मै लिखता हूं
अक्सर तुम्हें सोचकर

-गौरव

BlueRose ONE.com
Stories Matter
NewDelhi • London

BLUEROSE PUBLISHERS
India | U.K.

Copyright © Gaurav 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.

BlueRose ONE.com
Stories Matter
NewDelhi • London

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

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

ISBN: 978-93-7542-602-8

Cover design: Aafiya Saifi
Typesetting: Namrata Saini

First Edition: May 2026

Dedication

This book is dedicated, first and foremost, to God, for the divine grace that guides my hand and the countless blessings that turn my silence into poems. Thank You, God, for everything.

To my beloved Urvashi (Sona, Sonpari): you are the heartbeat of every rhythm and the silent inspiration behind every word I write. You are the muse I discover in the sacred stillness of the mountains and the light that unfailingly guides my path home. In your eyes, I found the reflection of the man I aspire to become, and in your presence, I found the courage to build our dreams.

Your love is not just a chapter of my life—it is the story itself. Every page I write carries a whisper of you; every poem carries a piece of your soul. I look forward to the days we have yet to live, the dreams we have yet to build, and the endless sunsets we will one day watch together as our story continues to unfold.

To the readers who hold this book in their hands: thank you for giving these words a home in your heart. If even a single line of this collection makes you feel seen, understood, or loved, then every moment spent writing has found its purpose.

Finally, I thank the spirit within me for the unwavering discipline to shape a character of substance and the resilience to never give up on my passions. With the grace of God, the devotion of my Sonpari, and the strength of my own resolve, we have built a world of beauty. This collection is a humble reflection of that journey—a testament to the love and discipline that bind us all together.

Acknowledgment

Most importantly, thanks to Urvashi (my Sonpari, my Sona), the love of my life: thank you for giving me the time and the quiet space to write, and for believing that my voice mattered even when I wasn’t so sure myself. You were the light I followed whenever I felt lost in my own thoughts. More than just a partner, you were the muse behind my favorite lines and the strength that kept me going on days when the pages stayed empty.

If these poems have any beauty in them, it is only because they reflect the love you give me every day. You are the melody that plays behind every word I write, and the home I return to when the world gets too loud. I often searched for the perfect words to describe the world, only to realize that you are the most beautiful poem I have ever known.

Your love didn’t just give me something to write about; it gave me a new way to see, to feel, and to breathe. Thank you for being my 'first reader'—for looking at my early drafts with such kindness and helping me make them better. I am so grateful to you for teaching me how to be a better writer and for pushing me to be more honest with my work. Your belief in me is woven into every poem in this collection; you are the soul within these pages, and my heart in every line.

Preface

Between the structured world of my professional life and the rhythmic pulse of the gym, I found a third space: the world of poetry. I have always believed that discipline builds the body, but expression saves the soul.

"Main Likhta Hoon Aksar Tumhe Sochkar" is a distillation of my most personal reflections, written in the margins of busy days and during the stillness of travel. This collection explores the duality of being—the strength of a man and the vulnerability of a lover. It is a tribute to the mountain air, the riverside prayers, and above all, the woman who remains the heartbeat of every line I write.

My goal is for these poems to resonate with anyone who has ever looked at someone they love and realized that words will never be enough, though we must try to write them anyway.

अनुक्रमणिका

भावनाओं का सफ़र

अध्याय 1: दीदार-ए-हुस्न 1
1. खूबसूरत से भी ज़्यादा खूबसूरत 3
2. तेरी आँखों की ये ख़ूबसूरती 4
3. सुकून-ए-मुसाफ़िर 5
4. उसका दीदार 6
5. एक दीदार 7
6. नूर और चांद 8
7. इरादा 9
8. प्यारी सी आँखें 10
9. बाँध लो जुल्फों को 11
10. आँखों का असर 12
11. तुम्हारी आँखें 13
12. जुल्फ़ों का जाल 14

अध्याय 2: अक्स और एहसास 15
13. अनगिनत नाम, एक एहसास 17
14. नब्ज़ हमारी 18
15. सिर्फ तू 19
16. तुम कौन? 21
17. सोनपरी हो तुम 22
18. मुस्कुरा दूँ 23
19. मेरा आईना 24
20. एक लड़की है 25
21. वह शाम, पार्क और तुम 26

अध्याय 3: गिरफ़्त-ए-मोहब्बत 29
22. नींद और करार 31
23. गिरफ़्त-ए-मोहब्बत 32
24. तेरा पता 33
25. अब ज़िंदा नहीं हूँ मैं 34
26. बस एक ही सवाल 35
27. अधूरी आस 36
28. एक ख़्वाब 37
29. मोहब्बत की ज़ुबान 38
30. हसरत-ए-इश्क़ 39
31. कानपुर का स्टेशन 40
32. मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर.. 42

अध्याय 4: वादियों की गूँज 45
33. पहाड़ी सुबह और सोनपरी 47
34. पहाड़ी रास्ते और रूठी सोनपरी 49
35. ऋषिकेश का सुकून 51
36. तेरे घर की दीवारें 52
37. आ बैठ ना पास मेरे 54
38. उम्र लुटा दूँ क्या 55
39. मैं हवा बनकर आऊंगा 56
40. ख़्वाब, ऊनी शॉल और तुम 57
41. पहाड़ी रात, अलाव और हम 59

अध्याय 5: बंदगी और वादे 61
42. इबादत-ए-इश्क़ 63
43. वफ़ा का एक मुकम्मल वादा 64
44. सदियों तक तेरे नाम 65
45. हक़ सिर्फ तुम्हारा 66
46. मेरा ठिकाना 67
47. पूरी दुनिया तुम्हारी आँखों से 68

48. वक़्त और वादे (संवाद)...69
49. गुमान 71
50. इकरार और एतबार 72
51. अचल विश्वास...73
52. हर जर्रे में तुम 74
53. तुम्हें सोचकर 75
54. मुझे बेवफा कहना...76

अध्याय 6: सुकून की मंज़िल...79
55. सुकून की गोद..81
56. सिर्फ मेरा दीवाना...82
57. एक मुस्कान...83
58. तू ही मेरा सब कुछ..84
59. एक टक-टकी...85
60. तुम्हारी चूड़ियाँ 86
61. सुकून का सिरहाना 87
62. तुम दिल ही तो हो 88
63. फिर मेरी बारी आई...89
64. आज थोड़ा प्यार जता दूं 91
65. तेरे सामने..92
66. तेरा साथ 93
67. सब्र करो 94
68. वो एक चेहरा 95
69. उसका चेहरा, मेरा जहाँ...96
70. तुम और मैं: एक मुकम्मल अहसास...97
71. उसका इजहार 98

अध्याय 1: दीदार-ए-हुस्न

जब लफ़्ज़ पहली बार आपकी सादगी और खूबसूरती के कायल हुए।

1. खूबसूरत से भी ज़्यादा खूबसूरत

तुम खूबसूरत से भी कहीं ज़्यादा खूबसूरत हो,
तुम्हारी इस खूबसूरती को मैं कागज़ पर लिख रहा हूँ।
डर है कि ये अल्फ़ाज़ कहीं कम न पड़ जाएँ,
इसलिए हर एहसास को मैं दिल से लिख रहा हूँ।
लिखने को तो लिख दूँ मैं तुम्हें 'चाँद का टुकड़ा,
मगर तुम तो उस चाँद का भी मुकम्मल नूर हो।
लिख दूँ तुम्हें 'गुलशन की कोई ताज़ा कली',
पर तुम तो हर मौसम का हसीन सरूर हो।
ये जो तुम्हारी खूबसूरती हर तरफ बिखरी है,
इसे लफ़्ज़ों में ढालना ज़रा मुश्किल लगता है।
मेरी कलम थक जाएगी, पर ये बयां ना होगी,
पन्ने भर जाएँगे, पर ये दास्ताँ खत्म न होगी।
स्याही गवाह है तुम्हारी इस बेमिसाल सादगी की,
कि इस जहाँ में तुमसे हसीन कोई और ना होगी।
अब तुम्हारी खूबसूरती के आगे हाल-ए-मंजर ऐसा है,
तुम्हारे बिना मेरे जीवन की शाम ना होगी।

२. तेरी आँखों की ये ख़ूबसूरती

मैं पढ़ना चाहता हूँ तेरी आँखों की ये ख़ूबसूरती,
जैसे हर नज़र में कोई अनकही कहानी लिखी हो।
मैं देखना चाहता हूँ हर ख़्वाब में बस तेरा चेहरा,
जैसे नींद भी मेरी सिर्फ़ तुझसे मिलने आई हो।
तेरी इन आँखों में कुछ यूँ खो जाता हूँ मैं,
जैसे समंदर के सीने में कोई लहर समाई हो।
तेरे बिना कुछ इस तरह अधूरा सा हूँ मैं,
जैसे कोई किताब बिना आख़िरी पन्ने की हो।
तेरे लबों की ख़ामोशी में भी एक शोर सुनता हूँ,
जैसे तू मुझसे अपनी कोई बात कहने आई हो।
तेरा साथ मिले तो मुकम्मल हो जाए ये जीवन,
जैसे तपती ज़मीन पर बरसों बाद बारिश आई हो।
तू हकीकत है मेरी, या महज़ एक हसीन वहम,
पर जो भी है, इस दिल को बस तेरी लगन लगी हो।
यही एक आरज़ू है इस धड़कते हुए दिल की,
तू जिये हर लम्हा खुश होकर, मेरी उम्र भी तेरी हो।

३. सुकून-ए-मुसाफ़िर

वो सादगी में लिपटी हुई, बड़ी कमाल लगती है,
ख़ुदा के हुनर की कोई, मुकम्मल मिसाल लगती है।
तराशने में उसे, सारा नूर ही ख़र्च किया होगा,
रब ने अपनी मोहब्बत को, उस पर ही लुटाया होगा।
वो मेरे दिल के आँगन में, यूँ ही खेलती रहती है,
जैसे वादियों में, कोई पावन नदी-सी बहती है।
अजीब-लड़की है वो, जो रूह तक महकाती है,
मेरे वीरान-से दिल में, वो तितलियाँ-सी उड़ाती है।
लबों पर नाम आते ही, एक मीठी हलचल - मचती है,
जैसे किसी सूने बाग़ में, बहारें फिर से सजती हैं।
उसकी एक मुस्कान से, वो सुकून-ए-दिल मिल जाता है,
जैसे थका मुसाफ़िर, अचानक अपना घर पा जाता है।
वो प्यारी है, वो न्यारी है, वो नूर-ए-मुजस्सम है,
मेरी हर छोटी ख़ुशी का, वही गहरा समंदर है।
हुस्न भी देख उसे, खुद को कमतर पाता है,
वो जब हँसती है तो, पूरी कायनात मुस्कुराती है।
और सच कहूँ तो, बस यही मेरा अफ़साना है,
मेरी हर धड़कन में, अब बस उसका ही ठिकाना है।

4. उसका दीदार

बड़ी बेताबी थी दिल में, उसे देखने उसके घर गया था,
महज़ एक झलक की हसरत, आँखों में भर ले गया था।
धड़कनें तेज़ थीं और साँसों में एक हलचल सी थी,
वो गली भी उस रोज़, किसी ख़्वाब की दहलीज़ सी थी।
सामने वो आई तो, धड़कनों ने शोर मचाना छोड़ दिया,
उसकी सादगी ने हुस्न का, हर पैमाना तोड़ दिया।
वो इतनी हसीं थी कि, चाँद भी बादलों में छुप जाए,
उसे देख लगा जैसे, कायनात की ख़ूबसूरती ठहर जाए।
दो मिनट का वो साथ, जैसे सदियों का गुज़ारा था,
उसका मुस्कुराना, तपती ज़मीन पर पहली फुहार जैसा था।
न कोई लफ्ज़ निकला, न कोई बात हुई दरमियाँ,
बस खामोशी में मुकम्मल, हो गई थीं सारी दास्ताँ।
मैं लौट तो आया, पर अपना दिल वहीं छोड़ आया,
उसकी सूरत का नूर, अपनी रूह में ओढ़ आया।
भले ही वो दीदार, बहुत छोटा था मेरा,
पर उन दो मिनटों में ही, सिमट गया था ज़माना मेरा

5. एक दीदार

वो जब मेरे क़रीब से गुज़री थी,
धड़कनों ने भी रास्ता छोड़ दिया था।
हवाओं ने ठहर कर उसकी ज़ुल्फ़ों को,
बड़ी आहिस्ता से लहराया था।
उसकी आँखों में जो ठहराव था,
उसने दरिया को बहना भुला दिया था।
मैं जब उस गहराई में उतरा,
मेरा साहिल से किनारा हो गया था।
ज़िंदा रहने को तो साँसें लाज़मी थीं,
मगर महज़ उसका दीदार ही काफ़ी था।
उसकी एक झलक ने मेरी रूह के,
हर अँधेरे में उजाला कर दिया था।
फ़क़त उसी एक मंज़र की ख़ातिर,
मैंने अपना सब कुछ वार दिया था।
उसके लबों की वो मद्धम सी हँसी,
सजदा मैंने वहीं झुका दिया था।
वो जो चुपके से पलकें झुकाती थी,
शाम ने ढलने का इरादा गँवा दिया था।
उसकी मासूम सी अदाओं के आगे,
वक़्त ने भी ठहरना सीख लिया था।
न माँगी कोई मन्नत, न कोई दुआ,
उसे देख पाना ही मुकम्मल ख़ुदा था।
बस वहीं ठहर गई मेरी सारी आरज़ू,
जहाँ से उस हसीं चेहरे का फ़ासला था।

6. नूर और चांद

तेरे नूर के आगे अब वो चांद भी फीका लगता है,
जलकर तुझसे वो बादलों में कहीं छुपा बैठा है।
न जाने कितनी दुआएं मांगी हैं मैंने उन टूटते तारों से,
तब जाकर खुदा ने मेरी तकदीर में तेरा नाम लिखा है।
यूं तो महकते हैं गुलशन में हज़ारों फूल मगर,
जो खुशबू तुझमें है ऐसा कोई फूल नहीं महकता है।
यकीं न आए तो मेरी इन प्यासी निगाहों से पूछ लेना,
मैने तमाम महकते फुलों के बगीचों को देखा है।

7. इरादा

दिन-ब-दिन और भी ख़ूबसूरत लगने लगी हो,
मेरी जान लेने का इरादा कर लिया है क्या?
हर सुबह तुम्हारा चेहरा और निखर जाता है,
कहीं चाँद से कोई वादा कर लिया है क्या?
ये जो मुस्कान में छुपा के रखी है बिजली तुमने,
दिल पे वार करने का इरादा कर लिया है क्या?
सच बताओ, ये साजिश है तुम्हारी अदाओं की,
या मुझे अपना बनाने का इरादा कर लिया है क्या?

