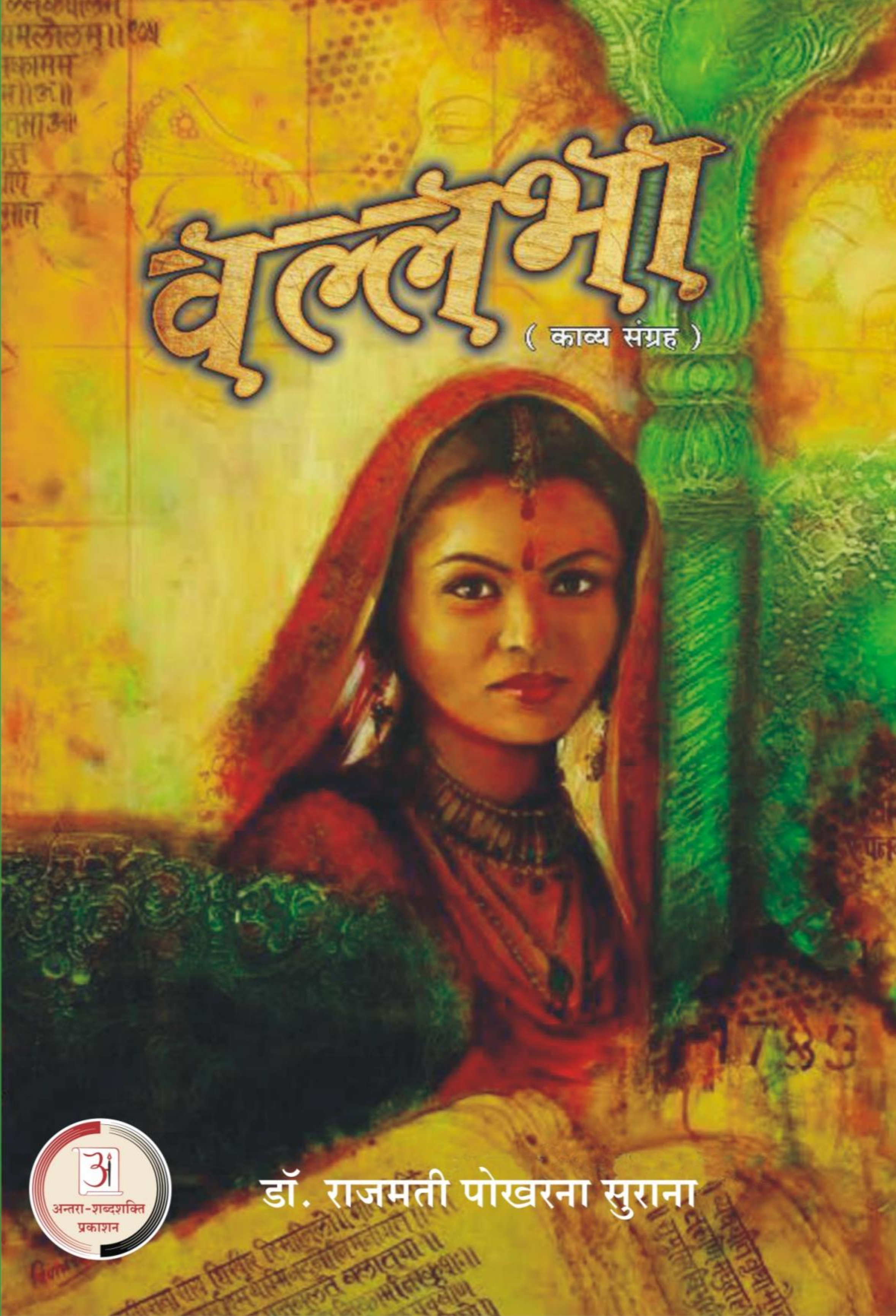

वल्लभा

(काव्य संग्रह)

डॉ. राजमती पोखरना सुराना

अन्तरा-शब्दशक्ति
प्रकाशन

वल्लभा (काव्य संग्रह)

वल्लभा

राजमती पोखरना सुराना

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन
वारासिवनी, मध्यप्रदेश

978-93-5372-261-6
संपादक- डॉ. प्रीति समकित सुराना
तकनीकी संपादक एवं आवरण चित्र- संदीप कुमार सोनी, वारासिवनी
मुख्य कार्यालय- 15 नेहरू चैक, वारासिवनी, जिला बालाघाट (म.प्र.) 481331
मोबाईल- 9424765259ए 9009465259
ईमेल- antrashabdshakti@gmail.com
वेबसाईट- www.antrashabdshakti
प्रथम संस्करण- 2020, राजमती पोखरना सुराना
मूल्य- 250.00 रूपये
मुद्रक- शैलू कम्प्युटर्स, वारासिवनी

THE BOOK WRITTEN BY RAJMATI POKHRNA SURANA

वैधानिक चेतावनीः- इस पुस्तक का सर्वाधिकार सुरक्षित है। लेखक की लिखित अनुमति के बिना इसके किसी भी अंश को फोटोकॉपी एवं रिकार्डिंग सहित इलेक्ट्रोनिक अथवा मशीनी किसी भी माध्यम में अथवा संग्रहण और पुनर्प्रयोग की प्रणाली द्वारा किसी भी रूप में पुनरूत्पादित अथवा संचारित प्रसारित नहीं किया जा सकता है। प्रस्तुत पुस्तक की समस्त रचनाएँ लेखक द्वारा अन्तरा-शब्दशक्ति प्रकाशन को प्रेषित की गई है। अतः प्रत्येक रचना की मौलिकता के किसी भी दावे हेतु लेखक जिम्मेदार है। प्रस्तुत पुस्तक के घटनाक्रम पात्र, भाषाशैली एवं स्थान सभी लेखक की कल्पना है। किसी भी प्रकार के वाद-विवाद के लिए प्रकाशक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है।

अनुक्रमणिका

1. नारी क्या है? 10
2. मैं स्त्री कभी हारी नहीं 11
3. कुछ तुम कहो 13
4. नहीं चाहती मैं आजादी 14
5. बदनाम औरतें 15
6. मुझे क्या मिला 16
7. स्त्री हूँ मैं 17
8. कैसे भूला दूं 19
9. घर संभल गया 21
10. कमजोर न थी 22
11. औरतें बहुत नाजुक होती है 23
12. जीवन साथी 25
13. मेरे पिया गये कहाँ 26
14. औरत हूँ मैं 27
15. मुट्‌ठी भर आकाश 28
16. अनजाना रिश्ता 29
17. जीवन संघर्ष 30
18. पागल लडकी 31
19. अनोखा बंधन 32
20. मै अलसाई अलसाई सी 33
21. मै स्त्री हर लम्हा 34

