

ललिता

जे आर जे त्रिपाठी



BlueRose ONE .com DIY
S t o r i e s M a t t e r

© जे आर जे त्रिपाठी 2023

All rights reserved by the 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 author and publisher assume no responsibility for any errors or omissions. No liability is assumed for damages that may result from the use of the information contained within.

Title: ललिता

Language: Hindi

Character set encoding: UTF-8

First published by



BlueRose ONE .com DIY
Stories Matter

An Imprint of BlueRose Publishers

Head Office: B-6, 2nd Floor,
ABL Workspaces, Block B, Sector 4,
Noida, Uttar Pradesh 201301
M: +91-8882 898 898



BlueRoseONE^{.com}
S t o r i e s M a t t e r



आभार

परेशानियां जब बहुत सताने लगती है , उनके उम्मीद भरी निगाहों से ही हिम्मत आ जाती है , उनके दिए हुए संस्कारों ने, बिखरे हुए ख्यावों को समेटने का साहस दिया है , बुरी परिस्थितियों में दिया के लौ की तरह खुद जलते है , और हमारे रास्ते में उजाले भरते हैं , ईश्वर तो बस एक जरिया हैं मां और कोख में पल रहे बच्चों के बीच , इतने दुख के बावजूद भी ये रिश्ता बहुत गहरा हैं , एक तरफ बापू संसारिक खुशियां बटोर रहे हैं , आने वाले उस वारिस के लिए , ना हो उसे रोटी की कमी ना ही रहे वो आसमान की तले , टूटी छज्जे भी ठीक करवानी हैं , मज़दूरी में ४ दिन का काम एक दिन में ही उसे निबटानी हैं । है ना बहुत गहरा रिश्ता इनसे , इसलिए तो हर युग युग में मां बाप का दर्जा बहुत महान हैं।

सभी माता पिता को धन्यवाद !

भूमिका

मैं पिछले कई बरसों से कविताएं , कहानियां लिखती आ रही हूं। लेकिन बस एक बंद पत्रों के बीच में, फिर मैंने अपने आस पास के वृद्ध लोगों को देख मन से कई सवाल करने लगी। अपने घर से नाना नानी और दादा दादी से मुझे बहुत प्रेरणा मिली , उनके जीवन के बारे में मन में विचार आते गए और मैंने उनका ही अपना एक स्रोत बनाया । इसके लिए मैं अपने माता पिता की भी आभारी हूं, जिन्होंने हमेशा मुझे सराहा हैं। उन्हीं ने मुझे यह मौका दिया की मैं अपने नानी दादी के साथ बहुत वक्त गुजार सकूं । मैंने यहां अपने विचारों को दर्शाया हैं। हो सकता है कुछ लोगों के लिए शायद मेरे विचार गलत हो , पर मैंने अपनी देखी समझी बातें बताई है । मैं प्रत्येक का दिल से आभारी हूं, अपनी नानी (ललिता देवी) , भिखारी उपाध्याय (नाना) , शांति देवी (दादी) और रामेश्वर त्रिपाठी (बाबा) , इन सब की कहानी मेरे जिंदगी के लिए सबक बन गए है । इनके अनुभव के साथ अब बहुत सारी मुश्किलों में भी उम्मीद मिल जाती है मुझे । इस उम्र के पड़ाव में उन्हें अभी भी बहुत से मुश्किलों का सामना करना पड़ता हैं । खुद के विचारधाराओं से लड़ना पड़ता हैं , स्वास्थ्य की चिंता , मानसिक , शारीरिक स्वास्थ्य समय के साथ खराब होने लगता हैं । खुद का बैठ जाना , किसी और पर आश्रित होना , जिन्दगी को मुश्किल बना देती हैं । मेरे माता पिता , उनके विश्वास और प्यार के बिना यह कभी मुमकिन ही नहीं था । मेरे मां (रेणु त्रिपाठी), पापा (अजय त्रिपाठी) और मेरी छोटी बहन (रिया त्रिपाठी) , इन सबने मेरी सवालों के जवाब ढूंढने में बहुत मदद की । मैं इस पब्लिकेशन से जुड़े सारे सदस्य के कृतज्ञ हूं , जिनके जरिए मैं यह कहानी आप सब तक पहुंचा पा रही हूं। सारे पाठको को भी तहे दिल से शुक्रिया मेरा ।

- जया रेणुकाजय त्रिपाठी

CONTENTS

COPYRIGHT DECLARATION	II
आभार	V
भूमिका	VII
CHAPTER 1 कुछ बातें ...	13
CHAPTER 2 तू और मैं आखिरी लम्हों में ...	17
CHAPTER 3 उम्मीद नहीं अब ...	23
CHAPTER 4 मन के विरोधी ?	27
CHAPTER 5 जहां चाह वही खुशी ...	31
CHAPTER 6 समय का पहिया ...	37
CHAPTER 7 सफर ...	43
CHAPTER 8 छोड़ गई अपने मालिक को ...	47
CHAPTER 9 रीत ये पुरानी ...	51
CHAPTER 10	

शानो शौकत की बहरें ... 57

CHAPTER 11
सिमटी हुई जिंदगी ... 61

CHAPTER 12
सुख और समृद्धि ... 65

CHAPTER 1

कुछ बातें ...

आप हो, या फिर मैं सब कोई एक श्रेष्ठतम जीवनशैली में रहना पसंद करते हैं। हम आज के दौर में इतना आगे बढ़ गए हैं, कोई भी पिछे देखना नहीं चाहते। इसी भागमभाग में हम अपना कितना कर्तव्य छोड़ अपने लोगों से दूर हो जाते हैं। बाद में बस रिश्ते के बर्बादी का दुख जताते, या उस समय को कोसते हैं। यहां मैं सिर्फ अपने मन की उमड़ रहे बातों का जिक्र कर रही हूं।

अ पने आस पास जो हो रहा था, उससे मैं संतुष्ट नहीं थीं। मुझे लगा कहीं न कहीं इन बातों पर हम सबका गौर क्यों न जाता। आखिर हम यह सब देख कर भी अंजान बने बैठे रहते हैं। सभी नहीं लेकिन कुछ ऐसे लोगों के लिए है जो वकाई में, इस बात के दोषी हैं। हर घर में ऐसा नहीं होता लेकिन कुछ घरों में यह बहुत आम बात है। मैं बिहार के पश्चिम चम्पारण जिले के छोटे से गांव की हूं। वहा मेरे आस पास यह सब देख अच्छा नहीं लगा।

मुझे खुद के बुढ़ापे के साया से भी डर लगने लगता है। यह जिंदगी की आखिरी पड़ाव होती है। पर यह तो परम सत्य है, जो भी जन्मा है उसे यह पड़ाव पूरे करने ही होते हैं। बचपन, युवा, व्यस्कता और आखिरी वृद्धावस्था। जीवन के तीन अवस्था के सुख के बाद इंसान आखिरी अवस्था में आके रूक जाता है। यूं देखा जाए तो इस अवस्था में सारे सांसारिक सुखों का त्याग और खुद के भावनात्मक विचारों पे इन्सान काबू कर लेता है।

प र हम इंसान की जो आत्मा है वो बहुत पवित्र है, पर जो चंचल मन है, यह कभी कभी हमें ही मात दे देती है। जितनी विपरीत दिशाओं की बातें हो सबसे पहले उसको वही रास आती है

। ठीक वैसे ही हमेशा इस सच से हमे भ्रमित करती हैं कि, अब ये कंपकंपाती शरीर के साथ हम इस संसार में विलय होने के तरफ बढ़ रहे हैं । हम इस सत्य से खुद को दूर ही रखते हैं , सांसारिक सुख और माया , लगाव जैसा चीज शरीर त्यागना ही नहीं चाहती। पता होता है , अब यह चौड़ी कंधे झुक गए हैं, जोड़ों की हड्डियां अब बहुत सताती हैं । पर मोह को त्यागना बहुत मुश्किल हो जाता हैं । जीवन , बच्चे , घर , खेती बाड़ी इन सबका का लोभ कहीं न कहीं मन को सताता रहता हैं ।

वही कुछ लोग समय के साथ खुद के हृदय में परिवर्तन करते हैं । और खुद को परम शक्ति को सौंप देते हैं । एक साधारण संन्यासी जीवन का चयन करते हैं । खुद के लिए एक संतुष्टि और खुशी भरी मौहाल बनाते हैं । निराशावादी , भ्रमित सोचों से खुद को बचाते हैं ।

दिवक्त कहा हो जाती है ? साधारण परिवार के लिए कब यह बात इतनी बड़ी परेशानी बन जाती हैं । जहां एक दिन खुद के बच्चों के लिए पल - पल तड़पने वाले माता पिता एक समय सड़कों और गालियों में दर दर की ठोकरें खाते मिलेंगे । रास्तों पे बीच सड़क अपनी मानसिक संतुलन खो कर भटकते है । जिसको उन्होंने मकान दिया, कोख में छत्रछाया दिया , उसके हर अड़चन को खुद का नसीब मानने वाले मां बाप के लिए अपने घर में रहना दुर्भल हो जाता है ।

आज इस संसार में इतने वृद्धाश्रम बनाने की जरूरत ही क्यों पड़ी । जहां हम हर चीज़ को देव तुल के तरह पूजते हैं । जहां माता पिता का मान को सबसे अच्छे दर्जे दिया जाता हैं । वहां हम अपने ही देवताओं को रूठने पे मजबूर कर देते हैं । फिर जिंदगी में किसी मुसीबत का भागदारी बनते हैं तो समझ नहीं पाते , हमारा कसूर क्या था ? ऐसा क्या कर दिया । सबसे बड़ी भूल जो किया है मां बाप का तिरस्कार।

आज के बच्चे बहुत शान से कहते हैं " मैं तो खुद ही दो कमरों के मकान मे रहता हूं । बीवी और दो बच्चे हैं , आपके लिए जगह कहा है । " और एक समय तब था जब मां बाप एक ही झोपड़ी में 4 - 5 बच्चों के साथ रहते थे । और उनके लिए आज एक कमरा नहीं है । बच्चे खुद ही सब कुछ का बटवारा भी कर लेते है । एक दूसरे से दाज भी करते मैं क्यों करूं , इनके और भी औलाद हैं , उनके पास क्यों न जाते । ऐसा कहते तनिक भर न सोचा , उन्होंने सबको एक बराबर मान दिया , हो सकता है हालत के उच्च नीच के वजह से कहीं किसी को ज्यादा या थोड़ा कम किया होगा । लेकिन उनके लिए सारे एक ही भाव होते हैं । तुम अपनी कर्तव्य निभाओ , औरो का इंतजार किस बात का कर रहे । आगे बढ़कर अपने माता पिता पर खुद ही संभालों । भाई बहन के ताक में खुद का अनमोल रतन गवां दोगें । मैंने कहीं बहुत अच्छी पंक्ति पढ़ा था

" क्यूं बोझ हो जाते हैं झुके हुए कंधे, जिन पर चढ़कर कभी मेला देखा करते थे ! "

गांव में कहीं से गुजर रही थी सड़क किनारे खाट पर बूढ़ी अम्मा को लिटाया था , ना पास कोई बैठने वाला था , ना ही कोई घर से बाहर एक नजर झांकने को आया , मक्खी उनके ऊपर भिनभिना रही हैं । शरीर का पूरा ढांचा उकूड़ गया था , ना उनके अंदर शक्ति , और उन्हे देख के लगा की दिमाग भी अब संतुलित नहीं है , चुपचाप लेटी पड़ी थी । ऐसी दुर्दशा इंसान के देखने को मिल रहे है । उससे अच्छा तो और जीव अपने जिंदगी गुजारा कर लेते है ।

कई घरों में तो देखा है , जब तक बूढ़े बाप से आमदनी मिलती हैं तब तक उसे साथ रखते हैं , उसके बाद बस २ वक्त की रोटी भी थाली में गालियों के बाद मिलती हैं , एक इंसान ही इंसान

के जिंदगी का कब्र खोदने को तैयार बैठा है , बस मौका उसके हाथ आना चाहिए । यहां लोग उंगलियों पर मौत के जिंदगी गिन रहते हैं ।

जिंदगी के सफर में मां बाप का साथ और आशिर्वाद साथ हो तो ऐसे ही हर बद्दुआएं दूर हो जाती हैं । मां बाप से बैर ना करो , उनको भी खुश रखो और खुद भी रहो । शायद हम यह नहीं देखते हमारा कल भी हमारे गवाही के साथ यह सब देख रहा है , खुद के बच्चे कहेंगे तुमसे "तुमने कौन सा महान काम किया था , लो आज तुम भी भुगतो " पीढ़ी दर पीढ़ी बढ़ते इस कहानी को शायद हम खत्म कर सकते हैं । अपने ही बच्चों के लिए एक उदाहरण बन सकते हैं । खुद के लोगों को इज्जत और सम्मान देके ।

CHAPTER 2

तू और मैं आखिरी लम्हों में ...