८. प्यारी सी आँखें

मैं ठहरता हूँ तेरी इन प्यारी सी आँखों में,
जैसे जन्नत का सुकून हो इन निगाहों में।
तेरी नज़रों का करिश्मा है या कोई जादू है,
दिल भटकता ही नहीं अब और राहों में।
तेरे चेहरे की चमक चाँद को भी शरमा दे,
ऐसी रौशन सी लकीरें हैं तेरी निगाहों में।
तेरा नाम आते ही सजदे में झुक जाता हूँ,
जैसे रब मिल गया हो तेरी बाहों में।
तेरे होने से ही महकती है ये सारी दुनिया,
जैसे खुशबू ही बसी हो मेरी साँसों में।
मैं ठहरता हूँ तेरी इन प्यारी सी आँखों में।

9. बाँध लो जुल्फों को

ज़रा संवार लो इन जुल्फों को, तुम इन्हें बाँध लो,
मैं तुम्हें देखते ही, अपनी हर बात भूल रहा हूँ।
जो कहने आया था हज़ारों फसाने तुमसे,
इन्हें देखकर, मैं अपनी कायनात भूल रहा हूँ।
बड़ी मुश्किल से लफ्जों को पिरोया था मैंने,
पर तुम्हारे चेहरे की इन लटों में, मैं जज़्बात भूल रहा हूँ।
ये खुली जुल्फें जैसे सावन की घटा का साया हों,
मैं दिन की रोशनी में, मुकम्मल रात भूल रहा हूँ।
तुम अपने बाल बाँध लो...
मैं बार-बार अपनी बात भूल रहा हूँ।

10. आँखों का असर

तेरी आँखों का असर कुछ यूँ है,
लोग हमसे मिलकर तुझे ही पढ़ते हैं।
मेरी बातों में तेरी खुशबू है,
मेरे लफ़्ज़ भी तेरा ज़िक्र करते हैं।
चेहरे पर मेरे जो रौशनी है,
कहते हैं लोग — ये किससे जुड़ते हैं?
मैं तो ख़ामोश खड़ा रहता हूँ,
पर मेरे हालात तेरा नाम जपते हैं।
तेरी आँखों का असर कुछ यूँ है,
हम खुद को भूलकर तुझमें ही ढलते हैं।

11. तुम्हारी आँखें

माना कि कसूर तुम्हारा नहीं सोनपरी,
मगर दिल पर वार करती हैं तुम्हारी आँखें।
तरकश में जैसे छुपा रखे हों अनगिनत तीर,
यूँ चुपके से शिकार करती हैं तुम्हारी आँखें।
समंदर भी कम पड़े गहराई के आगे इनके,
जहाँ भर के राज़ समेटे रखती हैं तुम्हारी आँखें।
आईना देख संवरती हो जब तुम हल्के से,
खुद अपनी ही अदा पर शरमा जाती हैं आँखें।
कभी बाज़ सी तेज़, शिकारी सी निगाहें,
कभी झील सी ठहरी ठंडी हो जाती हैं आँखें।
जानता हूँ कि जानती हो हाल-ए-दिल मेरा,
फिर भी इज़हार को तरसा जाती हैं आँखें।
इजाज़त दो तो बस एक तमन्ना है मेरी,
जी भर के तुम्हें निहारूं और देखें ये आँखें।
बेहद प्यारी हैं मुझे ये झील सी गहरी,
सोनपरी तुम्हारी आँखें।

12. ज़ुल्फ़ों का जाल

जुल्फ़ें खुली रखती हो,
मेरा दिल बाँधने के लिए।
हर लट जैसे कहती हो,
कि आज फिर दिल हार जाओगे तुम।
तुम जुल्फ़ें यूँ ही खुली रखा करमेरी जान,
मैं हर बार तैयार हूँ इनपे हारने को।

अध्याय 2: अक्स और एहसास

वो नाम और वो रूप, जो मेरे अस्तित्व की पहचान बन गए।

13. अनगिनत नाम, एक एहसास

कभी मैं तुझको 'सोना' कह दूँ,
कभी तू मेरी 'सोनपरी',
कभी मैं तुझको सजदा कह दूँ,
कभी तू मेरी बंदगी।
कभी मैं तुझको जान कह दूँ,
कभी तू मेरी ज़िन्दगी,
कभी मैं तुझको जूही कह दूँ,
कभी तू मेरी उर्वशी।
कभी तू मेरी सांसों की सरगम,
कभी तू मेरी आँखों का नूर,
कभी मैं तुझको सावन कह दूँ,
कभी तू मक़्दर का दस्तूर।
कभी तू चंदा की चांदनी,
कभी तू भोर की लाली,
मेरे सूने से इस जीवन की,
तू ही मुकम्मल खुशहाली।
ना जाने कितने रूप तेरे,
ना जाने कितने नाम लिखूँ,
तू कहे तो अपनी धड़कन पर,
तेरा ही पैगाम लिखूँ।
कभी मैं तुझको कविता कह दूँ,
कभी तू मेरी जादूगरी,
कभी मैं तुझको 'सोना' कह दूँ,
कभी तू मेरी 'सोनपरी'।

14. नब्ज़ हमारी

मेरी इन आँखों में, वो कितनी प्यारी लगती है,
जैसे पूनम की रात की, कोई उजियारी लगती है।
नज़रें जब भी मिलती हैं, तो दिल थम सा जाता है,
कभी मासूम सा बचपन, कभी कोई ज़िम्मेदारी लगती है।
उसकी सादगी का आलम, मैं कैसे बयां करूँ भला,
बिना श्रृंगार के भी वो, सबसे निराली लगती है।
हज़ारों चेहरे हैं दुनिया में, मगर इस दिल के आंगन में,
बस उसकी एक सूरत ही, सबसे न्यारी लगती है।
वो हँस दे तो लगता है, दुआएँ मिल गईं मुझको,
वो खामोश हो जाए, तो दुनिया हारी लगती है।
उसे ख़बर तक नहीं, कि वो रूह का सुकून है मेरी,
कभी दूर का तारा, तो कभी नब्ज़ हमारी लगती है।

15. सिर्फ तू

ख़्वाब क्या हैं?
तेरी यादें।
चाँद क्या है?
तेरा चेहरा।
सितारे क्या हैं?
तेरी हँसी के टुकड़े।
रोशनी क्या है?
तेरा साथ।
सुकून क्या है?
तेरा कंधा।
बेचैनी क्या है?
तेरी ख़ामोशी।
धड़कन क्या है?
तेरा नाम।
इबादत क्या है?
तुझे चाहना।
जन्नत क्या है?
तेरी बाँहें।
दर्द क्या है?
तेरा दूर होना।
मरहम क्या है?
तेरा छू लेना।
ताक़त क्या है?
तेरा भरोसा।

कमज़ोरी क्या है?
तेरी एक आँसू।
रास्ता क्या है?
तेरी ओर जाना।
मंज़िल क्या है?
तेरे पास रुक जाना।
ज़िंदगी क्या है?
तेरा साथ हर लम्हा।
मौत क्या है?
तेरे बिना हर लम्हा।
सोच क्या है?
तू।
ख़्वाहिश क्या है?
तू।
दुआ क्या है?
तू।
और मेरी पूरी कहानी?
बस...
तू।
सिर्फ तू।
हमेशा तू।

16. तुम कौन?

राधा का अटूट प्रेम हो तुम,
कृष्ण की रास हो तुम।
शिव की शक्ति हो तुम,
पार्वती का विश्वास हो तुम।
मीरा का वैराग्य हो तुम,
तुलसी की अरदास हो तुम।
दीयों की रोशनी हो तुम,
सपनों की आस हो तुम।
गीतों की सरगम हो तुम,
अल्फ़ाज़ों की मिठास हो तुम।
गंगा की पावन धारा हो तुम,
ऋषिकेश की शांत शाम हो तुम।
फूलों की महक हो तुम,
सावन की फुहार हो तुम।
चाँदनी की ठंडक हो तुम,
तपती दोपहर की बहार हो तुम।
गौरव की धड़कन हो तुम।

17. सोनपरी हो तुम

बहुत प्यारी हो तुम,
सबसे प्यारी हो तुम।
मेरी हर दुआ हो तुम,
मेरी हर ख़ुशी हो तुम।
भीड़ में भी नज़रें तुम्हें ढूँढ लें,
इतनी अलग, इतनी न्यारी हो तुम।
दिल जो हर रोज़ हार जाता है मुझसे,
मेरे इस दिल की रानी हो तुम।
आखिरकार सोनपरी हो तुम ।

18. मुस्कुरा दूँ

लोग मुझसे पूछें कि मेरी मोहब्बत की हद क्या है,
मैं तेरी तरफ़ देखूँ और बस मुस्कुरा दूँ।
लोग मुझसे पूछें कि आखिर ये जन्नत क्या है,
मैं तेरी तरफ़ देखूँ और बस मुस्कुरा दूँ।
लोग मुझसे पूछें कि रूह का सुकून क्या है,
मैं तेरी तरफ़ देखूँ और बस मुस्कुरा दूँ।
लोग मुझसे पूछें कि मेरी हर दुआ का 'नतीजा' क्या है,
मैं तेरी तरफ़ देखूँ और बस मुस्कुरा दूँ।
लोग मुझसे पूछें कि इस दुनिया में मेरा 'अपना' क्या है,
मैं तेरी तरफ़ देखूँ और बस मुस्कुरा दूँ।
कोई पूछ ले अगर कि मेरी आखिरी 'ख्वाहिश' क्या है,
मैं तेरी तरफ़ देखूँ और बस मुस्कुरा दूँ।

19. मेरा आईना

तुम कहो तो पैरों के लिए पायल ले आऊँ,
तुम्हारे माथे की शोभा को बिंदी ले आऊँ।
तुम बस एक बार कुछ माँग कर तो देखो,
मैं अपनी जान देकर भी, हर खुशी ले आऊँ।
ये चाँद-तारे तोड़ लाने के वादे सब फ़िज़ूल हैं,
झूठे दिलासे देना, इश्क़ के ख़िलाफ़ उसूल हैं।
मैं वो नहीं जो ज़मीन पर जन्नत उतार लाऊँ,
मगर तुम्हारी हर ख्वाहिश, मुझे दिल से कबूल है।
दुनिया ढूँढती होगी आसमां में चमकता वो चांद ,
पर मेरे पास हकीकत में है, इक हसीं सा ख़्वाब।
अगर फिर भी कभी जी चाहे तुम्हारा चाँद देखने का,
तो रख दूँगा सामने आईना, और मिल जाएगा जवाब।
सुनो सोना, तुम्हें सजाने को किसी गहने की तलाश नहीं,
तुम्हारी सादगी से बढ़कर, कोई और अहसास नहीं।
तुम खुद में मुकम्मल हो, एक पाक नूर की तरह,
तुम्हारे बिना ये गौरव, कुछ भी तो खास नहीं।

20. एक लड़की है

एक लड़की है...
जिसे मैं ख्वाब कहता हूँ,
मन्नत में माँगा हुआ एक नायाब जवाब कहता हूँ।
लोग पढ़ते होंगे हज़ारों किताबें महफ़िल में,
मैं उसकी आँखों को मुकम्मल किताब कहता हूँ।

ज़मीन पर रहकर भी जो आसमाँ सी लगती है,
भीड़ में रहकर भी सबसे जुदा सी लगती है,
उसकी सादगी में जैसे चाँद उतरता हो,
हाय उसे ही तो मैं अपनी जान कहता हूँ।

मैं कोई बिखरा हुआ सा एक कंकड़ था,
रास्तों की ठोकरों में खोया हुआ मुक़द्दर था,
उसने छू लिया तो क़ीमत बदल गई मेरी,
उसे ही तो मैं अपना पारस पत्थर कहता हूँ।

21. वह शाम, पार्क और तुम

शाम की उस मद्धम रोशनी में, हम साथ चल रहे थे,
खाली थी वो राह, मगर दिल में कई ख़्वाब पल रहे थे।
तू अपनी धुन में बोलती रही, मैं तुझमें ही कहीं खो गया,
लफ़्ज़ों को छोड़, मैं तेरी नज़रों का कायल हो गया।

थोड़ी दूर जो पैदल चलकर, तूने कहा "अब बैठते हैं,"
उस सूने से पार्क की घास पे, अपने पल समेटते हैं।
तू सामने बैठी थी मेरे, मैं तेरे पैरों के पास लेटा था,
छूकर तेरी उंगलियों को, जैसे हर इक दर्द समेटा था।

तलवों को सहलाया मैंने, और थकान को दूर किया,
तेरी पायल को गोल घुमाकर, वक़्त को जैसे मजबूर किया।
तू हँसकर बोली "छोड़ो भी, ये पायल टूट ही जाएगी,"
मैं मुस्कुरा के कह रहा था "फिर से नई आ जाएगी?"