22.	बेदर्दी दुनिया	36
23.	डर लगता है	37
24.	हाँ हो तुम बलशाली	38
25.	मै जिसके लिए	39
26.	तुम मुझे प्रेम पत्र लौटा दो	40
27.	मैं नन्ही परी	41
28.	एक मैं और एक तुम	42
29.	शिकारी	43
30.	अनबुझ पहेली	44
31.	कन्या भ्रूण हत्या	45
32.	ख्वाहिश	46
33.	मैं संभली तो	47
34.	बाबा की लाडली	48
35.	मै नारी	49
36.	मैं नारी कभी दुर्गा	50
37.	यह जरूरी तो नहीं	51
38.	मेरी उदासियाँ	52
39.	मै पंछी नीलगगन की	54
40.	साँवली लड़की	55
41.	आज एक बात समझ में आई	56
42.	होती हैं अच्छी बुरी नारियाँ	57
43.	मैं नारी संगिनी	58
44.	मैं नारी विष पी अमृत बरसाती	59

45. मैं नारी नही जानती रोना 60
46. मै नारी क्या किस्मत पाई 61
47. गठबंधन 62
48. इक रोज 64
49. जब तुम कहते हो 65
50. तुम्हारी यादों में 66
51. मुझे कमजोर न समझो 67
52. मैं नन्ही परी 68
53. वाह रे जिदंगी 69
54. आखिर क्यूँ? 70
55. मै और मेरी तन्हाई 71
56. होती है कुछ ऐसी स्त्रियां 72
57. महिला उत्पीड़न 73
58. कुंठित मानसिकता 74
59. कौन हो तुम 75
60. मैं औरत 76
61. हिसाब करना बाकी है 77
62. मै औरत बदल रही हूँ 78
63. वैलेंटाइन डे 79
64. आज भी वही प्रश्न 81
65. करवा चौथ 82
66. दिल की तमन्ना 83
67. जीवन पथ पर 84

68.	तुम क्या गये	85
69.	नारी	86
70.	बरसात के बाद	88
71.	मै बैठी रही	89
72.	जहाँ औरतें नहीं होती	90
73.	स्त्री तेरे रूप अनेक	91
74.	नहीं हूँ मैं चाँद सी	92
75.	काश नारी पत्थर की होती	94
76.	आँखों से बहता नीर	95

"सृष्टि के प्रथम सोपान से,
आज के अविरल विकास महान तक,
मेरी भूमिका का संदर्भ,
अहो! प्रश्न चिन्ह कितना दुखद।"

आचार्य रामचन्द्र शुक्ल के अनुसार कविता से मनुष्य-भाव की रक्षा होती है। सृष्टि के पदार्थ या व्यापार-विशेष को कविता इस तरह व्यक्त करती है मानो वे पदार्थ या व्यापार-विशेष नेत्रों के सामने नाचने लगते हैं। वे मूर्तिमान दिखाई देने लगते हैं। उनकी उत्तमता या अनुत्तमता का विवेचन करने में बुद्धि से काम लेने की जरूरत नहीं पड़ती। कविता की प्रेरणा से मनोवेगों के प्रवाह जोर से बहने लगते हैं। तात्पर्य यह कि कविता मनोवेगों को उत्तेजित करने का एक उत्तम साधन है। यदि क्रोध, करूणा, दया, प्रेम आदि मनोभाव मनुष्य के अन्तःकरण से निकल जाएँ तो वह कुछ भी नहीं कर सकता। कविता हमारे मनोभावों को उच्छ्वासित करके हमारे जीवन में एक नया जीव डाल देती है। हम सृष्टि के सौन्दर्य को देखकर मोहित होने लगते हैं। कोई अनुचित या निष्ठुर काम हमें असह्य होने लगता है। हमें जान पड़ता है कि हमारा जीवन कई गुना अधिक होकर समस्त संसार में व्याप्त हो गया है।

कविता क्या है? जब कवि "भावनाओ की प्रसव" से गुजरते है तो कविताए प्रस्फूटित होते है।

महिलाओं के मनोभावों को लेकर मैंने कविताओं की रचना की है। महिलाएं इस सृष्टि की अनमोल रचना है, पर लोगों ने इसकी भावनाओं के साथ खिलवाड़ कर इसे आहत किया। जिस घर को अपने हाथों से सजाती है संवारती है, उसी घर में उसका कही बार अपमानित किया जाता है। जिसे लक्ष्मी, दुर्गा के रूप में मानव पूजा करता है, उसके साथ अमानवीय कृत्य करते हुए मानव क्यों नहीं घबराता है। नारी केवल सम्मान, प्यार की अभिलाषी होती है। फिर उसके हिस्से में इतना दर्द क्यों आता है। ममता की मूरत है पर उसे कदम कदम आहत कर रूलाया जाता है। नारी को विश्वास, प्यार, अपनेपन के अलावा कुछ नहीं चाहिए।

मेरी कविताओं में कही दर्द, कही प्यार, कही रोमांस, कही विरह के स्वर दिखाई देंगे। नारी का मन बहुत कोमल होता है। सबकी खुशियों के खातिर खुद की इच्छाओ को भूल सबको खुश रखने का प्रयास करती है। कितनी असहनीय मानवीय पीडाओ का दर्द सह कर भी अपना दर्द छिपाये रखती हैं। कभी-कभी अहसास होता है की एक नारी दूसरी नारी का संबल बन उसे प्रोत्साहित करती है, तो विडम्बना देखिये दूसरी तरफ एक नारी का दूसरी नारी को इतना दर्द देती है की वो मानसिक रूप से ही नहीं अपितु शारीरिक रूप से भी कमजोर हो जाती है। "होती हैं कुछ ऐसी नारियाँ" में इन्हीं भावों को मैंने पिरोने का प्रयास किया है।

मैंने अपने दिल के उद्गारो को पन्नो पर बिखेरने का छोटा सा प्रयास किया है, जो आपको अवश्य पसंद आएगा।अंत में एक कवि की कुछ पंक्तियाँ .....

मै दुर्गा, गार्गी, मैत्रयी से लेकर,
वर्तमान की अत्याधुनिक वेशधारी।
मेरे तन ने अनेक रूप बदले,
मन लेकिन वही सात्विक।
मानवीय मूल्यों को समेटे,
नित नए संकल्पों में विकल्प ढूंढती,
मेरी भूमिका का संदर्भ,
अहो! प्रश्न चिन्ह कितना दुखद।।

डॉ राजमती पोखरना सुराना
भीलवाड़ा राजस्थान

नारी क्या है?