कुछ बातें होती हैं , जो इंसान को विचलित कर जाती हैं । मैंने उन नसीब वालों में शामिल हूँ । जिसके पास नानी नाना और दादा दादी दोनो का सौभाग्य हैं । उनके साथ रहकर बहुत कुछ जानने समझने को मौका मिलता है मुझे । ईश्वर के कृपा से उन सबका साथ बना है मेरे साथ । और मैं अपने ननिहाल से ज्यादा जुड़ी हूँ, नानी नाना ने बहुत लाड दुलार दिया है मुझे । छोटे से ही मुझे अपने पास रखा था । मैं अपने घर रहना ही नहीं चाहती कोई भी आता मैं उनके पीछे लग जाती ले चलो मुझे । मां बाप का प्यार दिया है नाना नानी ने, सबको अपने नाना नानी और दादा दादी से एक अलग ही जुड़ाव होता है । बचपन और बूढ़े लोगों की दोस्ती कुछ ज्यादा ही गहरा होता है ।

क ल मेरे छोटे दादाजी के देहांत का पता चला , जो लोग आपके यादों से जुड़े होते हैं, उनका बिछड़ना बहुत खलता है । उनके साथ भी बचपन में बहुत सारा समय गुजारा है , वो हमें खुब सारा भजन सुनाकर खेलाते थे । उनको देखते ही बच्चे भी ताली बजा कर वंदना वंदना करते थे । हमे एक भजन सुनाते थे -

" सीताराम वंदना राधेश्याम वंदना , अंजनी के लाल को तो बार बार वंदना । "

ब च्चों का खुद ख्याल रखते थे, बुआ के बच्चे आते थे तो सुबह ही हम दोनों बहनों को आवाज देते और हमारे साथ खेलते रहते थे । कुछ सालों से वो पूरी तरह से अचलस्थ हो गए थे । उनके खुद के शरीर को ही कष्ट था । पिछले साल छोटी दादी भी नहीं रहीं, ऐसे में छोटे बाबा अकेले ही हो गए थे । ऐसा नहीं है घर

में सब उनका बहुत अच्छे से ख्याल रखते रहे थे , लेकिन जब दादी थी तो बाबा का जीने का अगल की नजरिया होता और दादी उनकी उम्मीद बनी रहती । जीवनसाथी का सही मायने में एहसास बुढ़ापे में ही होता है । एक दूसरे साथ अपने सुख दुख की बातें करना , बच्चे तो एक समय कामों में इतना व्यस्त हो जाते हैं । ऐसे में एक दूसरे के ही सहारा होता है ।

पिछले एक महीना मैंने अपनी नानी को भी मौत के पास से उठते देखा । डॉक्टर एक तरह से जवाब दे चुके थे । पर ऊपर वाले के कृपा से नानी अभी स्वस्थ है । 18 दिनों तक उनके साथ रही मैं , ना वो उठ पाती ना ही चल पाती । कुछ दिन मुझे सौभाग्य से उनके साथ रहने को मौका मिला , नानी ने जितना मेरे लिए किया शायद उनको कभी वो वापस नहीं दे पाऊंगी मैं । मुझे अपने पीजी में आने के बाद बहुत बुरा लग रहा था , नानी 5 दिन तो बिल्कल न बोली , ना कुछ खाना चाहती थी । उनके साथ रहकर उनकी स्थिति शायद मैं न समझ पाई । जब वापस आई तब शायद मुझे समझ आया । यहां आने के बाद सोचने पर बहुत बुरा लग रहा था । उनकी हालत बहुत दयनीय हो चुका था । हमारे सामने वो बीमारियों से अपने शरीर से लड़ रही थी और हम सब चाह कर कुछ न कर पा रहे थे ।

मैं यहां बात जीवनसाथी की कर रही थी । अगर आपका सिनेमा से तालुकात है तो , " बागवान " देखी होगी उसमे भी इस बात को बेखुबी से दिखाया गया है , कैसे उनके बच्चे उन दोनो को बिछड़ने पर मजबूर कर देते हैं । नई दौर के समस्या को मध्य रख कर ही पिरोया गया है । बच्चे समझते हैं बुढ़ापे में क्या एक दूसरे का सहारा ढूंढते हैं । जब तुम अपने परिवार के साथ पार्टियों मानते हों , १० मिनट का भी वक्त नहीं होता है । चंद बात करले , उनकी परेशानी पूछ लें , तुम्हे नहीं पता उनकी सारी दर्द पीड़ा बस वहीं समाप्त हो जाती , कोई तो हैं उनके ख्याल की चिंता करने वाला उनके हाल की जानकारियां लेने वाला ।

नानी १० सालों से घुटनों के दर्द से परेशान हैं, उनका पैर अब उनका साथ नहीं देता है । नानी रात भर सो ना पाती हैं दर्द के वजह से । कभी कभी वो बहुत दुखी हो जाती हैं तो सब ऊपर वाले से खुद के राहत के लिए गुहारे लगाती रहती हैं, " उठा लो मुझे भगवान, इतनी शारीरिक कष्ट दे रखा है अब जीने की इच्छा नहीं है " तब नाना जी बड़े प्यार से कहते हैं, " पागल हो गई हो अभी ५ साल और जी लो । तुम मर जाओगी तो मेरा क्या होगा ? कहा जाऊंगा मैं, यह घर अकेला काटने को दौड़ेगा , घर छोड़कर कहीं दूर चला जाऊंगा , कोई मेरा हाल भी न पूछेगा , तुम हो तो बेटा बेटी फोन भी करते हैं ।" एक दुसरे के साथ जीने की एक आस लगाए बैठे हैं , और एक डर भी है एक दूसरों से बिछड़ने का , नानी ही तो है जिससे नाना कुछ कह सकते हैं , जिससे अपना हाल सुना सकते हैं । बेटा बेटी से बात करने का जरिया भी एक दूसरे को ही बनाते है । नानाजी बस चाहते हैं नानी कुर्सी पर उनके बगल में ही बैठी रहें उतना उन दोनो के जिंदगी में बहुत मायने रखता हैं। घर में तीन बेटियां , और तीन बहुएं है , उसके बावजूद उन्हे कुछ चाहिए या कुछ मांगा हो । तो नानी के नाम से ही पुकारेंगे । उनको जब खाना चाहिए तो नानी से कहते हैं । पता हैं देगी बहुएं ही , लेकिन संबोधन नानी के द्वारा करते है । खैर नानाजी खुद में बहुत परिवर्तन कर रहे हैं अब । जब कोई सामने से कुछ पूछेगा तभी हां कहेंगे नहीं तो चुपचाप बैठे रहेंगे । मन की झिझक अभी पूरी तरह गया नहीं है।

सारे बाल बच्चे बाहर ही रहते हैं , घर में बस यही दो हैं । जब से नानी बैठी हैं नाना बहुत सारा काम खुद कर लेते है । नानी को समय समय पर दवा देना । खुद को नानी के इर्द गिर्द बांध दिया हैं । पहले हमेशा शाम में घूमने निकल जाते थे , लेकिन अब बस नानी मां के लिए उनके साथ द्वार पे बैठे रहते हैं ।

ठीक ऐसा ही किस्सा मेरे दादा दादी का है , इनका तो थोड़ा खट्टा मीठा वाला है । नोक झोंक , तड़के वाली हर रोज़ दोनो को

लड़ना हैं वो भी मामूली सी बात पर । और एक दूसरे के लिए दूसरों से भी लड़ जाएंगे । मेरे बाबा जब भी बाजार जाएंगे यह तुम्हारी दादी के लिए ले लेता हूं , यह तुम्हारी दादी को बहुत पसंद हैं । बाबा जब भी दादी को पुकारते हैं - " सुन तारु हो , ए हो कहा बाड़ू (भोजपुरी) " दादी वही सो रही होती हैं , गुस्सैल मिजाज के साथ " का कहत बानी कहीना " क्योंकि उनको पता है बाबा उनको क्यों बुला रहे हैं । और दादी को उस समय शांति और आराम चाहिए होता है और मेरे बाबा को शाम की चाय और वो भी दादी की हाथों की । दादी चिढ़ जाती है और इन दोनो का यह कारनामा मैं कई बरसों से देखती आ रही हूं ।

एक लड़ाई तो इनकी सुबह में होती दादी चाहती बाबा जल्दी से पूजा पाठ करके खाना खा ले । फिर मेरे दादी दोपहर की नींद लेगी लेकिन मेरे बाबा को बागवानी करना बहुत पसंद हैं , एक सुबह से वो घर के सामने अपनी लगाई बागवानी में 12 बजे तक घूमते रहते है , 1 बजे तक अपना दिनचर्या निबटेंगे और इतनी देर में दादी फिर से बिस्तर पे सो रही होती है । फिर बाबा उनको ही खाना के लिए जगा देते हैं , दादी तो खा पीकर कर मस्त सो जाती है । बाबा नींद में खलल डाल देते बस फिर से दोनो शुरू । और जैसे शाम का 4 बजेगा फिर से वही दिनचर्या । फिर भी एक दुसरे की फिक्र में ही रहेंगे ये।

ऐसे ही इनके ढेरों यादें हमारे साथ हैं , कभी कभी वो दिन भी बहुत याद आते हैं । एक दिन नाना जी जाके नानी मां से कह रहें है , मर जाओगी एक दिन अपने साथ सारे गुण लेके चली जाओगी , तुम्हारे जैसे न कोई बहुएं और बेटिया ही खाना बनाती हैं , सीखा दो कम से कम तुम्हारा एक गुण तो होगा इनके पास । मेरी नानी के हाथ का खाना वाकई बहुत मजेदार होता है । खैर अब तो बहुत दिन हो गए खाए हुए क्योंकि उनकी खुद की हालत सही नहीं रहती और मेरी मामी वही रसोई में खड़ी थी , सुनकर हसने लगी।

हकिकत यही है जब तक बच्चे छोटे होते हैं इंसान अपनी पूरी जिंदगी उनके भविष्य को उजागर करने में लगा देता है , ना खुद को समय देता न खुद की सेहत बस बच्चों की चिंताएं खाती रहती हैं । नानाजी ने सारे बच्चों को बाहर रख कर ही पढ़ाया मेरे मम्मी साढ़े ५ साल के उम्र से देहरादून हॉस्टल में रह रही थी , गांव में अच्छी पढ़ाई ना होते हुए भी नाना ने बच्चो के पढ़ाई में कोई खामिया नही की और खेती ही बस उनकी आमदनी थी । जैसे जैसे वक्त बढ़ता है बच्चे बिछड़ने लगते है । पूरे मकान सुना करके , अपने जिंदगी और वैवाहिक जीवन में उलझ जाते हैं । फिर से वो पैसे , अपने बाल बच्चे के चिंता में मग्न हो जाते हैं । बच जाते हैं बस माता पिता , ऐसे में उनका कोई सहारा नहीं होता । तो बच्चों की यादों में और एक दूजे के सहारे की उम्मीद पर बस जीतें है । खुद को एक दूसरे पर निर्भर कर देते हैं । ऐसे मामलों में पुरुष ज्यादा तकलीफ से गुजरते हैं वो खुद को बहुत अकेला महसूस करते हैं, नाती पोते साथ होते , तब तो वक्त निकाल ही जाता है । बेटा बहु से कुछ कह न पाते है । मैंने कभी अपने बाबा नाना को या आस पड़ोस में देखा ही नहीं वो अपने बेटों से कुछ कहें दिल की बात या फिर बहु बेटियों से , बस शांत एक कोने में बैठे रहेंगे । मनोरंजन के लिए अखबार नहीं तो टेलीविजन साधन यही दो उनके सहारा होते हैं ।

मेरी एक दोस्त की नानी जी की कहानी बताती हूं वो भी पिछले ७ सालों से अकेली है और उनका यह अकेले का सफर बहुत ही कठिन है । २ बहुएं के बावजूद बहुत जिल्लत की जिंदगी जीती है । बताती है उसके नानी के लिए एक छोटा सा कमरा है दिन भर वही पड़ी रहती है । उनको बस एक थाली में खाना परोस दिया जाता है जो को शायद अच्छे से धुलते भी नहीं है । पोतियां पास जाती तक नहीं की बीमारी हो जायेगा । और जब ये अपने नानी के पास जाती तो इससे ही समझाती है कि अपने नानी से दूर रहा कर । कहती है तेरे नाना नानी तो साथ है सोच ना मेरी नानी के पास तो वो भी सहारे नही है । अगर शायद वो चलने में सक्षम

होती तो कही घूम आती थोड़े देर लेकिन वो भी अचलस्थ हो चुकी है ।

कुछ जगह अगर पत्नी अकेली हो शरीर से स्वस्थ हो तो पड़ोस में मंदिर कही भी जाके अपना दिल बहला लेती है , खुद की बातें कह सुन लेती हैं । कुछ बुरा लगेगा बहु से लड़ झगड़ लेंगी , लेकिन यही बात मैने पुरूषों में नहीं देखा । जिंदगी की चक्रव्यूह बड़ी अनोखी हैं , हर पीढ़ी दर पीढ़ी उसी कहानी को पिरोया जाता हैं ।

CHAPTER 3

उम्मीद नहीं अब ...