फिर तूने पैर समेट लिए, और तू बातों में खो गई,
अगले ही पल उंगलियाँ तेरी, मेरे बालों में सो गई।
वो छूना तुम्हारा ऐसा था, जैसे दुनिया थम जाए,
हाथों की वो नर्मी से तेरी, हर सुकून अपने घर आ जाए।

हथेली पे गाल धरे मैं, बस तुझको ही देखे जाता था,
तेरी हर इक अदा को जैसे, रूह में अपनी लिखे जाता था।
तूने हँसकर पूछ लिया "यूँ क्या देखते रहते हो तुम?"
नहीं है तुमसे सुन्दर कोई इस जहां में, मेरी सोना हो तुम।

हवा के एक झोंके ने जब, लट को तेरे गाल पे बिखेरा,
मैंने आहिस्ता से सँवारा उसे, और फिर थम गया दिल मेरा।
तूने धीरे से मेरा हाथ थामा, और आँखों में आँखें डालीं,
ऐसा लगा जैसे खुदा ने, मेरी खाली झोली भर डाली।

उठते वक्त जब तूने मेरी, शर्ट की सिलवटें सुधारीं,
जैसे बिन कहे ही तूने, मुझपे सारी खुशियाँ वारीं।
ढलते सूरज की लाली में, तेरा चेहरा और भी खिल उठा,
पार्क का वो कोना जैसे, हमारी दास्तां से मिल उठा।

हाथों में हाथ लिए जब हम, वापसी की राह मुड़े,
कदम ज़मीं पे थे मगर, अरमान फलक से जा जुड़े।
वो शाम गुज़र गई मगर, उसकी महक अभी बाकी है,
मेरे जीने के लिए बस, तेरी वो एक मुस्कान काफी है।

वो घास की नमी, वो खामोशी, वो तेरा मेरे बालों को सहलाना,
आज भी याद आता है मुझे, तेरा हक़ से मुझपे मुस्कुराना।
मैं आज भी अक्सर उसी पार्क की, उन राहों से गुज़रता हूँ,
बंद आँखों से अब भी मैं, तेरा हाथ हाथों में भरता हूँ।

लोग पूछते हैं मुझसे, कि मैं इतना क्यों लिखता हूँ तुझे?
उन्हें क्या पता, कि हर लफ्ज़ में तू ही आ मिलता है मुझे।
तू मेरी नज़्म है, मेरी इबादत है, मेरा हर एक सवेरा है,
उस शाम से लेकर आज तक, मुझमें बस अक्स तेरा है।

चलो फिर से उसी पार्क में, उन्हीं यादों को समेटते हैं,
दुनियादारी को भूलकर, आ फिर से एक-दूजे में खोते हैं।

अध्याय 3: गिरफ़्त-ए-मोहब्बत

इंतज़ार, बेचैनी और वह मोहब्बत जो रूह में उतर गई।

22. नींद और करार

तुम्हारी आँखों में नींद है,
पर दिल में करार नहीं,
लत लगी है मेरी ऐसी,
कि दूर रहने को तुम तैयार नहीं।
पलकों पर ठहरी खामोशियाँ,
तुम्हारा हाल सुनाती हैं,
साँसों की इन लहरों में,
बस मेरी ही प्यास है।
हर धड़कन में बस मेरी,
मौजूदगी का एहसास है,
इस दिल को अब मेरे सिवा,
किसी और की आस नहीं।
सो जाओ तुम सुकून से,
मैं नींद बन पलकों पे छाऊँगी,
होकर तुम्हारे ख़्वाबों में शामिल,
मैं तुम्हें मीठी लोरियां सुनाऊँगी।
अपनी बाहों की छाँव में,
मैं हर दर्द मिटाऊँगी,
सो जाओ तुम सुकून से,
मैं ख़्वाब बनकर आऊँगी।

23. गिरफ़्त-ए-मोहब्बत

ये कैसी गिरफ़्त है तेरी मोहब्बत की सोना,
साँसें मेरी चलती हैं, पर इंतज़ार तेरे होते हैं।
दिल मेरे सीने में धड़कता तो है अक्सर,
पर धड़कनों के हर इक इकरार तेरे होते हैं।
मैं अपने ही घर में महज़ एक मेहमान हूँ अब,
आईने में भी अब मुकम्मल दीदार तेरे होते हैं।
मेरे लफ़्ज़ भले ख़ामोश रहें लबों पर,
मगर हर ख़याल में सजते अशआर तेरे होते हैं।
सुबह का उजाला भी तुझसे ही रोशन है,
मेरी रातों के जगमगाते सितार तेरे होते हैं।
मैं चलूँ अपनी ही राहों पर बेख़ुदी में मगर,
मेरे हर सफ़र के तन्हा राहबर तेरे होते हैं।
ये कैसी गिरफ़्त है तेरी मोहब्बत की सोनपरी,
मैं अपना रहकर भी, हर पल तेरा ही हो जाता हूँ।
साँसें तो बस नाम की चलती हैं मेरी,
पर मेरी ज़िन्दगी के सारे इख़्तियार तेरे होते हैं।

24. तेरा पता

न पूछो कैसे अपनी रात और दिन बिताते हैं,
महज़ एक झलक की ख़ातिर, हम खुद को भुलाते हैं।
तसव्वुर में तेरे खोए हुए, हम इस तरह निकले,
कि लोग अब रास्तों में, हमसे तेरा पता पूछते हैं।
लिखते हैं जब भी कोई नज़्म अपनी तन्हाई में,
कागज़ पे लफ़्ज़ों की जगह, तेरा चेहरा सजाते हैं।
तेरी मुस्कान का सदक़ा है, मेरे चेहरे की ये रौनक़,
तुझे पाकर हम अपनी, हर अधूरी हसरत सजाते हैं।
हमें दुनिया की रस्मों और रिवाजों से क्या लेना?
जहाँ तुम मुस्कुराती हो, हम वहीं सर झुकाते हैं।
अजब सा जादू है, तेरी इन नशीली सी निगाहों में,
जो खुद को ढूँढने निकले, तो तुझमें खो के आते हैं।

25. अब ज़िंदा नहीं हूँ मैं

उनसे कह दो,
अब ज़िंदा नहीं हूँ मैं।
साँसें तो चल रही हैं,
मगर ज़िंदा नहीं हूँ मैं।
चल तो रहा हूँ भीड़ में,
पर खुद से ही जुदा हूँ मैं।
चेहरे पर मुस्कान है,
पर अंदर से टूटा हूं मैं।
उनके बिना जो बीत रही है,
वो ज़िंदगी नहीं, सज़ा हूँ मैं।
वो खुश हैं तो बस यही सुकून है,
वरना अपने हिस्से का दर्द तो सह रहा हूँ मैं।
हर रात चुपके से टूट जाता हूँ,
दिन में फिर सबके लिए खड़ा हूँ मैं।
उनसे कह दो,
अब ज़िंदा नहीं हूँ मैं.......

26. बस एक ही सवाल

क्या कुछ था करने को...
घर से निकलता, बाइक उठाता, गेड़ियाँ मारता,
पर मैं बस बैठा रहा तुम्हारी यादों में।
मैं तेरी थोड़ी सी मुहब्बत पाने को,
भटकता रहा हूँ इस ज़माने में।
मिल तो सही, देख तो सही,
मैं क्या-क्या कर रहा हूँ तेरी मुहब्बत में।
मैं ढूंढ़ता रहा वो निगाहें मुहब्बत में,
मुहब्बत न सही, याद मिली...
चलो, कुछ तो मिला मुहब्बत में।
तेरे थोड़े से वक़्त के लिए,
बहुत सारा इंतज़ार है मेरी मुहब्बत में।
क्या हम भी आते हैं तेरे ख्यालों में?
बस एक ही सवाल है मेरी मुहब्बत में।

27. अधूरी आस

नज़र से दूर हो जब तुम,
दिल को चैन न आता है,
हर पल एक सदी जैसा,
बस तेरी झलक को तरसाता है।
जब सामने तुम आ जाते हो,
तो थम जाती हैं साँसें भी,
यह मन है कि भरता ही नहीं,
चाहे देखूँ हज़ार बार भी।
एक पल की ये मुलाक़ात,
क्यूँ इतनी कम लगती है,
देखते-देखते बीत जाए,
ये कैसी लगन लगती है?
ये कैसा इश्क़ का बंधन है,
कैसी ये अटूट प्यास है,
ना देखूँ तो बेचैनी है,
देखूँ तो भी अधूरी आस है।

28. एक ख़्वाब

एक ख़्वाब ने आँखें खोली हैं,
ख़्वाब में तू जो मुझसे बोली है।
नींद भी ठहर सी जाती है,
जब बातों में तेरी रस घोली है।
तेरी आवाज़ की नर्म तपिश,
दिल के हर ज़ख़्म को सीती है।
नींद से जागूँ या ख़्वाब में रहूँ,
हर सूरत बस तेरी ही हो ली है।

29. मोहब्बत की ज़ुबान

महफ़िलें सजती हैं, चर्चे हज़ार होते हैं,
मगर हम तो बस, तेरी यादों के तलबगार होते हैं।
लोग पूछते हैं अक्सर, मेरी ख़ामोशी का सबब,
उन्हें क्या पता, हम तेरी बातों में ही गिरफ़्तार होते हैं।
लबों पर नाम तेरा आए, तो बात बनती है,
ख़यालों में अक्स तेरा आए, तो रात कटती है।
कहने को तो किस्से बहुत हैं, इस ज़माने में,
मगर जिसमें तेरा ज़िक्र न हो, वो कहानी कहाँ सजती है?
सितारे टूटकर जैसे, फ़लक का साथ देते हैं,
मेरे हर लफ़्ज़ भी, बस तेरा ही पता देते हैं।
मेरी हर ग़ज़ल की रूह में, महज़ तू ही बसती है,
वरना ये कोरे अल्फ़ाज़, मोहब्बत की ज़ुबान कहाँ होते हैं।

30. हसरत-ए-इश्क़

हसरत है बस एक तुम्हें पाने की,
कोई और ख़्वाहिश नहीं इस दीवाने की।
मेरी हर सोच, हर साँस, हर एक धड़कन,
राह तकती है बस तुम्हारे आ जाने की।
शिकवा मुझे तुमसे नहीं, उस खुदा से है,
क्या ज़रूरत थी तुम्हें इतना खूबसूरत बनाने की?
जो देख लूँ तुम्हें एक नज़र ठहर कर,
सुध न रहे फिर मुझे इस ज़माने की।
तुम ज़मीं पर हो तो ये ज़मीं ही जन्नत है,
तुम बिन ये ज़िंदगी जैसे अधूरी मन्नत है।
मेरी हर दुआ, हर लफ़्ज़, हर एक शेर में,
बस मेरे इश्क़ के इंतज़ार की कहानी है।
अब आँखों में कोई और मंज़र नहीं सजता,
तुम्हारे सिवा कोई और ख़्वाब नहीं जचता।
तुमसे शुरू और तुम पर ही ख़त्म है दुनिया मेरी,
तुम बिन ये दिल अब कहीं और नहीं लगता।
अगर मोहब्बत इबादत है, तो तुम नमाज़ हो मेरी,
अगर चाहत कोई सफ़र है, तो तुम आग़ाज़ हो मेरी।
अब इसके सिवा कोई और आरज़ू बाक़ी नहीं,
बस उम्र भर यूँ ही हाथों में तुम्हारा हाथ हो।
जहाँ भी थमे सफ़र मेरी इन आखिरी साँसों का,
लफ़्ज़ों पे बस तुम्हारा ही, आखिरी नाम हो।

31. कानपुर का स्टेशन

एक सफर की रात की याद, आज भी दिल धहला देती है,
तेरे पागलपन में छुपी मोहब्बत, आँखें नम कर देती है।
प्यास बुझाने की खातिर तू, मौत से आँख मिला आया,
वो रेल की पटरी लांघ कर, तू मेरे लिए पानी लाया।

मैं बैठी थी वेटिंग रूम में, दिल धक-धक कर रहा था,
तेरी उस नादानी को देख, दिल अंदर ही अंदर डर रहा था।
जब तू आया सामने मेरे, मैंने आपा ही खो दिया,
तुझे खोने के उस ख़ौफ़ ने, मैंने तेरे गाल पे थप्पड़ जड़ दिया।

सारा स्टेशन देख रहा था, तू चुपचाप खड़ा रहा,
कान पकड़ कर 'सॉरी' बोला, और प्यार से मुझे देखता रहा।
दो हथेलियों के बीच दबाकर, तूने अपने गाल छुपाए,
तेरी उस मासूमियत ने, मेरे सारे आँसू छलकाए।

नज़रें सबकी टिकी थीं हम पर, पर मुझे होश कहाँ था,
तेरे उस सुर्ख लाल गाल पर, मेरी फिक्र का ही तो निशाँ था।
तू डरा हुआ सा बच्चा बन, मेरे करीब जब आया,
मेरा सारा गुस्सा पल भर में, समंदर बन आंखों से बह आया।
मैंने हाथ पकड़कर खींचा तुझे, और सीने से लगा लिया,
अपनी सिसकियों के शोर में, सारा जमाना भुला दिया।
तू कहता रहा "अब नहीं होगा", मैं बस बेतहाशा रोती रही,
तुझे खोने के महज ख्याल में, मैं ख़ुद को खोती रही।
फिर पास बिठाकर तुझे मैंने, उन गालों को सहलाया,

उस एक थप्पड़ के पीछे का डर, आँखों से बाहर आया।
तू ही मेरी धड़कन है, तू ही मेरा सारा संसार है,
मेरा ये बेपनाह गुस्सा भी तो, बस तेरा ही इंतज़ार है।
वादा कर कि फिर कभी, तू मुझे यूँ न डराएगा,
अब आगे से तू मुझे छोड़ के, कभी दूर कहीं न जाएगा।
गौरव तू ही मेरा सुकून है, तू ही मेरी आंखों का तारा है,
तुझे कुछ हुआ तो मुझे मेरी सोना, मेरी सोना कौन बुलाएगा।

32. मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर..

