हृदय स्पर्श

आशा किरण

BlueRose ONE.com
Stories Matter
NewDelhi • London

BLUEROSE PUBLISHERS
India | U.K.

Copyright © Aasha Kiran 2026

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

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

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

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

ISBN: 978-93-7542-231-0

Cover design: Anuj
Typesetting: Tanya Raj Upadhyay

First Edition: April 2026

✦समर्पण✦

उन सभी दिलों के नाम
जो मुस्कुराते हुए भी बहुत कुछ छुपा लेते हैं,
जो शब्दों से ज्यादा ख़ामोशी में जीते हैं,
और जो टूटकर भी
हर नए सवेरे में
थोड़ी–सी आशा की किरण ढूँढ लेते हैं।

यह पुस्तक
उन अनकही भावनाओं को समर्पित है
जो हर किसी के भीतर कहीं न कहीं साँस लेती हैं।

✦लेखक के बारे में✦

आशा किरण केवल एक उपनाम नहीं, बल्कि उन भावनाओं की रोशनी है जो अँधेरे मन में भी उजाला कर देती हैं। लेखक एक ऐसा संवेदनशील मन रखते हैं, जो जीवन की छोटी–छोटी अनुभूतियों को गहराई से महसूस करता है। उनकी कविताएँ सुनी नहीं जातीं महसूस की जाती हैं।

लेखक मानते हैं कि शब्द तब ही सच्चे होते हैं, जब वे मन की सबसे शांत और सबसे टूटती हुई जगह से निकलते हैं। इसी कारण उनकी कविताओं में बनावट नहीं, बल्कि सच्चाई है। प्रेम, पीड़ा, उम्मीद, अकेलापन और आत्म–संवाद ये सभी भाव उनकी लेखनी में सहज रूप से प्रवाहित होते हैं।

आशा किरण की कविताएँ उन लोगों की आवाज हैं जो बहुत कुछ कहकर भी चुप रह जाते हैं, और उन दिलों की धड़कन हैं जो अक्सर समझे नहीं जाते।

✦इस कविता–संग्रह के बारे में✦

यह कविता–संग्रह भावनाओं की एक यात्रा है जहाँ हर कविता किसी न किसी अधूरे एहसास को पूरा करने की कोशिश करती है। यहाँ प्रेम है, पर सिर्फ मिलने का नहीं बिछड़ने का भी। यहाँ दर्द है, पर टूटने का नहीं समझने का। और सबसे महत्वपूर्ण यहाँ उम्मीद है, जो हर पन्ने पर धीरे–धीरे उजाला करती है।

कुछ कविताएँ सरल हैं, जैसे दिल से निकली सीधी बात। कुछ कविताएँ थोड़ी जटिल हैं, जैसे वे भाव जिन्हें शब्दों में बाँधना आसान नहीं होता। लेकिन हर कविता पाठक को अपने भीतर झाँकने का अवसर देती है।

यह संग्रह उन सभी के लिए है जिन्होंने कभी चुपचाप सहा है, जिन्होंने खुद से बातें की हैं, और जिन्होंने अँधेरे में भी रोशनी ढूँढने की हिम्मत रखी है। यदि इन पंक्तियों में आपको अपनी कहानी की झलक मिले, तो यही इस पुस्तक की सबसे बड़ी सफलता होगी।

– आशा किरण

✦(पुस्तक का संक्षिप्त परिचय)✦

यह कविता–संग्रह दिल से निकली उन भावनाओं का प्रतिबिंब है,
जिन्हें अक्सर शब्द नहीं मिल पाते।

यहाँ प्रेम है पर सिर्फ मिलने का नहीं,
यहाँ दर्द है पर केवल टूटने का नहीं,
और यहाँ उम्मीद है जो हर अँधेरे के बाद
धीरे–धीरे उजाला बनती है।

आशा किरण की कविताएँ
सरल भी हैं और कहीं–कहीं गहरी भी
ठीक वैसे ही जैसे जीवन स्वयं।

यदि इन पंक्तियों में
आपको अपनी ख़ामोशी की आवाज सुनाई दे,
तो समझिए
यह पुस्तक आप तक पहुँच चुकी है।