बीते दिन मैंने बहुत कुछ देखा । जब नानी के पास से वापस आई तो खुद के विचारों को कलम से पिरोने लगी हूँ । बुढ़ापा में एक बहुत खूबसूरत बचपना छुपा हुआ है। ऐसा बचपना जहाँ हम सब कुछ अनुभव करके आए होते हैं। लेकिन समय के साथ मन थोड़ा ज़िद्दी , किसी बात पर रूठना । गौर करें तो बचपन से बुढ़ापे के सफर के तरफ घटते क्रम में चल रहे होते हैं । मेरे ख्याल से बच्चा अज्ञानी (ज्ञान से परे) होता है , अपनी आस पास के दुनिया को देखकर बोलना चलना सिखाता है । वही बुढ़ापे में हम जिंदगी के कितने पड़ाव और मुश्किलों का अनुभव कर चुके होते हैं । बात भूलने लगते , अंदर से चिड़चिड़ापन , कुछ लोग दूसरों को सुनते ही नहीं , उनको लगता है उनका ही दौर है । हम देखे तो उनके पीछे २ पीढ़ियां आके खड़ी हैं । समय के भागमभाग में हर चीज़ बदल रहा है । हांलाकी आज भी ८० - १०० के बाद भी बहुत से लोग स्वास्थ्य जीवन जी रहे हैं । बढ़ते दुनिया के साथ खुद को भी उन्नत कर रहे हैं । इस मामले में शहरी क्षेत्र के लोग आगे हैं । पर अभी भी ग्रामीण क्षेत्रों में लोग अपने खेत खलिहान भरी जिंदगी में खुशी रहते हैं । पर बहुत से लोग पारिवारिक तौर पर मात खा जाते हैं । क्योंकि गांव में सुविधा के अभाव में बच्चे दूर शहर जा बसते हैं , और ग्रामीण क्षेत्रों के वृद्ध लोगों को शायद ही शहर की गलियां पसंद आएंगी । गिने चुने ही लोग बच्चों के साथ शहर जा बसते हैं । बड़ी आंगन खुला द्वार , और हरियालों को छोड़ मैं भी कहीं बसाना न चाहूंगी ।

ह मारे यहां गांव में लोग खुद के ऊपर निर्भर होते हैं । एक समय ऐसा आता है , चलना फिरना मुश्किल हो जाता है । लंगड़ते , गिरते , खुद को घिसते रहेंगे लेकिन किसी को अपने मदद के लिए ना रखेंगे । बेटा बहू ने सेवा किया तो किया नहीं तो खुद ही गिरते पड़ते सब करेंगे । एक वक्त ऐसा आता है , जब इंसान

अपनी क्षमताएं खोने लगता हैं । उसका शरीर जबाव दे चुका होता हैं । क्योंकि मैंने आस पड़ोस में लोगों को रूखा सूखा खाते देखा हैं । खुद के पोषण का कोई ध्यान नहीं होता हैं , जो उपजाया , बोया वही खाते हैं । अपनी पूरी जिंदगी घर गृहस्थी में लगा देते हैं । दिनचर्या तो गांव वालों का वाकई बहुत खूबसूरत होता हैं । सुबह सूरज के निकलने से पहले ही सारा गांव जग जाता हैं । अपने अपने काम में लग जाते हैं । सूरज डूबते ही सारा गांव घर के अंदर ९ - १० बजे रात तक पूरे गांव में बस झिंगुर की आवाज गुंज रहा होता हैं । गांव के लोग मात कहा खा जाते तो सिर्फ अपने खान पान पर ध्यान न देने के वजह से । गांव में शुद्ध खाना बिना किसी रसायिक मिलावट का मिलता है पर शायद खाने का वक्त का ख्याल न करते । ऐसे में देखा जाए तो गांव में पुरुष लोग खुद के भोजन पर ज्यादा ख्याल रखते हैं । मेरे नाना और बाबा दोनो का खान पान बहुत साधारण और सही है । दोनो बिना तला भुना , कम मसाले , का खाना , दूध यह सारी चीजे अपने आहार में शामिल करते हैं ।

पर गांव की औरतें खुद के सेहत का बिल्कुल ख्याल नहीं रखती । दिन भर खुद को घर के काम काज में व्यस्त रखती हैं । शाम में कुछ रूखा सूखा लेकर बैठेंगी फिर रात को सबको खिलाकर जो बचा वही खाकर सो जाएंगी । मेरी मम्मी बताती हैं नानी पूरे दिन अपना व्यस्त रहती थी और शाम में रूखा सूखा चावल और अचार लेके बैठती थी । उनके सारे बच्चे उसमे ही आके झुंड बनाकर बैठ जाते थे । नानी के हाथ से खाना मतलब खाने का स्वाद ही बदल जाता हैं , इतना प्यार से खिलाती हैं , मम्मी को आज समझ आता हैं , उस समय बचपन में उन्हें कहा समझ सब नानी के हाथ से खाने के लिए दौड़ जाते नानी सबको खिलाकर खुद २ निवाला खाती और उठ जाती । बच्चों को देख कर ही पेट भर लेती थी।

शरीर जब मेहनत करना है तो उसको भी ऊर्जा चाहिए होता हैं । एक समय ऐसा आता जब पूरा बदन काम करना बंद कर देता है

। नानी के अस्पताल से आने के बाद सबने खुद को दिलासा दे दिया था । अब नानी हमारे साथ ज्यादा दिन नहीं रहेंगी । नानी बीमार होने के वजह से मामा के पास शहर आई थी । नाना जी नानी को मामी के पास छोड़ गांव चले गए क्योंकि नाना शहर में रास न आता है । नाना के जाने के बाद नानी ने शायद ज्यादा सोच कर लिया । एक दिन अचानक पैर सुन्न पड़ गया , पहले थोड़ा बहुत चलती भी थी लेकिन उसका पैर उठ ही न रहा था । अस्पताल में डॉक्टर ने कह दिया , ज्यादा दिन यह नहीं रह पाएंगी । अंदरूनी बीमारियों ने नानी को अंदर से झंझोर दिया था , पता नहीं कैसे चल रही थी इतनों दिनों से । ४ दिन बाद वापस आई किसी को पहचान ही नहीं रही थी , उनकी हालत देख रोना आ रहा था । लेकिन करती भी क्या । रात उनके पास ही सोती थी मैं , जवाब लड़खड़ाते थे कुछ साफ नहीं बोल पाती थी । रात भर कुछ न कुछ बोलती रहती थी । और पैर के दर्द से उतना ही तड़पती थी । पहले भी रात भर उठ कर पैर को खुद से दबाती रहती थी । रात को रस्सी से बांध के सोती थी । हम उनको माना करते थे की ऐसा न करो , नसे दब जाएंगी लेकिन सो ना पाती थी चैन से । नानाजी को भी गांव से दिल्ली वापस बुलाया गया । नानी धीरे धीरे ठीक होने लगी । शरीर में थोड़ा बहुत हलचल शुरू हो गया था ।

ये बात तो सुनी ही होंगी आपने बीमार या रोग जब शरीर में घर करता है , उस समय तो इंसान इलाज की उम्मीद में जी लेता है , पर धीरे धीरे यही बीमार अन्दर से कब इतनी जानलेवा हो जाती हमे , समझ ही न आता है । हम इंसानों ने कई इलाज का समाधान और बहुत तरह की दवाई की खोज तो कर लिया हैं , पर उसका क्या जो इस प्राकृतिक दुनिया का रहस्य है समय और उम्र के साथ हम अपने शरीर को कमजोर होते देखना ही पड़ता है । हालाकि इस नामुमकिन भरी दुनिया में हम अपने इस बुढ़ापे की चेहरे को कितना भी ढक क्यूं ना ले लेकिन इस सत्य से बच नहीं सकते एक दौर आएगा और सारी सुविधाएं के बावजूद हम बच नहीं सकते , हड्डियों में कमजोरी , भूलने की बीमारी , खुद को किसी न किसी पर आश्रित होना ही पड़ता है । हमें किसी न किसी की ज़रूरत या मदद लेना ही पड़ेगा ।

CHAPTER 4

मन के विरोधी ?

नानी अब धीरे धीरे बातों को भूलने लगी थी , तुरंत कुछ कहती फिर तुरंत में कुछ । कहने को लोग यह कह देते थे , सब नाटक हैं । पर हम उन सच से अनजान थे , सोचो तो नानी उस स्तर पे आके टिकी थी , जहां उनकी बातों को न सुनना ना समझना , उनको यह एहसास दिलाया था की वह गलत है , उनके विचार गलत हैं । हम नानी को मन के विरोध में काम कर रहे थे । उनकी आस पास जो भी वस्तुएं होते जैसे उनको काटने को दौड़ रहे हैं । यहां से ये हटाओ वो हटाओ । पंखा बंद और चालू करवाती रहती थी । कभी कभी तो बात ही नहीं मानती खाना बिल्कुल ही नहीं खाना चाहती थी । जबरदस्ती उनको खिलाने को कोशिश करते , रोने लगती थी । उनको लगता था सब मिलकर उनके ऊपर दबाव बना रहे है । अगर हम उनको खान ना खिलाते तो दवा कैसी खाती । नानी से मेरी बहस हो जाती , वो कहती खाना फेक दूंगी , मैं भी फेक के दिखाओ बच्चो के तरह खिलाना पड़ता । मेरी और नानी की बहुत लड़ाई होती , वो मुझे डांटती उनके साथ जबरदस्ती करने पर और मैं उनको मेरे बात न मानने पर । आज बुरा भी लगता है क्यों डांट देती थी मैं उसको । मैं चाहती थी जैसे डॉक्टर ने कहा है नानी वैसे हो सारा दिनचर्या निभाए , उनके खुद के लिए सही होगा । लेकिन नानी को लगता था हम सब मिलके जबरदस्ती दबाव बना रहे है , यह खाना है वो नहीं । किसी के जिंदगी में रोक टोक लग जाए इंसान इस बात का सहन नहीं कर सकता । खास कर ऐसे स्थिति में जहां नानी अब चल नहीं सकती थी । वो खुद को अब लाचार और बेबस के नजर से देखती थी । हमलोग चाहते थे वो हिम्मत करें खुद को मजबूत बनाए । उस रात के बहस में मेरी नानी के बीच सौदा हुआ नानी भी गुस्से में " मेरे पास न आओ तुम , तुम चली जाओ अपने हॉस्टल " मैं खुद भी उनसे आगे उस रात उनके पास सोने ही नहीं गई । बेचारी रात में उठी तो मुझे आवाज देके बुला रही थी आ जाओ गुस्सा हो गई हो । जब भी नाराज होती बहुत प्यार से पास बुलाके पुचकारती और प्यार करती है । घरवालों ने मुझे और बड़े भैया (बड़े मामा का बेटा) हम दोनो को

मोहरा बनाया था । क्योंकि उनके हिसाब से हम दोनो उनके करीब थे , मैं उनसे लड़ झगड़ कर उनको खिलाते थे । नानी १ रोटी खाना चाहती थी हम दाल में २-३ रोटी भिंगो क उनको खिलाते थे भ्रमित करके । उनको समझ आ जाता खुद के हाथ से खाती नही थी हम ही खिलाते बस मेरे से बहस हो जाती हटाओ , फेक दूंगी ये वो , मैं उनके साथ बच्चों जैसा व्यवहार करती थी । जैसे बच्चे बात न माने तो डाट कर बातें मनवाना ।

जैसे कोई बच्चा किसी चीज के लिए अड़ जाए तो , बस नखरे करेगा , रोएगा , अपनी बात मनवाने के सारी युक्ति ढूंढता हैं । कुछ आपको भी इसके साथ मसकत करनी पड़ती है , लाड दुलार से नही तो कभी डाट कर समझना पड़ता हैं । बुढापे में लोग सोचते हैं इतना समझदार हैं , सारी समझ है फिर भी नाटक कर रहा है । वो नाटक नही करते है थोड़ा देर प्यार से समझा के देखो समझ जाते है , थोड़ा सा मेहनत हो तो करना होता है । नानी को कितने बार डांट से बात न समझ आती थी वही प्यार से समझने पर कुछ देर में समझ जाती थी । मान लेती थी बातों को । बिहारियों को चावल से अलग ही प्रेम है और डॉक्टर ने ते नानी के लिए चावल बिल्कुल मना कर दिया था । नानी थोड़ा चटकार सा खाना चाहती थी , लेकिन उनको बिल्कुल माना था देना । बाद में मैं अपनी छात्रावास आई , तो नानी के बारे में सोच रही थी । उसके बाद मुझे एहसास हुआ हम नानी को पौष्टिक आहार को थोड़ा स्वादिष्ट तौर पर दे सकते थे । उबाला खाना के जगह उसमे कुछ अच्छी चीजों को मिश्रित करके उसका स्वाद बढ़ा सकते थे ।

इंसान जब खुद के मन का खाना और दिनचर्या नही जीता न । तो उसे बहुत अपने जिंदगी बेरंग सी दिखती हैं । वो खुद को संसार में अकेला महसूस करता हैं । उसके खुद का होना उसको खुद ही खलने लगता है । नानी के साथ रहने पर कुछ गलतियां हुई लेकिन उनसे मैंने सीखा , हम उनके जिंदगी में भी बहुत सारी खुशियां ला सकते है । अगर हम कोशिश करे तो ।

इसी बीच बिहार का प्रसिद्ध त्योहार जीवितिया व्रत पड़ा था (मां अपने बच्चों के दीर्घायु की कामना के लिए निर्जल व्रत रखती है) । नानी एक पूरी सांस्कृतिक विचार की उनकी हालत सही नहीं हैं , लेकिन वो अपने बच्चों के लिए करना चाहती थी । मां के भावनाओं पर सवाल करना कहा का उचित हैं । मां बाप का प्यार निस्वार्थ होता हैं । सबको जिंदगी में यह मौका मिलता है । बस जब दूसरों का होता है तो हम सवाल उठाते है , लेकिन जब खुद उसी चक्रव्यूह में आके फसते हैं तब एक मां बाप का त्याग समझ आता हैं । खैर बहुत मना करने पर नानी मान गई । मैं खुद को बहुत खुशनसीब समझती हूं । मुझे बहुत कुछ जाने और समझने का मौका मिला ।

दूसरे तरफ अपने दादा दादी की बात करूं तो , दादी भी मेरे खाने में नमक मिर्च , तला भुना चाहिए । मेरे दादा दादी का आहार सही है । बस दादी थोड़ा तला भुना कम करदे । उनकी भी समस्या मसलदार खाने के वजह से , और जोड़ों का दर्द तो हर वृद्ध को वरदान में ही जैसे मिला होता है । मेरे बाबा भी अपने जिद के पक्के है , लेकिन मेरे बाबा नाना समय के साथ साथ अपने स्वास्थ्य का ज्यादा ख्याल रखते है । मेरे बाबा को कुछ समझाओं तो उनको लगता है सामने वाला बेवकूफ बना रहा है । मेरे बाबा अपनी समझदारी से किसी को न जितने दे । उनके हिसाब से वो सबके रग रग से वाकिफ हो चुके हैं । मेरे बाबा तो कहीं भी रह जाए , शहर में जाते हैं अपनी एक मंडली ही बना लेते है , आपसे ज्यादा वो आपके शहर में बता देंगे किस जगह क्या है । बाबा जब सर्विस में थे तो एक शहर से दूसरे शहर उनका घूमना होता था । बाबा को पता है खुद को किस हिसाब से ढालना हैं । खुद के खुश रखने का पूरा प्रयास करते है । बाबा को अपने पोते पोतियों के साथ मन लग जाता है। पूरा दिन अपनी बागवानी की निगरानी करेंगे , अपनी लगाई हुई भाजी , पेड़ पौधें , सब्जी बहुत खुशी से दिखाते हैं । बाबा को अपनी खुशियां पता हैं । उनको पता है उनके किसी के तरफ से कोई सहायता नहीं मिलने वाला इसलिए खुद को मशगूल रखते है । वही दादी है भी मेरी चारों बेटों से

उम्मीद लगाई बैठी है कभी यह तो कभी वो । वह खुद ही उलझी रहती है ।

CHAPTER 5

जहां चाह वही खुशी ...

