद में रहने वालों को कैसा लगता होगा? मनुष्य तो अपराधी होने पर कैद की सज़ा काटते हैं, पर पशु पक्षी बिना किसी अपराध के सिर्फ मनुष्यों के मनोरंजन हेतु पिंजरे में कैद कर दिए जाते हैं।

दादी/नानी

बच्चों के बच्चे, पूंजी के ऊपर से मिलने वाले सूद की तरह प्यारे होते हैं। माँ बाप अपनी ज़िम्मेदारियों से घिरे होते हैं, और बच्चों पर प्यार और अनुशासन का संतुलन बनाए रखने में उलझ कर रह जाते हैं। पर दादी/नानी अन्य ज़िम्मेदारियों से मुक्त, बिना अनुशासन के आवरण के, खुल कर बच्चों पर प्यार लुटा पाती हैं, अपनी कहानियों से जीवन का अनुभव और संस्कार दे सकती हैं, घरेलू नुस्खों से परेशानियां दूर कर सकती हैं। छुट्टियों में एक प्यार भरा माहौल देकर आजीवन यादगार पल देती हैं, परम्परागत पकवानों से पहचान कराती हैं दादी/नानी।

बैग

बैग कितनी तरह के होते हैं, कपड़े, चमड़े, प्लास्टिक, काग़ज़ आदि के प्रयोग से बने रंगबिरंगे, डिज़ाइन वाले बैग। बाज़ार से सामान लाना हो, यात्रा करनी हो, स्त्रियों का छोटा बड़ा सामान रखना हो, बच्चों का स्कूल बैग हो, घर के छोटे बड़े सामान के संभाल के लिए, कचरा समेटने के लिए हम भिन्न आकार के बैग का इस्तेमाल करते हैं। स्त्रियों के बैग भी कितनी तरह के होते हैं, हैंडबैग, स्लिंगबैग, क्लच, पोटली और ना जाने कितने। फैशन और ज़रूरत के हिसाब से महंगे, ब्रांडेड या सस्ते बैग। कई बार ये बैग भानुमती का पिटारा बन जाते हैं।

बुज़ुर्गों की मस्ती

मस्ती करना किसी भी उम्र में संभव है केवल ज़िन्दगी की तरफ खुशनुमा नज़रिया चाहिए और दिल में बचपने भरी मासूमियत। बुजुर्गों की मस्ती में अनुभव और परिपक्वता का संतुलित मिश्रण होता है। वर्तमान को जी भर कर जी लेने की चाह होती है, निश्चित लेकिन अनिश्चित भविष्य की धार होती है, अतीत की यादों का बारम्बार जीवंत होना होता है, और यह सब मिलाकर बनती है बुजुर्गों की मस्ती। इस मस्ती में जीवन होता है, जीवन की कड़वाहट को भुलाने की कोशिश होती है।

फोन

आधुनिक समय में फोन उतना ही ज़रूरी बन गया है जितना सांस लेना। पुराने फोन अमीर लोगों और खास अधिकारियों के पास ही होते थे। इन लैंडलाइन में नम्बर घुमाने पड़ते थे। फिर फोन जनता के बड़े वर्ग में और पब्लिक बूथ में प्रयोग में आने लगे। मोबाइल फोन की शुरुआत से कहीं भी फोन का इस्तेमाल होने लगा। और तकनीकी विकास के बाद अब फोन बात करने, मैसेज करने के अलावा अलार्म, घड़ी, कैलेंडर, कैमरा, खेल, मनोरंजन, रेडियो, एक मिनी कम्प्यूटर, नोटबुक, बैंक, गूगल बाबा की क्लास, और सोशल मीडिया द्वारा सारी दुनिया से संपर्क संभव करने वाला यंत्र बन गया है।

सुख और शांति

अधिकतर लोग ईश्वर से प्रार्थना में अपने और अपनों के लिए सुख और शांति मांगते हैं। लेकिन ज़रूरी नहीं कि दोनों एक साथ मिलें भी। दुनियावी सुखों के रहते हुए भी इंसान मन से अशांत हो सकता है। और कोई मन से शांत और संतुष्ट होने के कारण किसी सुख की इच्छा नहीं रखता। जो अपने पास नहीं है, अभाव है, या फिर इच्छा है, तो मन शांति की अंतहीन तलाश में निकल पड़ता है और मिले हुए सुख को भी इस चक्कर में अनदेखा कर देता है।

झुमके

स्त्रियों के आभूषण में झुमकों का अलग ही स्थान है। सोने या चांदी से बने, छोटी सी घंटियों के आकार में कानों में पहने जाने वाले झुमके कविताओं और फिल्मी गानों में भी विशिष्ट विषय हैं। झुमके पहनने वाली स्त्री के मूड के अनुसार कभी हौले से मिलते हैं, या नाच नाच कर अपनी तरफ ध्यान आकर्षित करते हैं। फैशन के मुताबिक झुमकों का आकार या डिज़ाइन हो सकता है। कर्णफूल, बाली, कील, सुई धागा, बुंदे और ना जाने कितनी तरह के कर्णाभूषण होते हैं, परझुमके जब झूमते हैं तो अलग मज़ा देते हैं। बरेली के बाज़ार में गिरते भी हैं।

मुस्कुराहट

एक सच्ची मुस्कुराहट छूत की बीमारी की तरह देखने वाले के चेहरे पर भी अनायास आ जाती है, एक बेजान चेहरे पर चमक ला देती है। ये मुस्कुराहट किसी के बिगड़े मूड या दिन को संवारने में भी सक्षम है। पर शर्त यही है कि मुस्कुराहट केवल होंठों पर ही ना हो। आंखों तक उसकी पंहुच तभी होगी जब वह दिल से हो। वरना सभी यही पूछेंगे कि " तुम इतना जो मुस्कुरा रहे हो, क्या ग़म है जिसको छुपा रहे हो"।

मिठाई

मिठाई ऐसी चीज़ है जो दुनिया में सबको पसंद होती है। कुछ लोग स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता हेतु या डायबिटीज के कारण भले मिठाई खा न सकें, लेकिन अच्छी तो लगती है। मीठा हर खाने के साथ हो तो खाना स्वादिष्ट और पूर्ण लगता है। कितनी तरह की मिठाइयाँ होती हैं। हलवा, लड्डू, खीर, बर्फी, न जाने कितनी तरह से बनाई जाती हैं। मिठाइयों के इतने प्रकार हैं कि इस पर ग्रंथ लिखे जा सकते हैं। किसी भी शुभ कार्य या त्यौहार की मिठाई के बिना कल्पना भी नहीं की जा सकती। तो फिर, कुछ मीठा हो जाए?

घर वापसी

घर वापसी शब्द छोटा है लेकिन उसमें निहित भावना अनंत और अथाह है। कोई कितनी भी ऊंची उड़ान भर ले कितने ही लंबे सफ़र पर चला जाए, प्रवास पर रहे लेकिन अंततः घर वापसी ही अंतिम लक्ष्य है और अंतिम पड़ाव भी। आध्यात्मिकता के संदर्भ में देखें तो आत्मा का परमात्मा से मिलन भी घर वापसी है। जो सुकून घर वापसी पर मिलता है वह कहीं और नहीं मिलता, चाहे वह कितनी ही सुविधाजनक या प्यारी जगह क्यों न हो। वर्षों प्रवास में रहने वालों, मायके आने वाली बेटियों और थके हारे तन-मन को आराम देने की इच्छा रखने वालों से कोई पूछे 'घर वापसी' की कीमत।

मुसीबत

मुसीबत वह बुरा वक्त है जो कभी भी, कहीं से भी, किसी को भी घेर सकता है। प्राकृतिक आपदा हो या मनुष्य की अपनी बेवकूफ़ी या गलती का नतीजा, मुसीबत में कोई भी आ सकता है, बिना किसी भेदभाव के। ज़रूरी है कि मुसीबत के समय शांत भाव और विचार से उससे उबरने के बारे में सोचा जाए। आपकी कोशिश और ईश्वर कृपा से मुसीबत दूर हो सकती है। मुसीबत की अच्छी बात है कि इसमें अपने- पराए की पहचान हो जाती है। तो, सावधान, 'आ बैल, मुझे मार' कह कर मुसीबत को बुलावा ना दें।

प्यासा

प्यासे केवल मनुष्य ही नहीं, जीव जन्तु, पेड़ पौधे भी होते हैं, पर यह सिर्फ पानी की प्यास होती है। आध्यात्मिक तौर पर आत्मा परमात्मा से मिलन हेतु प्यासी होती है। मनुष्य की चाहतें अगर पूरी हो जाएं तो ठीक, नहीं तो ये उसकी प्यास बन जाती हैं। ये चाहत प्यार की हो, धन की हो, यश की हो, बल की हो या और ऐसे ही किसी भौतिक सुख की, पूर्णता के अभाव में प्यास को जन्म देती है। कहते हैं, इच्छा अपूर्ण हो तो आत्मा प्यासी रह जाती है। बारिश में प्यासी धरती हरी भरी हो जाती है।

ज़िद

ज़िद करना, मतलब किसी बात को लेकर अड़ जाना। अब ज़िद के भी दो पहलू हैं। अच्छी बात के लिए ज़िद करने वाले असंभव लक्ष्य को भी प्राप्त कर दिखाते हैं, केवल ज़िद के दम पर। दूसरी तरफ, नाजायज़ ज़िद करने वाले ज़िद्दी लोग कभी कभी ज़िद पूरी करने के लिए किसी भी हद तक चले जाते हैं, यहाँ तक कि सब कुछ बर्बाद करने से भी पीछे नहीं हटते। ज़िद्दी बच्चे किसी को अच्छे नहीं लगते, उन्हें बद्तमीज़ कहा जाता है। पर अच्छे उद्देश्य के लिए ज़िद करने से लाभ मिलता है। उचित अनुचित के बीच तय आपको करना है।

छल

छल उन चालों और धोखे का नाम है जो अपने फायदे के लिए कोई दूसरे के भरोसे को तोड़ कर देता है। छल कपट से कपटी को लग सकता है कि वह बहुत चालाक है, बहुत दिमाग वाला है, लेकिन वास्तव में वह केवल दूसरे के सीधेपन और विश्वास की बदौलत ही छल कर पाता है, इसमें उसकी बुद्धि का कमाल नहीं है। छल मन और बुद्धि के मैले होने की निशानी है। छल से मिली जीत भी खोखली होती है। छल से वह जताया जाता है, जो है ही नहीं।

एक कोशिश और

कोशिश करना अपने हाथ में होता है, उसका परिणाम फिर जो भी हो। कोशिश करने में बहुत हिम्मत लगती है, क्योंकि सब कुछ अनिश्चित होता है। लेकिन इसी हार को जीत में बदलने, अनिश्चित को एक आकार देने और सफलता की मंज़िल की तरफ बढ़ाए हुए अगले कदम का नाम ही तो कोशिश है। कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती। एक बार असफल हो भी गए तो अगली कोशिश सफल बना सकती है। कोशिश और हिम्मत छोड़नी नहीं है, सफलता मिलेगी ही। जब तक लक्ष्य मिल ना जाए, लगातार कदम - दर- कदम चलते जाना है, ‘ एक और कोशिश’ करते रहना है और यूं सफलता आपके कदम चूमेगी।

पिक्चर

पिक्चर ऐसे तो चित्र को कहते हैं, लेकिन छायाचित्र यानि फोटो और चलचित्र यानि फिल्म को भी आम भाषा में पिक्चर कहते हैं। हकीकत को कल्पनाओं के रंगों से सजा कर पिक्चर को पूर्ण रूप दिया जाता है। भावनाओं को व्यक्त करने का यह एक कलात्मक तरीका है। पिक्चर मनोरंजन का वह ज़रिया है जिसके माध्यम से कुछ सबक, कुछ संदेश और नए नज़रिए सामने आते हैं। यह अपने आप में एक पूरी इंडस्ट्री है, जिसने कितने ही लोगों को नाम, पहचान, रोज़गार आदि दिया है। पिक्चर सपनों को उड़ान देती है और सपनों को अंजाम भी।

रक्षाबंधन

रक्षाबंधन का त्यौहार यूं तो भाई बहन के प्रेम का प्रतीक माना जाता है, लेकिन यह इससे अधिक गहरा है। एक दूसरे की रक्षा करने का संकल्प, एक दूसरे की ज़िम्मेदारी लेने का एहसास केवल भाई बहन के रिश्ते तक सीमित नहीं है। जो भी दो व्यक्ति यह रक्षा का संकल्प लेते हैं, एक दूसरे को राखी बांध सकते हैं, फिर चाहे वह दो भाई हों, दो बहनें हों, राजा और प्रजा हो, ब्राह्मण और यजमान हों, या फिर प्रकृति (पेड़) और मनुष्य हों।

राह

राह भले ही उबड़ - खाबड़ हो, पर मंज़िल तक पंहुचने का ज़रिया होती है। किसी भी राह पर चल कर मंज़िल खोजने वाले लोग आसान राह या शार्टकट खोजते हैं, पर इससे सफलता निश्चित नहीं होती। कई बार राह को भी इतना प्यार कर बैठते हैं कि मंज़िल पाने के बाद खालीपन महसूस होता है। राह तो वहीं रहती है, हमराही बदल जाते हैं, या आगे निकल जाते हैं, या पीछे छूट जाते हैं। राह चलते हुए हर किसी को अपना साथी नहीं बना सकते। कोई दूसरों के अनुभव से सीखता है तो कोई राह पर खुद चल कर।

हैप्पी रक्षाबंधन

रक्षाबंधन भाई बहन के प्यार को दर्शाता है। लेकिन यह रक्षक और रक्षित का त्यौहार है। दो भाई भी एक दूसरे को राखी बांध सकते हैं, दो बहनें भी, मित्र भी। रक्षासूत्र एक दूसरे के प्रति वचनबद्धता है रक्षा हेतु। एक साधारण मौली या धागा और चीनी के कुछ दानों से भी राखी की भावना प्रेषित होती है। पर आजकल सोने चांदी की राखी, मंहगी सजीली राखी के साथ आरती की सजी थाली, मंहगी मिठाई या चाकलेट, मंहगे उपहारों से राखी के त्यौहार को व्यावसायिक रूप दे दिया गया है, भावनाओं का व्यापार न करें। हैप्पी रक्षाबंधन।

हंसी मज़ाक

ज़िन्दगी को देखने और भोगने का तरीका सबका अपना अपना होता है। कोई गंभीर होता है, तो कोई शिकायतों का पुलिंदा, कोई दुखी और परेशान होता है तो कोई हंसी मज़ाक में हर मुश्किल को आसान बना देने की कोशिश करता है। तनाव के माहौल को हल्का करने के लिए हंसी मज़ाक करना बहुत कारगर होता है और आपकी खुशी दूसरों तक भी पंहुचाया है। बस, किसी की मजबूरी या किसी कमी का मज़ाक नहीं उड़ाना चाहिए।

लक्ष्य

अर्जुन की तरह लक्ष्य वेधन तक केवल लक्ष्य पर ही ध्यान होना चाहिए। ध्यान भटकने से लक्ष्य चूकने की संभावना होती है। लक्ष्य सही है या गलत, उसे किस परिप्रेक्ष्य में देखा जाता है, यह अलग बात है। पर बिना लक्ष्य के जीवन जानवर के जीवन जैसा होता है। अतः जीवन में लक्ष्य होना अनिवार्य है। लक्ष्य हीन ऐसे ही है जैसे बिना दिशा जाने किसी यात्रा पर निकलना। लक्ष्य निर्धारित हो तो उस तक पंहुचने के रास्ते अनेक हो सकते हैं, चुनाव आपका होगा। पर पहले लक्ष्य निर्धारण करें।

संतुष्ट

जो और जितना मिला है उसमें संतुष्ट रहना लगभग असंभव है, ये महान लोग ही कर सकते हैं। साधारण लोग कुछ अधिक की चाह में दुखी होते हैं और संतुष्टि सुख से अनजान रहते हैं। अपने भाग्य, परिस्थिति और योग्यता से संतुष्ट रहना आदर्श माना जा सकता है, लेकिन ये संतुष्टि महत्वाकांक्षा और जीवन बेहतर बनाने और आगे बढ़ने से रोकती भी है। मानव सभ्यता का विकास ही न होता अगर आदिम जाति संतुष्ट होकर बैठ जाती, ना ही कोई आविष्कार हुआ होता। मगर संतुष्टि बहुत से दुखों से मुक्ति दिलाती है।

आज़ादी

आइए संकल्प लें, छोटी सोच, रुढ़िवादिता, बुरी आदतों से आज़ादी का, स्वविवेक और देश के विकास के लिए। जय हिन्द।

तारीफ़

अच्छी बात या काम के लिए तारीफ़ मिले तो सबको अच्छा लगता है। तारीफ़ ऐसा इनाम है जिस पर कोई खर्चा नहीं होता, और इसे बेहिसाब दिया जा सकता है। कई लोग तारीफ़ के लालच में ही अपने को बेहतर बनाने में प्रयासरत रहते हैं। तारीफ़ सच्ची हो तो अच्छे काम करते रहने की प्रेरणा मिलती है और झूठी हो तो अहंकार भर देती है। आपके द्वारा की गई छोटी सी तारीफ़ किसी के लिए बहुत बड़ी बात हो सकती है, जिसका शायद आपको अंदाज़ा भी न हो। है ना तारीफ़ लायक बात!

अंत

अंत एक समाप्ति हो सकती है, किन्तु इस अंत से एक नए आरंभ का जन्म होता है। पिछले का अंत अगले के आरंभ का संकेत है। सृष्टि का यह चक्र चलता रहता है और संसार इसी प्रकार गतिशील बना रहता है। अंत से क्षणिक सुख मिलता है अगर दुख और दु स्वपन का अंत हुआ हो। वहीं सुख का भी अंत आता है, तो क्षणिक दुख आता है, पर नई शुरुआत की उम्मीद भी बंधती है। जिसका भी आरंभ

हुआ है उसका अंत निश्चित है, यह अटल नियम है जिसके अपवाद स्वरूप स्वरूप स्वयं ईश्वर के अवतार भी नहीं हैं।

दोषी

दोषी गलत करने, कहने और सोचने वाला होता है। पर कई बार आरोप लगने पर भी दोषी मान लिया जाता है। फिर अपने को निर्दोष साबित करते रहें। लोगों की नज़र में आप दोषी हैं या नहीं, उन्हें फर्क नहीं पड़ता, पर आप अपना जी जान लगा देते हैं इन आरोपों से बचने हेतु। कभी हम किसी व्यक्ति किसी वस्तु, परिस्थिति, भाग्य को दोषी ठहरा कर अपने दोष छुपाने की कोशिश करते हैं, तो कभी अपनी गलती जानते हुए भी दूसरे की आड़ में दोषी कहलाने से बच जाते हैं। पर उपदेश कुशल बहुतेरे।

प्रमाण

सच की हमेशा जीत होती है, फिर भी सच को सच प्रमाणित करने के लिए प्रमाण देना पड़ता है। प्रमाण के अभाव में ईश्वर के अस्तित्व पर भी सवाल उठाए जाते हैं। तो मनुष्य स्वार्थ वश झूठ के आवरण को स्वयं ओढ़ लेता है और सत्य को प्रमाण का सहारा लेना पड़ता है। झूठ भी अपने को झूठे प्रमाणों से सच प्रमाणित कर सकता है। इस प्रमाण के लिए लोग आंखों देखी और कानों सुनी पर विश्वास कर लेते हैं। कहते हैं कि हाथ कंगन को आरसी क्या, पढ़े लिखे को फ़ारसी क्या।

त्याग

त्याग आदर्श और महानतम मानवीय गुणों में से एक है। कभी किसी मन्नत अथवा किसी प्रण के लिए अपनी किसी प्रिय वस्तु का त्याग कर देते हैं। अपनों की सुरक्षा और सुविधा के लिए अपने सुख का भी त्याग किया जाता है। अपनी बुरी आदतों और सोच का त्याग करना वांछनीय है। हमारे देश में परोपकार के लिए प्राणों तक का त्याग करने की परम्परा है। माँ बाप का अपने बच्चों के लिए त्याग, देश की प्रतिष्ठा और स्वतंत्रता के लिए सैनिकों द्वारा प्राणों का त्याग आदर्श है।

अस्त

सूर्य का जब उदय होता है तो कितना सुंदर, सलोना, आशाओं से परिपूर्ण होता है। अपनी विजय यात्रा में सूर्य प्रबल, प्रचंड होते हुए तेज़ धूप और गर्मी से बेहाल कर देता है। दिन भर की भागदौड़ के बाद थके मांदे सूर्य को अस्त होने के मार्ग पर चलना होता है। अस्त के साथ एक बार फिर सूर्य का सौम्य, मृदुल रूप सामने आता है। मनुष्य भी जन्म से मृत्यु तक ऐसी ही यात्रा को भोगता है। जिसका उदय हुआ है उसका अस्त अवश्यंभावी है। अस्त होते हुए पुरानी गरिमा की याद में न रह कर विनम्र रहना सुरुचिपूर्ण होगा।

खुशियों भरी दोस्ती

सच्ची दोस्ती खुशियों भरी हो न हो, सुकून भरी ज़रूर होती है। उम्र कोई भी हो, दोस्ती मन में छुपे बच्चे को जीवित कर देती है। दोस्त गिने चुने होते हैं, जान पहचान वाले असंख्य हो सकते हैं। कितने भी समय बाद मिलें, दोस्त से मिलने की खुशी ही अलग होती है। ज़रूरी नहीं कि दोस्त हमेशा एकमत हों, लेकिन अलग दृष्टिकोण होने पर भी उनमें मतभेद हो सकता है, मनभेद नहीं। सच्चे दोस्त तो कभी कभी बिना शब्दों का सहारा लिए भी मन की बात समझ जाते हैं।

वादा

वादा वह प्रतिबद्धता है जो आप अपने आप से या अपने करीबियों से करते हैं। वादा निभा कर आप अपनी ईमानदारी जताते हैं। और वादाखिलाफी करने वाले सिर्फ वादा नहीं तोड़ते बल्कि दूसरे का भरोसा भी तोड़ते हैं, उनकी उम्मीद, उनके सपने भी तोड़ते हैं। यह एक बहुत बड़ा गुनाह है। ईमानदार इंसान वादा निभाने के लिए किसी भी हद तक चले जाते हैं, भले ही इसमें उनकी जान ही क्यों न चली जाए, वे अपना फायदा नुकसान नहीं देखते। मेरा खुद से वादा है कि ज़िन्दगी जीने के लिए है, नफ़रत के लिए नहीं।

सपना

नींद में अच्छे बुरे सपने आते हैं, कुछ याद रहते हैं, कुछ जागते ही भूल जाते हैं। स्वप्न शास्त्र से इनके अर्थ को जान कर भविष्य जानने, शगुन अपशगुन का पता लगाने की कोशिश करते हैं। मनोविज्ञान में सपनों के अर्थ विश्लेषण से व्यक्तित्व का पता लगाया जाता है। खुली आँखों से देखे गए सपने आपकी महत्वाकांक्षा, आपकी आकांक्षा को दर्शाते हैं। सपने उन्हीं के पूरे होते हैं, जो उन्हें पूरा करने की दिशा में मेहनत करें, सोते नहीं रह जाएं। कुछ लोग इतने निर्लिप्त होते हैं कि, वे सपने देखते ही नहीं। कहते हैं कि भोर का सपना सच होता है।

साफ़

साफ रहना, अपने आसपास और वातावरण को साफ़ रखना न केवल शरीर के लिए, बल्कि मन के स्वास्थ्य के लिए भी आवश्यक है। साफ़ कपड़े भले ही पुराने हों, मनुष्य की अच्छी आदत और सुरुचि के परिचायक होते हैं। साफ़ रहने के अतिरिक्त मानसिक सफाई भी ज़रूरी है। सोच और मानसिकता गंदी हो और कपड़े चकाचक हों तो यह सिर्फ छलावे और दिखावे की निशानी है। मन से साफ बच्चों की तरह बड़े भी छल कपट से दूर रहें तो दुनिया कितनी सरल हो जाए। जेब पर हाथ साफ़ करने वालों से बचें। जो मन में हो, साफ़ साफ़ कहें।

मांग

मांग करने का अधिकार छोटों को होता है, और बड़े अपने प्यार को जताने के लिए उनकी मांग पूरी भी कर देते हैं। कभी कभी ये काम बिना विवेक के करते हैं कि मांग उचित है या अनुचित। अनुचित मांग पूरी करना सभी के लिए हानिकारक होता है, छोटे बिगड़ जाते हैं और बड़े मांग पूरी करने के लिए गलत कदम उठाने से भी पीछे नहीं हटते। एक दुल्हन की मांग में सिंदूर भर कर पति ज़िन्दगी भर अपनी मांगें पूरी करवाने का खुद को अधिकारी मानने लगता है। ईश्वर आपकी उचित मांगें पूरी करें।

उत्तर

कोई भी प्रश्न तभी पूरा होता है जब उसका उत्तर मिले। उत्तर के अभाव में अधूरापन रहता है, एक बेचैनी, एक उत्सुकता रहती है। प्रश्न को उत्तर मिलने से एक दिशा मिलती है। दसों दिशाओं में से एक उत्तर दिशा भी है। जीवन में इतने प्रश्न होते हैं कि उत्तर की तलाश में पूरा जीवन निकल जाता है। कोई सांसारिक कर्तव्य निभाते हुए दैनन्दिन के छोटे उत्तर खोजता है, तो कोई बुद्ध, महावीर की तरह सन्यास और तपस्या से बड़े, गूढ़ प्रश्नों के उत्तर खोजते हैं। एक परीक्षार्थी के लिए उत्तर पुस्तिका महत्वपूर्ण है और जिज्ञासु के लिए उत्तर।

सलाह

जब मन में दुविधा हो तो शुभचिन्तकों से सलाह की आस होती है। सलाह देने वाला अपने अनुभव, योग्यता और कर्मक्षेत्र के मुताबिक सलाह देता है। यह सलाह आपकी परिस्थिति के अनुसार उचित है या नहीं, यह आपको तय करना होगा। डाक्टर और वकील कभी मुफ्त सलाह नहीं देते, क्योंकि यही तो उनकी रोज़ी रोटी है। यूँ भी, बिन मांगे दी गई सलाह की कोई कीमत नहीं होती। दान की तरह सलाह भी पात्र कुपात्र देख कर दी जानी चाहिए। बन्दर को बारिश में घर बनाने की सलाह देने पर चिड़िया का घोंसला उजाड़ दिया जाता है।

ग्रामीण हस्तकला

आज के मशीनी युग में हस्तकला दुर्लभ होती जा रही है। कितने ही कलाकार गुमनामी के अंधेरे में खोते जा रहे हैं, और रोज़गार के अभाव में कला पीछे छूटती जा रही है। हर क्षेत्र की अपनी पहचान लिए ग्रामीण हस्तकला में जो मिट्टी का सोंधापन है, वह मशीन से तैयार वस्तुओं में कभी सोचा भी नहीं जा सकता। हस्तकला में एक ही कलाकार के हाथ से तैयार कोई दो वस्तुएँ एकदम एक जैसी नहीं होतीं, हर वस्तु अपने आप में अद्भुत और अपूर्व होती है। आज के एआई के ज़माने में जहाँ तकनीक और व्यापार आदि के साथ कला पर भी एआई कब्ज़ा कर रहा है, हस्तकला, और वह भी ग्रामीण, ताज़ा हवा का झोंका है। सदियों की परम्परा से अपने को जोड़े रखने का ज़रिया है ग्रामीण हस्तकला।

गाना

गाना संगीत प्रेमियों के लिए सुख दुःख का साथी है। प्रसन्न मन स्वयं गुनगुनाने लगता है। दुखी व्यक्ति उदास गानों में सहारा खोजता है। भजन, प्रेमगीत, गज़ल, पार्टी के झूमते गीत, लोकगीत, गाने के अनेक रूप हैं। हर मूड और समय के लिए गाना मिलता है, फिल्मी हो या शास्त्रीय। गाना गाने और सुनने के लिए सिर्फ मन में भावना होनी चाहिए। राग, सुर ताल, संगीतकारों के लिए हैं, आम आदमी तो मनमौजी हो कर गाता है। गाना आए या ना आए, गाना चाहिए। तभी तो महफ़िल सजती है। गाने की भाषा कोई भी हो, पूरी दुनिया में इसका एक सा आनंद मिलता है।

आदर

आदर अपनों से बड़ों के प्रति मान सम्मान का भाव है। ये बड़े, उम्र, अनुभव, योग्यता, पद, प्रतिष्ठा, सोच, किसी भी तरह से बड़े हो सकते हैं। आदर मन से किया जाता है, ज़बरदस्ती किया गया आदर केवल दिखावा होता है। किसी भी आदरणीय के प्रति सम्मान दिखाना, आपके अच्छे संस्कार और स्वविवेक का परिचायक है। किसी दबाव या लालच के कारण किया गया आदर, अनादर के बराबर ही है, जब आदर देने की आड़ में मन ही मन गाली दे रहे हों।

आज्ञा

किसी कार्य को करने से पहले उससे सम्बंधित बड़े की आज्ञा लेना हर छोटे का कर्तव्य है। परिस्थिति और समय के अनुसार आज्ञा न मिल सके, तो स्वविवेक से भी काम किया जाता है। आज्ञाकारी व्यक्ति अनुशासन में रहता है, दूसरे, कार्य के परिणाम का उत्तरदायित्व उस पर नहीं होता, आज्ञा देने वाले का होता है। आज्ञा देने वाले को भरोसा होता है कि उसकी आज्ञा का पालन किया जाएगा, उसका सम्मान होगा। कई बार आज्ञा लेने के लिए छोटे छल भी करते हैं। हमारे पुराणों और शास्त्रों में आज्ञाकारिता के अनेकों उदाहरण हैं।

संदेह

जब किसी पर भरोसा करना चाहते हुए भी पूरा भरोसा न हो रहा हो, तो संदेह का जन्म होता है। संदेह रिश्तों की मधुरता मिटा देता है। जैसी दिखावे और छलावे वाली दुनिया है, किसी पर अंधविश्वास करना सही नहीं है। लेकिन संदेह को स्वभाव बना लेना भी सही नहीं है। कहते हैं कि शक की बीमारी का इलाज हकीम लुकमान के पास भी नहीं। संदेह के आधार पर अपराधियों की पहचान की जाती है। संदेह करना अच्छा नहीं, परंतु कभी कभी आवश्यक होता है। आपको कोई संदेह तो नहीं?

कमाल

जो आपकी सोच से आगे निकल कर सामने आ खड़ा होता है, वह आपको कमाल लगता है। ये जादुई कमाल कभी सपनों को उड़ान दे देता है तो, तो कभी दु स्वपन को साकार कर देता है। कमाल की बात है कि कमाल को हम हमेशा ऊपर वाले की मेहरबानी और जादू से जोड़ कर देखते हैं। अपनी अपेक्षाओं से ज़्यादा करने की हिम्मत करें, कमाल आप भी कर सकते हैं।

फिज़ूल

हम जाने अनजाने कितना कुछ फिज़ूल खर्च करते रहते हैं। पैसा वक्त, अपनी सोच से खड़ी की गई परेशानियों पर दिल का सुकून, खाना, पानी, चीज़ें, ये सब सोच समझ कर खर्च किया जा सकता है। दूसरी तरफ, जो हमारे लिए फिज़ूल है, वह किसी और के लिए ज़रूरत हो सकता है। कलात्मक सोच वाले फिज़ूल समझी गई चीज़ों से चंडीगढ़ के रॉक गार्डन जैसी सुंदर जगह का निर्माण कर सकते हैं। और हम भारतीय किसी भी चीज़ के अंतिम स्वरूप तक उसका उपयोग करने में माहिर हैं, चाहे इसे मध्यवर्गीय सोच कह कर मज़ाक किया जाए, पर फिज़ूल नहीं होने देंगे।

'प्रिय….. '

प्रिय ज़िन्दगी,

कैसी हो? सब तुमसे आशाएं रखते हैं, और इन आशाओं के पूरा ना होने पर तुम्हारी शिकायतें करते हैं। पर कोई तुम्हारा हाल नहीं पूछता। तुम खुश हो कर झूमती हो, उदास हो कर चुपचाप आंसू बहाती हो, जोश में आकर दौड़ पड़ती हो, थक कर कुछ देर थमना चाहती हो, पर लगातार चलती रहती हो। प्रिय सखी, मैं तुम्हारे बिना कुछ नहीं। मैं तभी तक हूँ, जब तक तुम हो। तुम जैसी हो, मेरी अपनी हो, तुम्हारे दिए सुख दुःख मेरे सिर माथे। तुम्हारे हर मोड़ पर हमेशा तुम्हारे साथ हूँ, मौत के सफ़र तक साथ चलने को तैयार…..

तुम्हारी हमसफ़र

सम्मान

अपने से आयु, अनुभव, योग्यता आदि से बड़े का सम्मान करना अच्छे संस्कारों और अच्छी परवरिश की निशानी है। सम्मान में बड़े समारोह आयोजित किए जा सकते हैं, बड़ी बातें कर सकते हैं या फिर केवल एक बार सम्मान में आंखें, सिर झुका लेना भी काफी होता है। सम्मान दिल से किया जाता है, ज़ोर ज़बर्दस्ती से यह संभव नहीं। अपना स्वार्थ सिद्ध करने हेतु लोग किसी का सम्मान करने का दिखावा करते हैं। रिश्तों में स्नेह के अलावा भरोसा और सम्मान से ही मज़बूती आती है। सम्मान पाने वाले के ऊपर भी सम्मान के योग्य बने रहने का दायित्व होता है।

किराया

किराया वह है जो आप किसी चीज़ के इस्तेमाल करने के बदले में देते हैं जो आपकी नहीं। पहले बस घर और कुछ वाहन आदि पर यह सुविधा मिलती थी, पर अब करीब करीब हर चीज़ किराए पर मिल जाती है। यहाँ तक कि शादी ब्याह और अन्य अवसरों पर रिश्तेदारों की जगह इवैंट मैनेजमेंट वाले सब काम करते हैं। ज़िन्दगी के अंत पर रोने वाले भी किराए पर मिल जाते हैं (रुदाली)। जहाँ अपना कुछ नहीं, अपने कोई नहीं वहाँ किराए से ही अपनेपन का भ्रम बना कर रखना पड़ता है।

मूल्य

दुनिया में हर चीज़ का मूल्य है, चाहे उसे पैसे से चुकाया जाए या प्यार से, डर से, या भक्ति से। मूल्य से तय होता है कि कोई चीज़ बहुमूल्य है, अनमोल है या मामूली। और मूल्य तय किया जाता है इस आधार पर कि उस चीज़ की ज़रूरत कितनी है। सारा अर्थशास्त्र इसी मांग और आपूर्ति के नियम पर काम करता है। भौतिक वस्तुओं के मूल्यों के अतिरिक्त नैतिक मूल्यों की भी महत्ता है, इनसे जीवन को सही दिशा मिलती है। इन नैतिक मूल्यों का ज्ञान और दान गुरुजनों और अनुभवी लोगों से मिलता है।

कटोरे पर कटोरा, बेटा बाप से भी गोरा

नारियल या श्रीफल सदियों से मानव जाति के काम आता रहा है। गर्मियों में नारियल पानी, साल भर नारियल के विभिन्न पकवान, मन्नत पूरी करने के लिए और प्रसाद में नारियल का उपयोग, नारियल के तेल के विभिन्न उपयोग, नारियल के बाल से बने कितनी प्रकार के सामान, नारियल के अनगिनत प्रयोग से यह फल हमारे जीवन का एक अभिन्न अंग बन गया है। किसी के अनुशासित, कठोर किंतु मन से कोमल व्यक्तित्व की नारियल से तुलना की जाती है। पर किसी के सिर पर नारियल गिर पड़े तो उसका नारियल (सिर) फूट जाता है।

कलम

कलम का आविष्कार भाषा को लिखित रूप देने के लिए हुआ। कलम से शब्दचित्र के अतिरिक्त भावनाओं की अभिव्यक्ति होती है। कलम की ताकत इतनी है कि केवल लेखक के भावों को रूप नहीं मिलता, बल्कि पढ़ने वालों में भी भावनाओं को उभार मिलता है। बोले गए शब्दों का असर दिलों पर लंबे समय तक रह सकता है लेकिन लिखे हुए को सदियों पीढ़ियों तक पंहुचाया जा सकता है। कलम तलवार उठाने को मजबूर कर सकती है और प्यार जताने पर भी। कलम से ज्ञान का प्रसार होता है तो व्यापार भी होता है।

मौसम

मौसम सभी सुहाने होते हैं, पर हर मौसम के साथ उसकी अति होने पर मुश्किलें भी होती हैं। समय चक्र के साथ मौसम बदलते रहते हैं। सभी मौसम प्रकृति के सर्वांगीण विकास के लिए आवश्यक हैं। इसलिए कोई एक मौसम ही हमेशा बना नहीं रहता, न ही ऐसा होना चाहिए। फिर भी मौसम को बदलते रहने का आरोप सहना पड़ता है। मनुष्य अपना स्वभाव, आदतें नहीं बदलता और मौसम के बदलने को अस्थिरता का नाम देता है। हर मौसम अपने साथ मौसमी फल और सब्जियों का उपहार ले कर आता है। बस, हर मौसम के मज़े लेने।

नाटक

नाटक जीवन का ही प्रतिरूप है। कल्पनाओं का आधार भी जीवन से जुड़ा होता है। बस, नाटक में जीवन को थोड़ा बढ़ा चढ़ा कर दिखाया जाता है। दर्शक नाटक की परिस्थितियों में अपना जीवन या संभावित परिस्थितियों को देख कर उससे जुड़ जाते हैं। नाट्यशास्त्र के अनुसार नाटक में नौ रसों को दिखाया जाता है, जो सभी मानवीय भावनाओं का प्रतिनिधित्व करते हैं। कभी कभी लोग मंच के बिना भी असल जीवन में अपनी स्वार्थ सिद्धि के लिए नाटक करते हैं। नाटकीय ढंग से कभी कभी ज़िन्दगी भी अचानक कोई मोड़ लेकर हैरान कर देती है।

व्यस्त

व्यस्त रहना बहुत ज़रूरी है क्योंकि खाली दिमाग, शैतान का घर। लेकिन दूसरी तरफ़ अति व्यस्त रहना उचित नहीं है। अधिकतर व्यस्त रहने वाले कहते हैं कि अपने कार्यक्षेत्र में सफलता की चोटी घूमने है। या उनके व्यस्त रहने का कारण परिवार है। लेकिन ये दोनों कारण सही नहीं हैं। सफल होना अच्छी बात है, पर उसके लिए सबसे कट कर अकेले रह जाना नहीं। और जिस परिवार के लिए आप व्यस्त हैं, उस परिवार के साथ समय न बिता सकें, तो व्यस्त होने का फायदा क्या। अतः व्यस्त रहें, मस्त रहें, और सबसे ज़रूरी स्वस्थ रहें।

मेहमान

हमारे देश में मेहमान नवाज़ी मशहूर है। मेहमान घर पर आते रहें तो गृहस्वामी की सामाजिकता दिखती है, और घर में बरकत होती है। पर मेहमान बिन बुलाए हों तो असुविधा हो सकती है। और जब मेहमान अपने रहने की अवधि पार करने लगें तो जी का जंजाल बन जाते हैं। मेहमानों के सत्कार के लिए अच्छे, मंहगे बर्तन, खास पकवान, साज सजावट आदि रखने का रिवाज है, भले खुद कैसे भी रहें।मेहमानों में भगवान् को देखने का भाव भारतीय संस्कृति है। अतिथि देवो भवः।

“प्रिय….. “

“ प्रिय सखी,

मैं तुम्हारा साथ बहुत मिस करती हूँ। आजकल स्मार्ट फ़ोन के समय में पत्र लिखना तो छूट ही गया है। कॉल पर तुम्हारी आवाज़ सुनती हूँ, कभी कभी विडियो कॉल पर तुम्हारी शक्ल भी देख लेती हूँ, लेकिन ये सब क्षणिक सुख हैं। पत्र में दिल के भाव खुल कर सामने आ जाते थे। जितनी बार भी पत्र निकालूं, पढ़ूं, उतनी ही बार जैसे मैं तुम्हें छू लेती हूँ। सारी दूरियाँ खत्म हो जाती हैं। पहले तुम्हारे अगले पत्र का इंतज़ार बना रहता था और जन्मदिन और शादी की सालगिरह पर पार्सल भेजने के लिए उपहार तैयार करने की उत्सुकता भी।

तुम्हारी.. “

कोयल

कोयल अपनी मीठी आवाज़ के लिए पक्षियों में एक अलग पहचान रखती है। देखने में खूबसूरत न होते हुए भी उसकी खूबसूरती उसकी कुहुक में झलकती है। ईश्वर सबमें कोई न कोई गुण अवश्य देते हैं। कोयल अपना घोंसला नहीं बनाती, कौए के घोंसले में अपने अंडे रख देती है। पर सभी अवगुणों पर भारी कोयल का एक गुण है। यह हम इंसानों के लिए भी एक सबक है कि अपने गुणों को ऐसे संवारें कि लोग आपके अवगुण भूल जाएं। कोयल की बात हो तो, स्वर कोकिला लता मंगेशकर जी की याद आना स्वभाविक है।

श्याम

श्री राम का रंग भी श्री कृष्ण की तरह श्याम मानने की परम्परा है, फिर भी श्री कृष्ण को ही श्याम के नाम से जाना जाता है। श्याम रंग ऐसा है कि सब रंगों पर भारी पड़ता है और सबको अपने अंदर संजो लेता है। सारी दुनिया गौर वर्ण को खूबसूरती का मानक मानती है, पर श्याम रंग में एक सलोना, सांवला आकर्षण होता है। बादलों का श्याम रंग किसानों में आशाओं का रंग भर देता है। सूर्य की प्रबल चमक पर घन श्यामल मरहम लगा कर राहत देते हैं। श्वेत को पूरा करने के लिए श्याम का भी योगदान है। राधेश्याम।

फ़र्ज़

अपने हक़ को पाने के लिए सभी आगे रहते हैं, न मिल पाए तो लड़ने, छीनने के लिए तैयार रहते हैं। पर जब फर्ज़ निभाने का वक्त आता है तो अधिकतर लोग अनजान बन जाते हैं। फर्ज़ मां बाप, परिवार, समाज, देश, धर्म और काम के लिए निभाया जाना चाहिए। पर होता यह है कि लोग अपनी सहूलियत

से हक़ को याद रखते हैं, फर्ज़ भूल जाते हैं। फर्ज़ निभाने वाले इंसान हर तकलीफ़ और परेशानी से गुज़र कर भी अपने रास्ते से नहीं हटते। ये जज़्बा अपने अंदर से आता है, ज़बर्दस्ती थोपा नहीं जा सकता।

फुटपाथ में दुकान

व्यापार छोटा हो या बड़ा, करोड़ों का हो या दैनिक ज़रूरतों के लायक भर पैसों का, व्यापार ही है। फुटपाथ में दुकान लगा कर कोई गरीब अपनी पंहुच लायक वस्तुएँ बेचता है, तो वे वस्तुएँ भी ऐसी होती हैं जो एक गरीब या मध्यवर्गीय व्यक्ति की पंहुच में हों। अमीर या उच्च मध्यवर्गीय लोग मॉल या शोरूम से खरीदी करने में सक्षम हैं और अपनी सुविधा के एवज में अधिक कीमत देने में सक्षम हैं। लेकिन फुटपाथ में दुकान सभी के लिए उपलब्ध है। इनके साथ मोलभाव करना उचित नहीं। दूसरी तरफ, फुटपाथ चलने के लिए होता है। फुटपाथ में दुकान चलाना सभी के लिए असुविधाजनक हो जाता है। इसका उपाय कर लिया जाए तो यह अवधारणा गरीब के आत्मसम्मान के लिए उपयुक्त है।

शहद

शहद प्रकृति का मीठा तोहफा है, जिसे इसके स्वाद के अतिरिक्त औषधीय गुणों के लिए भी जाना जाता है। शहद मधुमक्खियों द्वारा फूलों के पराग के संग्रहण और संस्करण से तैयार किया जाता है। मधुमक्खियों के छत्ते में जमा किये हुए शहद को मनुष्य खाद्य पदार्थ और औषधि के रूप में उपयोग करते हैं। शहद प्राकृतिक होने के साथ साथ कभी न खराब होने वाली वस्तु है। शहद जैसी मीठी और रेशमी आवाज़ मन मोह लेती है।

कलश

कलश मंदिरों के उच्चतम स्तर को दर्शाते हैं, उनकी सुंदरता और पवित्रता से मंदिर जीवंत हो उठते हैं। वहीं आम आदमी के घर में कलश मिट्टी या धातु के हो सकते हैं, इनमें जल संग्रह करके रखा जाता है। पुराने ज़माने में व्यापारी वर्ग के लोग कलमों में सोने, चांदी के सिक्के और गहने रख कर घर में ज़मीन के नीचे दबा कर रखते थे। कलश वही है, केवल उसके प्रयोगकर्ता की आवश्यकता के अनुसार उपयोग में अंतर होता है। पूजा, यज्ञ, विवाह मंडप आदि में भी कलश का महत्वपूर्ण स्थान है।

“प्रिय.... “

“ प्रिय मैं,

अपनों को प्यार करने और अपनों का ध्यान रखने में मैं खुद को भूल गई थी। आज पत्र लिखने का मौका मिला तो लगा कि क्या मैं खुद को पत्र लिखकर अपने को ज़िन्दगी के कुछ पल दे सकती हूँ, जो बस, मुझसे मुझ तक, बस मेरे लिए हों? इन कुछ पलों में मैं भी अपनी ज़िंदगी जी लूं। इतना स्वार्थ तो बनता

है, क्योंकि मैं हूँ तो मेरी ये दुनिया है। मेरे बाद दुनिया तो होगी, पर मेरी ना होगी। इसलिए, प्रिय मैं, अपना ध्यान रखो, और यूंही कभी कभी मिलते रहना। "

रथ

रथ शब्द सुनते ही पौराणिक कथाओं, सदियों पहले के राजसी वाहन का ध्यान आता है। आधुनिक समय में भी राष्ट्रपति का रथ, शादी में दूल्हे का सजावटी रथ और कुछ चुनींदा शहरों में राजसी महसूस कराने के लिए थोड़ी दूर के लिए मिलने वाले रथ हैं। इन सबमें सर्वोपरि रथ है, भगवान् जगन्नाथ जी का। अर्जुन के रथ के सारथी की बात हो या कर्ण के रथ के पहिये के टूटने से उसके अंत की कथा, अंततः रथ के महत्वपूर्ण योगदान को दर्शाता है। आम आदमी के लिए रथ का सस्ता रूप तांगा भी अब पुराने ज़माने का हो गया है। सूर्य का सप्त अश्व युक्त रथ भी तो है।

दहन

रावण दहन के साथ बुराइयों के दहन का भी संकल्प लिया जाता है। ऐसा हो नहीं पाता इसलिए हर साल यह प्रक्रिया दोहराई जाती है, एक नई उम्मीद के साथ। बुरे और बेकार का दहध कर देना न केवल गंदगी दूर कर देता है बल्कि स्वच्छता की ओर ले जाता है, जैसे लोहड़ी और होलिका दहन में होता है रचनाकार प्रेम और विरह के दहन को रचनात्मक कार्य से शांत करता है। दूसरी तरफ़ हिन्दुओं में शव के दहन की परम्परा है। कुछ लालची लोग ज़िंदा बहू के दहन जैसे घृणित कार्य से भी पीछे नहीं हटते। सर्दियों में अलाव दहन से कितना आराम मिलता है।

स्नेह

रिश्ते हों या दिए की लौ, बिना स्नेह के नहीं चल सकते। स्नेह शब्द से जो कोमलता और अपनत्व की भावना मिलती है, वही इस शब्द की परिभाषा भी है। स्नेह के आधार पर ही दुनिया का हर रिश्ता टिका है। स्नेह से सींचे हुए रिश्ते बहुत मज़बूत होते हैं। इसमें विश्वास का पोषक तत्व है और स्वार्थ सिद्धि की कोई जगह नहीं। आपकी स्नेहाकांक्षी।

गुलाम

गुलामी प्रथा तो काफ़ी समय पहले समाप्त हो चुकी है। मानवता पर इस दाग का मिटना उचित भी है। लेकिन किसी इंसान को खरीदना, बेचना, उसे गुलाम बना कर उसके साथ अमानवीय व्यवहार करना, भले खत्म हो गया है, पर इंसान खुद की बुरी आदतों, अपनी छोटी सोच और पिछड़ी मानसिकता का गुलाम बन कर रह जाता है। ज़रूरत है इस गुलामी से खुद को आज़ाद करना। किसी को अपना गुलाम बनाना ही है तो अपने प्यार, व्यवहार और गुणों से बनाएं। इस गुलामी से कोई आज़ादी नहीं चाहेगा। बल्कि खुशी से जीवनपर्यन्त आपका गुलाम रहेगा।

बाढ़

प्राकृतिक विभिषिकाओं में एक बाढ़ भी है। भारी बारिश, बादलों का फटना, बांध के गेट खोल देना आदि कारणों से आई बाढ़ ऐसी तबाही मचा देती है कि जान माल का बहुत नुकसान हो जाता है। हर तरफ पानी देख कर दिल दहल जाता है। उफनती नदियाँ, तटबंध तोड़ कर, अमर्यादित हो कर घरों को तोड़ते हुए, जीवजंतु, इंसान, सामान, पेड़ पौधे, सब कुछ बहा ले जाने में लग जाती है। इस प्राकृतिक आपदा के पीछे भी कई बार मनुष्य की गलतियों का हाथ होता है। हे प्रभु, बाढ़ लानी ही है तो जीवन में खुशियों की बाढ़ लाएं।

श्रद्धा

श्रद्धा एक कोमल भाव है, जो अपने पूज्यनीय और आदरणीय के प्रति आपके पूर्ण विश्वास को दर्शाता है। सबसे श्रद्धेय तो स्वयं ईश्वर हैं, फिर माता पिता और गुरु और उसके बाद वे लोग जिन्हें हम अपना आदर्श मानते हैं। जहाँ श्रद्धा होती है, वहाँ अविश्वास अथवा कोई प्रश्न नहीं होता। पर, सावधान, श्रद्धा रखना उचित है, पर यह देखना भी अनुचित नहीं होगा कि आपका श्रद्धेय सुपात्र है भी या नहीं। अंधश्रद्धा ऊंचाई पर ना ले जा कर गर्त में धकेलने का काम करती है। अपने श्रद्धा सुमन अर्पित करें, पर सुपात्र को।

“प्रिय.....

“प्रिय भगवान् जी,

आप मेरे पूज्यनीय, मेरे आदरणीय हैं, साथ ही मेरे प्रिय हैं। आपने हम सबको जीवन दिया, यह सारी दुनिया दी, पूरी प्रकृति दी। आपने प्रारब्ध सुनिश्चित कर हमें खेलने दिया। और हम बच्चे इस भ्रम में हैं कि हम कर्म कर रहे हैं और उसके फल को भोगते हैं। जबकि वह सब आपकी इच्छा का हिस्सा है। हमें खेलता देख आपकी ममता को पूर्णता मिलती होगी, जैसे माँ को, बच्चे को खेल खेल में बड़ों की नकल करते देख कर लगता है। जीवन, जीवन के हर उतार चढ़ाव के लिए, हर सुख दुःख के लिए धन्यवाद।

आपका एक खिलौना।

सरल

गणित में रेखा के सरल या ऋजु होने से गणना में अंतर आ जाता है, उसी तरह जीवन में भी सरलता एक उत्तम गुण होते हुए भी सबज्ञाननी सुलभ नहीं है। सीधे, सरल का लोग लाभ उठाते हैं, उपहास करते हैं, और अपनी होशियारी और दुनियादारी पर खुश होते रहते हैं। बच्चों का मन सरल होता है, कोई छल कपट नहीं होता। दुनियादारी के नाम पर हम सरलता छोड़ कर अपने जीवन को उलझा देते हैं और फिर दूसरों को कोसते रहते हैं। टेढ़े मेढ़े रास्ते लुभावने होते हैं, पर सरलता को कठिनाई से डरना नहीं चाहिए।

आकर्षण

दो लोगों या दो वस्तुओं के बीच के खिंचाव और लगाव को आकर्षण कहते हैं। फिर वह पृथ्वी का गुरुत्वाकर्षण हो, चुंबक के दो सिरों के बीच का चुंबकीय आकर्षण हो या दो दिलों के बीच प्रेम आकर्षण हो, उसकी तीव्रता उसके क्षेत्र में आने वाला ही समझ सकता है। कहने को तो विपरीत के बीच आकर्षण सबसे अधिक होता है। पर मानवीय आकर्षण में विचारों और पसंद वगैरह का समन्वय बहुत महत्वपूर्ण है। आकर्षण और प्रेम में अंतर होता है। शारीरिक सुंदरता से आकृष्ट होना प्रेम नहीं, पर सुंदरता और सौम्यता आकर्षित करती है।

कोमल

जो भी वस्तु कोमल हो, मनभावन होती है। कोमल भावनाएँ, या रिश्ते हों, कोमल, बालसुलभ त्वचा और बाल हों, रेशमी, मुलायम कपड़े हों, या नए उगते, कोमल पत्ते, किसलय, हों, कोमलता किसी भी रूप में महसूस की जाए, बहुत प्यारी लगती है। कठोर से तुलना करने पर ही कोमलता का अहसास बढ़ता है, कोमल को समझना आसान होता है। इसलिए कोमल और कठोर विपरीत होते हुए भी एक दूसरे के पूरक हैं। रिश्तों में कोमल भावनाएँ रिश्तों को मज़बूत बनाती हैं। कठोर को तोड़ा जा सकता है, कोमल झुक कर अपना अस्तित्व बनाए रखता है।

सम्पत्ति

पूत कपूत तो क्यों धन संतो, पूत सपूत तो क्यों धन संवत। संपत्ति का संचय करना ही नहीं चाहिए। दुनिया की आधी समस्याएं इस संपत्ति के संचयन से जुड़ी हैं। हम अपने भविष्य के लिए संपत्ति जोड़ते हैं, और अपने वर्तमान को खो देते हैं। हमारे बच्चों के लिए हमारी जोड़ी हुई संपत्ति का कोई मोल ही नहीं होता। कपूत संपत्ति उड़ा देता है, और सपूत खुद कमाने में सक्षम होता है। हम किसी वस्तु के साथ किस सोच या याद को संजोते हैं, और बच्चों के लिए वह एक कबाड़ से ज़्यादा कुछ नहीं होता।

योग्य

योग्य वह हर पात्र है जो आदर्श मानकों को पूरा करें। योग्य बनने के लिए जन्मजात गुणों के अतिरिक्त अर्जित गुणों का भी योगदान होता है। कोई पूजा, आदर प्यार के योग्य होता है तो कभी कोई दंड और प्रताड़ना के योग्य। अंतर है तो कर्म का, मेहनत और नीयत का। अयोग्य होना कोई अपराध नहीं है और ना ही यह कोई नियम है कि अयोग्यता हमेशा के लिए होती है। अयोग्य भी योग्य बन सकता है, केवल मौका मिलना चाहिए।

तारा

तारा एक हो या अनगिनत, टिमटिमाते हुए, सूर्य और चंद्रमा को टक्कर देने की कोशिश में लग जाता है। रात के अंधकार में खुले आसमान में तारे झिलमिलाती चादर की तरह दिखते हैं। ध्रुव तारा अपनी जगह अटल रहता है, इसलिए भटके हुए राही और नाविकों को दिशा निर्देश देता है। तारा जीवित रहते हुए रात के आसमान को खूबसूरत बनाता है और टूटने पर लोगों की मनोकामना पूरी करने का मौका देता है, ऐसा माना जाता है। तारा ईसाई और इस्लाम धर्म में महत्वपूर्ण स्थान रखता है। वर्दी पर सितारे और दुपट्टे पर तारे भी सजीले लगते हैं।

चमक

हर चमकती हुई चीज़ सोना नहीं होती और चमक भी कई तरह की होती है---- भौतिक, आंतरिक और आध्यात्मिक। भौतिक चमक अधिकतर छलावा होती है, उसके पीछे के अंधकार को उस तक पंहुचने से पहले नहीं पहचाना जा सकता। आंतरिक चमक इंसानियत से जुड़े गुणों से आती है और आध्यात्मिक चमक तो कुछ गिने चुने महान लोगों में ही होती है, जिसका दूसरा नाम 'तेज' या 'ऑरा' है।

बापू

महात्मा गॉधी, जिनको श्री रवींद्र नाथ टैगोर ने महात्मा की उपाधि दी थी, आम जनता के लिए बापू नाम से जाने जाते रहे। अपने रहन सहन, पहनावे से पूर्ण रूप से देसी अवतार में रहने वाले गांधीजी के लिए बापू नाम ठेठ देसी और सटीक है। राष्ट्रपिता एक सजीला नाम है, पर उसमें अपनापन नहीं है। बापू शब्द से नज़दीकी महसूस होती है। एक अंतर्राष्ट्रीय व्यक्तित्व होते हुए भी यह देसी पहचान रखने वाले बापू को उनके जन्मदिवस पर सादर नमन।

हमारी जड़ें

कोई तरक्की करके कितनी भी सफलता की ऊंचाइयों को छू ले, पर फलते फूलते रहने, अपने अस्तित्व की पहचान बनाए रखने के लिए अपनी जड़ों से जुड़े रहना बहुत ज़रूरी है। ये जड़ें आपके अस्तित्व को ज़मीन के यथार्थ से जोड़ती हैं, आधार देती हैं, मज़बूती देती हैं। इन जड़ों में आपका घर, राज्य, देश, बोली, भाषा, धर्म, संस्कृति, वर्ग, रहन सहन, पहनावा, खानपान, सोच का दायरा और भी न जाने क्या क्या नज़र आने लगता है। यही व्यावहारिक भी है। जो ऐसा नहीं करते, वे अपनी पहचान खो देते हैं, जैसे कौवा चला हंस की चाल, अपनी चाल भी भूला।

उचित

हमेशा उचित सोचना, बोलना, करना एक आदर्श हो सकता है, लेकिन संभव नहीं। इंसान गलती करता ही है, न करे तो ईश्वर हो जाए। कई बार पता होता है कि उचित क्या है, पर दिल और दिमाग़ एक स्तर पर मिल नहीं पाते, और इस दुविधा में अनुचित कर बैठते हैं। उचित अनुचित करने पर अपने को निर्दोष साबित करते हुए दूसरे को दोषी ठहराना, या उस पर आरोप लगाना भी उचित लग सकता है, जो कि है नहीं। किसी एक का उचित किसी दूसरे का अनुचित भी हो सकता है। उचित कह रही हूँ ना?