नारी क्या है?
किसी के लिए जिदंगी,
तो किसी के लिए खिलौना है।

कुछ पुरुषों की नजर में,
एक नारी होट है तो,
किसी के लिये देहरी की लाज है।

चुप रह सब सहती है,
प्रेम और विश्वास की मूरत,
इसी कारण कितनी बार छली जाती है।

साहस, अहसास की छवि,
ईश्वर की सुन्दरतम रचना है ये,
पग पग पर अपमान का घूंट पीती है।

औरत होती हैं संजीदा,
पुरुष के स्पर्श को पहचानती है,
अनहोनी होने से पहले खुद को बचा लेती है।

औरत कभी कभी,
अनजान रिश्तों के भंवर में फंस भी जाती हैं,
तो खुद को........ संभाल भी लेती है।

ऐसी ही होती है औरतें,
प्रेम की पराकाष्ठा पर पहुंच कर,
सावित्री बन यम से भी जीत जाती हैं।।

मैं स्त्री कभी हारी नहीं

मैं स्त्री कभी हारी नहीं,
पर वक्त के साथ कितनी बार,
हारी हूँ, गिरी हूँ..., फिर उठी हूँ...।
वक्त हर बार कुछ खुशियाँ दे,
दगाबाजी दिखा देता है...
मैं अपने हिस्से की खुशी पाने,
सौ बार मरती हूँ..., फिर जीकर उठती हूँ।
क्यों वक्त मेरा इम्तिहान ले,
मुझे अपनी कसौटी पर,
खरा उतारने के लिए.....
कितना मशक्कत करता है।
मैं स्त्री खुद से कभी नहीं रूठी,
भू पर लोगों की बातों से रूठ जाती हूँ,
क्यों लोग बेमतलब की,
बातों से मुझे हर पल बिखराता है।
मैं स्त्री भूल गई खुद को,
अपने पराये रिश्ते की किताब के,
कुछ कोरे कागज़ पर....,
अपनेपन का रंग भरते हुए....,
अपना वजूद खो मुस्कराती हूँ।
गज़ब की धीरता है मुझमें,
लोग खेलते हैं मेरे दिल से....,
प्यार के बोल दो शब्द मेरी....
भावनाओ का मजाक उड़ा...,
मुझे एक पल में झटक देते है।

मैं फिर भी करती हूँ इंतजार,
कभी प्यार के दो शब्द बोलने वाले का,
मुझे जिसने हर लम्हा रूलाया,
उस शख्स का जो मुझे,
खिलौनासमझ खेलता रहा।
कितनी अजीब है दुनियाँ,
अपना काम है तो वक्त है,
पर जब स्त्री चाहती है,
कुछ वक़्त गुजारना उनके साथ,
मेरे पास वक्त नहीं है कह,
हर बार स्त्री को....,
आँसूओं में भीगा तन्हा कर देता है।
दिल कहता है पागल है तू,
तेरे पास जो शब्द है ना...,
विश्वास का......,
उसे अपनी जिंदगी से निकाल,
दरिया में फैंक कर आ जा।
तू स्त्री है ना सब पर.........
विश्वास कर लेती हो.......,
जब संवेदनाएँ सहमने लगती है,
अकेले में कितना रो देती हो।
हाँ मैं स्त्री हूँ नादान हूँ.........,
हो जाता है यह गुनाह........,
क्योंकि मैं सरलमना हूँ,...!

कुछ तुम कहो

कुछ तुम कहो, कुछ मै कहूँ चलो खुद को मनाये,
चलो ना हम मिलकर आज संग संग कुछ गुनगुनाये।
कुछ भूले बिसरे रिश्ते पर पड गई वक्त की धूल,
चलो आज फ़िर से एक बार अपनत्व की अलख जगाये।

कुछ इसरार, कुछ एतबार, कुछ इकरार को दिल से हटाये,
आज मिलकर क्यों ना हम रिश्तों का दायरा बढाये।
बीत गया जो कल और आने वाले कल में न उलझ,
वर्तमान में जी कर जीवन को आनंदित बनाये।

ये जमी ये आसमाँहै हमारा चलो इसे अपना बनाये,
क्यों ना उमंग, उम्मीद के पंख को हम फैलाये,
आओ हम सब कदम से कदम बढ़ा कर,
सब कुछ भूल कर आज एक से अनेक का सपना सजाये।।

नहीं चाहती मैं आजादी

नहीं चाहती मैं आजादी
मुझे पिंजरे में ही रहने दो,
बाहर घूम रहे कितने कपटी
मुझे क़ैद में रहने दो।

कब सुरक्षित रह पाऊंगी मैं
खुली फिजाओं में,
दरिंदगी की शिकार ना हो जाऊं
मुझे बस यही रहने दो।

दामन मेरा बड़ा है नाज़ुक
मैं कैसे बाहर संभालूंगी,
दुनिया वालों की नजर से बचा
मुझे यहाँ रहने दो।।

बदनाम औरतें

कुछ बदनाम औरतें सिर्फ अपने दिल की सुनती है,
बिंदास किरदार निभा मन मुताबिक..... चलती है।

कुछ बदनाम औरतों को पसंद होता है गुनगुनाना,
वक्त की मारी संगीत ग़ज़ल सुनने हेतु डोलती रहती है।

कुछ बदनाम औरतें ख्वाहिशें सजाती है मन में ढ़ेर सारी,
कब पूरी होगी ख्वाहिशें मेरी मन ही मन मचलती है।

कुछ बदनाम औरतें कभी कभी कुछ ऐसा कर जाती है
अपनी सादगी बिंदासपन से वह एक नई दुनिया रचती है।

कुछ बदनाम औरतें सामना करती है हर हालात का,
लोगों के अत्याचार को कब खामोशी से वह ओढती है।

कुछ बदनाम औरतें प्यार स्नेह लुटाती है रिश्तों में,
मुस्कुराती है खुद ही खुद में ना कभी बिलखती है।

कुछ बदनाम औरतें समाज के लिए प्रेरणा स्रोत बन,
"राज" की तरह बन बिंदास समाज की मिसाल बनती है।।

मुझे क्या मिला

मैने अपना जीवन तुम को अर्पण किया.....
मुझे क्या मिला?
मैने अपनी जिन्दगी सारी तेरे नाम की,
मुझे क्या मिला?
प्यार के बंधन में बंध तेरा घर आँगन संवारती रही !
मुझे क्या मिला?
सब की चाहतों,
जरूरतों को पुरा करने मे दिन रात जुझती रही!
मुझे क्या मिला?
बाबुल का ऑगन छोड तेरी बगियॉ महकाती रही,
मुझे क्या मिला?
अपने अस्तित्व को भूल सब पर खुशियॉ लुटाती रही,
मुझे क्या मिला?
जिसका हाथ थाम विश्वास की डोर बन
जीवन संगिनी बनी,
उसके अत्याचारों से सहमी सहमी बन जीवन काटती रही,
अन्दर ही अन्दर घुट घुट कर ऑसू बहाती रही,
उसने तो थोडा सा प्यार पाने के लिये
छलकते ऑसूओं को भी रोक लिया,
अपमानित, प्रताडित पुरूष के हाथो होने पर भी,
हर सजदे में उसी की सलामती की दुआ माँगती रही,
और देख लो मुझे क्या मिला? बस.....
मिला तो मुझे बस ऑसूओं का सैलाब मिला।।