कब तक ईश्वर को गुहार लगाओगे,

सा री खुशियों का गुच्छा तो तुम्हारे हाथ दे रखी,

हर मुसीबत में गुच्छे हाथों से फिसल जायेंगे,

इ ससे जरूरत हैं मुट्ठी भर जकड़ने की,

जब भी तुम खुद का भला चाहोगे ,

ये दुनिया तुम्हारी खुशियों की बलिदान चाहेगी ,

गैरों को ना देना अपनी खुशियों का गुच्छा,

खु द को जंजीरों में जकड़े पाओगे,

जरूरत हैं उन जंजीरों को तोड़ने की,

आखिर कब तक दूसरों का भला कर पाओगे,

अब बारी है अपने इरादों को झंझोरने की,

खुद की खुशीयों की जिम्मेदारी उठाने ही होंगे,

खुली आंखों से दुनिया की बहुत सोच समझ ली,

अब बंद आंखों से खुद को तुम सुनोगे,

अंतरात्मा की अमन शांति में,

कुछ चंद पल सुकून की बिताने होंगे,

सवालों की उफानों में,

अब मन के पन्ने पलटने ही होंगे,

संसारिक भावनाओं में बहुत बह चुके,

जब परम शक्ति में तुम विलीन हो जाओगे,

खुद की छवि तुम्हारी उभर कर सामने आएगी,

अपने हर सवाल के जवाब तुम खुद ढूंढ लाओगे,

अब पतवार तुम्हारी हाथ हैं,

लहरों के उफान में भी खुद को रास्ते बनाओगे,

खुद को अंदर से तुम्हें उभरना होगा,

जिंदगी के हर विघ्न खुद ब खुद टल जायेंगे,

तेरी खुशियां तेरी नसीब,

बस तेरी दास बन जायेंगे,

खुद की खुशियों को चाहत तुम्हें न ललकारेगी ,

तब तक तुम दूसरों से गुहार लगाओगे।

जब तक हम खुद की सुख शांति की इच्छा नहीं करेंगे तब तक संसार का कोई भी भौतिक या प्राकृतिक चीजें हमें खुशियां नहीं दे सकते हैं । हर हालतों के साथ खुशीयों के मायने भी बदलते जाते हैं । हमें भी वक्त का अंदाजा करते हुए अपनी अनुकूल माहौल बना पड़ता है जहां हम खुद को महफूज पा सके । जहां हम अपनी मर्जी की हर चाहत को पूरा कर सके । सबसे जरूरी बात हम खुद कितना समझ पाते हैं , हम खुद से कितना संतुष्ट हैं ऐसा तो नहीं हम खुद के साथ समझौता किए जा रहे हैं । बाहरी दुनिया में तो हमेशा दूसरों के पसंद नापसंद का गौर करते हैं । कभी अपने अंतरात्मा से पूछा है उसको क्या पसंद ? उसकी भी तो कितनी चाहते हैं । दिन में कम से कम १५ मिनट हमें खुद को देना चाहिए , जहां बंद आंखों के साथ सारी सांसारिक बातों को भूल बस खुद में खो जाए । वहां न कोई दबाव हो , हमारी अंतरात्मा खुद ही सब फैसला करे जो की कभी हमें धोखा नहीं दे सकती । दूसरों से अपनी खुशीयों की आस लगाए हम निकल जाएंगे इस दुनिया से लेकिन उनको कोई फर्क नहीं पड़ने वाला , तो इसलिए खुद के लिए खुद लड़ो अपनी उम्मीद खुद बनो। मां बाप सारी उम्र अपनी कमाई , सारे धन दौलत का हिफाजत करता , किसी दिन सोचता आज २ - ३ रोटी कम खा लूंगा तो कल के लिए इतना बचा लूंगा वो भी अपने खातिर नहीं औलाद के खातिर , सोचता है हमें जो कष्ट हुआ इन बालक को कभी न झेलना पड़े । जिन चीजों के लिए कभी वो तरसा करते थे , आज बच्चों के मांग से पहले उनकी सारी इच्छाएं पूरी कर देते हैं । पर अंत में क्या होता है , खुद की जिंदगी नरक बना लेते हैं ।

मेरा सवाल उन मां बाप से है जो जरूरत से ज्यादा बच्चों की मांगें आज पूरी कर देते हैं । बच्चा पैदा नहीं हुआ उसकी के लिए सारी सुविधाएं घर में तैयार कर दिए जाते हैं । बच्चों को जब तक हम सांसारिक दुखों से सामना नहीं करने देंगे उनको सारी चीजों का मोल कहां से समझ आएगा । उनके दिमाग में हम पहले से यह बातें पक्का कर देते हैं कि तेरे मां बाप तेरी हर इच्छाओं के लिए खुद का कुर्बानी दे देंगे । कल को कोई उनकी जरूरत किसी

कारण पूरा ना करोगे तो वही बच्चा तुम्हारे सालों की किए पर सवाल उठाएंगे । थोड़ा बहुत उनको भी गिरने दो ताकि वो खुद को संभाल सके , आप उनके पीछे हो ही उनके खातिर लेकिन पहले उनको आखड़े में उतरने तो दो ।

जरूरत से ज्यादा बच्चों की मनोकामना पूर्ण करके उनके लिए अच्छा भविष्य का आगाज नहीं कर रहे हो । खुद के लिए तो तुम अपने भविष्य में जहर घोल रहे हो । बच्चों के साथ साथ खुद की खुशीयों की जिम्मेदारी भी आपकी ही है । क्योंकि २५ साल बाद आप उससे उम्मीद नहीं रख सकते की आपने उसके लिए जितना किया वो भी करे , बहुत खुशनसीब होते है वो जिनके औलाद उनके जीवनभर का साथी बनता है जो की बहुत कम देखा सुना गया है । २५ साल बाद उसका खुद का परिवार जिम्मेदारी हो जायेगी वो फिर आपके नक्शे कदम पर चलते है फिर वो अपने बच्चों की खुशियां पे खुद को निझावर कर देते है । इसलिए हमे खुद को इतना काबिल बना पड़ेगा की हम खुद को मौहल के साथ ढाल सके अपनी लिए नई जिंदगी का चुनाव कर सके । अपनी खुशीयों में खुद झूम सके कुछ वक्त अपने चाहत का गुजार सके

CHAPTER 6

समय का पहिया ...

ये बात तो न जाने कितने महान पुरूषों ने बताया है , समय के अनुसार खुद को ढालना और उस अनुकूल बनाना ही समझदारी है । जैसे कि आज के भाग दौड़ में अपनी पिछली जिंदगी की बोझ ढोना चाहेंगे तो शायद हम दूसरों को कोसते रह जायेंगे । अक्सर इंसान खुद की गलती का पिटारा बहुत जल्द अपने माथे से हटा दूसरों पर थोपता है । हम हमेशा दूसरों को अपने अनुकूल देखना चाहते हैं , हमारे नज़रिया को पसंद आए तो सब सही नहीं तो सब बेकार । इस समस्या का समाधान तब ढूंढना बहुत मुश्किल हो जाता है जब दो अलग पीढ़ियां एक दूसरे से टकराती हैं । एक अपनी पुरानी वसूल , कायदे और खुद के अनुभवों का पक्का । एक वर्तमान में घटित हो रहे का साक्ष्य , जिसको नए दौर के हर वसूलों की समझदारी है । ज्यादातर लोग बात को स्वीकार करने से डरते हैं , की उनकी समझ मेल न खा रही है बस वही से नई तकरारे चालू होती है ।

य हां हर पल मोबाइल की माऊल बदले जा रहे हैं , कभी कोई खोज तो कभी कोई राज उभर कर आ रहे है । वही हमारे बुजुर्ग जो अपनी २० वी सदी की जिंदगी इस आधुनिक युग में ढूंढते हैं , कहा लोग अग्रिम प्रौद्योगिकी के तरफ बढ़ रहे हैं , जहां हम इस रफ्तार में कोई भी काम छंद सेकेंड में पूरी करने के जोर में हैं । माना कि आप इस रफ्तार से कोसों दूर हो पर शायद हम इसमें भगदार लोगों को मनोबल तो दे सकते हैं ।

यह सच है कि हम दूसरों की नकल में अपनी संस्कृति , मूल सब भूलते जा रहे हैं । हम अपने ही लोगों के द्वारा अपनाई उन सारी रीत ठुकरा दी । उन रीति रिवाजों में कुछ ऐसे भी रीत थे जो किसी किसी समुदाय के लिए कष्टदायक थे , बहुत सी रिवाज गलत

धारणाओं की कुल थी हमें उन चीजों में सुधार की जरूरत थी और ऐसा हुआ भी हमने बहुत से सुधार किए पर शायद हम भूल गए । इस सही और गलत के फैसलों में हमने धीरे धीरे अपने संस्कार और संस्कृति को खोने लगे ।

वृद्धावस्था में ज्यादातर लोगों के साथ थी दिक्कत होती है वो आज के युग में अपनी विचार धाराएं ढूंढते हैं । वही नई पीढ़ी उनका सीधा त्रिस्कार कर देती हैं , की आपको क्या समझ आज के तौर तरीके बस वही से एक क्लेश उत्पन्न होता हैं । हम आज के पीढ़ी भी दुनिया के चका चौंध में इतना मस्सगुल हो गए है , हमे ना तो दुनियां वालों की पड़ी और न ही खुद की । बस हम जो कर रहे है किए जा रहे हैं , एक मिनट का रुकावट भी लेना हमारे लिए खेद है , जरा थोड़ी देर ठहर कर सोच विचार कर ले क्या यह जो हो रहा है सही है या गलत है । इससे हमारे पीछे वालों को क्या सुविधाएं मिल रही हैं या नहीं हमे बस करना हैं । वैसे आज कल यह रील, यूट्यूब बहुत चलन में है , जहां देखो एक ही वीडियो को नकल करने में सब लगे हैं , एक ने बनाया तो दूसरा सोचता हम किसी से कम कहा चल मैं भी इसी पर वीडियो बनाता हूं , दुनिया में बहुत सी विषय हैं जिसपर हम सोच सकते हैं कुछ अलग कर सकते है खैर हमे तो वही भीड़ पसंद आती है जहां पहले से सब कूद पड़े हैं ।

शायद कुछ समय अपने मां बाप को दे देते , कभी यह पार्टी कभी कोई विदेश की यात्रा , घूमना फिरना । मां पापा को भी अपनी खुशियों में शामिल करके देखो , हो सकता शुरूआत में उनको पसंद न आए आपकी पार्टी घूमना फिरना, लेकिन उनको एक बार खुद के समूह का हिस्सा बनकर तो देखो । वो खुद को धीरे धीरे आपके अनुकूल ढलने लगेंगे । मैं और मेरी बहन जब छोटे थे तो शायद मेरे मम्मी पापा का सोच भी बहुत रूढ़िवादी हुआ करते थे । जैसे जैसे हम दोनो बड़े होने लगे उनके विचार में बहुत बदलाव आए है । हम आज जहां चाहे जैसे चाहे वैसे रहते हैं , एक वक्त ऐसा था जब मैं घर से बाहर आई पढ़ने तो उनको बहुत

डर था अकेली लड़की कैसे रहेगी क्या करेगी । लेकिन आज का दौर के हिसाब से खुद उन्होंने सब कुछ हम दोनो के ऊपर छोड़ रखा है । क्योंकि उन्होंने खुद को बदला अपनी सोच को बदला है । हम क्या करते है , घर में बूढ़े मां बाप को छोड़ खुद के बीवी बच्चों के साथ सिनेमा , रात का खाना सब बाहर करने निकाल पड़ते है । रोज रात को ऑफिस से आकर ये पार्टी तो कभी वो पार्टी मानते रहते है । वही बाप चार दिन से बेटा के पीछे कुछ बात करने को घूम रहा है " पापा सॉरी अभी मैं बहुत व्यस्त हूँ , एक मिनट की फुर्सत नहीं है खुद के पास चैन की सांस लेने को , फिर कभी और बात करते है । " टालते रहते हों , जिस दिन यह बाप इस बात पर सवाल उठा दे , तो फिर घर में घमासान हो जाता है । कुछ लोग तो इतने महान होते है उनके जिंदगी में जैसे मां बाप ग्रहण लगाए बैठे है , वृद्धाश्रम छोड़ आते है । है न गजब की दुनिया और अजब के लोग ।