पक्ष

पक्ष के कितने अर्थ हैं, परों के आधार से ही पक्षियों की उड़ान होती है, और इंसानों में हौसले की। पक्ष चंद्रमा की स्थिति को जानने का एक कैलेंडर है, कृष्ण पक्ष या शुक्ल पक्ष। चंद्रमा के साथ मनुष्य जीवन में भी सुख दुःख के पक्ष एक पहिये की तरह घूमते रहते हैं। और पक्ष किसी की तरफ़ से खड़ा होना भी है। अब ये आपकी स्थिति पर निर्भर है कि आप पक्ष में हैं या विपक्ष में। अपना पक्ष रखने के लिए आप कितने सक्षम हैं, इस पर यह निर्णय होता है कि आपके पक्ष में कौन और कितने आएंगे।

ग्रहण

ग्रहण शब्द सुनते ही एक नकारात्मक छवि सामने आती है जो हमें सूर्य या चंद्रग्रहण का ध्यान दिलाती है। वैज्ञानिक और खगोलीय पहलू के अलावा धार्मिक आस्था के अन्तर्गत ग्रहण नकारात्मक लगता है। पर दूसरा पक्ष सकारात्मक भी है, जहाँ ग्रहण का अर्थ कुछ पाना है। हर सिक्के के दो पहलू होते हैं, वैसे ही हर परिस्थिति, हर व्यक्ति में कुछ अच्छा और कुछ बुरा होता है। उसमें से अच्छे का ग्रहण करना ही सकारात्मकता है।

उत्सुक

उत्सुक होना अच्छी बात है। किसी भी कार्य को करने का, सीखने का उत्साह, रास्ते में आने वाली रुकावटों को हटाने में मदद करता है। जहाँ जीने की उत्सुकता नहीं, वहाँ नकारात्मकता है। सभी अज्ञात को, भविष्य को जानने के लिए उत्सुक रहते हैं। कुछ लोगों को दूसरे के जीवन में झांकने की उत्सुकता होती है। नया सीखने की उत्सुकता तो प्रशंसनीय है पर अति उत्सुक होना कभी कभी जान भी ले लेता है। सही दिशा और मात्रा में उत्सुक होना सभी के लिए अच्छा होता है।

शौकीन

शौक भले ही जितनी तरह के हों, शौकीन अपने आप में एक अलग ही जाति है, एक अलग धर्म है। अपने शौक पूरे करने के लिए शौकीन किसी भी हद तक चले जाते हैं। शौक उनकी आदत बन जाती है,

उनका स्वभाव हो जाता है, उनकी इबादत बन जाती है। शौकीन जब तक अपने शौक पूरे न कर ले, उसे रुहानी सुकून नहीं मिलता। इस शौक के पीछे शौकीनों ने राजपाट लुटा दिए। शौकिया कोई काम करना और उसी को जुनून बना लेना, यही आम आदमी और शौकीन में फर्क होता है।

मूक

मूक होना कीई समस्याओं का हल है। किसी विवाद को मूक रह कर टाला जा सकता है, बहुत सी कड़वाहटों को रोका जा सकता है। पर यह भी सच है कि लोग अधिकतर मूक व्यक्ति को निर्बल मान लेते हैं और उसका फायदा उठाने का प्रयास करते हैं। पर मूक रहना उस व्यक्ति की कमज़ोरी नहीं ताकत है, जो शब्द और आवाज़ के रहते हुए भी मूक है। कभी लोग सही गलत में फर्क नहीं समझ पाते, तब भी मूक दर्शक बन जाते हैं। यह एक प्रकार का व्यवहार है खुद को कष्ट से बचाने के लिए।

गरज

कहते हैं कि जो गरजते हैं वो बरसते नहीं। पर घन गर्जना से दिल दहल जाता है, लगता है कि प्रकृति अपना गुस्सा जता रही है। वनराज शेर की गरज उसके शिकार योग्य जानवरों को भयभीत कर देती है, तो गजराज अपने आकार के प्रभाव को गरज से स्थापित करता है। आकाश और धरती पर इन जीवों की गरज से समुद्र की गर्जना भी कम नहीं है। सौम्यता से सबका मन मोहने वाले जब गरजते हैं तो उन्हें हल्के में नहीं लेना चाहिए, फिर वह शत्रु की चेतावनी देती युद्ध गर्जना ही क्यों न हो।

किस्मत

किस्मत, भगवान् की मर्ज़ी और मनुष्य के प्रयास, ये तीन चीज़ें मिल कर ज़िन्दगी बदल सकते हैं। केवल किस्मत पर भरोसा कर के बैठ जाना उतना ही गलत है जितना सिर्फ अपने काम पर घमंड करना। न कोई किसी की किस्मत बदल सकता है, और न ही लिख सकता है। हम किसी को समझा सकते हैं, सिखा सकते हैं, किसी की किस्मत से लड़ नहीं सकते। पर मन में विश्वास रख कर प्रयास करने से किस्मत की दिशा बदल ज़रूर सकते हैं। कहते हैं न कि समय से पहले और किस्मत से ज़्यादा किसी को नहीं मिलता, किस्मत के धनी को भी नहीं।

अंतिम

किसी भी परिस्थिति या वस्तु का अंत सुखद भी हो सकता है, दुखद भी। अंतिम होना किसी भी चीज़ का अंत नहीं है। यह तो परिवर्तन का पहिया है जो अंत और नई शुरुआत के बीच चलता रहता है। कहीं कुछ अंतिम होगा तो उसके आगे एक आरंभ आएगा। जीवन चक्र में रात दिन, सुख दुःख की तरह अंत और आरंभ का होना भी अटल सत्य है। अतः अंतिम कुछ भी नहीं।

गुप्त

सबसे छिपा कर किया गया कार्य गुप्त रहेगा, ऐसा समझा जाता है। पर दुनिया में कुछ भी गुप्त नहीं रहता। ऊपर वाला तो सब देख ही रहा है, किसी न किसी रूप में हर गुप्त बात उजागर हो ही जाती है। पर अपनी सुविधा और सुरक्षा के लिए इंसान की प्रवृत्ति है कि वह कुछ बातों को गुप्त रखे। कहीं साज़िश करने के लिए, कहीं सुरक्षा कारणों से, तो कभी सरप्राइज़ देने के लिए, तो कभी दूसरों को तकलीफ़ से बचाने के लिए बातें गुप्त रखी जाती हैं। इससे गलतफहमियों और अफवाहों का खतरा रहता है। कभी कभी अस्वीकार की स्थिति में अपने मन में भी कुछ गुप्त बातें दबी रह जाती हैं।

मान

मान सम्मान के लिए सुपात्र को पहचानना ज़रूरी है। अयोग्य व्यक्ति का मान करना आपके प्रयास व्यर्थ करने जैसा है। चापलूस लोग स्वार्थ सिद्धि के लिए मान देते हैं, पर उसमें सच्चाई नहीं होती। जहाँ अपनापन होता है, वहाँ रूठना मनाना भी होता है। इस मान- मन्नौवल से प्यार बढ़ता है। गणित और विज्ञान में गणना के लिए मान निर्धारित हैं। कभी कभी अनुमान लगाने के लिए भी कुछ बातें माननी पड़ती हैं। किसी से प्रभावित होकर भी यही कहा जाता है कि 'मान गए'।

शक

शक का इलाज तो हकीम लुकमान के पास भी नहीं था। शक ऐसी बीमारी है जो शक करने वाले को भी बरबाद कर देती है और उसे भी जिस पर शक किया जाता है। शक किसी भी रिश्ते की बुनियाद हिला देता है, और जब बुनियाद ही मज़बूत न हो तो रिश्ते की इमारत कैसे टिक सकती है। यही शक तब फलदायी होता है जब किसी अपराधी को पकड़ने के लिए इसका इस्तेमाल हो। कोई शक?

जलन

जलन तन की हो या मन की, तकलीफ़ बहुत होती है। जैसे तन की जलन कुछ मरहम लगा कर कुछ समय में ठीक हो जाती है, पर निशान छोड़ जाती है। कुछ वैसे ही मन की जलन कुछ तसल्ली और कुछ अपने आगे निकल जाने की खुशी से शांत हो सकती है, पर निशान उसका भी रह जाता है। सम्बन्ध कभी भी सामान्य नहीं हो पाते, एक गांठ रह ही जाती है। अगर, जो स्वयं के पास है, उससे संतोष करना सीख लें तो जलन होगी ही नहीं। पर जलन आपको आगे निकलने, स्वयं को बेहतर करने की प्रेरणा भी दे सकती है।

नहर

नहरें खेतों की सिंचाई के लिए उपयोगी हैं, लेकिन नहर के साथ बचपन की कुछ प्यारी यादें जुड़ी हैं। मेरे ननिहाल वाले घर के नज़दीक नहर थी। खेतों के बीच से निकलते हुए नहर की तरफ जाना, नहर पर जाकर सभी लोगों का वहाँ मस्ती करना, कैसे भुला सती हूँ। एक पिकनिक सा माहौल होता था। बड़ी मौसियां समय का सदुपयोग करने के लिए कपड़े धोने के लिए वहीं ले जाती थीं। नहर में नहाने के अलावा काम भी हो जाता। और हम बच्चों के लिए गर्मी की छुट्टियां रोमांचक बन जातीं।

कीचड़

कीचड़ गंदगी का वह हिस्सा है जो अधिकतर बारिश में गलियों, सड़कों, नालियों में भर जाता है। आती जाती गाडियों से कीचड़ के छींटों से पैदल चलने वाले परेशान हो जाते हैं। कीचड़ से मैले हुए कपड़े फिर भी साफ हो सकते हैं, पर कुछ लोगों के दिमाग में कीचड़ भरा होता है। ऐसे लोगों द्वारा दिए गए दाग कभी कभी जीवनपर्यंत नहीं मिटते, क्योंकि वे कपड़ों पर नहीं मन पर पड़ते हैं। कपड़ों और शरीर पर पड़े कीचड़ को पानी और साबुन से साफ किया जा सकता है, तभी तो कहते हैं कि 'दाग अच्छे हैं'।

सुंदर

दुनिया में सब कुछ सुंदर है केवल देखने का नज़रिया होना चाहिए। समस्त संसार ईश्वर का बनाया हुआ है, अ सुंदर हो ही नहीं सकता। फिर भी सुंदरता की परिभाषा देश, काल, संस्कृति के अनुसार बदल जाती है। एक माँ के लिए उसकी संतान सबसे सुंदर होती है, एक प्रेमी के लिए उसकी प्रेमिका, फिर वह काली ही क्यों न हो (लैला)। क्योंकि सवाल गोरे काले का नहीं, भावना का है। तन की सुंदरता समय के साथ ढल जाती है, पर मन की सुंदरता जीवन के बाद भी महसूस की जा सकती है। सत्यम् शिवम् सुंदरम्।

अनपढ़

अनपढ़ होना तब तक ठीक हो सकता है, जब तक उस व्यक्ति के पास जीवन के खट्टे मीठे कड़वे अनुभव हों, जो किताबी ज्ञान से ज़्यादा व्यावहारिक होते हैं। लेकिन तब अनपढ़ होना गुनाह हो जाता है जब विचार और सोच दकियानूसी और छोटी हो। कई बार अवसर की कमी से कोई अनपढ़ रह जाए तो इसमें उसका दोष नहीं है। पर कई बार पढ़े लिखे लोग भी ढंग से पढ़ाई नहीं करते और ज्ञान का सही इस्तेमाल नहीं करते। ऐसे पढ़े लिखे अनपढ़ ज़्यादा खतरनाक होते हैं। बिना ज्ञान के हम बुद्धि से निर्धन हो जाते हैं।

फैसला

फैसला करना कभी आसान नहीं होता, एक बार फैसला ले लो तो उसके परिणाम को भी पूरी ज़िम्मेदारी से स्वीकार करना होता है, फिर चाहे वह अच्छा हो या बुरा। जब तक फैसला न लिया हो, तभी तक ये छूट होती है कि आप परिणाम के बारे में सोचते हैं बस उस समय की भावनाओं के बारे में सोचते हैं या किसी दबाव या मजबूरी में फैसला लेते हैं। समय लें, सोच लें, फिर फैसला लें। और फैसला लेने के बाद उस पर टिक कर खड़े हों। सही फैसले का यश भी आपको मिलेगा और गलत फैसले की आलोचना भी।

झलक

'एक तेरी झलक को तरसते हैं नैना', ये किसकी झलक है, यह तो कहने वाले की मनःस्थिति, उसके मनभावन प्रिय पर निर्भर करता है। बस एक झलक भर से ही मन तृप्त हो जाता है। उस झलक के लिए पूरा जीवन न्यौछावर है।

महत्व

छोटा हो या बड़ा, सभी को महत्व चाहिए होता है। जिसे महत्व मिलता है, वह संतुष्ट और प्रसन्न रहता है, अपने ऊपर गर्व करता है। जिसे महत्व नहीं मिलता, वह हताश हो जाता है, अपने में कमी देखता है, और कभी कभी महत्व पाने के लिए कुछ भी कर गुज़रता है। नन्हा सा शिशु भी रोकर अपना ध्यान रखने के लिए आकर्षित करता है और अपना महत्व स्थापित करता है। घर के बुज़ुर्ग भी महत्व मिलने से खुश रहते हैं। हर रिश्ते को महत्व चाहिए होता है। वनस्पति और पालतू जीव भी महत्व चाहते हैं।

मोह

मोह एक मीठा एहसास है। नश्वर दुनिया में मोह नहीं करना चाहिए, सही है, लेकिन ऐसा बताने वाले स्वयं भी तो ईश्वर के मोहपाश में बंधे होते हैं। फर्क है तो मोह के पात्र में। इस मीठे एहसास को जीना जीवन को सुंदर बनाता है। मुश्किल तब होती है जब मीठा कुछ ज़्यादा हो जाता है। और मोह में अंधे हो कर सही गलत का ध्यान नहीं रहता। ऐसे भी अति किसी भी चीज़ की अच्छी नहीं होती, फिर वह कितनी ही अच्छी चीज़ क्यों न हो।

दबाव

आधुनिक काल में सभी यही शिकायत करते हैं कि वे दबाव में रहते हैं। काम का दबाव, रिश्तों, परिवार, समाज, धर्म, मित्रों का दबाव, अपने सपने, महत्वाकांक्षाओं, इच्छाओं का दबाव, शारीरिक, मानसिक क्षमताओं और अक्षमताओं का दबाव, बच्चे से लेकर बुज़ुर्ग तक सभी अनगिनत दबावों के नीचे घुट

रहे हैं। इस दबाव के कारण लोग जीना भूल गए हैं। छोटी छोटी खुशियाँ, प्रकृति की सुंदरता, सुकून के कुछ पल, सामने होते हुए भी अलक्षित रह जाते हैं। किसी दबाव को उसके महत्व के अनुसार सहते हुए जीवन जीना न भूलें। खुश रहें, मस्त रहें।

दशहरा

युगों से चली आ रही परम्परा है, इस दिन अच्छाई की बुराई पर जीत, धर्म की अधर्म पर जीत, और नायक की खलनायक पर जीत को मनाने की। हर व्यक्ति के भीतर दोनों ही पक्ष होते हैं। परिस्थिति के अनुसार कौन सा पक्ष उभर कर सामने आता है, यह सोचने का विषय है। बस आवश्यकता है अपने अंदर के रावण का शमन करके राम की प्रतिष्ठा करने की, स्वयं को स्वयं से जीतने की।

प्यार पर विश्वास करो

प्यार करने वाले विश्वास टूटने पर खुद भी टूट जाते हैं। पर प्यार के नाम पर विश्वासघात करने वाले इंसान के कारण प्यार से विश्वास नहीं हटना चाहिए। प्यार एक शुद्ध, पवित्र और मीठा अहसास है। उसे अशुद्ध करने वाले का मन और सोच अशुद्ध है, तो गुनाह से नफरत करो, गुनहगार से नहीं। आप उस इंसान पर भरोसा नहीं कर सकते, पर प्यार पर विश्वास करना ही होगा। जो बातें तकरार से नहीं संभलतीं, वह प्यार से सुलझाई जा सकती हैं। प्यार की ताकत दुनिया बदल सकती है। प्यार रब की इनायत है, उस पर विश्वास करना तो बनता है।

आराम

कहते हैं, आराम हराम है, सही है। मेहनत करने वाले ही अपनी मंज़िल तक पंहुचने की काबिलियत रखते हैं। पर सिर्फ मेहनत आदमी को थका देती है, कभी कभी मकसद से भटका भी देती है। शरीर और मन तरोताज़ा रहें तो काम करने में मज़ा भी आता है। इसके लिए ज़रूरी है आराम करना ताकि हम पूरी ताकत से अपने काम में जुट सकें। बस, आराम और काम में एक सही संतुलन होना ज़रूरी है। न केवल काम, न केवल आराम और कामयाबी आपके साथ।

सफ़र

सफ़र कैसा रहा, यह बहुत कुछ निर्भर करता है कि रास्ता उड़ खाबड़, रुकावटों से भरा था या सीधा, सुगम। उससे भी महत्वपूर्ण यह है कि सफ़र में किसने कितनी दूर तक कैसा साथ दिया। 'एकला चलो' आदर्श है, लेकिन इंसान को अपनों का साथ सफ़र पूरा करने का हौसला देता है। कभी कभार तो सफ़र मंज़िल से ज़्यादा लुभावना लगता है, और मंज़िल मिलने पर संतुष्टि नहीं, सफ़र खत्म होने का दुख होता है। ज़िन्दगी के सफ़र में अनुभवों, सीखों के साथ, अपने परायों के साथ बिताए पलों की यादों को संजो कर मौत की मंज़िल पा लेते हैं।

फर्क

फर्क किन्हीं दो परिस्थितियों, दो व्यक्तियों, दो जहाँ (जीवन मृत्यु) या सोच में किया जा सकता है। ये सही है या गलत, इसका फैसला भी फर्क करने या ना करने वाले की सोच पर निर्भर है। जिनके मन में जीव मात्र के लिए प्यार है, उन्हें कोई फर्क नहीं पड़ता, कि दूसरे फर्क करना सीख और सिखा कर दुनिया को बांट रहे हैं। फर्क का बंटवारा दिलों को भी बांट देता है। आइए फर्क की दीवार गिरा कर सब एक हो जाएं। रूप रंग, धर्म जाति, ऊंच नीच, अमीर गरीब, ज्ञानी अनपढ़ और भी न जाने कितने क्षेत्रों में फर्क करना छोड़ दें और ईश्वर की सृष्टि को सम्मान दें।

फल

ताज़े फल और सब्जियां सेहत के लिए बहुत अच्छी हैं। पर किसी बीमारी में फल खाने से भी मना किया जाता है। फलों का राजा आम कितना खास होता है। इन खट्टे मीठे, रसीले, रंगबिरंगे फलों के अलावा सब्र का फल सबसे मीठा होता है। फल तो कर्मों का भी मिलता है, मीठा या कड़वा, यह कर्मों पर निर्भर है। कर्म करना अपने हाथ में है, अतः मेहनत से नसीब बदल कर फल पाना भी अपने हाथ में है। गणना करके गणित, ज्योतिष और विज्ञान में भी फल पाया जाता है। ज्ञान प्राप्ति के स्तर को परीक्षाफल से जांचा जाता है।

वो लम्हा

वो एक लम्हा जो ज़िन्दगी का रुख़ बदल दे, वो एक लम्हा जो हमेशा के लिए यादों में संजो के रखा जाए, वो एक लम्हा जिसके इंतज़ार में पूरी उम्र गुज़ारी जा सकती है वो एक लम्हा जिसमें एक पूरी ज़िन्दगी जी लेने का एहसास होता है, वो एक लम्हा जो आपको पहचान दे, वो एक लम्हा जो आपको ज़िन्दगी दे और वो एक आखिरी लम्हा जिसके बाद इन दुनियावी चीज़ों का कोई मायने नहीं रह जाता। सारा खेल है, बस एक लम्हे का।

समझ

समझ हर किसी के पास होती है, बस कोई जल्दी समझता है, कोई देर से। अनुभव और ज्ञान से समझ का सही उपयोग करने वाले को समझदार कहते हैं और सही समय और स्थान पर समझ का उपयोग न करने वाले को नासमझ। समझ परिस्थिति के अनुरूप अपने को तैयार करने, निपटने और उसके परिणाम भुगतने में मदद करती है। दुविधा के समय समझ होते हुए भी इंसान नासमझी कर बैठता है। हर जीव, चाहे वनस्पति हो या जीवजंतु, अपने अस्तित्व रक्षा के लायक समझ ज़रूर रखता है। भावनाओं को समझना सबसे बड़ी समझ है जो किताबी ज्ञान और उम्र से परे है।

नाटक

बाबू मोशाय, ये ज़िंदगी एक नाटक है, और हम सब ऊपर वाले के हाथ की कठपुतलियां हैं। यह एक ऐसा सच है जिसे जानते हुए भी हम इस घमंड में रहते हैं कि अच्छा बुरा जो भी हो रहा है, वह हम कर रहे हैं। हम तो नाटक के पात्र हैं, अपने डॉयलॉग बोल कर चले जाना है, बस इतना ही हमारा काम है। नाटक को सच नहीं माना जा सकता। सच पर आधारित होते हुए भी नाटक सच की जगह नहीं ले सकता।

बधाई

बधाई हर शुभ कार्य, हर अच्छे और साहसिक कार्य के लिए दी जाती है। आजकल तो फोन और मैसेज से बधाई देने का चलन है, वह भी कई बार इमोजी से काम चला लिया जाता है। पहले, सामने से आकर, मिल कर बधाई दी जाती थी। बधाई देने वाले सामने हों तो अपनापन महसूस होता है। पर आजकल की भागदौड़ भरी ज़िन्दगी में इतना समय नहीं होता तो कार्ड, मैसेज आदि जैसे उपाय किये जाते हैं, जिसमें अपनेपन की कमी होती है। बधाई देना खुशियाँ बांटने का काम करता है और खुशियों को कई गुना बढ़ा देता है।

मटका

मटका मिट्टी का बना घड़ा है जो पानी रखने के काम में लाया जाता है। गर्मियों में पानी को प्राकृतिक ढंग से ठंडा रखते हुए मटका फ्रिज के ठंडे पानी को मात दे देता है। सड़कों के किनारे पर कई समाजसेवी प्याऊ लगाते हैं, जहाँ धूप और गर्मी से बेहाल पथिक के लिए मटके का पानी और छाया में रुक कर थोड़ी थकान दूर करने का अवसर मिलता है। आध्यात्मिक लोग मानव शरीर को मटके से तुलना करके देखते हैं, क्योंकि दोनों एक बार टूट जाएं तो दुबारा जुड़ नहीं सकते।

चांदनी

चांदनी शब्द सुनते ही एक शीतलता की अनुभूति होती है। चारों तरफ से जैसे एक ठंडी और मीठी रोशनी घेर लेती है। सूर्य का ओज और तेज जितना जीवन के लिए आवश्यक है, उतना ही चंद्रमा की शीतल आभास भी रात के अंधेरों को दूर करने के लिए ज़रूरी है। दिन और रात के संतुलन की तरह सूरज की धूप और चांद की चांदनी भी जीवन को संतुलित करते हैं। सूरज की गर्मी को चांदनी की ठंडक मरहम बन कर शांत कर देती है।

रूप

ईश्वर ने ब्रह्माण्ड की सृष्टि करने के क्रम में धरती को इतना रूप दिया है कि उसी रूप को आत्मसात कर के ईश्वर के दर्शन किए जा सकते है। परिवर्तन चक्र में रूपवान भी अपने रूप को खो देता है, लेकिन जो रूप अपरिवर्तनीय है, वह आंतरिक गुण और संस्कार से मिला हुआ रूप है। सब रूप की प्रशंसा करते हैं और कुरूप को धिक्कारते हैं, पर सोचिए, कुरूप में भी रूप छिपा है, केवल उसे देखने का दृष्टिकोण होना चाहिए। यह तो वैसे भी तुलनात्मक है, कुरूप न हो तो रूप को पहचान कैसे मिलेगी।

इरादा

इरादा वह पहली सीढ़ी है जो कोई मुकाम हासिल करने के लिए ज़रूरी है। मन में इरादा करने से ही उसे पूरा करने के लिए इंसान मेहनत करता है। बेमक़सद ज़िन्दगी जीने वाला सांस तो लेता है पर वह जीवित नहीं होता। इरादों से ही ज़िन्दगी को मकसद मिलता है। इसका दूसरा पहलू यह भी है कि इरादा नेक हो। अगर इरादा किसी को नुकसान पंहुचाने का हो तो उसका पूरा न होना ही अच्छा।

तृप्त

किसी भूखे को खाना मिलने, प्यासे को पानी मिलने, अपने प्रिय से मिलने पर उसका मन तृप्त हो जाता है। यही तृप्ति भरे पेट वाले को मनपसंद पकवान खाकर, बढ़िया पेय पीने से और मनचाहा मिलने में भी मिलती है। इसलिए किसकी ज़रूरत कितनी हो, उस पर निर्भर करता है कि तृप्ति कैसी होगी। जैसे गर्मी से झुलसी, सूखी हुई धरती बारिश की बूंदें पड़ते ही सोंधी महक से अपना तृप्त होना व्यक्त करती है, वैसे ही अभाव के पूरा होने से आत्मा तृप्त हो जाती है। तृप्ति क्षणिक हो तो भी वांछित है।

नाच न जाने आंगन टेढ़ा

अपनी किसी कमी को अस्वीकार कर के हम सारा दोष ईश्वर, भाग्य या परिस्थिति पर डाल देते हैं। जहाँ अवसर मिलता है, किसी दूसरे इंसान को दोषी मान कर हम अपना पल्लू झाड़ लेते हैं। यह सबसे अच्छा बहाना होता है, और हम किसी कमी या दोष से मुक्त हो जाते हैं और अपराधी महसूस नहीं करते। इसी के लिए यह कहावत बनी है कि नाच न जाने आंगन टेढ़ा।

मर्ज़ी

भगवान् की मर्ज़ी से ऊपर, कोई और कुछ नहीं है। हम कितना कुछ अपनी मर्ज़ी से करने की सोचते हैं, योजनाएँ बनाते हैं, पर होता वही है, जो ऊपर वाला चाहता है। हमें उसमें कुछ भला नज़र आए ना आए, पर उसकी मर्ज़ी में सिर्फ हमारी भलाई ही होती है। फिर भी हम अपनी मर्ज़ी करने में कितने खुश होते हैं। और अपनी मर्ज़ी न चल पाने पर दुखी। ये बात आपको पसंद आए तो ठीक, वरना आपकी मर्ज़ी।

दर्पण

दर्पण इंसान की प्रतिच्छाया को दिखाता है। जो और जैसा रूप दर्पण के सामने आता है, वह हूबहू वैसा ही, बिना उसमें कुछ जोड़े, दिखा देता है। उस रूप की सच्चाई क्या है, ये बताना दर्पण का काम नहीं है। इंसान अपने अंदर की बात दबा कर ऊपर से कुछ और ही बन कर दिखाता है। उसी तरह दर्पण अंदर से काला होते हुए भी ऊपर से इतना चमकीला दिखता है। अपने मन की मैल साफ किए बिना लोग दर्पण पर से धूल साफ करते रहते हैं। और एक बार दर्पण में दरार आ जाए तो उसे अपशकुनी मान कर फेंक देते हैं।

अस्त

कोई भी हमेशा ऊंचाइयों पर नहीं रह सकता, कभी न कभी सबको अस्त का सामना करना ही पड़ता है, ये प्रकृति का नियम है। सूर्य हो या चंद्रमा, जिसका उदय हुआ है, जो ऊंचाइयों तक पंहुचा है, उसका अस्त अवश्यंभावी है, एक नए उदय के लिए। पक्षी आसमान में जितना भी ऊंचा उड़े, जितनी देर भी रहे, पर अंततः उसे नीचे अपने घोंसले में आराम करने आना ही होगा, एक नई उड़ान के लिए अपने को तैयार करने के लिए।

भाव

शारीरिक मुद्राओं से मानसिक भावों को दर्शाते हैं, पर बहुत से भाव अनकहे, अव्यक्त रह जाते हैं। सही समय से सही भाव सही तरीके से व्यक्त करना कई बार बहुत मुश्किल भी होता है। सभी जीव भाव से परिपूर्ण होते हैं, लेकिन निर्जीव भी भाव रखते हैं, तभी तो उनका मोलभाव होता है। भाव इतनी तरह के हैं कि उन पर आधारित साहित्य और कलाओं में नवरस नाट्यशास्त्र में प्रमुख रूप से उल्लेखित है। भाव जैसे भी हों, नकारात्मकता खत्म करके सकारात्मक भावों को विकसित करें। मन में अव्यक्त भावों का दावा न रखें।

सटीक

सही समय पर सही बात या काम एकदम निशाने पर लगे तीर की तरह सटीक होता है। समय पर काम का महत्व होता है, असमय या गलत काम फलदायक नहीं होता। वैसे ही बात कहने का तरीका, समय और स्थान, बात को सजा भी सकता है और बात का बतंगड़ भी बना सकता है। सटीक बोलना भी एक कला है, जिसमें हर कोई पारंगत नहीं होता। सटीक बोलने के लिए योग्यता, समझ और हिम्मत की ज़रूरत होती है। लिहाज़, शर्म और हिचक के कारण आमतौर पर सटीक बोलने वालों को हतोत्साहित किया जाता है। सटीक है ना!

सुधार

सुधार अपने को बेहतर बनाने और दोष को मिटाने के लिए किया जाता है। ये बात अलग है कि कुछ लोग बेहतरीन पाने के चक्कर में कभी संतुष्ट नहीं होते और सुधार करते ही रहते हैं। और कुछ लोग न अपनी कमियाँ देखते हैं और न उन्हें सुधारने की कोशिश करते हैं, हाँ, दूसरों की कमियाँ निकालने में निपुण होते हैं। कुछ लोग ऐसे भी होते हैं जिन्हें सुधार चाहिए तो सही, पर समझ और जानकारी के अभाव में कुछ कर नहीं पाते। दूसरों को सुधारने वाले बहुत मिलेंगे, क्योंकि 'पर उपदेश कुशल बहुतेरे'।

दान

दान हमारी संस्कृति का एक अभिन्न हिस्सा है। चाहे वह ऋषि द्वारा अपनी अस्थियों का दान हो, देवताओं द्वारा अपने भक्तों को दिया गया वरदान हो, चाहे वह उनके अपने लिए नुकसानदेह क्यों न हों, चाहे रघुकुल द्वारा वचन का दान हो, कर्ण की दानवीरता हो, अथवा गुरुओं द्वारा ज्ञान दान।और देश के लिए अपने जीवन का बलिदान करने वालों का दान भी किसी दान से कम नहीं लहर तरह का दान तभी तक दान की श्रेणी में आता है, जब तक वह निस्वार्थ हो। पूजा पाठ के बाद दान करना सामान्य है।

विजय

विजय प्राप्त करने पर कितनी खुशी मिलती है, गर्व होता है, पर इस मुकाम तक पंहुचने के लिए कितना संघर्ष करना पड़ा, यह उस खुशी भरे पल में याद नहीं रहता। विजय पाने के जुनून में सही गलत, नफा नुकसान कुछ मायने नहीं रखता। विजय प्राप्ति की मंज़िल पर पंहुचने के बाद रास्ते की रुकावटों और तकलीफों को भुला दिया जाता है। अज्ञान पर ज्ञान, अंधकार पर प्रकाश और मृत्यु पर जीवन की विजय सबसे श्रेष्ठ है। मन से हारे हुए के लिए, निराशा पर आशा द्वारा प्राप्त विजय बहुत महत्वपूर्ण है। इस विजय का शंखनाद करें।

अमृत

अमृत की इच्छा हर कोई करता है, यहाँ तक कि देवताओं को भी अमर होने की इतनी चाह थी कि समुद्र मंथन के बाद निकले अमृत के लिए असुरों से छल करने के लिए भी तैयार हो गए। फिर मनुष्य तो इच्छाओं का घर है। अमृत पा कर अमर होना तो असंभव है लेकिन अपने अच्छे व्यवहार, मीठी बोली से आप लोगों के दिलों में अमर हो सकते हैं। यह ऐसा अमृत है जो आपको कहीं से खरीदना नहीं, किसी से लेना नहीं है, ये आपके पास ही है।

कीमत

कहते हैं, हर चीज़ की कीमत होती है, चाहे ये कीमत पैसों में चुकाई जाए या किसी और तरह से। हम तो जीवन जी रहे हैं, वह भी हमारे पूर्वजन्म के कर्मों की कीमत है, जो हम अब चुका रहे हैं। अगले जन्म के लिए भी खाता खोल रखा है जिसमें या तो पहले से कीमत देकर आगे के लिए अपने कर्म लिख रहे हैं या अभी सुविधा भोग कर बाद में कीमत चुकाएँगे। ये अनमोल जीवन जो हमें अपने माता पिता से मिला है, उसकी कीमत अगली पीढ़ी को जन्म देकर चुकाते हैं।

अति

अति किसी भी चीज़ की बुरी होती है, चाहे वह स्वयं में कितनी ही अच्छी क्यों न हो। कहते भी हैं कि अति भक्ति चोर के लक्षण। जब आचार व्यवहार अति पार कर जाएं तो वह भी अत्याचार बन जाते हैं। हर चीज़ की एक सीमा होती है। इस सीमा के भीतर संतुलन रहे तो सब भला। कमी हो तो भी कष्ट है, अति हो तो भी कष्ट। पसंद की चीज़ों के लिए अनजाने में ही कभी कभी अति हो जाती है, कभी लालच से भी, पर अतिशयोक्ति से किनारा करते हुए सामान्य जीवन जीने में अति से बचाव है।

शरीर

शरीर नश्वर है, आत्मा अमर है। लेकिन शरीर है तो सुख दुःख, भावनाएँ हैं, रिश्ते हैं। शरीर आत्मा को सहेज कर रखने का साधन है, दोनों एक दूसरे के पूरक हैं, और एक दूसरे के बिना अधूरे। शरीर को जीवन रहते संभाल कर रखना ज़रूरी है। आत्मा के कर्मों का हिसाब शरीर के बिना संभव नहीं है। शरीर सुंदर है या कुरूप, ये कहीं से भी महत्वपूर्ण नहीं है, महत्वपूर्ण है उसका स्वस्थ होना।

जब एक अजनबी को देख कर मुस्कुराई

उस एक पल में मुस्कुराहट ने उन दोनों के बीच की अजनबियत खत्म कर दी। दोनों उस पल से पहले न एक दूसरे को जानते थे, न भविष्य में आमना सामना होने की संभावना थी। उन्हें तो एक दूसरे का नाम तक नहीं पता, पर जब भावनाएँ एक जैसी महसूस हो रही हों तो न नाम, नागरिकता, न धर्म या पेशा जानने की ज़रूरत रहती है। एक जैसी भावना और आनंद दो इंसानों को अजनबी कहाँ रहने देता है। वह मुस्कुराहट दोनों के बीच एक अनकहा, अनजाना संबंध स्थापित कर देता है, जिसे परिचय की आवश्यकता नहीं।

रक्त

रक्त रिश्तों की गर्माहट की शुरुआत है। अपने आप से, परिवार से, सम्बन्ध जोड़ने का एक साधन है। रिश्ते हमेशा रक्त से ही नहीं जुड़ते, कभी अजनबी भी अपनों से बढ़कर होते हैं। फिर भी रक्त से जुड़े रिश्ते

आप चुन नहीं सकते, वह आपको विरासत में मिलते हैं। रक्तबीज राक्षस की तरह, जिसके रक्त की बूंद जहाँ गिरती थी वहाँ एक और रक्तबीज खड़ा हो जाता था, हमारे अन्दर की बुराइयों को समाप्त करने के लिए काली माँ की ज़रूरत है जो उसका रक्त पीकर इस असुर से छुटकारा दिलाए। रक्त से जीवन है, जीवन की पहचान है।

जब अपने फेवरेट गाने पर दिल खोल कर डांस किया

डांस करना मेरे अंदर रचा बसा है। शादी के बाद न मौका मिला, न इसके लिए प्रोत्साहन। मर्यादाओं की सीमा में बंधे होने के बावजूद संगीत सुनते ही अपने आप जैसे रगों में खून दौड़ने लगता। सबकी आँख बचा कर कभी कमरे में, कभी रसोई में थोड़ा थिरक लेती, पर बच्चों को पता चल ही जाता और वे चिल्लाते, 'मम्मी डांस कर रही है'। और एक दिन घर में कोई नहीं था और मेरा फेवरेट गाना बज रहा था, और मैं'ऐसा झूम कर नाची, कि घुंघरू टूट गए'। उन कुछ पलों की आज़ादी ने तरोताज़ा कर दिया।

किनारा

किनारा पानी को बांधने का असंभव काम करने का प्रयास करता है, चाहे वह छोटा सा तालाब हो, बहती नदी हो या अनन्त सागर। किसी शरारती बच्चे की तरह समुद्र किनारों से टकरा कर उछलते कूदते वापस लौट जाता है, पर कभी कभी अपना गुस्सा जताने के लिए किनारे की मर्यादा भी तोड़ देता है। और नदी अपने लक्ष्य (समुद्र) को पाने की धुन में केवल आगे बढ़ने पर ही ध्यान देती है, बस मन की भड़ास निकालने के लिए कभी कभी बाढ़ बन कर किनारे को पार कर जाती है। बस तालाब किनारों के वश में रहने वाला छोटा बच्चा है।

मेरी फेवरेट जगह

मेरी फेवरेट जगह मेरे घर में नहीं, मेरी कल्पना में है। मुझे चाहिए, पहाड़ों पर सुंदर से दृश्य को देखते हुए बाल्कनी में एक छोटे से झूले पर हल्के हल्के झूलते हुए एक गर्म प्याला काफी को हाथ में लिए साथ रखी तिपाई पर रखे ट्रांज़िस्टर पर मन को सुकून देने वाले गाने सुनती रहूँ। या समुद्र के किनारे ठंडी रेत पर बैठ कर सूर्योदय अथवा सूर्यास्त का दृश्य देखते हुए आती जाती लहरों की अठखेलियाँ महसूस करूँ। फेवरेट जगह सिर्फ जगह नहीं होती, एक माहौल होता है, जिसमें शांति होती है, आराम होता है, जीने का अहसास होता है।

रंग बिरंगी रोशनी

रंग बिरंगी रोशनी से भरी, सजी दिवाली केवल धार्मिक आस्थाओं का त्यौहार नहीं है। दिवाली मन के अंधेरों को दूर करने और दुखों के जाले हटाने का त्यौहार है, खुशियाँ बांटने का त्यौहार है। रंगबिरंगी रोशनी हमारे जीवन में रंगों और रोशनी का संतुलन है। समय और भाग्य साथ हों तो हर दिन होली, हर

रात दिवाली है, वहीं इसके विपरीत समय और भाग्य साथ न हों तो हर रात होलिका दहन और हर दिन दिवाला हो जाए। बस, मन में आशा रहे तो बुरे समय को भी पार करके अच्छे समय की प्रतीक्षा कर सकती है, रंगबिरंगी रोशनी।

साधन

लक्ष्य प्राप्ति के लिए कोई साधनों का कैसा और कितना प्रयोग करता है, यह निर्भर करता है कि उस व्यक्ति की आवश्यकता कितनी बड़ी है, उसकी सोच कैसी है और साधन कितने महत्वपूर्ण हैं। कभी कभी साधनों के अभाव में भी काम करना पड़ता है, पर साधन होने पर काम सरल और सुविधाजनक हो जाता है। साधन स्वयं में सही या गलत नहीं होते, बल्कि उनका उपयोग करने के तरीके से साधन सही या गलत बन जाते हैं। सीमित साधनों में अपने काम को अच्छी तरह से करना एक समझदार व्यक्ति की पहचान है।

कल्पना

कल्पना की उड़ान जितनी भी ऊंची हो, अनोखी हो, उसका आधार कहीं न कहीं वास्तविकता ही है। कल्पनाओं को सच्चाई में बदलने के लिए बहुत मेहनत करनी पड़ती है। पर यह सफलता की ओर बढ़ाया हुआ पहला कदम होता है। कल्पना मन की भावनाओं को मूर्त रूप देती है। इच्छाओं को कभी आकर्षक बना कर, कभी डरावना बना कर, कभी हंसी, कभी आंसुओं के साथ, कल्पना सच्चाई को बड़ा करके दिखाती है।

आदमी

एक आम आदमी जन्म से लेकर मृत्यु तक समाज, धर्म और परिवार के नियमों और बंदिशों में फंस कर रह जाता है। उसे न तो उससे आगे पता है, न वह उस कमी को महसूस करता है। उसे अपने बारे में सोचना चाहिए, यह भी पता नहीं होता, तो कमी भी अनजानी रह जाती है। पर आदमी जब लीक से हट कर कुछ अलग सोचता और करता है, तो वह अपनी एक खास जगह बना लेता है। इतिहास में उसका नाम हो जाता है। वहीं आम आदमी अपनी कोई पहचान ही नहीं बना पाता। आदमी ईश्वर की अनेक रचनाओं में से एक है, और ईश्वर का एक खिलौना भी।

नज़र

नज़र और नज़रिए से दुनिया पलट जाती है। जो किसी के लिए अच्छा होता है, वह किसी और के लिए बुरा हो सकता है, और हो सकता है किसी को फर्क ही ना पड़े। नज़र दिल की बात जानने और समझने का ज़रिया भी है। लोगों की नज़र किसी के लिए कैसी है मुसीबत में कैसे लोग नज़र बदल लेते हैं, ये

एक अलग मुद्दा है। किसी की बुरी नज़र लगना एक टोटका भी हो सकता है, वहम भी। नज़र तो नज़र है।

रहस्य

जो वस्तु या बात प्रत्यक्ष होते हुए भी सबसे छुपी रहे, जिसे लेकर मन में जानने की उत्सुकता, जिज्ञासा बनी रहे, वही तो है रहस्य। एक बार रहस्य की परतें खुलती जाएं तो रहस्य का रोमांच समाप्त हो जाता है। प्रकृति के रहस्यों को जानने के लिए सदियों से मनुष्य प्रयासरत है, फिर भी वह ये दावा नहीं कर सकता कि अब उसे प्रकृति या ब्रह्माण्ड के सभी रहस्यों की जानकारी हो गई है। रहस्यमयी व्यक्तित्व और माहौल हमेशा आकर्षक लगते हैं, अपनी ओर खींचते हैं।

अपने दिल की बात

अपने दिल की बात हम हर किसी के साथ साझा नहीं कर सकते। दुख की बात तो यह है कि कभी कभी हम अपनों से भी इसे बांट नहीं पाते, कभी रिश्ते के लिहाज़ से, कभी परिस्थिति और कभी दूसरे को चोट पंहुचाने से बचाने के लिए। कारण जो भी हो, अपने दिल की बात जब तक अपने दिल में है तभी तक सुरक्षित है। बाहर आते ही उस पर दूसरे के विचार और प्रतिक्रिया का वार होने लगता है। दिल की बात बाहर आते ही अपनी नहीं रहती, सबकी हो जाती है।

बर्तन

मानव सभ्यता के विकास क्रम में बर्तन महत्वपूर्ण स्थान रखते हैं। प्राचीन अवशेषों में बर्तनों को देख कर समय, सभ्यता और उपयोग का अंदाज़ा होता है। मिट्टी के बर्तनों से लेकर विभिन्न धातुओं के बर्तन उपयोगकर्ता की आर्थिक स्थिति के अनुसार हर घर में मिलते ही हैं। मध्यम वर्ग में मेहमानों और विशेष अवसरों के लिए अलग बर्तन रखे जाते हैं। बर्तन खाना बनाने, परोसने और खाने के लिए प्रयोग में लाए जाते हैं। इसके अलावा कहावत भी है कि जहाँ चार बर्तन होते हैं, वहाँ टकराने की आवाज़ भी होती है।

गलती

गलती करना इंसानी फ़ितरत है, गलती इंसान से ही होती है, गलती गलती से ही होती है, कोई जान बूझकर नहीं करता, ये सारी बातें सही भी हैं और कुछ हद तक गलतियों को ढकने- छुपाने के बहाने भी। गलती करने वाला अपराध बोध से कितना दबा, उसमें सुधार की कितनी गुंजाइश है, यह तो गलती की स्थिति से ही समझ में आ सकता है। कुछ ऐसे लोग भी होते हैं, बल्कि अधिकतर ऐसे ही होते हैं जो दूसरों की गलतियां ढूंढने और ज़ाहिर करने में माहिर होते हैं। पर यह भूल जाते हैं कि वे खुद भी दूध के धुले नहीं होते। गलती करके ही आगे के लिए सीख मिलती है, सुधार करने का मौका मिलता है। “गिरते हैं शहसवार ही मैदाने-जंग में, वो तिफ़्ल क्या गिरेंगे जो घुटनों के बल चले”।

खुशियों की रेसिपी

एक अच्छी रेसिपी में स्वाद तभी आता है, जब उसमें मसाले और दूसरी आवश्यक वस्तुएँ एक संतुलन में हों। कोई भी चीज़ कम या ज़्यादा हो जाए तो रेसिपी बेकार लगती है। उसी तरह खुशियों की रेसिपी भी अनेक भावनाओं से गुज़र कर बनती है। धीमी, मध्यम आंच पर खट्टे, मीठे, कड़वे, तीखे, नमकीन, कसैले अनुभवों को पका कर, उसमें रिश्तों की खुश्बू छिड़क कर खुशियों की रेसिपी तैयार होती है। ज़रा सी आंच ऊपर नीचे हो जाए तो खुशियाँ कच्ची या जली हुई मिलती हैं। इस रेसिपी की मुख्य सामग्री सब्र और संतुष्टि है।

हिचकी

कहते हैं, हिचकी आ रही है तो कोई याद कर रहा है, इसका वैज्ञानिक कारण पानी की प्यास, आक्सीजन की कमी या और जो भी हो, लेकिन हिचकी का किसी का याद करने का सम्बन्ध बहुत प्यारा है। इसी बहाने आप अपने लोगों को याद कर लेते हो, और बहुत सी अच्छी बुरी बातों को याद कर मन को तरोताज़ा कर लेते हो। पर पानी भी आपको याद कर रहा है, उसे भी अपना अस्तित्व जताने का अवसर दें। हिचकी रुक जाएगी।

बंधन

बंधन शब्द सुनते ही छटपटाहट होती है, अपने को उससे मुक्त करने की, स्वतंत्र होने की। लेकिन बंधन मनुष्य जीवन के लिए आवश्यक भी है। अगर ये बंधन रिश्तों का, प्यार का, दोस्ती का, भावनाओं का हो, तो जीवन जीने योग्य हो जाता है। बिना बंधन के नदी उच्छृंखल हो कर तबाही मचा देती है। बिना बंधन के अनुशासनहीन होकर मनुष्य अपने अतिरिक्त सबको त्रास ही देता है। स्वतंत्रता चाहिए अपने हिसाब से जीने के लिए। पर ये तभी अच्छा है जब उसे बंधन के दायरे में रखा जाए।

आंच

आंच में जलता आंचल,

लगती है आंच शरीर को

जलता है मन भी साथ ही

दूसरे तो जन्म के बाद हैं सहते

तुम्हें भेदभाव की आंच

झेलनी होती है, लड़की की

पहचान मिलते ही।

जीवन भर अपमान, धिक्कार

और आंत भी आंच से ही।

कभी देवी, कभी नायिका,

कभी मां, कभी त्याग की मूर्ति

कभी पूजा, कभी रसोई, कभी

भावनाओं की जलन, तो कभी

अत्याचार का दहन, कोई अंत नहीं

बस आंच में जलता आंचल।

ओस

फूलों की सुंदरता बढ़ाने वाली ओस, पत्तियों और घास पर नमी का अहसास देने वाली ओस, सूरज की पहली किरणें अपने अंदर संजो कर इंद्रधनुषी रंगों का उपहार देने वाली ओस, प्रकृति के आंसू का प्रतीक ओस, आकार में इतनी नन्ही सी, इतनी कोमल सी ओस प्रत्येक दिन जन्म लेती है, और थोड़ी सी देर में ही अपना पूरा जीवन जी लेती है। उतने छोटे से जीवन में भी उसका अस्तित्व कितना सुंदर और महत्वपूर्ण होता है। धूप की गर्मी उसे समाप्त कर सकती है, उसके जीवन का अर्थ छीन नहीं सकती। जीवन हो तो ओस जैसा।

नीयत

नीयत सही हो तो काम करने के गलत तरीके को भी एक बार माफ़ किया जा सकता है। और अच्छे काम अगर बदनीयती से किए जाएं तो उन्हें गुनाह का दर्जा देना चाहिए। साफ नीयत वाले किसी दबाव या लालच में काम नहीं करते, यह उनका स्वभाव होता है। कभी कभी इंसान की नीयत को लेकर गलतफहमी हो सकती है। लेकिन जब नतीजा सामने आता है तो अच्छी नीयत या बदनीयत का पता चल जाता है। इसलिए ट्रक वगैरह वाहनों के पीछे लिखा मिलता है कि' बुरी नज़र (नीयत) वाले, तेरा मुंह काला'।

प्रयत्न

प्रयत्न दुनिया का सबसे महत्वपूर्ण और ताकतवर हथियार है, जिससे मुश्किल, यहाँ तक कि असंभव काम भी सफलतापूर्वक किए जा सकते हैं। केवल भाग्य के भरोसे न बैठकर सतत प्रयास करते रहने वाले

की हमेशा जीत होती है। प्रयत्न करते रहने से आदमी अनुभव और ज्ञान प्राप्त करता है, जो जीवनपर्यन्त उसके साथ रहता है। ‘ रसरी आवत जात के सिल पर परत निसान'। प्रकृति से भी यही सीख मिलती है। मकड़ी, चींटी जैसे छोटे छोटे जीव अपने काम के तरीके से प्रयत्न करते रहने का सबक देते हैं। गलतियों से बचते हुए प्रयत्नशील व्यक्ति अपने को बेहतर बना सकता है।

स्तर

स्तर तय करना किसी के हाथ में नहीं है, यह सापेक्षिक है। किसी के लिए कोई स्तर ऊंचा हो सकता है, किसी के लिए वही निम्न। किसी के लिए स्तरीय है ने का आरम्भ हो, तो कोई आसमान छूने को आतुर हो सकता है। समाज और जीवन के भी इतने स्तर हैं कि व्यक्ति कभी तय नहीं कर पाता कि वह किस स्तर पर है। अपने से ऊंचे स्तर पर जाने की इच्छा महत्वाकांक्षा हो सकती है, और कभी किसी से परेशान हो कर आप निचले स्तर पर भी गिर सकते हैं।

संकोच

नए माहौल या लोगों के बीच अधिकतर संकोच होता है। संकोच करके व्यक्ति अपनी छवि बनाने का प्रयास करता है। कहीं किसी को बुरा न लगे, कोई मेरे बारे में क्या सोचेगा, कहीं सामने वाले को मेरी कमियाँ तो नहीं दिख जाएंगी। बस, यही कुछ सवाल संकोच करने पर मजबूर कर देते हैं। आत्मविश्वास हो तो संकोच नहीं होता। इसी आत्मविश्वास की कमी को छुपाने के लिए लोग संकोच का आवरण ओढ़ लेते हैं। कहा जाता है’ जिसने की शरम, उसके फूटे करम'। इसलिए संकोच न करें, खुल कर जिएं।

स्तंभ

स्तंभ शब्द सुनते ही ठोस और मज़बूत होने का अहसास होता है। जैसे नींव किसी भवन के लिए आवश्यक है, वैसे ही स्तंभ भवन को मूर्त रूप देने के लिए आवश्यक है। बिना स्तंभ के भवन को छत नहीं मिल सकती। इस मज़बूत स्तंभ से नृसिंह ने प्रकट हो कर हिरण्यकश्यप जैसे राक्षस को समाप्त किया। यही स्तंभ जीवन में कभी किसी व्यक्ति के रूप में, कभी किसी व्यवस्था के रूप में कमज़ोर पलों में मज़बूती देते हैं। कभी स्तंभ के ढहने से भवन खंडहर हो जाते हैं, कभी भवन धराशायी हो जाते हैं और स्तंभ रह जाते हैं।

चक्कर

इस घनचक्कर दुनिया में हर कोई किसी न किसी चक्कर में पड़ा है। कोई निन्यानवे के चक्कर में, कोई दुनियादारी में, कोई किसी जुनून में, तो कोई परेशानियों में। इस चक्कर में वक्त कैसे निकल जाता है, पता ही नहीं चलता। कोई काम निपटाने के चक्कर में चक्करघिन्नी बन जाता है, तो कोई परेशान हो कर चक्कर खा कर गिर पड़ता है। इस गोलमाल के चक्कर में कई बार असली मुद्दा भूल जाता है। कहीं

नौकरी खोजने का चक्कर है, तो कोई 'उनकी' गली के चक्कर लगा रहा है। अब बस, चक्कर आ रहे हैं।

मैं शुक्रगुज़ार हूँ

मैं शुक्रगुज़ार हूँ अपने पति की, जिन्होंने मुझे ज़िन्दगी के इतने अच्छे और बुरे समय को पार करने में हमेशा मदद की। उन्होंने मुझे सब्र रखना सिखाया। अगर बुरे अनुभव दिए तो साथ ही यादगार पल भी दिए। मैं जैसी हूँ, मुझे मेरी कमियों के साथ स्वीकार किया। बल्कि आत्मविश्वास कम होने की स्थिति में प्रोत्साहन भी दिया। अगर कुछ सपने त्यागने पड़े तो कुछ सपनों को साकार करने में साथ खड़े रहे। एक अल्हड़, बेफिक्र लड़की को परिपक्व और शांत महिला का व्यक्तित्व दिया। शुक्रिया, मेरे जीवन की दिशा बदलने के लिए।

शोर

शोर ध्वनि प्रदूषण का स्रोत है, दूसरों को परेशान करने का कारण है। पर यह शोर अगर प्रकृति द्वारा दिया हुआ हो, तो अधिकतर ये शोर मन को शांत करता है, और कभी कभी डरा भी देता है। कभी हम अपने अकेलेपन से डर कर शोर मचाते हैं, कभी भीड़ के शोर के बीच रहते हुए भी अकेले होते हैं। और कभी मन में ही इतना शोर होता है कि बाहरी खामोशी भी उसे चुप नहीं करा पाती।

सौदा

सौदा सभी सम्बन्धों में होता है, यह मानना कोई नहीं चाहेगा, लेकिन सच यही है। सबसे निस्वार्थ सम्बन्ध माँ और बच्चे के बीच माना जाता है। पर उसमें भी सौदा होता है, बच्चे के लिए उसकी ज़रूरतों के लिए, और माँ के लिए प्यार और मान के लिए। सभी सम्बन्ध पारस्परिक अपेक्षाओं का सौदा करते हैं। सिख गुरु श्री नानकदेव जी ने तो सच्चा सौदा किया था, भूखों को खाना खिला कर। इंसान तो भगवान् से भी सौदा करता है, अपनी इच्छाओं की पूर्ति के बदले मन्नत मांग कर।

जब हम छोटे बच्चे थे

"जब मैं छोटा बच्चा था, बड़ी शरारत करता था… … ", यह विज्ञापन देखने में मज़ा आता था, लेकिन सच तो यह है कि मैं शरारती नहीं थी, न ही बहुत उछल कूद करने वाली। फिर भी दूसरों को अपना बचपन हंसी खुशी बिताते देख कर मुझे भी मज़ा आता था। बचपन की बेफिक्री, भोलापन और जिज्ञासा बच्चों को खास बना देते हैं। किसी भी व्यक्तित्व की नींव उसके बचपन में ही आधारित होती है। बचपन का समय लौट कर नहीं आता, पर मन में एक छोटा बच्चा हमेशा ज़िंदा रहता है। बड़ा होने के बाद भी यही सुखों को खोज लेता है।

आशाओं से भरा बचपन

बचपन हमेशा आशाओं से भरा होता है क्योंकि बचपन अतीत में नहीं जीता, भविष्य की चिंताओं से मुक्त होता है, बचपन केवल वर्तमान में जीता है। इसलिए निराशा उसे छू भी नहीं पाती। उम्र कितनी भी क्यों न हो, अगर अपने बचपन को अपने अंदर संजो कर रखा जाए तो आशाओं का दीप हमेशा जलता रहेगा। नया करना और सीखना, बुरे को भूल पाने की क्षमता आदि बचपन के गुण हैं। जीवन के प्रति जिज्ञासा और उत्साह से बचपन जीने लायक बन जाता है। बड़े होने पर इसी मासूमियत को हम फिर से जीना चाहते हैं।

निर्दोष

बचपन सबसे निर्दोष और निष्पाप होता है। बड़े होने के क्रम में दुनियादारी, होशियारी सीखते हुए मासूमियत पीछे छूट जाती है। पर बड़े किसी अनुचित काम को करने से दोषी माने जाते हैं। निर्दोष हर वह व्यक्ति है, जिसने गलत काम न किया हो, और वह भी जिसका दोष साबित न हुआ हो अथवा उसका गलत काम सामने न आया हो। कई बार नज़रिए के फर्क से भी दोषी और निर्दोष की जगह बदल जाती है। जब निर्दोष होते हुए भी दोष मढ़ा जाता है तो बहुत तकलीफ़ होती है। इतनी शीतल चांदनी देने वाला खूबसूरत चांद भी निर्दोष नहीं है।

पलक

पलक झपकते एक पल वर्तमान से अतीत बन जाता है, दुनिया बदल जाती है। पलक आंखों का वह आवरण है जो आंखों को किसी अनजान, अनचाही वस्तु से बचाता है। पर यह रक्षक खुद बहुत नाज़ुक होती है, पर अपना कर्तव्य बखूबी निभाती है। अपने बहुत ही प्रिय व्यक्ति को लाड़ लड़ा कर रखने को पलकों पर बिठाना कहते हैं। पलकों को झटका कर सुंदर महिलाएँ अदाएँ दिखाती हैं तो पलकों की इन्हीं हरकतों से कितने भावों कि आदान प्रदान हो जाता है। पलकें बिछाए बैठे हैं, पलकें झुकाए तो इज़हार समझो, पलकें उठाए तो इकरार समझो।

टोपी

टोपी सिर पर पहने जाने वाली, पहनावे का हिस्सा है। इससे पहनने वाले के क्षेत्र, संस्कृति और कभी कभी पेशे का पता चलता है। अधिकतर टोपी इंसान की इज़्ज़त की निशानी के रूप में देखी जाती है। दूसरी तरफ़ किसी को टोपी पहनाने को, बेवकूफ बनाने का पर्याय माना जाता है। हेराफेरी के लिए कहते हैं, इसकी टोपी, उसके सिर। और अंत में मियाँ की टोपी मियाँ के सिर।

बोझ

बोझ सिर्फ जिस्मानी नहीं होता। परेशानियों और उलझनों के बोझ तले दबा इंसान सारे ऐशोआराम के बीच रहते हुए भी थक जाता है। भारी बोझ उठाने वाला मज़दूर भी थक हार के चैन की नींद ले सकता है और भरे पेट वाला एसी कमरे में गद्दों पर बेचैन रहता है, जब उसका मन बोझिल हो। कोई अपने कर्तव्य हंसते हुए पूरे करते हैं तो कोई बोझ मान कर बेमन से। किसी के लिए जीवन ही बोझ बन जाता है तो कोई खुद धरती पर बोझ होता है।

कार्ड

कार्ड शब्द के साथ कितनी भावनाएँ जुड़ी होती हैं। बचपन में टीकों (वैक्सीनेशन) का कार्ड बन जाता है। फिर रिपोर्ट कार्ड की तलवार सिर पर लटकती रहती है। अब तो पहचान पत्र के नाम पर कितने कार्ड्स हो गए हैं, आधार, वोटर, पैन, ड्राइविंग लाइसेंस और न जाने क्या क्या। आपका विज़िटिंग कार्ड आपकी पहचान को एक अलग ऊंचाई पर ले जाता है। आपके पेशे, शैक्षणिक योग्यता और अनुभव का यह महत्वपूर्ण दस्तावेज है। पैसों की जगह क्रैडिट और डैबिट कार्ड को कैसे भूल सकते हैं। विभिन्न संस्कारों और विशेष अवसरों के लिए निमंत्रण कार्ड, जैसे विवाह, जन्मदिन आदि जीवन के खास पलों के लिए कार्ड भी महत्वपूर्ण हैं। और प्यारे प्यारे ग्रीटिंग कार्ड तो रिश्तों में गर्माहट ला देते हैं।

शाखा

शाखा एक बृहद पेड़ की एक अंश मात्र होती है। उसका अपना कोई अस्तित्व जैसे हो ही नहीं। लेकिन इससे शाखा का महत्व कम नहीं हो जाता। वो शाखा ही है। जिस पर पत्ते, फूल, फल आदि लगते हैं, वो शाखा ही है जिससे वृक्ष को उसका आकार मिलता है, पहचान मिलती है। कोई वृक्ष कौन सा है, यह उसके पत्तों, फूलों और फलों से जाना जाता है। और ये सब बिना शाखा के संभव नहीं है। अपनी पहचान बिना पाए, दूसरे को पहचान देना, जीवन देना शाखा के महत्व को दर्शाता है।

अंतर

अंतर्मन कोई अंतर नहीं जानता। दो वस्तुओं अथवा मनुष्यों के बीच अंतर करने के कई कारण गढ़े गए हैं। लेकिन सच तो यह है कि ईश्वर की सृष्टि में सभी जीव और निर्जीव एक दूसरे से रूप, रंग, आकार, सोच विचार और व्यवहार में अलग होते हुए भी एक आधारभूत समानता रखते हैं कि सभी का सृजन ईश्वर ने किया है। किसी का महत्व कम नहीं है, सभी एक दूसरे के पूरक हैं। तो, अंतर केवल सोच का है, बाकी कारण केवल भुलावा। यूँ भी अंतर सदा तुलनात्मक होता है, उसका अपना कोई नियम नहीं है।

बहन

बहन केवल एक रिश्ता नहीं है, एक चटपटा अहसास है। चटपटा इसलिए, क्योंकि भाई बहन या बहनों में सिर्फ प्यार ही नहीं होता, नोकझोंक और लड़ाइयाँ भी होती हैं। लेकिन ज़रूरत पड़ने पर एक दूसरे के लिए दुनिया से लड़ने की हिम्मत भी रखती है बहन। शादी के बाद बहन के चले जाने का दुख बहुत होता है। फिर जब और जितना मिलें, एक औपचारिकता आ जाती है, पहले वाली स्वच्छंदता नहीं रहती। लेकिन प्यार बढ़ जाता है।

एक

एक कभी अकेला नहीं है, इसमें आत्मविश्वास है, कुछ कर गुज़रने का जज़्बा है, औरों को अपने साथ लेकर चलने की गुंजाइश है। भीड़ से अलग अपनी एक पहचान है।

पायल

पायल की खनक कितनी रूमानी होती है। छोटे बच्चे के पैर की पायल उसके ठुमके नन्हे कदमों को संगीत बना देती है। किसी युवती की पायल उसकी चंचलता का बखान करती है। वहीं एक दुल्हन की पायल की सकुचाई, सिमटी खनक उसके आने की आहट बन जाती है। किसी नर्तकी के पैरों में पायल सुरताल को जीवंत कर देती है। और, सुनसान, अंधेरी रात में, किसी पुरानी हवेली में अचानक पायल की आवाज़ आती है तो… .. अच्छे अच्छों के पसीने छूट जाते हैं।

ढंग

कुछ लोग सोचते हैं कि ढ़ंग कैसा भी हो, काम का नतीजा सही होना चाहिए, ढंग के सही गलत से उन्हें सरोकार नहीं। वहीं कुछ लोग ढंग पर इतना ज़्यादा ध्यान रखते हैं कि नतीजे की परवाह नहीं करते। काम करने का ढंग काम के प्रति आपकी सोच, आपकी पृष्ठभूमि के बारे में खुलासा करता है। सलीके और सुनियोजित ढंग से किया गया हर काम सफलता दिलाता है। वहीं बेतरतीब ढंग से किया गया काम सही हो भी सकता है और नहीं भी। ढंग के साथ नीयत भी सही हो तो, सोने पर सुहागा।