सोनपरी स्याही में घोलकर यादें पुरानी,
कागज़ पे उकेरी है तेरी मेरी कहानी।
मिन्नतों से मिली है मुझे मेरी सोनपरी,
रखूँगा संभाल के उसे अपनी जान सोचकर।
क्योंकि, मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

वो झील सी आँखें, वो नूरानी चेहरा,
तेरे दीदार में ही ढलता है मेरा सवेरा।
हवाओं ने जब भी छुआ मेरे माथे को,
लगा तुमने सहलाया है मुझे अपना सोचकर।
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

लोग कहते हैं कि मैं रातों को जागता हूँ,
उन्हें क्या पता मैं किससे बातें करता हूँ।
मेरी सोना, तेरी मुस्कुराहट की चमक से,
चमका मेरी किस्मत का सितारा है तुम्हें सोचकर।
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

बैंक की फाइलों और हिसाबों के शहर में,
एक पन्ना कोरा रखा है यादों के पहर में।
उस खाली जगह पे जहाँ सन्नाटा बोलता है,
बस नाम पुकारा है तुम्हारा तुम्हें सोचकर।
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

मंदिर की चौखट हो या दरगाह की चादर,
माँगा है हर दुआ में तुम्हें झुकाकर अपना सर।
वो जो असीम सुकून मिलता है रूह को मेरी,
मैंने उस सुकून को पाया है तुम्हें सोचकर।
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

कभी थक कर जो बैठूँ मैं ज़िंदगी की राहों में,
तो हौसला फिर से भरता हूँ तेरी पनाहों में।
दुनिया की इस दौलत से मुझे क्या लेना सोना,
मैंने तो अपना सब कुछ वारा है तुम्हें सोचकर।
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

मेरे लफ्ज़ भले ही कागज़ पर बिखरते हों,
पर हर एक कागज तेरी महक से सँवरते हैं।
ये जो मेरी कलम आज इतना बोलती है,
इस बेजुबान को ज़बान मिली है तुम्हें सोचकर।
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

मोहब्बत की किताब का हर पन्ना तुम हो,
मेरे हर सवाल का इकलौता जवाब तुम हो।
मैं बाज़ी हार भी जाऊँ तो कोई गम नहीं,
क्योंकि मैंने खुद को हारा है तुम्हें जीतना सोचकर।
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

अध्याय 4: वादियों की गूँज

पहाड़ों की गोद, गंगा की लहरें और हमारी छोटी सी दुनिया।

33. पहाड़ी सुबह और सोनपरी

खिड़की से झांकते हैं वो ऊँचे हसीन पहाड़,
सूरज की पहली किरण ने किया है श्रृंगार।
मैं जाग गया था तुझे नींद में डूबा देख कर,
हौले से कहा मैंने, उठो, देखो ये मंज़र।
तूने आँखें न खोलीं, बस करवट बदल ली,
जाओ तुम ही देखो, कह के बातें टाल दीं।
थोड़ा गुस्सा थी शायद, या नींद का खुमार था,
पर मेरी ज़िद में भी, बस तेरा ही प्यार था।
चलो बालकनी में बैठें, वहीं से दिख जाएगा,
पर तूने कहा, नहीं जाना, मुझे सोना भाएगा।
मैं पास ही कुर्सी डाल कर चुपचाप बैठ गया,
तेरी मासूम नींद देख कर, खुद में ही खो गया।
जब आँख खुली तेरी, और देखा मुझे वहीं,
हैरान होकर बोली, गए नहीं तुम अब तक कहीं?
मुझे लगा चले गए होगे अकेले ही बाहर,
अच्छा किया नहीं गए, वरना मैं बताती तुम्हें यार!
अब बोलो कहाँ चलें, सुबह से जगा रहे हो?
किस पहाड़ की चोटी का लालच दिखा रहे हो?
मैंने मुस्कुरा के कहा, बस बालकनी तक चलो,
पर तूने बहाना बनाया, पहले तुम मेरी बात सुनो।
मुँह भी नहीं धोया मैंने, बाल भी बिखरे हैं,
ऐसे में कैसे जाऊं, बाहर लोग भी ठहरे हैं।
मैंने कहा, पगली! तू ऐसे ही सबसे प्यारी है,
पर तू कहाँ मानने वाली, तेरी अपनी ही ज़ारी है।

फिर कंघा लेकर मैंने तेरे बालों को संवारा,
पानी से मुँह धुलवाया, फिर तौलिए से निखारा।
सलीके से जब मैं तुझे बालकनी तक लाया,
तब जाकर पहाड़ों का वो जादू तुझ पे छाया।
तू बाहर देखती रही, फिर मेरी तरफ मुड़ी,
उस लम्हे में एक नई कहानी हमसे जुड़ी।
धीरे से मुस्कुरा के बोली, वाकई, कमाल है,
पर मेरे लिए तो गौरव बस, तेरा साथ ही बेमिसाल है।

34. पहाड़ी रास्ते और रूठी सोनपरी

बाइक की रफ़्तार और वो ऊँचे पहाड़ों का रास्ता,
पीछे बैठी मेरी सोना का, पैरों के दर्द से था वास्ता।
तू कहती रही, गौरव! ज़रा रुको, ठहर जाओ,
मेरे पैर दुख रहे हैं, अब और न दूर जाओ।
सुना तो था मैंने, पर अनसुना कर दिया,
बस थोड़ी दूर और, कह के सफर भर दिया।
पर जब तूने गुस्से में, मुझे डाँट कर टोका,
तब कच्चे उस रास्ते पर, मैंने बाइक को रोका।
उतरी तू बाइक से, आँखें छोटी सी कर के,
खड़ी थी किनारे, गुस्से का गुबार भर के।
हटाया जो हेलमेट, तो बिखरे थे तेरे बाल,
कान के पीछे किए, मगर तू गुस्से में थी लाल।
मुझे डर था कि अब, किस बात पर अड़ेगी।
शांत हो जा सोनपरी, क्या अब तू लड़ेगी?
काफी देर बाद तूने, वो नाराज़गी जताई,
पैर दर्द में थे मेरे, पर तुझे दया न आई।
मैंने बाइक को स्टैंड पे, फौरन खड़ा किया,
तुझे बिठाया वहीं, हाथ में पानी थमा दिया।
ग्लव्स निकाले तेरे, फिर जूते और जुराबें,
पहाड़ों की वादियों में, बुनीं नई यादें।
ज़मीन पर बैठ कर, मैं तेरे पैर दबाने लगा,
दर्द में भी तेरा चेहरा, फिर मुस्कुराने लगा।
चूम लिए तेरे पैर मैंने, एक हकीम बन कर,
कहा सब ठीक हो जाएगा मेरी सोना मेरी तरफ देखकर

तू हँसी और बोली, इतना बोझ जो पहनाया है,
इस भारी हेलमेट ने, सिर भी मेरा दुखाया है।
पर फिर तू भूल गई, अपना वो सारा गुस्सा,
देखने लगी वादियों का, वो हसीन सा हिस्सा।
देखो कितना सुंदर है ये नज़ारा, तू कहने लगी,
कंधे पे सर रख के, प्यार में बहने लगी।
नज़ारा हसीन है मगर, मेरी नज़र तो तुझ पर थी,
तू मुझसे इतनी मुहब्बत करता है, कि मैं खुद में भी अब तुझे ढूँढने लगी।

35. ऋषिकेश का सुकून

ऋषिकेश की इन वादियों में,
एक अलग ही सुकून है,
गंगा की इन लहरों में,
तेरी बातों का सा जुनून है।
पहाड़ों को चूमकर आती ये सर्द हवाएँ,
धीमे से तेरे नाम की कोई लोरी सुनाएँ।
लक्ष्मण झूले पर खड़े होकर,
जब बहता पानी देखता हूँ,
मैं रेत पर बस तेरा और अपना ही नाम लिखता हूँ।
त्रिवेणी की आरती में जो रूहानी सी रोशनी है,
वो मुझे तेरी आँखों की चमक सी लगती है।
गंगा की लहरों सी तू चंचल है,
गंगा जल सी तू पावन है।
तुझे सोचना जैसे इस रूह के लिए सावन है।
मंदिरों की घंटियों में भी अब तेरा नाम सुनाई देता है,
इन ऊँचे पहाड़ों में बस तेरा ही चेहरा दिखाई देता है।
न जाने कितनी गौर से देखा होगा तुझे मेरी नज़रों ने,
अब इस पावन नगरी में भी,
तेरे सिवा कोई और नज़र नहीं आता है।

36. तेरे घर की दीवारें

तेरे घर की ये रंग-बिरंगी दीवारें,
इनको अजनबी-सा लगता हूँ मैं,
बेख़बर हैं मेरी चाहत से शायद,
बसता है मेरा सुकून इनकी छांव में।
ये समझती हैं मैं राहगीर हूँ कोई,
जो दो पल ठहरकर चला जाएगा,
कौन बताए इन मासूम दीवारों को,
दिल मेरा यहीं ठिकाना बनाएगा।
जिन दीवारों में गुज़रा है तेरा बचपन,
जहाँ तेरी हँसी ने मौसम सँवारा है,
मैं झुककर चूम लूँ उन्हें अदब से,
जैसे इश्क़ ने हर ज़र्रे को निखारा है।
अपने हसीन होठों से छूकर इन्हें,
मैं वफ़ा की दास्तान लिख जाऊँगा,
तेरे नाम की महक बिखेरकर इन पर,
अपना बेपनाह इश्क़ जता जाऊँगा।
हर एक ईंट में तेरी हँसी की सरगम है,
हर कोने में क़दमों की रवानी है,
मैं अजनबी सही इनकी नज़रों में मगर,
मेरे लिए ये तेरी यादों की निशानी है।
इन दीवारों पर टँगी घड़ी भी जानती है,
क्यों वक़्त यहाँ ठहरा-ठहरा-सा रहता है,
जब कॉल पर सामने तू होती है मेरे,
हर लम्हा ख़ूबसूरत सपना लगता है।

तेरे घर की ये रंग-बिरंगी दीवारें,
एक दिन मुझे पहचान ही लेंगी,
तेरी आँखों में जब मेरा अक्स देखेंगी,
तो शायद मुझे भी अपना मान लेंगी।
कि इश्क़ मेरा सच्चा है, अफ़साना नहीं,
ये जज़्बात कोई बहाना नहीं,
मैं अजनबी हूँ बस इस चौखट तक
तेरे दिल के घर में तो मैं बेगाना नहीं।

37. आ बैठ ना पास मेरे

आ बैठ मेरे पास, मैं तुझे सुख-दुख बताता हूँ,
छोड़ दुनिया की बातें, मैं तुझे जीना सिखाता हूँ।
खो गई है तू कहीं जो इस भीड़ के शोर में,
आ बैठ पास मेरे, मैं तुझे तुझसे मिलाता हूँ।
तू थक गई है इस दुनिया की कश्मकश से,
आ बैठ पास मेरे, मैं तेरे पैर दबाता हूँ।
सुन तो सही, देख तो सही मेरी सोना,
मैं तुझे अपने दिल की आवाज़ सुनाता हूँ।
आ बैठ मेरे पास, मैं तुझे अपने करीब लाता हूँ,
धुंधली सी ज़िंदगी में खुशियों के रंग दिखाता हूँ।
छोड़ हकीकत की ये उलझनें और ये परेशानियाँ,
मैं तुझे लेकर अपने हसीं सपनों में जाता हूँ।
आ बैठ मेरे पास, मैं तुझे प्यार का एहसास कराता हूँ,
तू मेरी है बस मेरी, मैं तुझे ये विश्वास दिलाता हूँ।
तू रख सिर मेरे कांधे पे और भूल जा ये सारा जहाँ,
मैं थपकियाँ दे-देकर तुझे गहरी नींद सुलाता हूँ।
आ बैठ ना पास मेरे...

38. उम्र लुटा दूँ क्या

तुझे देखते-देखते ये रात बिता दूँ क्या,
चाँद को तेरी पलकों पे ठहराकर सुला दूँ क्या।
इन प्यारी सी आँखों का राज़ सारे जहाँ को बता दूँ क्या,
या ये गहरा राज़ मैं अपने दिल में दफ़ना दूँ क्या।
ये चाँद, ये तारे, ये हसीं सबेरा सब तेरा है,
हर मौसम तेरे लिए सुहाना बना दूँ क्या।
ये रंग, ये खुशबू, ये सारा नज़ारा सब तेरा है,
हर लम्हा तेरे ही इश्क़ के नाम कर दूँ क्या।
सिर्फ खुशी ही नहीं, हर गम में साथ रहूँ,
हर आहट में बस तेरा ही नाम पुकार लूँ क्या।
तेरे बिना माँगे ही, सदा के लिए तेरा हो जाऊँ,
एक नज़र के बदले, अपनी उम्र लुटा दूँ क्या।
सुनो सोना, आप जैसे भी हैं, सिर्फ मेरे हैं,
कहो तो ये बात मैं सारे जहाँ को बता दूँ क्या?