अनुक्रमणिका

बुलबुला 3
चहकते दिल का सवेरा 5
एहसास 7
मुकाम पे एक घरोंदा 9
कहानी 13
प्राकृतिक प्यार के पंछी 15
एक वृद्ध व्यक्ति 17
मैं एक कवी हूँ 21
तस्वीर – एक जिंदगी 23
मेरा दोस्त मेरा तारा 25
प्राकृतिक मुस्कुराहट 29
प्रकाशित सुबह 31
एक सोच 33
समाज का प्रतिविम्ब – एक कविता 35
निशब्द 39

हृदय स्पर्श

बुलबुला

कसको सजाता रहा मैं
पानी का जो बुलबुला था

हर लम्हा तराशता रहा मैं
एक नींद का जो ख्वाब था

कुछ अपने थे कुछ पराये थे
एहि मेरी ख्वाब के खट्टे मीठे तराने थे

दो पहलू में उलझा रहा मैं
अपने सामने अपने सजाये बुलबुलों को फूटते देखता रहा मैं

मालूम था यह बुलबुलों का खेल है
फिर भी बुलबुलों से दिल लगता रहा मैं

चहकते दिल का सवेरा

एक चहकता सा एहसास दिल को आ गया
की मानो बरसो का अधूरा ख्वाब पूरा हो गया
बोझिल आँखों का सवेरा हो गया
रिसते हुए घाव को मरहम हो गया

डूबता जहाज को किनारा मिल गया
की हर इंतजार का सबब मिल गया
मानो जितना दर्द था मिला सब वाजिब हो गया
इसलिए चेहरे पे मुस्करहट आ गयी की सवेरा हो गया

एहसास

भले किसी ने सुना पर दिल ने चुपके से कह दिया
भले उंची आशा थी पर दिल में जगा लिया

कितना खूबसूरत एहसास है इस पल का
कोई ना सुने पर साथ है दिल का

भले किसी ने देखा हमने देख लिया
भले ही चाहत की अनोखी कल्पना हो पर हमने सजा लिया

कितना अनोखा बंधन है इन जज्बातों का
चाहे न चाहे हम साथ और यह एहसास है दिल का

मुकाम पे एक घरोंदा

बहूत आरजू थी अपना मुकाम बनाने की
मुकाम पे एक घरोंदा बनाने की
ख्वाइशों की अलमिराह में इच्छाओं के दौलत रखता
कल्पनाओं के चिड़िया को विचारों के दाने देता

अपने मुकाम को वक्त पे मुकम्मल करता
मेरी कामयाबी वहां सजा के रखता
और वहां पे जो गमले होते
लोगों के तारीफों के उसमे गुलाब लगाता

वहां तन्हाई भी एक महफिल होती
चुप्पी भी एक कहानी होती
भूल अगर हो जाता किसी से
उन सबकी सबको माफी होती

जीवन का सबको खूबसूरत नजरिया होता
भूल से भी कोई किसी का दिल न दुखाता
मजबूरी भी हौसला होती
और वक्त की कहीं कमी न होती

सबके किया का कुछ सार होता

वहां हार में भी सबका जीत होता
मन खुद से सही राह पे होता
गम खुद ही हंसी तलाश के लाते

यह सोच के जब मैंने घरोंदा बनाया था
जैसे सोचा वैसा कुछ भी पूरा नहीं था
तो जैसे तैसे समझौता कर के जो जहाँ बनाया था
यह वही जहाँ है जो आप देख रहे हैं