पथ

पथ मंज़िल तक पंहुचने का माध्यम है। पथ पथरीला है अथवा फूलों से से सजा हुआ, यह किस्मत से तय हो सकता है। लेकिन इतना तो पक्का है कि पथ को पार करना आवश्यक है। अपने लक्ष्य को पाने के लिए की गई कोशिशें और मेहनत ही पथ है, इस पथ में रुकावटें हो सकती हैं, अवरोधक हो सकते हैं। पर कहते हैं ना, कोशिश करने वाले की हार नहीं होती। अगर कोई पथ प्रदर्शक मिल जाए तो कोशिशों को सही दिशा मिल जाती है।

मदद

किसी भी मुश्किल वक्त या मुसीबत में मदद करने से बड़ी इंसानियत नहीं। भगवान् भी उन्हीं की मदद करते हैं जो हिम्मत रख कर अपने लिए कोशिश करना नहीं छोड़ते। जब खुद की हिम्मत और उम्मीद टूटने लगती है, तभी किसी से मदद मांगी जाती है। कोई मददगार साथ हो तो विश्वास कई गुना बढ़ जाता है। कुछ मतलबी लोगों के कारण आजकल लोग किसी की मदद करने से घबराते हैं। कभी कभी दूसरों से ज़्यादा खुद को मदद की ज़रूरत होती है। मदद मांगने में शर्म नहीं करनी चाहिए, यह कमज़ोरी नहीं, अस्तित्व रक्षा के लिए पुकार है।

गुलाम

कहने को तो गुलाम रखने की प्रथा समाप्त हो चुकी है, पर इंसान खुद अपना ही गुलाम बन जाता है। अपनी आदतों, अपनी भावनाओं, अपने अहंकार का गुलाम होने के बाद भी कोई इंसान यह मानने को तैयार नहीं होता। आज़ाद होने और रहने की चाहत में ऐसी गुलामी उसकी फितरत बन जाती है। जब दिल और दिमाग से कोई गुलाम होना छोड़ दे, तभी आज़ादी मिलेगी। यूँ तो अपनी सुविधा और मन और घर की शांति के लिए जोरू का गुलाम भी होता है।

चांदी

चांदी कीमती धातु है, और शीतल भी, यही खासियत है चांदी की। जहाँ दूसरे कीमती धातु और पत्थर उत्तेजित करते हैं, चांदी चांद की तरह चमकती भी है और शांत भी रखती है। इसलिए चांदी को अपनी पहचान बनाने के लिए संघर्ष नहीं करना पड़ता, उसे सदा सोने के साथ याद किया जाता है। संस्कृत में इसे रजत कहा जाता है। इसका एक नाम रूपा भी है, जिसके नाम से फिल्मी पर्दे को रुपहले पर्दे के नाम से जाना जाता है।

दुआ

दुआ ख़ुदा की वह नेमत है जो कभी कभी दवा से ज़्यादा असर करती है। किसी ज़रूरतमंद की मदद करने वाले को उसके दिल से दुआ मिलती है। दिल से निकली दुआ भगवान् ज़रूर सुनते हैं। उसी तरह किसी को तकलीफ़ पंहुचा जाए तो उसके दिल से निकली आह बद्दुआ बन कर सामने आती है। दुआएँ कभी खाली नहीं जातीं। अपने लिए तो सभी दुआ मांगते हैं, बात तो तब है जब दूसरों के लिए दुआ मांगी जाए। भगवान् सबका भला करें, शुरुआत मुझसे करें। तो, दुआओं में याद रखना।

अपमान

एक कन्या की पहचान मिलने के साथ ही जन्म से पहले ही अपमान का सिलसिला जो शुरू होता है, वह मृत्यु के बाद तक साथ चलता है, जब सारी ज़िन्दगी पति के घर परिवार को देने के बाद भी कफ़न तक मायके से लेना होता है। अपमान किसी से कमतर आंके जाने की वजह से होता है। उम्र, हैसियत, ज्ञान, बुद्धि, अनुभव, पैसा कम होने से ही, इन चीज़ों की अधिकता वाले आपका अपमान करने का अपना अधिकार समझने लगते हैं। अपमान के ज़हरीले तीर एक बार में नहीं, हर साँस के साथ मारते रहते हैं।

रोटी

रोटी पेट भरने का साधन है। इसको कमाने और पाने के लिए इंसान कितनी मेहनत करता है। सारी ज़िन्दगी इसी जोड़ तोड़ में निकल जाती है। और यह चक्र चलता रहता है। रोटी किस भावना के साथ खाई जाती है, यह भी महत्वपूर्ण है। स्वयं तन के लिए रोटी सही ढंग से ग्रहण की जाए, यह भी आवश्यक है। रोटी घी से चुपड़ी हुई है या रूखी है, आधी है या ढेर सारी, यह परिस्थितियों पर निर्भर है।

वापस

सुबह का भूला शाम को वापस आता है तो उसे भूला नहीं कहते, क्योंकि उसने वापस आने की हिम्मत की। और उसे वापस आने देने के लिए दरवाज़ा खुला रखने वाले ने उस पर भरोसा किया। वापस लौटना हमेशा पीछे हटना नहीं है, अपनी जड़ों से जुड़े रहना भी है। और आगे छलांग लेने के लिए भी कभी कभी थोड़ा पीछे वापस आना पड़ता है। वापस लौटने में बहुत हिम्मत लगती है। विसर्जन करते समय तभी तो कहते हैं—गणपति बप्पा मोरया, पुढच्या वर्षी लवकर या।

खर्च

खर्च हो जाती है ज़िन्दगी, जीने की चाहत में, खाली हाथ आए हैं, खाली हाथ जाएंगे। सबसे तेज़ी से खर्च होता है समय, हम योजनाएँ बनाते रह जाते हैं और वक्त मुट्ठी से रेत की तरह फिसल जाता है। आर्थिक खर्चे और दैनिक आवश्यकताओं के बीच तालमेल बिठाने में एक मध्यवर्गीय इंसान का सारा समय खर्च हो जाता है। फिर पता चलता है, आमदनी अठन्नी,खर्चा रुपैया। सब कुछ खर्च हो जाता है, सिवाय चिंताओं के।

चादर

सभी कहते हैं कि पैर उतने ही फैलाने चाहिए, जितनी लम्बी चादर हो, कोई अपने कद के हिसाब से चादर लेने की बात क्यों नहीं करता। अपने को समेट कर रखने से चादर के दायरे में तो आ जाएंगे लेकिन

कभी खुल कर नहीं जी सकेंगे। दूसरी तरफ़ चादर फीके रंग की हो, पुरानी हो, पर सलीके से बिछाई हो, तो अच्छी लगती है। वहीं सुंदर चादर सिलवटों से भरी हो तो ये सिलवटें दिमाग और व्यक्तित्व की उलझनों को दर्शाती हैं।

मूक

बहुत ज़्यादा बोलने से नुकसान ज़्यादा, फायदे कम होते हैं। मूर्ख भी तभी तक बुद्धिमान लगते हैं, जब तक वे मूक रहते हैं। लेकिन गलत बात को सहते रहना, मूक दर्शक बने रहना भी गलत है। मूक रहना आपकी ताकत होना चाहिए, न कि आपकी कमज़ोरी की निशानी। धीर गंभीर व्यक्ति मूक रहते हुए केवल अपने कर्मों के बल पर अपनी राय और बात समाज तक पंहुचायेगा हैं। मूक रहने के लिए सहनशक्ति, सही बात सही समय और स्थान पर बोलने की समझ होनी चाहिए। मूक रह कर कई बार कुछ अनचाही परिस्थितियां टाली जा सकती हैं।

नहीं

“नहीं का मतलब है नहीं “, सुनने में यह जितना आसान है, कहने में उतना ही मुश्किल। और बात जब अपनों की हो तो उनकी सुविधा, असुविधा, लिहाज़, अपनी छवि, सब कुछ नज़रअंदाज़ करके आप “नहीं “ नहीं कह पाते। आप उम्मीद कर सकते हैं कि सामने वाला आपकी असुविधा, अक्षमता को समझेगा, पर यह ज़रूरी नहीं। कइयों को ‘नहीं’ सुनने की आदत नहीं होती और इस तरह इस चाह कर भी “नहीं “ नहीं बोल पाते। इस छोटे से शब्द को पूरी ताकत से बोलने में बहुत हिम्मत लगती है। पर अपने अस्तित्व की रक्षा हेतु कभी कभी’नहीं’ बोलना ज़रूरी होता है।

तट

तट नदी का हो अथवा सागर का, साफ़ सुथरा हो, तो पानी की लहरों की अठखेलियों का मज़ा ले सकते हैं। सागर अपने तटों को पार नहीं करता सिवाय सुनामी के समय, केवल भिगो देता है, लोगों द्वारा दी हुई चीज़ें लौटा देता है। पर नदियाँ तटबंध पार कर अनियंत्रित हो कर बाढ़ जैसी विभिषिका ले आती हैं। दो तटों के बीच बहती नदी दोनों को जोड़ कर रखती है, और पुल बने हों तो दोनों तट और भी सुविधापूर्ण तरीके से जुड़ जाते हैं। नहीं तो हमेशा बिछड़े प्रेमियों की तरह दूर रहते हुए भी साथ चलते रहते हैं। तट पर बने रहने वाले को डूबने का खतरा नहीं होता और डूबने से बचाने का तट ही सहारा होता है।

सज्जन

सज्जन एक आदर्श व्यक्ति है, जिससे मिलने की कामना सब करते हैं, पर स्वयं बनने की बात आती है तो अपनी कमियों, कमज़ोरियों से समझौता कर बैठते हैं, मजबूर हो जाते हैं। दुर्जन होना आसान है, सज्जन होने के लिए न केवल जन्मजात गुणों की आवश्यकता होती है, बल्कि संस्कार और संयम, और

अच्छे बुरे का ज्ञान अर्जित करना भी ज़रूरी है। सज्जन होना एक गुण है, बेवकूफ होने की निशानी नहीं, जो कि कई 'दुनियादार' लोग समझते हैं। सज्जन व्यक्ति किसी को तकलीफ़ नहीं पंहुचायेगा, न किसी का बुरा सोचते हैं।

गुलाब

गुलाब एक सुंदर रंग, नरमी से भरे स्पर्श, और आत्मा में उतर जाने वाली सुगंध से इंद्रियों को तृप्त करने वाला यह फूल, प्यार के अहसास को आकार देता है। प्रकृति का यह उपहार मन में ताज़गी भर देता है। इतनी सुंदरता की रक्षा करने के लिए ईश्वर ने गुलाब के साथ कांटे भी दिए हैं। इन अंगरक्षकों के बीच गुलाब सुरक्षित हो जाता है। इतनी सुंदरता के साथ गुलाब में औषधीय गुण भी होते हैं। मुरझाने के बाद भी गुलकंद के रूप में गुलाब काम हो जाता है।

स्थान

हर वस्तु अपने स्थान पर ही अच्छी लगती है, स्थान से हटने पर उसकी उपयोगिता, सुंदरता और कीमत कम अथवा समाप्त हो जाती है। सही समय और स्थान के मुताबिक बात और काम उचित होते हैं, अन्यथा अनुचित। स्थान से ही पूजा का स्थान और अन्य कामों के लिए अलग स्थान की पहचान होती है। व्यवस्थित और अनुशासित व्यक्ति हर वस्तु उसके स्थान पर रखता है ताकि सामान खोजने में समय व्यर्थ न हो। सबसे महत्वपूर्ण है किसी के दिल में स्थान बनाना।

ताज़ा

ताज़ा खाना स्वास्थ्य के लिए बहुत अच्छा होता है। ताज़गी सिर्फ खाने में ही नहीं, विचारों में भी होनी चाहिए। परम्परागत सोच को भी समय के साथ, परिवर्तन के साथ अपनाना चाहिए। जीवन के स्वास्थ्य के लिए ऐसी ताज़गी बहुत आवश्यक है। थकान और अवसाद के बाद नई सुबह ताज़ा धूप, रोशनी और हवा लेकर आती है, और दिन भर के संघर्ष के लिए ताज़ा ऊर्जा से भर देती है। ठहराव और बासी की बदबू को ताज़ा खुश्बू से बदला जा सकता है।

तिल

सर्दियों में तिल का प्रयोग शरीर में गर्मी लाता है। यह इतना महत्वपूर्ण है कि तिल के नाम पर त्योहार भी मनाया जाता है। सफेद और काले तिल से कितने ही पकवान बनाये जाते हैं। इन्हीं काले तिलों के रंग और आकार जैसे त्वचा पर मिलने वाले निशान को भी तिल कहते हैं। सामुद्रिक शास्त्र के अनुसार शरीर पर तिल की स्थिति के अनुसार भविष्य और स्वभाव की गणना भी की जाती है। शायर तिल से हसीनाओं की खूबसूरती को चार चांद लगते देख अशआर और ग़ज़ल लिख डालते हैं। ये खूबसूरत तिल दिल लूट लेते हैं।

जड़

जड़ अधिकतर नज़रों के सामने ना रहते हुए भी एक पूरे वृक्ष को आजीवन खड़ा रखती है। जड़ मज़बूत हो तो वृक्ष बड़े से बड़े तूफान का सामना कर लेते हैं। यूँ तो जड़ अपनी ज़मीन से जुड़ी होती है, उसे उखाड़ कर दूसरी जगह लगाएं तो पौधा मुरझा जाता है। लेकिन यह स्त्री का गुण है कि वह नए परिवार और रिश्तों के बीच भी अपनी जड़ें जमा कर फलती फूलती है और पूरा परिवार खड़ा कर लेती है। वृक्ष आसमान छूने तभी ऊंचा उठ पाता है जब वह ज़मीन पर अपनी जड़ों से जुड़ा रहे।

आखिर तुमने कर दिखाया

बिटिया, मुझे तुम पर गर्व है। आखिर तुमने कर दिखाया। न केवल तुम पढ़ाई में हमेशा अव्वल आती रही, खेलों में भी तुम्हारी रुचि रंग लाई। चित्रकला और संगीत में भी अपने फुरसत के पल बिता कर सुकून पाया। पहाड़ों की शांति में तुमने अपने लिए एक दूसरा घर तलाश लिया। ऐसे बहुआयामी व्यक्तित्व को मैंने जन्म दिया, और बड़े होते देखा, यह मेरा अभिमान है। सबका ध्यान रखते हुए, अपने कैरियर को भी ऊंचाइयों पर ले जाने के तुम्हारे सपनों की उड़ान निर्बाध हो, ऐसी मेरी कामना है। कोई रुकावट तुम्हें रोक न पाए।

झूठ

झूठ बोलना गलत है, हमेशा यही सिखाया जाता है। लेकिन यह भी कहा जाता है कि परिस्थिति के अनुसार कभी कभार झूठ बोला जा सकता है। एक झूठ आगे कितने झूठ का कारण बन जाता है, और इंसान झूठ के दलदल में फंस जाता है। झूठ अपने को अप्रिय स्थिति से बचाने के लिए बोला जाता है। ये झूठ इतना बड़ा हो जाता है कि सच्चाई उसके सामने छुप जाती है, बल्कि सच को अपने को साबित करना पड़ता है।

भावना

'जाकी रही भावना जैसी', यही कहा जाता है दुनिया को देखने के नज़रिए के बारे में। भावना के अनुसार किसी को दुनिया अच्छी या बुरी लग सकती है, सुख दुःख से भरी लग सकती है। ये भावना ही है जो इंसान को इंसान बनाती है। ममता, प्यार, गुस्सा नफरत, डर कितने भाव हैं जो जीवन में रंग भरते हैं। जन्म से लेकर मृत्यु तक मनुष्य किसी न किसी भावना का अनुभव करता ही रहता है। नाट्यशास्त्र में वर्णित नवरस नौ मूलभूत भावनाओं का प्रतिनिधित्व करते हैं।

पसंद अपनी अपनी

स्त्री को हमेशा दूसरों की पसंद का ध्यान रखना सिखाया जाता है। इस क्रम में उसकी अपनी पसंद नापसंद तो किसी कोने में दबी, सहमी, झिझकी सी पड़ी रह जाती है। कुछ पल अपने लिए जी लेना, वह सब कर लेना जिसके लिए पूछने की हिम्मत भी नहीं जुटा पाती, और अपनी थोड़ी तारीफ सुनना किस स्त्री को पसंद नहीं होगा, मुझे भी पसंद है। इन असंभव चीजों के अलावा छोटी छोटी चीज़ें पसंद हैं—बारिश बाद की मिट्टी की सोंधी सी सुगंध, खाने में चटपटा और मीठा, पहनने में आरामदेह और सुरुचिपूर्ण, पढ़ना, गाने सुनना, नृत्य करना, फिल्में देखना और रोमांटिक होना बहुत पसंद है।

अभ्यास

अभ्यास एक ऐसी सीढ़ी है जो सफलता की मंज़िल तक पंहुचाने में मदद करती है। अभ्यास का इतना महत्व है कि यह सिर्फ मनुष्य को निपुण ही नहीं बनाता, उसकी आदत भी बन जाता है। अभ्यास करने में गलतियां भी होती हैं, गलतियों को सुधारने का मौका भी मिलता है, मेहनत भी करनी पड़ती है और कभी कभी असफलता का डर हताश भी कर देता है। पर अभ्यास जब जीवन शैली बन जाता है तो छोटी छोटी सफलताएँ आगे बढ़ने का हौसला देती हैं। 'करत करत अभ्यास के जड़मति होत सुजान'।

शक्ति विश्वास की

जब तक सांस, तब तक आस। और इसी आस और विश्वास के बलबूते असंभव भी संभव हो जाता है। यह विश्वास की शक्ति ही है जो हिम्मत और उम्मीद देती है। मन के हारे हार है, मन के जीते जीत। मन में जब तक उम्मीद है, हर मुश्किल का हल निकाला जा सकता है। सबसे पहले ईश्वर पर विश्वास ज़रूरी है, उसके बाद अपनी कोशिशों पर, और सफलता मिलेगी ही। जिसे हम चमत्कार कहते हैं, वह असल में विश्वास की शक्ति का ही प्रमाण है। मन में है विश्वास, हम होंगे कामयाब एक दिन।

पंगा

पंगा करने और लेने वाले लोग बहुत फुरसती होते हैं। सिर्फ दूसरों को परेशान करके मज़े लेना, बिना मतलब अपनी शक्ति जताना, और टाइम पास करना, पंगा लेने वालों की पहचान है। भलेमानस इन लोगों से और किसी भी पंगे से दूर रहने में ही भलाई देखते हैं। और इससे उलट पंगा लेने वालों को पंगा लेने का बहाना चाहिए होता है। पंगा लेने के लिए राई का पर्वत बनाया जा सकता है।

परिचय

किन्हीं दो अजनबियों के पहली बार मिलने पर परस्पर परिचय का आदान प्रदान होता है। अपने परिचय में अक्सर सब अपना नाम बताते हैं, उस एक शब्द से कितनी जानकारी मिलती है, धर्म, जाति भौगोलिक

स्थिति आदि। आपके पहनावे से भी आपके बारे में जानने की कोशिश की जाती है। आपकी आर्थिक स्थिति, संस्कृति और पेशे का अंदाज़ा लगाया जाता है। व्यक्तित्व से भी जीवनशैली, स्वभाव और उम्र, अनुभव आदि से परिचित होते हैं। अपने व्यवहार से भी कई अपना परिचय दे देते हैं। तो कुछ अपनी सोच और कर्मों से समाज में किसी परिचय के मोहताज नहीं रहते।

रक्षा

रक्षा करने वाले को हम अपने से ऊंचा स्थान देते हैं, उसकी रक्षा करने की शक्ति पर भरोसा है। हमारा सबसे बड़ा रक्षक ईश्वर है। उसके बाद हमारे माँ बाप हैं। भाई पर रक्षा का भार दिया ही जाता है। स्वास्थ्य की रक्षा डाक्टर के हाथ, ज्ञान की रक्षा गुरु के हाथ, और देश की रक्षा सैनिक के हाथ दे कर हम निश्चिन्त हो जाते हैं। संकट के समय हम अपनी रक्षा स्वयं कर सकते हैं लेकिन कोई हमारा रक्षक है, यह भरोसा हमें ताकत देता है।

हिचकी

हिचकी आने का वैज्ञानिक कारण जो हो, पर आमतौर पर इसके साथ यह धारणा जुड़ी है कि कोई आपको याद कर रहा है, या आपको पानी पीना चाहिए। कोई एकदम से डरा कर, कोई अचानक से हंसा कर, हिचकी बंद कराने की कोशिश करता है। शिशुओं को हिचकी आए तो मानते हैं कि इससे उनका शरीर विकसित होता है। कोई मदहोश है, तो कई बार हिचकी से पकड़ में आ जाता है। कभी कभी मौत के साथ भी हिचकी को जोड़ते हैं कि'आखिरी हिचकी' ली। मुझे हिचकी जो आई तो हंगामा हो गया।

आप कैसे हैं

एक साधारण सा सवाल जो हर दिन आप हर मिलने जुलने वाले व्यक्ति से पूछते हैं। यह सवाल केवल औपचारिकता के लिए पूछा गया है या सचमुच आप सामने वाले का हालचाल जानना चाहते हैं, इसका खुलासा सवाल में नहीं होता। जवाब देने वाले भी अपने ढंग से सवाल का जवाब दे देते हैं, 'मैं ठीक हूँ'। अब यह सही जवाब भी हो सकता है और केवल टकराने के लिए भी। पर जब कोई सचमुच परेशान होता है तो यह सवाल मन को छू जाता है, 'आप कैसे हैं? '

परवाह

अपनों की परवाह करने वाले बिना अपनी तकलीफ़ की, दुनिया की बातों की परवाह किये सिर्फ और सिर्फ अपनों के लिए ही सोचते हैं। और जो कहते हैं कि उन्हें किसी की परवाह नहीं वे सच ही कह रहे होते हैं क्योंकि उन्हें खुद को दूसरों की परवाह की ज़रूरत होती है। अपनी इस चाहत को कमज़ोरी समझ कर इसे अस्वीकार करके ऊपरी तौर पर लापरवाह होना दर्शाते हैं। परवाह करना एक इंसानी खूबी है। लापरवाही अव्यवस्थित जीवन और अपरिपक्व सोच की परिचायक है।

मेला

मेला शब्द सुनते ही जो दिमाग में आता है जो दिमाग में तस्वीर आती है उसमें बहुत सारी भीड़, बहुत सारी रोशनी, बहुत सारा शोर, खिलौने, मिठाइयों की दुकानें होती हैं। मेले में घूमने जाने का उत्साह, वहाँ का खुशी भरा माहौल, आम आदमी की बेरंग ज़िंदगी में रंग भर देता है। इसके अलावा अब और कई तरह के मेले हो गए हैं, पुस्तक मेला, लोन मेला, रोज़गार मेला, शादी मेला, ग्रामीण कला और हस्तशिल्प मेला और न जाने क्या क्या। धार्मिक मेलों का भी आयोजन होता है। दार्शनिक तौर से देखें तो ये दुनिया भी एक मेला है।

धीमे धीमे से

परेशानियों के धीमे ज़हर से

रोज़ मरती जा रही है ज़िन्दगी।

चूस कर थूक दो इस विष को,

सांसों में भर लो ताज़ी हवा

आशाओं की, हिम्मत की,

न वो वक्त रहा, न ये रहेगा।

ज़िन्दगी जीने के लिए है,

मौत से पहले क्यों मरना।

किसी दौड़ में शामिल ना हो,

एक एक कदम से भी

मिल जाती है मंज़िल।

बदलाव

कभी कभी हम अपने अंदर हो रहे बदलावों को समझ नहीं पाते। शारीरिक और मानसिक बदलावों से उठने वाली उलझन कभी कभी ऐसी गांठ बन जाती है कि जीवन भर उसे खोल नहीं पाते। अनजाने में ही हम अपने अंदर के बदलावों के लिए दूसरों पर दोषारोपण करके सुर्खरू होने की कोशिश करते हैं। समय के साथ इन बदलावों को स्वीकार कर लेना चाहिए। बदलाव भले ही अच्छे के लिए हो या बुरे के लिए, एक अटल नियम है। कुछ भी हमेशा एक सा नहीं रहता।

उम्र

उम्र को लेकर इतनी शायरी हो चुकी है, कोई महबूब के इंतज़ार में उम्र गुज़ारने को तैयार है, तो कोई ताउम्र साथ जीने मरने की कसमें खा रहा है। उम्र कोई भी हो, कितनी भी हो, हंसी खुशी से निकले तो जीवन सार्थक हो जाता है। जीवन के उतार चढ़ाव का असर उम्र पर पड़ता है। आदमी हर उम्र में, यहाँ तक कि मरते दम तक कुछ ना कुछ सीखता रहता है। उम्र के साथ अनुभव भी बढ़ता है और परिपक्वता भी।

बगीचा

बगीचा फूलों की क्यारियों, पौधों और पेड़ों के सुनियोजित, संवारे हुए सुंदर रूप को कहते हैं। यह बगीचा क्षमता से, सेवा से और योजना से सजाया जाता है। माली की मेहनत एक जंगल को बगीचे का रूप दे सकती है और लापरवाही एक बगीचे को जंगल में बदल सकती है। बढ़ने को तो जंगल में बेतरतीब पेड़ पौधे भी बढ़ जाते हैं, पर समुचित प्यार, देखभाल से, अनुशासन से बढ़े हुए पौधे अपनी सुंदरता से बगीचे के रूप में सबका मन मोह लेते हैं..... एकदम बच्चों की परवरिश की तरह जंगल और बगीचे में फर्क हो जाता है।

स्वागत

जिस देश में 'अतिथि देवो भव' की संस्कृति है, वहाँ आगंतुक का आना शुभ हो, ऐसी कामना के साथ सच+आगत, स्वागत करना स्वभाविक है। केवल मेहमानों का स्वागत ही नहीं, आने वाली हर स्थिति का खुशी खुशी स्वागत करना चाहिए। मनचाही, खुशनुमा स्थिति है तो सभी इसका आनंद लेते हैं। पर विपरीत परिस्थितियों का भी स्वागत करना चाहिए क्योंकि इससे कमज़ोरियों पर जीत पाने का जज़्बा, हिम्मत आती है, समस्याओं का सामना करने की बुद्धि आती है। स्वागत मन से होना चाहिए, दिखावटी नहीं।

लायक

हर व्यक्ति किसी न किसी क्षेत्र में रिश्ते में लायक होता ही है। बस उसे अपनी लियाक़त की पहचान होनी चाहिए। लायक बनने के लिए मेहनत और किस्मत, दोनों का सही संतुलन होना ज़रूरी है। कोई कितना लायक़ है कितना नालायक, इसका कोई मानक नहीं है, फिर भी लोग दूसरों के बारे में बिना किसी हक़ के फैसले ले लेते हैं। लायक होने के लिए सामने वाले की उम्मीदों पर खरा उतरना होता है और उससे भी पहले खुद पर भरोसा होना चाहिए।

नफरत

नफरत एक बहुत ही कठोर शब्द है। कहने को तो नफरत मुहब्बत का विपरीत है। लेकिन दोनों भावनाएँ एक जैसी शिद्दत लिए हुए होती हैं। दोनों में ही व्यक्ति अपने को भूल जाता है और मुहब्बत या नफरत के पात्र को ही अपने ध्यान केंद्रबिंदु बना देता है। नफरत की आग दूसरे को तो नुकसान फंहुचाती ही है, पर नफरत करने वाले को सबसे ज़्यादा जलाती है और इस आग में सब कुछ स्वाहा हो जाता है।

राग

राग सुरों से भरी राग रागिनी हो तो मन, आत्मा को तृप्त कर देती है। ऐसा सुकून मिलता है संगीत के राग से। किसी मानसिक तकलीफ़ के साथ शारीरिक पीड़ा में भी आराम मिलता है। भावनात्मक स्तर पर राहत मिले इसके लिए अनुराग या प्यार की आवश्यकता होती है। पर प्यार जितना ही शक्तिशाली भाव है गुस्से का, जो दूसरों की गलती पर इंसान स्वयं को नुकसान पंहुचा कर करता है, उसे भी राग कहते हैं। अर्थात जीवन के हर भाव के साथ राग और अनुराग का जुड़ाव है।

आशा

आशा जीवन की वह जीवन रेखा है जो सांस, भोजन, पानी जितनी ही महत्वपूर्ण है। कहते हैं न, कि उम्मीद पर दुनिया कायम है। मन में आशा हो तो बड़ी से बड़ी मुश्किल का हल निकल सकता है। दूसरी तरफ निराशा केवल हार की ओर ही धकेलती है। निराशा एक अंधकार है जिसमें आशा का दिया हल्का ही सही, उजाला ला देता है। जब तक सब कुछ ठीक होने का सूरज रोशनी नहीं फैला देता, तब तक आशा का दिया ही रोशनी देता है।

धीमा

आधुनिक युग में भागती दौड़ती ज़िन्दगी को थोड़ा धीमा करने की ज़रूरत है ताकि महत्वाकांक्षा के फेर में छोटे छोटे सुकून और खुशी के पलों को जीना भूल न जाएं। धीमा चलना भी मंज़िल तक पंहुचा देगा, पहले नम्बर पर न भी गए तो क्या? तेज़ आंच खाना और रिश्ते दोनों को जला देती है, सहज पके सो मीठा होय। अतः लक्ष्य पर ध्यान केंद्रित करके धीमा चलने वाला कछुआ भी दौड़ जीत जाता है। शक का धीमा ज़हर रिश्तों को जला देता है, सावधान रहें। धीमा संगीत सारे तनाव भगा देता है।

कांच

कांच की नज़ाकत इतनी है कि ज़रा सी ठेस से उसमें दरार आ जाए, टूट जाए। और उसे दुबारा जोड़ा भी नहीं जा सकता, बिना निशान के। और अगर कांच चूर हो गया हो तो समेटने वाले के हाथ में चुभ कर तकलीफ़ पंहुचाने से बाज़ नहीं आता। अपने सुंदर रूप में कांच रोशनी को यूँ प्रतिबिंबित करता है कि

हीरे को भी मात दे दे। कांच के आर-पार देखने के लिए पारदर्शिता का गुण है तो यही इंसान को दूसरों पर आरोप लगाने से भी रोकता है। कांच के घर में रहने वाले दूसरों पर पत्थर नहीं मारते।

तेरी फिक्र है मुझे.....

परेशानियां सब की ज़िन्दगी में आती हैं, चली भी जाती हैं, पर हिम्मत और ताकत देकर जाती हैं। तुम अकेले परेशानी से नहीं जूझ, तुम्हारे साथ मैं हूँ। अंधेरे में जब कुछ नहीं दिखता, तब भी भरोसा रखो कि तुम अकेले नहीं। वैसे ही साथ होते हुए भी मेरा साथ और सलाह भले ही तुम्हारी नज़र में न आए, मेरा कुछ भी कहना तुम्हे बुरा लगे, पर मैं चाह कर भी खुद को तुमसे, तुम्हारी परेशानी को दूर करने की कोशिश से अलग नहीं रख सकती। क्योंकि तेरी फिक्र है मुझे.....

बर्फ

पानी का जमा हुआ ठंडा, ठोस रूप गर्मियों में ठंडे पेय को अंदर तक तृप्त करने का साधन है। और यही बर्फ सर्दियों में रुई के फाहे की तरह पहाड़ों को सफेद चादर से ढक देती है। पूरा वातावरण ऐसा हो जाता है कि हड्डियों में ठंड घुसने लगती है। एक ही बर्फ अलग अलग मौसम में कितना अलग प्रभाव देती है। बर्फ सा ठंडा व्यवहार भी अलग स्थितियों में अलग प्रभाव देता है। बर्फ की सफेद खूबसूरती और ठंडक वही है बस इस्तेमाल के फर्क से नतीजा बदल जाता है।

शर्ट

शर्ट भारतीय परिधान नहीं है फिर भी भारतीय स्त्री पुरुष शर्ट का इस्तेमाल आमतौर पर करते हैं। पुरुषों के लिए शर्ट रोज़मर्रा के पहनावे, आफिस और पार्टी के लिए आम है। स्त्रियों के लिए यह पाश्चात्य फैशन का हिस्सा है। आधुनिक और पश्चिमी फैशन का हिस्सा शर्ट रोज़मर्रा की आवश्यकता बन गई है। घर के पुरुषों को किसी खास अवसर पर तोहफा देना हो तो सबसे पहले शर्ट का ही ध्यान आता है। साफ सुथरी, प्रैस की हुई शर्ट से जहाँ व्यक्तित्व में निखार आता है, वहीं गंदी और सिलवटों वाली शर्ट से इससे विपरीत प्रभाव पड़ता है।

यादें

जहाँ परिवर्तनशीलता एक सतत् सत्य है, वहाँ यादें अपरिवर्तनीय हैं। यादें धुंधली हो सकती हैं, उनका असर बदल सकता है, लेकिन यादों के सफर में इंसान जैसे टाइम मशीन से पुराने समय में पंहुच जाता है। यहाँ कोई बदलाव नहीं होता, न उम्र बढ़ती है, ना पृष्ठभूमि में कोई चीज़ बदलती है। इंसान का ज्ञान, अनुभव और यादें ही वह संपत्ति है जो उसके साथ ही जाती है, कोई उन्हें छीन नहीं सकता।

सुरक्षा

सुरक्षित रहने की भावना जन्मजात होती है, भले ही स्वयं की सुरक्षा करने में अक्षम हों। केवल शारीरिक सुरक्षा ही नहीं, मानसिक उलझनों से सुरक्षा पाने के लिए भी मनुष्य जाने अनजाने प्रयासरत होता है। अज्ञात भविष्य को सुरक्षित रखने के लिए मनुष्य अपने वर्तमान से भी समझौता कर लेता है। पर कभी कभी बचपने और लापरवाही से कुछ लोग सुरक्षा को नज़रअंदाज़ कर देते हैं। इसीलिए दुर्घटनाएँ होती हैं और उनमें जानें भी जाती हैं। सुरक्षा का ध्यान रखें ताकि न केवल आपकी बल्कि दूसरों की भी जान सुरक्षित रहे।

कला

कला मनुष्य की भावनाओं को स्वर, शब्द, मूर्त रूप देने की सबसे सुंदर विधा है। प्रकृति में हर तरफ सुंदरता है, हर जीव उपयोगी है लेकिन केवल मनुष्य ही है जो कला की कल्पना कर सकता है, कला का निर्माण कर सकता है। श्रीराम बारह कलाओं से पूर्ण अवतार हैं, तो श्रीकृष्ण सोलह कलाओं से युक्त सम्पूर्ण अवतार हैं। कला मानव के मन के कोमल या कठोर, हर भाव को प्रत्यक्ष कर देती है। कलाकार ईश्वर जितना सर्वशक्तिमान तो नहीं हो सकता लेकिन निर्माता अवश्य हो सकता है।

भाग्य

समय बहुत बलवान है और भाग्य बाहुबली। इंसान अस्तित्व में आते ही अपने भाग्य को साथ लेकर आता है और मृत्यु तक भाग्य को भोगता है। इंसान अपने विचार, व्यवहार और मेहनत से भाग्य की अवधारणा को एक नई दिशा दे सकता है, बदल नहीं सकता। सौभाग्य या दुर्भाग्य परिणाम को देखते हुए निर्णीत होता है। लेकिन भाग्य में लिखा है, ऐसा सोच कर मनुष्य प्रयास करना छोड़ नहीं सकता, और न ही छोड़ना उचित है। प्रभु कृपा से चमत्कार भी होते हैं, भाग्य बदल भी सकते हैं।

सुबह

सुबह का समय सबसे अच्छा लगता है। मौसम कोई भी हो, सुबह एक नया दिन, एक नई शुरुआत का आगाज़ होता है। सारे अंधेरे, सारी निराशा और अवसाद का अंत एक सुबह से हो जाता है। प्रकृति नई सुबह के रूप में नई उम्मीद और उगते सूर्य से नई ऊर्जा से भर देती है। पारम्परिक लोग सुबह जल्दी उठ कर दिन की शुरुआत करने के हिमायती होते हैं। दूसरी तरफ़ नई पीढ़ी के लोग कहते हैं कि सुबह की नींद सबसे प्यारी होती है। नज़रिए के फर्क़ के बावजूद सुबह सबके लिए अच्छी होती है।

कुशल

सब कुशल मंगल? पहले इसी तरह एक दूसरे का हाल पूछा जाता था, सबकी कुशलता की कामना की जाती थी। अब हर कोई अपने कार्यक्षेत्र में कुशल होने की होड़ में शामिल है। मेहनत करके कुशल होना एक अर्जित गुण है। अभ्यास से अनुभव और कुशलता मिलती है। पर यह भी सच है कि "पर उपदेश कुशल बहुतेरे ", जब खुद कुछ करने का मौका आता है तो अपने अकुशल होने के दसियों कारण बताए जाते हैं। बस, आपके कुशल क्षेम की कामना करते हुए समाप्त करती हूँ।

सागर

सागर हो या महासागर, अथाह और विशालकाय होता है। किनारों पर सागर की लहरें अठखेलियाँ करती हैं, खेलती हैं। पर जैसे जैसे गहराई बढ़ती है, सागर शांत होता जाता है। सागर अपने अंदर जीवन के विभिन्न रूप संजो कर रखता है। जो सागर का अपना नहीं है, उसके लिए उपयोगी नहीं है, वह बिना किसी लालच के लौटा देता है। सभी नदियाँ अपने वेग को सागर में मिल कर समाप्त करती हैं, अपना लक्ष्य पा लेती हैं। सागर शांत, गंभीर रहता है लेकिन ज्वार भाटा और तूफान के समय रौद्र रूप भी ले लेता है।

निडर

निडर का अर्थ डर का नहीं होना है। डर किसी भी चीज़ या सोच का हो, आपकी कमज़ोरी को उजागर करता है। निडर होना आपके आत्मविश्वास और उम्मीद की ताकत को दर्शाता है। निडर होना अच्छा है, पर इसका अर्थ यह नहीं है कि लापरवाह हो जाएं। सावधानी सही दिशा में सोच और ध्यान से बनाई गई योजनाओं को निडरता का साथ मिले तो सफलता अवश्यंभावी है। डर की कमजोरी से बाहर निकलें, निडर बनें, लापरवाह नहीं।

हमारा सीक्रेट सैंटा

बच्चों को बहुत सालों तक उनका सीक्रेट सैंटा उपहार और क्रिसमस केक देता रहा और वे लोग उसे देखने के लिए देर रात तक जगने की कोशिश करते हुए सो जाते। सवेरे उन्हें उठाती तो उनकी खुशी देखते ही बनती। जब उन्हें सैंटा की सच्चाई बताई तो उन्हें पहले विश्वास नहीं हुआ, फिर दुख हुआ कि अब उपहार नहीं मिलेंगे। त्योहार भले हमारा न हो, पर खुशी मनाने का कोई भी अवसर क्यों छोड़ा जाए? अब बच्चों को उनके बच्चों के लिए सीक्रेट सैंटा बनते देख कर अच्छा लगता है। सैंटा क्लाज़, सबको खुशियों का उपहार दो।

मन

मन शरीर का कोई अंग नहीं है, जैसे दिल और दिमाग होता है। फिर भी मन मनुष्य जीवन का इतना महत्वपूर्ण हिस्सा है कि मन के हारे हार है और मन के जीते जीत हो जाती है। कभी कुछ ना करने का मन होता है, तो कभी कुछ खास खाने का मन करता है। कभी मन नाच उठता है तो कभी मन उदास हो जाता है। अपनी मनमर्ज़ी करने की छूट चाहिए होती है, कभी मनमानी करने से रोकना पड़ता है। मन पर अंकुश लगाना पड़ता है कभी मन को मनाना पड़ता है। यही तो है मन।

बक्सा

बक्सा पुराने घरों का अभिन्न अंग होता था। कुछ बक्से तिजोरी का काम करते थे। अपनी अनमोल यादों, अपनी कीमती चीज़ों को संभाल कर रखने के लिए बक्से का प्रयोग होता था। यात्राओं के लिए भी बक्से ही प्रयुक्त होते थे। घरों में बक्सों के ऊपर बक्से रखकर उस पर टेबल क्लास बिछा दिया जाता था। कभी बक्से पर गद्दा बिछा कर बैठने का भी इंतज़ाम होता था। और रज़ाई, कंबल, गद्दे रखने के लिए बड़े बक्से कौन भूल सकता है। टीन के फूलों के डिज़ाइन वाले बक्से में दुल्हन का सामान भी जाता था।

सुनहरे पल

सुनहरे पल अधिकतर लोगों के लिए बचपन, स्कूल कालेज की यादों से भरे होते हैं। कुछ लोग जब जीवन में अपने सपने हकीकत में बदल पाते हैं, तो उनके लिए सुनहरे पल होते हैं। किसी के लिए प्यार को महसूस करना, तो किसी के लिए माता पिता बनना और किसी के लिए बच्चों के बच्चों को फलते फूलते देखना उनके जीवन का सुनहरा पल होता है। इन सुनहरे पलों को जीना और हमेशा के लिए यादों में संजो लेना किसी के लिए भी अनमोल अनुभव है।

सुनहरे पल 2

मैरी क्रिसमस। बचपन में हिन्दू होते हुए भी ईसाई बहुल सोसायटी में रहते हुए यह सुनना और बोलना आम था। क्रिसमस से पहले ही कैरल्स सुनना, घरों की बाल्कनी में चमचमाती, रंगीन, छोटे बड़े तारे टंगे देखना क्रिसमस के आगमन की सूचना देते थे। क्रिसमस के दिन सबके यहाँ से प्लम केक, रम केक, फ्रूट केक और कितनी तरह की पारम्परिक चीज़ें आती थीं। और सबके घरों में क्रिसमस ट्री और अन्य सजावट के साथ चरनी में एक डॉल हाउस जैसे जीसस के जन्म का दृश्य देखना आनंददायक होता था।

सुनहरे पल 3

क्रिसमस के मौके पर हर साल क्रिसमस से दो तीन दिन पहले क्लब में मेरे पति सैंटा क्लाज़ बनते हैं। आज पूरे पच्चीस साल है रहे हैं उनको इस आयोजन का हिस्सा बनते हुए। पर आज भी उन्हें इस मौके

पर उतना ही आनंद आता है जितना कि पहली बार आया था। बच्चों का मासूमियत भरा विश्वास, सैंटा से मिलने का उत्साह और उसके हाथों से गिफ्ट लेने की खुशी देखते ही बनती है। बच्चे तो बच्चे, बड़े भी सैंटा के साथ फोटो लेने की होड़ में शामिल होते हैं। हर साल ये कुछ पल सुनहरे पल बन जाते हैं।

सुनहरे पल 4

क्रिसमस होने के साथ साथ 25 दिसम्बर मेरे लिए इसलिए भी खास दिन है क्योंकि ये दिन मेरे माता पिता की शादी की सालगिरह का दिन भी है। बाकी दुनिया इस खुशी के त्योहार को मना रही होती है तो हम भी अपने ढंग से इसे सैलीब्रेट करते थे। सवेरे ही घर से तैयार हो कर निकलते। दिन भर घूमना, फिल्म देखना, बाहर खाना खाना, और एक खुशी भरी थकान के साथ रात को घर लौटना। ये यादें उन सुनहरे पलों को बार बार जीने का मौका देती है।

सुनहरे पल 5

सुनहरे पलों के पीछे कभी कभी कुछ ऐसी यादें भी होती हैं, जिन्हें भुलाया नहीं जा सकता। और इन यादों को जीना कष्टदायक होते हुए भी मन से इतना जुड़ा हुआ होता है कि सुनहरा न होते हुए भी उनकी कीमत कम नहीं होती। आज के दिन मैंने अपनी माँ को खोया था। वह माँ, जिनके मुंह से अपनी तारीफ के दो शब्द सुनने के लिए मैं कुछ भी करने को तैयार रहती थी। उनके जैसी बनना चाहती थी। पर, सच है कि यादों के इस खज़ाने से सुनहरा और क्या होगा?

खेल

ज़िन्दगी है खेल, कोई पास कोई फेल। खेल मनोरंजन के लिए होना चाहिए, जीतने या हराने के लिए नहीं। पर प्रतिस्पर्धा के इस युग में सब एक दूसरे से आगे निकलना चाहते हैं। भले ही इसके लिए दूसरे को पीछे क्यों न खींचना पड़े। खेल अपने मनोरंजन के लिए खेलें और देखें, कितना आनंद आता है, जैसे छोटे बच्चे खेलते हैं। बचपन की मासूमियत में खेले गए खेल में न मंहगे खिलौने चाहिए, न इसमें कोई दुर्भावना होती है और न ही जीत हार का कोई प्रभाव होता है।

ठंड

ठंड के मौसम में गर्मागर्म चाय या कॉफी का मज़ा रज़ाई में बैठकर पीने का मज़ा आता है। साग, सब्जियां, फल भी इस मौसम में भरपूर होते हैं। तिल, गुड़ और कई इसी तरह की शरीर को गर्म रखने वाली चीज़ें ठंड से राहत पाने के लिए खाई जाती हैं। गर्म कपड़े, अलाव, हीटर वगैरह ठंड से बचाव करते हैं। पर ये सभी सुविधाएं आर्थिक स्थिति मज़बूत होने पर मिलती हैं। कमज़ोर वर्ग ठंड का सामना करने में अक्षम होता है। कोई ठंड में बर्फबारी का आनंद लेता है तो कोई हड्डियां कंपकंपाती ठंड में जीने के लिए संघर्षरत रहता है।

उफ्फ

उफ्फ, हद हो गई। जब ज़िन्दगी में कुछ गड़बड़ होने लगती है, मनचाहा नहीं हो पाता, मन परेशान होता है, तो मुंह से उफ्फ निकल ही जाती है। ठंडी सांस भरकर, एक बार उफ्फ बोल कर हम अपनी परेशानी को कम करने की कोशिश करते हैं। ये कुछ ऐसा है, जैसे प्रैशर कुकर से गर्म हवा सीटी के माध्यम से निकल कर प्रैशर का संतुलन बनाए रखती है। मन की भड़ास निकालने के लिए यह 'उफ्फ' बहुत कारगर है।

जगह

जगह चाहे ज़मीन पर हो या दिल में, बनानी पड़ती है। जगह बनाने में बहुत मेहनत करनी पड़ती है। खुद को भूल कर, केवल अपने लक्ष्य को ध्यान में रखकर काम करना होता है। और जगह अपने आप बन जाती है। कभी कभी कुछ लोग इतनी मेहनत न कर के ज़बरदस्ती जगह पर कब्ज़ा कर लेते हैं, थोड़े समय के लिए उन्हें अधिकार मिल सकता है, लेकिन प्यार से ली गई जगह हमेशा बनी रहती है।

हलचल

पानी में पत्थर फेंकने से कुछ समय के लिए पानी में हलचल दिखती है, लेकिन यह स्थाई नहीं होती। इसी तरह परेशानियों से उठी मन की हलचल भी क्षणिक होती है समाधान मिलते ही शांत हो जाती है। किसी भी शांत माहौल को अशांत करने वाली हलचल हमेशा नकारात्मक नहीं होती। शांत होना कभी कभी सड़न या रुकने का परिचायक होता है। और जीवन तो चलते रहने का नाम है। ऐसे में हलचल से आगे बढ़ने का बहाना मिल जाता है। ऐसी हलचल सकारात्मक होती है।

व्यस्त

व्यस्त रहें, मस्त रहें। बहुत ज़रूरी होता है व्यस्त रहना। क्योंकि खाली दिमाग शैतान का घर होता है। लेकिन व्यस्तता काम में होनी चाहिए, दिखावे की नहीं। न ही व्यस्तता रिश्तों से बड़ी होनी चाहिए। जिनके लिए आप व्यस्त हैं, उनको ही अगर आप अपना समय नहीं दे पाते, तो ऐसा व्यस्त होना व्यर्थ है। अपने को बेकार की बातों में ना उलझाने के लिए भी व्यस्त रहना ज़रूरी है। ताकि आपकी व्यस्तता सकारात्मक हो, सार्थक हो।

मंज़िल

मंज़िल तय हो तो उस तक पंहुचने के कई रास्ते खुल जाते हैं। कोई आसान रास्ता चुनता है तो कोई सही और संघर्ष भरे रास्ते पर चलता है।पर अंततः मंज़िल पर पंहुचना ही एकमात्र मकसद होता है। कभी कभी मंज़िल पर पंहुचना उतना महत्वपूर्ण नहीं लगता जितना सफर संतोषजनक और आनंदमय होता

है। मंज़िल कभी भी अंतिम नहीं होती, एक मंज़िल से आगे और बहुत कुछ होता है, नई मंज़िलें तय करने के लिए। मौत तक यह सिलसिला चलता रहता है, अंतिम मंज़िल वही है।

यादें और इरादे

य से यादों का सम्बन्ध अतीत से है। कुछ अच्छे फल, कुछ कड़वे अनुभव यादों का एल्बम बनाते हैं। दूसरी तरफ इ से इरादे भविष्य को संवारने की कोशिश करने के लिए किए जाते हैं। इरादे मज़बूत हों तो अनदेखे भविष्य के सपने देख सकते हैं। इनके बीच वर्तमान में ज़रूरत है यादों से अनुभव और इरादों से उम्मीद लेकर संतुलन बनाने की।

तुम बहुत लापरवाह हो

किसी के मुंह से यह आरोप सुनना कि 'तुम बहुत लापरवाह हो' किसी भी गृहिणी के लिए बहुत दिल तोड़ने वाला होता है। वह भी तब जबकि वह जीजान से परिवार के हर सदस्य की पसंद नापसंद, सुविधा असुविधा की परवाह करते हुए अपनी तरफ से लापरवाह हो जाती है। सब उसकी इस कोशिश को नज़रअंदाज़ कर देते हैं, या मामूली समझते हैं। एक गलती होते ही सब उसे गुनहगार मानने लगते हैं। यह कोई नहीं सोचता कि वह लापरवाह ज़रूर है, पर केवल अपने प्रति, वह भी समय और अवसर के अभाव में। लापरवाही न करें, जान है तो जहान है।

अंक

अंक गणित का आधार है, साथ ही जीवन में भी इसकी महत्ता को कम नहीं आंक सकते। धर्म, ज्योतिष, ग्रह विज्ञान, गणित, विज्ञान, यहाँ तक कि रसोई में भी अंक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। अंकों के खेल को किसी विद्यार्थी से अच्छा और कौन समझ सकता है, इन अंकों के आधार पर ही तो उसकी योग्यता को आंका जाता है। जन्म से लेकर मृत्यु तक विभिन्न संस्कारों, उम्र के आकलन के लिए भी अंक चाहिए होते हैं। ईश्वर और आत्मा को भी अंक से जानते हैं। ज़ीरो का वरदान भी भारत से दुनिया को मिला अंक है।

हम तुम

हम तुम एक दूसरे के पूरक हैं, एक दूसरे के बिना अधूरे हैं तो ये प्यार है। यही हम तुम आमने सामने खड़े हैं, अपने को दूसरे से बेहतर बताने में लगे हैं, तो यह लड़ाई है, प्रतियोगिता है।हम तुम साथ मिल कर परेशानियों से जूझ रहे हैं, तो साथी हैं। एक दूसरे के लिए परेशानी खड़ी कर रहे हैं, तो दुश्मन हैं।हम तुम तो वही होते हैं, सिर्फ भावना के हेरफेर से सम्बन्धों का नाम बदल जाता है।

ढोंग

ढोंग या दिखावा इंसान तब करता है जब उसके पास कमी हो, और उसे दूसरों से बढ़ कर दिखना हो और अपनी कमी को छिपाना हो। कई बार लोग ढोंग को सच समझ बैठते हैं और ढोंगी को अपने से ऊंचा स्थान दे देते हैं। जब असलियत सामने आती है तो लोग ढोंगी का दोष देखते हैं, उसे धोखेबाज़ मानते हैं। न उस व्यक्ति की कमी पर ध्यान जाता है, न अपनी बेवकूफी पर। प्रकृति भी कभी कभी अस्तित्व की रक्षा के लिए ढोंग या बहुरूप का सहारा लेती है।

अलविदा

अलविदा कहना दुखद होता है, लेकिन पुराने को विदा करेंगे तभी तो नए का स्वागत कर सकेंगे, जो आशाओं, नए सपनों को लेकर आज। अलविदा कहने से भी यादों, अनुभवों के रूप में दिल से दूरी नहीं होती। जब तक यह समय और स्थान के लिए हो तब तक तो आदमी अपने आप को तसल्ली दे देता है, पर जब किसी अपने को अलविदा करना पड़ता है तो उसका घाव हमेशा के लिए रह जाता है। समय के साथ हम तो आगे बढ़ जाते हैं पर हमारा कुछ हिस्सा वहीं पीछे छूट जाता है। कभी अलविदा ना कहना।

युवा

युवा या यौवन ऊर्जा और कल्पनाओं से भरपूर उम्र का एक पहाड़ है। किसी भी देश या संस्कृति को वहाँ की युवा पीढ़ी की सोच को समझ कर जाना जा सकता है। युवाओं में आशाएं, सपने, ऊर्जा, क्रांति और दुनिया को बदल देने का जज़्बा होता है। अपने इन सभी गुणों के समन्वय से, अपनी पिछली पीढ़ी से अनुभव लेकर युवा हमेशा आगे निकलने की हिम्मत रखते हैं। इन गुणों के रहते हुए उम्र अधिक होते हुए भी युवा हुआ जा सकता है।

नई शुरुआत

आप सभी को नववर्ष की हार्दिक शुभकामनाएँ। हर साल हम नए उत्साह के साथ नई आशाओं, सपनों और लक्ष्यों के साथ साल की शुरुआत करते हैं। पर यह भूल जाते हैं कि जीवन तो अनवरत चल रहा है। हमारी परिस्थितियां, हमारी विचारधारा तो नहीं बदले, बदला है केवल कैलेंडर। फिर भी यही उत्साह, यही आशा हर परिस्थिति से जूझने के लिए नई शक्ति और ऊर्जा भर देती है। यही लगता है कि बुरा बीत गया, आगे सब अच्छा होगा। तो आइए, एक नए नज़रिए के साथ नई शुरुआत करें और खुशियाँ पाएं।

नैना

इन दो नैनों पर कितने गीत लिखे गए हैं। बच्चों के साथ एक सा प्यार बताने के लिए माँ बाप अपने दो नैनों का उदाहरण देते हैं। नैना ही प्यार की शुरुआत का आधार होते हैं। विरह में नैना आंसुओं और इंतज़ार से भर जाते हैं। सुंदरता का बखान करने में इन नैनों की भूमिका कैसे भूली जा सकती है। हिरणी, मछली, गाय जैसी आंखें, झील सी नीली, सागर से गहरी आंखों पर कविताएँ लिखी जाती हैं। एक चेहरे पर अगल बगल रहते हुए भी एक दूसरे को बिना देखे एक दूसरे का सहारा बनते हैं ये नैना।

डायरी

डायरी केवल लिखने का ज़रिया नहीं, अपने अंदर के भाव, अपने अस्तित्व की असल पहचान है। मित्र से आप बहुत कुछ साझा करते हैं, पर उसकी अपनी सीमाएँ भी होती हैं। किन्तु डायरी न आपकी त्रुटि निकालती है, न आलोचना करती है, केवल आपकी आत्मा की प्रतिच्छाया बन कर आपसे आपका अपना परिचय कराती है। अपने अंदर की घुटन, खामोशी और घुमड़ती चीखों को शब्द रूप देकर अपने को जीवन के समझौतों से जोड़ने और शांति पाने का एक निष्पक्ष और निजी माध्यम है डायरी।

कच्ची उम्र का प्यार

प्यार अपने आप में इतना मधुर अहसास है जिसमें उम्र या किसी भी तरह के बंधन का अवरोध नहीं है। पर कच्ची उम्र का प्यार इस मीठे अनुभव में एक ताज़गी, नवकोपल की कोमलता और एक कच्ची पक्की, खट्टी मीठी खुश्बू को जोड़ देता है। इसमें दुनियादारी की कड़वाहट की कोई जगह नहीं। लेकिन उम्र के कच्चेपन से समझ भी कच्ची रह जाती है।

कठपुतली

लोक कलाओं द्वारा आम आदमी से जुड़ने की प्रक्रिया में कठपुतली एक लोकप्रिय विधा है। अपने संचालक की उंगलियों के इशारों पर नाचती कठपुतली का अपना कोई अस्तित्व ही नहीं है। हम इंसान भी ऊपर वाले के हाथ की कठपुतलियां ही हैं, जो उस परमशक्ति की इच्छा से चलते हैं और ईस अभिमान में लिप्त रहते हैं कि अच्छा बुरा सब हमारा किया हुआ है।

मित्रता

दुनिया का सबसे प्यारा रिश्ता मित्रता का है। केवल मन मिलने भर से मित्रता संभव है, रंग, जाति, धर्म, देश उम्र या कोई भी सीमा मित्रता को बांध नहीं सकती। बल्कि मित्रता के लिए मनुष्य होना भी आवश्यक नहीं, वस्तु, प्रकृति, जानवर कोई भी मित्र हो सकता है। मित्रता वह हीरा है जो प्यार के स्वर्ण में सज्जित हो कर अनमोल बन जाता है।

आस्तीन का सांप

आस्तीन के सांप से सावधान रहने, उससे दूरी बनाने की बात की जाती है, लेकिन सोचने की बात है कि ऐसे विश्वासघाती की असलियत पता ही होती तो वह केवल सांप होता, आस्तीन का नहीं। कोई भी विश्वासघात करने में तभी सक्षम हो सकता है जब उस पर विश्वास किया जा रहा हो। आस्तीन का सांप अपने ज़हर से अपनों पर किए गए भरोसे की हत्या करता है।

महिला सशक्तिकरण

महिला को पुरुष के बराबर का स्थान चाहिए तो पुरुष का सहयोग, समर्थन और इजाज़त चाहिए। क्या विसंगति है! और उसे वह स्थान चाहिए ही क्यों? प्रकृति में प्रत्येक की अपनी अपनी जगह है, तुलनात्मक दौड़ में जाना ही क्यों? समाज की पितृ सत्तात्मक सोच को बदले बिना स्त्री अपने अस्तित्व की सही पहचान जान ही नहीं पाएगी। नहीं तो एक महिला अंतरिक्ष यात्री से यही अपेक्षा होगी कि यात्रा पर जाने से पहले घरवालों को कम से कम चाय नाश्ता करवा कर जाए।

विदेश में नौकरी

अपनी जड़ों से दूर जाना, एक नए परिवेश को अपनाना आसान नहीं होता। पर अगर ऐसा कोई करता है तो इसके पीछे कई कारण होते हैं, महत्वाकांक्षा, सपने, आर्थिक या किसी अन्य प्रकार की मजबूरी। परिवार में किसी एक के प्रवास में जाने से केवल वह एक व्यक्ति ही नहीं, पूरा परिवार प्रभावित होता है। अपनों से दूर रहना जितना प्रवासी के लिए मुश्किल है, उतना ही पीछे छूट गए परिजनों के लिए भी है। बड़े दिनों के बाद इन बेवतनों को याद वतन की मिट्टी आई है, चिट्ठी आई है।

मदद करने का सुख

मदद करने का सुख हरेक के भाग्य में नहीं होता, क्योंकि मदद करने के भाव के लिए मानवता का होना आवश्यक है। आज का समाज स्व प्रेम, स्वार्थ में ओतप्रोत है। पर एक सच यह भी है कि आपके कर्म लौट कर आते हैं। अगर आप किसी ज़रूरतमंद की मदद करते हैं तो भविष्य में आपकी ज़रूरत के समय, मदद पाने का कॉलम जुड़ जाता है।

अनाथ बच्चे

उन अभागे बच्चों को अनाथ कहते हैं जिनके सिर से माता पिता का साया उठ चुका हो। यह बात अलग है कि कुछ ऐसे अभागे बच्चे भी होते हैं, जो माता पिता के होते हुए भी भावनात्मक रूप से अकेले होते हैं। अनाथ होने का कारण दुर्भाग्य, महामारी, युद्ध, गरीबी, माता पिता द्वारा परित्याग कुछ भी हो सकता है। अनाथ बच्चे हर अभाव के बावजूद जंगली पौधों की तरह हर मुश्किल का सामना करते हुए बड़े तो

हो जाते हैं, पर अगर उन्हें एक एक परिवार गोद ले ले, तो न केवल ऐसे बच्चों को परिवार का साथ और स्नेह मिलेगा बल्कि एक मानसिक बल के साथ स्वस्थ समाज का निर्माण भी होगा।

गरीबों की मदद

गरीबों की मदद करके मानवता दिखाना बहुत अच्छी बात है, पुण्य मिलता है, अगले जन्म के लिए अच्छे कर्म खाते में जुड़ जाते हैं। लेकिन किसी गरीब की वक्ती ज़रूरत पूरी कर देना भर मदद नहीं होती। एक भूखे को एक बार का खाना खिला देना भी मदद ही कहलाती है। पर उस समय की भूख मिटाने के अलावा आगे के लिए उसे तैयार करना जिससे वह भविष्य में अपना और अपने परिजनों का पेट भर सके, ज़्यादा बड़ी मदद है।

नदी का उफान

नदी अपने किनारों पर संस्कृतियों का विकास भी नदियों के आसपास ही आधारित होता है। पर यही जीवनदायिनी नदी जब प्रचंड रूप धारण करती है तो इस प्राकृतिक विभिषिका के आगे सब तहस नहस हो जाता है। बाढ़ नदी के अमर्यादित व्यवहार को दर्शाती है जो अपनी सीमाएँ तोड़ कर निकल जाती है और अपने पीछे तबाही छोड़ जाती है।