दूसरी ओर बात करे जो माता पिता अपने आज में खुद को नहीं ढालते तो वक्त के साथ झटका खाते रहते है । देखा जाए तो इतना आसान नहीं है सालों से जिस सिद्धांत पर चला हो उसका खुद के आंखों के सामने सत्यानाश होते देखना । मन में कितने सिकवे पैदा हो जाती है और बिना वजह विचारों के मतभेद झेलना पड़ता है । समय के साथ शायद खुद को इस दुनियादारी के इंझट से किनारा कर लेना चाहिए । उसके लिए हम खुद का ध्यान भौतिक सुखों से हटा परम शक्ति की आस्था में लगा देना चाहिए । इसलिए तो जिंदगी आखिर पड़ाव वनप्रस्थ आश्रम या संन्यासी के ओर दर्शाता है । इसका यह बिल्कुल अर्थ यह नहीं है की सब कुछ छोड़ कर हम कहीं दूर किसी जंगल या हिमायल में बस जाए । इसका अर्थ है हम इन सांसारिक बंधन से खुद को मुक्त कर दे । सामने वाले क्या कर रहा या क्या सोच रहा उससे हमें कोई मतलब रहना ही नहीं चाहिए । खुद का बस कर्म करते रहना है , जो मिला खाया और बस अपने ध्यान या इन्द्रियों में मगन हो गए ।

बहुत से बुजुर्गों को गांव की गलियां छोड़ इस शहर के दुनिया में आना पड़ता है । बच्चों के साथ रहने की जिज्ञासा और उम्र में साथ न देने वाली शरीर मजबूरी में यहां ला खड़ी करती है । गांव में खुले आंगन पेड़ों की छांव और यहां एक डिब्बा सा मकान ना मन लगाने को चिड़िया चहचहाती है , ना पास के आस पड़ोस आकर हाल पूछते है । यहां तो लोगों को यह भी नहीं पता होता सामने वाले कमरे में कितने जन है । ऐसे में बहुत मुश्किल होता है , बच्चों के साथ शहर में अनुकूल हो पाना । पर आजकल हर सोसाइटी में वृद्धों का अपना झुंड बना हुआ है , हर सुबह शहर के पार्क में वृद्ध लोग खुद के स्वास्थ्य में जोरों शोरों से लगे होते हैं , छोटे छोटे टोलियों में अपना मनोरंजन करते है , कोई अपने पोते पोतियों के साथ खेल रहा है तो कहीं दादिया अपनी टोली में चुगली कर रही है । बस खुद जहां रहो अपनों खुशियों का ठिकाना ढूंढोगे मिल तो जाएगा ही । बस इसमें कमी होती है तो परिवार का बहु बेटे ऑफिस से रात तो ११ बजे तो कभी १२ बजे के बाद आते है , इतने देर में यह सो चुके होते है सुबह होते फिर बच्चे स्कूल बेटा बहु नोकरी पर बंद कमरों में बस दिन ही काटते है । बच्चों के पास समय ही नहीं है ।

वरना बार बार बच्चों को रोका टोकी करेंगे , तो बच्चों को अपना अपमान लगता है उनको लगता है बुढ़ापे में भी क्या वक्त मांगते है अपना पार्क हैं वही जो घुमो फिरों किसी बात की रोक नहीं जहां जाना वहा घूम आओ बस हमसे कुछ न कहो । उनको तो बस तुमसे कुछ समय चाहिए होता है , बचपन में बच्चे एक पल मां बाप की गोद छोड़ कहीं जाना नहीं चाहते मां कितने बार उनको गोद में लिए ही घर का काम करती थी , इंतजार करती थी थोड़ा देर सो जाए तो चैन की लूंगी । बिना किसी शिकायत के हमे इस गोद से उस गोद ढोते थे । आज उनको वक्त चाहिए और साथ हमारा तो हमारे पास समय ही नहीं है ।

CHAPTER 7

सफर ...

१३ अक्टूबर को मेरी ट्रेन थी , परीक्षा देने के लिए अपने मामा मामी के पास दिल्ली से दरभंगा जा रही थी । ठीक मेरे सामने वाले सीट पर एक दादी जी बैठी थी । जो की ९० वर्ष से पार कर चुकी थी , उनके साथ उनके बेटा आया था । उन्हे छोड़ने ३ लोग आए थे , बहुत घबराई हुई थी , उनका भी सफर बिहार तक ही था । उनके घर वाले उनको समझने में लगे थे पहले तो माजरा समझ नहीं आया , पर धीरे धीरे सब समझ आने लगा २३ घंटों का सफर जो था । वो अपने बेटा से नाराज थी , क्योंकि उनको ट्रेन से घबराहट हो रहा था । मैंने उनके बेटा से पूछा क्या इसके पहले यह ट्रेन से नहीं गई है बगल की एक आंटी बोल पड़ी नहीं बेटा उम्र के साथ घबराहट होता है । बस १ रात की सफर है अम्मा हम सुबह होते ही पहुंच जायेंगे , बड़े प्यार से बहलाते फुसलाते उनके बेटे उनको समझा रहे थे । अपनी मां को अपनी हाथ से खिलाया और फिर उनके सोने की व्यवस्था कर दिया की अम्मा अब तू आराम से सो जा । पर अम्मा कहा पूरी रात सोने वाली थी , उनके ठीक सामने मैं लेटी थी । रात में जैसे कोई स्टेशन पर ट्रेन रुकती चिलाने लगती जल्दी उठ स्टेशन आ गया । सारा सामान छोड़ तू सोने चला गया , कोई उठा ले जायेगा , बेचारा बेटा ऊपर वाली सीट से नीचे आते और समझते अम्मा हम अभी नहीं पहुंचे , कुछ न होगा सो जा देख सब सो रहे है । जैसे अम्मा को समझा कर लेटने जाते ५ मिनट बाद फिर वो उन्हें जगा देती वह पूरी रात यही करती रही , उनके बेटा ने बहुत समझाया , बाद में उनके बेटा को ही गुस्सा आ गया । क्योंकि जैसे उस बेचारे को नींद आती वो उठा देती थी ऐसा उन्होंने लगभर १० बारी से ऊपर किया , पहले तो वो प्यार से समझा रहे थे अब वो झला कर उनकी डाट लगाने लगे " अम्मा सारे लोग तेरे वजह से परेशान है ना तू खुद सो रही ना मुझे सोने दे रही है , कहा तथा की हवाई जहाज से चलते है जल्दी पहुंच जायेंगे तो तुझे उससे भी नाराजगी थी । " डाट लगाकर उनको सोने के लिए कह कर ऊपर वाली सीट पर सोने चल दिए । उनके जाने के बाद दादी बड़बड़ाने लगी " पता नहीं कहा लाकर

बैठा दिया इससे अच्छा मैं बस से चली जाती " ऊपर से वो बेटा ने कहा तब तो तू और मुझे तंग कर देती ट्रेन में तो इतना जगह भी मिल रहा है तुझे वहा वो भी नहीं मिलता अब चुप चाप सो जा । उनका बड़बड़ाना अभी भी चालू था और मेरी आंख लग गई । अचानक ३ बजे फिर से दोनो मां बेटा का आवाज सुन उठ गई । पता चला वो वाशरूम गए थे और अम्मा उनके उठाने के लिए गई तो वो वहा नहीं थे उनको लगा उनको छोड़ बेटा खुद उतर गए ट्रेन से बस अम्मा भी निकल चली चलती ट्रेन में दरवाजे के पास उनको द्रूढ़ रही थी । उतने में उधर से टीटी सर ने देखा तो उनको वहा से हटा कर ले और तसली दी की उनके बेटा यही होंगे आ जायेंगे । जब उनके बेटा वापस आए तो और गुस्सा हो गए सुनकर की कुछ देर मैं चैन से कही जा भी नहीं सकता कही तू दरवाजे से गिर जाती तो । डांटने के बाद भी उनकी प्यार से समझते भी थे ।

यही तो संसार का नियम है , एक समय ऐसा होता है जब हम बच्चे अपने मां बाप के ऊपर निर्भर होते है और एक दौर तब आता है जब मां बाप खुद उस हालत में नहीं होते , धीरे धीरे उनका धैर्य काम होने लगता है । मानसिक तौर से भी कमजोर होने लगते है । कुछ लोग अपने मां बाप के स्थिति को भाप कर उनको हर तरह से खुश करने की खुश करते है वही कुछ लोग नाटक का नाम देकर मां बाप का तिरस्कार करते है । उनके हर एक स्वाभाविक गुण में उनको नाटक ही नजर आता है । मां बाप की संजोए धन पर तो ऐसे अधिकार जमाते है जैसे वर्षों से यह विरासत उनके नाम ही था । मां बाप के कमाई का बटवारा भी कर लेते है लेकिन क्या मजाल जो कभी एक मां बाप ने गलती से भी बेटा के कमाई पर हक जमा लिया हो । बड़े गर्व से बल्कि यह कहते है किया क्या है आज तक एक फूटी कौड़ी भी दिया है हमे । कहते है ना " बोओगे खर पतवार तो सोना कहा से उगे " बस अपना भी भविष्य हम तभी सुनिश्चित कर देते है ।

मैंने ट्रेन की कहानी देखी तो मैं और सोच में पड़ गई मेरे ख्याल से ना तो बेटा गलत था और न ही मां। बेटा अपना फर्ज

बेखूबी से निभा रहे थे , लेकिन अम्मा भी उम्र की ऐसी जाल में फसी थी जहां उनको समझ ही नहीं था की क्या हो रहा है । कोई स्टेशन देखती कहने लगती दरभंगा आ गया चलो जल्दी चलो । बेटा भी पूरा कोशिश कर रहे थे समझने को , इंसान की प्रवृति होती है जब वो ज्यादा परेशान होता है तो झला जाता है या तो सामने वाले पर बरस पड़ता है । बेटा जब मां पर गुस्सा हुए तो मुझे उस वक्त अच्छा नहीं लगा कि सामने वाले तुम्हारी बात को समझने में उतना सक्षम नहीं हैं प्यार से समझाओ लेकिन फिर मुझे लगा दादी जी उनको १० बारी से ऊपर नींद से उठा दिया था और बाद में बेटा में डाट लगाने के बाद मां को प्यार से पुचकारा भी । बचपन में भी तो यही होता है न , जब हम बहुत समझने के बाद नहीं समझते तो कभी कभी मम्मी पापा के गुस्से का सामना करना पड़ता है । मुझे दिल से खुशी हो रही थी उस मां बेटा को देख कर और खास कर उनके बेटा को जो की इतनी खूबसूरती से अपने रिश्ते को संभाले थे ।

कई बार देखा जाता है औलाद मां बाप से बेरुखी कर बैठता है , उनका फर्ज था पढ़ा लिखा दिया तुम्हे चार समाज में खड़े होने लायक बना दिया । अगर तुम नलायक निकालो तो मां बाप कहा से तुम्हे जिंदगी भर धोए । कई घरों में देखा है मैंने बेटा नौकरी नहीं करता और लोगों के पास जाकर रोता है मैं बेरोजगार हूं २ बेटों के पास पैसे है मेरे पास नहीं है तो मां बाप का फर्ज क्या बनता है मुझे अपने हिस्से में रखे । हा भाई क्यों न रखेंगे जिंदगी भर तो लूटा ही दिया तुम लोग पर और अब बुढ़ापे में भी जो पेंशन से गुजरा चल रहा है तुम्हारा और तुम्हारे बाल बच्चों का भी पेट पाले भले ही तुम्हारी नजर में उनकी कोई अहमियत नहीं है लेकिन वो तुमको झेलते रहे । और मैं यह सच्ची घटना बता रही हूं ऐसे बहुत से बेरोजगार बेटों की कहानी देखी है मैंने । तुम्हारा भी तो फर्ज बनता है की वो इतना कर रहे तो मैंने भी उनको खुश रखूं उनकी सिद्धत से सेवा करूं । ज्यादा से ज्यादा और ५-६ साल की जिंदगी होंगी उनकी । उसके बाद सब यहीं छोड़ जायेंगे कुछ न लेके जायेंगे साथ में क्योंकि यह परम सत्य है आए है तो एक दिन जाना ही और जैसे खाली हाथ आए थे सबको वैसे ही खाली हाथ

जाना होता है । फिर भी हम अपने ही माता पिता से मतभेद कर बैठते हैं । इसलिए इज्जत कर लो और अपने खाते में कुछ अच्छाई की कारनामे जोड़ लो ।

CHAPTER 8

छोड़ गई अपने मालिक को ...