कहानी

हर एक दिन कहानी जैसा लगता है
नींद के ख्वाब सा बीत के चला जाता है

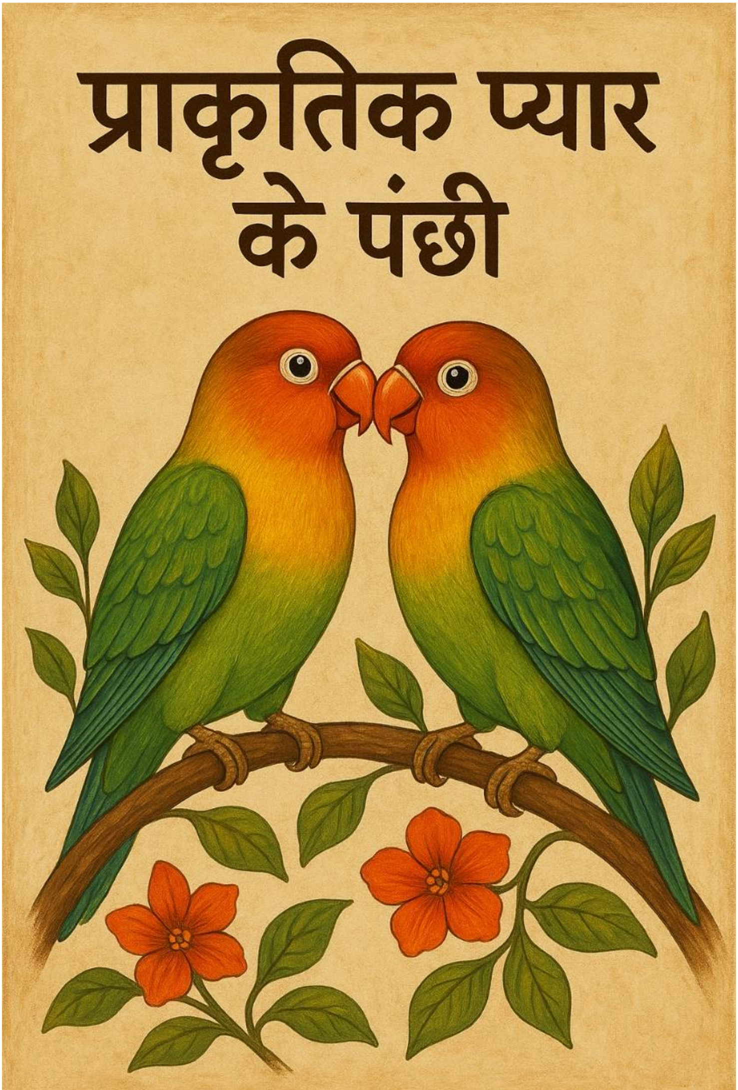
लिखने भी जाऊं तो किसको
वक्त की किताब का पन्ना बदल जाता है