गाँव का जीवन

जीवन अपने आप में इतना खूबसूरत होता है कि जहाँ भी जिया जाए, अच्छा लगता है। इसमें तुलनात्मक कुछ नहीं होता, क्योंकि जहाँ आपकी जड़ें हों, आपके जीवन के अनुरूप सुविधाएं हों, वहीं का जीवन सर्वोत्तम है, फिर चाहे वह गाँव, शहर, देश प्रकृति कोई भी जगह हो। गाँव का सरल जीवन शहर की भागदौड़ और तनाव भरी ज़िन्दगी से बहुत अलग और ताज़गीदायक लगता है।

महावत

धरती पर चलने वाले सबसे बृहदाकार जीव, हाथी को वश में करके, अपनी इच्छा से चलाना, उसकी देखभाल करना एक महावत का काम होता है। इतने बड़े जंगली जानवर को वश में करने के लिए महावत को अंकुश का सहारा चाहिए होता है, लेकिन उसका सबसे बड़ा हथियार उसका वह स्नेह होता है, जो वह हाथी की देखभाल, उसकी ज़रूरतों को पूरा करने में एक अभिभावक और बच्चे सा सम्बन्ध बन जाता है। इस अभिभावक को कभी कभी अनुशासन बनाए रखने के लिए अंकुश का प्रयोग करना पड़ता है।सार यह है कि प्यार से बड़े से बड़े जानवर को भी साधा जा सकता है, और प्यार के साथ साथ अनुशासन का संतुलन भी आवश्यक है।

मानव अंगों का अवैध व्यापार

मानव अंगों का व्यापार, वैध कभी हो ही नहीं सकता। और अवैध व्यापार न केवल मानवता पर कलंक है, बल्कि एक घिनौना अपराध है। जहाँ स्वेच्छा से किया गया अंगदान सबसे बड़ा पुण्य है, वहीं धोखे से, मजबूरी से या आपराधिक गतिविधियों द्वारा मानव अंगों का व्यापार करना सबसे बड़ा पाप। मृत्योपरांत अथवा अंग विशेष की चिकित्सकीय उपलब्धता के अनुसार अंगदान स्वेच्छा से, परिजनों की सहमति से हो तो इससे कितनी जानें बच सकती हैं।

पिंजरे में बंद पक्षी

पिंजरे में बंद पक्षी आपके शौक की कीमत अपनी आज़ादी से देता है। आप तो थोड़े समय के लिए उसे देख कर अपना मन बहला लेते हैं, उसके दाने पानी का इंतज़ाम करके उसके प्रति अपनी ज़िम्मेदारी का अंत समझ कर अपनी ज़िंदगी अपने ढंग से जीते हैं। लेकिन वह पक्षी पिंजरे में कैद अपनी कुदरती उड़ान से वंचित हो जाता है। कोरोना काल में लॉक डाउन में अपने घर की सुख सुविधाओं के बीच, अपने परिवार वालों के साथ समय काटना मुश्किल हो गया था, तो सोचें, पक्षी को उसके प्राकृतिक निवास और प्राकृतिक दिनचर्या से दूर पिंजरे में रखना कितना यातना पूर्ण है।

भविष्य की ओर

हर पल जो वर्तमान है, वह अतीत होता जा रहा है, और आने वाला हर पल वर्तमान का रूप ले रहा है। हम अतीत को बदल नहीं सकते। हाँ, वर्तमान को अच्छा करके, एक अच्छा अतीत खड़ा कर सकते हैं। भविष्य में क्या छुपा है कोई नहीं जानता। पर उम्मीद पर दुनिया कायम है, इसलिए एक सुखद भविष्य के लिए उम्मीद रखिए, प्रयास करिये और नकारात्मकता को नकारिए।

परिवार के साथ भोजन

भोजन अपने शरीर के स्वास्थ्य के लिए, पेट भरने के लिए बहुत आवश्यक है। लेकिन जब भोजन परिवार के साथ किया जाता है तो उसका लाभ कई गुना बढ़ जाता है। शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक स्वास्थ्य, रिश्तों की गर्माहट देने वाला यह समय अनमोल है। और आदमी भोजन कमाने की मेहनत परिवार के लिए ही तो करता है। और वही भोजन परिवार के साथ करने का मौका मिले तो सोने पे सुहागा।

भ्रष्टाचार

भ्रष्ट आचरण जीवन के जिस किसी स्तर पर क्यों न हो, निंदनीय है। बल्कि आपराधिक भी है। लेकिन तात्कालिक सुविधा के लालच में, या शक्ति प्रदर्शन के लिए या फिर दुष्प्रवृत्ति के कारण हर व्यक्ति किसी

न किसी रूप में भ्रष्टाचार के कीचड़ में उतर ही जाता है। सामाजिक, राजनीतिक, आर्थिक, धार्मिक, शायद ही कोई क्षेत्र भ्रष्टाचार से अछूता है। अपना काम करवाने के लिए सब न चाहते हुए भी इसमें फंस जाते हैं। और काम होते ही अपने आप को दूध का धुला जताते हैं। तो इस गंभीर समस्या का अंत कहीं नहीं दिखता। कहते भी हैं ना, अपना काम बनता, भाड़ में जाए जनता।

खानाबदोश

पेड़ पौधों की तरह इंसान भी अपनी जड़ों से अपनी पहचान पाता है। यहाँ तक कि पशु पक्षी भी अपना इलाका चिन्हित करके रखते हैं। पर खानाबदोश की पहचान उनके स्वतंत्र होने से है। उनकी कोई ज़मीन नहीं, कोई स्वामित्व वाला स्थान नहीं, कोई बंधन नहीं। खानाबदोश किसी भी जगह अपनी मर्ज़ी से रुकता है या आगे बढ़ जाता है। देखा जाए तो हम सबका जीवन भी खानाबदोश सा ही है। जब दाना पानी उठ जाता है, तो यह शरीर छोड़ कर आगे के सफर पर निकल जाना होता है।

बच्चों को गुब्बारा बेचता बच्चा

रंग बिरंगे गुब्बारे जब आसमान की तरफ स्वछंदता से उड़ते हैं तो उनके साथ मन भी मनचला होकर उड़ने लगता है। गुब्बारों के साथ कितने अरमान आसमान छूने निकल पड़ते हैं। बच्चों को ये खुशी देने के लिए गुब्बारे बेचने वाले बच्चे को भी ये गुब्बारे खुशी देते हैं। लेकिन गुब्बारे उड़ाने की खुशी से ज़्यादा उसे पेट भरने के लिए हुई कमाई की खुशी होती है। अपने बचपने की कीमत देकर उस बच्चे को अपनी ज़िम्मेदारियां पूरी करनी होती हैं, परिपक्वता दिखानी होती है। उसके अंदर का बच्चा हाथ में पकड़े हुए गुब्बारों को दूसरे बच्चों के हाथ में देते हुए कैसा महसुस करता होगा, इसकी सिर्फ कल्पना ही की जा सकती है।

फुटपाथ

फुटपाथ, पैदल चलने का रास्ता, उन लोगों के लिए है जो किसी भी प्रकार के वाहन पर नहीं है भले ही तात्कालिक तौर पर या आर्थिक रूप से वाहन सुख से वंचित हों। पर फुटपाथ को कुछ लोग एक बाज़ार बना देते हैं, तो कुछ लोग अपने रहने का ठिकाना। और ऐसे अभागे लोग कभी कभी नशे में वाहन चलाने वाले व्यक्ति की लापरवाही के शिकार भी बन जाते हैं। फुटपाथ को बाज़ार या घर बनाने के बजाय एक साफ सुथरी, चलने की जगह रहने दें, तो ट्रैफिक के नियमों का पालन करना सबके लिए आसान होगा।

त्योहार

दुनिया में सभी देशों, संस्कृतियों, धर्मों में विविध त्योहार मनाए जाते हैं। दैनिक दिनचर्या से हट कर जीवन में रंग और रस भरने वाले त्योहार सबके लिए उत्साहवर्धक होते हैं। अपनों और परिजनों के साथ

मिलकर त्योहार मनाने की प्रक्रिया रिश्तों में गर्माहट लाती है। भारत के विभिन्न राज्यों और विभिन्न धर्मों में त्योहारों की विविधता इतनी है कि साल भर कोई न कोई त्योहार चलता ही रहता है। यह भारतीयों का सौभाग्य है कि उन्हें सभी तरह के त्योहारों का हिस्सा बनने का सुअवसर मिलता है।

मॉल संस्कृति

मॉल चाहे किसी भी शहर या किसी भी देश में हो, एक बार आप मॉल के अंदर चले जाएं तो आप आसानी से भूल सकते हैं कि आप कहाँ हैं। कमोबेश सभी मॉल एक जैसे ही होते हैं। मुझे मॉल में घूमना सिर्फ इसलिए अच्छा लगता है कि वहाँ गर्मी नहीं लगती। और वहाँ फूड कोर्ट होता है। खरीदारी करने के लिए तो हमारी छोटी दुकानें ही भली। पर समय बिताने के लिए मॉल बढ़िया हैं।

बोतलबंद पानी

पानी बहुत पीना चाहिए, स्वास्थ्य के लिए सही होता है। पर बोतलबंद पानी सेहत के लिए हानिकारक होता है। प्लास्टिक पर्यावरण के लिए नुकसानदेह है और उसमें पानी जैसी मूलभूत चीज़ को रख कर उसे प्रदूषित कर दिया जाता है। और लोग साफ पानी पीने के भ्रम में बोतलबंद पानी के द्वारा खुद को नुकसान पंहुचा रहे होते हैं। पानी हमेशा अपने साथ रखने के इस सुविधाजनक उपाय का कोई सेहतमंद विकल्प मिल जाए तो कोई समस्या ही न रहे।

गांधीजी के तीन बंदर

गांधीजी के तीन बंदर एक आदर्श स्थिति दर्शाते हैं। बुरा न देखें, न बोलें, न सुनें, लेकिन फिर बचेगा क्या? गलत को सहना गलत होता है और गलत को नज़रअंदाज़ करके उसे बढ़ावा देना भी गलत है। आपके न देखने, बोलने, सुनने से वह 'बुरा' गायब तो नहीं हो जाएगा। हाँ, आधुनिक युग में कुछ लोग गांधीजी के तीन बंदरों के साथ चौथे बंदर को भी जोड़ देते हैं, हाथ में मोबाइल फोन लिए हुए लोग। ये लोग भी न कुछ देखते हैं, न बोलते हैं, न सुनते हैं, बस मोबाइल फोन में ही मस्त रहते हैं।

बच्चे गोद लेने का महत्व

बच्चे को गोद लेना, न केवल बच्चे को बल्कि गोद लेने वाले माता पिता को भी भावनात्मक स्थिरता देता है। एक दूसरे के प्रति स्नेह और ममता का भाव एक संपूर्ण परिवार वाली सुरक्षा देता है। एक अनाथ या ज़रूरतमंद को परिवार का साथ मिल जाता है, और एक दंपत्ति को बच्चे का। सब अपने अपने भविष्य को सुरक्षित कर लेते हैं। गोद लेना एक बच्चे की पूरी ज़िम्मेदारी लेना है जिसके लिए माता पिता समझते बूझते इसके लिए तैयार रहते हैं।

ज्योतिष का दुरूपयोग

अनदेखे भविष्य को जानने की जिज्ञासा सबके मन में होती है। कोई अपने सुरक्षित भविष्य के लिए, कोई समस्याओं के समाधान के लिए, कोई अपने सपनों के सच होने की आशा करते हुए ज्योतिष पर विश्वास, कभी कभी अंधविश्वास करने लगते हैं। लोगों की इसी उत्सुकता का फायदा उठाते हुए तथाकथित ज्योतिषी एक वैज्ञानिक गणना पद्धति का व्यापार बना कर लोगों को बेवकूफ बनाने लगते हैं।

शादी में होने वाली फिजूलखर्ची

भारतीय समाज में शादी के समारोह और उनमें होने वाले विभिन्न मदों में होने वाले खर्चे ज़्यादा होते नहीं हैं। उन्हें एक दूसरे से ज़्यादा बड़े, दिखावा पूर्ण करने की होड़ में बेमतलब के खर्चे जोड़े जा रहे हैं। जिस समाज को प्रभावित करने के लिए बेफिजूल के खर्चे किए जाते हैं, उस समाज को दो दिन बाद याद भी नहीं रहता और खर्च करने वाला इस प्रक्रिया में अपनी हैसियत से ज़्यादा खर्च करके खुद को कर्ज़ में डुबो लेता है। इससे अच्छा है कि बच्चों को उनकी वैवाहिक ज़िंदगी में उस पैसे के सदुपयोग से आराम दिया जाए, न कि कर्ज़ के दलदल में धकेला जाए।

बेटियां ही भविष्य हैं।

बेटियों से भविष्य बनता है, अपने घर का और दूसरे घर का भी। बेटियां घर की लक्ष्मी कहलाती हैं, पर वे परिस्थितियों के अनुसार किसी भी देवी का रूप ले सकती हैं। एक बेटे को पढ़ाने से वह अपनी और परिवार की ज़िम्मेदारियां उठाने में सक्षम हो जाता है। वहीं बेटी को पढ़ाने से वह न केवल ज़िम्मेदारियां पूरी करने में सक्षम होती हैं, बल्कि पूरे परिवार को शिक्षा और ज्ञान से समृद्ध कर पाती है। समाज के सुरक्षित भविष्य के लिए आवश्यक है कि बेटियों को एक सुरक्षित माहौल दिया जाए। और इसके लिए ज़रूरी है कि बेटों को सही संस्कार दिए जाएं।

एम्बुलेंस

एम्बुलेंस, फायर ब्रिगेड आदि सुविधाएं आपातकाल में सहायता के लिए बनाई गई हैं। कितने लोग एम्बुलेंस की त्वरित सुविधा, प्राथमिक उपचार पाने और हस्पताल समय पर पंहुच पाने के कारण अपने रोगी परिजनों के प्राणों की रक्षा कर पाते हैं। एम्बुलेंस को ट्रैफिक जाम में फंसने नहीं देना चाहिए। इससे रोगी की तकलीफ़ बढ़ सकती है या जान पर भी बन सकती है।

नशा एक धीमा ज़हर है

नशा एक धीमा ज़हर है, जो शुरू में संगी साथी के बीच मान्यता पाने का ज़रिया होता है। फिर धीरे धीरे आदत बन जाता है और अंत में गले की फांस। चाह कर भी छुटकारा नहीं मिलता फिर नशे से। नशा

शारीरिक, आर्थिक, सामाजिक, पारिवारिक विनाश की ओर धकेल देता है, फिर यह नशा मादक पदार्थ का हो, किसी प्रकार की शक्ति का या किसी सपने का। नशा सिर चढ़ कर बोलता है, संतुलन बिगड़ देता है।

पिकनिक

दिनचर्या के उबाऊ रूटीन से हट कर पिकनिक पर जाने के नाम से बच्चे खुश हो जाते हैं, खेलकूद और बढ़िया खाने के साथ सबका साथ, पिकनिक का मज़ा कई गुना बढ़ा देता है। और इन्हीं कारणों से बड़े भी पिकनिक का आनंद लेते हैं और कुछ समय के लिए बच्चे बन जाते हैं। खासकर सर्दियों की गुनगुनी धूप में प्रकृति के बीच, अपनों के बीच, हंसी खुशी समय बिताना किसे अच्छा नहीं लगता।

बहुरूपिया

बहुरूप धारण करना एक कला है। विभिन्न वेश धर कर विभिन्न चरित्रों को अभिनीत करके मनोरंजन करने वाला कलाकार भी बहुरूपिया है और किसी को धोखा देने वाला अपराधी भी बहुरूपिया हो सकता है। अपनी वेशभूषा और अभिनय की बारीकियों से असल का भ्रम पैदा करने वाले बहुरूपिये की सफलता की पहचान होती है। इनके अतिरिक्त जासूसी की दुनिया में भी बहुरूप धारण करना एक आम बात है। चाणक्य ने भी इसका वर्णन किया है।

उलझा हुआ जीवन

जीवन की उलझनें कभी कभी इतनी बढ़ जाती हैं कि उसका कोई ओर छोर नहीं मिलता। लेकिन जब समय के साथ, धैर्य के साथ शांत मन से उसे सुलझा लिया जाए तो एक आंतरिक खुशी भी मिलती है। सबको अपनी उलझनें सबसे बड़ी लगती हैं और दूसरे का जीवन एकदम सरल लगता है।उलझा हुआ जीवन थोड़े समय के लिए परेशान कर सकता है पर उसको सुलझाने की दिशा में किया गया आपका प्रयास, आपकी सकारात्मक सोच आपको संघर्षों का सामना करने की हिम्मत और शक्ति देते हैं। इसकी आपका व्यक्तित्व और निखरता है।

भोर में उठने के फायदे

केवल भारत में ही नहीं, पूरी दुनिया में भोर में उठने के फायदे बताए जाते हैं। शारीरिक, मानसिक और सामाजिक स्वास्थ्य और विकास के लिए दिन की शुरुआत के साथ अपनी दिनचर्या शुरू करना समय का सदुपयोग है। जब बिजली या आग से रोशनी का आविष्कार नहीं हुआ था तो सूर्य की पहली किरण से सूरज ढलने तक का समय ही होता था, जब मनुष्य सुरक्षित रहते हुए अपने काम कर सकता था। लेकिन आधुनिक युग में रात को भी दिन जैसा उजाला रहने के कारण लोग सूर्यास्त के बाद भी जगे रहते हैं, काम करते हैं। ऐसे लोगों के लिए भोर का समय सबसे अच्छी नींद का समय होता है।

घर वापसी

घर से दूर किसी भी कारण रहना पड़े, पर जब घर वापसी होती है तो उस अलौकिक सुख से बड़ा सुख कोई नहीं होता। बाहर कितनी भी सुख सुविधा क्यों न हो, अपने घर की असुविधा के सामने फीकी होती है। जितना घर वापस आने वाले का उत्साह होता है, उतना ही घर पर रह रहे परिजनों को भी इंतज़ार होता है। आत्मा जब शरीर को त्याग कर परमात्मा से मिलन को जाती है तो उसकी भी घर वापसी होती है।

आर्टिफिशियल इंटैलिजैंस

आधुनिक युग के अनेकविध आविष्कारों में आर्टिफिशियल इंटैलिजैंस का आविष्कार बहुत महत्वपूर्ण है। करीब करीब मानव जैसी सोच रखने वाली मशीन आपकी समस्याओं का समाधान तार्किक रूप से देती है। विज्ञान, चिकित्सा और अन्य कई क्षेत्रों में मानव की मदद करना, पूर्ण क्षमता के साथ, बिना किसी गलती के सारे काम निपटाना, कृत्रिम बुद्धि के द्वारा संभव है। यहाँ तक कि कला और साहित्य रचना में भी इनकी मदद ली जाती है। फिर भी ईश्वर की सृष्टि के सामने यह कृत्रिम सृष्टि कहीं से भी मुकाबला नहीं कर सकती। क्योंकि इनमें मानवीय भावनाओं की कमी है, और इनमें मानवीयता नहीं है। और वैसे भी, ओरिजिनल के सामने आर्टिफिशियल की क्या बिसात।

यात्रा का महत्व

यह पूरा जीवन ही एक यात्रा है, जन्म से लेकर मृत्यु तक, जिसमें कई उतार चढ़ाव आते हैं, रुकावटें आती हैं, कई साथी मिलते और बिछड़ते हैं। पर इस आध्यात्मिक पहलू के अलावा दुनियावी कारणों से भी बहुत सी छोटी बड़ी यात्राएँ करनी पड़ती हैं। नई पुरानी जगहों पर जाने से अनुभवों और यादों का संकलन, जीवन का अनमोल धन बन जाता है।

मन की मैल

मैल शरीर की हो या मन की, अच्छी नहीं लगती। साबुन पानी आदि से शरीर की मैल साफ करके दिखावा करने वाले लोग अपने को प्रतिष्ठित जताते हैं। मन की मैल नज़र नहीं आती लेकिन धारण करने वाले के साथ समाज के लिए भी हानिकारक होती है। किसी भी गलत बात को बढ़ावा देना, किसी के प्रति बुरी भावना रखना आदि मन की मैल की वजह से ही संभव है। आईना साफ न हो तो जितना भी सज संवर लें, प्रतिच्छाया धुंधली ही दिखेगी।

अभाव में भी खुशी

अभाव में भी खुशियाँ संभव हैं। खुशी का आधार किसी वस्तु के भरपूर होने या कम होने पर नहीं है। खुशियाँ अभाव में भी महसूस की जा सकती हैं। इसके लिए वैसी सोच, वैसा नज़रिया होना चाहिए जो हर हाल में खुशी के पल खोज ले। जिनके पास खोने के लिए कुछ नहीं है, उन्हें केवल मिलने की खुशी ही मिलेगी, खोने का दुख नहीं। दूसरी बात, जिनके पास किसी चीज़ का अभाव है, वे जानते ही नहीं कि उस वस्तु के होने से क्या महसूस होता है, तो वे वैसे भी खुश रहते हैं। संतोष रखना हर ख़ुशी के लिए ज़रूरी है। जो प्राप्त है, वही पर्याप्त है।

माँ की गोद में सुकून

माँ की गोद दुनिया की ऐसी एकमात्र जगह है जहाँ बच्चा सबसे सुरक्षित महसूस करता है। कैसी भी तकलीफ़ हो, चोट लगी हो, भूख प्यास लगी हो, कुछ न भी हो, माँ की गोद में आते ही बच्चे को सुकून मिल जाता है। माँ की गोद में बच्चा राजा होता है। न किसी बात की फिक्र, न किसी का डर। बड़ा होने के बाद इस गोद में मिलने वाले सुकून का अभाव खलता है, दोनों को, बच्चे और माँ को।

किनारा

किनारा सबसे अंत में आता है, इससे उसकी अहमियत कम नहीं हो जाती। बल्कि किनारे में असीमित को सीमित करने की शक्ति होती है। दूसरी तरफ किनारे पर बैठे इंसान खुद को भले ही सुरक्षित समझें, पर किनारे भी कभी कभी ढह जाते हैं। संघर्ष करके किनारे पर पंहुचने वाले के लिए किनारा कितना बड़ा जीवनदाता सहारा होता है। नदी या समुद्र के किनारे पर बैठे हुए सूर्योदय या सूर्यास्त का दृश्य, लहरों की आवाज़, हवा में प्रकृति की खुशबू, ठंडी रेत का स्पर्श, शरीर और मन को सुकून देते हैं। बस, किनारा बन कर किसी डूबते हुए का सहारा बनें, न कि मतलब निकल जाने के बाद किनारा कर लें।

माँ का दुलार

माँ के दुलार के सामने दुनिया की सारी दौलत फीकी है। माँ के लिए उसकी संतान दुनिया में सबसे सुंदर और प्यारी होती है। एक तो माँ को संतान में कोई दोष दिखता नहीं, और दिखे भी तो माँ उसे ढकने-छुपाने में लग जाती है इस उम्मीद में कि संतान ने बचपने में गलती की है, भविष्य में सुधार हो जाएगा। माँ संतान के लिए दुनिया से, रिश्तों से परिचित कराने वाली होती है। पहली मित्र, पहली गुरु होती है। बच्चे को सभी प्यार करते हैं, लेकिन माँ के दुलार से कोई होड़ नहीं है। उम्र कोई भी हो, माँ के दुलार में कोई कमी नहीं आती।

भूख

ईश्वर ने इतनी सुंदर सृष्टि रची और सभी जीवों को व्यस्त रखने के लिए भूख बना दी। बाकी मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति कर दी जाए तो कुछ समय के लिए निश्चिन्त हुआ जा सकता है। लेकिन भूख को केवल कुछ घंटों के लिए ही शांत रखा जा सकता है, और फिर भूख वैसे ही खड़ी मिलेगी। इस भूख के लिए मनुष्य जीवनपर्यन्त काम में लगा रहता है। भूख सिर्फ पेट की ही नहीं, नाम, दौलत, शोहरत, सफलता आदि की भी होती है। इस भूख को शांत करने के लिए मनुष्य कई बार मजबूर हो कर वह काम भी कर जाता है, जिसके बारे में कभी सोचा भी ना हो, या अनुचित हो।

उत्सव

उत्सव का नाम सुनते ही उल्लास और उत्साह का भाव मन में आता है। उत्सव किसी न किसी खुशी को सार्वजनिक रूप से मनाने का एक आम तरीका है। यह खुशी व्यक्तिगत हो सकती है, पारिवारिक या सामाजिक हो सकती है। कहते भी हैं कि खुशियाँ बांटने से बढ़ती हैं। उत्सव किसी त्योहार का हो या किसी सफलता का इज़हार, अथवा किसी छोटी सी खुशी को महसूस करने का ज़रिया, एक उबाऊ दिनचर्या में खुशनुमा परिवर्तन ले आता है।

पानी का संकट

पानी धरती पर जीवन के लिए आवश्यक है। मानव शरीर भी पानी के बिना नहीं रह सकता। इसलिए सभ्यताएँ जल निकायों के आसपास बसीं और फली फुलीं। धरती पर पानी का प्रतिशत बहुत अधिक है, लेकिन पीने योग्य पानी कम है। उस पर भी प्रदूषण और जल संसाधन के दुरुपयोग के कारण पानी का संकट गहराता जा रहा है। बार बार यह कहा जा रहा है कि पानी का संरक्षण करना ज़रूरी है, तभी हमारी आने वाली पीढ़ियों को पानी की विरासत मिल पाएगी। पानी की एक एक बूंद से सागर बन सकता है, इसलिए पानी को सोच समझ कर खर्च करना चाहिए, बल्कि उसका इस प्रकार उपयोग करना चाहिए कि एक पंथ कई काज हो सकें। सागर के अथाह खारे पानी के बीच रहते हुए भी आदमी प्यासा मर सकता है। पानी की कीमत एक प्यासे से अधिक किसे पता होगी?

गाँव में बचपन

एक ज़माना था जब गाँव की सीधी सरल ज़िंदगी, प्रकृति की गोद में हंसती- इठलाती, आपसी सहयोग और भाईचारे का प्रतीक हुआ करती थी। पर आधुनिकता के रंग में रंगी संस्कृति ने गाँव में उस प्रजाति को लुप्तप्राय कर दिया है। और इसका असर गाँव के बच्चों के जीवन पर भी पड़ा है। फिर भी गाँव का बचपन अभी भी शहर के बच्चों की तुलना में बहुत मासूम है। असुविधाओं और अभावों के बीच भी बच्चे अपनी खुशियों को जीने में सक्षम हैं। फोन, सोशलमीडिया से दूर, देसी खेलों से संतुष्ट, साधारण संसाधनों में संतुष्ट, ये बच्चे धूल मिट्टी से लिपटे हुए, पर धरती से जुड़े हुए हैं।

धोबी घाट

एक साथ मिलकर एक स्थान पर पेशेवर व्यक्तियों द्वारा कपड़े धोने और फिर सुखाने की जगह धोबी घाट कहलाती है। हिंदी में एक कहावत भी है कि धोबी का कुट का न घर का न घाट का। लेकिन आधुनिकता ने घाट को भी बेघर कर दिया है। इतनी जगह भी उपलब्ध नहीं होती कि घाट बनाया जा सके। और घरों में वाशिंग मशीन ने धोबियों के काम को सीमित कर दिया है। विदेशी प्रचलन की नकल पर कई बड़े शहरों में सार्वजनिक स्थान भी बन गए हैं जहाँ वाशिंग मशीनें होती हैं। कपड़े धोने और सुखाने का सुविधाजनक उपाय, वह भी बिना शारीरिक मेहनत के, पारम्परिक धोबी घाट की जगह लेता जा रहा है।

हाँ, मैं महिला हूँ

दुनिया की आधी आबादी, पुरुष के अधूरे अस्तित्व की पूरक, फूलों सी नाज़ुक, कोमल भावनाओं और संवेदनाओं से भरी, मुश्किल वक्त में परिवार की ढाल, मज़बूत इरादों की दीवार, सहनशीलता और क्षमा की मूरत, अबला कहला कर सबलों को सम्बल देने की क्षमता रखने वाली, ममतामयी और सेवा भाव से भरपूर, रिश्तों को बांधकर रखने लायक परिपक्वता रखने वाली, समझौते और घुटन की कैद को सहते हुए भी सपनों की उड़ान भरने में सक्षम, परम्पराओं और संस्कृति की पहचान को आधुनिकता का जामा पहनाने वाली, सृजन करने का दर्द सह कर भगवान् की समकक्ष, मैं एक महिला हूँ।

गोलगप्पे बेचने वाला

स्ट्रीट फूड दुनिया भर में प्रचलित है। भारत में अन्य व्यंजन अपनी जगह और दूसरी तरफ गोलगप्पे। यूँ तो लड़कियां गोलगप्पे के चटखारे लेने के लिए बदनाम हैं, लेकिन पुरुष भी इसे उतना ही पसंद करते हैं। कहीं गोलगप्पे, कहीं गुपचुप, कहीं पुचका, कहीं पानी पूरी, नाम अनेक, मज़ा एक जैसा। गोलगप्पे बेचने वाला सबकी फरमाइश के अनुसार तीखा, खट्टा, मीठा, मसाला और पानी तैयार करके सबको परम आनंद की अनुभूति कराता है।

हस्ताक्षर

हस्ताक्षर व्यक्ति की पहचान है और इस पहचान से व्यक्ति के व्यक्तित्व को भी पहचाना जा सकता है। हस्ताक्षर, दस्तखत या सिग्नेचर किसी महत्वपूर्ण दस्तावेज पर किया गया है या किसी महत्वपूर्ण व्यक्ति द्वारा अपने प्रशंसकों को ऑटोग्राफ के नाम से दिया गया है, उस दस्तावेज़ को आधिकारिक बनाता है। कोई भी हस्ताक्षर बिना तारीख के वैसा ही होता है जैसे बिना कपड़ों के इंसान। अंग्रेज़ी में कहा जाता है कि किसी इंसान की प्रकृति और हस्ताक्षर (नेचर और सिग्नेचर) कभी नहीं बदलते। हस्ताक्षर की नकल करके धोखाधड़ी करना एक कानूनी अपराध है, क्योंकि इससे उस व्यक्ति की पहचान का दुरूपयोग होता है।

आराम, काम और प्यार

ज़िन्दगी जीने के लिए काम करना बहुत ज़रूरी है, उसके साथ ही आराम भी संतुलन बनाए रखने के लिए ज़रूरी है। उत्पादकता बढ़ाने के लिए, शरीर और मन को स्वस्थ रखने के लिए काम और आराम का संतुलन रखना भी चाहिए। यह तो हुई दुनियादारी की बात। पर जब ज़िन्दगी में प्यार नाम की रुमानियत आती है तो काम और आराम हवा हो जाते हैं। इन तीनों के लिए उम्र भी एक जैसी होती है। अपने काम से ही प्यार कर लें, या ऐसा काम करें जो आपको प्यारा हो तो दुविधा मिट सकती है।

गाँव में मेलमिलाप

गाँव की संस्कृति में सभी एक परिवार की तरह रहते हैं। एक का सुख दुःख सभी का सुख दुःख होता है। त्योहार, शादी ब्याह, जन्म मरण, सभी का सांझा होता है। एक का मेहमान पूरे गाँव का मेहमान होता है। आधुनिकता से लोगों की मानसिकता में बहुत परिवर्तन आए हैं, पर अभी भी गाँव में मेल मिलाप की परम्परा टूटी नहीं है।

गाँव के युवा

युवा कहीं के भी हों, सपने देखना, उन सपनों को पूरा करने के लिए प्रयत्न करना, उनका हक है। गाँव के युवा भी कभी अपनी महत्वाकांक्षाओं की पूर्ति के लिए, कभी पारिवारिक ज़िम्मेदारियों की भरपाई के लिए गाँव से दूर जाने के लिए मजबूर हो जाते हैं। जो युवा गाँव में रह जाते हैं, उनके लिए भी जीवन सरल या सुविधाजनक नहीं होता। जैसे गाँव के युवा के लिए गाँव से दूर जाना मजबूरी हो सकती है, वैसे ही गाँव में रहने वाले युवा के लिए भी पारिवारिक मजबूरी हो सकती है। पर ये युवा गाँव में हैं, तो एक सामाजिक और आर्थिक संतुलन बना रहता है।

दोस्ती ही जीवन है

दोस्त जन्मजात या खून के रिश्ते से नहीं होते। मन के जुड़ाव से दोस्ती होती है। इसके लिए उम्र, जाति, धर्म, रंग, धन, देश प्रदेश की सीमा नहीं देखनी पड़ती। बल्कि दोस्ती के लिए मनुष्य होना भी आवश्यक नहीं, प्रकृति या जानवरों में भी दोस्ती संभव है। सच्चा दोस्त वही है जो आपके साथ हर मुश्किल में खड़ा हो सके और जिससे मन के भाव बिना किसी हिचक के बांटे जा सकें।

छाया में विश्राम

एक ज़माना था जब पथिक पेड़ की छाया में विश्राम करने के लिए रुकते थे और आगे के सफर की लिए फिर तरोताज़ा हो जाते थे। वाहनों के विकास और विश्राम स्थलों के अच्छे विकल्पों के साथ पेड़ की छाया में विश्राम करना कहीं पीछे छूट गया।

कहीं कोई मज़दूर या कम दूरी में धूप से राहत पाने के लिए इक्का दुक्का लोग पेड़ की छाया में नज़र आ जाते हैं। कड़ी धूप में पेड़ की छाया में गरम हवा भी पसीने को सुखाते हुए ठंडी लगती है।

ईंटों के सहारे

बच्चों की कविता की किताब में यह पंक्ति पढ़ी थी—एक यदि ईंट जमाओ, तो तुम महल बना लोगे। कितनी सही बात है, लोग पूरी संरचना देखते हैं, उसकी खूबसूरती की तारीफ करते हैं, उसकी मज़बूती जांचते हैं, वास्तुकला का ध्यान रखते हैं, लेकिन उस ईंट पर किसी का ध्यान नहीं जाता जिसके सहारे पूरी इमारत खड़ी होती है। इस ईंट से मंदिर बने या मस्जिद, स्कूल बने या अस्पताल, मकान बने या महल, ईंट का काम इमारत को अपने सहारे मज़बूती से खड़ा रखना है। हर एक ईंट की अपनी जगह है जिसके अभाव में इमारत कमज़ोर पड़ सकती है।

प्रेम का चबूतरा

वसंत का मौसम राग रागिनी रंग बिरंगे फूलों और प्यार का मौसम है। प्रेम के मादक त्योहार को विदेशी रंग वैलेंटाइन वीक और डे के रूप में चार चांद लगा देता है। पहले के समय में घरों के बाहर चबूतरे बने होते थे जिन पर पथिक थोड़ा सुस्ता लेते थे, घरवाले अपना काम खत्म करके आने जाने वालों से खैर खैरियत पूछते थे। आजकल फ्लैट्स में चबूतरों के लिए जगह कहाँ। चबूतरों के साथ, अपने परायों के साथ जो प्रेम भाव होता था, उसका अब अभाव हो गया है।

दोस्ती- अपनापन

खून का रिश्ता न होते हुए भी जो सबसे ज़्यादा अपना होता है, वह है दोस्त। मस्ती के साथी, हर उल्टी सीधी हरकत के राज़दार दोस्त ज़िन्दगी को खुशनुमा बना देते हैं। उम्र जो भी हो, दोस्त के साथ दिल बच्चा ही रहता है। दोस्ती में न किसी दिखावे की ज़रूरत होती है, न औपचारिकता की। हर रिश्ते की तरह दोस्ती भी भरोसे के आधार पर ही निभती है।

बच्ची का बचपन

बच्चों का बचपन आजकल मासूमियत के साथ साथ तकनीकी विकास के रंग में भी रंग गया है। छोटे छोटे बच्चे टीवी, स्मार्ट फोन वगैरह के आदी हो गए हैं। फिर भी प्राकृतिक रूप से खेलों के प्रति उनकी रुचि बरकरार है। एक बच्ची गुड़िया और रसोई से जुड़े खिलौनों से ही खेले, यह कोई ज़रूरी नहीं। बचपन को बच्चे की रुचि के अनुसार ही विकसित होने देना उचित है, उसके लड़के या लड़की होने के आधार पर नहीं। बच्ची अपना बचपन भविष्य की उसकी ज़िम्मेदारी को सोच कर खो न दे, इसका ध्यान परिजनों को अवश्य रखना चाहिए।

क्रमबद्धता

दिनचर्या में बंध कर काम करना उबाऊ हो सकता है, लेकिन इससे काम समय पर हो पाते हैं और जीवन में अनुशासन आता है। क्रमबद्धता दिनचर्या को सरल बनाती है। जब जीवन में किसी कारण से उथलपुथल मची हो, तो यह क्रमबद्धता जीवन सागर को एक किनारा देती है। जीवन की उलझन दिमाग की उलझन नहीं बनती। क्रमबद्धता को दिमाग समझता भी है और स्वीकारता भी है। बेतरतीबी अच्छे भले इंसान को दुविधा में डाल देती है।

भाई के सहारे

माता पिता के बाद भाई बहन ही होते हैं जो सबसे अपने होते हैं, बड़े होने तक। भाईचारा अकेलेपन को काटता है, ताकत देता है, हिम्मत देता है। भाई का सहारा मुश्किल से मुश्किल घड़ी में बहुत ज़रूरी है। बचपन में दुश्मनों की तरह आपस में भिड़ते भाई बहन एक दूसरे के लिए हमेशा खड़े हो जाते हैं। पर यह भी सच है कि ज़मीन जायदाद के लिए भाई भाई के बीच असल दुश्मनी भी हो जाती है।

खुली हवा

हवा पर किसी एक का आधिपत्य नहीं है, वह सबके लिए सहज सुलभ है, देश, धर्म, रंग, नर-मादा, जीव जन्तु की अवधारणा से मुक्त। मन की घुटन जब हद से बढ़ जाती है तो खुली हवा में जाकर सुकून मिलता है। सुबह सवेरे घर के खिड़की दरवाज़े खोल दिए जाने चाहिए, ताकि खुली हवा से सारी नकारात्मकता को घर से बाहर कर सकें। लेकिन खुली हवा तभी तक स्वास्थ्य के लिए सही है जब तक हवा प्रदूषित ना हो।

बालक सेल्समैन

यूँ तो बाल श्रम अपराध के अंतर्गत आता है, लेकिन फिर भी यह होता ही रहता है। बच्चों को कोई चीज़ बेचते हुए देख कर अधिकतर लोगों का दिल पिघल जाता है और उसकी मदद करने की भावना से कई बार लोग ज़रूरत न होते हुए भी चीज़ खरीद लेते हैं। लोगों की इस मानसिकता का फायदा उठा कर बच्चों को काम में धकेल दिया जाता है। बच्चा खुद उस वस्तु के लिए उत्सुक हो सकता है, पर अपनी मजबूरी में उस वस्तु को बेचता है। वस्तु के साथ वह बच्चा सेल्समैन अपने बचपन को भी बेच रहा होता है।

ढोल, जो सिर्फ पीटने के लिए बना है

लोग ढोल ढिंढोरा पीट पीट कर अपनी उपलब्धियां और दूसरों की कमज़ोरियाँ उजागर करते हैं। अपनी वाहवाही के लिए ढोल पीट कर दिखावा करने वालों की भी कमी नहीं है। ढोल बजा कर खुशियों का

इज़हार भी करते हैं। लोहड़ी और अन्य खुशी के मौके पर ढोल से माहौल बन जाता है। ढोल, ताशे, नगाड़े और ऐसे ही अनेक रूपों में दुर्गा पूजा में इसकी आवाज़ से खून में एक रवानगी आ जाती है। ऐसे यह एक स्वभाव है कि दूर के ढोल सुहाने लगते हैं और मजबूरी में गले पड़ा ढोल बजाना ही पड़ता है।

गूंज

जैसे सही रोशनी में आपके शरीर के साथ आपकी परछाईं चलती है, वैसे ही आपकी आवाज़ भी सही वातावरण में गूंजती है। कभी कभी यह गूंज भौतिक न हो कर मानसिक भी होती है, बहुत सी यादें आपके मन मस्तिष्क में गूंजती हैं। आपका बोला हुआ, गूंज के साथ आपके पास वापस आता है। इसलिए अगर अपने कानों में अच्छा सुनना चाहते हैं तो बोलिये भी वैसा ही। वातावरण में जो और जैसा देंगे, वही और वैसा ही गूंजता हुआ आपके पास लौटेगा।

पिता को पत्र

पापा, मुझे पता है आप जहाँ हैं, वहाँ तक पत्र नहीं जा सकता। लेकिन मेरे मन में उमड़ घुमड़ करती भावनाएँ आप तक ज़रूर पंहुच पाएंगी।

मेरे व्यक्तित्व को बनाने में जितना योगदान मम्मी का है, उतना ही आपका भी है। नौ साल की कच्ची उम्र में आपने सिखाया था कि अगर आप दोनों दुनिया में नहीं रहते तो मैं अपने सिवा किसी पर भी निर्भर नहीं हो सकती। और तभी से आपने मुझे अकेले ही सारे काम करने सिखाना शुरू कर दिया। मम्मी से घर के काम सीखे, तो बाहरी दुनिया का सामना करना आपने सिखाया। बैंक, पोस्ट आफिस, खरीदारी, अकेले यात्रा, कुछ भी ऐसा नहीं था जो मैं अकेले नहीं कर सकूँ। मुझे मेरे लिए गए हर निर्णय की ज़िम्मेदारी लेनी होगी, यह भी आपने सिखाया।

मेरे विवाह के समय आपने कन्यादान की रस्म करने से इंकार कर दिया, कि मैं कोई वस्तु नहीं जो दान की जाए और ना ही विवाहोपरांत वे दान दी हुई कन्या से सम्बन्ध नहीं रख सकते। आपने पाणिग्रहण की रस्म से मेरे विवाह की रस्में पूरी कीं। और आपकी इसी बात से प्रभावित मेरे पतिदेव ने हमारी बिटिया के विवाह के समय ऐसा ही करने की प्रेरणा ली।

पापा, आपकी सोच और परवरिश ने मुझे दुनिया की धूप सहने की हिम्मत दी है, ज़िन्दगी का सामना करने में सक्षम बनाया है। आप नहीं हो, लेकिन फिर भी मेरे साथ हो। धन्यवाद पापा।

पहरेदार मुर्गा

प्रकृति ने मुर्गे को पहरेदार के पद पर नियुक्त किया है। लेकिन यह पहरेदार सुबह सवेरे बांग देकर सबको उठाने का काम करता है, सूर्य के उदय होने की सूचना देता है। अगर मुर्गा बांग न दे तो भी सवेरा होगा, सभी काम अपने समय पर होते रहेंगे, फिर भी मुर्गा अपना कर्तव्य बखूबी निभाता है। यही तो जीवन का

फलसफा है कि आपके किए गए काम के लिए प्रशंसा मिले न मिले, कोई पहचान मिले ना मिले, पर अपना कर्तव्य निभाते जाना चाहिए। आपके जीवन का उद्देश्य यही है, आपका होना इसीलिए है। आपकी जगह कोई और नहीं ले सकता।

खुशी देने वाला जल स्रोत

जल स्रोत कुंआ, बावड़ी, तालाब, झील, नदी, समुद्र कुछ भी हो सकता है। जल स्रोत भले छोटा हो या बड़ा, जीवमात्र के जीवन का आधार होता है। इसकी आवश्यकता सभी जीवित प्राणियों और वनस्पति को है। दैनन्दिन की ज़रूरतों के लिए पानी चाहिए ही। पर खुशी देने वाला जलस्रोत वही है जो एक प्यासे की प्यास बुझा सके, उसे जीवन दे सके। पानी की कीमत एक प्यासे से अच्छा और कौन जान सकता है।

वृद्धावस्था में काम

वृद्धावस्था में काम करने की क्षमता कम हो जाती है, और यह उम्मीद की जाती है कि इस उम्र में काम न करना पड़े और आराम मिले। सही है, लेकिन काम करते रहना न केवल शारीरिक स्वास्थ्य के लिए ज़रूरी है, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी ज़रूरी है। आराम के नाम पर बिठा देने पर अकेलापन खलता है, अपने आप को दूसरों पर बोझ समझना या अपने को निकम्मा समझने का भाव आने लगता है। और यह व्यक्ति के आत्मसम्मान पर भारी चोट पंहुचाया है। वृद्ध होने से आपकी शारीरिक क्षमता कम हो सकती है लेकिन आपका अनुभव युवाओं के लिए अनमोल होता है। और शरीर जब तक साथ देता है, काम करते रहने से समय भी अच्छा पार होता है और शरीर में जंग भी नहीं लगता।

पूर्ण विराम

व्याकरण के अनुसार वाक्य की समाप्ति पूर्ण विराम से जानी जाती है। पूर्णता कभी पूर्ण नहीं होती। निरंतरता बनाए रखने के लिए भी कुछ पड़ाव लेने पड़ते हैं, जिनमें पूर्ण विराम भी एक है। ऐसा भी नहीं है कि दो अपूर्ण को मिला कर एक पूर्ण बन जाता हो। पूर्ण विराम को अंत नहीं मान सकते क्योंकि उसके बाद भी बहुत कुछ बचता है। पूर्ण तो केवल एक ईश्वर है। बाकी तो पूर्णता का भ्रम है।

कब्ज़ा

जहाँ हक़ न हो, और फिर भी हक़ जमाया जाए तो कब्ज़ा किया गया होता है। यह कब्ज़ा वस्तु, जायदाद, ज़मीन, यहाँ तक कि व्यक्ति और पशुओं पर हो सकता है। ज़बरदस्ती से किया गया कब्ज़ा कभी भी सही नहीं माना जा सकता। कब्ज़ा करने वाला अपने शक्ति प्रदर्शन में यह भूल जाता है कि कब्ज़े में आया व्यक्ति या पशु आज़ादी के लिए कितना छटपटा रहा होगा।

कभी साथ ना छूटे

अपने प्रिय से दूर जाना बहुत मुश्किल लगता है। और साथ छूट जाना तो अकल्पनीय होता है। इस दुख से कभी सामना न हो, ऐसी आशा हमेशा रहती है। पर जब प्रिय का साथ छूट ही जाता है तो यह हृदय विदारक होता है। पर यादों में यह साथ हमेशा बना ही रहता है, जिसे कोई भी आपसे छीन नहीं सकता, जो मृत्योपरांत आपके साथ ही रहेगा। काश, किसी भी प्रिय से कभी साथ ना छूटे।

सफाई

सफाई शरीर की हो या अपने आसपास की जगह या वातावरण की, ना केवल स्वास्थ्य के लिए उचित है बल्कि देखने में भी अच्छी लगती है। साफ सुथरी जगह एक व्यवस्थित व्यक्तित्व की पहचान है। लापरवाह लोग सफाई पर ध्यान नहीं देते। अपने वातावरण को साफ रख कर हम अपनी आने वाली पीढ़ियों को अच्छी विरासत देंगे। सबसे ज़रूरी बात यह है कि बाहरी सफाई आवश्यक है पर मन और नीयत साफ होने चाहिए।

एक कोने में वार्तालाप

एक कोने में वार्तालाप हर उम्र में अलग मायने रखता है। वार्तालाप का मुद्दा भी अलग रहता है, वार्तालाप करने वाले संगी भी अलग हो जाते हैं, और वार्तालाप करने की प्रकृति भी बदल जाती है। जो चीज़ नहीं बदलती वह है वो आनंद जो कोने में की गई चर्चा से मिलता है।

बालक खरीदार

खरीदार कोई हो, उसे खरीदने से पहले चीज़ की आवश्यकता, उसकी कीमत और उपलब्धता का ध्यान होता है। लेकिन बालक खरीदार के लिए इन बातों का कोई मतलब नहीं होता। बालक को किसी चीज़ की इच्छा हुई तो उसे वह चाहिए ही। फिर उसके लिए रूठना मनाना करना पड़े, ज़िद करनी पड़े, उसे तो मनचाही वस्तु चाहिए ही। और मज़े की बात तो यह है कि बालक खरीदार को अधिकतर उस वस्तु को खरीदने तक ही उस वस्तु पर ध्यान होता है। एक बार वह वस्तु मिल जाए तो फिर उस पर से ध्यान हट जाता है और फिर कोई वस्तु चाहिए होती है। हाँ, कभी कभी प्रेमचंद की कहानी'ईदगाह' के हामिद जैसा बालक खरीदार भी हो सकता है जो अपनी दादी के लिए खरीदारी करे।

दिल बड़ा- झोंपड़ी छोटी

घर छोटा हो या बड़ा, महल हो या झोंपड़ी, ऐसी जगह है जहाँ आकर सुरक्षित महसूस होता है। दुनिया भर में घूमना अच्छा लग सकता है, पर आराम अपने घर में ही मिलता है। घर चार दीवारों और एक छत से मकान बन जाता है, लेकिन उसमें रहने वालों के आपसी प्यार से सही अर्थ में घर बनता है। घर भले

आकार में छोटा हो, एक साधारण झोंपड़ी हो, पर रहने वाले का दिल बड़ा हो तो झोंपड़ी में भी आसरा मिल जाता है। वरना महल वाले छोटे दिल और छोटी सोच वाले हों तो बेचैन हो कर रात भर रेश्मी बिस्तर पर करवटें बदलते रह जाते हैं। मन की खुशी झोंपड़ी या महल देख कर नहीं आती।

चावल पकने का इंतज़ार

नटखट बच्चे भी एक जगह टिक कर बैठ जाते हैं जब उन्हें भूख लगी होती है और माँ खाना बना रही हो। हांडी से आती खुश्बू से भूख को बढ़ावा मिलता है और चावल पकने का इंतज़ार मुश्किल लगने लगता है। चावल का एक दाना देख कर ही गृहिणी जान जाती है कि चावल पक गए हैं या नहीं। आखिर गृहिणी को ही परिवार की भूख और आशा का निर्वाह हर स्थिति में करना होता है।

मोहल्ले की सफाई

अपने घर की सफाई सभी करते हैं। और यह इसलिए, क्योंकि सफाई रखना अच्छा लगता है, आपके साफ सुथरे घर से आपके व्यवस्थित व्यक्तित्व को पहचान मिलती है। पर घर की सफाई करके कचरा बाहर फेंक देने से मोहल्ले को गंदा करने से आपके लापरवाह नागरिक होने का पता चलेगा, उसका क्या? लोग सरकार या प्रशासन को दोष देते हैं, पर गंदगी उन्होंने नहीं फैलाई, जनता ने फैलाई होती है। विदेशों में सब कुछ साफ दिखता है क्योंकि वहाँ गंदगी फैलाने पर दंड का प्रावधान है और लोग इसके लिए जागरूक हैं। यही हम खुद पर भी लागू कर सकते हैं और मोहल्ले, शहर, ज़िला, राज्य, देश को साफ रख सकते हैं।

खंडहर

ऐतिहासिक स्थलों पर खंडहर देखकर आप केवल कल्पना कर सकते हैं कि अपने स्वर्ण काल में वह इमारत कैसी रही होगी। एक बुलंद इमारत, चहल पहल से भरपूर, वक्त की ढलान में खंडहर हो जाती है, सुनसान और वीरान हो जाती है। जिस इमारत में जाने के लिए लोग प्रतिष्ठित महसूस करते थे, अब वहाँ जाने के लिए डरते हैं।या पिकनिक मनाने जाते हैं। इन खंडहरों में अपने स्वर्णिम युग की खनक गूंजती है, जिसे एक इतिहासकार ही समझ सकता है।

जो होगा, देखा जाएगा

जब तक हम यह सोचते रहते हैं कि हमारे कुछ कहने या करने से हमें सफलता मिलेगी या नहीं, किसी को बुरा तो नहीं लगेगा, कोई क्या कहेगा, तब तक हम किसी निर्णय पर नहीं पंहुच पाते। एक बार मन कड़ा करके ठान लें कि जो होगा देखा जाएगा, तो फिर मुड़कर देखने की ज़रूरत नहीं। सिर्फ सही गलत का ध्यान रखना ज़रूरी है, 'लोग क्या कहेंगे' का नहीं। जो होगा देखा जाएगा की सोच हमें असंभव को संभव बनाने की हिम्मत देती है और निर्भीक बनाती है।

दादी माँ

दादी यानि ग्रैंडमदर, माँ इसलिए क्योंकि वह संतान की संतान को भरपूर प्यार देती है। यहाँ ग्रैंडमदर इसलिए कहा, क्योंकि दादी या नानी कहने से भारतीय परिवार में बच्चे पर हक़ पर सवाल आ जाते हैं। लेकिन ममता किसी हक़ या सवाल की मोहताज नहीं। कहते भी हैं कि मूल से सूद अधिक प्यारा होता है। ज़िम्मेदारियों से मुक्त ग्रैंडमदर माँ बाप से ज़्यादा प्यार लुटाने के लिए उपलब्ध होती है। प्यार के अतिरिक्त ग्रैंडमदर से बच्चों को संस्कार और रिश्तों की गर्माहट मिलती है। दादी माँ के नुस्खे उनके अनुभवों के के निचोड़ होते हैं।

वृद्ध चेहरा

एक वृद्ध चेहरे की झुर्रियाँ उसके जीवन के संघर्ष की कड़ी धूप, खट्टे मीठे अनुभवों की आंधी, हादसों की सर्द हवाओं का परिणाम होती हैं। धुंधली आंखों में अतीत की यादों की चमक होती है। पोप ले मुंह पर छोटी छोटी खुशियों की हंसी, अपने परिजनों के लिए आशीर्वाद देते नहीं थकती। चेहरे की झुर्रियाँ पूरे जीवन के अनुभवों और यादों की अल्बम बन जाती है।

हंसते हुए जीना, हंसते हुए मरना

हंसी के साथ खुशी भी जुड़ी होती है, और अपने आसपास हंसी खुशी फैलाने के काम से बड़ा पुण्य कोई नहीं। दुनिया की सबसे बड़ी दौलत हंसी खुशी है, जिसके पीछे लोग ज़िन्दगी भर मृगतृष्णा की तरह भागते रहते हैं। कहीं पढ़ा था, जब जन्म लेते हैं तो आप रो रहे होते हैं और सब हंस रहे होते हैं और आदर्श स्थिति यह है कि जब मरने का समय आए तो आप हंस रहे हों, और सब रो रहे हों। वो व्यक्ति भाग्यशाली है जो हंसते हुए जीता है और हंसते हुए मरता है।

मुश्किलों से जूझने वाला इंसान

मुश्किलों से जूझने वाला इंसान इन मुश्किलों के प्रति किस तरह से प्रतिक्रिया देता है, इस पर निर्भर करता है कि वह कैसे नतीजे पर पहुचेगा। धैर्य के साथ समाधान पर प्रयास करने वाला इंसान मुश्किलों को पार करने में सक्षम होता है। वहीं अपनी क्षमता पर भरोसा ना रखने वाला, भाग्य के नाम पर हताश इंसान लड़ाई लड़ने से पहले ही हार मान जाता है। संघर्ष करने वाला इंसान मन से मज़बूत बन जाता है और आगे आने वाली मुश्किलों के लिए भी तैयार हो जाता है।

आक्रोशित चेहरा

चेहरे पर आक्रोश, मतलब मन में क्रोध। मन के खौलते क्रोध की भाप चेहरे पर आती है तो सोच को धुंधला कर देती है। सच्चे और सरल लोगों के चेहरे पर उनके मन की भावनाओं की प्रतिच्छाया आ

जाती है। लेकिन जो लोग अपने चेहरे को निर्लिप्त रखते हैं, वे या तो अपने मन में घुट कर रह जाते हैं और रिश्तों को संभाल लेते हैं, या फिर छल करके अपनी स्वार्थ सिद्धि कर लेते हैं। मन में आक्रोश को दबा देना, कारण जो भी हो, मन को ज़हरीला कर देता है। थोड़ी देर की धुंधली सोच जब शांत होती है तो उसमें पहले से अधिक स्पष्टता और चमक आ जाती है।

सुखी परिवार

सुख एक मृगतृष्णा है लेकिन अगर छोटी छोटी बातों में खुशी तलाशने का हुनर किसी को आता है तो सुखी होने से उसे कोई नहीं रोक सकता। सुखी परिवार भी वही हो सकता है जो ना केवल मुश्किल समय में एक साथ खड़ा हो, बल्कि सामान्य जीवन में भी एक साथ हंसी खुशी के पल बिता सके। सुखी होने के लिए भौतिक सुविधाओं की ज़रूरत नहीं होती, एक दूसरे के लिए थोड़ा अच्छा समय निकालने की होती है। परेशानियां हरेक की ज़िन्दगी में होती हैं, कुछ समय के लिए उन्हें दरकिनार करके अपनों के बीच समय बिता पाना सबसे बड़ा सुख है किसी भी परिवार के लिए।

पेड़ हमारा साथी

पेड़ मानव सभ्यता के आरंभ से ही मानव का साथी रहा है। खेती करने से पहले से पेड़ों ने मानव को जंगली जानवरों से सुरक्षा दी, उसकी भूख को शांत किया। इतनी ससहस्राब्दिया बीतने के बाद भी पेड़ों ने मानव का साथ नहीं छोड़ा। हाँ, मानव की लापरवाही ने पर्यावरण को बहुत नुकसान पंहुचाया है। अब भी समय है कि मानव सावधान हो जाए और पेड़ों की रक्षा करके अपने इस साथी को अपनी आने वाली पीढ़ियों को सही सलामत सौंपे। जन्म से मरण तक पेड़ मनुष्य के काम किसी न किसी रूप में काम आते हैं, तो अपने इस साथी का साथ निभाना हर मनुष्य का कर्तव्य है।

पत्थरों से प्रेम

एक शिल्पकार पत्थर में उस अनदेखे आकार को देख लेत है जो हम साधारण जन की कल्पना में कभी आ ही नहीं सकता। शिल्पकार अपने पत्थरों के प्रति प्रेम के कारण ही पत्थर, चट्टानों, पहाड़ों में ऐसे ऐसे शिल्प मामूली छैनी, हथौड़े से तैयार कर लेता है जो उसे इतिहास में स्थान दिला देता है। छोटे छोटे कंकड़ पत्थर कौए के लिए घड़े में पानी का स्तर ऊपर कर उसकी प्यास बुझाने में भी सक्षम होते हैं।

इंतज़ार

इंतज़ार दुखदायी होता है, लेकिन उसमें भी एक आशा छुपी होती है, उस इंतज़ार के अंत की आशा। एक बार इंतज़ार की समाप्ति हो जाए तो अपने प्रिय को पाने की खुशी होती है, पर आगे के लिए एक खालीपन आ जाता है। इंतज़ार में उम्मीद बनी रहती है तो इंतज़ार खत्म करने के लिए कोशिश करने का

जज़्बा भी बना रहता है। इंतज़ार में कितना समय लगेगा, यह अपने हाथ में नहीं होता, तो इस उम्मीद को जगाए रखें और इंतज़ार करें, सब सही होगा।

ज़िम्मेदार बूढ़ी माँ

माँ युवा हो, अधेड़ हो या फिर बूढ़ी, हमेशा ज़िम्मेदार ही होती है। बच्चों की उम्र के अनुसार उनके प्रति ज़िम्मेदारी बदलती जाती है। माँ की ज़िम्मेदारी केवल बच्चे की मूलभूत ज़रूरियात को पूरा करना ही नहीं होता, वह उसकी पहली सखी, पहली गुरु होती है दुनिया और रिश्तों से परिचित करवाती है, संस्कार देती है। हर मुश्किल घड़ी में संबल बन कर साथ खड़ी होती है। उसकी ज़िम्मेदारी उसकी अंतिम सांस तक खत्म नहीं होती।

बकरी एक खिलौना

बकरी स्वयं में खिलौना नहीं है, एक जीता जागता जानवर है। पर एक मेमने (बकरी के बच्चे) के साथ खेलते हुए बच्चे या किशोर की मासूमियत उस मेमने जैसी ही लगती है। खेलने के लिए मंहगे खिलौनों की ज़रूरत नहीं होती, बच्चे तो किसी भी चीज़ के साथ खेल सकते हैं। घर के डब्बे, बर्तन, चम्मच हों, टूटी फूटी, बेकार पड़ी चीज़ें हों या प्रकृति में सर्वत्र सुलभ वस्तु या जानवर हों, बच्चे अपनी कल्पना से किसी भी चीज़ से खेलकर अपना मनोरंजन कर सकते हैं। काग़ज़ की नाव किसी टाइटैनिक से ज़्यादा भव्य हो जाती है, डब्बे चम्मच किसी आर्केस्ट्रा जैसे होते हैं, बकरी, कुत्ते, बिल्ली, पक्षी किसी घनिष्ठ मित्र से कम नहीं होते।

डर और खुशी

डर और खुशी दो अलग अलग भावनाएं हैं, और इनमें कोई जुड़ाव भी नहीं है कि इन्हें एक सूत्र में पिरोया जाए। लेकिन कभी कभी डरने में भी एक प्रकार की खुशी मिलतहै, तभी तो डरावनी कहानियाँ और फिल्में लोकप्रिय होती हैं। दूसरी तरफ़, खुशी के पल में एक डर बना रहता है कि इस खुशी को किसी की नज़र ना लग जाए, यह खुशी कहीं छिन न जाए। डरें नहीं, खुश रहें।