स्त्री हूँ मैं

स्त्री हूँ मैं,
किसी की मोहताज नहीं मैं,
अरमानों का ताजमहल बेशक बनाना चाहती हूँ।

स्त्री हूँ मैं,
अपने सारे ग़म को दर्द को मैं,
पानी में बहा मुस्कराना चाहती हूँ।

स्त्री हूँ मैं,
जिंदगी ने दिये बहुत से जख्म मुझे,
उन जख्मौ पर मरहम लगाना चाहती हूँ।

स्त्री हूँ मैं,
कंटिली राह में नंगें पैर चल पडती हूँ मैं,
पर सभी की राह में कलियां बिछाना चाहती हूँ।

स्त्री हूँ मैं,
अपमान ईर्ष्या द्वेष से बहुत दूर रह,
प्रेम की रसधार दिल में बहाना चाहती हूँ।

स्त्री हूँ मैं,
वादा जो किया उसे निभाती हूँ मैं,
वादा तोड़ने वालो से दूर रहना चाहती हूँ।

स्त्री हूँ मैं,
रौज ख्वाब दफ़न होते हैं मेरे,
फिर भी मैं नया ख्वाब गढना चाहती हूँ।

स्त्री हूँ मैं,
हौंसला बहुत है मुझमें दुनिया वालों,
अपने हौसलों की उड़ान भर नभ छूना चाहती हूँ।

स्त्री हूँ मैं,
क्यू जमाने वाले कमजोर अशक्त मानते हैं,
बुलंद इरादों संग जीकर अपनी पहचान बनाना चाहती हूँ।

कैसे भूला दूं

कैसे भूला दूँ मैं तुमको,
कैसे कह दूँ तुमको अलविदा,
कुछ लम्हे ही सही पर....
तूने संग बाटी थी खुशियां।

तेरे ही नाम से होती रही,
मेरे हर सुबह की शुरुआत,
तेरे ही आँखों में सजाती रही,
मेरे जीवन की सारी ख्वाहिशें।

वक्त के कितने पहरों के बीच,
मुलाकातों का सिलसिला जारी रहा,
हर सवालों से जुझते हुए भी,
कभी दूर न हो पाए एक दूजे से।

आखिर ऐसी क्या खता हुई,
मेरे दिल के बंधन को.....
एक ही झटके में अलग कर,
मुझे वक्त की हवाओं में बहा दिया।

खिलते थे मेरी जिंदगी के रंग,
तेरी प्यार भरी मुस्कान के साथ,
लिपट लिपट कर रोती रही शामें,
तेरे जाने के बाद....।

आ भी जाओ ना एक बार फिर से,
कुछ न कहेंगे तुम से यह वादा रहा,
तुम बिन कैसे जिएं अब....,
जिन लबों पर सिर्फ तेरा ही नाम रहा।

रुक सी गई है मेरी जिंदगी अब,
चाँदनी रात तेरी याद में....
ठंडी सी दस्तक दे मेरी रूह को,
मेरे लफ़्ज़ों को नरम कर रूला देती है।।

घर सॅभल गया

मैं नारी जब सम्भली तो मेरा घर बदल गया,
लोग मेरे आस पास वही रहे पर मंजर बदल गया।

इक समय था मैं घर आँगन तक सिमटी रही,
आँगन तो वो वहीं रहा पर नजरिया बदल गया।

घर से बाहर निकल आ सेवा का गुनाह किया,
जो यह कहते थे उनका विचार बदल गया।

मेरे परिवार समाज ने मेरे लिए राहें आसान की,
मुझे दिये उड़ने के लिए पंख और घर बदल गया।

दिशाएं मुस्करा कर मेरा अभिवादन करने लगी,
हवाएं तो वही थी बहने का जरिया बदल गया।।

कमजोर न थी

कमजोर न थी कभी पर क्यों कमजोर पड़ गई हूँ,
हालातों से कर मुकाबला खुद से ही रुठने लगी हूँ।

दर्द की लुकाछिपी बादलों की आवाजाही सी है,
दरिया दर्द का गहरा उसमें डूबने लगीं हूँ।

भरता क्यों नही पाप करने वाले पापियों का घड़ा,
बूंद-बूंद आंसू निकलते है आँखों से सहमने लगी हूँ।

रावण, कंस, शुर्पणखा का आतंक इतना,
इन आजाद दरिंदो से आजकल बहुत डरने लगी हूँ।

अपने ही जब आपको राक्षस बन बर्बाद करने लगे,
उन राक्षसों की परछाइयों से बहुत घबराने लगी हूँ।

सहम जाता है दिल उनकी निगाहों से हर लम्हा,
लम्हा-लम्हा घुट-घुट कर मैं सहमी हुई जीने लगी हूँ।

मुकद्दर का खेल भी अजीब है जिंदगी में दोस्तों,
लोगों की ईर्ष्या और जलन बू से आतंकित होने लगी हूँ।।

औरतें बहुत नाजुक होती है

औरतें बड़ी नाजुक होती है,
दिल की बड़ी भोली होती है,
समेट लेती है सारी ख्वाहिशें,
चंचला लक्ष्मी वो घर की होती है।
वह तब तक तुम्हारी होती है,
जब वो रुठती है तुम से....,
प्यार में लड़ती है रोती है,
कभी कभी अपने आँसूओ को,
बहाते हुए अपने आँचल से पोछती है,
देर से आने पर उलाहने देती है,
प्यार मे बेधड़क डांट भी देती है
पर जब देखती है ....
कोई असर नहीं हो रहा उन पर,
तो वो अपनी राह बदल देती है
बात बात पर रुठने की आदत को
छोड़ देती हैं.....
छोड़ देती हैं आँखों से आँसू गिराना,
अपने पति की हर बात में हाँ मिला कर,

समेट लेती है खुद को खुद में।
मशीन की तरह काम करती है,
पर अब कोई शिकायत नहीं करती
मन से कोमल वह मृत प्राय सी होकर,
अपनी भावनाओं को अदृश्य कर,
अपने पति के लिए......
अपने आप को न जाने किस,
अनजान ढांचे में खुद को डालकर,
वो तुम्हारी तो हो जाती है,
पर दिल से तुम्हारी तब तक ही रहती है,
जब प्रेम की बेलें फलती फूलती रहतीं हैं।
औरतें कुछ ऐसी ही होती है,
पुरुष से दिल खोलकर प्रेम करती है,
पर जब उसकी भावनाओं को ठेस पहुंचती है,
तो आहत मन लिए अपनी नई दुनियाँ बसा लेती है।।