39. मैं हवा बनकर आऊंगा

तुम खिड़की खुली रखना, मैं हवा बनकर आऊंगा।
तुम जुल्फें खुली रखना, मैं उन्हें सुलझाऊंगा।
तुम आँखों में नमी न रखना, मैं मुस्कान बनकर आऊंगा।
तुम लबों को खामोश रखना, मैं दास्तान बनकर आऊंगा।
ज़माने की बंदिशें तुम्हें रोक न पाएंगी हमें कभी,
तुम बस एक इशारा करना, मैं आसमान बनकर आऊंगा।
जो कभी दिल उदास हो और तन्हाई सताए तुम्हें,
तुम यादों के दिए जलाना, मैं शाम बनकर आऊंगा।
तुम दिल के कोरे पन्ने पर मेरा नाम लिख देना,
मैं उम्र भर का हसीन एक किस्सा बनकर आऊंगा।
खिड़की और जुल्फों की ये बात तो बस शुरुआत है,
तुम इजाज़त दो तो मैं तुम्हारी ज़िन्दगी का हिस्सा बनकर आऊंगा।

40. ख़्वाब, ऊनी शॉल और तुम

नीली रातों के साये में, तारों की एक चादर थी,
छत की उस ठंडी मुंडेर पर, बस तेरी ही आहट थी।
सर्द हवाओं ने जब आकर, तुझे थोड़ा सा ठिठुराया,
मैंने उस ऊनी शॉल को, तेरे कंधों पर फैलाया।
तूने सिकोड़ा खुद को ऐसे, जैसे कोई नन्हा परिंदा हो,
लगा कि उस एक पल में, सारा जहां बस ज़िंदा हो।
दबे पाँव मैं पीछे से आया, और तुझे बाहों में घेरा,
मेरी ठुड्डी तेरे कंधे पर थी, और सामने सवेरा था तेरा।
तूने मुड़कर देखा मुझे, पलकों पर ओस की नमी थी,
शायद उस मुकम्मल रात में, बस एक मेरी ही कमी थी।
मेरी जैकेट की जेब में, तूने अपने ठंडे हाथ छुपाए,
जैसे जलते हुए चिराग को, किसी ने हथेली से बचाए।
मैंने धीरे से पूछा, "क्या ख़्वाब देख रही हो तुम?"
तू हंसी और बोली, "इसी ख़्वाब में तो खोई हूँ गुम।"
हवा ने छुई जो तेरी लट, मैंने अपने हाथों से हटाया,
उस ठिठुरती रात में मैंने, अपना सारा सुकून पाया।
नज़रों के उस मौन ने, सौ दास्ताँ सुना डाली,
जैसे वीरान सी महफ़िल में, किसी ने शमा जला डाली।
तेरी सांसों की वो आंच, मेरी रूह को छूने लगी,
बर्फ सी जमी वो तन्हाई, धीरे-धीरे पिघलने लगी।
न कॉफ़ी की तलब थी हमें, न बातों का कोई शोर था,
खामोशी की उस लय में, बस मोहब्बत का ही ज़ोर था।
वक्त ठहर सा गया था वहां, उन चंद लम्हों के वास्ते,
जैसे मंज़िल खुद चलकर आई हो, छोड़ के सारे रास्ते।

दुआ है कि ये शॉल, ये रात और ये साथ यूँ ही रहे,
मैं तेरा बना रहूँ हमेशा, और तू बस मेरी ही रहे।
उम्र भर की कशिश बस, इसी एक पल में सिमट जाए,
कि जब भी आँख खुले मेरी, तू सामने ही नज़र आए।

41. पहाड़ी रात, अलाव और हम

दिन भर की थकान के बाद, जब सूरज कहीं छिप गया,
पहाड़ों के उस सन्नाटे में, हमारा इश्क़ निखर गया।
एक छोटा सा टेंट था हमारा, और सामने जलती आग,
हवाओं में घुला हुआ था, कोई मीठा सा राग।

तू बैठी थी मेरे सामने एक कुर्सी पर शॉल ओढ़े हुए,
चेहरे पर अलाव की रोशनी, मेरी सांसों को थामे हुए।
मैंने सुलगाई जो आग, तो तूने हाथ आगे बढ़ाए,
तू बोली गौरव देखो ना, तारे हैं कितने जगमगाए!

मैंने देखा ऊपर, तो आसमान पूरा भरा था,
पर मेरा चाँद तो ज़मीं पर, मेरे सामने उसका दीदार था।
ठिठुरती रात थी, मैंने पीछे से आकर तुझे कम्बल में लपेटा,
यूँ लगा जैसे अपनी बाहों में, मैंने पूरी कायनात को समेटा।

तू मुस्कुराई और तूने मुझे गले से लगा लिया,
मेरी सारी उम्र की थकान को, एक पल में मिटा दिया।
"कहाँ तक साथ दोगे मेरा?" तूने धीरे से पूछ लिया,
तू मेरी सोना है, तुझे मैंने अपनी नम आँखों में भर लिया।

मैंने पकड़ कर हाथ तेरा, उस आग की कसम खाई,
पहाड़ गवाह हैं सोना, तू है मेरी रूह की परछाई।
ये रास्ते खत्म हो सकते हैं, ये रात ढल सकती है,
मगर तेरे लिए मेरी चाहत, कभी न बदल सकती है।

तूने सिर झुकाया, और फिर मेरे काँधे पे रख दिया,
अपनी सारी उम्र का भरोसा, जैसे मुझे सौंप दिया।
दूर कहीं से आती थी, झरनों के गिरने की आवाज़,
जैसे कुदरत गा रही हो, हमारे मिलन का साज़।

नींद आँखों में थी, पर दिल सोने को तैयार न था,
तुझे खोने का डर नहीं, बस बेपनाह प्यार ही प्यार था।
दुआ है कि उस रात की वो ताज़गी, हमेशा रहे,
मैं तेरा 'गौरव' बना रहूँ, और तू मेरी 'सोना' ही रहे।

अध्याय 5: बंदगी और वादे

प्रेम जब इबादत बन जाए और साथ जब सात जन्मों का हो।

42. इबादत-ए-इश्क़

नज़रें मिलाकर मेरी रूह को, इस कदर न सताया कर,
बेपनाह चाहत की मुझ पर, यूँ बारिश न गिराया कर।
डर है कि कहीं अपनी ही सूरत से, मुझे इश्क़ न हो जाए,
तू इस कदर न चाहा कर, मुझे गुमान हो जाएगा।
मेरी हर छोटी बात पर, तेरी ये कुर्बान होने की आदत,
मुझ जैसे आम इंसान को, बना देती है इक इबादत।
तेरी वफ़ा देख कर, फ़लक का चाँद भी शर्माएगा,
तू इस कदर न चाहा कर, मुझे गुमान हो जाएगा।
मैं ज़मीं का इक ज़र्रा हूँ, तूने फ़लक का नूर बना दिया,
अपनी बाहों में समेट कर, मेरा हर ज़ख्म मिटा दिया।
गर यही आलम रहा, तो दिल संभलना भूल जाएगा,
तू इस कदर न चाहा कर, मुझे गुमान हो जाएगा।

43. वफ़ा का एक मुकम्मल वादा

तेरे दामन को मैं उलफ़त के फूलों से सजाऊंगा,
सितारे तोड़कर लाऊंगा, तेरी राहों में बिछाऊंगा।
न रोने दूँगा तुझको मैं कभी इस उम्र-भर में अब,
तेरी आँखों के काजल को, अपनी पलकों में छुपाऊंगा।
ज़माने की कोई रुस्वाई, छू न पाएगी तुझको,
मैं बनकर साया तेरे साथ, हर लम्हा बिताऊंगा।
मेरी धड़कन के घेरे में, तेरी दुनिया सिमट जाए,
वफ़ा की अपनी खुशबू से, तेरा आँगन महकाऊंगा।
यक़ीन रख ऐ मेरी जान, ये मेरा वादा है तुझसे,
तुझे अपनी ही चाहत का, ख़ुदा मैं ख़ुद बनाऊंगा।

44. सदियों तक तेरे नाम

ऐ जान, हम तो सिर्फ तेरे ही गुलाम हैं,
ये दिल, ये जाँ सब तेरे ही नाम हैं।
इश्क़ में तेरे खुद को यूँ भुला बैठे हैं,
अब हर साँस पर बस तेरा ही हक़ तमाम है।
तू मुस्कुरा दे तो जन्नत ज़मीं पर लगे,
तेरे लबों की हँसी मेरी सुबह, मेरी शाम है।
तेरी बाँहों में आकर दुनिया भूल जाऊँ,
यहीं मेरा सुकून, यहीं मेरा मुकाम है।
तेरी आँखों के समंदर में डूब जाना चाहता हूँ,
यही मेरा चाँद है, यही मेरा आसमान है।
तेरे लबों से जब मेरा नाम निकलता है,
वो मेरे लिए सबसे हसीन पैग़ाम है।
तू सामने हो तो वक़्त ठहर-सा जाता है,
बिन तेरे हर लम्हा सदियों का इम्तिहान है।
तेरी चाहत को हमने अपनी रूह में सजा लिया,
अब तेरे बिना जीना मुश्किल-ए-तमाम है।
ऐ जान, हम तो सिर्फ तेरे ही गुलाम हैं,
ये दिल, ये जाँ सदियों तक तेरे नाम हैं।

45. हक़ सिर्फ तुम्हारा

मेरे दिल से तुम्हें कोई निकाल सके,
इतना हक़ तो मैंने कभी खुद को भी दिया नहीं।
तू धड़कन बनकर बसी है मुझमें कुछ इस तरह,
कि जुदा होने का ख़याल, ख़्वाबों में भी कभी आया नहीं।
तेरी महज़ एक मुस्कान की जादुई छुअन से,
मेरी रूह की सारी थकान पल भर में उतर जाती है।
लबों पर जब भी तेरा पाक सा नाम आता है,
मेरी हर अधूरी दुआ, जैसे मुकम्मल हो जाती है।
तू साथ हो तो हर खौफ भी सुकून बन जाए,
तू पास रहे तो दरमियाँ की हर दूरी मिट जाए।
मैं माँगूँ हर जन्म में बस यही एक मन्नत खुदा से,
कि मेरा हर वजूद, बस तेरे ही नाम से जुड़ जाए।

46. मेरा ठिकाना

मेरी हर दुआ का असर भी तुम, मेरी मन्नत का धागा भी तुम,
मेरे दिल-ए-जन्नत का नूर भी तुम, मेरी रूह की इबादत भी तुम।
तुम्हें पाकर अब और क्या माँगूँ मैं उस खुदा से,
मेरी मुकम्मल बंदगी भी तुम, और मेरी हसीन राह भी तुम।
कैसे ना करूँ मैं बेपनाह इश्क़ तुमसे ओ मेरी सोना ,
मेरी सूखी सी ज़िंदगी में, प्यार का सुहाना ज़माना हो तुम।
ये दुनिया ढूंढती होगी खुशियाँ हज़ारों चेहरों में,
मगर मेरे लिए तो रब का दिया, सबसे हसीन तोहफ़ा हो तुम।
तुम्हारी आँखों में दिखता है मुझे, अपना सारा जहाँ,
तुम जो साथ हो तो थम जाता है, धड़कनों का कारवाँ।
सुनो सोना, तुम्हारी सादगी ही मेरा सबसे बड़ा इबादत-ख़ाना है,
तुम्हें टूट कर चाहना ही, बस इस गौरव का ठिकाना है।

47. पूरी दुनिया तुम्हारी आँखों से

मैं तुम्हारी राहों में दीवार क्यों बनूँगा,
मैं तो हर मोड़ पर तुम्हारा सहारा बनना चाहता हूँ।
किस्मत ने देर से मिलाया है हमें,
अब हर पल तुम्हें संभालकर रखना चाहता हूँ मैं।
तुम बदलो नहीं किसी के लिए भी,
तुम्हें तुम्हारी सच्चाई में अपनाना चाहता हूँ मैं।
जहाँ की सारी रौनक फीकी लगे तुम्हारे आगे,
तुम्हारी हँसी को अपनी दुनिया बनाना चाहता हूँ मैं।
सात जन्मों की नहीं बस ये दुआ है,
जो भी वक्त मिले, तुम्हारे साथ जी भर के जीना चाहता हूँ मैं।
हर सुबह तुम्हारे नाम से शुरू हो,
हर शाम तुम्हारी बाँहों में ढलना चाहता हूँ मैं।
तुम देखना दुनिया भर की तमाम चीजें,
तुम्हारी आँखों से पूरी दुनिया देखना चाहता हूँ मैं।
तुम गुस्सा हो जाना, मुझे मार लेना,
तुम्हें ही सिर्फ बार-बार मनाना चाहता हूँ मैं।
जब गुस्सा होकर मुझसे तुम सो जाओगी,
पैर दबाकर तुम्हारा माथा चूमना चाहता हूँ मैं।
तुम मुझे बना लो हमसफर, हमराही अपना,
तुम्हारे मम्मी-पापा को मम्मी-पापा कहना चाहता हूँ मैं।