घर का भार हाथ में

स्त्री का संसार उसकी गृहस्थी में समाहित होता है। घर के कामों के साथ रिश्तों की उलझनों को सुलझाने का कठिन काम, संस्कारों और परम्पराओं की धरोहर को अपनी अगली पीढ़ियों को सौंपना, कितना कुछ धरा होता है उस स्त्री के नाज़ुक कंधों पर, जिसे दुनिया अबला कहती है। अगली पीढ़ी को दुनिया में लाने का काम, उसे अपनी ममतामयी छांव में एक परिपूर्ण व्यक्तित्व देना, उसे सपने देखने लायक बनाना, यह सब स्त्री के कार्यक्षेत्र में आता है। यही है नारी शक्ति।

ग्रामीण जीवन चक्र

अधिकतर ग्रामीण जीवन मौसम पर आधारित होता है। कृषि प्रधान जीवन शैली को ध्यान में रखते हुए सारी दिनचर्या तय होती है। कृषि के अलावा अन्य काम भी किसी न किसी कारण से उसी तरह जुड़ जाते हैं। सोशल मीडिया ने गांवों को भी अपने दायरे में लपेट लिया है। लोगों की मानसिकता में बदलाव आया है लेकिन ग्रामीण जीवन में आज भी शहरी जीवन की तुलना में सरलता है।

तनाव

आधुनिकता ने अन्य शारीरिक बीमारियों के साथ एक बहुतायत में पाई जाने वाली मानसिक बीमारी 'तनाव' को भी जन्म दिया है। आजकल की जीवन शैली में हर उम्र के लोग तनाव में आ जाते हैं। शायद यह मुश्किलों से सही तरीके से सामना करने में अक्षमता है, या लोग सुविधाओं के इतने आदी हो गए हैं कि थोड़ी सी असुविधा भी बर्दाश्त नहीं होती। तनाव रिश्तों में हो तो कई बार टूटने की कगार तक पंहुच जाता है। तनाव दूर करने के लिए मन का शांत होना ज़रूरी है। इसके लिए ध्यान, संगीत आदि सहायक होते हैं। गंभीर हालात में मनोचिकित्सक की मदद भी ले लेनी चाहिए। तनाव न लें।

रुमाल

रुमाल कपड़े का वह टुकड़ा है जो पहनावे का एक ज़रूरी हिस्सा है, पर फिर भी ज़रूरी नहीं। महिलाओं के रूमाल के साथ कोमल अहसास होता है, कढ़े हुए फूल और नरम, रंगीन। वहीं पुरुषों का रूमाल व्यावहारिक प्रयोग के लिए होता है। धार्मिक अनुष्ठान और स्थल पर सिर ढकना हो, हाथ, मुंह पोंछने, पसीना, आंसू पोंछने आदि के लिए रूमाल होते हैं। कुछ थोड़ा सा सामान बांधने, पैसे संभालने में भी रूमाल प्रयोग होते हैं क। कभी प्यार की निशानी बन कर रुमाल ज़िन्दगी का हिस्सा बन जाता है। आजकल रुमाल के स्थान पर नैपकिन इस्तेमाल के बाद फेंक दिए जाते हैं।

10-20 शब्दों में विचार

भाभी------भाई के जीवन में आई वह स्त्री, जो तमाम विरोधों और रुकावटों के बावजूद अपनी जगह बना लेती है।

जेठ-देवर----बड़े भाई का स्नेह जेठ से या छोटे भाई की शरारतें देवर से, पति के भाइयों से मिले।

पड़ोसन----परिवार से अलग, पर परिवार की सारी खबरें रखने वाली, चुगलियों और गप्प बाज़ी से जीवन चटपटा बनाने वाली, समय पर काम आने वाली।

ससुर जी---ससुरजी के नाम से ससुराल, लेकिन आतंक सास का, अपने ही घर में मूक दर्शक, सास से सीखें पति पर कंट्रोल।

देवरानी---- ससुराल में आपकी जूनियर, कभी अनुगामिनी, कभी प्रतिद्वंद्वी, छोटी बहन या सखी जैसी।

जेठानी---सास के बाद जेठानी का पद, सम्माननीय और आप से उम्र और अनुभव में वरिष्ठ, बड़ी बहन या भाभी जैसी।

बेटा- बेटी----विवाहोपरांत दंपति के साथ, प्यार की निशानी, वंश बढ़ाने वाली संतान, बेटा या बेटी, परिवार को पूरा करने वाले।

ननद रानी----पति की बहन, भाभी की बहन जैसी सहेली भी हो सकती है, आग लगाने वाली माचिस की तीली भी।

पतिदेव----पति को देव का स्थान मिलता है अपनी अर्द्धांगिनी को देवी का स्थान देने पर, सिर्फ पति बनने पर नहीं।

सासू माँ----एक जीवनसाथी की माँ, दूसरे जीवनसाथी की सासू माँ, पति पत्नी के विवाह द्वारा प्राप्त एक माँ की नई पहचान।

उत्सुकता

उत्सुकता आविष्कारों की जननी है। मन में उठते सवाल, भविष्य को जानने की उत्सुकता को जागृत करते हैं। इनके अलावा अनदेखे, अनसुने, अनसुलझे रहस्य को जानने की उत्सुकता होती है। सबसे प्यारी उत्सुकता बच्चों में होती है, अपने आने वाले जन्मदिन की, आने वाले त्योहारों की, उपहार पाने की और ऐसी ही अनेक छोटी छोटी खुशियों को पाने की उत्सुकता।

सपना

कुछ लोग नींद में सपने देखते हैं, जो भविष्य का संकेत हो सकते हैं, मन में दबी इच्छाओं का सांकेतिक आईना हो सकते हैं, डरावने हो सकते हैं। दूसरी तरफ कुछ लोग खुली आंखों से सपने देखते हैं, कोई कुछ बन कर नाम और धन कमाना चाहता है, कोई अपने मानदंड से अपने को बेहतर जताना चाहता है, कोई अपनों के साथ जीवन बिताने का सपना देखता है। सपने अनंत हैं, उन्हें पूरा करने का हौसला और जुनून होना चाहिए। भाग्य का भी महत्वपूर्ण योगदान होता है। पर सपनों को हकीकत में बदलने के लिए सपने देखना ज़रूरी है।

बर्तन

बर्तनों का उपयोग हज़ारों सालों से होता आ रहा है। मानव सभ्यता के विकास में जितने भी आविष्कार हुए हैं, जीवन की मूलभूत आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए और सुविधाजनक बनाने के लिए हुए हैं। मिट्टी, पत्थर, पत्ते, धातु, कांच, न जाने कितनी तरह के बर्तन बनते रहे हैं। अपनी ज़रूरत और हैसियत

के अनुसार बर्तन का चयन करते हैं। दैनिक व्यवहार के लिए और अतिथियों के लिए अलग बर्तन रखते हैं। बर्तन भले ही दो हों, खटपट करते हैं, घर में रौनक रखते हैं। बर्तन बसे हुए घर की पहचान बन जाते हैं।

जासूसी

जासूसी देश विदेश के सेना और राजनीतिक रहस्यों के लिए की जाए, या अपने स्वार्थ के लिए व्यापार और पारिवारिक मुद्दों के लिए की जाए, होती है राज़ जानने के लिए। राज़ को बाहर निकालने के लिए राज़दारी रखनी पड़ती है जिसके लिए जासूस को अपनी पहचान और इरादे छुपाने पड़ते हैं। जासूस को बहुरूपिया भी बनना पड़ सकता है। जासूस सबके भरोसे का फायदा अपने पक्ष के लिए उठाता है। कूटनीति के लिए दूसरे पक्ष की बातें और चालें पहले से जानना ज़रूरी है ताकि अपनी रणनीति उसके अनुसार तय की जा सके। यही है जासूसी का सार।

समय काटने की जगह

समय अपनी चाल में अनथक, अनवरत चलता रहता है। यह मनुष्य की मानसिक स्थिति पर निर्भर है कि उसे समय तेज़ी से भागता हुआ लगता है या पल पल भारी लगता है। हंसी खुशी या काम में व्यस्त रहते हुए समय ज्ञान नहीं रहता। लेकिन परेशानी में, इंतज़ार में फुर्सत में समय काटे नहीं कटता। समय काटना भी व्यक्ति की अपनी रुचि और स्थिति (मानसिक और आर्थिक) पर निर्भर करता है। समय काटने की जगह महत्वपूर्ण नहीं है क्योंकि आदमी भीड़ में भी अकेला हो सकता है और अकेले भी मस्त रह सकता है।

पंछी

पंछी कितने रंग रूप, आवाज़ और अन्य खूबियों के साथ प्रकृति को सजीव बनाते हैं। सुबह सवेरे पंछियों की चहचहाट से दिन की शुरुआत होती है। जब शाम ढलती है तब दिन भर के थके पंछी अपने घोंसले की तरफ लौट जाते हैं। पंछी खुले आसमान में उड़ान भर के इंसानों को प्रेरित करते हैं अपने सपनों को उड़ान देने के लिए। इन पंछियों को पिंजरे में कैद किए बिना भी इन्हें दाना पानी दे कर आप इनकी अठखेलियों का मज़ा ले सकते हैं।

मेरा पसंदीदा पक्षी

दिखने में खूबसूरत नहीं, पर आवाज़ से जीत लूं मैं सबका दिल, वसंत की शुरुआत होती मेरी कूक से गर्मियों में भी हरियाली देख मैं बोलूं, घरौंदा नहीं है मेरा अपना, बच्चे पलते मेरे औरों के पास।

अकेलापन

मुश्किलों में इंसान अकेला ही होता है, सफलता के बाद तो सारी दुनिया उसके साथ होती है। और मुश्किल वक्त में जो साथ दे, वही सच्चा साथी है। अकेले होने और अकेलेपन में अंतर है। आदमी भीड़ में भी अकेला हो सकता है। यह अकेलापन तोड़ कर रख देता है क्योंकि यह अकेलापन उसके भीतर बैठा होता है। अकेले होने पर स्वयं के साथ समय बिताना भी ज़रूरी होता है और इसमें अकेलापन नहीं होता। अकेले होना सकारात्मक है, इसमें अपनी ऊर्जा को पुनर्जीवित करते हैं, और अकेलापन नकारात्मक है, इसमें निराशा है।

झूला

झूला चाहे सावन का हो या बच्चों के पार्क का, खुशियाँ बांटने वाला होता है। बिना पंख के हवा में उड़ने और वापस आने में मन की खुशी छलक पड़ती है। झूला बगीचे में पेड़ से बांधा हो, लोहे की चेन वाला पार्क का झूला हो घर के आंगन या बैठक में लोहे या लकड़ी के फ्रेम वाला झूला हो, या शिशु का कपड़े वाला अस्थायी झूला या स्थायी झूला हो, या फिर कान्हा जी का मंदिर में रखा नन्हा सा झूला हो, अपने हल्के बहाव में मन को सुकून देता है।

ऐसी चीज़ जो फटने पर आवाज़ नहीं करती

वाह, आज तो दूध फट गया है, पनीर के पकवान तो खाने को मिलेंगे ही, पनीर निकालने के बाद के पानी से आटा गूंथ कर पौष्टिकता भी मिलेगी और नरम नरम रोटियाँ भी।

घर की तख्ती

इंसानों की तरह घरों को भी उनके नाम और पते से पहचान मिलती है। घर के नाम रखे जाते हैं, घर के मालिक, घर से जुड़ी किसी याद पर या किसी भावना पर जैसे अमिताभ बच्चन का घर 'प्रतीक्षा', शाहरुख खान का घर 'मन्नत'। फ्लैट्स में घर के मालिक के नाम की तख्ती लगाने का रिवाज है। पति पत्नी दोनों प्रोफैशनल हों तो दोनों के नाम की तख्ती होती है। तख्ती एक साधारण नेमप्लेट हो सकती है और सुरुचिपूर्ण और सजावटी भी।

भाव भावनाएँ

मन में उठती भावनाओं को अधिकतर चेहरे के भावों के रूप में आकार मिलता है, या फिर विभिन्न कलाओं के माध्यम से। भावनाएँ अच्छी बुरी, परिस्थितियों के अनुसार कैसी भी हो सकती हैं। पर जब तक वह आपके अंदर हों, आपकी निजी हैं, जैसे ही उन भावनाओं को अभिव्यक्ति मिल जाती है, उन पर से आपका अधिकार समाप्त हो जाता है। दूसरे उसका क्या अर्थ लगाएंगे, कैसी प्रतिक्रिया देंगे, फिर

वह आपके वश में नहीं होता। चेहरा सबसे पहले भावनाओं को दिखाता है, और सबसे अधिक इसका प्रयोग अभिनय करने वाले करते हैं। बाकी तो, "जिसकी रही भावना जैसी, हरि मूरत तिन देखी तैसी "।

भरा पूरा परिवार

भरा पूरा परिवार सुनते ही जो चित्र मन में उभरता है, वह होता है कई पीढ़ियों को, कई रिश्तों को एक साथ, एक छत के नीचे हंसते खेलते देखना।बहुत सुंदर चित्र है, वांछित है, सुख की पराकाष्ठा है। लेकिन व्यावहारिकता में ऐसा होता नहीं है। एक साथ रहने चाह में कई समझौते करने पड़ते हैं, कई इच्छाएँ और सपने दबाने पड़ते हैं। इसमें कोई बुराई भी नहीं, पर एक साथ रहने के लिए परस्पर प्यार और भरोसा होना ज़रूरी है। तभी भरा पूरा परिवार होगा, वरना मन में घुटन भरा परिवार होगा।

वह फूल जिसमें कोई रंग और महक नहीं

बात फूल की है तो फूलों की पहचान ही उनके रंग और महक से होती है। और पहेली में फूल को उसकी पहचान के बिना पहचानना है। त, यह हिंदी का फूल तो हो नहीं सकता। ये है अंग्रेज़ी का फ़ूल और वह भी पहली अप्रैल को मनाया जाने वाला अप्रैल फ़ूल। पर देखा जाए तो इसमें भी शरारत का रंग है और मस्ती की महक है। तो बताएं, यह अप्रैल फ़ूल है या हिंदी का फूल?

मायका मंदिर और ससुराल...

मायका मंदिर है, जहाँ जाकर प्यार, विश्वास और सुकून मिलता है। पर कोई भी मंदिर में हमेशा रह नहीं सकता। थोड़े सुकून के बाद घर जाना होता है। पर घर है कहाँ? ससुराल तो सास ससुर का घर है। ससुराल गेंदा फूल है जो देखने में सुंदर पर खुश्बू के बिना है। बहू के लिए ससुराल वह घर है जिसे अपना घर समझकर संभालना है, संवारना है, उनके नियम, तौर तरीके मानने हैं, फिर उस घर पर कोई हक़ नहीं जताना। ससुराल बहू का अपना 'घर' बने या कारावास, यह ससुराल वालों पर निर्भर है।

पहिया

मानव सभ्यता के विकास में हुए आविष्कारों में से एक महत्वपूर्ण आविष्कार पहिये का है। विभिन्न वाहनों के आविष्कार का आधार पहिया रहा। लम्बी दूरियों को कम करने और सुविधाजनक बनाने में पहिये की बड़ी भूमिका है। इसके अतिरिक्त कुम्हार का चाक भी तो एक पहिया ही है, जिस पर कितनी तरह के बर्तन बनते हैं। सबसे बड़ा पहिया तो समय का है, दिन रात का, मौसम का, सुख दुःख का, जीवन का पहिया। जो आज है वह कल नहीं होगा, पर लौट कर आएगा। समय का पहिया कभी रुकता नहीं।

स्त्रियों की अपनी दुनिया

देखा जाए तो दुनिया सबके लिए एक जैसी है और हर एक की दुनिया उसके अनुसार अलग है। फिर भी स्त्रियों की दुनिया की बात की जाए तो कोई भी स्त्री अपने परिवार और परिजनों से ही अपनी दुनिया जानती है और मानती है। उसकी अपनी इच्छाओं, सपनों, महत्वाकांक्षाओं, यहाँ तक कि शौक के लिए भी सूची में प्रथम स्थान नहीं होता। उसकी दिनचर्या, उसकी फुर्सत सब इसी दुनिया (परिवार) के इर्दगिर्द सीमित होती है। स्त्री की अपनी पहचान, इस दुनिया में खो जाती है।

अंगूठी

अंगूठी केवल एक हाथ की उंगली में धारण करने वाला आभूषण मात्र नहीं है, सगाई और शादी की अंगूठी के रूप में दिलों को जोड़ने का माध्यम है। शकुन्तला को दी हुई अंगूठी ने दुष्यन्त को भूले रिश्ते याद करा दिये। अशोक वाटिका में बैठी वियोगिनी सीता को श्रीराम की अंगूठी दिखा कर हनुमान जी ने अपनी पहचान बतायी थी। कितनी कहानियों का हिस्सा रही है अंगूठी। सोने, चांदी, हीरे, जवाहरात वाली मंहगी अंगूठी हो अथवा सस्ती धातु या घास की अस्थायी अंगूठी, रिश्तों के प्रतीक रूप में मन के करीब होती है।

एक गलत परम्परा जिसे मैंने तोड़ दिया

हमारे देश में बेटों को बुढ़ापे का सहारा मानने की परम्परा है। बेटियां तो पराया धन हैं, माँ बाप की बीमारी में सिर्फ हालचाल पूछ कर कर्तव्य की इतिश्री। मैंने और मेरे पतिदेव ने इस परम्परा को तोड़ दिया। न केवल पति के माता पिता, बल्कि खुद के माता पिता की भी पूरी सेवा की। समाज सास ससुर की सेवा को ही सेवा मानता है। पर हमने इस गलत परम्परा को सबकी बातें सुन कर भी तोड़ा। और एक संतान का अपने माता पिता के प्रति कर्तव्य निभाया।

नाक में दम करना

कुछ लोगों का स्वभाव होता है दूसरों को परेशान करने का। अब नाक में दम करने वाले ऐसे लोग सुधर तो नहीं सकते, पर इन लोगों को ये दुआ ज़रूर देना चाहूंगी कि भगवान् इन्हें दिन दुगनी रात चौगुनी तरक्की दें। जो और जितना ये सबको देते हैं, इनको कम से कम दुगुना हो कर वापस ज़रूर मिले। हम तो दुआ ही देते हैं, वही देते हैं जो हमारे पास है और जो हमें चाहिए। नाक में दम करने वालों की नाक बनी रहे, तभी तो उसमें दम होगा।

नारी शक्ति

नारी शक्ति अनंत है, लेकिन हनुमान जी की तरह नारी को भी अपनी शक्ति का ज्ञान नहीं है, स्तुति करके याद कराने की ज़रूरत है। हमारे देश की सनातन संस्कृति देवी रूप में धर्म को देखती और पूजती आई है। वेदों, उपनिषदों और पुराणों में स्त्री ऋषियों का भी महत्वपूर्ण योगदान रहा है। नारी के पास भावनात्मक और संवेदनात्मक शक्तियों के अतिरिक्त सृजन की शक्ति है। अपनी शक्ति को भुला कर अबला की अनुपयुक्त उपाधि को धारण करने वाली नारी को पुरुष की आवश्यकता है अपने अधूरेपन के पूरक के रूप में, न कि स्वामी के रूप में।

गाड़ी

ज़िन्दगी की गाड़ी कभी राजमार्ग पर चलती है, कभी ऊबड़ खाबड़ ज़मीन पर। इस गाड़ी में कई सवारियां रिश्तों के रूप में चढ़ती हैं, कई सवारियां रास्ते में उतर जाती हैं, पर गाड़ी चलती रहती है। गाड़ी के सभी हिस्से सामंजस्य में चलें तो सफर आसान हो जाता है, नहीं तो खटारा गाड़ी भी जैसे तैसे चल ही जाती है। गाड़ी सस्ती है या मंहगी, मंज़िल वही रहती है, बस सुविधा का फर्क पड़ता है। फिर भी लोग इसके साथ अपनी प्रतिष्ठा को जोड़ लेते हैं।

मज़ेदार किस्से बच्चों की परवरिश के- 1

मेरी छोटी सी बिटिया घुटनों के बल चलती थी। मैं उसे लेकर मायके आई थी। गर्मियों की दोपहर में कूलर चला कर ज़मीन पर ही लेटे हुए थे हम लोग। आंख लग गई और बिटिया उठ कर घुटने घुटने चल पड़ी। मम्मी ने हाथ सिर पर रखा हुआ था। हथेली खुली दिखी तो बिटिया को लगा, नानी को कुछ चाहिए उसने उनके हाथ पर कुछ रखा और वे चौंक कर उठ बैठीं। उसने पॉटी की थी, वह उठा कर उनके हाथ पर रख दी थी।

मज़ेदार किस्से बच्चों की परवरिश के – 2

धूप बहुत तेज़ थी, बाज़ार से सामान लेकर घर जाते हुए मेरे बड़े भैया, जो तब छोटे थे, तुतलाते थे, मामाजी को बोले, मामाजी गल्मी है, रिश्टा (रिक्शा) चाहिए। उनकी तब तक शादी नहीं हुई थी, तो उन्होंने भी हंसकर जवाब दिया, रिश्ता तो मुझे भी चाहिए, तू तो रिश्ते के लिए अभी बहुत छोटा है।

मज़ेदार किस्से बच्चों की परवरिश के- 3

मेरी छोटी बेटी तीन-चार साल की थी, पतिदेव से मिलने उनका एक पत्रकार दोस्त घर पर आए। जब तक पतिदेव बाहर आते, बिटिया ने नए अंकल का इंटरव्यू ले लिया। आप कौन हो, क्या करते हो? कौन हो का जवाब तो नाम बता कर दे दिया, पर क्या करते हो, के जवाब में मुश्किल हो गई। टेबल पर

अखबार रखा था, वह दिखा कर बोले, मैं पेपर में लिखता हूँ। बिटिया ने अखबार पर पास रखी पेंसिल से घिचमिच करके कहा, वह तो मैं भी लिखती हूँ, पर आप करते क्या हो? और वे निरुत्तर हो गए।

मज़ेदार किस्से बच्चों की परवरिश के-4

कालेज जाने से पहले खाना बना कर टेबल पर लगा कर जाती थी ताकि पापा मम्मी लंच टाइम पर आएं तो सब तैयार मिले। मेरे पड़ोस की छोटी सी तीन साल की गुड़िया रोज़ मेरे पास खेल रही होती थी। और रोज़ वह पूछती थी, बुआ, मैं आपकी 'हैल' (हैप्पी) करूँ? और सबके नाम से एक एक करके प्लेट, कटोरी, चम्मच और गिलास टेबल पर रख देती थी। थैंक्यू गुड़िया, मेरी 'हैल' करने के लिए।

मज़ेदार किस्से बच्चों की परवरिश के-5

कार में पीछे बैठी मेरी दोनों छोटी छोटी बेटियां आपस में बात कर रही थीं। छोटी बेटी ने बड़ी बहन को पूछा, सड़क के किनारे लगे एक साइनबोर्ड को देख कर कि ये क्या लिखा है। अपना ज्ञान बघारते हुए बड़ी ने जवाब दिया डेड स्लो मतलब धीरे मरो। और हम पति पत्नी की हंसी नहीं रुक रही थी।

अलविदा पलाश

अलविदा पलाश, अगले मौसम में फिर प्रकृति को अपने रंगों में सजाने आना। समय चक्र में विदा कहने का समय आया है तो स्वागत करने का भी समय आएगा। तब तक प्रकृति के अन्य रूप रंग को भी तो अवसर मिलना चाहिए अपने जीवन को जीने के लिए। हर मौसम अपने साथ प्रकृति के विभिन्न आयामों को लेकर आता है। सबकी अपनी खूबियां, अपनी खूबसूरती, अपनी असुविधाएँ। जीवन को उसके हर रंग, हर उतार चढ़ाव के साथ स्वीकार करना होता है। अलविदा पलाश, अगले मौसम तक।

परवरिश

लोग समझते हैं कि बच्चे जब बड़े होंगे तो सब सीख लेंगे, अभी क्यों सिखाना? पर बच्चे अपने आसपास जो देखते- समझते हैं, उसका प्रभाव जीवनपर्यन्त उनके साथ रहता है। परवरिश का असर रहन सहन, खानपान, पहनावे, सोच और सबसे ज़्यादा भाषा पर पड़ता है। आपके स्वभाव सहनशीलता है या गुस्सा, इससे आपकी परवरिश का पता चलता है। एक ही परिवार में जन्मे, पले-बढ़े बच्चे परवरिश एक जैसी होते हुए भी एक जैसे स्वभाव के नहीं होते, व्यक्तित्व का अंतर भी महत्वपूर्ण है। इसे श्रीराम के भाइयों और रावण के भाइयों को देख कर समझा जा सकता है।

आप हमारी बात के बीच में मत आएं

पति पत्नी के बीच किसी बात पर बहस छिड़ गई। सास ने बीच में पड़ कर अपने खानदान और तौर तरीकों की दुहाई देनी शुरू कर दी। पति को मूल मुद्दा तो याद नहीं रहा, यह ज़रूर लगा कि उसका पलड़ा भारी हो गया है। पत्नी ने पहले तो लिहाज़ किया, पर जब पानी सिर के ऊपर से निकलने लगा तो वह बैल पड़ी, "आप हमारी बातों के बीच में ना आएं। हम वयस्क हैं, जब शादी करने का फैसला हम कर सकते हैं, तो शादी निभाने का हक़ भी हमारा है। दम्पति के झगड़ों में और कोई न बोले।"

महफूज़

महफूज़ इंसान उसी के साथ महसूस करता है, जिस पर उसे भरोसा हो। एक नवजात शिशु अपनी माँ के पास महफूज़ है, चाहे वह इंसान का हो या जानवर का। यह बच्चे का भरोसा है, बाकी बच्चे की किस्मत। महफूज़ होने की बात से दिमाग में एक छवि आती है, एक डरी, सहमी लड़की को लंबे, ऊंचे व्यक्ति ने अपनी मज़बूत बांहों में संभाल रखा है। ज़रूरी नहीं कि लड़की को पुरुष का ही सहारा चाहिए। हर किसी को अपने कमज़ोर पलों में किसी न किसी के सहारे की ज़रूरत पड़ती है, जिसमें उसे महफूज़ महसूस हो।

कीमत

दुनिया में हर चीज़ की कीमत होती है। सबसे निस्वार्थ रिश्ता बच्चे से मां बाप का होता है, इसकी भी कीमत वे आशाएं हैं जो उन्हें बच्चों से होती हैं। यही हाल मित्रता में भी है। अतः कीमत केवल पैसों से ही नहीं, भावनाओं से भी चुकाई जाती है। ईश्वर की आस्था को भी लोग मन्नतों की कीमत से पाना चाहते हैं। भौतिक जगत की कीमती चीज़ें सुविधा के अलावा महत्वपूर्ण नहीं, लेकिन ज्ञान, अनुभव और यादें कीमत चुका कर भी आपसे कोई ले नहीं सकता।

साथ खेलने के लिए बेचैनी

मनुष्य जाति के लिए कहा जाता है कि वह सामाजिक प्राणी है, अकेले रहना उसके लिए संभव नहीं। लेकिन यह बात दुनिया के सभी सजीव, प्राणधारी के लिए उपयुक्त है, वह पशु पक्षी हो या वनस्पति। सभी को साथ चाहिए, खेलने के लिए। खेलने के लिए कोई ज़रूरी नहीं कि खेलने वाले दोनों पक्ष समान हों, एक ही जाति के हों। पशु पक्षी, वनस्पति, मानव बच्चे आपस में एक मंच पर आ जाते हैं खेलने के लिए, जुड़ जाते हैं भावनाओं से। खेलने की बेचैनी किसी तरह के बंधन से रुकती नहीं।

परवाह

अब तक मेरी कोशिश यही रहती थी कि मेरी वजह से किसी का दिल न दुखे, मेरे चुप रहने से झगड़े टल सकें तो टाल दूं। कभी अपमान के घूंट पी लिए, कभी कुछ बातों को नज़रअंदाज़ कर दिया, लेकिन अब बात आ गई मेरी बेटी पर तो मैं चुप नहीं रह पाई। मैंने तकलीफ़ झेल ली, बेटी को नहीं झेलने दूंगी। अब मुझे बेटी के साथ खड़े होने में कोई डर नहीं है। मैंने दूसरों की परवाह करना छोड़ दिया है।

झूठ

हर अच्छी चीज़ या भावना का एक विपरीत भी होता है। तभी उस अच्छी चीज़ की सही कीमत समझ आती है, जैसे सुख- दुख, दिन- रात, भगवान्- शैतान आदि, वैसे ही सच और झूठ। अपने को विपरीत परिस्थितियों से बचाने के लिए, अपनी कमज़ोरियाँ छुपाने के लिए, अपने फायदे के लिए, कभी दूसरों को तकलीफ़ से बचाने के लिए झूठ बोले जाते हैं। सच कड़वा होता है, झूठ उस कड़वेपन को अपने आकर्षक कलेवर में छुपा देता है। सच न बोलना या छुपाना भी झूठ ही है। एक झूठ को छुपाने के लिए ढेर झूठ बोलने पड़ते हैं।

बच्चों का सहारा

दुनिया का सबसे निस्वार्थ, निष्काम रिश्ता माता पिता का संतान से माना जाता है, पर सच यह है कि इस रिश्ते में भी बच्चों को बुढ़ापे की लाठी या सहारा के रूप में देखने की लालसा होती है। सारी ममता और त्याग की कीमत बच्चों को माता पिता के बुढ़ापे में उनकी सेवा करके चुकानी होगी, ऐसी आशा की जाती है। बच्चे हमारे सबसे अपने हैं, हमने उन्हें जीवन दिया है, कष्ट सह कर उनका पालन पोषण किया है, लेकिन हम उनके स्वामी नहीं हैं। अधिकार से नहीं, बच्चों को प्यार से अपना बनाएं। उन्हें ऐसे संस्कार दें, जिससे वह स्वयं बुढ़ापे का सहारा बनें, किसी मजबूरी या कर्तव्य से बंधे होने के कारण नहीं। बच्चे अपने परिवार को पूरा करते हैं, पितृ ऋण और मातृ ऋण से मुक्त कराते हैं। उन्हें भी अपनी उम्मीदों के बंधन से मुक्त रहने दें।

मसाले का नाम जानिए

भारतीय रसोई में इतने मसालों का प्रयोग होता है जितना दुनिया में और कहीं नहीं होता। और एक मसाला ऐसा जो मीठे में भी आता है और नमकीन पकवान में भी। खड़े मसालों में से एक यह मसाला दो प्रकार का होता है, मोटी और काली और दूसरी हरी और छोटी। मुखशोधन में भी इसका इस्तेमाल करते हैं। स्वाद और सुगंध से सुवासित, मैं कौन?

पसंदीदा रंग

कहते हैं गुलाबी रंग दुनिया में किसी भी लड़की की पहचान होता है। मैं नहीं मानती, सबकी पसंद अलग अलग होती है। पर दूसरी तरफ मेरा खुद का पसंदीदा रंग गुलाबी है, चाहे वह किसी भी शेड में हो। गुलाब का फूल अपने आप में ही इतना दिलकश होता है तो उसके नाम का रंग तो प्यारा लगता ही है। चाहे आंखों में नशीले गुलाबी डोरे हों, फूल से नर्म गुलाबी होंठ हों, या चेहरे पर शर्म की गुलाबी आभा हो, सुंदरता के इन पैमानों पर गुलाबी रंग की बहार है।

अतिथि

अतिथि यानि बिना किसी तिथि के, अचानक आ जाने वाले। एक ज़माना था जब भारतीय संस्कृति की पहचान थी "अतिथि देवो भव "। पर अब आधुनिकता ने यह कहने पर मजबूर कर दिया है कि "अतिथि, तुम कब जाओगे?" अतिथि कम समय के लिए आएं, तो स्वागत सत्कार करके उनके साथ बिताए समय का आनंद ले सकते हैं। पर अपनी व्यस्त दिनचर्या में बहुत दिनों तक अतिथि की दखल खलने लगती है। बहुत सी जगहों पर जमाई को 'पाहुन' या 'मेहमान' कहने का रिवाज है। बाकी, हर मुश्किल चंद दिनों की मेहमान होती है।

समय

समय दुनिया की सबसे कीमती चीज़ है, हर पल के साथ वर्तमान अतीत बनता जाता है और भविष्य सामने आ खड़ा होता है। समय से ज़्यादा परिवर्तनशील और सनातन कुछ नहीं। सही समय पर किया हुआ काम और बोली हुई बात से सदैव लाभ ही होता है। समय चक्र के साथ दिन रात, मौसम, सुख दुःख जुड़े होते हैं। जो समय चक्र के अनुसार चलना सीख लेता है, वही सफल होता है। जो समय व्यर्थ करता है, उसका जीवन व्यर्थ है, क्योंकि समय लौट कर नहीं आता।

स्पर्श की तृप्ति

स्पर्श में भावनाओं के संप्रेषण की असीमित क्षमता है। शब्दों और भाषाओं के अभाव में स्पर्श वह सब कह देता है जो मन में होता है। इसमें झूठ की कोई जगह नहीं है। स्पर्श से नीयत और बदनीयत का पता चल जाता है। मानव, पशु पक्षी, वनस्पति सभी स्पर्श से भावना को समझ जाते हैं। कभी कभी अकेलेपन के अंधेरे में स्पर्श आशा की किरण का काम करता है।

दावत

दावत खास मौके पर, खास लोगों को, खास खाना खिलाने का नाम है। पर सोचिए कि इतनी खासियत इकट्ठी करने की ज़रूरत क्यों है, दावत करने के लिए? अपने और अपने परिवार से ज़्यादा खास हमारे

लिए कौन होगा भला? और जब भी अच्छा लगे, मनप्रसन्न हो, तो बिना खास अवसर के भी दावत करने में हर्ज नहीं है। मेहमानों के लिए खास खाना और सजीले बर्तन दावत के लिए संभाल कर रखे जाते हैं, लेकिन अपने और अपने परिवार को भी दावत दी जा सकती है, सिर्फ अपनी खुशी के लिए।

खुशी

कस्तूरी मृग की तरह खुशी बाहर नहीं, भीतर खोज ऐ बन्दे, सीखा जिसने छोटी खुशियाँ पहचानना, वह सीखा जीवन जीना।

डब्बे पर डब्बा, डब्बे का गाँव, चलती फिरती बस्ती, लोहे के पांव

रेल यात्राओं से कितनी यादें जुड़ी होती हैं। गर्मी या सर्दी की छुट्टियों में नानी या दादी के घर जाना, पूड़ी सब्जी और नाश्ते, पानी की सुराही या मौसम के अनुसार बिस्तरबंद ले जाना बचपन की अनमोल यादों का हिस्सा है। बड़े होकर घर से दूर पढ़ने और फिर नौकरी के लिए जाना, रोज़मर्रा की ज़िन्दगी से छुट्टी के लिए पर्यटक स्थलों पर घूमना, दूसरे ज़रूरी कामों के लिए रेलयात्रा हमारे जीवन का ज़रूरी हिस्सा है। हर आर्थिक वर्ग के लिए सुविधाजनक रेलगाड़ी है, इस पहेली का उत्तर।

अहंकार

अहंकार अपने सबसे श्रेष्ठ होने का भाव है, अहम्+ कार, मैं ही करने वाला हूँ। रूप, ध्यान, ज्ञान, शक्ति का अहंकार करने वाले भूल जाते हैं कि ये सब नश्वर हैं। इनमें से कुछ भी साथ नहीं जाने वाला। हिन्दू मान्यताओं के अनुसार केवल कर्मफल केवल कर्मफल ही है जिसकी अगले पिछले जन्मों में गणना होती है और उसके अनुसार तय किया जाता है कि आपको कैसा जीवन मिलेगा। तो जीवन ही अपने हाथ में नहीं तो अहंकार किस पर?

लकड़हारा

लकड़ी काटने के लिए प्रयुक्त लोहे की धार को पकड़ने के लिए लकड़ी की मूठ या डंडा होता है। अपने ही अपनों को काटते हैं। पर नाम लकड़हारे का होता है। सूखे पेड़, टहनियों को काट छांट कर जलावन का प्रबंध करना, नई वनस्पति के लिए पुराने का विस्थापन लकड़हारे का काम है। लकड़हारे की बात आते ही वह कहानी याद आती है जहाँ लोहे की कुल्हाड़ी तालाब में गिरने पर यक्ष द्वारा सोने, चांदी की कुल्हाड़ी देने की पेशकश ठुकरा कर गरीब लकड़हारा अपनी ईमानदारी और खुद्दारी दिखाता है।

तीन अक्षर का मेरा नाम, उल्टा सीधा एक समान

कनक- कनक ते सो गुनी, मादकता अधिकाय, वा खाय बौराए जग, या पाए बौराए_ बिहारी

ऐसे शब्द तो और भी हैं—जहाज, डालडा, नमन, नयन आदि

जादू की झप्पी

जादू की झप्पी में कोई जादू नहीं होता। जादू होता है उस विश्वास में जो झप्पी देने वाले के स्पर्श द्वारा झप्पी लेने वाले तक संप्रेषित होता है। साथ और सहारे की उम्मीद से जो हौसला मिलता है उससे हर मुश्किल से जूझने की हिम्मत आ जाती है। झप्पी देने वाला न केवल विश्वास, बल्कि सकारात्मकता का भी संचार करता है। और इस जादू की झप्पी से हर मुश्किल "आबरा का डाबरा छू" हो जाती है।

सौभाग्य

भाग्य पर किसी का वश नहीं, पर जब भाग्य में सब अच्छा हो तो उसे सौभाग्य मानते हैं। सौभाग्य से आपको मनोवांछित सफलता मिलती है, प्रगति होती है, सुख शांति मिलती है। अपनी तरफ से इंसान मेहनत करता है, कर्म करता है, फिर भी सौभाग्य का महत्वपूर्ण योगदान भुलाया नहीं जा सकता। भारतीय स्त्री को यही सिखाया जाता है कि उसका सौभाग्य उसके पति, उसके सुहाग से जुड़ा होता है। यह भी माना जाता है कि भाग्य से पुत्र प्राप्ति होती है और सौभाग्य से पुत्री की। अपने सौभाग्य का आनंद लेने, घमंड न करें।

खुशियों से भरा खेल

खेल समय बिताने का बहुत बढ़िया ज़रिया होता है। जीतने की खुशी, हारने से आगे के लिए खुद को बेहतर बनाने का जज़्बा, नीरस दिनचर्या से हट कर कुछ सरस करने का उत्साह, कितना कुछ जुड़ा होता है खेल से। खेल से खुशी मिलती है, खेलने के माध्यम (खिलौने) से नहीं, ना ही खेलने वाले संगी साथी के इंसान या जानवर होने से।

पहली ठोकर

बच्चा जब चलना सीखता है, तो ठोकर भी लगती है और उसे संभालने वाले उसके अपने उसके आसपास होते हैं। पर जब ज़िन्दगी की ऊबड़ खाबड़ ज़मीन पर धूप छाँव और तूफ़ानों का सामना करने की बारी आती है तो भी पहली ठोकर मिलने के समय अपने ही आसपास होते हैं। इस बार संभालने के लिए नहीं, रास्ते में रोड़े डालने के लिए। इन तथाकथित अपनों द्वारा दी गई ठोकर हमेशा याद भी रहती है और टीस भी देती है। आपके अपने ही आपकी दुखती रग पहचानते हैं।

जहाँ...वहाँ....

न्यूटन के सिद्धांत के अनुसार हर क्रिया की उसके बराबर की प्रतिक्रिया होती है। इसे विज्ञान के अलावा जीवन में भी देखा जा सकता है। जहाँ एक तरफ कुछ अच्छा हो रहा होता है, वहाँ दूसरी तरफ उसके विपरीत भी कुछ हो रहा होता है। जहाँ भगवान् सर्वशक्तिमान हैं, वहाँ शैतान का भी अस्तित्व है। इस जहाँ वहाँ के अनेक उदाहरणों से स्पष्ट होता है कि यह हमारे जीवन का बहुत महत्वपूर्ण हिस्सा है, क्योंकि तभी हमें किसी अच्छी बात या चीज़ की सही कीमत समझ आती है जब उसके विपरीत कुछ बुरा हो। यही सह- अस्तित्व है।

तेज

ओज और तेज हर व्यक्ति में होता है, पर दिखाई देता है केवल खास और महान व्यक्तित्व में ही। तेज आपके चेहरे और व्यक्तित्व से झलकता है, आपकी आंतरिक शुद्धता को दर्शाता है। आजकल दुनिया तेज़ गति से चलने वालों की है। गति के अलावा बुद्धि से भी तेज़ होना ज़रूरी है, नहीं तो पिछड़ने का डर रहता है। सबसे तेज़ वक्त है, जिसे बदलने में वक्त नहीं लगता। शब्द की धार तलवार से भी अधिक तेज़ होती है। स्वभाव से तेज़ लोग मिर्ची का अहसास दिलाते हैं, आग लगा देते हैं। व्यापार में भी तेज़ी मंदी लगी ही रहती है।

मातृत्व

मातृत्व सृजन का दूसरा नाम है। अपने शरीर से एक और जीवन को दुनिया में लाना एक माँ को अलग ही श्रेणी में ले जाता है। पर ममत्व की भावना केवल जन्म देने से ही नहीं आती। एक माँ में अपनी संतान के लिए कुछ भी कर गुज़रने की हिम्मत होती है, कोई भी कष्ट, कोई भी डर उसके ममत्व के आगे छोटे पड़ जाते हैं। माँ की इस शक्ति को ही देवी माँ के रूप में पूजा जाता है।

व्यस्त

व्यस्त होना शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए बहुत आवश्यक होता है। खाली बैठे रहने से शरीर आलसी हो जाता है, रोगी हो जाता है, और खाली दिमाग शैतान का घर कहा ही जाती है। दूसरी तरफ, आवश्यकता से अधिक व्यस्त होना भी अच्छा नहीं है। इससे शरीर और मन थकने लगते हैं, ऊब जाते हैं। परिवार वाले और मित्र आपके समय के लिए तरसने लगते हैं। तो जिनके सुख के लिए आप व्यस्त हुए, उनकी शिकायतों और उलझनों का कारण बन जाती है आपकी व्यस्तता। अतः व्यस्त रहें, मस्त रहें, स्वस्थ रहें।

नखरे (घर के सभी सदस्य, खाना बनाने में)

घर के सभी सदस्य खाना अच्छा बना लेते हैं, पर सबके नखरे बहुत हैं। मुझे पसंद है, पहले से सारी तैयारियां करके फिर खाना बनाना। बच्चे यूट्यूब पर रेसिपी देख कर खाना बनाते हैं, और कुछ समझ न आए तो आर्डर तो कभी भी कर सकते हैं। पतिदेव भी कभी कभी मास्टर शेफ बन जाते हैं, हर चीज़ परफ़ेक्शन से काटना, बनाना, सजाना, पर स्वाद का भगवान् मालिक।

नखरे (मेरे, घूमने जाने में)

मुझे घूमना बहुत पसंद है, लांग ड्राइव पर जाना हो या और किसी वाहन(ट्रेन, हवाई जहाज) से, मुझे सब चलता है। जो मुझे पसंद नहीं, वह मॉल में घूमना। हर मॉल किसी भी शहर या दे में हो, एक जैसा ही लगता है। और शापिंग करने में मुझे समय और पैसे की बरबादी लगती है। बाज़ार सब जगह हैं, पर्यटन स्थल और प्रकृति की सुंदरता सब जगह नहीं।

नखरे (बच्चे, पढ़ने में)

शुक्र है बच्चों ने कभी पढ़ने के लिए नखरे नहीं किए। उनकी पढाई अच्छी तरह से हो, इसके लिए अनुशासन के साथ उनकी ज़रूरत और रुचि का भी ध्यान रखा। जिन विषयों में उनकी रुचि रही, सहयोग किया। दूसरे विषयों को पढ़ाने का मनोरंजक तरीके सोचे। इन तीन बातों से बच्चों के, पढ़ाई के मामले में, नखरे देखे ही नहीं।

नखरे (पतिदेव, खाना खाने में)

पतिदेव बहुत प्यार करते हैं, जी हाँ, खाने से। खाना उनके मन लायक हो, उनके लिए खास मेहनत करके बना हो, खाना इंद्रियों के पैमाने पर खरा उतरना चाहिए। पतिदेव कहते हैं कि सब जीने के लिए खाते हैं, मैं खाने के लिए जीता हूँ। खाना उनके मन लायक हो तो उनसे बड़ा राजा कोई नहीं।

नखरे (सासु माँ के, कपड़े पसंद करने में)

सासु माँ को ऐसे तो नखरे करने आते नहीं, पर जब कपड़े पसंद करने हों तो फिर तौबा। सासु माँ कन्फ्यूज़ हो जाती हैं कि समय, मौसम और मौके के हिसाब से कपड़े पसंद करें या अपना आराम देख कर। उन्हें कोई कपड़े पसंद करके दे दे तो वे खुश हो जाएं, नहीं तो घंटों इसी काम में लग जाएं।

ग्रामीण जीवन की सुबह

सुबह का वक्त नए दिन की शुरुआत करने के लिए सबको व्यस्त कर देता है, चाहे शहरी जीवन हो या ग्रामीण। नया दिन दिनचर्या के कामों के अलावा समस्याओं से जूझने का एक और मौका देता है। ग्रामीण

जीवन की सुबह भी इससे अलग नहीं है। पर प्रकृति के नज़दीक होने के कारण पक्षियों के कलरव, घरेलू जानवरों की चहलपहल, शहरी प्रदूषण से मुक्त वातावरण ग्रामीण सुबह को आनंदमय बना देते हैं।

पवित्र

पवित्रता के नाम पर तन से अधिक मन की पवित्रता को महत्व दिया जाता है। तन की शुद्धि करके मन में अशुद्ध विचार, छल कपट रखने वाले दुनिया के सामने पवित्र होने का ढोंग कर सकते हैं, पर ईश्वर से कुछ भी छिपा नहीं है। पवित्र होते हुए भी मां सीता को अग्नि परीक्षा से गुज़रना पड़ा। राधाकृष्ण के पवित्र प्रेम को वियोग की आग झेलनी पड़ी। सोना भी तभी अपनी पूरी चमक और पवित्रता पाता है जब आग में तपता है। निष्कर्ष यह है कि पवित्रता का प्रमाण तप ने पर ही मिलता है।

जीवन

अंकुरित होती हुई वनस्पति हो या भ्रूण रूप में पशु- पक्षी, जीवन बहुत खूबसूरत लगता है। उस कोमल भाव को जब कड़ी धूप, तूफान और बारिश के थपेड़ों का सामना करना पड़ता है, तब जीवन में हर मुश्किल से जूझने का उत्साही युवा एहसास आता है, जो अनुभवों की भट्ठी में पक कर परिपक्वता पाता है। और यूं एक जीवन अपनी पूरी यात्रा के दौरान दूसरे सभी जीवनों को प्रभावित करते हुए नए जीवन को जन्म देकर अपना ऋण उतारते हुए पूर्णता को प्राप्त होता है। ये जीवन यात्रा, खेल, जुआ, संघर्ष, कर्मफल, प्यार और भी बहुत कुछ है। इसे जिएं।

यात्री_ सूर्य अस्त हो रहा था और चांद उदय

संधि बेला में जब सूर्य अस्त हो रहा था और चांद उदय, यात्री दुविधा में खड़ा था। दुविधा ये थी कि सूर्यास्त से सूर्य की आज की यात्रा समाप्त होने पर है, दूसरी तरफ चंद्रोदय से चांद की यात्रा का आरंभ। तो मुझे किसके साथ खड़े होना चाहिए? सूर्य की ऊष्मा, प्रकाश और तेजस्विता अधिक महत्वपूर्ण है या चंद्रमा की चांदनी और शीतलता? घर लौटते ढोर और घोंसलों में वापस जाते चहचहाते पक्षी निर्णायक बन गए। यात्री ने निर्णय ले लिया, दिन भर के ऊर्जावान सफर के बाद चंद्रमा की मद्धम शीतल चांदनी में अपनी थकान मिलाएगा।

कुहासे से भरी सुबह

एक कुहासे भरी सुबह किसी कवि या कलाकार को बहुत सुन्दर और कवितामय लग सकती है। सब कुछ एक धुंधले स्वरूप में सपनों की दुनिया जैसा दिख रहा होता है। लेकिन व्यावहारिकता में देखा जाए तो ये कुहासा कितनी असुविधा फैलाता है। ट्रैफिक में वाहन चालकों के लिए परेशानी और खतरा, वायु प्रदूषण से सेहत को नुकसान, फसलों को नुकसान आदि सपनीली दुनिया को डरावना बना देते हैं।

किनारा

किनारे पर बैठने वाले एक बात से निश्चिन्त होते हैं कि वे डूबेंगे नहीं, जब तक कि सुनामी न आ रही हो। लेकिन किनारे वाले पानी में उतरने और उसके साथ जुड़ी अन्य रोमांचक गतिविधियों के आनंद को महसूस करने से वंचित रह जाते हैं। किनारे पर बैठ कर पानी में डूबते उतराते व्यक्ति को ज्ञान देना आसान है। नदी के दोनों किनारे कभी मिलते नहीं, पर नदी को उसकी सीमा में बांधे रखते हैं इन किनारों को मिलाने का काम करता है पुल। पानी में उतरने वाला जितना भी समय बिताएं पर अंततः उन्हें किनारे पर वापस आना ही होता है।

चाय पर गपशप

गपशप किसी भी मौके पर हो, गली मोहल्ले, पार्क, घर या घर की छत, गपशप करने वालों की उम्र, शैक्षिक, आर्थिक स्थिति, सामाजिक, बौद्धिक विषय या फिर पारिवारिक, रोज़मर्रा की बातें, चाय के साथ की गई गपशप सबके लिए स्फूर्तिदायक होती है। चाय के साथ शारीरिक थकान दूर करने के साथ मानसिक थकावट भी दूर हो जाती है। कुछ अपनी बातें कहने का मौका मिलता है, कुछ दूसरों की बातें सुनने का। चाय जिस विधि से बनी हो, गपशप करने वाले जो भी हों, पर चाय पर गपशप का अंदाज़ ही कुछ और है।

माँ _ जब मैं घर पंहुची तो ताला लगा देखा

जब मैं घर पंहुची तो ताला लगा देखा। यह तो रोज़ का है। माँ और पापा काम पर जाते हैं, उनका और मेरे स्कूल का टाइम भी अलग है। इसलिए एक चाबी मेरे पास हो तुम है। स्कूल में मेरी सहेलियाँ इसके लिए चिढ़ाती हैं। पर मैं अपनी ज़िममदारियां समझती हूँ। चाभी संभालनी है, घर आकर दरवाज़ा ठीक से बंद करना है, कपड़े बदल कर अपने लिए खाना निकालना है, फिर होमवर्क करने बैठना है।

माँ, मुझे पता है, आप थक कर आएंगी। आपके आने पर मैं चाय बना दूंगी। लेकिन माँ, मुझे रोज़ ताला खोलना अच्छा नहीं लगता।

घर का रक्षक

घर स्वयं में ही इंसान को सुरक्षा देता है, मौसम के विभिन्न भयंकर रूपों से जंगली जानवरों और असामाजिक तत्वों से। घर ऐसी जगह है जो आकार में जितना भी छोटा बड़ा हो, इंसान को सुरक्षा का एहसास दिलाता है। लेकिन इस घर को भी रक्षा की ज़रूरत होती है। प्राकृतिक आपदाओं और मानव निर्मित मुश्किलों से घर को सुरक्षित रखने के लिए अलग अलग उपाय अपनाए जाते हैं। कोई कुत्ते पालते हैं, कोई चौकीदार रखते हैं, आजकल सीसीटीवी कैमरे का भी बहुत चलन है। घर के बड़े बुजुर्ग भी घर

की सुरक्षा का ध्यान रखते हैं। पर सबसे अच्छा महाराष्ट्र स्थित शनि शिंगणापुर है जहाँ घर की सुरक्षा में ताले नहीं लगते, केवल आस्था लगती है।

सम्मान

सम्मान आपके अच्छे कार्यों, विचारों और कई बार आपकी पद प्रतिष्ठा के लिए किया जाता है। पद के लिए किया गया सम्मान इंसान के लिए नहीं, उसकी कुर्सी के लिए होता है। कुर्सी और पद तो वही रहते हैं, उस पर स्थापित व्यक्ति बदलते रहते हैं। सम्मान पाने वाला इंसान उस सम्मान का अधिकारी है या नहीं यह तो तब पता चलता है जब वह बिना किसी बाहरी कारण के भी सम्मान पाए या नहीं। सम्मान खरीदा या छीना नहीं जा सकता, यह अर्जित करना होता है, इसके लिए उम्र, अनुभव, आर्थिक स्थिति अथवा शैक्षणिक योग्यता की सीमा नहीं है।

घर

सबके लिए एक सुकून भरा,

सुरक्षित घरौंदा बनाती,

सजाती- संवारती स्त्री

तरसती अपने घर को,

वह तो हर जगह पराई है,

सब अपनों के बीच अजनबी।

अजनबी—मैंने खुद से एक वादा किया

बचपन में सिखाया जाता है कि अजनबी से बात न करो, उससे कुछ लेकर ना खाओ, इत्यादि। पर अकेले इतने सफर किए, अजनबियों को देखते समझते, मानव प्रकृति के बारे में बहुत कुछ सीखा। यह भी जाना कि तथाकथित अपने लोग भी कभी कभी अजनबी से लगते हैं। केवल नाम और रिश्ता जान लेने भर से अजनबियत खत्म हो जाती, उसके लिए मन के तार भी जुड़ने चाहिए। और मैने खुद से एक वादा किया---आंख बंद करके किसी पर भरोसा नहीं करना चाहिए, फिर वह अजनबी हो या कोई अपना।

भयंकर

भयं+ करोति= भयंकर, जिससे भय हो। भयंकर कुछ भी हो सकता है, कोई वस्तु, व्यक्ति, जानवर या फिर कोई परिस्थिति। अक्सर हम अनजाने से भय करते हैं क्योंकि अनजान को हम कल्पनाओं में विराट

रुप दे देते हैं। भयंकर कुछ भी नहीं, यह केवल हमारी अपनी सोच है। भयंकर दिखने वाला व्यक्ति भी कोमल हृदय हो सकता है, कोई परिस्थिति संभव है या नहीं भी। पहले से भयंकर का भय ना बनाएं, भय को खुद पर हावी न होने दें। हो सकता है, वह भयंकर खुद आपसे भयभीत हो।

कर्मठ महिला

कर्मठ महिला के कर्म को पहचान मिलनी चाहिए। एक कर्मठ पुरुष पूरे परिवार की ज़िम्मेदारियों के लिए मेहनत करके घर लौट कर आराम कर पाता है, दूसरी तरफ महिला अगर बाहर काम करके आती है तो आराम की गोद में नहीं, और काम के जाल में। और घरेलू महिला अनथक, अनवरत, बिना किसी छुट्टी के काम करके भी यही सुनती है कि घर पर रहती है, काम ही क्या करती है। घर के काम परिवार की सुविधा और ज़रूरतों के लिए किए जाते हैं, आर्थिक लाभ को ध्यान में रख कर नहीं। इससे महिला की कर्मठता पर सवाल नहीं उठाए जा सकते।

ताकत

ताकत दुनिया के सबसे महत्वपूर्ण तथ्यों में से एक है। कहते हैं, जर, जोरू, ज़मीन ज़ोर की, नहीं तो किसी और की। या जिसकी लाठी उसकी भैंस। ताकतवर के भय अथवा सम्मान में कम ताकत वाले झुक जाते हैं। दुनिया में वही उच्च स्थान प्राप्त करता है जिसके पास ताकत है। कमज़ोरी चाहे शारीरिक हो या आर्थिक या वैचारिक, अस्तित्व की पंक्ति में सबसे पीछे धकेल देती है। पर, ताकत पर अभिमान नहीं करना चाहिए, बल्कि विनम्रता और क्षमाशीलता ताकतवर का गहना है। न भूलें, सबसे बड़ी ताकत ईश्वर की है।

किचन—वह मैसेज करना भूल गई

आज सवेरे से वह किचन में कितने सारे पकवान बनाने में लगी थी। शाम को उसके यहाँ किटी पार्टी थी। अपनी पाककला का अपनी सहेलियों के सामने प्रदर्शन तो बनता है। और जब सभी मिल कर तारीफों के पुल बांधते हैं, तो मज़ा आ जाता है। सारी मेहनत सफल हो जाती है। किचन का काम खत्म करके, ड्राइंग रूम को चमका कर, सारी कराकर सजा कर वह खुद तैयार हुई। और तब याद आया कि किटी ग्रुप में सबको वह मैसेज करना तो भूल ही गई। लास्ट मिनट मैसेज करके बुलाने पर पता नहीं कितनी सहेलियाँ आएंगी।

आफिस—प्लान बनाया गया था

बहुत दिनों से इतने ज़रूरी प्रोजेक्ट में सभी व्यस्त रहे। सबकी मेहनत रंग लाई। अब सभी का मन था कि कुछ रिलैक्स करने वाला प्रोग्राम बने, जिसमें आफिस वाले तो हों ही, साथ में उनके परिवार वालों को भी शामिल किया जाए। आखिर परिवार वाले भी तो उनके परिवार में आने का इंतज़ार कर रहे थे।

तो प्लान बनाया गया पिकनिक का, जिसमें सभी के लिए खेलकूद, अंत्याक्षरी आदि मनोरंजक प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। और दिन भर कुछ न कुछ खाने पीने का इंतज़ाम भी था। आफिस में रोज़ मिलने पर भी पिकनिक का प्लान सफल रहा।

सागर

सागर सी गहरी आंखें, और प्यार की अनंत गहराइयों से भरा दिल, सागर के अथाह होने के प्रमाण हैं। ऐसे सागर को गागर में भर लेना किसी कलाकार के लिए ही संभव है। सागर के स्वभाव में धीर गंभीर होना लिखा है, लेकिन समयानुसार सागर उग्र रूप भी धारण करता है, ज्वार- भाटे के रूप में और कभी कभी सुनामी के रूप में। दुनिया के सबसे बड़े जीवों के आश्रय स्थल में अन्य जीव, वनस्पति, ज्वालामुखी, पहाड़, मोती – जवाहरात आदि कितना कुछ होता है। बूंद बूंद से सागर बन जाता है, और नदियों का अंतिम पड़ाव भी।

रूह

रूहानी बातों में सबकी दिलचस्पी नहीं होती। रोज़मर्रा की ज़िन्दगी की ज़िम्मेदारियों और उलझनों में रूह ऐसी फंस कर रह जाती है कि रूहानी बातों के लिए न वक्त बचता है, न दिलचस्पी रहती है। रूह फना होने का वक्त आ जाता है और तब भी चाहतें बाकी रह जाती हैं, थोड़ा और जी लेना चाहते हैं। ऊपर वाले से रूह को जोड़ने वाले कम ही मिलते हैं। उलझनों की बंदिशों से अपने को आज़ाद करके देखें, कितना सुकून और राहत मिलेगी और रूह अफ़ज़ा हो जाएगी। भटकती रूह को भी आराम आ जाएगा।

क्या तुम पागल हो

'क्या तुम पागल हो', अकेली औरत घूमने कैसे जा सकती है? कहीं रिश्तेदारी में कोई फंक्शन अटैक करना हो तो यहाँ ट्रेन में बिठा दूंगा, वहाँ वे लेने आ जाएंगे। पर बिना किसी रिश्तेदार के पास गए और मिले, अकेले कोई कैसे घूम सकती है, ना बच्चों की छुट्टी है, ना मेरी। घूमने के लिए तो किसी का साथ होना ज़रूरी है।

नहीं, मुझे किसी का नहीं, सिर्फ अपना साथ चाहिए, थोड़े समय के लिए। जहाँ सिर्फ मैं अपने विचारों के साथ रहूँ। क्या मेरी यह मांग बहुत ज़्यादा है?