खोज रहा हूं वह कहानी
जो वक्त की किताब में कहीं दब गयी है

जो अब दर्द की बोझिल
दीवार पे सज गयी है

वक्त की दरकार से एक और कहानी
लहजे में आ रही है

बस डर लगता है
किसी और की तो नहीं है


प्राकृतिक प्यार
के पंछी

प्राकृतिक प्यार के पंछी

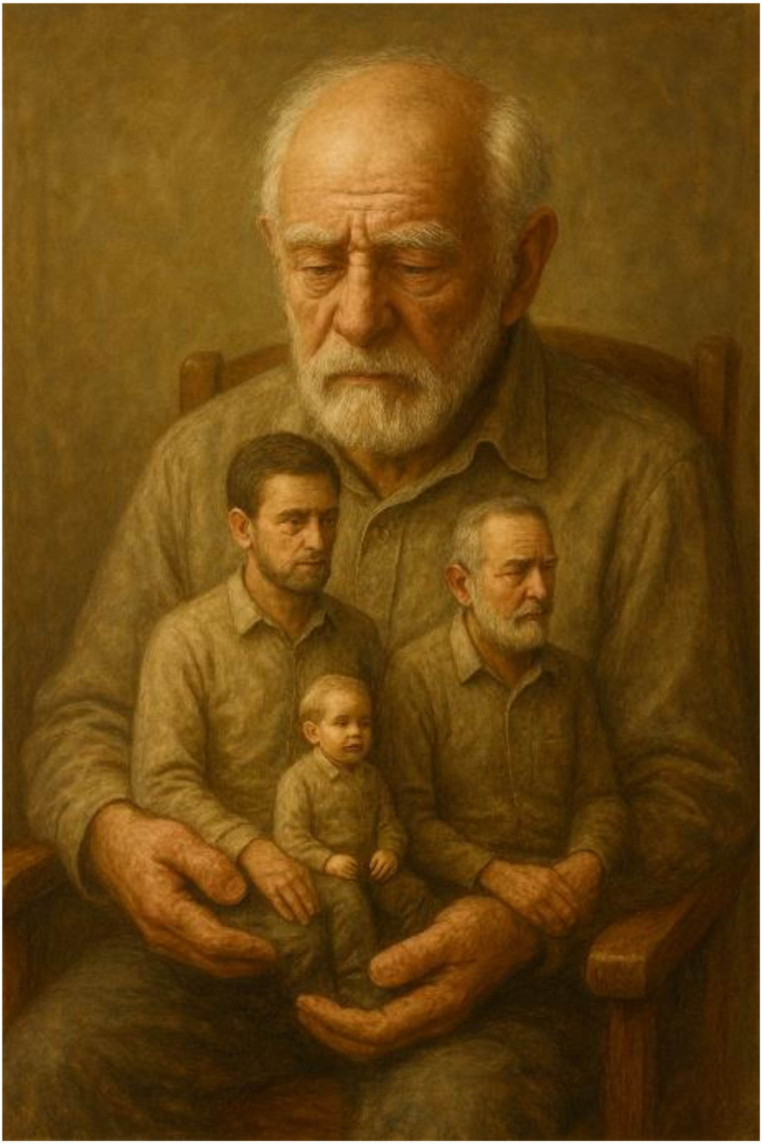
हम सभी को कहीं न कहीं कुछ कमी लगती है,
जैसे सुखी जमीन को सागर की बूँद से नमी लगती है।

कभी–कभी जिंदगी की गंदगी भी,
जब जिंदगी की जरूरत पूरी कर दे,
तो वही जिंदगी की सबसे अच्छी सच्चाई लगती है।

सब इस कदर इसको अपना कर जीते हैं,
कि उन्हें दुःख के आँसुओं में भी हँसी लगती है।

सुबह जगने की चाहत में भी रात में जिंदगी लगती है,
सुबह की ओस की बूँद भी रात की तेज बारिश लगती है।

वैसे तो दोस्तों, दुनिया जैसी हँसी पहले थी, उतनी ही हँसी अब भी है,
बस प्यार की राह में प्राकृतिक प्यार के पंछी की कमी है।