जीवन साथी

जीवन पथ पर सदा साथ चलना तुम,
हो सकें तो कुछ कामों में हाथ बंटा देना तुम।
दो जिस्म एक जान है हम...,
प्यार से मुझे रखना तुम...।

घर के काम से कभी थक कर झुन्झला जाऊं,
मुझे बाहों में ले हाथों को चूम लेना तुम।
गलतियाँ मुझसे मानती हूँ बहुत होती हैं,
डांट लगा कर मुझे मत रूलाना तुम।

नहीं आता मुझे जीवन का व्यवहारिक ज्ञान,
धीरे-धीरे से सबसे रूबरू करवा देना तुम।
कभी हो जाए हमारे बीच किसी बात पर बहस,
मुस्कराते हुए मुझे गले से लगा समझा देना तुम।

घर परिवार में मेरा कभी अपमान होने लगे,
रिश्ते नाते मे बिना दीवार खडी कर मुझे बहला देना तुम।
दर्द का एहसास जब मेरी रूह को तडपाने लगे,
मैं हूँ ना कहकर मेरे पास बैठ सिर सहला देना तुम।

मुसीबते जब भी तुम को करे परेशान तो...,
जिदंगी के हो जो भी राज मुझे बता देना तुम।

कभी धूप कभी छाँव है जिंदगी का अनमोल हिस्सा,
अपनी जिंदगी को रंगों से सराबोर कर देना तुम।

ऐ मेरे जीवन साथी तुम से ही है मेरा जीवन,
मुहब्बत की नदियाँ बहा घर को जन्नत बना देना तुम।।

मेरे पिया गये कहाँ

सखी मेरे पिया गये कौन से देश कैसे वक्त गुजारूँ मैं,
मन होता है अति व्याकुल, कैसे उन्हें पुकारूँ मैं।

उनके बिना मैं हो गयी अधूरी, नियति मुझे रूलाती है,
सुबह से शाम उनके ही खयालो में बीत जाती हैं।

याद कर पिया को ऑखों से झर झर अश्क बहते हैं,
कपोल पर होते छिन्न-भिन्न ऑसू लबों पर जा ठहरते हैं।

मकरंद मधुपान हेतु जब आम्र मंजरी पर मंडराते है,
मेरे सांसें थम सी जाती है याद वो दिन पुराने आते हैं।

बहुत रूलाती है पिया बातें तो चिन्तित हो बहकती हूँ,
बिन पानी मछली की तरह सखी मैं बहुत तडपती हूँ।

पता है वो निकल गये हैं एक अनजान सफर पर अब
लौट कर नहीं आता.... वहाँ से कोई भी अपने घर।

ह्रदय में आघात है गहरा, कभी नहीं यह भर पायेगा,
अविरल अनवरत अविराम ऑसूओ से दिल गहरायेगा।।

औरत हूँ मैं

औरत हूँ मैं मैंने कल्पनाओ को रचना सीखा है,
घर गृहस्थी के कैनवास पर रंग भरना सीखा है।

मैने अपनी जिदंगी का आसमाँप्यार से बादलों संग,
गरजते-बरसते-झुलसते हुए सब कुछ सहना सीखा है।

मै औरत सभी की जिदंगी का जीवन आधार हूँ,
मैंने भी समय-संग कदम से कदम मिला चलना सीखा है।

मुझे कभी कमजोर समझने की कोशिश मत करना लोगों,
शक्ति हूँ सृष्टि की सब्र सदाकत से मैंने भी रहना सीखा है।

मुट्ठी भर आजादी मिले बस इतनी सी तमन्ना रखती हूँ,
जिंदगी का फलसफा मैंने किताबों से पढना सीखा है।

अजीब सा दस्तूर बनाया है दुनियाँ वालों ने स्त्री के लिए,
अपने वजूद की तलाश के साथ जीना मरना सीखा है।

मैं औरत घर- परिवार को सजाती सँवारती हूँ रात दिन,
गम हो या हो कोई परेशानी मैंने तो बस हँसना सीखा है।।

मुट्ठी भर आकाश

मुट्ठी भर आकाश को छूने की कोशिश में झूल रही हूँ,
भरकर अपनी जेब में कुछ आकांक्षाये मचल रही हूँ।

सुरज की रोशनी सा तेज़ बेशक नहीं है मुझ में,
सूरज की बिखरी हुई लालिमा में अरमान सजा रही हूँ।

कब तक रोकेगी दुनियाँ मुझे मै सूरज सी जलती रहूँगी,
जिद्द है मेरी रोशन हो चमन यही सपना देख रही हूँ।

मै आज की हूँ नारी अपने होने का करती हूँ एलान,
डूबते हुए सूरज में अपने अस्तित्व को खोज रही हूँ।

जानती हूँ कठिन है बहुत यह सब कुछ करना मेरे लिए,
इतनी लम्बी तो मेरे बाँहे नही फिर भी बाँहों को फैला रही हूँ।

मुझे समझ सको तो मै दुनियाँ वालों के लिए रहस्य हूँ,
जंजीरों में बाँधी गई फिर भी अपना वजूद बना रही हूँ।

झूले की मे बैठ अपने अहसासों व जज़्बातो को महसूस कर,
जहाँ से मेरी कहानी खत्म हुई वही से नया सफ़र शुरू कर रहीं हूँ।।

अनजाना रिश्ता

अनकहा अनजाना सा रिश्ता है उनसे मेरा,
सात फेरे के बंधन से मुक्त है उनसे रिश्ता मेरा।

तकलीफ दिल को होती हैं कभी कभी सोचकर,
कितना कुछ खोया मैंने कैसा अजीब है रिश्ता मेरा।

बेजान जज़्बातो में डूब गुमराह हो रही है जिदंगी,
हाल ए दिल ऐसा अश्को में बह रहा है रिश्ता मेरा।

बहुत रूलाता है यह अनजान अनकहा रिश्ता,
कैसे समझायें दिल को तुम से प्यारा सा है रिश्ता मेरा।

तुम बिन दिल बहुत उदास हो जाता है,
तुम्हारी याद में कितना तडपाता है रिश्ता मेरा।

सुनो ना मेरे दिल की आवाज सुनकर आ भी जाओ,
मन तुम बिन पलभर भी नहीं लगता कैसा है ये रिश्ता मेरा।

एक बात पूछना चाहता हैं यह नादान दिल तुम से,
क्या मेरा प्यार इतना है कमजोर जो तोड़ दिया रिश्ता मेरा।