रोज़मर्रा की चीज़ें—पेन

आधुनिक काल में सभी तकनीकी तरक्की के तहत स्मार्ट फ़ोन और लैपटॉप का अधिक से अधिक प्रयोग करते हैं। पर मुझे अभी भी झिझक होती है, कि कुछ गड़बड़ी ना कर दूं। इसलिए लेखन के लिए

पेन का ही प्रयोग करती हूँ। चाहे ब्लाग लिखना हो, धोबी का हिसाब राशन की लिस्ट या जसु ही रोज़मर्रा की नोट करने वाली चीज़ें हैं, मेरे लिए पेन और कॉपी ही ज़रूरी हैं। तकनीक को छोड़ भी दें तो भी पेन पकड़ कर लिखने का अपना एक सुख है, जो टाइप करने, आटोस्पैल से स्पैलिंग का सहारा लेने से बहुत बेहतर है।

एक साथ खाने का सुख

कहते हैं कि एक साथ भोजन करने वाले परिवार सुखी होते हैं, जो भोजन के साथ एक दूसरे के दिन भर के अनुभवों और समस्याओं को भी साझा करते हैं। पर भारतीय परिवारों में पहले घर के पुरुषों को खिलाने के बाद स्त्रियों के खाने का रिवाज है। इसलिए उनमें आपसी अनुभूतियों का संप्रेषण नहीं होता। स्त्रियाँ कम- ज़्यादा, समेट कर संतोष कर लेती हैं। जहाँ इंसान पशु पक्षियों के साथ अपना खाना बांट कर खाने की इंसानियत रखते हैं, वहाँ स्त्रियों का दर्जा उनसे भी कम है? मिल बांट कर एक साथ रूखा सूखा खाना भी पकवान की बराबरी करता है। यही तो साथ खाने का सुख है।

आत्मविश्वास

सफलता पाने के लिए लक्ष्य का स्पष्ट होना बहुत ज़रूरी है। लेकिन एक और चीज़ है आत्मविश्वास, जो सफलता के सफर में हर पल आपके साथ होनी चाहिए। आत्मविश्वास हर मुश्किल आसान कर देता है, नहीं तो, हर आसानी को दूभर बना देता है। किसी और के सहयोग से हौसला मिलता है, ताकत दोगुनी हो जाती है, पर शुरुआत खुद पर भरोसा करने से ही करनी होती है। हिम्मते मर्दा, मददे खुदा।

कांधे पे बैठे कबूतर

कांधे पे बैठे कबूतर बहुत प्यारे लगते हैं। मनुष्य और जीव के बीच संग- साथ का उदाहरण है। लेकिन इसमें अनुपम विश्वास छिपा है, एक दूसरे के साथ सुरक्षित होने का। अपने जीवन को लेकर इतनी निश्चिन्तता अपने से अधिक दूसरे पर विश्वास अनमोल है। यही तो है सह- अस्तित्व।

उत्साही बुढ़ापा

बुढ़ापा अपने आप में एक तरह की बीमारी है, जिसमें शारीरिक अक्षमता, उत्साह हीनता, मृत्यु की तरफ सरकते कदमों का भय, दूसरों पर निर्भरता से तिरस्कृत होने का भाव, किसी बीमारी से अधिक कष्टदायी हैं। लेकिन उम्र को केवल एक संख्या मान कर अपने अनुभवों और ज़िन्दगी की नई पारी शुरू करने की इच्छा के आधार पर इस बीमारी को दूर रखा जा सकता है। नया सीखने की कोई उम्र नहीं। ज़िम्मेदारियों को निभाने में विस्मृत शौक पूरे करने की आज़ादी बुढ़ापे में भी उत्साह भर देती है।

नवजीवन

नवजीवन यानि नया जीवन, पुरानी गलतियों से सबक लेकर आगे, खुद को सुधार कर, बढ़ने का मौका। हर नया दिन, नई रात, नया पल नवजीवन का मौका देता है। मौत एक बार आती है, दूसरा मौका नहीं देती। लेकिन जीवन हर पल जीने का मौका देता है। मरना तो एक दिन है ही, मौत के इंतज़ार में थोड़ा थोड़ा मरने में बुद्धिमानी नहीं है। बल्कि नवजीवन को भरपूर जीना ही वांछनीय है। जीवन अपने सभी रंगों और भावनाओं के साथ स्वीकार्य होना चाहिए। कभी खट्टा, कभी मीठा, कभी नमकीन, कभी तीखा और कभी कड़वा स्वाद भी मिलता है, यही तो नवजीवन है।

10 शब्दों में मैं

चुप, सोच में मुखर

उग्र, व्यवहार से शालीन

मैं हूँ, विरोधाभास।

रोज़मर्रा की चीज़ें (टीवी)

किसी ज़माने में टीवी केवल संभ्रांत घरों में ही होता था और पड़ोसी भी वहीं आकर टीवी देखते थे। फिर वह समय आया कि हर घर में टीवी दिखने लगा। और अब तो एक घर में एक से ज़्यादा टीवी भी मिल जाते हैं। टीवी हमारी रोज़मर्रा की ज़िन्दगी का हिस्सा है। परिवार के हर सदस्य को अपनी रुचि के अनुसार टीवी में कुछ न कुछ देखने को मिल ही जाता है।

हृदय को छूने वाली हंसी

चेहरे पर हंसी ऐसी दौलत है जिसे बांटने के लिए कोई खर्चा नहीं लगता, और यह एक से अनेक में बंटती जाती है और बढ़ती जाती है। मन प्रसन्न हो, शांत हो तो चेहरे पर हंसी अपने आप आ जाती है। पर यही हंसी कभी कभी दिखावे की भी हो सकती है, जब दूसरों से अपनी भावनाओं को छिपाना हो, या फिर नकली और बनावटी हंसी से दूसरों को प्रभावित करना हो। बच्चों जैसी निश्छल हंसी सबसे प्यारी और पवित्र हंसी है, जो दिल को छू लेती है। बस इतना ध्यान रखना चाहिए कि किसी का मज़ाक उड़ाने के लिए हंसी नहीं करनी चाहिए। ऐसी हंसी हृदय छूती नहीं, हृदय तोड़ देती है।

रोज़मर्रा की चीज़ें (मोबाइल फोन)

आधुनिक युग में मोबाइल फोन एक शौक या अमीरी दिखाने की चीज़ नहीं है, एक आवश्यक चीज़ है। हर वर्ग के लोग इसका इस्तेमाल कर रहे हैं। एक फोन ने कितनी चीज़ों को अपने में समेट लिया है। फोन

के अपने काम के अलावा, घड़ी, कैमरा, लैपटॉप डायरी, कैलेंडर, बैंक,कैलकुलेटर, टीवी, खेल, किताबें, बाज़ार, सारी दुनिया, सब कुछ एक मोबाइल के ज़रिए संभव हो जाता है। एक वीडियो काल दूर बैठे व्यक्ति को आपके सामने ले आता है। मोबाइल फोन के बिना लगता है कि सारे काम रुक गए, दुनिया से कट गए। सांस लेने जितना आवश्यक हो गया है।

परिवार

परिवार वह पहली संस्था है जिसकी वजह से इंसान, जीव- जंतु, वनस्पति दुनिया में अस्तित्व पाते हैं। पहले परिवार संयुक्त होता था, कई पीढ़ियां, कई रिश्ते एक साथ रहते थे। ज़रूरत और सुविधा के अनुसार धीरे धीरे एकल परिवार रह गए। लेकिन परिवार के बिना इंसान न केवल अपनी पहचान खो देता है, बल्कि हर स्तर पर अकेलापन भी झेलता है। परिवार से पहचान पाने वाले अपने कर्मों से परिवार को भी पहचान देते हैं। कभी कभी गैर इतने अपने बन जाते हैं कि परिवार की तरह हो जाते हैं।

रोज़मर्रा की चीज़ें (दर्पण)

मेरी आदत है कि रोज़ सवेरे तैयार होते समय दर्पण के सामने खड़ी होती हूँ। और बस, उन पांच मिनट के बाद फिर अगले दिन सवेरे तक छुट्टी। हाँ, कभी-कभार कहीं बाहर जाना हो तो फिर दर्पण से कुछ मिनटों के लिए एक छोटी सी मुलाकात हो जाती है।

दर्पण में मेरा प्रतिबिंब दिखता है, पर मुझे खुद से मिल कब्र कोई खुशी नहीं होती। मुझे स्वीकार है, मैं जैसी हूँ। फिर दर्पण में क्या देखूँ? वह तो वही दिखाएगा, जो मैं दुनिया को दिखाना चाहूंगी, यानी मैं जैसी हूँ।

पसंद

मन को भाने वाली वस्तु या व्यक्ति के लिए मन के इस प्यारे भाव को 'पसंद करना' कहते हैं। ज़रूरी नहीं कि जो आपको पसंद हो वह सबको पसंद हो। सबकी अपनी अबू रुचि और विचारधारा होती है। किसी को करेले, लौकी पसंद हो सकते हैं किसी को नापसंद। कपड़े, खानपान, जीवनशैली, धर्म, शौक, सब कुछ अपनी पसंद का, अपनाने का मनुष्य को मौलिक अधिकार होता है। किसी पर अपनी पसंद नापसंद थोपी नहीं जा सकती, न ही ऐसा करना उचित है। पर बात करने का तरीका दूसरों की पसंद का हो तो अच्छा।

अकेला

दुनिया में सभी अकेले होते हैं, पर इस आने- जाने के बीच की ज़िन्दगी अकेले नहीं काटी जाती। सिर्फ दुनियावी ज़रूरत के लिए ही नहीं, भावनात्मक सहारे के लिए भी कोई अकेला नहीं रहना चाहता। भीड़

भाड़ और लोगों की बकबक से परेशान हो कर कोई थोड़े समय के लिए अकेला रहना भी चाहे, पर हमेशा के लिए नहीं। अकेलापन आपको अपने साथ समय बिताने का मौका देता है, लेकिन एक हद के बाद नकारात्मक होने लगता है। मनुष्य स्वभाव से सामाजिक प्राणी है, अकेला रहना उसके मानसिक स्वास्थ्य के लिए सही नहीं है।

रूप

ईश्वर ने ब्रह्माण्ड की सृष्टि करने के क्रम में धरती को इतना रूप दिया है कि उसी रूप को आत्मसात कर के ईश्वर के दर्शन किए जा सकते हैं। परिवर्तन चक्र में रूपवान भी अपने रूप को खो देता है, लेकिन जो रूप अपरिवर्तनीय, वह आंतरिक गुण और संस्कार से मिला हुआ रूप है। सब रूप की प्रशंसा करते हैं और कुरूप को धिक्कारते हैं, पर सोचिए, कुरूप में भी रूप छिपा है, केवल उसे देखने का दृष्टिकोण होना चाहिए। यह तो वैसे भी तुलनात्मक है, कुरूप न हो तो रूप को पहचान कैसे मिलेगी।

कम ज़्यादा

कम ज़्यादा बहुत सापेक्षिक है। जिसके पास जितना होता है, उसे वह कम और दूसरों के पास ज़्यादा लगता है। लेकिन वह खुद किसी और के लिए 'दूसरा' है और उसके पास 'किसी और' से ज़्यादा है। कम ज़्यादा के इस खेल में असंतोष, प्रतियोगिता, इच्छाएं, महत्वाकांक्षाएं जैसी चीज़ें जुड़ जाती हैं। दुनिया की हर चीज़ किसी के लिए कम, किसी के लिए ज़्यादा है। यह वक्त, उम्र, रूप, शिक्षा, धन, वस्तुएँ, क्षमताएं, अनुभव, भावनाएँ, कुछ भी हो सकता है। कुछ अपने हाथ में है, कुछ नहीं। बस एक ही मूलमंत्र है, संतोष।

खुशी के कारण

अच्छे गाने सुनना, मिट्टी की सोंधी खुश्बू, गर्मियों में रात को छत पर सफेद चादर और ठंडी बयार,

छोटे बच्चों की किलकारी, सालों बाद अपनी प्रिय सहेली को मिलना, अपने काम के लिए प्रशंसा पाना,

मनपसंद खाना पीना मिलना, जब मुझमें और रेखा(अभिनेत्री) में कोई तुलना करे,

कहीं सुंदर जगह पर घूमने जाने पर, कभी कभी के चिंता मुक्त पल, जब सब कुछ सही हो रहा होता है।

सासू माँ से तारीफ मिलना

सासू माँ से तारीफ मिलना मुश्किल ही नहीं, नामुमकिन है। जी, मज़ाक नहीं, एक माँ के लिए उसकी संतान दुनिया में सर्वश्रेष्ठ होती है। फिर बेटे के लिए देख-परख कर लाई गई लड़की तो पराई है, उसकी तारीफ कैसे की जा सकती है। उसका रहन सहन, खानपान, आदतें, सब कुछ अलग होता है। उसे अपने

घर का सब सिखाना होता है। तो हर डाक्टर दूसरे डाक्टर की जैसे पर्ची बदल देते हैं, हर शिक्षक दूसरे शिक्षक की दी शिक्षा से संतुष्ट नहीं होते, वैसे ही एक सास, बहू की माँ के सिखाए को अस्वीकार कर देती है। तो बहू की तारीफ तो दूर की बात है।

लोग

कुछ तो लोग कहेंगे, लोगों का काम है कहना। लोगों से यह मानवीय दुनिया है, समाज है, नियमों और मर्यादाओं का एक अनकहा दायरा है। मनुष्य अकेले जीवन व्यतीत नहीं कर सकता, उसे समाज की आवश्यकता है। लोगों की परवाह न करके स्वतंत्रता कब स्वछंदता बन जाए और सभी स्वछंद हो जाएं तो कोई अनुशासन नहीं रहेगा। पर यह ज़रूरी है कि सही गलत का ध्यान रखते हुए, बिना किसी और को तकलीफ पंहुचा अपने काम करें। लोग तो हर हाल में प्रशंसा या निंदा करते ही रहेंगे। जितने मुंह उतनी बातें।

धरती पर स्वर्ग

धरती पर स्वर्ग अगर कहीं है, तो यहीं है, यहीं है, यहीं है। पर धरती पर धर्म के नाम पर जो प्रदूषण फैला है, उसने स्वर्ग को भी धूमिल कर दिया। जहाँ कुछ नवविवाहित जोड़े अपने नए जीवन के लिए खूबसूरत यादें संजोने गए थे, वहाँ 'जीवन' ही खो बैठे। जो परिवार के साथ वहाँ खुशियाँ बटोरने गए थे, वे परिवार बिखर गये। जो धरती पर स्वर्ग है, वह इन कुछ परिवारों के लिए धरती पर नर्क हो गया। प्रकृति ने सुंदरता, हवा-पानी, अपनी अनेक सुविधाएँ मनुष्य को सर्वसुलभ कराई है, बिना धर्म के नाम पर भेदभाव किए, फिर मनुष्य ने इस भेदभाव को इतना बड़ा कैसे कर दिया?

धूप

तपती धूप में काम करते मज़दूर, किसान और अन्य छोटे छोटे ज़रूरी काम करने वाले व्यक्तियों पर महान कवियों और लेखकों ने कालजयी रचनाएँ लिखी हैं। उनकी मजबूरी और तकलीफ़ की तरफ समाज का ध्यान खींचने के लिए इन लेखकों के प्रयासों को नमन। जलती, तपती धूप में कोई अपनी मर्ज़ी से बाहर नहीं निकलना चाहता। वहीं सर्दियों की मीठी धूप कितनी प्यारी लगती है। जीवन की धूप- छांव में हिम्मत रखने वाले ही सफलता पाते हैं और कमज़ोर लोग मुरझा जाते हैं। यही तो है धूप की सौर ऊर्जा, उसका उपयोग करें या दुरूपयोग, अपने हाथ में है।

भूख

ईश्वर ने जीवन के साथ उसे आगे बढ़ाने के लिए भूख भी दी है। मृत्यु होने तक भूख जीवन के साथ रहती है। भूख पेट की हो, ज्ञान की हो, आध्यात्मिक हो, धन की हो, शारीरिक ज़रूरत की हो, सफलता की हो या किसी अन्य तरह की हो, इसका कोई अंत नहीं। भूख थोड़े समय के लिए शांत हो सकती है,

लेकिन अपने समय पर फिर जाग जाती है। इस भूख के कारण जीव जीवनपर्यन्त मेहनत करता है। कभी कभी तो भूख के लिए सही गलत को दरकिनार कर कुछ भी कर गुज़रता है।

बर्फ़

बर्फ़ से ठंडी उसकी शख़्सियत

कठोर और जानलेवा,

सर्द इतनी कि खून जमा दे,

सख्त इतनी कि हौसले तोड़ दे,

दूर तक वादियाँ ढकी हुई,

सूरज की रोशनी में सोने सी चमकती

यह बर्फ है, जिसे छोटी सी आंच

पिघला दे, मुलायम कर दे

गर्मियों में बर्फ के गोले,

शरबत के गिलास में खनकते

बर्फ के टुकड़े, राहत देते

तपती धूप में।

आंखों का सूनापन

जब मन में आशा और प्रतीक्षा का अंत हो जाता है, तो आंखों में भी सूनापन आ जाता है। मन में समस्याओं के समाधान की आशा हो, प्रतीक्षा हो तो हौसला बना रहता है। लेकिन इन चीज़ों के अभाव में आंखें भी सूनी हो जाती हैं, यहाँ तक कि आंसू भी सूख जाते हैं। एक तरह की निर्लिप्तता आ जाती है, जो है, जैसा है, जो होगा, सब स्वीकार्य है। कभी किसी को मुकम्मल जहाँ नहीं मिलता, कहीं ज़मीन तो कहीं आस्मां नहीं मिलता।

विशेष

दुनिया में साधारण की ही भीड़ होती है, विशेष का प्रतिशत बहुत ही कम होता है। तभी तो वह विशेष है। विशेष होना जन्मजात या ईश्वर दत्त हो सकता है और अर्जित भी। विशेष होना सबके, साधारण के, बीच एक ऐसा स्थान देता है जो सामान्य और साधारण के लिए एक सपना होता है। अपनी विशेषता के

कारण आप बाकियों से अलग हो ही जिते हैं, उस पर से अभिमान करके सबसे स्वयं को दूर ना करें। सबसे अलग होते हुए भी सबके बीच बने रहना आपकी विशेषता बढ़ा देता है।

पसीना

पसीना मेहनतकश लोगों का गहना है। किसी भी किसान, मज़दूर, रिक्शा वाले और अन्य मेहनत करने वाले व्यक्ति को पसीना बहा कर समाज के विकास में अपना तुच्छ योगदान देते हुए देखा जा सकता है। इसके अलावा गर्मियों में बिजली कटौती से पसीने से तरबतर लोग भी बेहाल होते हैं। पसीने की दुर्गंध छिपाने के लिए सुगंधित पाउडर, परफ्यूम, इत्र आदि का प्रयोग किया जाता है। पसीना शरीर को भरपूर गर्मी में ठंडा रखने का प्राकृतिक तरीका है। किसी काम को कोई कितनी तीव्रता से करता है, ये जताने के लिए कहते हैं कि खून पसीना एक करके काम करना।

पनिहारिन

जिन लोगों के घर नल में पानी सुलभ है, वे शायद जानते ही नहीं कि उन्हें कितनी सुविधा प्राप्त है, जिसके लिए उन्हें आभारी होना चाहिए। आज भी ऐसे बहुत से स्थान हैं जहाँ घर की स्त्रियों को दूर, मीलों चल कर, सिर पर पानी ढो कर लाना पड़ता है। छोटी छोटी लड़कियां भी अपनी क्षमता के अनुसार मटके वगैरह ले कर परिवार के प्रति अपनी ज़िम्मेदारियां निभाती हैं। इन छोटी पनिहारिनों की बलिहारी।

सत्य

सत्य सनातन है, शाश्वत है। न सत्य को लम्बे समय तक छिपाया जा सकता है, ना बदला जा सकता है। कहा भी गया है कि'सत्यमेव जयते' – सत्यपथ ही जीत होती है। लेकिन सत्य को कोई देखकर, कोई सुनकर, कोई महसूस करके अपने हिसाब से सत्य मानता है। सिक्के के दो पहलू होते हैं, दोनों सत्य हैं, पर जो जिस तरफ से देखता है, उसके लिए वही समूह। कई बार परिस्थिति के अनुसार सत्य को अर्द्धसत्य का रूप लेना पड़ता है, सत्यवादी युधिष्ठिर से भी तो कहलाया गया था—"अश्वत्थामा हतो, नरो वा कुंजरो"।

धूप, पसीना और बर्फ

गर्मियों के मौसम में दिन की जलती, तपती धूप इंसान क्या, जानवर को भी बेहाल कर देती है। पेड़ की छांव में थोड़ी राहत मिलती है। पसीने से तरबतर शरीर पर हल्की हवा से भी ठंडक महसूस होती है। पर हवा की जगह लू चल रही होती है। इस लू से बचने के लिए आमपना, लस्सी छाप, नींबू पानी, सत्तू का शर्बत, और कितनी ही तरह के शर्बत, रूह अफ़ज़ा करने में मदद करते हैं। उसमें भी अगर बर्फ डली हो तो उसकी खनक और ठंडक कितनी आकर्षक लगती है। यह सब ना हो तो ठंडा पानी तो है ही।

बचपन का जोश

बचपन में ज होता है, अनुभव नहीं, ना ही परिणाम का ज्ञान और चिंता। जोश में आकर बच्चे बहुत कुछ ऐसा कर बैठते हैं जो यदि सफल हो जाए तो वाहवाही दिलाता है और असफल हो जाए तो जानलेवा या भयंकर परिणाम वाला हो सकता है। बच्चे इससे अनभिज्ञ होते हैं, इसलिए बचपना कर बैठते हैं। दूसरी तरफ़, अगर बच्चों को उनकी उत्सुकता और कुछ हद तक, दुस्साहस, से दूर रखा जाए तो शायद यह उनके सपनों की उड़ान को रोकने जैसा होगा। ज़रूरत है, बच्चों को सही शिक्षा दी जाए और सुरक्षा का पूरा ध्यान रखा जाए।

लाभ

आपके किए गए निवेश और मेहनत से अधिक जो मिले वह लाभ है। वह लाभ स्वास्थ्य, ज्ञान धन अथवा भावनाओं का हो सकता है। मेहनत का इनाम सब्र का फल सबको अच्छा लगता है। और जब लाभ होता है तो जैसे सोने पर सुहागा। लाभान्वित होने वाले को लाभ के अतिरिक्त खुशी मिलती है, यह दोहरा लाभ है। जीवन व्यापार में रिश्तों का लाभ सर्वाधिक महत्वपूर्ण लाभ है। बाकी सभी लाभ महत्वपूर्ण हैं पर लाभ का आनंद किसी के साथ साझा करने से जो मिलता है उससे कम ही है। अतः श्रीगणेश के पुत्रों, शुभ- लाभ को याद रखें।

गर्मी

गर्मियाँ केवल धूप और पसीना ही नहीं है। गर्मियों में बर्फ डाल कर ठंडा पानी, शर्बत, रूह-अफ़ज़ा, दूध, लस्सी, शिकंजी और कितनी तरह के पेय पदार्थ का सेवन कितनी राहत देता है। फलों का राजा, आम, तरबूज़, खरबूज़ा, लीची गन्ने आदि गर्मियों के फल अपने मूल रूप के अलावा कई पकवानों के रूप में खाए जाते हैं। हल्की सब्जियों के साथ खीरा, ककड़ी आदि की सलाद भी अच्छी है। विभिन्न स्वाद वाली कुल्फी और आइसक्रीम के क्या कहने। गर्मी की छुट्टियों में पहाड़ों का पर्यटन और नानी के घर जाने का अतुलनीय आनंद, धूप पसीने की तकलीफ़ भुला देता है।

मासूम हंसी

बच्चों की हंसी छूत की तरह फैलती है। निश्छल, मन से निकली हंसी से देखने सुनने वालों के चेहरे पर भी अनायास मुस्कान आ जाती है। बच्चे दिखावटी, बनावटी हंसी नहीं हंसते। आपकी हंसी आपके साफ दिल के साथ आपके खुशनुमा व्यक्तित्व की भी परिचायक है। आप हमेशा हंसते हैं तो आप एक आकर्षक व्यक्तित्व के मालिक हैं। पर अगर आपकी वजह से दूसरों के चेहरे पर हंसी आती है तो आपका समाज के लिए योगदान बहुत महत्वपूर्ण हो जाता है।

छोटा

छोटा या बड़ा होना तुलनात्मक है। छोटा भी हर पल बड़ा हो रहा है, कोई उससे छोटा आ रहा है। छोटा होना प्यारा लगता है, तभी तो हर बड़ी चीज़ का छोटा रूप खिलौने और सजावटी सामान के रूप में मन मोह लेता है। छोटा बड़ों के प्यार का अधिकारी होता है, उनके द्वारा की गई देखभाल का अधिकारी होता है। छोटे को गलतियां करने का भी अधिकार है क्योंकि उसमें अनुभव की कमी है फिर भी विचारों से और भावनाओं से छोटा होना अक्षम्य है। अतः सोच और दिल से छोटा नहीं होना चाहिए।

बिजली की कटौती

गर्मियों का मज़ा छुट्टियों में पहाड़ों पर या नानी के घर पर बीते, तो मज़ेदार हैं। लेकिन धूप से बच कर घर में पंखे, कूलर, एसी, फ्रिज की सुविधाओं का आनंद भी ले सकते हैं। मुश्किल तब होती है जब बिजली की कटौती हो जाती है। ऐसे में गर्मी असहनीय लगती है और बिजली वालों के लिए बद्दुआ निकलती है। गलती उनकी नहीं है, पर बिजली के बिना गर्मी और पसीने से बेहाल होने पर छटपटाहट में ऐसा करना स्वभाविक है। फ्रिज नहीं चलता तो बर्फ या कुछ ठंडा नहीं मिलता। रात के समय मच्छरों से जूझना पड़ता है, सो अलग।

खत्म

ईश्वर ने ब्रहमाण्ड की सृष्टि ऐसी की है कि जो भी इस संसार में आया है, अपना समय व्यतीत करके खत्म होगा ही। खत्म होना तात्कालिक दुख दे सकता है, किन्तु यह एक नई शुरुआत का संकेत भी है। नए को तभी जगह मिलती है जब पुराना खत्म हो। यही सृष्टि का नियम है आध्यात्मिकता से परे व्यावहारिक संसार में घर में चीनी, चायपत्ती वगैरह खत्म हो जाए तो पड़ोसी ही काम आते हैं। फिर भी कुशल गृहिणी कुछ भी खत्म होने से पहले ही मंगवा लेती है। चर्चा खत्म, पैसा हज़म।

दिल ढूंढता है

दिन भर की चिलचिलाती, जलती, तपती धूप में पसीने से परेशान होने के बाद शाम को छत या आंगन को पानी से ठंडा करके, रात को वहाँ सोने वाले सदस्यों की संख्या और जगह के अनुसार चारपाई या गद्दे बिछा कर, उस पर सफेद चादर और तकिये लगा कर सोने का आनंद, वह हल्की बयार वह तारों की छांव, सिरहाने रखी सुराही का पानी, एक साथ, नींद आने तक गप्पें मारते रहना। क्या इसका मुकाबला बर्फ डला पानी पी कर, एसी चला कर, अपने अपने कमरे के दरवाज़े बंद कर के सोने से कर सकते हैं? दिल ढूंढता है फिर वही फुर्सत के रात दिन!

न उम्र की... न जन्म का...

यूँ तो प्रेम के लिए उम्र की सीमा नहीं मानते, यह किसी भी उम्र में संभव है, लेकिन यह भी सच है कि हर चीज़, हर भावना सही समय पर शोभा देती है। असमय या गलत समय पर उसका प्रभाव गलत हो जाता है। समाज ने प्रेम के लिए भी एक खास उम्र से लेकर आगे तक के लिए नियम बनाए हैं। उस उम्र से पहले या बाद में उसके नतीजे सही नहीं मिलते। अपरिपक्व सोच के लिए कम उम्र और अधिक उम्र में मज़ाक बनने को उम्र नहीं कह सकते। हाँ, नियमों के अपवाद भी होते हैं।

देर

देर करने वाले हमेशा नुकसान में रहते हैं। समय की कीमत न समझने वाले समय भी गंवाते हैं और अवसर भी। ईश्वर हर किसी को मौका देते हैं, लेकिन देर करने वाले इस मौके से हाथ धो बैठते हैं और फिर अपनी किस्मत का रोना रोते हैं। देर करने वाले हड़बड़ा कर काम करके खोए हुए समय की क्षतिपूर्ति की कोशिश करते हैं। पर न तो यह संभव है और न हड़बड़ी से काम सही होते हैं। फिर भी देर आयद, दुरुस्त आयद। भगवान् के यहाँ देर है अंधेर नहीं।

न जन्म का हो बंधन

जन्म और मृत्यु इंसान के हाथ में नहीं है, लेकिन इन दोनों के बीच का समय, कम हो या अधिक, वही जीवन है। इंसान को यह भ्रम होता है कि इस जीवन पर उसका अधिकार है, उसकी मर्ज़ी चलेगी। लेकिन प्रकृति, समाज, धर्म, देशऔर परिवार आदि संस्थान के इतने नियम कानून होते हैं कि मनुष्य सही गलत के बंधन में बंध जाता है और पता चलता है कि जन्म और मृत्यु की तरह जीवन भी उसके हाथ में नहीं है।

तो, जो अपने वश में है ही नहीं, उससे शिकायत क्यों, उसे वैसे ही स्वीकारें और प्यार करें।

प्रेम की उम्र

प्यार को उम्र की सीमाओं में बांधना ज़रूरी है, क्योंकि तभी प्रेम में परिपक्वता आती है। कच्ची उम्र में किया गया प्यार भी सोच, भावनाओं और बुद्धि की आंच पूरी नि मिलने पर कच्चा ही रह जाता है। बाहरी रूप, रंग, प्रतिष्ठा, यश आदि के आवरण के पीछे सच्चा प्यार अनदेखा रह जाता है। एक उम्र में यह सब चीज़ें महत्वपूर्ण दिखती हैं और परिपक्व सोच के साथ किया गया प्रेम केवल एक दूसरे का साथ चाहता है। और साथ न भी हों तो भी एक दूसरे की याद और अहसास ही प्रेम के अस्तित्व को अमर कर देता है।

रचना

सबसे सुंदर रचना ईश्वर की है, जिसमें इतनी विभिन्नता और अनेकरूपता है। ईश्वर की रचनाओं में से एक मनुष्य अपने स्तर पर अपनी कल्पनाओं और विचारों के आधार पर अनेक कलाओं में रचना करता है। हर रचनाकार अपनी प्रत्येक रचना में कल्पना और सत्य का सम्मिश्रण जीवंत करने की कोशिश करता है। अपनी रचना से एक जुड़ाव महसूस करता है। यह बहुत कुछ एक माँ और सन्तान के बीच के रिश्ते जैसा है। हर रचना अपने रचनाकार के व्यक्तित्व का प्रतिनिधित्व करती है।

खेल

खेल जीवन में रोमांच और मनोरंजन लाने का ज़रिया है। बच्चे खेल खेल में ही कितना कुछ सीख जाते हैं। पर खेल से केवल बच्चे ही नहीं, बड़ों को भी बहुत कुछ सीखने को मिलता है। जीत हार से परे जीवन को देखने का नज़रिया, अपने को अभ्यास से बेहतर बनाना, बुद्धि और ताकत का संतुलन बनाए रखना, जीवन में आने वाले उतार चढ़ाव के लिए तैयार रहना और योजना बना कर सही गलत को ध्यान में रख कर चलना, खेल से ही सीख सकते हैं। ज़रूरी है बच्चों की तरह खेल को निश्छल और निष्पक्ष तरीके से खेला जाए।

जन्मों का बंधन

दम्पत्तियों के बीच सात जन्मों का रिश्ता माना जाता है, इसीलिए शादी के समय सात फेरे, सप्तपदी और सात वचन लेने का रिवाज है। माता पिता को कोई खुद नहीं चुन सकता, यह उसके पूर्वजन्म के कर्मफल पर आधारित माना जाता है। पिछले जन्म में किए गए कर्मों का हिसाब सही करने के क्रम में इस जन्म के कर्म भी जुड़ जाते हैं और अगले जन्म के लिए खाता खुल जाता है। और यह चक्र चलता रहता है। यह भी कहते हैं कि सभी अपने कर्मफल को यहीं इसी जन्म में भुगत कर जाते हैं। तो, जन्मों के बंधन की आशा में इसी जन्म में सुखद पलों को जी कर अनेक जन्मों का सुख लेने से ना रोकें।

मानव

ईश्वर की सृष्टि का एक सृजन मानव है। बाकी प्रकृति से विपरीत मानव ने केवल जीवन जीने के अलावा जीवन को स्तर देने के लिए सभ्यता का विकास किया। कितने आविष्कार किए। भाषाएँ, धर्म, ज्ञान, विज्ञान, कलाएँ, तकनीक, साहित्य और सुविधाजनक जीवन के लिए कितनी तरह की वस्तुएँ, और सबसे बढ़ कर इन सबको संजो कर इतिहास रचने की क्षमता, मानव द्वारा ही संभव हो पाया। ईश्वर ने मानव का सृजन किया और मानव ने ईश्वर को अस्तित्व दिया। प्रकृति के विभिन्न रूपों को भगवान् मानने के अतिरिक्त अपने मानव रूपों में भगवान् की परिकल्पना भी मानव ने ही की है।

ना उम्र की सीमा हो, ना जन्मों का बंधन

जहाँ जन्म होता है, वहाँ मृत्यु होने तक का जीवन होता है। उस जीवन की एक उम्र होती है, चाहे वह कुछ मिनटों की हो या कई सालों की। इस जीवनचक्र को जीने के दौरान कितनी भावनाओं और कितने रिश्तों को जी लिया जाता है। इसके आधार पर जीवन की यादें और अनुभव जुड़ जाते हैं, जीवन जीने वाले के लिए और उसके साथ उससे जुड़े अन्य रिश्तों के लिए। मृत्यु के बाद ये यादें, अनुभव, ज्ञान, सब यहीं छूट जाता है। लेकिन जो जीवित रह जाते हैं, उनके लिए ये भावनाएँ, यादें, अनुभव उनकी मृत्यु तक उनके साथ रहते हैं।

फल

रंग बिरंगे, रसीले फल कितने जीवों के पेट भरने का ज़रिया होते हैं, इनमें मनुष्य भी शामिल है। फलों में इतने गुण होते हैं कि अच्छे स्वास्थ्य के लिए इनका सेवन लाभदायक है। लेकिन मानसिक स्वास्थ्य और खुशी के लिए कर्मों का फल पाना ज़रूरी होता है। सारा जीवन मनुष्य कर्म करता रहता है, इसी फल की चिंता में। भगवदगीता में कहा गया है कि फल की इच्छा नहीं करनी चाहिए, परन्तु साधारण मनुष्य इतने उच्च स्तर की भावना से परे फल की इच्छा रखता है। कहा भी गया है, सब्र का फल मीठा।

उम्र की सीमा और जन्मों का बंधन

प्रेम विवाह हो या परिवारों द्वारा तयशुदा शादी, विवाह की परम्परा में उम्र की सीमा और जन्मों के बंधन पर विश्वास किया जाता है। लेकिन जब दम्पति के बीच प्यार से अधिक समस्याएं महत्वपूर्ण हो जाती हैं, तो वे लोग जन्मों के बंधन को इसी जन्म में तोड़ने का निर्णय ले बैठते हैं। इसके लिए वे कानूनी, आर्थिक और मानसिक परेशानियों को झेल लेते हैं पर आपसी तालमेल के लिए राज़ी नहीं होते। संबंध-विच्छेद आसान है, संबंध निभाना मुश्किल। आत्महत्या करना आसान नहीं, पर उससे अधिक मुश्किल है मुश्किलों के साथ रोज़ जीना। आसान रास्ता कायरों के लिए है। सही चुनें।

सन्देश

अपने मन की बात दूसरे तक लिखित, वाचिक अथवा किसी अन्य माध्यम से पंहुचा ना ही सन्देश देना है। सन्देश खुशी देने वाला हो सकता है और आंसू लाने वाला भी। सन्देश प्रेम का भी हो सकता है और विरह का भी। किसी कहानी या रचना से भी हमें सन्देश प्राप्त होता है। शाब्दिक अर्थ में बंगाली मिठाई सन्देश बहुत अच्छी है जो मुंह में जाते ही मुंह में मिठास घोल देती है। दूर रहने वाले के सन्देश की प्रतीक्षा हमेशा बनी रहती है।

रोज़ रोज़ ये सुन कर मैं....

थक गई हूँ मैं रोज़ रोज़ ये सुन कर कि तुम पराए घर से आई हो। मायके से अपने घर जाना है, यहाँ तुम्हारा कुछ नहीं, सुनते हुए बड़ी हुई। घर पति, सास, ससुर का है, मेरा कुछ नहीं। तो आप किस हक़ से मुझसे इस घर में ज़िम्मेदारियां निभाने को कहते हैं। एक नौकरानी को तनख्वाह, छुट्टी और बिना लगाव के रिश्ते मिलते हैं, मेरा वह हक़ भी नहीं। मैं ज़िम्मेदारियां तभी निभाऊंगी जब घर मेरा हो, इस घर में जिसके रिश्ते की वजह से आई, वह मेरे साथ हो। पराए घर से आई, पराए घर में रहने वाली से घर संभालने की उम्मीद क्यों?

युद्ध या शांति

कोई भी युद्ध नहीं चाहता, सभी को शांति चाहिए। युद्ध की विभिषिका में मासूम लोगों की जानें जाती हैं, कितने घर अपने बेटे, भाई, पति, पिता को खो देते हैं। लेकिन जब अपने देश के सम्मान की बात आती है, देशवासियों की रक्षा का सवाल उठता है तो शांति के नाम पर चुप भी नहीं बैठा जा सकता। अगर कोई आपको थप्पड़ मारता है तो आपको अपना दूसरा गाल उसके सामने नहीं करना चाहिए, न ही जवाब में उसे मारना चाहिए, पर उसके वार करने वाले हाथ को पकड़ कर रोकना ज़रूर चाहिए। आत्मरक्षा, आत्मसम्मान और देश का सम्मान कभी गलत नहीं हो सकता।

हमसफ़र

एक अच्छे हमसफ़र के साथ ज़िन्दगी का सफ़र अपने तमाम उतार चढ़ाव के बावजूद आसान हो जाता है। सफ़र की शुरुआत कुछ रुमानियत में, कुछ ज़िन्दगी की ज़िम्मेदारियों में, इस तरह निकल जाती है कि हमसफ़र क्या, अपना होश भी नहीं रहता। यही वक्त है जब अपने हमसफ़र पर भरोसा करके, उसका हाथ थामे, सफ़र जारी रखा जाए। इस सब्र का फल मिलता है, जब उम्र के एक मुकाम पर पंहुच कर, ज़िम्मेदारियों के बोझ से हल्के होकर, फ़ुरसत से एक दूसरे को जानने का मौका मिलता है। ये भी तभी तक, जब तक दोनों में से कोई एक लंबे सफ़र पर न चला जाए।

रोज़ रोज़ ये सुन कर मै... (2)

रोज़ रोज़ सबसे यह सुन कर मैं परेशान हो जाती हूँ कि मैं मोटी हूँ, ठिगनी हूँ, मैं यह काम नहीं करती, वह काम ऐसे करना चाहिए, तुम्हें यह भी नहीं आता, और भी ना जाने कितना कुछ। बोलने वाले कमियाँ निकाल कर अपनी श्रेष्ठता साबित करते हैं, बिना ये समझे कि किसी क्षेत्र में वे आगे हैं, पर कहीं और वे भी कम होंगे। इंसान कमियों का पुतला है, कमी सबमें होती है, पर सभी में कोई न कोई गुण भी होता है। कमी निकालने की जगह उस गुण को पहचानें। दैवीय सृष्टि का सम्मान करें।

बर्फ

गर्मी की तपती, चिलचिलाती धूप के बाद शीतल पेय के गिलास में बर्फ की खनक और उसकी ठंडक से जो सुकून मिलता है, उसे शब्दों में बयान नहीं कर सकते। बर्फीले पहाड़ों पर सर्दियों में एक खूबसूरत सन्नाटा पसरा होता है। बर्फ की शीतलता और शुद्ध, श्वेत स्वरूप तब रौद्र रूप में बदल जाता है जब बर्फ दरक जाए या बर्फीला तूफान आ जाए। अपनों द्वारा दिए गए घाव इंसान को कभी कभी अंदर से बर्फ की तरह जमा देते हैं, और जब दबाव बढ़ जाता है तो यह बर्फ भी दरक जाती है।

कला

मानव सभ्यता के विकास क्रम में मनुष्य ने अन्य आविष्कारों के अतिरिक्त अपनी भावनाओं को व्यक्त करने के लिए विभिन्न कलाओं का भी आविष्कार किया। कला मानव मन की कल्पनाओं और भावनाओं की सुंदर अभिव्यक्ति है। एक कलाकार अपनी रचना के माध्यम से ईश्वर, सबसे बड़े रचयिता और कलाकार, की नकल करने की कोशिश करता है। चौंसठ कलाओं से पूर्ण श्रीकृष्ण कलाओं के कारण ही पूर्णावतार कहलाते हैं। चंद्रमा के घटते बढ़ते आकार को भी कला कहा जाता है।

सब्र का फल

सभी कहते हैं कि परेशानियों का सामना सब्र से करना चाहिए। जहाँ समस्या है, वहाँ उसका समाधान भी है। भगवान् एक रास्ता बंद होने पर दूसरे दरवाज़े खोल देता है। रोज़ रोज़ यह सुन कर थोड़ी हिम्मत बंधती है, भगवान् पर भरोसा होता है, इसलिए अपनी कोशिशों में कमी नहीं आने देते। पर कभी कभी परेशानियों के तूफान के केंद्र में रहते हुए अन्य रास्ते नज़र नहीं आते, उस समय सब्र करना बहुत मुश्किल लगता है। जो सब्र करना सीख ले, अपने प्रयास जारी रखे, उसे सब्र का मीठा फल मिल जाता है। लोग हमेशा गलत नहीं कहते।

छोटा सा संसार

प्रेम के नशे में एक छोटे से संसार का सपना होता है, जहाँ सिर्फ खुशियाँ हों, प्यार हो, अपना एक नन्हा सा संसार हो। लेकिन जब सपना हकीकत में बदलता है तो उसमें सुविधाएं भी चाहिए होती हैं, उन्हें पूरा करने के लिए धन भी चाहिए होता है, और धन कमाने के लिए समय और मेहनत भी लगती है। सपने का मूल तत्व प्यार एक सपना बन कर रह जाता है। छोटे से संसार को भी सपनीली सजावट दी जा सकती है, अगर जीवन में सब्र और संतोष का समावेश हो। छोटी छोटी खुशियों को समेट कर छोटा सा संसार बनाना संभव है।

कीमत

दुनिया में हर चीज़ की कीमत होती है, चाहे वह धन से चुकाई जाए या किसी और रूप में। दुनिया में सबसे निस्वार्थ रिश्ता, माँ बाप का संतान से, भी इस कीमत से परे नहीं है, जो बुढ़ापे में उनसे देखभाल की उम्मीद रखते हैं। इंसान ने तो ईश्वर को भी नहीं बख्शा। अपनी इच्छा पूरी करने की कीमत मन्नत और दान से चुकाने की कोशिश करते हैं। मगर कई बार कीमत देकर भी कुछ चीज़ें नहीं मिलतीं, जैसे गुज़रा हुआ वक्त या गुज़रा हुआ इंसान।

आस्था और अंधविश्वास

रोज़ रोज़ ये सुन कर मैं भी मानने लगी हूँ कि आस्था मनुष्य की सबसे बड़ी ताकत है जो अनदेखे, अनजाने भविष्य का सामना करने और वर्तमान की कठिनाइयों से जूझने की हिम्मत देती है। जहाँ आस्था सकारात्मक है, वहीं अंधविश्वास नकारात्मक है। अंधविश्वास के साथ तर्क नहीं, वितर्क होते हैं। और इन दोनों विचारों के बीच बहुत महीन रेखा होती है जिसे पार करना बहुत आसान है। कब आस्था अंधविश्वास में बदल जाए और इसी तरह कब अंधविश्वास में बदल जाए और इसी तरह कब अंधविश्वास में आस्था की शुभता आ जाए, यह कहना मुश्किल होता है।

गर्भ

गर्भ स्त्री शरीर का वह अंग है जिसमें नवजीवन की संभावना और उसके विकास का स्थान होता है। ईश्वर ने स्त्री को गर्भ का सौभाग्य दिया है। गर्भ में पल रहे शिशु को दुनिया से नौ महीने पहले से जानने और महसूस करने के बावजूद माँ के लिए गर्भ रहस्य लिए होता है। गोद में आने तक माँ गर्भस्थ शिशु की केवल कल्पना कर सकती है। उसी तरह धरती, महासागर और अंतरिक्ष के साथ भविष्य के गर्भ में क्या छिपा है, वह कल्पनातीत है।

शुक्रिया माँ

माँ का स्थान भगवान् के बाद माना जाता है, केवल एक शुक्रिया से उसकी सृजन शक्ति, उसकी ममता को समेटा नहीं जा सकता। माँ, माँ होने के साथ पहली सखी, पहली गुरु और दुनिया से पहला रिश्ता होती है। लेकिन माँ जैसी भावना अन्य रिश्तों में भी मिल सकती है जैसे दादी, नानी, मौसी, बुआ, ताई, चाची, मामी, दीदी, भाभी, सास आदि। और तो और कभी कभी रिश्तों से अलग कुछ ऐसी महिलाएँ भी जीवन में मिल जाती हैं जिनसे कोई रिश्ता नहीं होता और फिर भी उनसे माँ जैसा प्यार मिलता है। उन सभी को शुक्रिया माँ।

परम्परा और आधुनिकता

रोज़ ही सुनती हूँ कि हमें अपनी परम्पराओं को नहीं भूलना चाहिए, आधुनिक होने का मतलब पाश्चात्य संस्कृति की नकल है। पर यह कहीं से भी सच नहीं है। हमारे पूर्वजों ने अपने समय और सुविधाओं के अनुसार कुछ नियम बनाए थे। उसमें उनके अनुभव, ज्ञान और विरासत को जान सकते हैं। लेकिन यह भी समझना चाहिए कि समय के साथ बहुत सी अच्छी बुरी बातें मानव सभ्यता में जुड़ी हैं, उन्हें ध्यान में रखते हुए, तार्किक सोच के साथ छोड़ना या अपनाना चाहिए। परम्परा और आधुनिकता के बीच तर्कपूर्ण संतुलन आवश्यक है।

साथ

मनुष्य दुनिया में आता अकेला है, जाता अकेला है, पर इस आने जाने के बीच जीवन में उसे साथ की ज़रूरत होती है। ईश्वर के साथ के अतिरिक्त प्रकृति और अपनों के साथ से जीवन का अधूरापन समाप्त हो जाता है। अपने मन से चुने गए रिश्तों में मित्र और जीवनसाथी महत्वपूर्ण हैं, इसीलिए उन्हें साथी कहते हैं। विषम परिस्थिति में साथ देने वाला ही सच्चा साथी होता है। जीवन के अंत के साथ सबका साथ इसी दुनिया में ही छूट जाता है, यहाँ तक कि अपनी सांसें, धड़कनें, शरीर भी साथ छोड़ देते हैं।

शुक्रिया माँ (2)

माँ बाप को शुक्रिया बोल कर उनके कर्ज़ को चुकाना नामुमकिन है। जीवन देने वाले को, इस दुनिया में लाने वाले को, दुनिया से परिचय कराने वाले को केवल एक शब्द से मातृ और पितृ ऋण से मुक्त नहीं कर सकते। पर पूरे स्नेह और ममता के बाद भी वे बच्चे के माता पिता ही रहते हैं, उसके स्वामी या भाग्यविधाता नहीं बन जाते। सबको अपने हिस्से के सुख दुःख स्वयं झेलने पड़ते हैं। माता पिता संस्कार, विवेक, परवरिश दे सकते हैं, भाग्य नहीं। इतना सक्षम बनाने के लिए हर बच्चे की तरफ से हर माँ बाप को शुक्रिया।

रोज़ रोज़ ये सुनकर मैं (2)

घरवालों से रोज़ रोज़ ये सुन कर भी मैं जवाब नहीं दे पाती कि मैं फोन पर क्या करती रहती हूँ। पहले तो फोन पर बातचीत, वीडियो कॉल, मैसेज करना और कभी कभी कोई गेम खेलने भर के लिए फोन का प्रयोग करती थी। अब जबसे आनलाइन मंच पर लिखना शुरू किया है तो फोन पर मेरा काम भी बढ़ गया है। लिखने से ना केवल मन की बातें सबसे साझा करने का मौका मिलता है, बल्कि अपने मन को कड़वाहट से बचाने का ज़रिया भी मिल जाता है। तो पता चला, मैं फोन पर क्या करती हूँ?

लेडीज़ डे आउट

हम माँ बेटी एक साथ महीने डेढ़ महीने में एक दिन घूमने निकलते थे। घर गृहस्थी के ज़रूरी सामान की खरीदारी पतिदेव करते हैं, इसलिए हम लोग खरीदारी के नाम पर छोटी मोटी चीज़ें खरीदते थे। विंडो शापिंग करने और समय और मौसम के मुताबिक लंच या कॉफ़ी के साथ तीन-चार घंटों की आउटिंग में हम अपने मन से समय बिताते थे। इसी बहाने मेरा भी घर से निकलना होता था। अब बिटिया की शादी के बाद से मैं ये लेडीज़ डे आउट बहुत मिस करती हूँ।

गुण

किसी भी मनुष्य को उसके नाम और परिवार से पहचान मिलती है, लेकिन लोगों के दिलों में और यादों में पहचान उसे अपने गुणों से मिलती है। कुछ गुण जन्मजात हो सकते हैं, पर अधिकतर गुण अर्जित होते हैं। किसी को नायक उसके गुणों के आधार पर माना जाता है, पर उसमें भी कोई न कोई अवगुण होता है, ठीक उसी तरह खलनायक अवगुणों का भंडार हो सकता है, पर उसमें भी कोई गुण अवश्य होगा। अवगुणों पर विजय प्राप्त कर गुणों को कितने गुना बढ़ाया जाए, ये मनुष्य के अपने हाथ में है।

सखी सहेली

पहली सखी माँ होती है, जो खेल खेल में संस्कार और दुनिया के विभिन्न आयामों का परिचय देती है। फिर लड़कियों को सहेलियाँ मिलती हैं, जिनके साथ बचपन की मासूमियत और किशोरावस्था की अल्हड़पन की यादें ले कर वह शादी करके ससुराल में प्रवेश करती है। सालों बाद कभी किसी सहेली को मिल कर अपनी यादों में डुबकी लगा कर तरोताजा हो जाती है। लड़कों को दोस्तों से फुर्सत मिलती है तो जवानी में सखी का साथ कभी तो जीवन भर के लिए मिल जाता है, कभी वह सिर्फ कल्पना रह जाती है। घुटन भरी ज़िन्दगी में सखी का साथ ताज़ी हवा का झोंका है।

बिजली के वापस आने का इंतज़ार

बिजली के बिना आधुनिक जीवन की कल्पना भी संभव नहीं। गर्मियों में जब पंखे, कूलर, एसी की सबसे ज़्यादा ज़रूरत होती है, बिजली कटौती के कारण हाथपंखा से समझौता करना पड़ता है। दिन का समय तो जैसे तैसे कट जाता है पर देर शाम या रात को न कुछ दिखता है, न कोई काम हो पाता है। मच्छरों के आतंक का सामना करने के अतिरिक्त समय बिताने का कोई साधन नहीं होता। हां, अंत्याक्षरी खेलना प्रिय टाइमपास है। आजकल तो सभी स्मार्ट फ़ोन से टार्च जला कर, उसी में समय पार कर लेते हैं।

ध्यान

ईश्वर के ध्यान में लीन रहने वाले दुनियादारी के पचड़ों से दूर रहते हैं। किसी का ध्यान रखना, उससे प्रेम करने का साक्ष्य है। और ध्यान से किया गया कार्य सफलता की ओर ले जाता है। ध्यान एक छोटा सा शब्द होते हुए भी आत्मिक और मानसिक एकाग्रता के लिए बहुत आवश्यक है। बेध्यानी से किया गया कार्य कभी सही नहीं हो सकता। जब आप किसी की छोटी छोटी बातों और इच्छाओं का ध्यान रखते हैं तो उसके प्रति अपना प्यार बिना शब्दों के अभिव्यक्त करते हैं।

बहन—एक प्यारा रिश्ता

बहन भाई की हो या बहन की, एक बहुत ही प्यारा और ज़रूरी रिश्ता है। जन्म से लेकर विवाह तक हर चीज़, हर रिश्ते में बराबर की हिस्सेदार, आपकी प्रतिद्वंद्वी, आपकी राज़दार, आपकी सखी, घर की रौनक, यह बहन विवाह के समय तक आपकी है, और उसके बाद कभी कभी मिलने वाली मेहमान। कितना कुछ कहने सुनने को होता है उसके पास, उसके साथ। बचपन की शरारतें, लड़ाइयाँ याद करके अभी की गंभीर और ज़िम्मेदार बहन पहचान में ही नहीं आती। बहन से प्रतिद्वंद्विता समाप्त हो जाती है, और बस ममता बच जाती है।

एहसास

एहसास इंसानी फितरत है। लेकिन कभी कभी ज़िन्दगी ऐसे मोड़ पर ला खड़ा कर देती है, जहाँ एहसास मर जाते हैं, इंसानियत कहीं दब कर रह जाती है। उम्मीद ही वह दवा है जिससे मरते हुए एहसास फिर ज़िंदा हो सकते हैं। छोटी छोटी खुशियों के एहसास से अपने को खुशहाल बनाएं। इससे हर मुश्किल आसान हो जाती है। अपने एहसास को ज़िंदा रखें और ये एहसास आपको ज़िंदा रखेंगे। दर्द का एहसास भी दर्द को जीतने की ताकत देता है। ज़िन्दगी का एहसास सबसे खूबसूरत होता है।

इंतज़ार

सब को किसी न किसी का इंतज़ार होता ही है। कोई अच्छे समय का इंतज़ार करता है तो कोई अपने सपनों को साकार करने का, किसी को मौके का इंतज़ार है तो किसी को दूर चले गए अपने की वापसी का। इंतज़ार बेचैनी भरा होता है, अनिश्चित होता है लेकिन फिर भी इंतज़ार का अपना एक सुख होता है। इंतज़ार के पूरे होने तक आदमी का सारा ध्यान, सारी कल्पनाएँ और सोच उसी पर केन्द्रित हो जाती है। इंतज़ार की कोई हद नहीं होती, इंतज़ार वह उम्मीद ह, जिसके सहारे मुश्किलें पार करने की ताकत मिलती है।

परिवर्तन

परिवर्तन सृष्टि का एक शाश्वत सत्य है। दिन, रात, महीने, साल, मौसम, परिस्थिति, सोच, सब कुछ परिवर्तित होते रहते हैं। सूरज, चांद शाश्वत हैं। पर उनकी भी स्थिति बदलती रहती है। हर परिवर्तन की शुरुआत एक अंत से होती है। जो अभी है, वह अगले पल नहीं होगा। लेकिन परिवर्तन का चक्र सुख दुःख जैसी रुकावटों से रुकता नहीं।

शीतल

शीतलता से जो एहसास होता है वह ठंड या सर्दी से अलग है, इससे तन मन शीतल हो जाते हैं। और यही शब्द जब शीतलहर का रूप लेता है तो हड्डियों तक ठंड घुसने लगती है शीतल पानी हो या बोली, इसकी कीमत पाने वाला ही समझ सकता है। देने वाले को पता भी नहीं चलता कि उसने सामने वाले को क्या उपहार दिया है। तभी तो कहते हैं कि 'ऐसी बानी बोलिए, मन का आपा खोय, औरन को सीतल करे, आपुन को सुख देय।'

हद कर दी आपने

हद कर दी आपने, इतना प्यार भी कोई करता है क्या? मेरा इतना ध्यान रखते हैं आप। मेरे लिए, मेरे साथ खड़े होते हैं, हर मुश्किल में मिल कर संघर्ष करते हैं। वह औरत भाग्यशाली होती है जिसे सिर्फ प्यार करने वाला ही नहीं, कदर करने वाला पति मिले। आपके इस बेहद प्यार के लिए भगवान् की शुक्रगुज़ार हूँ। मुझे मेरी कमियों के साथ स्वीकारने, अपने को बेहतर बनाने की कोशिश के लिए प्रेरित करने के लिए शुक्रिया। इस बेहद की हद तय करने के लिए शुक्रिया।

साथिया

साथिया साथ निभाना। प्यार में इतनी ताकत होती है कि दुनिया से लड़ जाएं, पर यह ताकत आती है साथिया के साथ से। दोनों साथ हों तो हर दिशा से आते हुए वार का सामना कर लेते हैं। साथी से मन मिलना ज़रूरी है, फिर हर मुश्किल आसान हो जाती है। साथिया से मान मन्नौवल करें, रूठे मनाएं, लड़ें, प्यार करें, इसका हक़ आपने एक दूसरे को दिया है। पर जब किसी तीसरे का, दुनिया का सामना करना हो तो दोनों साथी एक इकाई बन जाते हैं। साथिया, नहीं जाना कि दिल ना लगे।

जोड़ा

जोड़ा दो लोगों या दो वस्तुओं का संगठित रूप है। भाई बहन का, पति पत्नी का, दोस्तों का जोड़ा हमेशा एक जैसा ही हो, यह ज़रूरी नहीं। बल्कि जोड़ा वही अच्छा लगता है जो एक दूसरे का पूरक हो, पारस्परिक समझ को साझा करें। गणित में भी जोड़ा कम से कम दो अंकों के बीच होता है। इंसानों के

अलावा पक्षियों और जानवरों के जोड़े भी प्रकृति के इस गणित के साक्षी हैं। अकेले रह कर सृष्टि का सृजन संभव नहीं और भावनात्मक सहारे के लिए भी साथ की आवश्यकता होती है, इसलिए जोड़ा ज़रूरी है।

परमिशन

छोटों को अपने बड़ों से कोई कार्य करने से पहले परमिशन लेना होता है। यह परमिशन उनकी अनुभवहीनता का कवच है, बड़ों द्वारा प्रदत्त सुरक्षा है, सही गलत की खुद से पहचान होने से पहले की स्थिति है, अनुशासन की ओर एक कदम है। पर यहीं परमिशन स्त्री के लिए एक ज़ंजीर है, जिसमें बंध कर उसके सपनों के पंख कतर दिए जाते हैं। स्त्री को हर उम्र में इस परमिशन की ज़रूरत पड़ती है। विडम्बना है कि उड़ने की आज़ादी भी स्त्री को परमिशन लेकर मिलती है और इस परमिशन के मिलने पर उसे पुरुष का अहसान भी मानना होता है। किसी ने यह सवाल नहीं उठाया कि पुरुष को परमिशन देने की परमिशन किसने दी?