पुरानी याद बहुत ही खूबसूरत अहसास दिलाता है ,

प र उनकी ना मजूदगी आज भी खुद के सीने में दहकता है ,

गम ना होता आज मुझे अगर वो खुशी से अपनी मौत को स्वीकार लेती ,

ब स रुसवाई है मुझे आखिर पल में कितना तड़प थी उठती ,

जहां भी होंगी मुक्कमल ही होंगी ,

व ही से अपनी दिव्य दृष्टि सब पर बनाई होंगी ।।।

इं सान कितना मतलबी ही जाता हैं ना एक वक्त , जब नानी की हालत बहुत खराब थी उनके शरीर का कष्ट देखा नहीं जाता था । लड़खड़ाते हुए कदम से कई बार गिर जाती थी वो पूरे शरीर पर चोट के निशान हो जाते थे ज्यादातर वो मुंह के बल ही गिर जाती

थी पूरा मुंह सूज जाता था । बहुत तकलीफ की जिंदगी जी रही थी । एक रात तो मैं उनके ही उनके बगल में सोई थी आंख खुला तो देखा की पैर लटकारा बैठी थी पैर के दर्द के सो न पाती थी पूरे रात पैर लेके बैठी रहती थी । कितने दवाई मलहम सब लगता था फिर भी दर्द कम नहीं होता । मैंने उनको कहा की नानी सो जाओ क्या कर रही हूं मुझे कहती तुम सो न मैं सो जाऊंगी मेरे सोए ५ मिनट ना हुआ था की धम्म से आवाज आई नानी चीला रही थी मर गई मर गई । मैं उठी देखा नानी मुंह के बल गिरी पड़ी है । मैंने नाना जी और भईया को आवाज दी मेरे से उठ ही न रही थी उनको उठाया गया । होठ मुंह सब भूल गया था पैर की एडी पलंग के नीचे जाके कट गया था । रोना भी आ रहा था उनकी हालत देख और गुस्सा भी आ रहा था मुझे लगा खुद से उतरने की कोशिश कर रही थी मैंने कहा मुझे जगा देती मैं लेके चलती फिर बताई की बैठे बैठे उनकी आंख लग गई और यह हो गया । उनकी स्थिति इतनी खराब हो गई थी हम सब बस यहीं प्रार्थना करते थे । भगवान जिंदगी दी है तो इनको ठीक कर दो नहीं तो अच्छा खासा उनको मुक्ति दे दो इतना क्यों तड़पा रहे हो किसी की जिन्दगी को , नानी ने छोटे से ही बहुत दुख झेला है ६ वर्ष के उम्र में पिता चल बसे १२ के उम्र में शादी और शादी के बाद भी उनकी जिन्दगी खुशियों से नहीं भरी थी । आज सोच कर भी बुरा लगता है भगवान से ऐसा दुआ मांगा भी क्यों हमनें हम इतने निर्दय हो गए थी की मम्मी मौसी सब कोई बस यही चाहता था की नानी को भगवान सो पूरी स्वस्थ कर दे नहीं तो खुशी खुशी उनको उठा ही ले । डॉक्टर ने तो जवाब दे ही दिया था ज्यादा से ज्यादा ३ महीना की जिंदगी हैं । आज सोच कर भी बुरा लगता है हमने ऐसा मांगा ही क्यों नानी २ साल और हमारे साथ रहती ।

९ नवंबर को सुबह २:४० के करीब चली गई वो नानाजी के गोद में भी प्राण त्याग दिया । जिनको शिकायत थी उससे उनसे भी बिना कुछ कहे निकल गई । खुद वो सक्षम नहीं थी कुछ करने में लेकिन फिर भी वो लोगों के ऊपर बोझ नहीं बना चाहती थी। बेटा बहु ने महंगे छड़ी ,

व्हील चेयर भी मंगवाया था लेकिन अपनी लकड़ी की लाठी लिये ही और उसके मदद के लिए गांव की एक औरत थी वही उनका मदद करती थी । दिल्ली से सितंबर में वापस आने के बाद २ महीना उसी लाठी को घिसते हुए निकल गई । घर आने के बाद सारे रिश्तेदार उससे मिलने आए थे , दिवाली छठ में बेटा बहु सबकोई आया था और उनके जाने के ४ दिन बाद ही सारी मोह माया त्याग कर निकल गई । दिल्ली से आने के बाद उसको ये बात ज्यादा खलने लगा था की ज्यादा दिन नहीं जिएगी और उसके साथ कोई यहां गांव में आकर नहीं रहने वाला है । पहले मन को संतुष्टि होती सामने न भी रहती थी तो अच्छा वहा है न फोन से कम से कम हर रोज उसको बोली सुनने को मिलती थी , लेकिन अब वो शरीर देखने को भी आंखे तरस जाएंगी । बस एक तस्वीर और यादों तक ही सिमट कर रह जायेगी वो ।

मेरे लिए जितना उन्होंने किया है न मैं कभी उनको वापस ना दे पाऊंगी कहने को मम्मी की मां थी मेरी बस नानी लेकिन डेढ़ साल से ३ साल तक मुझे उन्होंने ही पाला था । जब मैं वापस अपनी छोटी बहन के जन्मदिन में मामा के साथ आई थी तो अपनी मम्मी को नहीं पहचान पा रही थी । मेरी मम्मी रोने लगी की मेरी बेटी नहीं पहचान रही मुझे लेके वापस आ गए । बचपन में बस नाना के गांव से कोई आ जाए सामान समेटने लगती की मुझे जाना है , बड़े मामा जब भी आते हम दोनो बहन कूदने लगते और मम्मी से विनती करती जाने दो नानी के घर । मामा भी तैयार चलो १० दिन के लिए अपने साथ लेते जाते । बाद में स्कूल की वजह से मम्मी न जाने देती गर्मियों के छुट्टी या कोई पर्व त्यौहार में सीधे जाना होता था । और हद तब हो जाती जब उधर से आना होता तब मैं कही छुप जाती और मेरा साथ देते मामा के बेटे । कितने बार पापा गुस्सा हो जाते मेरे बिना जाना पड़ता मुझे मेरे ही घर जबरदस्ती उठाकर ले जाते थे । रात को नानी की गोद मे ही सोती खूब सारा कहानी सुनाया करती थी । मम्मी से मेरा लगाव ज्यादा नहीं था उनसे लगाव मुझे ११ कक्षा में हुआ जब मुझे हॉस्टल जाना पड़ा तब मैं पहली बार हॉस्टल से आई थी तो दिन भर मम्मी से

चिपकी रहती वहा जाने के बाद उनका प्यार समझ आया मम्मी पापा हॉस्टल भेजने के बाद बहुत उदास रहते थे ।

नानी के जाने का दुख तो बहुत लोग को है लेकिन शायद नानाजी से कम पहले कम से कम उनके साथ नानी तो थी । पता नहीं कैसे गुजरेंगे अपनी जिंदगी । इस घर में अब बस नाना होंगे । नानी जहां भी होंगी खुश ही होंगी । नानी नाना जी को मालिक कहती थी , नाना उनके चिंता में रहते और वो अपने मालिक के बैठे बैठे चिलाती थी मालिक का नाश्ता का समय हो गया है , मालिक को यह पसन्द है वो पसंद है , खैर कभी कभी बहुएं खिझ जाती थी क्योंकि और अपना काम कर ही रहती की नानी नहीं पहले मालिक को ये वो करती रहती थी । खुद का जब तक उनका बस था खुद ही समय से मालिक के लिए सब कर देती थी । मालिक को गांव में ८ बजे रात को खिलाती थी तो दिल्ली में हल्ला कर देती इनका समय हो गया है इतना बजे ही खाते है । उसको पता था उसके मालिक किसी से कुछ नहीं मांगने वाले जो मिल जाए खा लेंगे । रात को नाना जी के साथ कमरा से बाहर गई और बिस्तर पर आने के पहले ही नाना जी के गोद में ही बैठ कर प्राण त्याग दिया ।

CHAPTER 9

रीत ये पुरानी ...

(कहते है ना हजार अच्छाई भी तुम्हारी एक खामियों के कारण कमजोरी बन जाती है । जितना अच्छाई पर तुम्हें लोगों से दुआएं न मिलेगी उनती श्राप और बद्दुआएं मुफ्त में दे जायेंगे तुम्हारे एक बुराई की खातिर)

नानी के जाने के बाद बहुत से लोग , रिश्तेदार , पड़ोसी उन्हे अंतिम विदाई देने आए । और सबकी जुबान पर उस दिन सिर्फ नानी की अच्छाइयों की गिनती गिनी जा रही थी । मेरी नानी वाकई में बहुत ही खूबसूरत और मन की भली थी । मेरा सवाल यह है की क्या इन्होंने ने नानी की जिंदगी में नानी को कभी यह बातें कहा आपकी यह आदत, ये बातें बहुत पसंद है नही हम इंसान के जीवित होने पर बस उसकी बुराई गिना कर उनको नीचे दिखाने की कोशिश में लगे होते है । तुमने यह किया वो किया मेरे साथ , लेकिन जो समाज और रिश्तेदार इंसान की जिंदगी में केवल बुराइयां ही ढूंढते हैं , बुराइयों की एक लंबी दीवार ही खड़ी कर देते हैं इंसानियत के नाम पर , उस इन्सान ने कभी न कभी जिंदगी में २ अच्छाई भी तो की होगी न । फिर हम उन २ अच्छाई की भार क्यों नही ढोते हैं , हम यह भूल जाते है हम जब दूसरे के लिए नकारात्मक सोच रखते है तब उस समय हम खुद को भी भी एक नकारात्मक विचार में झोंक देते है । आपने यह एहसास किया होगा मैं खुद की बात कर रही ही हूं मैं भी अगर किसी के लिए बुरा सोचती हूं ना तो मैं खुद ही गुस्सा , और परेशानी में रहती हूं , उसने मेरे साथ यह किया मेरे बारे में ऐसा बोला हम पहले खुद ही परेशान होते है । बाद में कभी कभी ग्लानि की बोझ भी सिर पर मडरातें हैं हमे यह शायद नहीं बोलना था महीनों नही तो कभी कभी पूरी जिंदगी एक गलती के याद में जीते हैं । मैं खुद भी इस

बात को स्विकारती हूं ऐसी गलती मैं भी करती हु चाहे दोस्तो के लिए या कुछ रिश्तेदारों के लिए कभी कभी कुछ गलत भावनाएं आते है । पर वही हम अगर कभी किसी की २ अच्छाई पर बात करते है तो हमारे खुद के अंदर भी खुशी होती है और आंखो में अलग चमक होती

है । इन्सान है गलतियां तो होती रहती है फिर क्योंकि किसी की बुराई की मलाल रखना , सब यहां खुद की खुशियां ही चाहते है अपने इसी छोटी लालच के लिए हम किसी के साथ झूठ फरेब कर देते है , जो की बहुत गलत हैं । कभी किसी २ गहरे दोस्तों की दोस्ती देखा है एक बार छोटी सी किसी एक गलती के वजह से हम सालों का उनका साथ उनकी अच्छाई भुल जाते है । कभी वही दोस्त हमे कितनी मुसीबतों से निकलता है या फिर हमारे लिए लोगों से मार भी खा लेते है । और हम उस सालों की कुर्बानी को किसी एक बुराई के वजह से खत्म कर देते है । २ सगा भाई बचपन के साथ को पल भर में भुला देते है । एक दूसरे से हड़पने के नियत में एक दूसरे के खून के प्यासे भी हो जाते है । इस दुनिया की ये रीत बहुत पुरानी है तुम्हारी लाखों अच्छाई को इंसान तुम्हारी एक बुराई से नीचे गिरा देते है । जब तक इन्सान जिंदा रहता है इन्सान उससे परेशान रहता है और जब दुनिया से चला जाता तो शायद मेरे ख्याल से लोग यह सोचते हैं अब कौन सा वापस आने वाला उसकी अच्छाई की राग अलाप ली जाए । जब तुमने उसकी जिंदगी में उसकी गुणगान की ही नहीं तो अब क्या कर रहे हो । यहां कोई झुकना जनता ही नहीं है , देखो वैसे भी किसकी कितनी जिंदगी है मालूम तो किसी को है नहीं तो क्यों न हम दो तीन बातें किसी की बर्दास्त कर ले । हमे लगता है हम किसी के सामने झुक जायेंगे तो हमारा आत्मसम्मान कम हो जायेगा । कौन सी आत्मसम्मान उस खोखली और दिखावटी दुनिया में खुद को ऊपर ना समझो आपसे भी ऊपर एक परम शक्ति है जिसके आगे सबको मुंह की खानी पड़ती है । यह जिंदगी और शोहरत तुम्हारी मेहनत के साथ साथ दिव्य शक्ति की भी देन से मिलती है

। सब कब एक पल में छिन जाए किसी को नहीं पता । बड़े बड़े उद्योगपति अपने गरुर में कहा से कहा आ जाते हैं । वही एक मामूली सी रोड़ के किनारे गुजारा करने वाला महलों के शानो शौकत में जीता है । तो फिर हम घमड़ क्यों करे भला ।

अगर कभी किसी की कोई अच्छी बात या आदतें देखो तो उसे उसकी तारीफें सुना दिया करो वो भी खुश आप भी खुश । बात बुरी लगे तो तुरंत कहके दिल से मलाल को दूर करो । हम क्या करते हैं कोई बात बुरी लगी उसकी गहराई तक कुआ खोदने चले जाते हैं । और सामने वालों को भी अपनी तारीफें सुन आसमान पर नहीं चढ़ना होता है , अपनी इस अच्छाई को बरकरार रखना होता है । और किसी को कोई बात बुरी लगी हो आपकी तो तुरंत माफी मांग बात को खत्म कर देना चाहिए । देखो पता है मुझे ज्ञान तो मैने लंबी चौड़ी दे दी है लेकिन आज के इस दुनिया में इन बातों को न के बराबर लोग मानते हैं । समझ आती है उनको जब जिंदगी के अंतिम चरण में होते हैं । उस समय अपनी किए पर अफसोस जाया करते हैं ।

क्योंकि किसी की अंतिम विदाई पर अफसोस जाहिर करते हो उसके जिंदगी में की होती तो उसको भी थोड़ी खुशी मिलती और आपको भी । वक्त का इंतजार करते रह जाओगे जब भी मन के कोई सवाल हो उसका हल तुरंत निकालना चाहिए ।

•••••

नानी को गए आज एक महीना हो गया । ऐसा लग रहा अभी भी शायद कही है , बस उनसे बात नहीं हो पा रही है । कभी कभी लगता है फोन करके एक आवाज सुन लूं । लेकिन अब वो होना नामुमकिन है । हर हर कर बातें दिमाग में घूमती रहती है । लगता है ऐसा न होता जैसे होता तो शायद सबके बीच होती । ना उसका