जीवन संघर्ष

जीवन संघर्षों की एक छोटी सी कहानी है,
जीवन की निरंतरता की भी अजीब निशानी है।

नारी शक्ति इस सृष्टि की है अनमोल देन,
तोहफा इस धरा का जलती जिंदगानी है।

जन्म से लेकर मृत्यु तक न जाने कितनी चिंता,
अन्तिम पड़ाव जीवन का चिता की कुर्बानी है।

कभी दहेज तो कभी अवहेलना की बलि पर चढ़,
अग्नि की ज्वाला में कितनी जल जाती जवानी है।

नारी जीवन वेदना संवेदनाओं का अनोखा अनुभव,
संवेदना हीन हो गया पुरुष, नारी फिर भी अनजानी है।

पागल लडकी

कोई कहता है मुझे एक पागल लड़की,
देखो सारे दिन कितनी मुस्कराती है।

न कोई बहाना ढूँढती है उदासी का,
वो तो हर बात पर कितनी मुस्कराती है।

कोई कुछ कहे या करे कितनी ही गलतियाँ,
रिश्तों में प्यार बढा वो कितनी मुस्कराती है।

आँखों की नमी को पोंछ लेती है चुपके से,
आँसूओं को पलकों में छिपा कितनी मुस्कुराती है।

मस्ती में नाचती हैं,गाती है, गमों को हटाती है,
दिल में नये ख्वाबों को सजा कितनी मुस्कुराती है।

अपनी मुस्कान को किराए पर दे लोगों को,
इंद्रधनुषी रंगों से सराबोर हो कितनी मुस्कुराती है।

अहम की भावना से परे हो सरलमना वो लड़की,
अपनी मुस्कान से जिंदगी संवार कितनी मुस्कुराती है।।

अनोखा बंधन

बड़ा गहरा सा प्यारा है यह बंधन,
जन्म जन्म का अनूठा है यह बंधन,
दो आत्माओं का मधुर मिलन,
बंध जाता है जब यह गठबंधन।

अनजान सफ़र पर चल पड़ता यह बंधन,
मन से मन का मिलन दो दिलों का यह बंधन,
स्नेह की डोर में बंध जाती है दो आत्मायें,
विवाह की शुभ बेला में मजबूत होता है यह बंधन।

सात फेरों से पूर्ण होता है यह बंधन,
रस्मे रिवाजों को स्वीकारता है यह बंधन,
जन्म जन्म के वचनों को निभाते हुए,
विश्वास की डोर से मजबूत होता है यह बंधन।

वचनों को निभाते हुए प्यार का मीठा बंधन,
अहसास कराता नमकीन सा यह बंधन,
प्रेम का प्रतीक जीवन का यह आधार,
पाणिग्रहण में बंध गुदगुदाता है यह बंधन।

सिया राम की तरह एक मिसाल सा यह बंधन,
कान्हा की बांसुरी में बंधा जैसे राधा का बंधन,
सांसों की डोर में बंध कर बांटता है दुःख सुख,
मन से मन का मिलन और वचनों का यह मृदु बंधन।।

मै अलसाई अलसाई सी

मैं हूँ कुछ नादान परिंदे सी,
अलसाई अलसाई सी।
मैं हूँ दुनिया की बातों से अनजान सी
घबराई घबराई सी।

मैं हूँ चित्रकार के तूलिका के रंग सी,
सतरंगी सतरंगी सी।
मै हूँ अल्हड़ बेशरम हवाओं सी,
उलझी उलझी सी।

मैं हूँ महकती बारिश के बूंदों सी
बहकी बहकी सी।
मैं हूँ बिंदास कुछ अलबेली सी,
शरमाई शरमाई सी।

मैं हूँ ऐसी ही कुछ स्वंछंद विचारों सी,
ठुकराई ठुकराई सी।
मैं हूँ मृदुल फागुन के बहारों सी,
पथराई पथराई सी।।

मै स्त्री हर लम्हा

मैं स्त्री हर लम्हा मरती हूँ,
मैं स्त्री हर लम्हा फिर भी जीती हूँ।

मन की बात कहूँ तो कैसे कहूँ,
और किसको कहूँ,
नहीं सुना सकती दिल की बातें,
तो अंदर ही अंदर रोती हूँ।

हाँ मैं स्त्री हूँ,
माँ बाबा के संस्कारों से,
लबरेज हो थोड़ी ज्यादा ही,
इसलिए मौन हो सब सुनती हूँ।

पुरूषों के सामने क्यों मैं,
हाँ मैं लाचार हो जाती हूँ,
अपने अधिकारों की बात करू,
तो ठुकराई जाती हूँ।

मिलती है जब दो पल की खुशी,
तो कितना मुस्कराती हूँ मैं,
पर खुशियां तो छूकर मेरे रूह को,
जब चली जाती है तो उदास हो जाती हूँ मैं।

हाँ मैं स्त्री हूँ,
कोई उसकी वेदना नहीं समझता,
यंत्र सी जिंदगी जीती रहती है,
पर कोई उसकी परवाह नहीं करता।

पुरूष की हाँ में हाँ मिलाती रहे तो अच्छा,
जब करती है प्रतिकार तो स्थिति हो जाती है गम्भीर,
जो घर को बनाती है स्वर्ग,
उसे मिलती है तो सिर्फ दुत्कार।

हाँ वो एक स्त्री ही तो है,
हर गम सह लेती परिवार के लिए,
अपने सारे शौक को रख देती है तिजोरी में,
पर... पर... फिर भी रहती है उपेक्षित सबके लिए।।

बेदर्दी दुनिया

माँक्यों ये दुनिया इतनी बेदर्दी है,
महफूज नहीं कोई कैसी ये आवारागर्दी है।

मैंने तो अभी जिंदगी की बारहखड़ी भी नहीं सीखी,
मर्दों की अजीब सी गणित की छाई दरिंदगी है।

माँ बाबा मैं तो नादान परिंदे सी अनजान थी,
अब तो कटे हुए पंख ही मेरे जीवन की निशानी है।

माँ ये अस्मत क्या होती है मैं तो नहीं जानती,
अस्मत लूटी दिन-दहाड़े मेरी ये कैसी आज़ादी है।

माँ क्यों उनका दिल नहीं घबराया मेरी रूह के स्पर्श से,
रोती रही बिलखती रही में यही मेरी कहानी है।

माँ जो मेरे साथ हुआ ना वो किसी बेटी के साथ अब न हो,
उठो ना माँजागो,न्याय दिलाने की आई अब तेरी बारी है।

मत होना कमजोर तू और अशक्त, असमर्थ कभी,
रख इरादें बुलंद तू होगी तेरी ही विजय तू मेरी माई है।।