48. वक़्त और वादे (संवाद)

सोनपरी : कहीं तुम बदल तो नहीं जाओगे?
वक़्त के साथ मुझे भूल तो नहीं जाओगे।
जब ज़िंदगी सवाल बनकर सामने आएगी,
क्या तुम मेरा हाथ थामे, मुझे सीने से लगाओगे?
अगर मैं नाराज हो जाऊं किसी दिन,
क्या तुम प्यार से मुझे मनाओगे ?
अगर मैं चुप हो जाऊँ किसी दिन,
क्या मेरी खामोशी में भी मुझे ढूँढ पाओगे?
मेरी आँखों में छिपे उस अनकहे डर को,
क्या बिना कहे ही समझ जाओगे?
बस इतना वादा कर दो मुझसे,
कि हर मोड़ पर मेरे साथ चल पाओगे।
क्योंकि मेरा इश्क़ बस एक ही सवाल पूछता है,
कहीं तुम बदल तो नहीं जाओगे।

गौरव: बदलते मौसमों का दस्तूर होगा अपनी जगह,
मेरे अहसासों में कभी कोई बदलाव नहीं आएगा।
वक़्त गुज़रेगा, ज़माना भी बदलेगा शायद,
मगर ये दिल तुम्हें भूलने की खता कभी ना कर पाएगा।
ज़िंदगी जब भी सवाल बनकर इम्तिहान लेगी हमारा,
वादा है मेरा हाथ हमेशा तुम्हारे हाथ में होगा।
तुम्हारी नाराज़गी को अपनी मोहब्बत से पिघला दूँगा,
और हर खामोशी में, मैं सिर्फ तुम्हारा ही साथ दूँगा।
तुम्हारी आँखों के डर को मैं अपनी हिम्मत बना लूँगा,
बिना कहे तुम्हारी हर अनकही बात को पहचान लूँगा।
वादा है सफर चाहे काँटों का हो या फूलों का,
हर मोड़ पर तुम्हें खुद के और करीब पाऊँगा।
तुम बदल जाने की बात करती हो 'सोना',
मैं तो हर गुज़रते लम्हे के साथ, थोड़ा और 'तुम्हारा' होता जाऊँगा।
मेरा इश्क़ बदलेगा नहीं, बस गहरा होता जाएगा
तुम बेझिझक चलो साथ मेरे,
ये साथ आखिरी सांस तक निभाया जाएगा।

49. गुमान

मेरी सादगी को अपनी चाहत से, इस कदर न सजाया कर,
मैं एक आम सी मुसाफिर हूँ, मुझे खास न बनाया कर।
तेरी वफ़ा की ये बारिश, मुझ पर यूँ न गिराया कर,
मुझे गुमान हो जाएगा, तू इस कदर न मुझे चाहा कर।
कहीं खुद को खुदा न समझ बैठूँ, तेरी बंदगी देख कर,
कहीं ये ज़मीं छोटी न लगने लगे, तेरी दिल्लगी देख कर।
अपने इश्क का ये आइना, मुझे बार--बार न दिखाया कर,
मुझे गुमान हो जाएगा, तू इस कदर न मुझे चाहा कर।
डर लगता है कि कहीं ये सादगी, गरूर में न बदल जाए,
इतनी मोहब्बत पाकर, कहीं ये दिल मगरूर न हो जाए।
इतनी शिद्दत से मुझे, अपनी पलकों पर न बिठाया कर,
मुझे गुमान हो जाएगा, तू इस कदर न मुझे चाहा कर।

50. इकरार और एतबार

मैं बोला—
"तुम कहो रात तो रात, तुम कहो दिन तो दिन,
मेरे लिए तो तुम्हारे लफ़्ज़ों से ही,
चलता है हर मौसम, हर घड़ी और हर पल।"
वो मुस्कुराकर बोली—
"सिर्फ़ कहो नहीं... अब मानो भी,
इश्क़ अगर सच्चा है तो इसे जानो भी।
लफ़्ज़ों की ये सजावट तो महज़ एक बात है,
अपने इन सच्चे इरादों को पहचानो भी।"
मैंने झुका कर नज़रें कहा—
"तुम कहो अँधेरा, तो चाँद बुझा दूँ,
तुम कहो सवेरा, तो सूरज जगा दूँ।
मेरा इश्क़ सच्चा है, ये गवाह है ख़ुदा,
तुम कहो तो अपनी हर धड़कन तुम्हें बना लूँ।"
अब हाल ये है कि—
वो जो भी कहती है, मैं उसे ख़ुदा का हुक्म मान लेता हूँ,
वो बोले "साथ चलो", तो हर राह उसके नाम कर देता हूँ।
क्योंकि अब कहना कम और मानना ज़रूरी है,
मोहब्बत सिर्फ़ लफ़्ज़ नहीं, उसे पूरी ज़िंदगी जो वो बोले मानना जरूरी है।

51. अचल विश्वास

चाहे मिले किनारा हमें, या लहरों में खो जाएँ,
पूरी हों सब मन्नतें, या अधूरी रह जाएँ।
हाथ जोड़कर जो माँगा, वो मिले न मिले कभी,
पर डिगनी न चाहिए मन की, ये श्रद्धा अभी।
सौदा नहीं है प्यार हमारा, न कोई व्यापार है,
ये तो रूह के भीतर, बस ईश्वर का वास है।
धूप ढले या बदले मौसम, वक्त की अपनी चाल है,
सोनपरी जो साथ रहे, तो हर पल बेमिसाल है।
स्मरण रहे यह बात सदा, ये अटूट विधान है,
बदले न कभी प्रेम हमारा, और न ही भगवान है।
जैसे अचल पहाड़ खड़े हैं, तूफानों के शोर में,
हमारा विश्वास भी बँधा हो, वफ़ा की उस डोर में।
और अंत में बस इतना हो, मुस्कानों का बसेरा हो,
हर सुबह नई उम्मीद दे, हर शाम सवेरा हो।
हाथों में बस हाथ रहे, दिलों में उजियारा हो,
जीवन की हर राह पर, बस प्रेम ही हमारा हो।
मिले न मिले जहाँ की खुशियाँ, कोई ग़म न सताए,
साथ रहे सोनपरी सदा, तो हर कहानी मुस्कुराए

52. हर ज़र्रे में तुम

कभी काग़ज़ पे ज़ख्म, तो कभी मुस्कुराकर लिखता हूँ,
मैं अपनी हर शायरी में तेरा ही नाम छुपाकर लिखता हूँ।
सोना दुनिया ढूँढती रहती है वजह मेरी दीवानगी की,
मैं "ग़ौरव" हूँ, पर खुद को तेरी धूल बताकर लिखता हूँ।

ये जो खामोशियों में एक सन्नाटा सा है,
उस सन्नाटे में भी तेरी पायल की छन-छन सुनता हूँ।
सोना खामोशियां हो या शोर गुल अब तो मैं ,
हर मंज़र में तेरा ही अक्स सजाकर लिखता हूँ।
मैं अक्सर तुम्हें सोचकर लिखता हूं।

मेरा पेशा हिसाब का है, मैं बैंक में रहता हूँ,
पर सच कहूँ तो तेरी यादों का ही मुनाफा गिनता हूँ।
पूरी दुनिया के लिए मैं सिर्फ एक नाम हूँ शायद,
पर अपनी सोना के लिए मैं पूरा जहाँ लिखता हूँ।

लोग कहते हैं कि वक्त के साथ सब धुंधला हो जाता है,
पर तेरी वफ़ा का रंग मेरी कलम में गहरा हो जाता है।
कोई पूछे जो मुझसे मेरी हस्ती का पता,
मैं तेरे दिल को अपना पता बताकर लिखता हूँ।

मेरी किताब का आखिरी सफ़ा भी तुम ही हो,
मेरी अधूरी दुआओं का वास्ता भी तुम ही हो।
कलम रुक जाएगी जिस दिन, समझना कि जान निकल गई,
वरना आखिरी सांस तक मैं "तुम्हें" ही सोचकर लिखता हूँ।

53. तुम्हें सोचकर

मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर,
हर लम्हा गुज़रता है तुम्हें सोचकर।
बन गई हो तुम मेरी ज़िंदगी का सुकून,
धड़कता है दिल मेरा तुम्हें सोचकर।

गंगा की लहरें और ठंडी हवाएं,
घाटों पे गूँजती वो पावन दुआएं।
जहाँ हाथ थामे हम चलते रहे,
वो यादें बुनीं हैं तुम्हें सोचकर।
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर...

मेरी सोना, मेरी सोनपरी, मेरी जान हो तुम,
मेरे सूने से घर की पहचान हो तुम।
गौरव की नज़्मों में खुशबू तुम्हारी,
ये महफ़िल सजी है तुम्हें सोचकर।

बैंक की उलझन, ये दुनिया के काम,
मगर लब पे रहता है बस तुम्हारा नाम।
दिन भर की थकान भी मिट जाती है,
जब घर लौटता हूँ तुम्हें सोचकर।

मेरी हर एक सांस में नाम है तुम्हारा,
तुझसे ही रौशन है मेरा सवेरा।
मैं जीता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर,
मैं लिखता हूँ अक्सर तुम्हें सोचकर।

54. मुझे बेवफा कहना

हरपल मेरी आँखें तुझे देखती हैं तुझे ढूंढ़ती हैं
अगर मैं तेरे अलावा किसी और को देखूँ,
तो मुझे 'बेवफा' कहना।

अगर मैं तुझे सोचकर न लिखूँ,
तो मेरे हर शब्द को 'सज़ा' कहना।

मेरे दिल में तस्वीर तुम्हारी रहती है
अगर ये दिल किसी और से दिल्लगी करे,
तो इसे मेरी 'खता' कहना।

तू वो समंदर है जिसमें मैं हर जन्म डूबना चाहता हूं,
अगर मैं किनारे की तलाश करूँ,
तो मुझे 'गुमराह' कहना।

ज़माने भर की रौनकें मुझे अब फीकी लगती हैं,
अगर तुझे भूलकर कहीं मुस्कुराऊँ,
तो मुझे 'लापता' कहना।

वो सोने सी चमक जो तूने मेरी जीवन में भर दी है,
अगर उस नूर से मुँह मोड़ूँ तो मुझे 'खुदगर्ज' कहना।

मेरी धड़कनों पर नाम सिर्फ़ और सिर्फ़ तेरा है,
अगर ये किसी और के लिए धड़कें तो इन्हें 'बेवजह' कहना।

तेरी यादों से ही महकती है मेरी हर एक गज़ल,
अगर इस महक से किनारा करूँ तो मुझे 'तन्हा' कहना।

तू मेरी दुआओं का साहिल है, मेरा आखरी सुकून है,
अगर मैं इस दर को छोड़ दूँ तो मुझे 'बेसहारा' कहना।

अब हर रास्ता हर मंज़िल बस तुझपे ही खत्म है,
अगर कदम कहीं और बहकें तो मुझे 'मुसाफिर' कहना।

तेरी खामोशियों में भी मैं अपनी आवाज सुनता हूँ,
अगर तेरे लफ्जों को न समझूँ, तो मुझे 'अनजान' कहना।

सोनपरी वो इबादत है जिसे मैं हर पल दोहराता हूँ,
अगर हरपल मैं तेरा नाम ना पुकारूं तो मुझे 'बेपरवाह' कहना।

मेरे हाथों की लकीरों में सिर्फ तेरा ही चेहरा बनता है,
अगर तकदीर किसी और से जोड़ूँ तो इसे 'गुनाह' कहना।

तुझसे जुदा होकर तो मौत भी मुझे गंवारा नहीं,
अगर मैं तेरे बिन जीना चाहूँ तो मुझे 'बेजान' कहना।

तेरी आँखें बताती है तुझे मुझसे मुहब्बत है,
अगर इजहार का दिल करे तो मुझे 'मेरा गौरव' कहना।

अध्याय 6: सुकून की मंज़िल

अंततः, वह गहरा सुकून जो सिर्फ तुम्हारी बाहों में है।

55. सुकून की गोद

मुझे गहरी नींद में सोना है,
अपने आँचल में सुला लो तुम,
दुनिया की हलचल से दूर कहीं,
खामोशी में छुपा लो तुम।
तेरी साँसों की नरमी हो तकिया,
तेरी बाहें हों मेरा घर,
थक चुका हूँ मैं इन रास्तों से,
आज रूह को मेरी सुला लो तुम।
मेरी पेशानी पर हाथ रख,
तू सारी फिक्र मिटा दे,
इस बेदर्द ज़माने के सारे,
कड़वे ज़ख्म भुला दे।
ना कोई शोर हो, ना कोई सवाल,
बस तू हो और तेरा प्यार हो,
इस मतलबी दुनिया से दूर,
बस हमारा अपना संसार हो।
मुद्दतों बाद मिला है ये मौका,
इसे यूँ ही ना खोने दो तुम,
मुझे गहरी नींद में सोना है,
अपने आँचल में बस सोने दो तुम।

56. सिर्फ मेरा दीवाना

कोई पूछे तो गुरूर से कहना,
वो सिर्फ मेरा दीवाना है।
और कहना.....
इस मतलबी सी दुनिया में,
वो मुझ पर अपनी जान लुटाता है।
कई नाम हैं मेरे इस जहाँ में,
पर वो मुझे "मेरी सोनपरी" बुलाता है।
और उसी एक नाम में,
उसे पूरी दुनिया का सुकून मिल जाता है।
उसकी मुहब्बत शोर नहीं करती,
बस चुपचाप मेरा साथ निभाता है।
वो मेरे आँसुओं से डरता है,
मेरी ख़ामोशी से घबरा जाता है।
मैं कभी अकेली नहीं हूं
मुझे इस बात का यकीन दिलाता है।
जब उसका दिल नहीं लगता,
वो मुझे सोना सोना बुलाता है।
गुरूर से कहना वो सिर्फ मेरा दीवाना है....