संगत

संगत से मनुष्य की पहचान मानी जाती है, पर यह ज़रूरी नहीं है कि इंसान हमेशा अपनी संगति के अनुसार ही काम करे। आखिर कमल भी तो कीचड़ में खिल कर अपनी सुंदरता कीचड़ से अप्रभावित रखता है। पर यह भी सच है कि संगति का असर सोच, भाषा और व्यवहार पर पड़ता है। तभी तो कहते हैं कि खरबूज़े को देख कर खरबूजा रंग बदलता है। कभी परिस्थिति, कभी मनभावन साथ संगति बनाने का कारण बनते हैं। संगति के अनुसार इंसान का जीवन बदल ही जाता है, ये बदलाव सकारात्मक या नकारात्मक हो सकता है, पर अवश्यंभावी है।

कदम

ईश्वर को तो किसी ने देखा नहीं, पर मां बाप के कदमों में जन्नत होती है, यह मानते हैं। कदमों में दृढ़ता हो तो, सावधानी हो तो निश्चित ही ये कदम किसी सैनिक के होंगे। उछलते कूदते, उत्साह भरे कदम हों तो किसी चंचल, शोख़ के होंगे। धीमे, सकुचाते कदमों से लज्जाशील नायिका ध्यान में आती है। गिरते, उठते कदमों में नया नया चलना सीखने वाले शिशु को देखते हैं, तो मदहोश व्यक्ति भी लड़खड़ाते कदमों से चलता है। भागते कदम किसी धावक के भी हो सकते हैं और किसी मुश्किल में पड़े व्यक्ति के भी, चोर पुलिस के भी।

परदेस

अपने घर से अच्छी दुनिया में और कोई जगह नहीं, चाहे कितनी ही सुविधाजनक क्यों न हो। पर कभी उच्च शिक्षा के लिए, तो कभी रोज़गार के लिए परदेस जाना पड़ता है। परायों के बीच, पराए देश में रहते

हुए कितना अकेला लगता है। और पीछे छूटे परिजनों की यादों में बसे उस परदेसी के इंतज़ार में एक एक पल भारी हो जाता है। परदेसी के आने का इंतज़ार और उसे फिर कभी ना देख पाने का अंदेशा विरह गीतों, परदेसिया में दिखता है। तू ने पैसा बहुत कमाया, इस पैसे ने देस छुड़ाया, देस पराया छोड़ के आजा।

त्याग

त्याग मानवता का एक बहुत बड़ा गुण है। किसी वस्तु का त्याग अथवा दान व्यक्ति तभी कर सकता है, जब वह वस्तु उसके पास हो। ऋषि दधिचि ने अपना शरीर, जीवन त्याग दिया, देवताओं की सहायता के लिए अपनी अस्थियों का त्याग किया। दानवीर कर्ण ने अपने दिव्य कवच और कुंडल का त्याग और बलिदान किया, केवल अफना धर्म निभाने के लिए। जहाँ राम और सीता ने राज्य का त्याग किया, वहीं लक्ष्मण और उर्मिला का त्याग भी सराहनीय है। कुछ लोग महान होने के दिखावे के लिए भी त्याग का ढोंग करते हैं।

जुदाई

मार गई मुझे तेरी जुदाई, डस गई ये तन्हाई। किसी प्रिय, व्यक्ति या वस्तु से किसी भी कारण से दूर होना सचमुच हमारे अस्तित्व को अधूरा कर देता है, अकेला कर देता है। इसीलिए जुदाई की सोच भी तकलीफदेह होती है, उसे सहना तो बहुत बड़ी बात है। राधा और कृष्ण जुदा होकर भी एक दूसरे से इतना जुड़े हुए थे कि उनका अस्तित्व एक दूसरे में विलय हो गया, फिर जुदाई कैसी? यह प्यार की पराकाष्ठा ना हो तो एक नुक्ता (बिन्दु) ख़ुदा से जुदा कर देता है (उर्दू भाषा की लिपि में)।

लाभ

जब आपकी मेहनत का फल थोड़ा ज़्यादा मिले तो वह लाभ होता है। लाभ केवल व्यापारियों को ही नहीं होता, हर मेहनत करने वाले को होता है। यह विद्या लाभ या स्वास्थ्य लाभ भी हो सकता है। कभी परिश्रम का फल न भी मिले तो भी अनुभव लाभ तो मिलता ही है। पहले की गलतियों को सुधारने का मौका, फिर प्रयास करने की भावना, अपने को और बेहतर करने का ज़ज़्बा भी एक तरह का लाभ ही है।

अपनों का साथ

दुनिया में हम सभी रिश्तों में बंधे हुए आते हैं और सारा जीवन रिश्ते निभाने में लगे रहते हैं। ज़रूरी नहीं है कि जन्म के साथ मिले रिश्ते ही हमारे अपने हों। कुछ रिश्ते समय और परिस्थिति के साथ जुड़ जाते हैं। जिनसे मन मिल जाता है, वही हमारे अपने हैं, और इन अपनों का साथ हमें किसी भी मुश्किल का

सामना करने की हिम्मत और ताकत देता है। अपनों का साथ दुनिया की बेशकीमती चीज़ों में से एक है। इसे पाने के लिए भरोसा, ईमानदारी और स्नेह की ज़रूरत होती है।

भक्त

भक्त अगर हनुमान जैसा हो तो अपने प्रभु के साथ अपना अस्तित्व एकाकार कर ले, या फिर सूरदास जैसा जो जन्मान्ध होते हुए भी प्रभु के रूप का वर्णन प्रत्यक्षदर्शी जैसे कर पाए, तो भक्त अपने आराध्य के बराबर का पद प्राप्त कर लेता है। भक्त की सबसे बड़ी ताकत उसकी आस्था है, जिसके आगे कोई रुकावट मायने नहीं रखती। भगवान् भी भक्त की भक्ति से ही अपना अस्तित्व पाते हैं। पर यह तभी तक, जब तक मन सच्चा हो। अन्यथा अति भक्ति चोर के लक्षण। ऐसे लोगों से सावधान रहना उचित है।

मकर संक्रांति, एक नए शुभारंभ का दिन

मकर संक्रांति, माघ, बिहू, पोंगल, लोहड़ी, मोगली, उत्तरायण, नाम जितने भी हों, सभी एक नए शुभारंभ का संकेत देते हैं। सूर्य देव दक्षिणायन से उत्तरायण में प्रवेश कर रहे हैं। इस संक्रांति को आसमान में ऊंची उड़ती रंग बिरंगी पतंगों से भर कर मनाया जाता है। सूर्य देव अपने प्रकाश और तेज को और तेज़ बनाने के अभियान पर निकल पड़े हैं। मौसम खुलने लगा है, इसे तिल, गुड़, दही, चूड़ा(चिवड़ा), खिचड़ी और न जाने कितने ही पारम्परिक पकवानों के साथ मनाया जाता है। सर्दियों के दबे, ढके, मायूस करने वाले मौसम से बाहर खुले आसमान तले आएं, पतंग उड़ाएं, खुशियाँ मनाएं।

कुशल

किसी भी कार्य को अच्छी तरह करने के लिए अभ्यास और कुशलता चाहिए होती है। दुनिया में हर काम कभी न कभी पहली बार किया जाता है। पहले इसे सीखना होता है, फिर उस कार्य में कुशलता प्राप्त करते हैं। कुशलता केवल अभ्यास से नहीं आती। उसमें बुद्धि और रुचि का समन्वय भी होना चाहिए। केवल बुद्धि इंसान को यांत्रिक बना देती है। वहीं रुचि से किया गया काम यांत्रिक काम को भी कला में बदल सकता है। कुशल होना अपने को हमेशा पहले से बेहतर बनाने की प्रक्रिया है, जो हमेशा चलते रहना चाहिए।

दुर्लभ

दुर्लभ का अस्तित्व तभी तक है जब तक उसे पा नहीं लिया जाता। फिर वह सुलभ तो नहीं हो जाता लेकिन उस तक पंहुचने का रास्ता बन जाता है। जो सहज सुलभ है, उसके प्रति न उत्सुकता रहती है, न पाने का उत्साह। लेकिन दुर्लभ होने से जुड़ी कठिनाइयाँ, रहस्य और रोमांच का भाव, और पा लेने पर एक जीत का अहसास महत्वपूर्ण है। दुर्लभ का लाभ दूभर हो सकता है, असंभव नहीं, अलभ्य नहीं। खोजने पर तो भगवान् भी मिल जाते हैं।

मंगल

शुभ कार्य करने हों तो कहा जाता है कि मंगल कार्य किए जा रहे हैं। जीवन से अमंगल को दूर करने के उपाय किये जाते हैं। विवाह जैसे मंगल कार्य में देखा जाता है कि वर- वधु मांगलिक तो नहीं, यदि हों तो उसका उपाय किया जाता है। सप्ताह का एक दिन ग्रहों के नाम पर आधारित होने की परम्परा में मंगवाकर है, जो हनुमान जी को समर्पित है। मंगल ग्रह से अजूबे जीव की कल्पना भी की जाती है। बाकी सब कुशल मंगल है।

कमी

ईश्वर सबको उनकी ज़रूरत के हिसाब से सब कुछ देता है, लेकिन कुछ कमी भी कर देता है। इस कमी की वजह से जीव ईश्वर को याद भी करता है, और उस कमी को पूरा करने की चाह में कोशिश भी करता है। अगर जीवन में कोई कमी ना हो तो कुछ करने या पाने की इच्छा या जोश ही नहीं रहेगा। दूसरी तरफ़ ईश्वर जिसे कुछ कमी करके देता है, उसको कुछ और बढ़ा कर भी दे देता है। यह अपनी समझ है कि हम कमी पर रोएं या पूरक पर ध्यान दें।

गोलगप्पे

गोलगप्पे खाने के नाम पर ही मुंह में पानी आ जाता है। लड़कियां बदनाम हैं, पर लड़के भी कम नहीं होते गोलगप्पे खाने में। कहीं इसे पानीपुरी कहते हैं, तो कहीं पुचका, या पानी बतासे। कहीं आलू की भरावन होती है तो कहीं पीले मटर की। और इसके पानी की तो बात ही क्या, इमली के खट्टे स्वाद को चटपटा बनाने के लिए चटनी और मसालों का प्रयोग सब अपनी मर्ज़ी से करवाते हैं। किसी को तीखा चाहिए, तो किसी को नार्मल, किसी को मीठा चाहिए तो किसी को दही के साथ। भैय्या, रुकना नहीं, और चाहिए... .

मायके की याद

कौन ऐसी विवाहिता महिला होगी जिसे मायके की गलियों और आंगन की याद न आती हो। ताउम्र ये याद रहती है, भले अपने बच्चे भी ब्याहे जाएं। मायका ही वह जगह है जहाँ स्त्री खुल कर जी पाती है, सांस ले पाती है, अपने नाम की पहचान पाती है। माँ के आंचल का सुकून, पिता का लाड़, भाइयों और बहनों की शरारत भरी तकरार और स्नेह, कितना कुछ जुड़ा होता है मायके की याद से। बचपन की सखियां, मनपसंद खिलौने और कितनी छोटी छोटी चीज़ें मायके के साथ छूट जाती हैं। अपनी गृहस्थी संभालने के बाद भी मायके की याद नहीं छूटती।

सर्दियों की धूप

सर्दियों की गुनगुनी धूप शरीर और मन को सुकून भरी मीठी गर्माहट से भर देती है। माँ के आंचल जैसी गर्माहट से आप नींद में जाने का बहाना खोजते हैं सर्दियों की धूप में। बुज़ुर्ग धूप का आनंद लेते हैं, स्त्रियाँ घर के काम निपटा कर अचार डालने, सब्ज़ियां काटना, सुखाना, बुनाई आदि करती हैं, बच्चे पतंगबाज़ी और दूसरे खेलों में धूप का मज़ा लेते हैं। बड़े शहरों में इस सब का मज़ा लेने का समय और जगह नहीं मिलती। पर, छत पर आंगन, खुले मैदानों में सर्दियों की धूप का अलसाया आनंद अपने ढंग का होता है।

पागल

पागलपन में जो आनंद है, वह एक पागल के अलावा और कोई नहीं समझ सकता। पागलपन एक स्थिति है जो इंसान को अंतिम छोर तक ले जाती है। कोई खुशी में पागल होता है, तो कोई किसी लक्ष्य को पाने के लिए। दुनियावी तौर पर जिन्हें पागल कहा जाता है, वे कभी साबित नहीं कर सकते कि वे पागल नहीं हैं। वे चुप रहें या चिल्लाएं, उन्हें पागल होने का तमगा दे दिया जाता है। दुनिया के मापदंड से हट कर मानसिक तौर पर सामंजस्य न करने वाले को पागल करार दे दिया जाता है।

ज़िन्दगी की एक गलती

गलती इंसान से ही होती है। छोटी मोटी गलतियां सबक सिखा देती हैं, आगे बढ़ने, अपने को बेहतर बनाने का हौसला देती हैं। पर जाने- अनजाने हम कोई ऐसी गलती कर बैठते हैं जिससे न पीछे हट सकते हैं, न उसका कोई सुधार हो सकता है। ऐसी गलती ज़िन्दगी का रुख बदल देती है, और फिर पछतावे के अतिरिक्त हाथ में कुछ नहीं बचता। गलती कितनी ही बड़ी क्यों न हो माफी का एक मौका तो बनता ही है। गलती की सज़ा दें, पर माफी भी दें। इसी में आपका बड़प्पन है।

मासूमियत

मासूमियत को बच्चों के साथ ही अधिकतर जोड़ कर देखा जाता है। तथाकथित दुनियादारी मासूमियत को खत्म कर देती है। और जो बड़े लोग मासूम रहते हैं, वे दुनिया की नज़र में बेवकूफ कहलाते हैं, जबकि उनकी मासूमियत उन्हें ज़िन्दगी को भरपूर जीना सिखाती है और मौके देती है। बच्चों का भोलापन भी इसीलिए प्यारा लगता है क्योंकि हम उसमें अपने खोए हुए बचपन की झलक देखते हैं। सरल होना बहुत कठिन काम है, यह सिर्फ बच्चे और कुछ प्रतिशत बड़ों में ही देखने को मिलता है। ज़िन्दगी, तेरे मासूम सवालों से परेशान हूँ मैं।

ध्वनि

ध्वनि का विज्ञान से गहरा रिश्ता है। गति और गहराई नापने के लिए वैज्ञानिक ध्वनि का प्रयोग करते हैं। आध्यात्मिक स्तर पर 'ऊँ' जैसी ध्वनि से सकारात्मक ऊर्जा का संचार भी वैज्ञानिक तथ्य है। किसी भी ध्वनि का उच्चारण तय करता है कि उसका प्रभाव सकारात्मक या नकारात्मक होगा। संगीत में ध्वनि का महत्व इतना है कि बिना ध्वनि के संगीत संभव ही नहीं। प्रकृति भी ध्वनि के माध्यम से अपने जीवंत होने का प्रमाण देती है। मनुष्य इतनी भाषाओं का प्रयोग ध्वनि के आधार पर करते हुए अपनी भावनाओं को व्यक्त कर पाता है।

परीक्षा

परीक्षा के नाम से ही डर लगता है, स्कूल की परीक्षा हो या ज़िन्दगी की। परिश्रम भी दोनों में करना पड़ता है। लेकिन बस, इतनी ही समानता है दोनों में। ज़िन्दगी परीक्षा पहले लेती है, फिर सबक मिलता है। स्कूल में सबक का अभ्यास कराने के बाद परीक्षा होती है। स्कूल में हर स्तर (कक्षा) पर सबको एक ही प्रश्नपत्र मिलता है, ज़िन्दगी में सब कुछ आउट ऑफ कोर्स होता है और सबके प्रश्न भी भिन्न होते हैं। स्कूल की परीक्षा में असफल होने पर दूसरा मौका मिलता है, ज़िन्दगी दूसरा मौका नहीं देती, हर हाल में सफल होना ही है।

रास्ता

कई बार रास्ता मंज़िल से ज़्यादा महत्वपूर्ण होता है। रास्ते के उतार चढ़ाव, मुश्किलें, अनुभव तब सहने लायक हो जाते हैं, जब हमसफ़र हमकदम हों। रास्ते में लोग जुड़ते हैं, बिछड़ते हैं, चलने वाले को आगे बढ़ते रहना होता है। मंज़िल एक होती है, रास्ते अनेक, चलने वाला अपनी सोच, परिस्थिति के अनुसार रास्ता चुन लेता है, भले ही वह सही हो या गलत। फिर ये भी सच है कि जो सोच समझ कर काम नहीं करते वे रास्ते पर आ जाते हैं। रास्ते का माल सस्ते में, सोच कर लालच न करें।

उत्साह

जीने का उत्साह, काम करने का उत्साह और लक्ष्य प्राप्ति का उत्साह जिसके पास हो, उसे प्रगति करने से कोई रोक नहीं सकता। मन का उत्साह शरीर को भी ऊर्जा से भर देता है। उत्साह की कमी से अच्छा भला आदमी भी हर काम में पिछड़ने लगता है। जीने का उत्साह बड़ी बड़ी बिमारियों से लड़ने की हिम्मत देता है। तो, हाउ इज़ द जोश? उत्साह)…..

सेवा

सेवा की महत्ता मानवता में बहुत है, वह भी अगर निस्वार्थ हो तो कहना ही क्या। पर देखा जाए तो लोग सेवा इसलिए करते हैं कि उन्हें मेवा यानि कोई लाभ मिले। किसी की ज़रूरत के समय उसकी सेवा करना न केवल पुण्य दिलाता है, साथ ही अपने भविष्य के लिए आप अपनी सेवा कराना सुनिश्चित करते हैं, अपनी अगली पीढ़ी को संस्कारवान बना कर। केवल अपना धर्म या कर्तव्य समझ कर कितने लोग सेवा करते हैं?

मेरी पसंदीदा भाषा

पसंदीदा भाषा तो हिंदी ही है, क्योंकि हिंदी में ही मन में विचार आते हैं। यही किसी भी भाषा का मापदंड है कि दुख और गुस्से में अधिकतर मातृभाषा ही मुंह से निकलती है। ज़रूरत के मुताबिक इंग्लिश, हिंग्लिश, उर्दू, पंजाबी, मुल्तानी, भोजपुरी, बांग्ला, गुजराती, मराठी और ज़रा सी तामिल बोल, समझ और पढ़ लेती हूँ। भाषा विज्ञान और टीवी सीरियल्स की बदौलत इतना तो सीख ही लिया, बाकी पारिवारिक पृष्ठभूमि और पडोसियों ने सिखा दिया। पर हिंदी ही दिल के सबसे करीब है।

मज़बूत- मजबूर

परिस्थितिवश मजबूर इंसान कई तरह से प्रतिक्रिया दे सकता है। या तो वह हार मान कर परेशानियों के आगे घुटने टेक दे, या फिर हिम्मत करके मज़बूत इरादों के साथ हर मुश्किल का सामना करे। मजबूरी में इंसान कुछ भी करने को तैयार हो जाता है, और मज़बूती में कुछ भी कर गुज़रता है। मज़बूत कंधे किसी भी मजबूर को सहारा दे सकते हैं। बस, इस मज़बूती को कठोरता नहीं समझना चाहिए, कोमल होते हुए भी मज़बूत हुआ जा सकता है। अपने अस्तित्व की लड़ाई में यह गुण किसी भी स्त्री में देखा जा सकता है।

एक

एक अकेला होता है, फिर भी इतना शक्तिशाली है कि शून्य के आगे लग जाए तो दोनों की कीमत बढ़ जाती है। साथ हो, तो एक और एक ग्यारह बन जाते हैं। प्यार हो तो, दो जिस्म एक जान हो जाते हैं। एक किसी शुभ कार्य में पैसों के साथ मिलकर शगुन बन जाता है। विभिन्नता के बावजूद जब एक होकर काम किया जाए तो ताकत कई गुना बढ़ जाती है। रूप और नाम जितने भी हों पर ईश्वर एक हैं। इसलिए एक अकेला होते हुए भी अद्वितीय है।

बावर्ची

राजेश खन्ना की फिल्म बावर्ची जितनी बार भी देखती हूँ, हर बार यही इच्छा जागती है कि काश इतनी फुर्ती, इतनी समझ और बुद्धि, इतना ज्ञान मुझमें भी होते। एक असंभव सपना, सबकी परेशानियां दूर कर पाने में सक्षम होना, सबके चेहरे पर मुस्कुराहट लाना, हाँ, यह असंभव सपना ही तो है। हम हमेशा सबको एक साथ खुश नहीं कर सकते। और सबकी परेशानियों का हल हमारे पास नहीं होता। पर इस सपने को साकार करने की कोशिश तो की ही जा सकती है। शत प्रतिशत नतीजा नहीं मिलेगा, पर कुछ लोगों को भी अगर खुश कर सकें तो बहुत है।

थिरकना

जिन्हें नृत्य पसंद है, संगीत सुनते ही उनके पैर अपने आप थिरकने लगते हैं। इस थिरकन पर उनका बस नहीं चलता। जब मन प्रसन्न हो तो चाल में यूँ भी थिरकन आ जाती है। प्रकृति में पशु पक्षी भी समयानुसार थिरकते हुए देखे जा सकते हैं। सबसे प्रसिद्ध होता है मोर का नृत्य। उसका मनमोहक नृत्य देखने वाले भले पैरों से ना थिरक रहे हों, पर उनके मन में थिरकन होने लगती है। मन की मस्ती से थिरकते पैर उम्र नहीं देखते, युवा हों या बुज़ुर्ग।

जज़्बात

जज़्बात ज़िन्दगी के अनेक रंगों का नाम है। सभी जीवधारियों में कुछ आधारभूत जज़्बात तो होते ही हैं, लेकिन इंसान के जज़्बात बारीक और महीन एहसास को भी जता सकते हैं। संस्कृत में भावनाओं को नवरस के माध्यम से दर्शाया गया है। जज़्बात जब तक ज़िन्दगी का हिस्सा हैं, ठीक हैं पर जब जज़्बात ज़िन्दगी का एक मकसद बन जाएं तो इंसान जज़्बात का गुलाम हो जाता है। जज़्बा मुहब्बत का हो या नफरत का, ज़िन्दगी की राह तय करने के लिए ज़रूरी बन जाता है।

घर घर की कहानी

हर घर की एक ही कहानी होती है, सुख, दुख, खुशियों और परेशानियों से भरपूर। अंतर होता है कहानी के पात्रों और उनके किसी परिस्थिति पर प्रतिक्रिया देने में। दूसरों के घरों में ताकझांक करने वाले ये भूल जाते हैं कि उनके अपने घर भी दूसरों की जिज्ञासा के लिए वैसे ही खुले हैं। गॉसिप करने वालों के अतिरिक्त ऐसे भी लोग हैं जो दूसरे की खुशियाँ और तरक्की देख कर यह समझते हैं कि उनके जीवन में सब अच्छा है, परेशानियां तो सिर्फ हमारे हिस्से में हैं। दूर के ढोल सुहाने। बस यही है कहानी घर घर की।

दिल

दिल जीवित शरीर का एक महत्वपूर्ण अंग है, जो गर्भस्थ शिशु के शरीर के साथ काम करना शुरू करता है और जीवनपर्यन्त अनवरत काम करता है। दिल का रुकना मृत्यु का कारण बन जाता है। लेकिन कला और साहित्य की भाषा में दिल भावनाओं का स्रोत और भंडार है। इश्क़ में तो दिलों का आदान प्रदान भी हो जाता है। और बेवफाई से दिल टूट भी जाता है। ये सब काव्यात्मक कल्पना है, तथ्य नहीं। फिर भी दिल है कि मानता नहीं।

वीर जवान

जैसे समुद्र एक एक बूंद से बन जाता है, वैसे ही हमारे वीर जवानों के संयुक्त देशभक्ति के भाव से सेनाएँ अजेय बन जाती हैं। कठिन और विपरीत परिस्थितियों के बीच रहते हुए अपने देश को सर्वोपरि मानने वाले वीर जवानों का हौसला कभी कम नहीं होता। देश की सीमाओं की रक्षा का प्रश्न हो या देश के भीतर की आपदाओं में नागरिकों की सहायता की बात हो, इन वीर जवानों को हमेशा मुस्तैद पाया जाता है। इन जवानों को हमारा सलाम है। इनके परिवारों को पूरी इज़्ज़त और सुविधाएं मिलनी चाहिए ताकि जवान निश्चिन्त होकर अपना कर्तव्य निभा सकें।

सिर

सिर मानव शरीर का सबसे ऊंचा अंग है। शायद इसीलिए सिर के साथ प्रतिष्ठा को जोड़ा जाता है। सिर ऊंचा रहे तो प्रतिष्ठित, सिर नीचा हो तो लज्जा, तिरस्कार अथवा छोटा होने का अहसास होता है। सिर जोड़ कर बैठे तो साथी हैं, सिर फुटौव्वल हो तो दुश्मन। मान देना हो तो सिर आंखों पर, और देशभक्ति की भावना में तो सिर कटा लेने तक का जज़्बा होता है। पागल या सिरफिरा भी पीछे नहीं है। तभी तो हंगामा करने वाले आसमान सिर पर उठा लेते हैं।

धोखा

धोखा वहीं मिलता है जहाँ भरोसा होता है। धोखा तथाकथित अपनों से मिलता है, क्योंकि उनके साथ हम सावधान नहीं होते। अपने भरोसे और भोलेपन के कारण दुनियादारी के इम्तिहान में नाकामयाब हो जाते हैं। अनजान के साथ सावधानी बरतते हैं, तो धोखे से बचाव हो जाता है। धोखेबाज़ इसलिए सफल नहीं होता कि वह ज़्यादा होशियार है, बल्कि इसलिए क्योंकि उसने भरोसा तोड़ा होता है। काठ की हांडी दुबारा नहीं चढ़ाई जाती। एक बार धोखा खाया हुआ इंसान दुबारा भरोसा नहीं कर पाता। लेकिन प्यार में अंधे बार बार धोखा खा लेते हैं।

वसंतपंचमी

विद्या की देवी सरस्वती के अवतरण दिवस को वसंतपंचमी के नाम से जानते हैं। वसंत ऋतु के आगमन को पीले रंग से जोड़ कर देखते हैं। प्रकृति अपने रंगों से सभी पेड़ पौधों, पशु पक्षियों को सराबोर कर देती है। वीणावादिनी सरस्वती देवी के सुर संतुलन में प्रकृति भी संगीत से मन मोह लेती है। पूर्वी भारत में इस दिन छोटी बड़ी, हर उम्र की लड़कियां साड़ी पहन कर पूजा करने आती हैं। विद्या दायिनी सरस्वती मां, सबको विद्या दान दें, सुबुद्धि दें, अज्ञान दूर करें।

ऐसी चीज़ जिसे काटते, पीसते और बांटते हैं, खाते नहीं

बचपन में जब ननिहाल में गर्मी की छुट्टियों में पूरा परिवार मिलता था तो सबकी दुपहर ताश खेलते बीतती थी। और हम बच्चे छोटी सी ताश की गड्डी, जो पांच पैसे में मिलती थी, से बड़ों की नकल करते हुए खेलते थे। इस पारिवारिक टाइमपास खेल के अलावा, दोस्तों के बीच, दिवाली के समय ताश मज़े और साल भर का भाग्य जानने के लिए खेली जाती है। पर बुरी आदतों में से एक जुआ खेलने की लत जिसे हो, उसके लिए ताश नर्क का द्वार है। बाकी इन बावन पत्तों में साल के बावन हफ्ते, चार रंगों में चार मौसम भी दिखते हैं।

हाउसवाइफ का भी स्टेटस होता है

हाउसवाइफ का भी स्टेटस होता है, घर की लक्ष्मी, बहूरानी, फलाने की पत्नी, फलाने की माँ का स्टेटस। सभी रिश्तों और पूरे घर की धुरी, जिसके बिना सब कुछ अस्त व्यस्त हो जाता है। एक हाउसवाइफ बिना तनख्वाह की नौकरानी, सेविका, नर्स, अध्यापिका, दोस्त, गाइड, काउंसलर, कुक, और ज़रूरत के मुताबिक सभी प्रोफैशन का छोटा रूप बन जाती है। उसे अपने लिए जीने, सोचने का समय नहीं होता, कोई छुट्टी नहीं होता। फिर भी सुनने को यही मिलता है कि आखिर करती क्या हो? हाउसवाइफ को बुद्धि से कम माना जाता है, कि वह कमाने लायक स्मार्ट नहीं है।

सहन

सहनशीलता के लिए धरती का उदाहरण दिया जाता है। फिर भी जब यह सहनशीलता सीमा पार कर जाती है तो ज्वालामुखी फटने से लावा निकलता है, भूकंप आता है। उसी तरह जो इंसान कहते नहीं हैं, वे सहते हैं। सबके सहने की सीमा भिन्न हो सकती है। सहनशीलता एक गुण है, पर आवश्यकता से अधिक सहने को लोग कमज़ोरी समझने लगते हैं, और सहने वाले के ऊपर अधिक परेशानी डाल देते हैं। पर सहन वही कर सकता है जो अंदर से मज़बूत हो।

द्वार

किसी भी वस्तु को पाने के लिए द्वार से गुज़रना ही पड़ता है, चाहे वह भौतिक द्वार हो अथवा मानसिक। द्वार खुला हुआ हो तो आप आसानी से वस्तु या व्यक्ति तक पंहुच सकते हैं। और द्वार बंद हो तो उसे खुलवाने के लिए मेहनत करनी पड़ती है। द्वार आपकी रक्षा भी करता है, अनचाहे लोगों से, और आपको अकेला या बंदी भी कर सकता है। आप स्वागत के लिए द्वार खोल कर रख सकते हैं या अपमान के लिए मुंह पर बंद कर देते हैं, यह परिस्थिति का विषय है।

सफरनामा

ज़िन्दगी के सफर में सब उतार चढ़ाव देखते हैं, झेलते हैं। कोई हंस कर, कोई रो कर, तो कोई निर्लिप्त हो कर समय पार कर लेता है। मैंने ज़िन्दगी को एक नदी के बहाव की तरह जिया है। कहीं अल्हड़, उछलती कूदती बेपरवाह नदी, कहीं शांत, धीर गंभीर, ठहरा हुआ पानी। कभी चट्टानों से टकराते हुए, कभी किनारों की सीमाओं से परे, जैसे ज़िन्दगी जिधर ले गई, चली गई।बहाव के साथ चलने में बहुत सी मुश्किलें स्वतः आसान हो जाती हैं। लहरों से विपरीत जाने के कष्ट से छुटकारा मिल जाता है। और सिर्फ आगे बढ़ना होता है। ये है मेरा सफरनामा।

मेरी पहली रचना

मेरी पहली रचना काव्य थी, रामचरितमानस के आधार पर की गई हिंदी में कविता। उस समय मैं पांचवी कक्षा में थी। मानस की घटनाओं को कविता के रूप में लिखने के लिए मेहनत भी खूब लगी। उसके लिए स्कूल बैग में अलग कॉपी रखी हुई थी। घरवालों से छिपा कर रखती थी ताकि उनसे डांट न पड़ जाए। इस बारे में सिर्फ मेरी सहेलियाँ जानती थीं। उसके बाद मैंने एक उपन्यास भी लिखा, बेहद बचकाना। पढ़ने और फिल्में देखने के शौक का नतीजा था यह। बाद में, पुरानी किताबों और रद्दी में यह कॉपी, मेरी पहली रचना, भी चली गई।

दूर

दूरियाँ शरीर से हों, पर मन से कभी नहीं। दूर रहते हुए भी प्यार हो तो शहर क्या देशों की दूरी भी कोई मायने नहीं रखती। कभी कभी लोग नज़र से दूर होते ही भूल जाते हैं, पर सामने प्यार जताते हैं। ये भी कहा जाता है कि दूर रहने से प्यार बढ़ता है जबकि पास रहते हुए एक दूसरे की कद्र करना भूल जाते हैं और मन से दूर होने लगते हैं। कभी कभी सिरी परेशानियों से दूर कहीं निकल जाने का भी मन करता है।

रेशमी धागे

रंग बिरंगे रेशमी धागों से काढ़े हुए फूल और सुंदर डिज़ाइन से कपड़ों की शोभा बढ़ जाती है। हाथ से काढ़े हुए इन रेशमी धागों में जो प्यार और अपनापन होता है, वह मशीनी कढ़ाई में नहीं दिखता। पहले सुकन्या के सुघड़ होने की पहचान होती थी कि वह खाना बनाने, सिलाई कढ़ाई में कितनी कुशल है। पहनने वाले वस्त्र, रुमाल, घर की सजावटी वस्तुएँ और चादरें, तकिया कवर, कुशन कवर, मेज़पोश और कितना कुछ खिल उठता है रंग बिरंगे धागों से। सुई, बटन, धागे, कैंची हर घर में मिल ही जाते हैं।ये मोह मोह के धागे, तेरी उंगलियों से जा उलझे।

बाल्कनी

पुराने घरों के आंगन की जगह आजकल के फ्लैट्स की बाल्कनी ने ले ली है। खुली हवा में आसमान के टुकड़े को देखते हुए बैठने भर की सुकून देने वाली जगह है ये छोटी सी बाल्कनी। गमलों की हल्की सी हरियाली के बीच गर्म चाय या कॉफ़ी की प्याली ले कर बैठ कर अपने को प्रकृति के बीच होने का एहसास दिला देते हैं। बाल्कनी में कपड़े सुखाने हैं या और ज़रूरी काम के लिए इस्तेमाल करना हो तो एक अलग कमरे का भी काम दे देती है बाल्कनी। पड़ोस में झांकने का ज़रिया भी है बाल्कनी।

चकला बेलन

किसी भी भारतीय रसोई के बर्तनों में चकला बेलन बहुत ज़रूरी हिस्सा है। गरीब से गरीब घर में भी रोटी बनाने के लिए चकला बेलन होता ही है। भारतीय खाने में रोटी, परांठे, पूड़ी, कचौड़ी, पापड़ बेलने के लिए इस उपकरण की ज़रूरत होती ही है। विदेशों में भी कुछ पकवानों को बनाने के लिए रोलिंग पिन के नाम से बेलन का चलन है। बेलन को स्त्री के हथियार के तौर पर दिखा कर मज़ाक का विषय भी बनाया जाता है। पर सच्चाई यह है कि बेलन स्त्री की पाककला की पहचान और ताकत है।

फर्नीचर

किसी मकान को घर बनाने के लिए घरवालों के अलावा फर्नीचर का भी महत्वपूर्ण योगदान होता है। घरवालों की आर्थिक स्थिति के अनुसार और ज़रूरत के मुताबिक घर को विभिन्न तरह के फर्नीचर से सजाया जाता है। फर्नीचर कितना सुरुचिपूर्ण या मंहगा है, उससे ज़्यादा, उसकी ज़रूरत कैसी और कितनी है, फर्नीचर बनाने का पहला पैमाना है। फर्नीचर ऐसा हो, जिसके इस्तेमाल से आराम मिले, न कि कोई असुविधा हो। घर कैसा सजा है, कितना खाली या भरा हुआ है, यह बहुत कुछ फर्नीचर पर निर्भर करता है, और गृहस्वामी के व्यक्तित्व को दर्शाता है।

टीवी

एक ज़माना था जब टीवी पर कुछ घंटों के ब्लैक एंड व्हाइट प्रोग्राम देखने के लिए भी छत पर एंटीना घुमाने की मेहनत की जाती थी। फिर रंगों ने टीवी को सजा दिया और कृषि दर्शन से आगे धारावाहिकों से मनोरंजन का नया आयाम मिला। और टीवी स्क्रीन का आकार बढ़ता गया और उतना ही पतला होता चला गया। अब के टीवी बुद्धु बक्सा नहीं रह गए, अब वे स्मार्ट टीवी हो गए हैं। मनोरंजन, ज्ञान, भक्ति, खेल, लाइफस्टाइल के लिए भी इंटरनेट के ज़रिए टीवी हमारी ज़िंदगी का एक अहम हिस्सा बन गया है।

सुखी परिवार

परिवार वही सुखी हो सकता है जो एक दूसरे के साथ समय बिताए, पर साथ ही पारस्परिक दूरियाँ भी रखे। जहाँ एक साथ हंसी खुशी समय बिताना परिवार में मज़बूती लाता है, वहीं एक दूसरे को थोड़ी व्यक्तिगत जगह देना भी ज़रूरी है। हर व्यक्ति हर समय एक जैसी मानसिक स्थिति में नहीं रहता। मन में तूफान हो और परिवार के प्यार की बारिश में भीगना पड़े तो कितना कीचड़ हो जाता है। अच्छे बुरे समय में परिवार एक साथ खड़ा होता है पर एक दूसरे पर ना खड़ा हो।

आवाज़

आवाज़ हर जीव की, खासकर इंसान की पहचान है, उसकी भावनाओं को व्यक्त करने का ज़रिया। जिन लोगों को आवाज़ का सौभाग्य नहीं मिलता, इस काम के लिए दूसरे तरीके अपनाते हैं। आवाज़ सुरीली हो या कर्कश, तभी सार्थक है, जब उसे सुना जा सके। आवाज़ की बदौलत संगीत है, विभिन्न कलाएँ हैं, जो इंसानों को जानवरों से अलग करता है। आप किसी को उसकी आवाज़ से पहचानते हैं। किसी को पुकार सकते हैं, बस एक आवाज़ देने की ज़रूरत है। सन्नाटे को चीर कर पक्षियों का कलरव, बहते पानी और हवा से पत्तों की सरसराहट का हल्का शोर सुकून देता है। दूसरी तरफ सुनसान में अचानक हुई कोई आवाज़ डरा भी देती है।

तुम बहुत लापरवाह हो

किसी के मुंह से ये आरोप सुनना कि ‘ तुम बहुत लापरवाह हो', किसी भी गृहिणी के लिए बहुत दिल तोड़ने वाला होता है। वह भी तब जबकि वह जी जान से परिवार के हर सदस्य की पसंद नापसंद, सुविधा असुविधा की परवाह करते हुए अपनी तरफ से लापरवाह हो जाती है। सब उसकी इस कोशिश को नज़रअंदाज़ कर देते हैं, या मामूली समझते हैं। एक गलती होते ही सब उसे गुनहगार मानने लगते हैं। यह कोई नहीं सोचता कि वह लापरवाह ज़रूर है, पर केवल अपने प्रति, वह भी समय और अवसर के अभाव में। लापरवाही न करें, जान है तो जहान है।

हुनर

हर किसी में कोई न कोई हुनर होता ही है। कला के विभिन्न रूप, विभिन्न काम, बात- व्यवहार में, हुनर प्राप्त करना कोई मुश्किल काम नहीं। कई बार हुनर जन्मजात भी होता है। पर अभ्यास से हुनर को तराशा जा सकता है। जैसे खान से निकले हीरे को तराशा जाता है, स्वर्ण को आग में तपा कर सुनहरे सोने में बदल दिया जाता है। हुनरमंद को अपने हुनर की बदौलत सफलता मिलती है। हुनर को और निखारा जा सकता है, क्योंकि कोई भी और कुछ भी सम्पूर्ण नहीं होता। बेहतर होने की गुंजाइश हमेशा रहती है।

मित्र

मनुष्य अपना परिवार और रिश्तेदारों को नहीं चुन सकता, लेकिन मित्र अपनी इच्छा, पसंद के अनुसार बनाए जा सकते हैं। मित्रता उम्र, रंग, जाति, धर्म, आर्थिक स्थिति आदि देख कर नहीं की जाती। मित्रता का केवल एक मानदंड है, मन मिलना। मित्रता हमेशा सच्ची ही होती है, उसमें कोई छल कपट या स्वार्थ नहीं होता। अगर ऐसा कुछ है तो वह मित्रता है ही नहीं। मित्र से इंसान सब कुछ बांट सकता है, बिना किसी हिचक के, बिना भय के। समय या शारीरिक दूरी से मित्रता पर असर नहीं पड़ता। मित्रता इंसान प्रकृति, कला, जानवर, किसी से भी हो सकती है।

इश्क़

इश्क़ और मुश्क (कस्तूरी) छिपाए नहीं छिपते। इश्क़ रब से हो, इंसान से, किसी जानवर, चीज़ या आदत से, सामने आ ही जाता है। कभी बोल कर, कभी आंखों से और कभी किसी और तरीके से, इश्क़ का इज़हार हो ही जाता है। इश्क़ जान बूझकर नहीं किया जाता, हो जाता है। आशिक और माशूका का इस पर ज़ोर नहीं होता। इस जुनून में और किसी भावना या चीज़ का महत्व नहीं रह जाता। अपने को भूल कर सिर्फ इश्क़ ही याद रहता है। इश्क़ की जगह रब के साथ है जिसमें और किसी का ध्यान नहीं रहता।

मदद

मदद हर किसी को ज़िन्दगी में कभी न कभी चाहिए ही होती है। ज़रूरत के समय कोई मदद कर दे तो वह हमेशा याद रहता है। आप किसी की मदद करके अपने भविष्य को सुरक्षित कर रहे होते हैं। पर महत्वपूर्ण बात यह है कि मदद उसी की करनी चाहिए, जो अपने को मुश्किल से निकालने की कोशिश करे। जो खुद कुछ न करे, उसकी मदद करना व्यर्थ है। इसे कहते हैं मुद्दई सुस्त गवाह चुस्त। ईश्वर भी अपनी मदद करने वाले के साथ ही खड़े होते हैं।

सफर

ज़िन्दगी का सफर सुहाना है या अंग्रेज़ी 'सफर', ये तो भाग्य पर निर्भर करता है। इस सफर पर कितने यात्री सफर करते हैं और अपने समय और मंज़िल के मुताबिक मिलते- बिछड़ते हैं। इनमें कुछ हमकदम, तो कोई हमसफ़र बन जाता है। बाकी दुनियावी सफर में कितनी तरह के वाहन, सड़क, हवा और पानी पर चलने वाले, इस्तेमाल किए जाते हैं। सफर छोटी दूरी का हो, या लम्बी दूरी का, तय करने के लिए एक लक्ष्य होना चाहिए। आरामदायक है या कष्टदायक, साधन जैसा भी हो, मंज़िल तक पंहुचा ही देता है।

छोटा

छोटा आकार, उम्र, अनुभव के आधार पर हो सकता है, फिर भी है यह तुलनात्मक ही। छोटा तभी तक ही है जब तक कोई उससे बड़ा है, या उससे छोटा हो जाए। घर में छोटा सबका लाडला होता है, उसकी गलतियां माफ होती हैं, उस पर ज़िम्मेदारियां नहीं होतीं। पर बड़े की उतरन भी उसी को मिलती है। छोटा जिस कारण से हो, ठीक है, बस सोच छोटी नहीं होनी चाहिए। छोटा मुंह बड़ी बात, सपने छोटे नहीं होने चाहिएं। क्योंकि देखन में छोटा लगे, घाव करे गम्भीर।

नींद

पहले भोर में उठना, रात को जल्दी सोना आदर्श माना जाता रहा है। अब रात को देर रात तक सोशल मीडिया पर लगे रहना और सवेरे की मीठी नींद के चलते देर तक सोना आम बात है। समय पर नींद न लेना, और सारा दिन उनींदे रहना आधुनिक युग का अभिशाप है। मेहनतकश लोग नींद की आगोश में ऐसे समा जाते हैं जैसे शिशु माँ की ममतामयी गोद में निश्चिन्त हो कर नींद लेता है। भगवान् का वरदान है उन्हें, जो चिंताओं में घिरे होते हुए भी जब जैसे चाहें, नींद ले पाते हैं।

तुम करती ही क्या हो

दुनिया में किसी के बिना कोई काम नहीं रुकता। और घरेलू काम के लिए नौकर रखे जा सकते हैं। पर क्या उनके काम में वह प्यार, सबकी सुख सुविधा, पसंद नापसंद, समयानुसार ज़रूरत का ध्यान मिलेगा? अपनी ज़रूरत, अपने सपने, अपने को पीछे रख कर परिवार की खुशियों में संतोष करना हर गृहिणी से अपेक्षित होता है। अगर वह कामकाजी हों, तो भी उनसे उम्मीद की जाती है कि वह गृहिणी की तरह सबका ध्यान रखे। स्त्री से कोई नहीं पूछता कि वह थकी तो नहीं, उसने कुछ खाया है या नहीं, वह ठीक तो है? उसके लिए एक सवाल ही होता है---तुम करती ही क्या हो?

याद

याद उन बीते पलों को दुबारा जीने का नाम है, जो हमारे जीवन में अहम भूमिका निभाते हैं। ये पल अच्छे हैं या बुरे, इस पर निर्भर करता है कि याद खुशनुमा होगी या दर्दनाक। इन यादों के आधार पर सबक लेते हुए भविष्य को संवारा जा सकता है, दिशा दी जा सकती है। वर्तमान में भी अतीत की याद से खुश या दुखी हुआ जा सकता है। यादों का पिटारा बहुत अनमोल होता है। पर कभी कभी याद न रखना भी शांति से जीने के लिए ज़रूरी हो जाता है।

#ओह नो

सब कहते हैं कि मैं खाना अच्छा बनाती हूँ। सास ससुर के लिए उनकी उम्र और पसंद के मुताबिक, बच्चों की फरमाइशों में ध्यान रखते हुए कि किसे कौन सी सब्ज़ी या दाल पसंद नहीं, पतिदेव के लिए कुछ चटपटा और सबके खाने के अलग अलग समय के हिसाब से खाने की तैयारी करना, कभी कोई त्योहार, कभी किसी का खास दिन, कभी कोई पार्टी, इतना कुछ बनाती रहती हूँ। पर कोई पूछे, कि मैं क्या खाती हूँ, अलग से कोई डिश नहीं, ओह नो, जो बच जाता है, उसे भी तो सधाना

होता है। यह हर गृहिणी की कहानी है।

कदम

कदम पहला हो या छोटा हो, बहुत महत्वपूर्ण होता है। उसी से बड़ी मंज़िलें हासिल होती हैं। एक एक कदम मंज़िल की तरफ करीब ले जाता है। पहला कदम उठाना ही मुश्किल होता है, उसके बाद बाधाएँ आने पर भी मुसाफिर रुकता नहीं। मन में संदेह हो तो कदम रुके रुके से हो सकते हैं, और भरोसा हो तो कदमताल करते हुए आगे बढ़ने से कोई रोक नहीं सकता। आपका हमसफ़र हमकदम भी हो तो सफर आसान हो जाता है।

भेदभाव

मर्द और औरत एक दूसरे के पूरक हैं और साथ ही एक जैसी भूख प्यास, एक जैसे मूल अंग और इंद्रियाँ, एक जैसी भावनाएँ और मूलभूत आवश्यकताएँ रखने वाले इंसान हैं। एक दूसरे की कमज़ोरी को अपनी अपनी ताकत से पूर्ण करना, यही है संतुलन। न कोई कमतर है, न कोई अधिक। केवल समाज और संस्कृति के नाम पर इनमें भेदभाव करना उचित नहीं है। शारीरिक बल, कोमल मानसिक भावनाओं से युक्त मर्द और औरत समय और स्थिति के अनुसार इन गुणों को जताते और दिखाते हैं। न किसी का महत्व कम है, न आवश्यकता।

ज़िन्दगी

ज़िन्दगी को परिभाषित करना बहुत मुश्किल है, सभी अपने अपने नज़रिए से देखते हैं। ज़िन्दगी सफर है,खेल है, सपना है, बुलबुला है, दर्शन है, मज़ाक है, सज़ा है, धर्म है, मस्ती है, और न जाने क्या क्या है। जिस रूप में भी ज़िन्दगी को देखें, देखने वाले की सकारात्मकता या नकारात्मकता का ही पता चलता है। ज़िन्दगी जीने के लिए मूलभूत ज़रूरतों के अलावा संवेदनाओं और मूल्यों की भी आवश्यकता होती है। विभिन्न रिश्तों को संभालते, समेटते ज़िन्दगी बीत जाती है। ज़िन्दगी, मेरे घर आना।

मोहताज

किसी चीज़, किसी जज़्बे या किसी हुनर के मोहताज इंसान की तकलीफ तब बढ़ जाती है जब मोहताजगी उसकी अपनी गलती से नहीं हो। कोई भी मोहताज होकर नहीं रहना चाहता। कभी किस्मत, तो कभी किसी मजबूरी में मोहताज झेलता इंसान दो तरीके से काम कर सकता है। या तो वह निराश होकर, हाथ पर हाथ धर कर बैठ जाए या उम्मीद और मेहनत से आगे बढ़े और अपनी किस्मत बदल ले, अपनी मोहताजी खत्म कर ले। निराश इंसान अपनी मोहताजी के कारण गलत रास्ता भी अख्तियार कर सकता है।

कॉफ़ी

जैसे चाय हर देश और वर्ग से जुड़ी हुई है, उसमें धरती से जुड़ा सोंधापन है, वैसे ही कॉफ़ी में एक रुमानियत है। एक प्याला कॉफ़ी आपकी कल्पनाओं को जगा देता है। उसकी सुगंध आत्मा को तृप्त कर देती है। कॉफ़ी का हल्का कड़वा स्वाद भी इसे पसंद करने वालों के लिए कहीं से भी रुकावट नहीं बनता। इसका स्वाद, आपको अच्छे गुणों की तरह अर्जित करना होता है। और एक बार आप इसके आदी हो जाएं तो फिर इसके बिना अपनी दिन भर की थकान दूर करने का और कोई उपाय नहीं मिलता।

स्वर कोकिला लता जी

सुरों की मल्लिका लता जी ने जीवन के हर रंग और भाव को अपनी सुरीली आवाज़ दी है। कम उम्र से ही संगीत की सेवा में रत लता जी के गाए हुए गाने हमारे जीवन में रचे बसे हैं। कोई एक गीत नहीं, बल्कि उनके गाए हुए सभी गाने मनपसंद की श्रेणी में आते हैं। उनके स्वर की यह मधुरता उनके व्यक्तित्व और उनकी बोली में भी झलकती थी। “ ऐ मेरे वतन के लोगो, ज़रा आंख में भर लो पानी”, उनका दुनिया से जाना एक शून्य छोड़ गया है। पर उनके गीत अमर हैं।

पूर्णता

दो प्यार करने वाले एक दूसरे को पा कर, एक दूसरे के पूरक बन कर पूर्ण होने का अनुभव करते हैं। पर सही अर्थों में उन्हें पूर्णता प्राप्त होती है, जब उनका प्यार सिर्फ अहसास से बढ़कर, संतान के रूप में शरीर धारण करता है। एक दूसरे के प्रति प्यार, समर्पण, ज़िम्मेदारी की सीमा बढ़ कर एक नए अस्तित्व को अपने दायरे में ले लेती है। एक बच्चे के आने से पति पत्नी 'परिवार' बन जाते हैं, पूर्णता पा लेते हैं। एक नए जीवन को दुनिया में लाने वाले माँ बाप के लिए उनकी संतान उनकी दुनिया बन जाती है।

फूल

फूल प्रकृति की सबसे सुंदर सृष्टि है। रंग बिरंगे, विभिन्न आकार और सुगंध के साथ फूल, आंखों, नाक और नाज़ुक और मुलायम स्पर्श के कारण हमारी इंद्रियों के लिए दावत बन जाते हैं। फूलों का उपयोग प्रकृति की सजावट और विभिन्न कीट और तितलियों, मधुमक्खियों का भोजन और घर होने में है। हम इंसान घरों की सजावट, उपहार आदि के लिए करते हैं। पूजा में इन्हें चढ़ाते हैं। पर पुष्प की अभिलाषा वीर सैनिक के पथ पर बिछने की है। देवता भी आकाश से पुष्प वर्षा करते हैं। मुरझाने से नकली फूल बचाते हैं। हैप्पी रोज़ डे।

परिवार

परिवार के लिए, जन्म लेने के पहले ही से रिश्तों का प्यारा बंधन जन्म ले लेता है। माता पिता, संतान, भाई बहन, अन्य रिश्तों के साथ परिवार बन जाता है। सुखदुख में परिवार एक साथ खड़े होकर एक दूसरे का सहारा बनता है। जीवन के हर पहलू में परिवार महत्वपूर्ण होता है। इंसान को उसकी पहचान परिवार से मिलती है। पड़ोस, मित्र, समुदाय, धर्म देश, विदेश सभी मानवता के परिवार के भिन्न सदस्य बन जाते हैं। इसी को तो कहते हैं "वसुधैव कुटुम्बकम "।

कि आया मौसम

आने वाला मौसम कोई भी हो, पसंद नापसंद, जैसा हो, वर्तमान मौसम से कुछ हट कर होगा, एक रूटीन से अलग। हर परिवर्तन नई उम्मीद, नए मौके देता है। मौसम के बदलते रहने से ज़िन्दगी में हलचल बनी रहती है, जिसके अभाव में ज़िन्दगी में ठहराव आ जाएगा। समय चक्र के साथ मौसम भी बदलते रहते हैं और हालात भी। इंसान हर बदलते मौसम के साथ ज़िन्दगी के हर पहलू का सामना करना सीख जाता है। इसलिए कह सकते हैं कि आया मौसम दोस्ती का।

पैसा

ज़िन्दगी के अहम जज़्बात, प्यार, खुशी, सुख, इज़्ज़त, रिश्ते वगैरह पैसे से खरीदे नहीं जा सकते। इंसान खाली हाथ दुनिया में आता है, खाली हाथ ही जाता है। पैसा जितना भी जोड़ लो यहीं रह जाना है। पैसा हाथ की मैल है, आता जाता रहता है। पूत सपूत तो क्यों धन संचै, पूत कपूत तो क्यों धन संचै? लेकिन सच यह भी है कि दुनियावी ज़रूरतों कै पूरा करने के लिए, ज़िन्दगी को आरामदायक बनाने के लिए, और कभी कभी ज़िन्दगी के लिए भी पैसा बहुत ज़रूरी होता है। पैसे के बिना ज़िन्दगी में बहुत कुछ छूट जाता है।

प्रपोज़ल/प्रस्ताव

वैलेंटाइन सप्ताह में प्रपोज़ल/प्रस्ताव डे आपके प्यार को इज़हार करने का दिन है। साल भर में कभी भी यह खास दिन आ सकता है, जब मौका भी हो, दस्तूर भी हो। इस इज़हार के साथ प्यार के स्वीकार होने की संभावना और खुशी उत्साह भर रही होती है, तो दूसरी तरफ मना कर दिये जाने का डर भी पैर पीछे खींच रहा होता है। बहुत हिम्मत लगती है प्रपोज़ करने में, धड़कनें बढ़ जाती हैं, मुंह सूख जाता है, पेट में तितलियाँ उड़ने लगती हैं। केवल प्यार में ही नहीं, कार्य, व्यापार और अन्य प्रोजेक्ट में भी प्रपोज़ल दिए जाते हैं।

कंधा

जीवन भर इंसान अपने मज़बूत कंधों पर ज़िम्मेदारियों और परेशानियों का बोझ संभालता है। कमज़ोर कंधे वाले भी हैं जो ऐसा नहीं कर पाते। दूसरे, दुख, तकलीफ़ में उसे रोने के लिए कंधे की ज़रूरत होती है। जो इंसान बुरे वक्त में यह कंधा दे पाता है, उससे ज़्यादा अपना कोई नहीं होता। आजीवन कंधों पर बोझ उठाने वाले इंसान को जीवन के अंत में खुद चार कंधों की ज़रूरत पड़ती है। जिस बच्चे को पिता अपने कंधों पर उठा कर चलता है, बुढ़ापे में वही बेटा बाप को कंधा देता है।

चाय

चाय पर चर्चा करने वाले जानते हैं कि चाय हर वर्ग के लिए कितनी ज़रूरी है। एक मज़दूर ऊर्जा पाने और पेट भरने के भ्रम के लिए चाय पीता है, तो उच्च वर्ग के लोग पूरी साज सज्जा के साथ चाय की चुस्कियां लेते हैं। मध्यम वर्ग में मेहमानों की आवभगत का आवश्यक अंग चाय, दिन की शुरुआत और थकान से निजात दिलाने वाली चाय कितने रूपों में मिलती है। मसाला चाय कटिंग चाय, ग्रीन टी, ब्लैक टी, हर्बल टी, काश्मीरी कहवा, जैस्मीन चाय, खड़ी चाय, तंदूरी चाय, कुल्हड़ चाय, कड़क चाय और बरसात में पकौड़ों के साथ गर्मागर्म चाय, वाह। और इस लिस्ट में आईस टी और लेमन टी को कैसे भूल सकते हैं।

महक

पांच इंद्रियों में से एक, सूंघने की शक्ति हमारे जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। फूलों की महक, बारिश के बाद की मिट्टी की सोंधी महक, खाने पीने की भूख जगाती महक, सांसों को महकाती प्यार की खुश्बू और भी न जाने कितनी तरह की महक से हम सब ज़िन्दगी के सुगंधित रूप से परिचित होते हैं। दुर्गंध भी ज़रूरी है, उसकी तुलना से सुगंध की महत्ता बढ़ जाती है। पहाड़ों की ताज़गी भरी महक, समुद्र की खारी खुश्बू से अलग होती है, पर मन को उतना ही सुकून देती है। पशु जगत में एक दूसरे को महक से पहचाना जाता है।

काम

पूरी ज़िन्दगी जीने के लिए जीव काम में लगा रहता है। जीव आकार में जैसा भी हो, काम करता ही है। मनुष्य भी अन्य जीवों की तरह मूलभूत काम करता है। पर मानवीय सुख सुविधाओं की चाह में मनुष्य को थोड़े अतिरिक्त काम करने पड़ते हैं। वह उम्र, स्थिति, क्षमता और रुचि के मुताबिक काम करता है। कोई काम छोटा बड़ा नहीं होता, सभी काम ज़रुरी होते हैं। दुनियावी ज़रूरतों को पूरा करने को पंक्ति में कुछ सफलतापूर्वक आगे बढ़ जाते हैं, कुछ जैसे जैसे काम चलाते हैं। जो कोई कामना नहीं करते, वे निकम्मे कहलाते हैं।

स्वास्थ्य

स्वास्थ्य जीवन का एक महत्वपूर्ण अंग है, धन है। अच्छे स्वास्थ्य से कोई भी जीव अपना जीवन भरपूर जी पाता है। खराब स्वास्थ्य के साथ इतनी परेशानियों से जुड़ी होती हैं कि जीवन का उत्साह मंद हो जाता है। अच्छे स्वास्थ्य का धन, भौतिक धन से कहीं ज़्यादा महत्वपूर्ण है। अच्छी आदतों, सही खान-पान और अपना ध्यान रखने से स्वास्थ्य सही रखा जा सकता है। कोई जन्मजात बीमारी अथवा दुर्भाग्यपूर्ण बीमारी से पीड़ित रोगी शारीरिक और मानसिक रोगों से जूझता रहता है। मानसिक स्वास्थ्य की देखभाल भी ज़रूरी है। स्वस्थ रहें, मस्त रहें।

चाकलेट

कुछ थोड़े से लोगों के अलावा पूरी दुनिया में चाकलेट सभी की पसंदीदा मिठाई है। इसमें भी इतने स्वाद मिलाए जाते हैं, कितनी तरह के मीठे, केक, शेक आदि बनाए जाते हैं। बच्चों की पसंद होने के साथ बड़ों के लिए यह ऊर्जादायक चीज़ है। रोमांस का महत्वपूर्ण हिस्सा होने के कारण चाकलेट वैलेंटाइन वीक का भी एक दिन है। चाकलेट की मिठास देसी पारम्परिक मिठाइयों की जगह नहीं ले सकती, लेकिन मंहगी होने के बावजूद मीठा पसंद करने वालों के लिए विकल्पों की संख्या ज़रूर बढ़ा देती है। हैप्पी चाकलेट डे।

सफर

सफर ज़िन्दगी का हो या रोज़मर्रा के काम का, सुविधाजनक भी हो सकता है और असुविधाजनक भी। रास्ता कैसा है, मंज़िल कैसी है, सफर करने का तरीका कैसा है, साथ में सफर करने वाला कैसा है, सफर लंबा है या छोटा, कितनी सारी बातें हैं जो तय करती हैं कि सफर का अनुभव कैसा होगा। कुछ सफर हमेशा याद रह जाते हैं, तो कुछ महज़ एक रूटीन बन कर रह जाते हैं। सफर में अच्छा साथ, सभी मुश्किलें आसान कर देता है। पर जब भी सफर करें, आंख नाक, कान खुले रख कर करें, सावधानी से करें, सुरक्षित रहें।

टेडी बियर

वैलेंटाइन सप्ताह का एक दिन टेडी डे, रोमांस में बचपने के मासूम मिश्रण को दर्शाता है। बच्चों का प्यारा साफ्ट टॉय, टेडी बियर, कितने रंगों में, कितने आकार में, और कितनी तरह के डिज़ाइन में मिलता है। पर बड़े अपने बचपने को बनाए रखने की चाह में सजावटी सामान, कार्डस और भी कई चीज़ों में टेडी बियर को सजा लेते हैं। एक बड़े से टेडी बियर के साथ बच्चे और बड़े बहुत सुरक्षित महसूस करते हैं। उसके साथ लिपट कर सोना आरामदायक लगता है। कुछ लोगों को देख कर भी टेडी बियर वाली भावना आती है।

घूंघट

घूंघट में सिमटी, सकुचाई दुल्हन और उसका घूंघट उठा कर मुंह दिखाई की रस्म, पारम्परिक विवाह में यही होता आया है। पर आधुनिक दुल्हनें अब घूंघट के पीछे छिपी नहीं रहतीं। घर के बड़े बुज़ुर्गों को इज़्ज़त मान देने के लिए घूंघट किया जाता रहा है। मगर इज़्ज़त और लिहाज़ आंखों से होती है, दिल का एक एहसास है। इसे घूंघट के बंधन से मुक्त रख कर भी जताया जा सकता है। घूंघट की घुटन से आज़ाद हो कर भी ससुराल के रिश्तों को अच्छी तरह निभाया जा सकता है। पर घूंघट की आड़ में दिलबर का दीदार रोमांटिक लग सकता है।

बिस्तर

इंसान सोने के लिए बिस्तर का प्रयोग करता है, पर कैसा, ये तुलनात्मक है। एक मज़दूर के लिए धरती बिस्तर है और बांह तकिया। उधर सात गद्दों के नीचे दबे मटर के दाने से राजकुमारी की कमर में नील पड़ जाता है। एक आरामदायक बिस्तर पर लेटते ही दिन भर की थकान से राहत देने के लिए नींद आ जाती है। सुबह सुबह बिस्तर से उठना बहुत मुश्किल काम होता है। बिस्तर जितना साफ सुथरा होता है, उतना ही गृहिणी के सुघड़ होने का परिचय भी। और दूसरी ओर बिस्तर की सलवटें मन और जीवन की उलझनों की परिचायक।

प्रामिस# या वादा

ये वादा रहा! वादे तो बहुत किए जाते हैं, कुछ निभाए जाते हैं, कुछ भुला दिए जाते हैं और कुछ तोड़ दिए जाते हैं। वादे निभाने का इरादा होना चाहिए। उसके बिना किए गए वादे सिर्फ यादों में रह जाते हैं। वादा निभाने वाले ताउम्र अपनी बात से हटते नहीं। और ना निभाने वाले अपना काम निकल जाने के बाद वादा भी भूल जाते हैं और जिससे वादा किया गया है, उसे भी। आपके वादे के भरोसे अगला कितनी मुश्किलें पार कर लेता है। उसके भरोसे की खातिर वादा निभा दें।

आया- गया

दुनिया में जो आया है, एक दिन चला जाएगा। आया गया सबसे बड़ी सच्चाई है, जिसे जानते हुए भी लोग अनजान बने रहते हैं। मध्यमवर्गीय परिवारों में घर के सबसे अच्छे बर्तन, सजावटी सामान, फर्नीचर आए गए के लिए संभाल के रखा जाता है, भले उसके इस्तेमाल की ज़रूरत खुद को हो, या वह सामान बरसों तक बिना इस्तेमाल के पड़ा रहे। राजनीतिक पार्टियों में अपनी सुविधा और स्वार्थ के लिए एक से दूसरी पार्टी बदलने वाले आयाराम- गयाराम भी बहुत मिल जाते हैं। आया- गया लगा रहता है, पर दुनिया किसी के लिए रुकती नहीं।

गोल

गोल एक आकार है, जिसका कोई सिरा नहीं है, अंत या शुरुआत नहीं है, कोई कोना नहीं है। प्रकृति में कितनी ही चीज़ें हैं इस आकार में, सूर्य, चंद्र, धरती वगैरह। शून्य भी तो इसी आकार में है। इंसान ने भी अपने जीवन को आसान बनाने के लिए इस आकार को बहुत तरह के आविष्कारों में प्रयुक्त किया है। इसका सबसे बड़ा उदाहरण पहिया है। गोल रोटी या पूड़ी, लड्डू- गुलाब जामुन जैसी मिठाइयां, कितने फल या सब्जियां स्वाद के साथ आंखों को भी अच्छी लगती हैं। अंग्रेज़ी का 'गोल' तो जीवन के लक्ष्य को ही कहते हैं।

सहयोग

सहयोग का शाब्दिक अर्थ है, साथ मिलना। जब सहयोग होता है तो काम करने का उत्साह और सफल होने की उम्मीद कई गुना बढ़ जाते हैं। सहयोग मिले तो अकेलापन तो दूर होता ही है, साथ मिलने से हर मुश्किल से लड़ने की हिम्मत बढ़ जाती है। इसके विपरीत महात्मा गॉधी के द्वारा आरम्भ किए गए असहयोग आंदोलन में सभी देशभक्तों ने सहयोग देकर उसे सफल बनाया। असहयोग में सहयोग की स्वीकृति ना होने की स्थिति होती है। सामाजिक पहलू के अतिरिक्त पारिवारिक जीवन में भी एक दूसरे के समय के बिना प्यार और शांतिपूर्ण जीवन की कल्पना असम्भव है।

प्रवेश

प्रवेश किसी के दिल में करना हो या घर में, उसके लिए खटखटाना या घंटी बजानी ही होती है। अपनी जगह बनाने के लिए पहला कदम प्रवेश करना है। किसी काम की शुरुआत यानि प्रवेश सही हो, तो काम भी सही होगा। स्वागत के लिए सुंदर और सुसज्जित प्रवेश द्वार हो तो प्रवेश करने वाला आकर्षित हो कर अच्छे मन और भावना के साथ प्रवेश करता है। इस दुनिया में प्रवेश करना कष्टदायक होता है, लेकिन सभी को खुशियों से भर देता है। क्या मुझे आपके जीवन में प्रवेश मिलेगा?