डर लगता है

डर लगता है, कभी कभी यह सोचकर,
तेरी तुलना लड़कों से कर, तुझे कम न समझा जाए।

डर लगता है, कही तेरे सपनों के पंखों को,
उड़ान भरने से ही पहले बीच राह में, काट न दिया जाए।

डर लगता है, कोई तुझसे प्यार के दो शब्द बोल,
कर गुमराह तुझे तेरा गलत फायदा, न उठा जाए।

डर लगता है, तेरे नन्हे नन्हे कदमों पर,
जिम्मेदारियों के बोझ में डाल, रोक न दिया जाए।

डर लगता है, तेरी खुबसूरत न ख्वाहिशो को,
पूरा होने से पहले ही कही कुचल, न दिया जाए।

डर लगता है, मासूमियत भरी मुस्कान को,
फलने फूलने से पहले ही,मुस्कान पर विराम, न लगा दिया जाए।

डर लगता है, दुनिया के सभी बच्चियां,
अपने घरों में भी उन्हें महफूज, न रहना दिया जाए।।

हाँ हो तुम बलशाली

हाँ तुम हो बलशाली नारी,
हाँ तुम हो शक्तिशाली नारी।

लोगों की अवधारणा अब बदली,
हाँ अब नहीं है हम अबला नारी।

मुझमें है ताकत लक्ष्मी बाई जैसी,
वीर हूँ गुणवान हूँ सक्षम हूँ मैं नारी।

घर घर जाकर ज्ञान का दीप जलाने वाली,
कीचड़ उछालने वालों को सबक सीखाती हूँ मैं नारी।

मैं बच्चों के जीवन की प्रथम पाठशाला,
बच्चों को नैतिक मूल्यो से परिपूर्ण करती हूँ मैं नारी।

कहते हैं लोग की मैं अपनी संस्कृति को भूल गई,
नहीं भूली अपनी संस्कृति और सभ्यता को मैं नारी।

हाँ हैं कुछ स्त्रिया जो फंसी हुई है पाश्चात्य संस्कृति में,
आधुनिकता की दौड़ में खुद में वो सिमट गई नारी।

हाँ हम मैं है ताकत हम में है जोश भरा हुआ,
समाज को दे सेवा कीर्तिमान स्थापित कर रही है नारी।

घर की चारदीवारी से निकल असहाय की कर सेवा,
समाज की सेवा में तन मन धन से समर्पित है आज नारी।

वक्त आ गया आज इनके समर्पित मन को हम जाने,
सशक्तिकरण की दिशा में प्रयास कर रही है आज नारी।।

मै जिसके लिए

मैं जिसके लिए नेह बिछाती हूँ,
उसी के सपने रात दिन सजाती हूँ।
उसकी आँखों में आंसू ना आए कभी,
उसके सारे नाज़ नखरे मैं उठाती हूँ।

सारे ग़म भूल जाती हूँ उनकी पनाह मे आ कर,
उनकी निगाहों की शोखियां से मैं शरमाती हूँ।
गुजरते हैं जब वो मेरे दिल की गलियों में,
सारे रास्ते भूल हौले से उनके दिल में समाती हूँ।

मेरे लिए वो किसी फ़रिश्ते से कम नहीं,
जितना भूलना चाहती हूँ उतना ही करीब उन्हें पाती हूँ।
कुछ तो खूबियां हैं उनमें थोड़ी सी मुझसे ज्यादा,
अपने लबों पर सिर्फ उनका ही नाम सजाती हूँ।

तुम मुझे प्रेम पत्र लौटा दो

तुम मुझे अपने प्रेम-पत्र लौटा दो,
अश्कों में डूबी इन आँखों का चैन लौटा दो।
जिन अहसासों को मैंने कागज़ पर था उतारा,
उन अहसास की किताब मुझे लौटा दो।

मैंने बहुत दूर तलक किया तेरा इन्तजार,
हो सके तो उन पलों को लौटा दो।
एक मासूम इच्छा थी इस दिल की तुम को पाने की,
आहिस्ता से तुम ने चूमा थी कभी वो अहसास लौटा दो।

जमाने से तेरे खातिर हम कितना थे टकराये,
धूधंलें, चितकबरे ख़त के अक्षरों को लौटा दो।
मुझे पता है मेरा खत सब गलकर खत्म हो जाएगा,
हवाओं में टूकडों हो बिखर जाये तुम मुझे लौटा दो।

इश्क के ख़तो में मेरी भावनाएं हैं बसी,
आषाढ़ की पहली बारिश से पूर्व मुझे लौटा दो।
बारिश की बूंदों में भीग जायेंगी मेरे दिल की बातें,
आँखों के पोर पोर में बसे जज्बात को लौटा दो।

मैं अपने सीने से लगा कर रखना चाहता हूँ खतों को,
स्याही से लिखी गये सारे हरफ लौटा दो।।

मैं नन्ही परी

बाबा मैं नन्ही परी आपकी, तुमने नाजों से मुझको पाला था,
दुनियाँ है बहुत खुबसूरत, आप ने यह समझाया था।

मेरे पंखों में दम है, ये अहसास करा कर मुझे,
क्षितिज को छूने की चाहत में उड़ना सीखाया था।

हाँ बेशक जमाने की हवाओं का दस्तूर अब बदल चुका,
अपने अनुभव से मुझे इसका अहसास कराया था।

जीवन में आगे बढ़े, पीछे ना तू कभी हटे,
डरना झुकना नहीं है ज़रुरी आँखों में सपना सजाया था।

बाबा हाँ हैं सब कुछ पास मेरे, मेरे परवाजो में दम भी है,
एक तुम नहीं हो बाबा जिसने चलना सीखलाया था।

बहुत अखरता है बाबा जब कोई दर्द दिल को देता है,
पगली लड़की मत रो कह अब कोई नहीं सहलाता है।

जीवन की उलझनों में जब उलझता है मन मेरा,
घबराना मत मेरी बिटिया यही तो पाठ तुम ने पढ़ाया था।

मेरे पास है आपके संस्कारों की पूंजी उससे मैं तर जाऊंगी,
गुनगुनाती रहूँगी फिर से वही गीत जो हमने संग में गाया था।।

एक मैं और एक तुम

एक मैं और एक तुम हो,
चलो ना साहिल किनारे संग मेरे,
कुछ इश्क विश्क ही करते हैं।

दीवाना बनाया निगाहों ने तेरी,
दिल बड़ा बदमाश है क्या करें,
चलो कुछ गुनाह शुनाह करते हैं।

तेरे इश्क की दीवारों में,
कोई दरार पैदा ना हो कभी,
चलो ना इश्क मुकम्मल वुकम्मल करते हैं।

कमबख्त दिमाग के,
सारे दरवाजे बंद कर देता है इश्क,
चलो इश्क को नीलाम विलाम करते हैं।