एक वृद्ध व्यक्ति

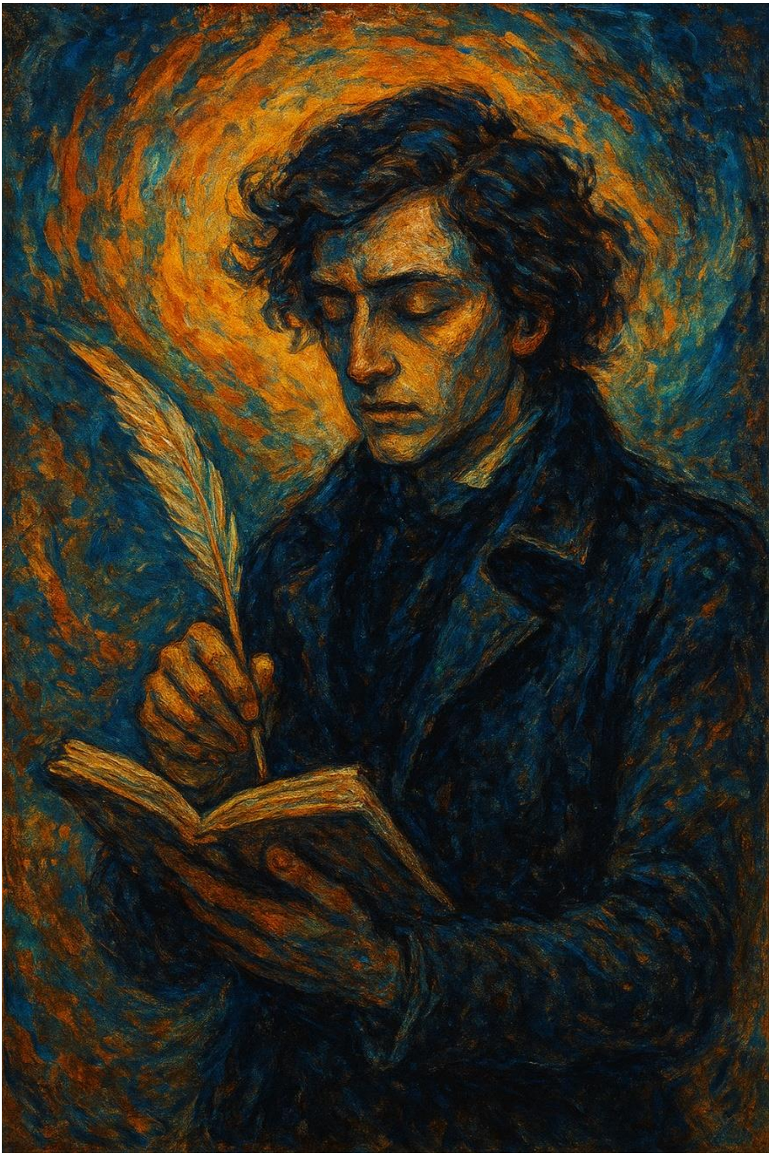
एक वृद्ध व्यक्ति ने
अपने आँखों से धुंदले कल को देखा
मुस्कुराते हुए फूल से
छूके निकलते हुए हवा को देखा

भोझिल हुई जिंदगी में
बसंत आते हुए देखा
एक वृद्ध व्यक्ति ने
झुके काँधे को सहारे मिलते हुए देखा

एक वृद्ध व्यक्ति ने
हर दौर में जमाने के बदलते रूप को देखा
अपने कदम के जितने फासले में
लोगों के विचारों को बदलते देखा

एक वृद्ध व्यक्ति ने
अपने तजुर्बे भरी आँखों से
हर पल की बदलती सच्चाई को देखा
खुद सच्चाई के बदलते स्वरुप को देखा

एक वृद्ध व्यक्ति ने
हर पल अपने आप को देखा
जिन आँखों से देखा
उनको अपने गौद में पलते हुए देखा



मैं एक कवी हूँ

मैं एक कवी हूँ जो रचना करता है
जिंदगी के लम्हो की तस्वीर बना उसकी कविता करता है

मैं एक कवी हूँ जो बयान करता है
किसी कल्पना के किरदार को पंक्तियों मैं जिन्दा करता है

चाहे हकीकत हो या सचाई
कुछ इस तरह से लिखता हूँ की उसमें रूह डालता है

एक कलम से निकले शब्द से मोती मई भी
सागर की लहर सा बहता है

कहना और लिखने को कितना कुछ है मेरा पास
इसलिए मैं कवी हूँ जो पर रचना कुछ शब्दों मैं रचता है

तस्वीर – एक जिंदगी

एक चित्र जो ख्याल मैं कुछ ऐसी आयी
बयान करने गया तो आँखों के सामने से पूरी कहानी
निकल गयी

चित्र एक एक बारीकी जैसे चरित्र उनमे जो बने
उनके चेहरे के लकीरें जैसे,
मैंने कुछ ऐसे पड़ा की मुझे सबके भाव मैं पूरी
जिंदगी नजर आयी

जैसे जैसे मैं तस्वीर मैं खोता गया
छोटी सी दुनिया नजर आयी

उस दिनिया की प्रकृति जैसे कह रही हो
मैं भले ही रची गयी हूँ पर तुम्हारे पड़ने से मुझमे भी
रूह अतर आयी

मैं सोच ही मैं था की तस्वीर है या खुद एक जिंदगी
तस्वीर कह उठी मैं तेरी ही कहानी हूँ जिसे तूने
अपनी दीवार पे है सजाई