गहरा

सागर की गहराई अथाह है, पर उससे भी गहरा मन है। कई बार इंसान खुद भी अपने मन को नहीं समझ पाता, दूसरों की तो बात ही क्या। पर प्यार और दोस्ती का सच्चा रिश्ता निभाने वाले इस गहराई में भी डुबकी लगा कर भावनाओं के मोती ऊपर ले आते हैं। ऐसे रिश्ते खून के रंग से भी ज़्यादा गहरे होते हैं। इस गहराई में उतरने के लिए अपने साथी पर विश्वास होना आवश्यक है। तभी मुश्किलों के गहरे अंधेरे में भी इंसान निर्भय होकर उतर जाता है।

नानी- नातिन

कहते हैं कि मूल से सूद ज़्यादा प्यारा होता है। जब अपने बच्चे छोटे होते हैं तो ज़िम्मेदारियों के बोझ तले दब कर बच्चों की मासूम अठखेलियों और किलकारियों का आनंद लेने का अवसर नहीं मिल पाता। पर बच्चों के बच्चे जब सामने होते हैं तो उनमें अपने और अपने बच्चों का बचपन दिखता है, और उनको बड़े होते देखने का समय भी मिलता है। जब छोटी सी परी के मुंह से उसकी तोतली बोली में 'नारियल पानी' को ' नानी पानी' सुनती हूँ तो दिल खुशी से उछल पड़ता है।

आंसू

आंसू भावनाओं के सघनतम रूप की तरल अभिव्यक्ति है। जब दुख तकलीफ़ हद से बढ़ जाए तो आंसुओं के ज़रिए उसे उजागर कर दिया जाता है। लेकिन केवल कष्ट में ही नहीं, खुशी के इन्तेहा में भी आंखें आंसुओं से डबडबा जाती हैं। मनुष्य ही नहीं, जानवर भी आंसू बहाते हैं। हमेशा आवाज़ के साथ रोने पर ही आंसू नहीं निकलते। मन की घुटन और सन्नाटा भी आंसुओं के माध्यम से बाहर आ जाते हैं। किसी प्रिय को खोने, याद करने, आहत होने पर, बेटी की विदाई पर आंखें आंसुओं से छलछला जाती हैं।

सुंदर

सुंदर एक बहुत तुलनात्मक अनुभूति है। देखने वाले की नज़र से कोई सुंदर, सामान्य अथवा असुंदर हो सकता है। हर माँ के लिए उसका बच सबसे खूबसूरत होता है। रात से काली लैला की सुंदरता देखने के लिए मजनूं की नज़र चाहिए। शारीरिक सुंदरता के लिए मानक माने जाने वाले रंग, आकार भी संस्कृति और सभ्यता के अनुसार एक जैसे नहीं रहते। पर मानसिक विचारों और भावनाओं की सुंदरता हर संस्कृति में एक जेसी ही मानी जाती है। ईश्वर ने अपनी सृष्टि में सुंदरता के विभिन्न आयाम रचे है। कोई भी कलाकार अपनी कला में सुंदरता का सृजन करता है।

शक्ति

एक अद्भुत, अद्वितीय, अनदेखी शक्ति है जिसने ब्रह्माण्ड की रचना की है, इसे ईश्वर अथवा अन्य किसी नाम से जाना जाता है। शिव को भी शक्ति के बिना याद नहीं किया जाता। स्त्री शक्ति और दैवीय शक्ति के संगम के क्रोध को शांत करने का असंभव कार्य भी केवल शिव के ही बस का है। शक्ति शारीरिक हो या मानसिक, उसी व्यक्ति को शोभती है, जो शक्ति का उपयोग सही स्थान, स्थिति और समय पर करे। शक्तिशाली विनम्र और क्षमाशील हो, तो सोने पर सुहागा।

नज़रिया

दुनिया का हर मुद्दा नज़रिए के फेर के कारण ही बनता है। हर व्यक्ति अपने नज़रिए से दुनिया को देखता, समझता है, चाहे वह सही हो या गलत। जितने मुंह, उतनी बातें। जैसे सिक्के के दो पहलू होते हैं और दोनों अपनी अपनी जगह सही होते हैं वैसे ही सब अपने नज़रिए से सही होते हैं। दूसरे के नज़रिए को कमतर समझना या अपने नज़रिए को ही सही मानने की ज़िद गलत होती है। दूसरों के विचारों को सुनने, समझने और जांचने के बाद ही निर्णय लेना उचित होता है।

मेरी बच्ची का नाम जानिए (पहेली1)

मेरी इस परी का नाम है ऐसा, जिसमें समाया है ईश्वर का दिया हुआ सबसे सुंदर उपहार, उनका सृजन। इसकी रचना मैं कर पाई, यह मेरा सौभाग्य है। तुम हो मेरी दुनिया------ बूझो तो जानें।

मेरी बच्ची का नाम जानिए (पहेली 2)

मेरी बिटिया का नाम है ऐसा, जिसमें समाया है दुनिया को देखने का नज़रिया। बल्कि उसके बिना आप कुछ देख ही नहीं पाएंगे। यह आपकी सोच की दिशा बदल सकती है। बूझो तो जानें।

योग्य

किसी भी वस्तु या व्यक्ति को पाने के लिए उसके योग्य बनना पड़ता है अयोग्य पात्र को अगर कुछ दिया जाता है या मिलता है तो उसे उसकी कद्र नहीं होती। अपनी योग्यता साबित करके हासिल की हुई चीज़ व्यक्ति संभाल कर रखता और भोगता है। तभी उसे संतोष और आनंद मिलता है। योग्यता तुलनात्मक हो सकती है, कोई कम, कोई ज़्यादा। योग्य होना या बनना, अर्जित गुण है, कोई जन्म से नहीं होता।

बंटवारा

बंटवारा शब्द सुनते ही दिमाग में पहली छवि आती है देश के बंटवारे की, जिसमें आज़ादी की कीमत चुकाई उन लाखों लोगों ने, जिन्हें बिना किसी गलती के अपना घर- परिवार, रिश्ते- नाते, जन्मभूमि, धन सम्पत्ति, सब छोड़ने पर मजबूर होना पड़ा। बंटवारा देश का हो, घर या सम्पत्ति का हो, सिर्फ कष्ट ही देता है। बंटवारे में दिल भी बंट जाते हैं। और जब दिल बंटते हैं तो ना उनमें प्यार बचता है, ना भरोसा। बंटवारे में उठी दिवारें दिलों के बीच भी अनदेखी दिवार खड़ी कर देती हैं। बंटवारा करना हो तो खुशियों का करें।

सच

सच की हमेशा जीत होती है, सच कड़वा होता है, आदि बहुत सी बातें सच को लेकर की जाती हैं। सच सापेक्षिक होता है। हर व्यक्ति का सच उसके नज़रिए के अनुसार होता है। जो दिखाई, सुनाई, या महसूस हो रहा है, वह सच भी हो, यह ज़रूरी नहीं। किसी अंधे को हाथी का कौन सा अंग छूने को मिला, उसका सच वही है। हाँ, सच कुछ समय के लिए छुप सकता है, पर कभी न कभी प्रत्यक्ष हो ही जाता है। सच के कड़वेपन को कभी सजा कर या कुछ छुपा कर बोलने से दूसरे को होने वाली तकलीफ़ को कम किया जा सकता है।

मेरा संसार

हर भारतीय गृहिणी की तरह मेरा संसार मेरा परिवार ही है। इस संसार को बाहरी आपदाओं से बचाए रखने के लिए भरसक कोशिश करती हूँ। पर जब बात आती है अंदरूनी भूकंप की, ज्वालामुखी के गर्म बहते लावे की, तो उसे संभालना मुश्किल लगता है। ये अंदर की बात मेरा संसार हिला देती है, पैरों के नीचे से ज़मीन खिसक जाती है। फिर भी मेरा ये संसार जैसा भी है, मेरा है। इसकी जगह कोई और नहीं ले सकता। मेरा संसार मुझे यथावत ही प्यारा है।

चमत्कार और प्रार्थना

प से प्रार्थना करते हुए मन में कोई न कोई कामना होती ही है। जबकि होना ये चाहिए कि केवल ईश्वर से अपने प्रेम को जताने के लिए, उसका धन्यवाद करने के लिए प्रार्थना की जाए। हमारे मन के किसी कोने में प्रार्थना करते हुए च से चमत्कार की आशा होती है। चमत्कार भी ऐसा कि हर परेशानी से मुक्ति मिल जाए, हर रुकावट दूर हो जाए। चमत्कार इसलिए कह रही हूँ क्योंकि केवल अच्छा और सही होना चमत्कार के बिना सम्भव नहीं है।

सपने और हकीकत

स से सपने सिर्फ सोते हुए ही नहीं देखे जाते, खुली आंखों से भी सपने दिखते हैं। ऐसे सपनों को देखने के लिए वैसी चाहत, वैसी हिम्मत, वैसा जुनून चाहिए। सपनों को ह से हकीकत में बदलने का जज़्बा रखने वाले किसी रुकावट या हार से घबराते नहीं। कमज़ोर दिल या इरादों वाले सिर्फ सोते हुए ही सपने देखते हैं, वह भी जागने पर भूल जाते हैं। हकीकत की कठोर ज़मीन पर सपने के पहिये दौड़ाने के लिए कुशल चालक होना चाहिए।

यादें और इरादे

य से यादों का सम्बन्ध अतीत से है। कुछ अच्छे पल, कुछ कड़वे अनुभव यादों का एल्बम बनाते हैं। दूसरी तरफ इ से इरादे भविष्य को संवारने की कोशिश करने के लिए किए जाते हैं। इरादे मज़बूत हों तो अनदेखे भविष्य के सपने देख सकते हैं। इनके बीच वर्तमान में ज़रूरत है यादों से अनुभव और इरादों से उम्मीद लेकर संतुलन बनाने की।

माँ की सीख vs सासू माँ की सीख

माँ जन्म देती है, इस दुनिया से, रिश्तों से पहचान कराती है। जीवन के सुख दुःख, प्यार और संघर्ष, संस्कार और परम्पराओं का ज्ञान भी माँ से मिलता है। माँ की सीख अपने पल्लू में बांध कर जब लड़की ससुराल में कदम रखती है तो उसका एक नई दुनिया, नए जीवन में प्रवेश होता है। यहाँ उसे एक और माँ मिलती है, सासू माँ। यह माँ भी उसे वही सब सिखाती है, जो वह मायके से सीख कर आई होती है, बस, अंतर होता है माहौल का। Vs तब हो जाता है जब माहौल और सोच में ज़मीन आसमान का अंतर हो।

मन की बात

म से मन की ब से बात करना बहुत सी मुश्किलें आसान कर देता है। गलतफहमियां दूर हो जाती हैं, दूरियाँ मिट जाती हैं, स्पष्टता आती है, रिश्तों में मज़बूती आती है। पर यह काम अपने आप में बहुत

मुश्किल है। शर्म, लिहाज़ और कई बार अहंकार के कारण मन की बात मन में ही रह जाती है, मुंह पर नहीं आती।

ढाई आखर प्रेम के

ढ से ढाई, आ से आखर प से प्रेम का जन्म से मृत्यु तक हर रिश्ते से जुड़ाव होता है। अक्षर भले ही ढाई हैं, पर असर अनंत है। प्रेम ईश्वर से हो, माँ बाप से हो, अन्य रिश्तों से हो, मित्रों से हो, जीवनसाथी से हो, बच्चों से हो, अपने काम से हो, प्रकृति से हो, प्रेम अपने को भुला कर बन्धन में बांध कर मुक्त कर देता है।

क्या मेरे पति____ से कम हैं

मेरे पति किसी एक रोल में फिट नहीं होते। तो कैसे कहूँ कि वह किससे कम हैं। वे पति हैं, मित्र नहीं, मेरी जगह कोई और होती तो भी वो ऐसे ही होते। रोमान्टिक तो बिल्कुल नहीं, लेकिन परिवार के लिए बहुत ज़िम्मेदार और ध्यान रखने वाले हैं। पुराने विचारों के हैं, पर नए को अपनाने से घबराते नहीं। खुल कर हंसते नहीं पर प्यार बांटने वाले सैंटा क्लाज़ हैं। सास की तरह हर काम में नुक्स निकालते हैं, ताकि मैं अपने को बेहतर कर सकूँ। बुज़ुर्ग घर के हों या अनजान, सबका ध्यान रखते हैं, मैंने उनसे यही सीखा है।

शाम

गोधूलि बेला से शाम की शुरुआत होती है, जब दिन का उजाला धुंधलाने लगता है और ढलते सूरज का सुनहरा रूप नारंगी, लाल और गुलाबी होते होते अंधेरे को अपनाने चल पड़ता है। नदी या समुद्र तट पर इस दृश्य को देखते हुए ठंडी बयार के साथ शाम की आहट का आनंद लिया जा सकता है। दिन भर की मेहनत और भागदौड़ के बाद सुकून भरी शाम तब तक आपके साथ है जब तक रात का गहरा अंधेरा घिर ना जाए। अपनी थकान उतारें और गुलाबी शाम का लुत्फ़ उठाएं।

खुश्बू

मेरी सांसों को जो महका रही है, वो पहले प्यार की खुश्बू, यह खुश्बू सिर्फ सांसों को नहीं, पूरे जीवन को महका देती है। खुश्बू फूलों की हो तो पूरे माहौल को महकाती है। और पूजा में शामिल फूलों के अतिरिक्त धूप, अगरबत्ती, कपूर, हवन सामग्री आदि भी अपनी खुश्बू से पवित्रता का अहसास कराते हैं। इत्र, परफ्यूम, डिओ, आदि की खुश्बू ताज़गी देते हैं। खाने पीने के शौकीन खुश्बुदार मसालों से ही पकते हुए पकवान को पहचान लेते हैं। खाना देखने में जितना सुंदर हो, स्वाद में जितना स्वादिष्ट हो, पर उसकी खुश्बू भी उसको आकर्षक बनाती है। सोंधी मिट्टी की खुश्बू बेहतरीन है।

ठीक

सब ठीक है, सब ठीक हो जाएगा, इसी भ्रम और उम्मीद में आदमी ज़िन्दगी की मुश्किलों को पार करता जाता है। किसी के हालचाल पूछने पर अधिकतर यही जवाब दिया जाता है कि ठीक हूँ, क्योंकि पूछने वाला केवल औपचारिकता के लिए पूछता है, उसे आपके ठीक होने ना होने से कोई सरोकार नहीं होता। ठीक होना भी आपकी मनःस्थिति पर निर्भर है। विपरीत परिस्थिति में भी आशावादी हो कर ठीक रहा जा सकता है और सब सही होते हुए भी निराश व्यक्ति का मन ठीक नहीं होगा। ठीक है ना?

सपनों की दुनिया

सपनों की दुनिया में इंसान अपने मनभावन तरीके से जी सकता है। कल्पनाओं की रुमानियत में इंसान वह जीवन जी लेता है जो वास्तविक दुनिया में या तो असम्भव है या उसकी पंहुच से बाहर हो। महत्वाकांक्षी व्यक्ति अपने सपनों को साकार करने में जी जान लगा देता है। मेहनत और किस्मत के अनोखे मेल से ऐसा इंसान सपनों की दुनिया को हकीकत में बदल देता है। बाकी लोग सपने में ही अपनी इच्छाओं को जी कर खुश हो लेते हैं।

पड़ोसी

पड़ोस यानि आपके घर के आसपास रहने वाले लोग आपके पड़ोसी होते हैं। सफर में वाहन आदि में भी पड़ोस होता है। पड़ोसी राज्य औऔर पड़ोसी देश भी होते हैं अच्छे पड़ोसी भाग्य से मिलते हैं। किसी भी आपातस्थिति में काम आने वाले पड़ोसी कई बार परिवार का ही विस्तार बन जाते हैं। लेकिन ताकझांक करने वाले, परनिंदा सुख लेने वाले , अपनी सुविधा देखने वाले और जानबूझकर परेशान करने वाले पड़ोसी भी होते हैं। आधुनिक शहरी सभ्यता में पड़ोसी अधिकतर परस्पर अनजान होते हैं। वरना छोटे शहरों और गांवों में पड़ोसी बहुत महत्वपूर्ण होते हैं।

खर्च

खर्च हो जाती है पूरी उम्र एक ज़िन्दगी जीने में और जमा होती हैं यादें, और हासिल होता है तजुर्बा, यही है ज़िन्दगी का हिसाब। कुछ खर्च करते हैं सोच समझ कर, योजना बना कर, तो कुछ लोग खुले हाथों खर्च करते हैं। कोई कंजूसी करता है तो कोई उधार लेने में भी नहीं हिचकता। पर खर्च जैसे भी किया जाए, सारे हिसाब यहीं चुका कर इंसान खाली हाथ ही जाता है। खर्च की चिंता में कोई जीना भूल जाता है तो कोई इतना निश्चिन्त होता है कि आमदनी अठन्नी खर्चा रुपैया।

मेरे शहर का नाम बताएं

अपने संस्थापक के नाम से जाना जाता मेरा यह औद्योगिक पुर, लोहे से मज़बूत इरादों से पाया दुनिया में इसने नाम। साफ सुथरा, हरा भरा, यह है हमारा स्टील सिटी, क्लीन सिटी, ग्रीन सिटी। झारखंड के नाम का अंग्रेज़ी पहला अक्षर इसका भभी पहला अक्षर है।

हकीकत

सपनों की दुनिया कितनी रूमानी होती है, उसमें कुछ भी सम्भव है, लेकिन हकीकत की कठोर और ऊबड़ खाबड़ ज़मीन पर आते ही आदमी लड़खड़ाने लगता है। हकीकत में हौसले और हिम्मत से असम्भव को सम्भव करने की कोशिश की जा सकती है। हकीकत ममें कड़वाहटों और रुकावटों से दो चार होना पड़ता है। कभी कभी इससे निराशा भी होती है। सपनों को हकीकत में बदलने का हौसला बहुत कम प्रतिशत लोगों में ही होता है। दुनिया की सबसे बड़ी सच्चाई यह है कि सब कुछ परिवर्तनशील है और जो जन्म लेता है, उसकी मृत्यु अवश्यंभावी है।

प्रिय

प्रिय व्यक्ति अथवा वस्तु पाने के लिए मनुष्य कई बार असीमित, अथक प्रयास करता है और कभी कभी पाने की इच्छा मन में दबा कर रह जाता है। जो भी दिल के करीब हो, जिसके संग साथ से आनंद मिलता होहो, वह प्रिय होता है। जो दिल में उतर जाए, वह प्रिय, और जो दिल से उतर जाए, वह अप्रिय। रुचिकर खाना पीना, पहनना और शौक हर व्यक्ति के लिए अलग अलग मात्रा में प्रिय हो सकते हैं। कभी कभी परिस्थिति भी प्रिय अथवा अप्रिय हो सकती है।

संदेह

विश्वास और अविश्वास के बीच संदेह की अनदेखी लकीर होती है। संदेह रिश्तों में दरार डालने का काम करता है। जब विश्वास की ज़मीन पर संदेह का बीज लग जाता है तो अविश्वास के फल ही मिलते हैं। पर यह भी सच है कि अंधविश्वास को संदेह के सवालों से ही काटा जा सकता है। सच तक पंहुचने के लिए कई बार संदेह का भी सहारा लेना पड़ता है। अतः संदेह सकारात्मक याया नकारात्मक, परिस्थिति के अनुसार फल दे सकता है। निस्संदेह, संदेह विश्वास की काट और अविश्वास काका आधार है।

सास---गिले शिकवे और निंदा

घर क ी कामों से फुर्सत मिलते ही महिलाओं की आदत होती है। मंडली बना कर उम्र के मुताबिक सास की या बहू की निंदा करने की। जो भी मन में सास या बहू के लिए गिले शिकवे होते हैं, वह निंदा के रूप में निकलते हैं। अपने घर की ढकी छुपी बातें निंदा करके बाहर वालों के सामने चटपटी चाट बना

कर पेश कर देते हैं। और लोग सामने सहानुभूति जता कर पीठ पीछे मज़ाक करते हैं, गप्प बाज़ी का विषय बनाते हैं। मन की भड़ास निकालने के चक्कर में अपने पारिवारिक सदस्य की निंदा उचित नहीं।

सास--- बखेड़ा और नोकझोंक

सास बहू और नोकझोंक और बखेड़ा बहुत आम बात है। दोनों सास बहू को यहयह समझना चाहिए कि आपस में भिड़ने से अच्छा है कि दोदोनों मिल कर एक दूसरे के सुख दुःख के साथी बनें। आखिर दोनों ही तो इस ससुराल नामक जगह में किसी और घर से आई हैं। इस ससुराल को अपना घर बनाने के लिए ज़रूरी बातों का अनुभव सास के पास बहू से ज़्यादा है। और बहू के पास नए ज़माने की जानकारी ज़्यादा है। तो दोनों आपस में सखियाँ बन कर अपने अपने ज्ञान का परस्पर आदान प्रदान करें। सारा बखेड़ा और नोकझोंक समाप्त।

उचित

उचित और अनुचित सापेक्षिक है। परिस्थिति के अनुसार उचित और अनुचित को परिभाषित किया जाता है। अहिल्या के ऊपर लगे अनुचित आरोप को श्रीराम ने श्राप मुक्त करके एक तरह का कार्य किया, और अपनी पत्नी सीता पर वैसा ही आरोप लगने पर दूसरा कार्य किया। यह केवल परिस्थिति के अंतर से हुआ। हर व्यक्ति अलग परिस्थिति में अलग तरह से उचित को परिभाषित करता है। एक परिस्थिति में अलग अलग व्यक्ति अलग अलग तरह से उचित अनुचित मानते हैं। उचित है ना।

शगुन का एक रुपया

शुभ कार्य में भेंट देने के लिए कितनी भी बड़ी रकम क्यों न हो, शगुन के एक रुपये के बिना सिर्फ एक रकम ही है। उसे भेंट बनाने के लिए वह शगुन का एक तुच्छ रुपया बहुत ज़रूरी है। अपने आपमें एक रुपया कोई बड़ी कीमत नहीं रखता और किसी गरीब की शगुन देने में इज़्ज़त भी रख लेता है। आप भले अकेले हों, पर अपने को इतना सक्षम बनाएं, इतना महत्वपूर्ण बनाएं जितना शगुन का एक अदद रुपया होता है।

तकदीर

तकदीर या किस्मत जन्म लेने के पहले ही ऊपर वाला लिख कर भेज देता है। उस लिखे हुए को जानने की उत्सुकता लोगों को भविष्यवक्ताओं, ज्योतिषियों के पास खींच लाती है। पर अगर आप जान भी जाएं तो तकदीर को बदल नहीं सकते, पर उसके असर को कम कर सकते हैं, उसके रुख को बदल सकते हैं। यही है अपने कर्मों, मेहनत और हौसले का सुफल , जो तकदीर बदल सकता है। आप कहाँ, किस परिवार में जन्म लेंगे, यह आपकी तकदीर है, पर अपनी मेहनत से अपनी स्थिति बदलना आपके अपने हाथ में है।

कदर

अपनी कोशिशें और मेहनत का फल काम की अच्छी तरह से होने पर मिल जाता है, और इसकी खुशी भी बहुत होती है। लेकिन अगर इस सुफल के साथ कोई आपके प्रयासों की कद्र भी करे तो सोने पर सुहागा होता है। किसी की कद्र करने से न केवल हम उसे खुशी और अच्छा काम करने की संतुष्टि देते हैं, बल्कि आगे भी अच्छा काम करने का प्रोत्साहन भी देते हैं। नुक्स निकालने वाले बहुत मिलते हैं, कद्र करने वाले बिरले। ऐसे कद्रदान दिल में जगह बना लेते हैं।

प्रशंसा

प्रशंसा आपके गुणों और किए गए अच्छे कार्य की होती है। हर व्यक्ति प्रशंसा का भूखा होता है। सभी को प्रशंसा अच्छी लगती है। कुछ लोग दिखावे की झूठी प्रशंसा भी करते हैं, सिर्फ अपना काम निकालने के लिए। पर सच है कि अगर सामने वाले की किसी भी वस्तु या गुण की प्रशंसा कर दें, चाहे वह कोई मामूली बात ही क्यों न हो, तो सामने वाले को न केवल अच्छा लगता है बल्कि उसका दिन बन जब है, मूड अच्छा हो जाता है एक संतुष्टि मिलती है।

मनोरंजन

जीवन की मूलभूत आवश्यकताओं के अतिरिक्त मनोरंजन भी मानसिक स्वास्थ्य के लिए बहुत आवश्यक होता है। सभी परेशानियों को भुलाने में, और अन्यथा भी केवल अच्छा महसूस करने में मनोरंजन महत्वपूर्ण है। मनोरंजन के लिए विभिन्न शौक रखना, विभिन्न खेल खेलना, विभिन्न कलाओं में रुचि रखना, सोशल मीडिया के विभिन्न आयामों का प्रयोग आदि आते हैं। इनके अलावा प्रकृति से प्रेम , अपने आप में विचारों और कल्पनाओं का साथ भी मनोरंजन का साधन होता है। और गप्प बाज़ी और दूसरों को परेशान करना भी कुछ लोगों के मनोरंजन का माध्यम होता है।

पहेली-- मेरी पसंदीदा सब्जी का नाम

मेरी पसंदीदा सब्ज़ी हरी-भरी, पत्तेदार है, सर्दियों में मिलती है, स्वाद में हल्की कड़वाहट की किक लिए, सोंधी सोंधी महक से मेरा दिल जीत लेती है। कसूर किए बिना कसूरी हो तो कितने पकवानों को सुगंधित कर देती है। मठरी का स्वाद बढ़ जाए जब इसका मेल हो। परांठे बना लें या सब्ज़ी, स्वाद भरपूर रहेगा। बताएं मेरी पसंदीदा सब्ज़ी का नाम।

मंज़ूर

मंज़ूर करके निकाह में नए रिश्तों की शुरुआत होती है। लेकिन जब ज़िन्दगी में मजबूरियों और अलग अलग समझौतों को मंज़ूर करते हैं तो घुटन की शुरुआत होती है। जिस मानसिक शांति के लिए हम

बहुत कुछ अनचाहे मंज़ूर कर लेते हैं, अंततः वही हमसे दूर हो जाती है। मंज़ूर करने के लिए जितना भी बाहरी दबाव हो, अपने वजूद के लिए कभी कभी नामंज़ूर भी कर लेना चाहिए। आपकी मंज़ूरी आपकी इच्छा से होनी चाहिए, मजबूरी में नहीं। आपको मंज़ूर हहै?

ऐसी चीज जिसे बनाने में वक्त लगता है लेकिन टूटने में एक क्षण

ऐसे तो कुछ भी बनाने के लिए वक्त की ज़रूरत होती है और तोड़ने या खत्म करने के लिए एक क्षण। लेकिन भरोसा और रिश्ते बनाने में कई बार सालों लग जाते हैं, जबकि तोड़ने वाले अपनी नासमझी, अपने स्वार्थ से कुछ पलों में ही सब खत्म कर देते हैं। भरोसा एक बार टूट जाए तो दुबारा भरोसा करने वाले को बेवकूफ़ कहा जाएगा। काठ की हांडी एक बार ही आंच पर चढ़ती है। भरोसे का धागा एक बार टूटता है तो फिर उसे एक गांठ के साथ ही जोड़ सकते हैं।

सिंदूर

सिंदूर किसी भी सुहागन का श्रृंगार है। कहते हैं कि सिंदूर से सुहागन स्त्री की पहचान होती है, यह उसकी ताकत है, पति की लम्बी उम्र की आकांक्षा है। अन्य सुहाग की निशानियों की तरह सिंदूर से एक स्त्री की शोभा बढ़ती है। सिंदूर ससे पति की उम्र बढ़ती है या नहीं, पर यह एक पत्नी की आस्था है जो उसे विपरीत परिस्थितियों में भी हौसला देती है। इसी प्रेम की निशानी को हनुमान जी ने भी पूरे शरीर पर मल कर अपने राम प्रेम को दर्शाया। प्रकृति में भी सूर्योदय और सूर्यास्त के समय आसमान में फैला सिंदूरी रंग सौंदर्य का पर्याय है।

ज्ञान----ऐसी चीज़ जो बांटने पर बढ़ती है

ज्ञान दुनिया की ऐसी बेशकीमती चीज़ों में से एक है जो बांटने ससे बढ़ती है। खुशी बांटने से जलने और नज़र लगाने वाले भी मिलते हैं। लेकिन ज्ञान बांटने से उतने अधिक लोगों तक ज्ञान का प्रसार होता है। हाँ, ग्रहण करने वाले अपनी क्षमता के अनुसार ग्रहण करेंगे, पर ज्ञान बांटने वालों को भी नए तरीकों और नए पहलुओं का ज्ञान होता है। तो, यह ऐसा दान है जिससे दाता औऔर प्राप्तकर्ता दोनों ही लाभान्वित होते हैं।

दिखावा

ज़िन्दगी की कमियों को सबसे छिपा कर रखने औरऔर अपने को ज़्यादा महत्वपूर्ण स्थिति मंे दिखाने का व्यर्थ प्रयास ही दिखावा है। अपने से श्रेष्ठ की नकल करने के लालच में भी दिखावा किया जाता है। बहुत लोग इस दिखावे के भ्रमजाल में फंस कर असलियत भूल जाते हैं, और दिखावे के झूठ को सच मान कर जीने लगते हैं। मनुष्य के अलावा प्रकृति भी अपने अस्तित्व की रक्षा के लिए बहुत बार दिखावे का प्रयोग करती है।

वारिस

वारिस की चाह में पिछले ज़माने में लड़कियों की लाइन लगा दी जाती थी। और आखिरकार जब वारिस 'लड़का' पैदा होता था तो करीब करीब बुढ़ापा आ चुका होता था। ना उसके बचपन को सही ढंग ससे जी पाते थे, ना ही उसके बड़े होने तक खुद किसी तरह उस लड़के को सही मार्गदर्शन दे पाते थथे। उस लड़के पर उतनी बहनों की ज़िम्मेदारी और बूढ़े माँ बाप की ज़िम्मेदारी दे कर सिर्फ तनाव ही विरासत में मिलता था। विरासत में वारिस को अच्छे संस्कार दें, मूल्य दें, फिर वारिस लड़का हो या लड़की।

गुलामी

गुलामी की स्थिति कभी भी उचित नहीं है, चाहे वह किसी व्यक्ति की हो या आदत की। शारीरिक तौर पर गुलामी को हटाया जाना फिर भी मुमकिन है, पर जब गुलामी मानसिक हो, तो कई बार इससे छुटकारा मिलने में सदियाँ भी बीत जाती हैं। गुलामी की बेड़ियाँ तोड़ने में मेहनत भी लगती है और हिम्मत भी। जब तक आदमी मन से मज़बूत हो तब तक गुलामी के दायरे से बाहर आआ सकता है। हाँ, किसी को मीठे व्यवहार और बोली से अपना गुलाम बना लेना कब मना है।

वरदान

वरदान पाने की लालसा में जो कोई, ऋषि अथवा राक्षस, कठिन तपस्या से ईश्वर को प्रसन्न करने में सफल हुआ है, उसे ईश्वर ने मनचाहा वरदान दिया, बिना यह ध्यान रखे कि इसका परिणाम क्या होगा। फिर उस परिणाम से बचाने के लिए ईश्वर को कितने रूपों में अवतरित होना पड़ा। उदाहरण है मोहिनी रूप और नृसिंह अवतार का, और ऐसे ही कितने रूप। अर्थात वरदान आपकी मेहनत का फल अवश्य है,पर आप उसके पात्र हैं या नहीं , यह ईश्वर भी नहीं जानते। तथास्तु।

दीवानगी

दीवानगी किसी भी चीज़ या इंसान की हो बेहद होती है। इसीलिए यह दीवानगी होती है, प्यार नहीं। प्यार भी बेहद होता है, पर उसमें स्वार्थ की भावना नहीं होती। जबकि दीवानगी में सिर्फ अपनी भावनाएँ ही नज़र आती हैं। दीवानगी जितनी मनमोहक है, उतनी ही डरावनी भी। दीवानगी नुकसान पंहुचाने से भी पीछे नहीं हटती और एक नकारात्मकता लाती है। किसी को दीवानगी की हद तरह चाहना, उसे और खुद को चोट पंहुचा सकता है। प्यार करें, जो सकारात्मक हो, त्याग करना सिखाए, दीवानगी नहीं जो सिर्फ और सिर्फ पागलपन है।

पहेली-- घर का सामान

मेरा पसंदीदा सामान घर का है, पर अधिकतर बच्चों के पार्क में मिलता है। घर में इस सामान का छोटा रूप शिशु को सुलाने में काम आता है। और इसका बड़ा रूप आंगन में पेड़ के नीचे हो सकता है, बाल्कनी में हो सकता है , ड्राइंग रूम में हो सकता है।सावन में इसका आनंद हर उम्र की महिलाएँ लेती हैं। जोड़े में बैठकर इस पर प्यार की पींगें भर सकते हैं। सास इस पर बैठ कर पूरे घर पर नज़र रखती है। जन्माष्टमी में इस पर कान्हा जी बाल रूप में विराजते हैं। बताएं क्या?

डिजिटल

तकनीक और विज्ञान ने इतने आविष्कारों से ज़िन्दगी आसान बना दी है। इन्हीं में से एक है डिजिटल होना। घर बैठे शापिंग, पेमेंट, मनोरंजन सोशल मीडिया, अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर एक दूसरे से सम्पर्क, व्यापार, कला, क्या कुछ नहीं किया जा सकता इस डिजिटल दुनिया में। कोरोना काल में वर्क फ्राम होम, आनलाइन क्लासेज़, यहाँ तक कि आनलाइन परीक्षाएं भी होने लगीं। इतनी सुविधाओं के साथ एक दुविधा भी आई , साइबर अपराधों की, जिससे सचेत रहने की आवश्यकता है। इस डिजिटल दुनिया ने घर बैठे दुनिया तक अपने टैलेंट को पंहुचाने का ज़रिया भी दिया है।

कटोरे पर कटोरा, बेटा बाप से भी गोरा

नारियल या श्रीफल सदियों से मानव जाति के काम आता रहा है। गर्मियों में नारियल पानी, साल भर नारियल के विभिन्न पकवान, मन्नत पूरी करने के लिए और प्रसाद में नारियल का उपयोग, नारियल के तेल के विभिन्न उपयोग, नारियल के छिलके से बने कितनी प्रकार के सजावटी सामान, नारियल के अनगिनत प्रयोग सेयह फल हमारे जीवन का एक एक अभिन्न अंग बन गया है। किसी के अनुशासित, कठोर किन्तु मन से कोमल व्यक्तित्व की नारियल से तुलना की जाती है। पर किसी के सिर पर नारियल गिर पड़े तो उसका नारियल (सिर) फूट जाता है।

मूल्य

दुनिया मेंहर चीज़ का मूल्य है, चाहे उस पैसे से चुकाया जाए या प्यार से, डर से या भक्ति से। मूल्य से तय होता है कि कोई चीज़ बहुमूल्य है, अनमोल है, या मामूली। और मूल्य तय किया जाता है इस आधार पर कि उस चीज़ की ज़रूरत कितनी है। सारा अर्थशास्त्र इसी मांग और आपूर्ति केनियम फर काम करता है। भौतिक वस्तुओं के मूल्यों के अतिरिक्त नैतिक मूल्यों की भी महत्ता है, इनसे जीवन को सही दिशा मिलती है। इन नैतिक मूल्यों का ज्ञान और दान गुरुजनों और अनुभवी लोगों से मिलता है।

किराया

किराया वह है जो आप किसी चीज़ के इस्तेमाल करने के एवज़ म ें देते हैं, जो आपकी नहीं। पहले बस घर और कुछ वाहन आदि पर यह सुविधा मिलती थी, पर अब करीब करीब हर चीज़ किराये पर मिल जाती है। यहाँ तकक कि शादी ब्याह और अन्य अवसरों पर रिश्तेदारों की जगह इवैंट मैनेजमेंट वाले लोग सब काम करते हैं। ज़िन्दगी के अंत पर रोने वाले भी किराए पर मिल जाते हैं (रुदाली)। जहाँ अपना कुछ नहीं, अपने कोई नहीं, वहाँ किराए से ही अपनेपन का भ्रम बना कर रखना पड़ता है।

पिंजरा

आध्यात्मिक स्तर पर यह शरीर पिंजरा है और आत्मा मुक्ति के लिए फड़फड़ाता पंछी। लेकिन भौतिक जगत में पिंजरा कितना बड़ा हहै, लोहे का है या सोने का, होता तो पिंजरा ही है, जिसमें पक्षियों को कैद करके रखा जाता है। सुविधाएँ जितनी भी हों, पिंजरे में बंदी को खुला आसमान दिख रहा होता है, पर उसमें उड़ान भरने की अनुमति नहीं होती। पक्षी अपने मालिक का खिलौना बन कर रह जाता है, उसकी आज़ादी छिन जाती है। दाना पानी ककी सुविधा, धूप बारिश और शिकारी से सुरक्षा के बाद भी पक्षी की चहचहाहट खत्म हो जाती है। यह स्त्रियों पर भी लागू है।

एक मिलियन

बूंद बूंद से सागर भर सकता है, वैसे ही अंक 'एक' के पीछे शून्य लगता जाए, जिसका अपना कोई मोल नहीं है, तो शून्यों की संख्या बढ़ते बढ़ते दहाई, सौ, हज़ार और फिर लाख बन जाते हैं। 'एक' अकेला मामूली है, शून्य बेचारे का अपना कोई मूल्य ही नहीं, फिर भी एक ससाथ मिल कर ये ऐसी संख्या बन जाते हैं कि उनका मूल्य बढ़ जाता है। जीवन की छोटी छोटी खुशियाँ भी जमा होकर पूरे जीवन को खुशहाल बना देती हैं। मामूली जमा होकर खास हो जाता है।

क्योंकि सास भी कभी बहू थी

हर बहू समय और उम्र के साथ सास बनती है, यह बात अलग है कि बहू की सास बनेगी या जमाई की। हर बहू अपना घर छोड़कर आती है, और ससुराल को अपना कर अपना घर बना लेती है। शुरुआत में ससुराल वाले अपनी परम्पराएँ और रीति रिवाज बताते हैं, सिखाते हैं। बहुत सी बातें इस तरह विरासत में मिलती जाती हैं। पर जब तक उस बहू के सास बनने का समय आने लगता है, तब तक उन परम्पराओं और रीति रिवाजों में बहू या होने वाली सास की रुचि और उस समय की आधुनिक बातें मिल जाती हैं और विरासत थोड़ी ससी बदल जाती है। क्योंकि सास भी कभी बहू थी।

हम निकलेंगे तो ज़िन्दा रहें, वह निगले तो हम मर जाएँ

ज़िन्दा रहने के लिए एक जीव को, खास तौर पर इंसान को जिन चीज़ों की ज़रूरत होती है, उनमें से एक पानी है। पानी की कीमत किसी प्यासे के लिए क्या होती है, यह बताने की ज़रूरत नहीं। पर, जैसे किसी भी चीज़ की अति अच्छी नहीं होती, वैसे ही पानी भी जब बाढ़, सुनामी या ऐसे ही किसी और रूप में विकराल रूप धारण करता है तो इंसान को निगल जाता है।

शा ंति

शांति एक ऐसा छलावा है जिसके पीछे सारा संसार भटकता रहता है। खुशी की तरह शांति भभी मृगमरिचिका हहै, चाहिए सभी को, मिलती किसी किसी को है। गौतम बुद्ध की तरह नन जाने कितने लोग शांति की तलाश में सब कुछ त्याग कर निकल पड़े। जब मन में संतुष्टि हो तो शांति अपने आप मिल जाती है। हर मुश्किल का हल शांति से विचार करने पर मिल ही जाता है। और शांति से सोने का आनंद तो दुनिया की अनमोल चीज़ों में से एक है।

लो जी कर लो बात

लो जी कर लो बात, कोई कह रहा था कि बेटी मायके आकर आराम करती है। बताओ भला, जब सास में माँ को खोजती हैं, तो उनके पास आराम क्यों नहीं करती? काम करके सभी थकते हैं, आराम भी सबको चाहिए। जब ससुराल अपना घर है तो अपने घर में आराम नहीं कर सकते? और शादी से पहले क्या घर में काम नहीं करती? और नहीं करती थी तो सोचें, कि आपकी माँ पहले भी आपके काम करती थी, आपके विवाह के बाद भी करती है और आपके मायके आने पर भी, तो उन्हें आराम कब मिलेगा?

क्षणिकाएँ

मेरी जंग

मेरी अपनी जंग किसी से नहीं, पर जब बात अपनों पर आती है तो मेरी जंग पूरी दुनिया से है।

चुपके चुपके

कई बार आंखों देखी और कानों सुनी पर भी विश्वास नहीं कर सकते। झूठ की परतों की तरह सच भी कभी कभी चौंका देता है।

ज़िन्दगी मिलेगी न दुबारा

ज़िन्दगी को भरपूर जिएं। मौत एक बार आनी है, उसके डर से हर रोज़ तिल तिल कर मरना कहाँ की समझदारी है?

बावर्ची

एक स्त्री से 'घर' घर बनता है। वह पूरे परिवार को अपने प्यार की छांव में रखती है, बदले में केवल सम्मान और प्यार चाहती है।

गुज़ारिश

सम्मानपूर्ण जीवन जीना सबका अधिकार है, वैसे ही सम्मानपूर्ण मौत चुनने का अधिकार भी होना चाहिए। अपमान और अक्षमता ना जीवन में, ना मौत में वांछित है।

नियम

नियम जीवन में संयम और अनुशासन बनाए रखने के लिए बनाए जाते हैं। जो अधिकतर के लिए सही माना जाता है, वह नियम बन जाता है। अपवाद हर नियम के होते हैं। समाज, धर्म और प्रकृति के नियम जीवन को संतुलित रखने के लिए होते हैं। पर जब नियम बंधन लगने लगें, तो उनमें परिवर्तन लाना चाहिए, परिस्थिति के अनुसार नए नियम बनाने चाहिएं, तोड़ने नहीं चाहिएं। अनियमित होना केवल समस्या खड़ी करेगा। प्रकृति भी यही सिखाती है। एक नियम अपरिवर्तनीय है कि नियम सबको एकजुट करने के लिए है, बंधन और घुटन के लिए नहीं।

मूर्ख

मूर्ख का तब तक पता नहीं चलता जब तक वह मुंह न खोले। केवल इशारे से तो शास्त्रार्थ में मूर्ख ज्ञानी को भी हरा दे। कुछ भी करने या बोलने का नतीजा क्या होगा, जो यह नहीं सोच पाता, वह मूर्ख है, भले ही वह शिक्षित ही क्यों न हो। कहाँ क्या और कब बोलना है, या चुप रहना है, इसका ज्ञान हो तो मूर्ख और ज्ञानी के अंतर को आसानी से पहचाना जाता है। एक मूर्ख मित्र से एक बुद्धिमान शत्रु अधिक वांछनीय है। मूर्ख को सलाह देना भी हानिकारक होता है।

घबराहट

जब ज़िन्दगी करवट लेती है और नए मोड़ पर खड़ा कर देती है तो उस अनजाने, अनदेखे भविष्य के लिए कदम आगे बढ़ाने में घबराहट होती है। दूसरी तरफ जब अपने आपको परीक्षा में डालना होता है, खुद को साबित करना होता है, तब भी घबराहट होती है। इस घबराहट का सामना करते हुए कुछ लोग गड़बड़ियां कर बैठते हैं, तो कुछ लोग साहस करके हर मुश्किल को हरा देते हैं। गलती होने के डर से घबराहट होना आम बात है, उस घबराहट को जीतना खास है।

वक्त

हाँ, मैं समय हूँ, अनादि, अनन्त, ब्रह्माण्ड का एकमात्र सत्य, अनवरत चलने वाला। वक्त किसी के लिए ठहरता नहीं। जो वक्त की कद्र नहीं करता, उसका असफल होना निश्चित है। अच्छा बुरा वक्त एक चक्र की तरह चलता रहता है, बिना किसी का इंतज़ार किए। काल की गणना करने वालों के पहले भी समय था। वक्त दुनिया का सबसे बड़ा गुरु है, जो नासमझी और लापरवाही करते हैं, उन्हें वक्त सबक सिखाता है। वक्त की सबसे अच्छी और बुरी बात यही है कि वह बदल जाता है। वक्त वक्त की बात है, कभी कोई तो कभी कोई और , ऊंचाई और गहराई में जाता है।

कहावत

कहावत सदियों के अनुभवों का रोचक निचोड़ होती है। भाषा के विकासक्रम में बातों को सजा कर कहने के तरीके, अनुभवों को सीख के रूप में मोहक तरीके से बताना, आदि भी विकसित हुए हैं। कम शब्दों में बड़ी सीख देने और आम आदमी द्वारा आसानी से याद रखने में कहावतें सक्षम हैं। हर भाषा में कहावतें और लोकोक्तियाँ होती हैं। इसी को कहते हैं गागर में सागर भरना।

मेरे पसंदीदा फूल का नाम बताएं

मेरा पसंदीदा फूल अपनी भीनी खुश्बू से रात को महकाए, दिन भर की थकान दूर हो जाए। इसकी महक और शीतल बयार से , सफेद रंग से चमक जाती है चांदनी रात, बताएं इसका नाम।

मिट्टी

मिट्टी लग गई तो मैला हो गया। लेकिन यह शरीर ही मिट्टी का बना है जो आखिर मिट्टी में ही मिल जाएगा। फिर इस मिट्टी पर घमंड कैसा? यही देश की मिट्टी की बात हो, तो गर्व का कारण है। किसानों के लिए मिट्टी उनकी रोज़ी रोटी है जिससे समाज का पेट भरता है। माली भी मिट्टी की सेवा से पेड़, पौधों, फूलों की प्राप्ति कराता है। कुम्हार का तो सारा खेल ही मिट्टी का है, उसके हाथों से मिट्टी आकार लेकर कितना कुछ बन जाती है। एक मूर्तिकार मिट्टी से भगवान् के रूप का साक्षात्कार करा देता है। बारिश से मिट्टी की सोंधी महक दुनिया की सबसे अच्छी खुश्बू हहै। बच्चे मिट्टी में खेल कर अपनी जड़ों से जुड़ पाते हैं। मिट्टी उपजाऊ हो तो तभी फसल सही होती है।

सच्चा

सच्चा होना सापेक्षिक है, क्योंकि धर्मपरायण युधिष्ठिर ने भी आधा सच बोला था और वह सच्चे भी रहे। बच्चों का मन सच्चा होता है, उनमें छल कपट नहीं होता। उनके झूठ भी मासूमियत भरे होते हैं। और गुरु नानक देव जी ने तो मानवता के लिए किए गए अच्छे कार्य को सच्चा सौदा कहा है। सच्चा मित्र और प्यार किस्मत से मिलता है। सच्चा होना व्यक्ति के स्वभाव में होता है, यह सिखाया नहीं जा सकता। हाँ, इसके लिए प्रेरित किया जा सकता है।

बॉडी शेमिंग

दुनिया में सभी सुंदर दिखना चाहते हैं। इस तथाकथित सुंदरता को पाने के लिए जतन भी करते हैं। मन बहलाने के कहा जाता है कि तन की सुंदरता से मन की सुंदरता ज़्यादा महत्वपूर्ण है, सुंदरता देखने वाले की नज़र में होती है, वगैरह वगैरह। पर जिनके पास समाज और संस्कृति द्वारा तय की गई सुंदरता के मानक के मुताबिक शरीर या सूरत नहीं हो, उनके आत्मविश्वास की लोग बॉडी शेमिंग के द्वारा धज्जियाँ उड़ा देते हैं। लोगों की बातें इसलिए भी चोट पंहुचाती हैं, क्योंकि खुद भी आप अपने शरीर से संतुष्ट और खुश नहीं होते।

जब सासू माँ घर रहने आती हैं तो

जब सासू माँ घर आती हैं तो घर में भूचाल आ जाता है। लेकिन सिर्फ बहू के पैरों के नीचे से ही ज़मीन खिसकती हहै। बाकी परिवार के लिए ये भूचाल रोलर कोस्टर होता है, डरावना मगर मज़ेदार और उस भूचाल के स्वयं के लिए यह समय होता है, अपने बहू होने के समय का बदला लेने का। क्योंकि हमने सहा, तो तुमको भी सहना होगा, यह परम्परा है। अगर सास अपनी भुगती हुई परेशानी से सबक लेकर बहू का साथ दे दे तो, धरती पर स्वर्ग आ जाए, जो कुछ भाग्यशाली घरों में सचमुच होता है।

सबक

गुरु से सबक सीखने वाले छात्र अपनी क्षमता और प्रतिभा के मुताबिक सबक को समझते हैं या रटते हैं। बिना समझे, सिर्फ रटने से कभी भी ज्ञान ननहीं मिलता, क्योंकि उसमें बुद्धि और अनुभव का अभाव होता है, जो ज्ञान का आधार हहै। सबक सिखाने ममें वक्त से बड़ा गुरु और कोई नहीं। वक्त सबका गुरूर तोड़ देता है। किसी को सबक सिखाने की तभी सोचें जब आप उससे बेहतर हैं, और यही घमंड आपको सबक सिखाने के लिए अनुपयुक्त बना देता है। इसलिए विनम्र रहिये, और वक्त को अपना काम करने दीजिये।

आमने सामने

विज्ञान के आविष्कार से दुनिया सिमट कर जैसे मुट्ठी में आ गई है। एक मोबाइल फोन के ज़रिए आप दुनिया के किसी भी कोने से कहीं भी सम्पर्क कर सकते हैं। ऐसा लगता है कि आप आमने सामने बैठ कर बातें कर रहे हैं। किसी मौके पर आप शरीर से वहाँ मौजूद न हो सकें तो भी आप वहाँ की हर गतिविधि में शामिल होंगे। आमने सामने होकर बात करने में जो भावनाओं को महसूस करने और छूकर भावनाओं को व्यक्त करने का सुख है, वह फोन या अन्य किसी यंत्र से सम्भव नहीं है।

आनंद

जब मन शांत और संतुष्ट हो तो हर परिस्थिति में आनंद का अनुभव होता है। बच्चों का निर्मल आनंद इसी कारण से होता है। उम्र के साथ इच्छाएँ और महत्वाकांक्षाएं इतनी बढ़ जाती हैं कि आनंद एएक मृगमरिचिका बन जाता है। आप आनंद की तलाश में जीवन भटकते रहते हैं और वह आपके अंदर ही होता है। छोटी छोटी खुशियों में ही जी लेना जिसके लिए सम्भव हो, वह बड़े आनंद ककी प्रतीक्षा में समय नहीं गंवाता।

स्पष्ट

किसी भी स्थिति और वस ्तु को समझने के लिए विचारों की स्पषटता होना आवश्यक है। जब आप दुविधा में हों तो विचार स्पष्ट कैसे होंगे। यह तो वैसे ही है जैसे धुंधले आइने में स्पष्ट प्रतिबिंब नहीं दिखता। स्पष्टवादिता सैद्धान्तिक रूप में उचित है लेकिन व्यवहार में यह सम्भव नहीं होता। किसी की कमी या कमज़ोरी को स्पष्टता से बता देना संवेदनहीनता है। अतः विचार स्पष्ट हों, उच्चारण स्पष्ट हो, कार्यप्रणाली स्पष्ट हो, पर ध्यान रहे कि आपकी स्पष्टता से किसी का दिल न दुखे।

अधिकार

अधिकार कभी ना दान किया जाता है, ना ही छीना जा सकता है। अधिकार आपको तभी मिलना चाहिए जब आप कर्तव्य निभाने को तैयार हैं। अपने कर्तव्य पूरे किए बिना आपको अधिकार जताने का अधिकार नहीं है। जब अधिकार मिलता है तो उसके सिर्फ कितनी ज़िम्मेदारियां भी जुड़ी होती हैं। अधिकार मिलने पर उसके नशे में इंसान अभिमान करने लगता है, और अपने अधिकारों का दुरूपयोग करने लगता है। अधिकारों का सही समय , सही स्थान पर सही उपयोग करने की समझ होनी चाहिए, घमंड नहीं।

कड़वा# स्वाद कलिकाएं

खाने पीने में स्वाद एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। कड़वा स्वाद किसी को पसंद नहीं आता। लेकिन कड़वा जब थाली में आता है तो भूख बढ़ाता है, दूसरे स्वाद की पहचान और तारीफ करने की क्षमता बढ़ाता है और इसके चिकित्सकीय मूल्य भी होते हैं। बुरे अनुभवों की भी तुलना हम कड़वाहट से ही करते हैं। मन में भरी कड़वाहट जब ज़ुबान पर आ जाती है तो रिश्तों में दूरियाँ बढ़ जाती हैं, मन को चोट पंहुचती है, सो अलग। कड़वे सच को मीठे का आवरण चाहिए, तभी उसका सही उपयोग किया जा सकता है।

पथ

पथ कैसा भी हो, पथिक आते जाते, बदलते रहते हैं। पथ अपनी जगह पर बना रहता है और पथिकों को उनकी मंज़िल तक पंहुचाता रहता है। पथ पर हुए किसी भी अच्छे बुरे अनुभव के लिए पथ को दोषी ठहराया जाता है। सच तो यह है कि पथ पथिकों की सुविधा के लिए बनाया जाता है, रुकावट के लिए नहीं। पथ कोई भी अपनाया जाए, उसका लक्ष्य केवल एक ही है, मंज़िल तक पंहुचाना।

मेरी पसंदीदा हिरोइन का नाम

मैंने जब देखा उसको, मुझे लगा सुंदरता की मूरत हो जैसे, नाम उसका ज्यामिति में बार बार आए, सीधी हो या टेढ़ी, दो बिन्दुओं को जोड़ दे, वह है खूबसूरत उमराव जान।

खट्टा# स्वाद कलिकाएं

खट्टे स्वाद के चटकारे लेने में खासतौर पर लड़कियों को मज़ा आता है, कच्ची कैरी हो, इमली हो, या इनसे बने कोई पकवान। नींबू, आंवला, कैरी, इमली, कोकम , खाने की चीज़ों में मिलाए जाने पर खाने का स्वाद बढ़ा देती है। चटकारे लेते हुए आंखें अपने आप बंद हो जाती हैं। खट्टे मीठे के मेल से स्वाद बढ़ जाता है। खट्टे दही की कढ़ी कितनी अच्छी लगती है। पर जब खाने के बासी होने पर खटास हो

जाए, खट्टी डकारें आएं तो सावधान हो जाएं। वैसे ही जब रिश्तों में खटास आ जाए तो संभालना मुश्किल हो जाता है।

सहारा

हिम्मते मर्दा, मदद खुदा। ख़ुदा भी उसी की मदद करता है, सहारा देता है, जो स्वयं अपनी मुश्किल हल करने की हिम्मत करता है, कोशिश करता है। सहारे के भरोसे कोई जंग नहीं जीती जा सकती। लेकिन जब पता हो कि सहारा उपलब्ध है तो हिम्मत कई गुना बढ़ जाती है। सहारा देने वाले की नीयत भी देखनी चाहिए कि वह सचमुच सहारा देगा, या दिखावा कर रहा है, या सहारा देकर अपना कोई स्वार्थ साध रहा है, या अंतिम समय पर पीछे हट रहा है। कभी कभी ऐसा भी होता है कि मुद्दई सुस्त, गवाह चुस्त।

छोटे से मटकूदास, कपड़े पहने एक सौ पचास

जैन धर्म के अनुयायिओं और व्रत के भोजन के अतिरिक्त अधिकतर लोग प्याज़ के बिना खाने की कल्पना भी नहीं कर पाएंगे। तामसिक भोजन का अंग प्याज़ परत दर परत खुलता जाता है, काटने वाले को खूब रुलाता है। पर भरपूर गर्मी में लू से बचाता है। बुखार का बहाना करना हो तो बगल में प्याज़ दबा लीजिए। जब प्याज़ महंगा नहीं होता था, तो और कुछ नहीं होने पर रोटी, प्याज़ और नमक के साथ खा करक्षभी गुज़ारा कर लिया जाता था। एक एएक परत उतरती जाती है, और प्याज़ अपना अस्तित्व खोता जाता है।

मसालेदार# स्वाद कलिकाएं

मसालेदार खाना मुंह में स्वाद के पटाखे फोड़ने लगता है। भारतीय रसोई में अनगिनत मसालों का प्रयोग किया जाता है। आयुर्वेद के अनुसार चिकित्सीय प्रयोग के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं। घरेलू नुस्खों ममें इन्हीं मसालों पर दादी, नानी का भरोसा होता है। भारत के अलावा बहुत कम देश हैं जहाँ, इतने मसालों का खाने में प्रयोग होता है। खाने के अलावा बातें भी मसालेदार होती हैं। मामूली बात को भी मिर्च मसाला लगा कर चटपटा बना दिया जाता है।

मीठा# स्वाद कलिकाएं

किसी शुभ कार्य को शुरू करने से पहले मीठा खाया जाता है, कुछ अच्छा हो जाए या तीज त्योहार हो, कोई खास अवसर हो, तो भी मीठा खाने खिलाने का रिवाज है। भगवान् को भी प्रसाद में मीठा चढ़ाने का चलन है। खाना खाने के बाद कुछ मीठा हो जाए तो पेट के साथ मन भी भर जाता है। रिश्तों में मिठास ज़िन्दगी को जीने लायक बना देती है। ऊर्जा कम हो रही हो तो मीठा ऊर्जावान बना देता है। मतलब मीठा हमारी ज़िंदगी में इतना महत्वपूर्ण है। पर ज़्यादा मीठा भी सेहत के लिए नुकसानदायक है।

अंधविश्वास

विश्वास दुनिया की सबसे बड़ी ताकत है और अंधविश्वास बहुत बड़ी कमज़ोरी। अति कभी भी अच्छी नहीं होती। विश्वास की भी जब अति हो जाती है तो वह अंधविश्वास में तब्दील हो जाता है। विश्वास करना उचित है, पर आंख मूंद कर नहीं। अंधविश्वास कमज़ोर बनाता है, गलत दिशा में ले जाता है, बुद्धि भ्रष्ट करता है। कोई सही बात बताने की कोशिश भी करे तो उस पर विश्वास नहीं होता। तर्क विश्वास को मज़बूती देते हैं, और वितर्क अंधविश्वास को।

वस्त्र

वस्त्र शरीर को ढकने, सर्दी, बरसात से बचाने ममें सहायक होता है। भगवान् के दिए शरीर की लज्जा बनाए रखने के लिए मनुष्य ने वस्त्र का आविष्कार किया और अब यह आपकी आर्थिक, धार्मिक, देश, प्रदेश और वातावरण की पहचान बन गया है। आपको पहली बार देख कर आपके बारे में पहली धारणा बनाने में आपके वस्त्र महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इसीलिए समय, स्थान, अवसर और स्थिति के अनुसार वस्त्र धारण करना रुचिकर होता है। फिर फैशन करना या मानवीय मूलभूत आवश्यकता पूरी करना अपनी इच्छा या रुचि है।

मुक्त

मुक्त अर्थात बंधनहीन। हर जीव मुक्त रहना चाहता है, किसी को भी बंधन या कैद नहीं चाहिए। मुक्त आकाश में मुक्त उड़ान, सुख दुःख, मोह से मुक्त, ऐसा आदर्श जीवन वांछनीय है, लेकिन असल जीवन में होता नहीं है। मुक्त होने और स्वच्छंद होने ममें अंतर है। स्वच्छंदता बंधनहीन, अनुशासनहीन, ज़िम्मेदारियों से भागने का नाम हहै। जबकि मुक्त होना अपने को किसी भी नकारात्मक बोझ से पूरी ज़िम्मेदारी के साथ हटाना है। मुक्ति में सकारात्मकता है, हल्का होने का अहसास है। तो आइए, बुराइयों को ज़ंजीरों से अपने कोको मुक्त करें और मुक्त आसमान में उड़ान भरें।

निजी

व्यक्ति के जीवन में कुछ बातें निजी होती हैं, तो कुछ सार्वजनिक। गड़बड़ी तब होती है जब इन दोनों क्षेत्रों के बीच की सीमा मिट जाती है। जब लोग, चाहे परिवार ही क्यों न हो, आपके निजी जीवन को चलाने लगें, तो रिश्ते टूटने लगते हैं। निजी जीवन सार्वजनिक होने लगे तब विश्वास टूट जाते हैं। सबको अपनी निजी जगह, शारीरिक या मानसिक, कुछ निजी पल चाहिए होते हैं। अपने निजी पलों में व्यक्ति किसी भी बंधन से मुक्त होता है, किसी भी बाहरी दबाव या प्रभाव से मुक्त। अपनी निजता की रक्षा करना ज़रूरी है।