मोह माया झूटता ना वो ऐसी उदास भरी जिंदगी में जाती । बस दुख है तो इस बात की वो एक खुश मन से नहीं गई अपने हालत के बेचारापन और मायूस भरी जिन्दगी को भाप कर निकली है । इंसान स्वस्थ , चलता फिरता जाता है तो दुख नहीं होता है । वक्त तो निकल ही जाते है और आदत हो जाती है किस के यादों में जीना बस , एक वक्त उनकी यादें भी धुंधली हो जायेगी । पर जो अफसोस मन में जड़ पकड़ कर बैठ गया है पता न इस शरीर के साथ ही बस खत्म होंगे अब । किसी को जरा सी भी अंदाजा थोड़े होता की कब कौन निकल जाए । एक कमरे से सबको आवाज देती कभी यह मांगती कभी वो मांगती बस इस लालच से उसके पास आके २ मिनट कोई बैठे । हम खुद इतनी सुविधाएं के बाद लोगों के साथ टूटते है । अब तो मोबाइल फोन में ही हर तरह की मनोरंजन जुड़ गए हैं । कितने फोन कॉल्स और वीडियो कॉल्स की सुविधा हो गई है । हम फोन पर बैठे दुनिया की हर खबर टूट लेते है , हर रिश्तेदारों की जानकारियां पा लेते है । पर घर में मौजूद लोगों के लिए वक्त ही ना होता है । उनसे भी २ बातें करले । एक ही कमरे में होते हुए भी नहीं मालूम होता कौन क्या कर रहा है । कहा गया क्या खाया कोई मतलब नहीं ।

फिर चार दिवार की अंदर एक ही बिस्तर पर लेटे लेटे नानी का गुजारा कैसे होता ? ना कोई पास आके बैठने वाला हो फिर ऐसे में कोई जिंदगी से कैसे खुश रह सकता है ? नानी के पास बस बटन वाले छोटा सा फोन था , हरा बटन से कॉल उठना है और लाल बटन से कॉल खत्म करना है , बस इतना ही आता था । बगल में फोन रख लेती और बच्चों के फोन का इंतजार करती , किसी दिन किसी का फोन नहीं गया तो चिंता हो जाता था आज इसने फोन नहीं किया आज उसने फोन नहीं किया । सबकी हाल जानने की उत्सुकता होती थी उसको ।

बहुत लोग अपने बच्चों को दादा दादी के पास सोने नहीं देते की उनकी बीमारी इनके बच्चों को हो जाएगी । बहुत से बहू अपने मां बाप के समय उसका रवैया अगल होता और सास ससुर के

साथ अगल होता है । बेटी के रूप में चार दिन भी मायके जायेगी या उसके मां पापा उसके पास आयेंगे तो दिन भर उनके साथ लगी रहती है । इसलिए की उन्होंने जन्मा है और तुम्हारे पति को भी तो किसी ने जन्मा ही है न । उसके प्रति तुम्हारा कोई फर्ज नहीं बनता । मां बाप तो बचपन में गलतियों पर सुनाने के साथ २ चमेट भी दे देते है लेकिन सास ससुर की २ बातें हमें खल जाति हैं । क्या कभी सास ने तुम्हारे बच्चों के लिए कुछ नहीं किया । कभी-कभी सास ससुर भी गलत होते है , लेकिन हम उनके बुरे समय उनका साथ तो दे सकते है । तुम्हारी भी कुछ फर्ज बनती है न आगे बढ़ कर पति के माता पिता को भी अपनाओ । जिस घर में चार बहुएं है सब एक दूसरे के ताक में रहती है , मै क्यों करे वो करे । वही एक घर में १० बेटियां हो तो मां बाप को आसानी से संभाल लेती है । बहुत से गिले शिकवे होते है पर क्या ५ दिन के लिए दूर रख कर उनकी सेवा नहीं कर सकते है । हमें पहले इस बात की समझ ही न होती की हमने क्या किया या नहीं । वक्त जब खुद पर आ गिराती है न फिर हम चीखते चिल्लाते है ।

एक दौर था जब लोग को बेटों की आस होती थी , पर समय के साथ लोग में बेटी के तरफ एक अगल ही भाव देखने को मिल रहा है । पहले लोग बेटों के चक्कर में ४ या ५ बेटियों का कतार लगा देते थे । आज एक बेटी या बहुत से लोग २ बेटियों के साथ खुश रहते है । मेरे कॉलेज समय में मेरे साथ मेरी कितनी ऐसी दोस्त थी जो २ बहने थी लगभग ७ दोस्त ऐसे थे । बुढ़ापे में लोगों को आजकल बेटियों की कमी जरूर खलती है पता है क्यों ? क्योंकि एक बेटा हो सकता है रिशतों के बंधन के वजह से माता पिता को तिरस्कार दे और शायद के दामाद के रूप में भी उभर कर ना आए । लेकिन एक बेटी ऐसी होती है भले ही सास ससुर के लिए कड़वापन हो लेकिन अपने मां बाप के लिए सबसे लड़ झगड़ लेंगी । खुद को तकलीफ में रख लेगी लेकिन मां बाप को भनक ना होने देती । समाज ने एक गलत धारणाएं बना रखा है , बहु सास , भाभी ननद की तकरार । क्या यहां पुरूषों का कोई भूमिका नहीं है , हमेशा एक बहु को दोषी ठहराना गलत है , उसमे कसूरवार कही न कही बेटों का भी है । तुम जब तक अपने मां बाप के लिए कोई

सुझाव नहीं रखोगे तो फिर अपनी पत्नी से कैसे उम्मीद लगा सकते हो । जिसने तुम्हें सराहा क्या तुम अपने मां बाप का साथ नहीं दे सकते । बड़े आसानी से कह देते हैं बेटा मां और बीबी के बीच फस गया है । तो वही स्थिति तो बहुए के साथ होती है घर बच्चे और कुछ नौकरी में व्यस्त होती है । तुम आगे बढ़कर अपने मां बाप ख्याल करो ना देखो आज नहीं तो एक दिन वो भी साथ देगी ही तुम्हारा । दोनों के तरफ की तकरार में एक शांति का प्रस्तावना बन सकते हो । हर बार औरतों से जो उम्मीद करते हैं कोशिश करके देखो वही कोशिश तुम भी तो कर सकते हो । पर यहां वो हमेशा एक तरफा फैसला सुना कर खुद बच निकलते हैं या तो मां बाप से दूरी कर लेंगे या तो पत्नी को छोड़ देंगे । आजकल तो बेटे मां बाप से कहते हैं " क्या चाहते हो आप लोग ? मैं अपने परिवार के साथ खुश ना रहूं , वो मेरे लिए अपना सब कुछ छोड़कर आई है " बहुत सही फरमाया है और २५ साल मां बाप ने जो त्याग किया इसका क्या ? उनके पास बहुत अच्छा बहाना होता घर देखूं या ऑफिस , ५ मिनट तो निकल सकते ना घरवालों के लिए खुद को एकदम किनारा ही कर लेते हैं । दोनो तरफ तुम्हारी ही उम्मीद लिए बैठे हैं क्योंकि एक आप ही दो दोनो के बीच संबंध को जोड़ने वाले । हम दिन के कई घंटे फालतू का निकल देते हैं पार्टी है दोस्त है फोन कॉल्स है बस घर आके समय की कीमत समझ आती है । हर बार दोष आसानी से बहू पर ही थोपे जाते हैं ।

सारे जगह एक ही कहानियां लागू नहीं होते हैं । कुछ जगह हमें अपवाद भी देखने को मिलते हैं । बहुत से मॉडर्न घर में आज सास बहू के रिश्ते कमाल कर रहे हैं । कुछ ऐसे लोग हैं जो अभी भी अपने सोच को विकसित नहीं कर पाए हैं । इसका भुगतान भी वो खुद भी भोगते हैं ।

CHAPTER 10

शानो शौकत की बहारें ...

जिंदगी है मौज मानने को , जिससे आजकल अंग्रेजी में कहते हैं " सो कॉल्ड स्टेटस " हम खुद के रूतबा के लिए जी रहे । हमने बचपन ऐसे ही हर चीज़ की तरस में निकल दी कितने दुख झेला , अब तो पैसे आ रहे हैं जितने मर्जी उड़ाओ और मजे करो । बहुत से लोग गरीब नहीं होते या उनको किसी चीज़ की अभाव नहीं होता है , पर शायद वो दिखावटी समाज में खुद को हीन भावना से ग्रसित कर लेते हैं । रहने को मकान है , गाड़ी है , खाने की कोई कमी नहीं है लेकिन रिश्तेदार या पड़ोसियों के पास बंगला है , फ्लैट है , महंगी एक नहीं १० गाड़ियां है , उनका खाना तो रोज़ होटल में होता है । उसकी बीवी के पास तो ५ जोड़े गहने हैं । हम्म , तो यहां झोल है सारा । हमारे पास सब होते हुए भी लोगो के सामने शर्मनाक होना पड़ता है । रिश्तेदारों का बच्चा इतनी महंगी स्कूल के जाता है इसलिए अपना भी चिटू महंगी स्कूल में जायेगा । नहीं तो समाज में उसको हीन भावना का सामना करना पड़ेगा । इसलिए हम सब कुछ समय से पहले उनके सामने परोस देते हैं । १५ वर्ष के पहले तरह तरह के गैजेट्स , मोबाइल सब कुछ । किसलिए कर रहे हो यह कल को यह सुनने को " किया क्या है हमारे लिए " है न । उससे यह एहसास होने ना दोगे जब तक की हा कितने खून पसीने और मेहनत से यह पैसा आ रहा है । तब तक आपके त्याग का मोल उसको नहीं समझ आएगा ।

ह र मां बाप अपने बच्चों को खुद से बेहतर ही जिंदगी देते हैं । मेरे मम्मी पापा ने भी हमारे लिए अपने औकात से बढ़ कर किया है क्योंकि उनकी यह बेटियां किसी भी लड़के लड़कियों से कम न समझे । मैंने कितने बार बचपन में अपने मम्मी से कहा है " किया की है घर में खाना देती हो और स्कूल का फीस , समय आने पर सबका कीमत तुमको चुका दूंगी " मेरी बेवकूफी उनकी कीमत से पैसों की तुलना करती थी । आज समझ आता है कितना दुख

पहुंचा होगा उनको । आज जन सोचती हूँ की चंद ज्यादा पैसों के लिए एक साथ अगल अलग काम करते हैं और आज भी करते हैं दोनों । इधर पैसे आए उधर हमारी सारी खाहिशें पूरी । शुरुआत में हमारे स्कूल के पैसे बहुत मुश्किल से जुड़ पाते थे । कितने बार हमारे फीस के लिए मम्मी पापा ने उधार लिया है । रिशेदारों से कर्ज़ लेके पढ़ाते थे और धीरे धीरे पैसा चुकता करते थे । कितने अपने लोगों ने तो टोक ही दिया लड़कियों को पढ़ना जरूरी है क्या । १० कक्षा में जब पहुंची तो रिशेदार फोन करते की अब पैसे शादी के लिए इकठा करो ना की पढ़ाई में खर्च करो । आज वही रिशेदार मम्मी पापा की वाहवाही भी करते हैं । आज खुद के बच्चे १० वी भी पास कर गए पर उनकी शादियों की चर्चा भी नहीं है अभी उनके बच्चे बच्चे हैं । हम जब ५ वी कक्षा में थे तो रिशेदारों की नजर हर एक बात पर होती थी भले आज उनके बच्चे कुछ भी करे उसका कोई मलाल नहीं उनको । पर जो सारी संसार का विधाता है उसने बहुत मदद किया है , लोगों के कई तरह के बदनामी और सवाल का जवाब उनको समय के साथ देता गया है । जैसे जैसे हमारे फीस बढ़ते गए वैसे वैसे घर की आमदनी भी बढ़ती गई ।

आज यह सब देखते हुए भी अगर मैं खुद के मां बाप से कल सवाल करूं या उनके कोई काम न आऊं फिर मेरे इस जिंदगी का क्या मतलब । हो सकता दुनिया के नजर में मैं बहुत ऊंचाई की कामयाबी हासिल कर लूं लेकिन कल को अपने माता पिता के काम न आई तो ये दुनिया भी मेरे लिए नरक के समान व्यवहार करेगी । बच्चे तो इतने दूर निकल जाते की फिर कभी मुड़कर देखते भी नहीं हैं ।

ऐसे में मां बाप को खुद के लिए कुछ बचा कर रखना चाहिए ताकि बुढ़ापे में उनका सहारा बन सके । मां बाप को अपने जिंदगी में सारी संपत्तियों पर डोर कसके पकड़ कर रखना चाहिए । दुनिया कुछ भी कहे लेकिन जब तक खुद के लिए आवाज नहीं उठाओगे बच्चे न झुकने वाले । बहुत लोग खुद के घर से ही बेघर कर देते हैं

, ऐसा दिन जब आए तो घर पर खुद का दावा कर सकते हो ।
कुछ लोग तो इसी लालच में मां बाप से सटे होते हैं । इनके मरने
के बाद तो सब हमारा ही है ।

CHAPTER 11

सिमटी हुई जिंदगी ...