मेरा दोस्त मेरा तारा

रात का तारा था
रोज मुझे रात में रौशनी देने आता था
डर को मुझसे दूर रखता
और मुझे हंसाता था

चाहे कितना भी अंधेरा हो जाये
वह मुझे साहस देता था
और अगली सुबह से पहले
आज की नफरत मुझसे छीन के ले जाता था

चाँद उसकी माँ थी
उसे देखता था तो ऐसा लगता था
जैसे पवित्र दर्पण देख रहा हूँ
कहने से पहले सब कुछ कह रहा हूँ

अब मैं बड़ा हो गया
कुछ पाने की चाहत बेशुमार हो गया
आँखों में शोहरत और दौलत की पट्टी बाँध ली
और मैं अंधी दौड़ में लग गया

वह आख़िरी दिन था

तारा और उसकी माँ चाँद फिर कभी नहीं दिखे
अब जो दिख रहा था या मैं था या फिर मेरी ख्वाइश थी
बाकी सब अंधेरा था

मुझे कुछ मिल तो नहीं
पर सब कुछ खो दिया
बड़ा बनने के चक्कर में
मैं अंधेरा बन गया

प्राकृतिक मुस्कुराहट

मेरा मन दिल की खिड़की से भूतकाल के दर्द को झांकता रहा
दर्द के नर्म हवा को अपने प्यार की गर्मी से सुखाता रहा

इस दर्द और प्यार के नगमे को दिल गाता रहा
कोई सच न सुन सका तो यह कहानी बनता रहा

तकलीफ वही जो सच के परदे पे नजर आयी जिसे
दिल ने न जाने कब उसकी कहानी बनाई
तब उसी घबराये दिल से मैं जिंदगी को संजोता रहा

दिल अब बहुत इंतजार में है यह सुनने को
की प्रकृति ने मुझे देख लिया और मैं फिर मुस्कराता रहा

प्रकाशित सुबह

शब्द ही सही आंखों से बहे मोती के
वक्त ही सही आंखों के सुबह के

विचारों से तपते भावनाओं ने स्वभाव को धैर्य दिया
धैर्य के चरित्र ने हर समय के मौसम का तपस्या
किया