57. एक मुस्कान

एक दिल है, जिसे हर रोज़ तुम्हारे लिए हार जाऊँ,
तुम्हारी एक मुस्कान पे, मैं अपनी पूरी कायनात वार जाऊँ।
ना जीत की हसरत, ना किसी तख्त-ओ-ताज की तमन्ना,
बस तुम सामने रहो और मैं खुद को बार-बार हार जाऊँ।
तुम्हारी बातों में कुछ ऐसा रूहानी जादू बसा है,
कि अपनी ही शर्तों से हर रोज़ समझौता कर जाऊँ।
तुम्हारी आँखों के आइने में खुद को देखूँ,
और अपनी ही पहचान से बेगाना हो जाऊँ।
दुनिया ढूँढती फिरे मुझे ज़माने के मेलों में,
और मैं तुम्हारी यादों के किसी कोने में खो जाऊँ।
अगर इस इश्क़ में हारना ही मुक़द्दर है मेरा,
तो ये मुक़द्दर भी, खुशी-खुशी तुम्हारे नाम कर जाऊँ।

58. तू ही मेरा सब कुछ

तू राह है मेरी भटकती ख्वाहिशों की,
कि जैसे कश्ती को साहिल का किनारा मिल गया।
तू सुकून है उस पल का, जब थक कर मैं बैठा,
तो गिरते हुए मुझको तेरा सहारा मिल गया।
तू नूर है गहराती हुई उन अंधेरी रातों का,
तन्हाइयों में जलता हुआ एक दिया मिल गया।
तू अक्स है मेरा, तू ही मेरी मुकम्मल हकीकत,
बिन माँगे ही जैसे मुझे खुदा मिल गया।
तू प्यास है मेरी, तू ही रूह की ताज़गी भी,
कि बेजान से मौसम को अब गुजारा मिल गया।
तू महज़ एक लम्हा नहीं, तू तो पूरी जिंदगी है,
जिसे जी भर के जीने का बहाना मिल गया।
तुझसे ही शुरू, तुझपे ही खत्म, ये मेरा सारा जहाँ,
जैसे भटके हुए मुसाफिर को, घर का नज़ारा मिल गया।
लिखता हूँ तुझे अक्सर मैं खुद को भूलकर,
कि कोरे से कागज़ को कोई हसीं नज़ारा मिल गया।

59. एक टक-टकी

मैं तुम्हें बस ऐसे ही देखना चाहता हूँ,
लगातार... एक टक-टकी लगाकर।
बिना पलक झपकाए, बिना किसी वजह के,
जैसे वक़्त की रफ़्तार पर कोई पहरा लग गया हो।
जैसे दुनिया के सारे शोर कहीं खो गए हों,
और मेरी सारी नज़रें, सिर्फ़ तुम पर आकर ठहर गई हों।
तुम्हारे चेहरे की वो मासूम सी सादगी,
और इन गहरी आँखों में छिपी वो रूहानी खुदाई।
तुम्हारी मुस्कान की वो हल्की सी झलक,
दिल में एक मीठी सी हलचल जगा जाती है,
और तुम्हारी वो अनकही खामोशी भी,
न जाने कितने अनकहे किस्से सुना जाती है।
तुम्हें देखते-देखते, अक्सर खुद को भी भूल जाता हूँ,
जैसे मेरी हर धड़कन, बस तुम्हारा ही नाम दोहराती हो।
बस यूँ ही... ता-उम्र देखता रहूँ तुम्हें,
और ये हसीन पल, फिर कभी ख़त्म न हो।
ये ख्वाहिश हर बार, दुआ बनकर दिल में रह जाए,
कि ये नादान दिल, हर बार पहली बार की तरह,
सिर्फ और सिर्फ... तुम पर ही ठहर जाए।

60. तुम्हारी चूड़ियाँ

जी चाहता है कि बस तुम्हारे पास बैठूँ,
दुनियां के शोर से दूर, एक अलग एहसास में रहूँ।
पकड़कर हाथ तुम्हारा, मैं धीरे से...
तुम्हारी खनकती हुई चूड़ियाँ गिनूँ।
एक रंग तुम्हारा, एक रंग मेरी मोहब्बत का,
हर चूड़ी में किस्सा हो हमारी चाहत का।
वो काँच जब आपस में टकराए तो संगीत बन जाए,
तुम्हारे हाथों की ये सरगम मेरी रूह में उतर जाए।
मैं चुप रहकर बस तुम्हारी बातें सुनूँ,
तुम्हारे लफ़्ज़ों से अपने कल के ख्वाब बुनूँ।
तुम कुछ कहो और मैं बस खोया रहूँ,
उम्र भर इसी सादगी के दरिया में बहूँ।
न कोई जल्दी हो, न वक़्त का पहरा हो,
हमारा साथ सदियों से भी ज़्यादा गहरा हो।
बस यूँ ही साथ बैठे रहें हम और तुम,
कि चूड़ियाँ गिनती रहे ये उँगलियाँ और बातें होती रहें गुम।

61. सुकून का सिरहाना

अजब सी नींद है मेरी आँखों में, मगर ये दिल भी जागता है,
तेरी गोद का वो एक सिरहाना, मुझको बहुत भाता है।
थक कर चूर जब मैं, हार जाता हूँ ज़माने से,
जन्नत सा सुकून बस, तेरी बाँहों में आता है।
हटाकर जुल्फ़ मेरे माथे से, तू जब सर को सहलाती है,
हर एक डर मेरे दिल का, हवा में उड़ सा जाता है।
मैं आँखें खोलता हूँ फिर, तुझे जी भर के तकने को,
तू हथेली रख के आँखों पर, "सो जा" तू गुनगुनाती है।
चूम कर मेरे माथे को अपने हसीन होठों से तू जब कहती है,
कहीं नहीं जा रही हूँ मैं, यहीं हूँ पास तेरे पास,
तू देख मेरी आँखों में, मेरी मुहब्बत का अहसास।
मैं सिर्फ तेरी हूँ गौरव, बस तेरी ही रहूँगी,
सो जा सुकून से अब तू, भूल के क्या है आस पास।

62. तुम दिल ही तो हो

तुम दिल ही तो हो सोनपरी,
तुमसे दिल भला कैसे भर सकता है।
सदियों से जैसे जानता हूँ तुम्हें,
ये प्यार कभी कम कैसे हो सकता है।
तुम्हारी खामोशी भी शोर बन जाए,
तुम हँसो तो मौसम बदल जाए।
मेरी हर दुआ में नाम तुम्हारा,
एक तुम हो तो सब कुछ मिल जाए।
थक जाऊँ अगर दुनिया से कभी,
तो तुम्हारी बाहों में घर बनाऊँ।
तुम दिल ही तो हो सोनपरी,
तुम्हें चाहूँ... और बस चाहता जाऊँ।

63. फिर मेरी बारी आई

मैं हँसता था अक्सर उन पर, जो यादों में खोए रहते थे,
रातों की तन्हाई में जो, अश्कों की माला पिरोते थे।
मुझे लगता था ये बातें सब, बस किस्से हैं किताबों के लिए,
कि कौन तरसता होगा भला, उन चंद मुलाक़ातों के लिए ।
मगर जब तुमको देखा तो, फिर मेरी बारी आई।
मैं जो कोरे कागज़ सा, यूँ ही उम्र बिताता था,
न कोई ज़िक्र महफ़िल का, न कोई गज़ल सुनाता था।
मगर जब कलम ने तेरी, ज़ुल्फ़ों की महक पाई,
हर लफ्ज़ में मोहब्बत की, एक नई सुबह आई।
मगर जब तुमको देखा तो... फिर मेरी बारी आई।
जब से देखा है तुम्हें, ये सारा आलम बदल गया,
भटका हुआ मुसाफ़िर जैसे, मंज़िल पाकर संभल गया।
घड़ी की सुइयाँ भी अब तो, गहरा मज़ाक करती हैं,
बिन तेरे गुज़रा हर लम्हा, बरसों सा ढालती हैं।
मगर जब तुमको देखा तो, फिर मेरी बारी आई।
लिखता था जो औरों के किस्से, अब खुद की कहानी लिखता हूँ,
मैं पत्थर दिल कहलाता था, अब पानी-पानी लिखता हूँ।
दुआओं में जो माँगा था, वो अक्स नज़र अब आया है,
शायद खुदा ने खुद तुमको, मेरे खातिर सजाया है।
मगर जब तुमको देखा तो... फिर मेरी बारी आई।
ये जो फासलों की दीवार है, इसे अब गिर जाने दो,
मुझे खुद के करीब करो, अपनी बाहों में बिखर जाने दो।
ना दुनिया का कोई शोर हो, ना कोई और नज़ारा हो,
बस तुम सामने बैठी हो, और दीदार सिर्फ तुम्हारा हो।

मगर जब तुमको देखा तो, फिर मेरी बारी आई।
सुनो सोना अब ये दूरी मुझसे सही नहीं जाती,
तेरे बिना तो धड़कन भी, कहीं और नहीं जाती।
एक मुलाक़ात की हसरत अब, रूह की प्यास बन गई है,
तुम्हें सोचना ही अब इस गौरव का, सारा संसार बन गई है।
मगर जब तुमको देखा तो, फिर मेरी बारी आई।

64. आज थोड़ा प्यार जता दूं

आज थोड़ा प्यार जता दूं क्या,
तुम मेरे हो सबको बता दूं क्या!
तेरी कलाई जो पकड़ लु मैं,
हाये मेरी जान गवा दूं क्या |
मेरा कमरा बहुत उदास है,
तेरी एक तस्वीर लगा दूं क्या |
तुम्हे लिखने में दिन चला जायेगा,
तुम्हे सोचने में रात बिता दूं क्या |
तुम एक बहुत सुंदर अहसास हो
तुम्हे महसूस करने में सब भुला दूं क्या |
तुम रोज सपनों में आती हो,
आँखें बंद करके पूरा जीवन बिता दूं क्या |

65. तेरे सामने

कभी दिल चाहता है मैं लैपटॉप बन जाऊ तेरा,
हरदम तू मुझे निहारती रहे।
कभी दिल चाहता है मैं कीबोर्ड बन जाऊ तेरा,
हरदम तेरी उंगलियां चिपकी रहे मुझपे।
कभी दिल चाहता है मैं फोन बन जाऊ तेरा,
रखे तू मुझे अपने साथ संभाल के।

66. तेरा साथ

तू मुझे छोड़ कर मत जा,
मैं तेरे लिए ये सारा जहाँ जीतूँगा।
तेरी हँसी की खातिर मैं,
हर दर्द हँस कर पी लूँगा।
अगर राह में अंधेरे आए,
तो खुद को सूरज कर लूँगा।
तेरी एक मुस्कान की खातिर,
पूरी ज़िंदगी लिख दूँगा।
तेरी धड़कन से जुड़ी हैं मेरी साँसें,
तेरा नाम ही अपनी पहचान कर लूँगा।
तू साथ रहे बस उम्र भर,
हर जनम में, मैं तेरा ही हो जाऊँगा।
तेरे दीदार से ही मुझे सुकून आता है,
तू ना होगी तो ये सुकून कहाँ खोजूँगा?

67. सब्र करो

गेट खुला है, मम्मी आ जाएँगी,
ज़रा दूर बैठो... धड़कनें बढ़ जाएँगी।
ये नज़दीकियाँ अच्छी हैं मगर संभल कर,
कदमों की आहटें राज़ खोल जाएँगी।
तुम मुस्कुरा के यूँ पास मत आया करो,
वरना शरारतें रंग दिखा जाएँगी।
ठहर जाओ थोड़ा, सब्र भी ज़रूरी है,
वरना मोहब्बतें मुश्किल में पड़ जाएँगी

68. वो एक चेहरा

वो महज़ एक चेहरा नहीं, मेरे जीने का सलीका है,
मेरी भटकती हुई कश्ती का वो अकेला किनारा है।
ज़माने की सारी खुशियाँ एक तरफ रख दी हैं मैंने,
उसकी एक हँसी के आगे, मैंने ख़ुद को हारा है।
वो जब चलती है तो हवाओं में एक साज़ बजता है,
जैसे किसी पुराने मंदिर में कोई पाक रिवाज़ सजता है।
उसे पाना मेरी किस्मत हो या न हो, मगर उसे चाहना,
मेरी रूह का सबसे हसीन और मुकम्मल काम लगता है।

69. उसका चेहरा, मेरा जहाँ

तेरी बाँहों में गुज़र जाए ये उम्र, अरमान है मेरा,
तू ही मेरी इबादत है, और तू ही ईमान है मेरा।
न माँगूँ चाँद-तारे मैं, न दुनिया भर की ये दौलत,
तेरे लब पर जो खिल जाए, वही मुस्कान है मेरा।
बड़ी बे-रंग सी थी ज़िंदगी, तेरे मिलने से पहले,
तेरे मासूम चेहरे में, अब बसा जहान है मेरा।
हवा की लहर बन कर, तुम मेरे दामन से जो लिपटे,
लगा कि मिल गया हो जैसे, खोया सामान है मेरा।
ज़माने भर की बातों से, मुझे अब क्या ग़रज़ ,
तुझे हर पल ही चाहूँ मैं, अब बस यही काम है मेरा।