उम्र की बढ़ती पड़ाव के साथ दवाइयों की सूची बढ़ती रहती है । एक ऐसा आता है , जब इंसान की जिंदगी दवाई पर ही निर्भर हो जाती है । बहुत से लोगों को नींद की समस्या से सूझना पड़ता है । क्योंकि मैंने अपने नाना नानी , दादा दादी को देखा है इनको नींद बहुत कम आती है । जबकि गांव में लोग ८-१० बजे तक सोने चले जाते हैं , और उनकी सुबह ३ बजे भोर से शुरू भी हो जाती हैं । दिन की उजाले के इंतैजार में होते है ये । समस्या तब आती है जब यह पूरी रात चिंता में ही बीता देते है , मुश्किल से पूरी रात ३ घंटे कही सोते है । बाबा ४ बजे ही सैर पर निकलेंगे उधर से फूल दूब पूजा के लिए साथ लेकर लौटते है । चिंताएं इस उम्र में श्राप बन जाती है , इसे पूरे दिन और वो थका महसूस करते है । नानी और दादी तो हड्डी के दर्द से ना सो पाती थी कभी पैर कभी कमर । इसके कई अंदरूनी बीमारी के कारण भी यह सब झेलना पड़ता होगा । इसके पीछे का वजह डॉक्टर ही विस्तार से बता सकते है । लेकिन इंसान को खुद की मानसिक सोच के चिंताओं से मुक्त करना ही होगा ।

अ कसर घरों में देखा जाता है एक छोटी सी खाट या घर का एक छोटा सा कमरा वृद्धों को दे दिया जाता है । जिस कमरे में शायद सफाई भी कभी कभी की जाती होगी । बड़े बुजुर्ग घर के किसी मामले में अपना सुझाव दिया करते है तो हम उन्हें शांत होने को कह देते है " आप शांत रही आपकी उम्र बस सुनने की है , अब आपको घर के मामलों में दखल अंदाजी नहीं करना चाहिए " नहीं तो उन्हें शांति से उनके कमरे में चले जाने को कह देते है । ज्यादातर बेटों को बाप की राय पसंद नहीं आती कहते है न एक जंगल में २ राजा नहीं रह सकते । तो एक समय बेटा खुद को सारी ऊंचे दर्जे दे देता है , बाप बेटों में इसी बात की मेल नहीं खाती । जो बिस्तर रात को चैन की नींद न दे पाती वही बिस्तर पर दिन भर

लेटना कैसे भाता होगा उनको । एक जगह ही खाना पीना लेटना और दूसरी तरफ आंगन में बच्चों की हसीं ठिठोली, अंदर से दिल मचल उठता होगा मुझे भी उस खुशियां से शामिल कर लो । मां बाप के लिए छोटी छोटी मनोरंज की चीजें घर में ला सकते हैं उनके कमरे को थोड़ा सजा सकते हैं उनके कमरे में सारी परिवार के सदस्य दिन के १ घंटे दिया करो । उनकी कुछ सुनो अपनी कुछ कहो हो सकता विचार मेल न खाए झूठा ही सही १० मिनट उनके हा में हा ही मिला लो । उनके खुद के जीवन का कई लक्ष्य मिल जायेगा । अपनी मायूस भरी जिंदगी में एक आशा ही मिल जायेगा । हर घर में ऐसे बेटे नहीं होते लेकिन कहीं ना कहीं ऐसे लोग भी हैं नहीं तो इतने सारे वृद्धाश्रम और धर्मशालाएं नहीं बनते । आये दिन नए नए मकान खड़े किए जा रहे हैं , आज जगह भी कम पड़ गए हैं लेकिन फिर भी मां बाप के लिये घर नहीं है । सड़कों पे मंदिरों में गलियों में पागल बनकर घूम रहे हैं । लोग भी दुत्कार देते हैं , कोई एक रोटी भी बड़ी मुश्किल से देता है ।

एक और आंखों देखी कहानी बयां करना चाहूंगी । बुजुर्ग दंपति २० हजार खर्चा देके बहु बेटे के साथ रहते हैं । इससे बेटा का भी खर्चा हो जाता है और मां बाप की भी । पर हद तो तब हो गई हर महीने रुपए देने के बाद सास ही सारा काम करती है , बहु बेटे के गलियां भी सुनती है । ऐसे जिंदगी का क्या फायदा इतने पैसे देने के बाद रूखे सूखे खाना और उपरवार खर्चा भी उठाना । २० हजार देने के बाद भी रुपए कम पड़ जाते हैं । उनकी पेंशन उन दोनों के जिन्दगी के लिए काफी है फिर उसके बावजूद क्योंकि इतनी जिल्लत सहना । हम अलग रह कर किसी और को भी तो पैसे देके खुद के सेवा के लिए रख सकते हैं न । लेकिन इस समाज की धारणा बेटा के होते कहीं और जाके रहेंगे तो जग हसायी हो जायेगी , ऐसे भी कौन सा जग आपके ऊपर उपकार कर रहा है । अकेले रहोगे २ वक्त की चैन की रोटी तो मिलेंगी रोज रोज का कलह तो न देखना पड़ेगा ।

किसी चीज की लालच हमें ले डूबता है , हमें हमारे मकान , बच्चों की खुशी सब दलदल में धकेल देता है । इसलिए वृद्धावस्था को एक सन्यासी के भाती जीने को कहा जाता , समाज की ५०-६० वर्षों तक बहुत सुन लिया आखिर में खुद के लिए जियो । बहुत से लोग कहते हैं बूढ़ा बूढ़ी खुदगर्ज हो गए हैं । शान से खुदगर्जी में जियो । किसी चीज का मोह नहीं करना जितना है उसमें ही गुजारा करो । एक वक्त ऐसा आता है जब हमको किसी और की सहायता की आवश्यकता होती है । हम किसी जरूरत मंद को कुछ पैसे देके उनकी सहायता ले सकते हैं उनकी भी जिंदगी सवर जायेंगे और आपके भी । ऐसे मामले में भावुकता के साथ नहीं अपने खुशियों के हिसाब से चुने ।

CHAPTER 12

सुख और समृद्धि ...

(अपने जिंदगी में समृद्धि का चुनाव)

इस किताब और कहानियों के पीछे मेरा मकसद बस इस बुढ़ापे में तकलीफों का कारण दूढना था । जहां कुछ गलतियां खुद के तरफ से होती है तो कुछ सामने वाले के तरफ से । सामने वाले के स्वभाव को शायद हम सुधार नहीं सकते , लेकिन खुद को हम जितना अच्छा से जानते समझते है उतना हम खुद को गलतियां करने से रोक तो सकते है । कही न कही इस नई परम्परा के चलन में खुद के लिए भी माहौल बना पाए । साथ में कुछ सुझाव बच्चों के लिए भी है , एक दौर ऐसा आता है जब माता पिता का हर बात हमे रोक टोक या दखल अंदाजी का एहसास करवाता है । जिन्होंने हमेशा हमारा भला चाहा है वो हमारा बुरा क्यों चाहेगा । तुम खुद किसी बच्चे के माता पिता होंगे तो तुम अपने बच्चों का भला चाहते हो और एक तरफ अपने मां बाप पर सवाल भी उठाते हो । मैं जिस क्षेत्र से हूं वहा अभी भी लोगों में इतनी जागरूकता नहीं है । वहा लोगों को बड़े शहर की शानो शौकत की दुनिया इतना लुभावनी लगती है अपनी गलियां उनको छोटी नजर आती है ।

बुढ़ापे में खुद के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ख्याल रखना होगा । जिससे आगे चल कर भूलने की बीमारी तरह तरह के बीमारियों पर रोक लगाया जा सके । खुद को इस काबिल बनाए की २ रोटी के लिए झुकना ना पड़े कही । हम छोटा सा बागवानी लगा सकते है । कुछ फल सब्जियों की खेती कर सकते है मन भी खुश रहता और समय का पता भी नहीं चलता । मैं इकिगाई किताब पढ़ी मेरे लिए काफी आदर्श बना यह किताब । इसमें इतनी बारीकियों के साथ जिंदगी के मूल्य का महत्व

समझाया है । खुद की खुश रहने की वजह ढूंढने को भी कहा है । साथ साथ हमे जापान के ओकीनावा, एक ऐसे गांव से अवगत करवाया है जहां आज भी लोग ९०-१०० के उम्र में भी कितने खुशहाल जिंदगी जी रहे हैं । फिर हमारे यहां क्या यह मुमकिन नहीं है । एक तनावग्रस्त जिंदगी को त्याग कर खुद के लिए सुख और स्मृद्धि भरी जिंदगी का चुनाव कर सकते हैं । हम अपने दिनचर्या में बदलाव करके खुद भी खुश रह सकते हैं और अपने आस पास भी खुशियां बाट सकते हैं ।

तो फिर हम एक ऐसा पहल क्यों नहीं शुरूआत कर सकते । अपने घर अपने गांव शहर में छोटी छोटी टोलियों में ही सही । लोगों के बीच आत्मविश्वास ला सकते हैं । ज्यादातर लोग बढ़ती उम्र के साथ हताश होने लगते की उनकी जिंदगी में अब कुछ नहीं बचा , बड़ा ही मायूस होके बात बात में यही बोलते अब हमारा उम्र कहा बेटा तुम लोग भी मजे करो । हमारा एक समय था ये वो पीछे की यादों में क्यों जीना , आप अभी भी वो जिन्दगी वापस पा सकते हो । हमारे सामने कितने ऐसे महान हस्तियां है इतने उम्र के बाबजूद भी कितनी मुकाम हासिल कर रहे हैं । राजनीतिक, सिनेमा या फिर कई ऐसे उद्योगपति हैं , जो आज भी हम नए युग के लिए मार्ग दर्शक बने हैं । हमारे रतन टाटा सर और भी बहुत से लोग हैं जो देश के साथ साथ नए युवकों के लिए प्रेरणा का स्रोत बने हुए हैं ।

एक हमारे तरफ के लोग हैं ५०-५५ वर्ष के बाद खुद को ऐसे कड़ी में बांध देते हैं । छोटी सी छोटी बीमारी के लिए हम डॉक्टर पर निर्भर होते जाते हैं और कब हमारे जिन्दगी में दवाई इतनी आवश्यक हो जाता पता ही नहीं चलता । हमें खुद को ही शुरूआत में अगर रोक रखा होता तो फिर ऐसे दशा ना देखने को मिलते । पेंश्वर के बाद तो बस एक ही चिंता सताती है बच्चे हमारे सहारा

बनेंगे या नहीं " देखो हमारा उम्र हो चला अब तुम लोग अपना बटवारा कर लो । हमारे जिन्दगी का भी फैसला ले लो , हमे बस २ वक्त की रोटी गुजारा के लिए कोई दे देना । " ये लो जी कर लो बात आपने तो खुद से अपनी बाकी जिंदगी के लिए नरक का चुनाव कर लिया । मैं जाना चाहती आखिर क्यों इतने बड़े उम्र में लोग देश संभाल रहे कोई कुछ कर रहा है और वही आप अभी गाड़ी चालू करने से पहले चाभी किसी और को दे दिया ।

फिर दूसरों से क्यों उम्मीद लगाते हो की वो आपकी सेवा करेंगे । मायूस भरी जिंदगी से खुद को निकालो अच्छी अच्छी किताबे पढ़ो अपने धार्मिक पाठ का अध्ययन को बहुत से ऐसे किताब है जो आपके लिए महत्वपूर्ण हो सकते है । कोई संस्था से जुड़ो , अगल अगल गतिविधियों में व्यस्त रखो । बुढ़ापे में एक और इंसान आपके बहुत काम आ सकते है साथी और दोस्त अपने हम उम्र अपने से छोटे उम्र के लोगों के साथ दोस्ती कर सकते हो । इससे मानसिक स्थिति सही होती है । एक दूसरे से विचार जानने को मिलेंगे तरह तरह के खबरें भी तो बस और चाहीए क्या जिंदगी में ।

एक वक्त था एक साथ ७-८ परिवार रहते थे । हालाकि आज के लिए यह बहुत मुश्किल ही नहीं ना मुमकिन है । एक दूसरे का मत ना मिलना छोटी छोटी बातों में खिट पिट हो जाती थी । पर उस समय परिवार में इतना कष्ट नहीं होता था कोई बीमार ही होता था न २ जन पूछने आ जाते थे या मदद भी कर देते थे । आज बगल के कमरे से कोई उठ कर ना आता है । क्या अलगाव के बाद आज लोग बहुत खुश है बल्कि और आज के लोगों में अवसाद का मामला बढ़ता जा रहा है । कहने को घर में ४ लोग है फिर भी आपस में ही इतने तनाव है पति का पत्नी से बच्चो का मां बाप से ।

खैर मेरा आवाज उन लोगों तक पहुंचे और खुद को मुक्कमल बनाए दूसरों के सामने झुकने के जगह । उम्मीद करती हु मेरी यह कहानियां आपको अपने दादा दादी और नाना नानी के करीब लाए। क्योंकि मेरी एक दोस्त ने ही मेरे से यह सवाल किया था की तू कैसे इतने रिश्ते लेकर चलती है उसे ६ साल हो चुके है अपने दादी और नाना से मिले हुए । दादा और नानी के देहांत में भी वो पढ़ाई के वजह से गांव नहीं जा पाई थी । कहती हैं शायद तू उनके पास पली बढी है । मैं भी अपने दादा दादी से ज्यादा नहीं जुड़ी थी उनके साथ मैंने उतने वक्त नहीं बिताया है लेकिन जब भी मौका मिला है कोशिश यही करी हूं की उनका जान सकूं समझ सकूं । और मैं खुद के मां पापा के लिए एक अच्छे भविष्य का चिंतन कर सकूं । मेरे रहते उनको अपनी जिंदगी तकलीफ से भरा नहीं बल्कि और उम्मीद जागने को हो । ऐसे उम्र में भी कई ख्वाब देख सके और उनको पूरा कर सके जो आज तक हमारे सुख के लिए करते रहे । आपसे भी यही उम्मीद हैं , हो सकता है कई लोग मेरे इस कहानियों से इतेफाक ना रखते हो , जरूरी नहीं है हर जगह मां बाप का तिरस्कार होता हैं या सास ससुर जालिम मिले लेकिन समाज में कुछ अपवाद लोग भी है ।

धन्यवाद !