धड़कन ने सुबह की आभा का इशारा किया
मन ने तब माना जब प्यार ने उसको प्रकाशित किया

एक सोच

एक लम्हा था, एक सोच थी
एक तन्हाई थी, और मेरी खोज थी

खोज रहा था मैं खुद को खुद में
की खोज भी मेरी एक सोच थी

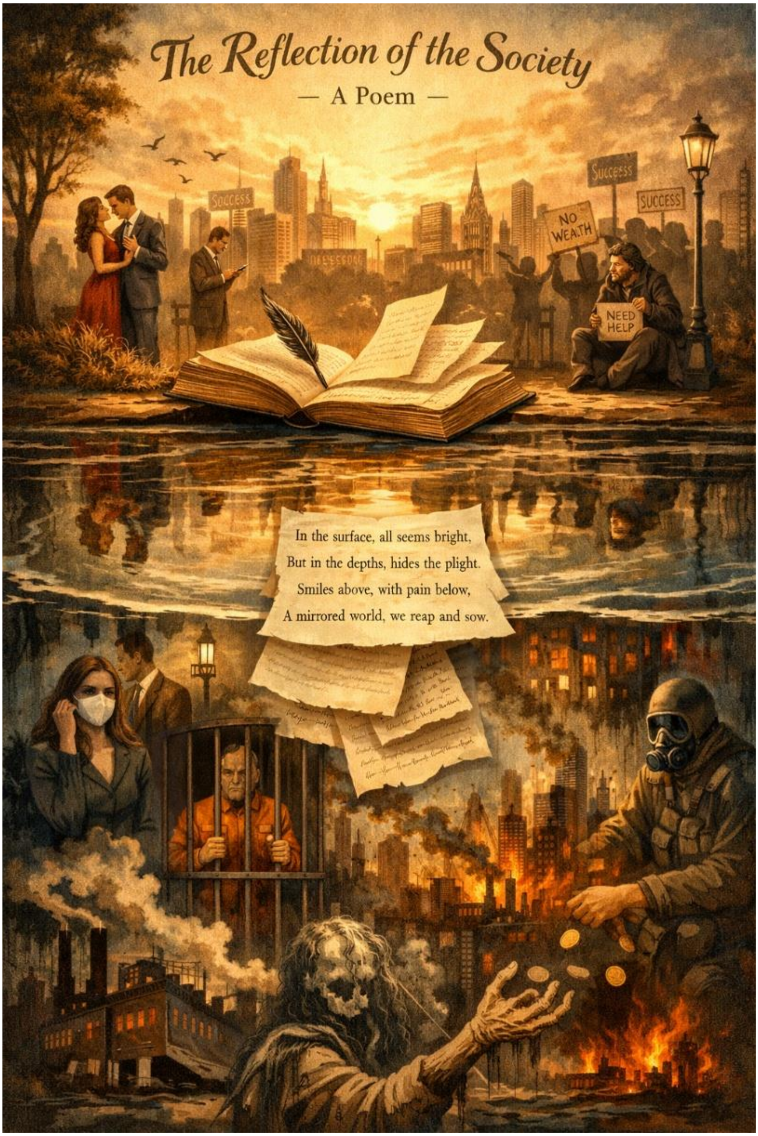
लोगों से घिरा था फिर मैं तन्हा था
यह तन्हाई मुझपे एक बोझ थी

लम्हा छोटा था या बड़ा था
पर लम्हे में जो सोच थी वह बहुत बड़ी थी

लम्हे में जो कशिश थी
वह कशिश बहुत घनी थी

हर कशिश आरजूओं को ले उठती थी
वह आरजू मेरे सोच में दफन थी

यह जिन्दगी थी या सोच थी
एक सोच से शुरू होक एक सोच पे खत्म थी


The Reflection of the Society
— A Poem —
Success
Success
SUCCESS
NO WEALTH
NEED HELP
In the surface, all seems bright,
But in the depths, hides the plight.
Smiles above, with pain below,
A mirrored world, we reap and sow.

समाज का प्रतिविम्ब – एक कविता

मानो तस्वीर सा कई जिंदगियों के
शब्द थे अफसानों के
बुने हैं अरमानों के धागों से
इस तरह उबर के आता है
मानों लिबास हो कितने चरित्रों के

मानों तस्वीर की हर एक अंश किरदार हो
उसमे जो भाव हो वह उनके उमंग हो
खींची हर रेखा उनके मर्यादा और उनके दायरे हो
मिलके सबके संगठन से जो तस्वीर बने
जो बयान करे धारणाएं कई समाजों के

एक छोटी सी बून्द कलम की
दूसरों बूंदों से कुछ इस तरह मिलाई गयी हो
जो किसी बून्द की पहचान न कर के भी
मिलके एक संघठित सी दिखती हो

हर एक बून्द के भाव भाग हो बड़े भाव के

मेरी भी सारी पंक्तियाँ छोटे छोटे भाव लेके तस्वीर के

फिर उसकी तुलना समाज और उनमे बसे लोगों से

कुछ इस तरह से हो जाये

की जब कविता पूरी हो उसकी तस्वीर भी बन जाये

जो समझाए एक बंधन लोगों की जिंदगी और बन रहे कई समाजों के

निशब्द

क्या हर कुछ के शब्द हैं
या कई निशब्द से भाव हैं

क्या हर कुछ की जिंदगी
या कुछ तो जिंदगी के छाँव हैं

क्या हाल य बयान करूं मैं इस अधूरे एहसास का
यह हाव भाव के धुप और छाँव हैं

जिंदगी किस डगर की मिसाल दूँ मैं तुझको
कल जो मुकाम थे आज वहां केवल निशब्द हैं

निशब्द के भी तो कोई मुकाम हैं
और यहाँ शब्द भी बेमुकाम हैं