70. तुम और मैं: एक मुकम्मल अहसास

सितारों की महफिल में, चाँद का नूर हो तुम,
मेरे दिल के सबसे करीब, फिर भी सुकून का फितूर हो तुम।
कभी खामोश रातों की सुहानी सी बात बन जाते हो,
बिन मौसम जो बरस जाए, वो पहली बरसात बन जाते हो।
तुम्हारी आँखों में झाँकूँ, तो सारा जहाँ छोटा लगे,
तेरे बिन हर खुशी अधूरी, हर ख्वाब झूठा लगे।
वो तुम्हारा धीरे से मुस्कुराना, और जुल्फों को सँवारना,
जैसे तपती धूप में, किसी ठंडी छाँव का पुकारना।
हाथों में हाथ तुम्हारा हो, तो हर रास्ता आसान है,
तुम्हारी एक झलक ही, मेरी हर धड़कन की जान है।
न चाहूँ मैं दुनिया की दौलत, न कोई महल आलीशान,
बस तेरी बाहों में सिमट कर, खत्म हो ये सारा जहान।
तुम दुआ हो मेरी, तुम ही मेरी बंदगी बन गए,
देखते ही देखते तुम, मेरी पूरी जिंदगी बन गए।
सफर चाहे कैसा भी हो, मंज़िल सिर्फ तुम ही रहना,
मेरे हर लफ्ज़ की खुशबू, और मेरा आखिरी सुकून तुम ही रहना।

71. उसका इज़हार

आज हवाओं में महक ज़रा अलग सी है,
धड़कनों की ये थिरक ज़रा अलग सी है।

बरसों से जो बात रुकी थी लबों पर तुम्हारे,
वो कह दी तुमने तो चमक ज़रा अलग सी है।

"आई लव यू"—बस ये तीन लफ्ज़ ही तो थे,
मगर आज सुनने की खनक ज़रा अलग सी है।

न जाने कितनी दुआएं मांगी थी इस दिन के लिए,
मगर असलियत की ये महक ज़रा अलग सी है।

वो जो कल तक महज़ एक हसीं ख़्वाब सा था,
आज उस हकीकत की दमक ज़रा अलग सी है।

लिखी थी जो अधूरी दास्ताँ अब तक कागज़ों पर,
उस मुकम्मल कहानी की खनक ज़रा अलग सी है।

नुमाइंदे बदल गए हैं आज से मेरे जीवन के,
तुम्हारे साथ होने की खनक ज़रा अलग सी है।

मेरी हर धड़कन पर अब हक बस तुम्हारा है,
इश्क़ के इस इत्र की महक ज़रा अलग सी है।

अब न रातें तन्हा हैं, न ये दिन वीराने,
हमसफ़र जो मिल गया तो डगर ज़रा अलग सी है।

इन आँखों में अब बस तुम्हारा ही चेहरा रहता है,
मोहब्बत के इस आइने की झलक ज़रा अलग सी है।

ज़माने भर की खुशियाँ सिमट आई हैं आगोश में,
तुम्हे सीने से लगाने की ललक ज़रा अलग सी है।

बदल दी कायनात मेरी तुमने मुझे अपना मान कर,
आज इस "सोने" से दिन की चमक ज़रा अलग सी है।

अब न कोई शिकवा रहा न कोई अधूरी हसरत,
मुकम्मल होने की ये कसक ज़रा अलग सी है।

● न पूछो कि वो मंज़र कैसा रहा होगा,
जब पहली दफ़ा उन्हें बे-वजह देखा था।
धड़कनें रुक गई थीं उस पल सीने में मेरे,
जैसे मुद्दतों बाद कोई अपना सा चेहरा देखा था।

*****

● अजनबी सा चेहरा था, पर दिल को जाना-पहचाना लगा,
उनकी एक मुस्कुराहट से सारा आलम सुहाना लगा।
तब तो बस देख रहा था बेसुध होकर उन्हें,
आज वही चेहरा हर पल, मेरी हर नज़्म का ठिकाना लगा।

*****

● वो बोली, "क्यूँ घूर रहे हो?"
मैंने कहा, नज़रें हटाऊँ भी तो कैसे,
तुम्हें देखना इबादत सा लगता है।

*****

● खुदा अब बनाता नहीं ऐसे चेहरे,
आपका बनाने में उसने बरसों लगाए हैं।
हर एक नक्श में अपना हुनर दिखाने में उसने बरसों लगाए हैं।
अब खुदा कहता है बस अब नहीं बनाऊंगा उसके जैसा कोई,
ये मेरा आखिरी सब्र था उसे बनाने में।

*****

● "ये कैसा मुक़ाबला, ये कैसा अदब हुआ,
कि चाँद ने भी कहा, 'मेरा हुस्न तुम से शुरू हुआ'।"

*****

● तसव्वुर में बसा एक हसीन सा मुकाम लगती हो,
ज़मीं पर उतरती हुई खुदा की कोई शाम लगती हो।
ज़माने भर की रौशनी से अब मेरा वास्ता ही क्या,
हकीकत कहूँ तो तुम चाँद लगती हो मेरी जान।

*****

- तुम्हें जितना देखूँ, उतना कम लगता है,
तुम में खो जाने को हर पल मेरा दिल धड़कता है।
तेरी आँखों में झांकूँ तो दुनिया ठहर-सी जाती है,
तुम्हारी एक झलक भी, सदियों सी लग जाती है।

*****

- तेरी आँखों की झील में, चाँद का अक्स उतरता है,
जैसे तपती धूप में कोई, बादलों का साया करता है।
तू वो अनकही सी दुआ है, जो लबों पर ठहर गई,
जैसे सूखी हुई ज़मीन पर, पहली बारिश बिखर गई।

*****

- ये कोरा कागज़ भी अब मुझसे सवाल करता है,
कि हर लफ्ज़ में बस तेरा ही ज़िक्र क्यों रहता है?
मैं मुस्कुराकर कह देता हूँ कि ये हुनर नहीं मेरा,
ये तो वो अहसास है जो मुझे 'तुम्हें सोचकर' लिखता हूं।

*****

- कभी लफ्ज़ बनकर पन्नों पर बिखर जाता हूँ,
कभी खामोश रहकर तेरी यादों में संवर जाता हूँ।
दुनिया को लगता है कि मैं कोई बड़ी बात लिख रहा हूँ,
हकीकत तो ये है कि मैं बस 'तुम्हें सोचकर' निखर जाता हूँ।

*****

- हज़ार बातें अधूरी हैं इस दिल की गहराइयों में,
जो मैं कह नहीं पाता महफ़िल की तन्हाइयों में।
उन्हें पिरो देता हूँ नज़्मों की सूरत में अक्सर,
सुकून मिलता है बस 'तुम्हें सोचकर' तन्हाइयों में।

*****

- मेरा हर लफ़्ज़ अधूरा है, अगर तेरा ज़िक्र न हो,
मेरी हर शाम बेरंग है, अगर तेरी फ़िक्र न हो।
मैं अधूरा सा इक राही था, इस वीरान राहों में,
अब मुकम्मल हुआ हूँ अक्सर, बस 'तुम्हें सोचकर' बाँहों में।

*****

• लिखना तो बस एक बहाना है ज़माने के लिए,
वरना मेरी तो हर साँस चलती है बस 'तुम्हें सोचकर'।

*****

• लिखना तो महज़ एक ज़रिया है, तुझे पाने का,
वरना मैं तो खुद को भी, बस 'तुम्हें सोचकर' रहता हूँ।

*****

• कुछ बातें हैं जो होठों तक आकर ठहर जाती हैं,
कुछ यादें हैं जो आँखों से होकर गुज़र जाती हैं।
मैं लिखूँ भी तो क्या लिखूँ तुम्हारी सादगी के बारे में,
तुम्हें सोचूँ तो कागज़ पर खुशबू बिखर जाती है।

*****

- बस इतना सी बात हैकि जब सामने होती है तू मेरेखुश होते है लव मेरे।
तू शामिल रहती है मेरी हर बात में ऐसे खास नहीं हैं सब मेरे।

*****

- देखूं उसे जी भरके किसी रोज ये हसरत दिल में लिए बैठा हूं,
वो मेरी सोनपरी है उसके ऐतबार से भी मुहब्बत कर बैठा हूं।

*****

- देखकर मुस्कुराती है मगर बात नहीं करती,
तुम्हारी तस्वीर के तुमसे भी ज्यादा नखरे हैं।

*****

- वो कहती नहीं, पर उसकी आँखें इकरार करती हैं,
मेरे हर लफ्ज़ से, वो बेपनाह प्यार करती है।
मैं ढूँढता हूँ खुद को, उसकी हर एक दुआ में,
वो मेरी खामियों को भी, गले का हार करती है।

*****

- सबको मेरे बाद रखियेगा,
आप सिर्फ मेरे हैं ये याद रखियेगा।

*****

- तुम कहती हो मुझसे कि क्या है मुझमें ऐसा,
अब मैं तुम्हें कैसे बताऊं कि तुम आइना देखा करो।

*****

● तेरी नज़रों के झुकने में भी एक दुआ सी है,
जैसे तपती धूप में कोई ठंडी हवा सी है।
दुनिया माँगती होगी खुदा से जन्नतें अपनी,
पर मेरे लिए तो तेरी मर्जी ही रज़ा सी है।

*****

● तेरी चूड़ियों की खनक में भी एक ठहराव है,
जैसे बहते हुए दरिया का कोई शांत पड़ाव है।
ये आवाज़ नहीं, ये तो रूह का एक संगीत है,
जिसमें मेरी हर धड़कन का अपना ही एक झुकाव है।

*****

● बारिश की बूँदें, कार का सफ़र हो,
नींद में डूबी वो, मेरा हमसफ़र हो।
स्टेयरिंग के पास उसके पाँव हों,
उसकी पायल को छुलूँ तो क्या ही बात हो!

*****

• एक ख्वाब है मेरा मैं तुम्हारे साथ चलूँ,
पहना तुम्हें अपने जूते, तुम्हारी हील्स अपने हाथ में लिए मैं तुम्हारे साथ चलूँ।
वो जो तुम्हारा पल्लू ज़मीन को छू रहा,
उसे तुम्हारे कंधे पे रख मैं आगे बढ़ूँ... मैं तुम्हारे साथ चलूँ।

*****

• मेरा प्रेम तुम्हारे लिए,
उस समंदर सा है जिसकी गहराई का अंदाज़ा किनारों से नहीं लगाया जाता।

*****

• शहर की भीड़ में जब खुद को तन्हा पाया मैंने,
तेरी यादों का इक चिराग दिल में जलाया मैंने।
सफर लंबा था, पाँव थक कर ठहरने ही वाले थे,
फिर तेरे ख्यालों के मरहम को ज़ख्मों पे लगाया मैंने।

*****

• मैं मज़बूत दिखता हूँ सबको,
कभी कभी थक जाता हूँ इस दुनिया से लड़ते-लड़ते।
अगर बिखर भी जाऊँ तो,
तो समेट लेना मुझे अपनी बाहों में।

*****

• मेरी आँखें पूछती हैं रोज़ एक ही सवाल,
आज भी क्या तुम मेरे ख़्यालों में आओगी?

*****

• मेरी आँखों को तुम्हारा इंतज़ार रहता है,
हर पल दिल बस तुम्हारा ही दीदार चाहता है।
तुम सामने न भी हो तो क्या ग़म,
मेरी हर धड़कन में तुम्हारा ही नाम रहता है।

*****

• दिल की खामोशी में आवाजें बहुत हैं,
तेरे ख्यालों की रहरह की यादें बहुत हैं।
आप नजरों से दूर दिल के पास बहुत हैं,
आप हो आप ही सब कुछ बहुत हैं।

*****

• मेरी मुहब्बत को नज़र किसकी लगी,
जो हँसते-हँसते रोने लगी।
जिसे सम्भाला था दिल की धड़कन बनाकर,
वही अब खामोशी में खोने लगी।

*****

• तुम मेरी बेरंग-सी ज़िंदगी का सबसे हसीन ख्वाब हो...
तुम्हें देखूं तो यूँ लगता है जैसे उदास शामों में सूरज फिर से मुस्कुराना सीख या हो

*****

• दुआओं में जिन्हें माँगा था,
वो तक़दीर बन गए ।
मेरी सादगी भरी ज़िंदगी की,
वो हसीन तस्वीर बन गए।

*****

• अगर नींद भी रूठ जाए मुझसे,
तो कोई शिकायत न होगी मुझे,
तुम्हारी गोद में जागना भी तो,
किसी खूबसूरत ख़्वाब से कम नहीं।

*****

• मुहब्बत ए इश्क में कौन स्याही से लिखता है,
ये तो दिल का लहू है जो बाहर निकलता है।

*****

● तुम्हारे सामने
क्या 'जिद',
क्या 'गुरुर',
क्या 'गुस्सा'
क्या 'अना',
क्या 'खता',
तुम्हारे आगे जिंदगी की खाक जितनी एहमियत है।

*****

● मैं आंसू हूँ तू आँचल है,
मैं आंसू हूँ तू आँचल है,
मैं दर-दर भटकूँ वीराने में, तू ही मेरी मंज़िल है।
दो पल दे दे मुझे सुकून के,
मैं तुझमें ही खो जाऊँगा,
एक जन्म की बात तू करती,
मैं हर जन्म तेरा साथ निभाऊँगा।

*****

● वही शख़्स,
वही चेहरा,
वही दिलकश अदाएं,
मेरा दिल हर बार तेरी एक झलक पर हार जाता है।

*****