नादानियाँ झलकती है,
अभी तक ऑखों से मेरी,
चलो कुछ आदत शादत बदलते हैं।

इश्क को लोग यहाँ,
क्यों मुफ्त में बदनाम करते हैं,
चलो इश्क के जुनून में हदे वदे पार करते हैं।।

शिकारी

शिकारी
आया एक बहुरूपिया बन शिकारी मेरे शहर में,
प्यार का नकली जाल बिछाया मेरे शहर में,
भोली भाली वनिताओं का फंसाया मेरे शहर मे।

मदारी
बन #मदारी सभी को गुमराह करता रहा शहर में,
चालाक था बड़ा बालाओं को बहलाता रहा शहर में,
समझ ही नहीं पाया उसके इशारों को कोई मेरे शहर में।

भिखारी
मन से नहीं तन से था भिखारी वो अजनबी मेरे शहर में,
मतलबपरस्ती में कितनों को पस्त किया उसने मेरे शहर में,
जिस्म का सौदागर था लुटता रहा इज्जत मेरे शहर में।

सवारी
खिलाड़ी था कोई बहुत बड़ा जो आया था मेरे शहर में,
वहम में जी रहा था वो बहुत किस गुमान में मेरे शहर में,
बाशिंदों की निगाह पड़ी निकली गधे पर सवारी मेरे शहर में।

उधारी
दरिंदगी का भूत सवार था उस पर जब आया वो मेरे शहर में,
वक्त की चाल ऐसी बदली बड़ी मुश्किल में पड़ गया वो मेरे शहर में,
जिंदगी अब उसको मिलेगी अब उधारी में अब इस शहर में।।

अनबुझ पहेली

मैं हर रोज अंधियारी रातों में बुनती हूँ ख्वाब अपने लिए,
मैं हर लम्हा जीती हूँ ख्वाहिशें सजाती हूँ अपनों के लिए।

कब होंगे ख्वाब मेरे पूरे इसी आशा निराशा के भाव से,
मैं लगी रहती हूँ उधेड़बुन में इन्हें सजाने के लिए।

मैं रोज अपनी किस्मत चमकाने के लिए करती हूँ अरदास,,
ईश्वर के दरबार में हो उपस्थित लीन हो जाती हूँ इसके लिए।

तब अहसास होता है ज़िन्दगी कैसी एक #अनबुझ पहेली सी है,
अहसास को महसूस कर सुलझाती हूँ पहेलियां जीने के लिए।

थक जाती हूँ, वक्त बहुत तड़पाता है,पर रो नहीं पाती,
आँसूओं का सैलाब उमड़ता है दर्द दिल में लिए।

टूटते हैं ख्वाब और टूट कर बिखरती है कितनी ख्वाहिशें,
मन में उठता है तूफान पागलों की तरह जिंदगी के लिए।

हवाओं का रुख बदलने की कोशिश कर हार जाती हूँ,
होता है अहसास तब जीवन अजीब पहेली हम सबके लिए।।।

कन्या भ्रूण हत्या

माँआज मैं आप से एक बात चाहती हूँ पूछ्ना,
माँतुम भी अपने बाबा की लाडली बिटिया थी ना,
फिर तुम तो को तो बाबा ने गर्भ में पलने दिया,
मैंने ऐसा क्या गुनाह किया तुम बोलो ना।

तुमने तो अपनी लाडो को अपने स्पर्श से जुदा कर दिया,
मुझे तो अजनबी की तरह गर्भ में ही खत्म कर दिया,
माँक्या बेटियां इतनी ज्यादा बुरी होती है क्या,
क्यों बिना कुछ सोचे-समझे मेरा अस्तित्व खत्म कर दिया।

माँक्या शिकायत करूँअब मैं तुझसे,
जमाने की बदनाम हवाओं से डर गई हो तुम जैसे,
मैं तो पंखुडी गुलाब सी कोमल और प्यारी थी,
तू इस बेरहम दुनियां के झूठे जंजाल में फंस गई कैसे।

मै लेती जन्म तो तेरा घर आँगन महकता,
मैं इतराती शरमाती तो तेरा दिल बहलता,
मेरी मुस्कराती एक मीठे-मीठे से झरने की तरह,
पर अब क्या बस मैं और मेरी यादें तो दिल तड़पता।।

ख्वाहिश

मुझे कभी अपनों से नहीं थी नफरत,
पर परिस्थितियों के आगे दिल हो गया मजबूर।
माना कि कुछ ख्वाहिश जमाने के डर से,
बीच राह में दम तोड़ती मुझे नजर आई।
मैंने कभी अपनी किस्मत से कोई शिकवा ना किया,
जो मिला ईश्वर का वरदान मान ग्रहण किया।
इम्तिहान जमाने वालों ने इतने लिये मेरे,
क़दम क़दम पर रुकावटें पैदा करी मेरे।
सोचती थी नहीं लड़ूंगी कभी किसी बात पर,
लोगों की फितरत से दब कर भी नहीं रहना आता।
माना की जिंदगी में मुसीबतों ने मेरा दामन नहीं छोड़ा,
मुसीबतों का सामना हँस-हँस कर किया ना कोई शिकवा किया।
तमन्ना थी बस इतनी सी मेरे नादान दिल की,
जिस पर बरसाई प्रेम की बहार हर लम्हा,
वो कभी तो मेरी भावनाओं को समझने की कोशिश करते।
गम हो,या हो खुशी जिंदगी में मेरे अब कभी भी,
आफतों का दौर मुझे हर पल महफूज रखे।
तमाम उम्र गुजर भी जाएं मेरी यदि मुफलिसी में यारों,
मुफलिसी का अंधेरा किसी की जिंदगी में ना आएं कभी।।

मैं संभली तो

मैं नारी जब सम्भली तो मेरा घर बदल गया,
लोग मेरे आस पास वही रहे पर मंजर बदल गया।

इक समय था मैं घर आँगन तक सिमटी रही,
आँगन तो वो वहीं रहा पर नजरिया बदल गया।

घर से बाहर निकल आ सेवा का गुनाह किया,
जो यह कहते थे उनका विचार बदल गया।

मेरे परिवार समाज ने मेरे लिए राहें आसान की,
मुझे दिये उड़ने के लिए पंख और घर बदल गया।

दिशाएं मुस्करा कर मेरा अभिवादन करने लगी,
हवाएं तो वही थी बहने का जरिया बदल गया।।

बाबा की लाडली

बाबा की लाडली लक्ष्मी मैं, बाबा के ऑगन में महकती हूँ,
पढ़ने को हैं आतुर मन मेरा तमस को हरती हूँ।

अंधियारी रातों में लालटेन की मद्धम रोशनी में पढ़,
अपने सपनों को साकार करने हेतु कोशिश करती हूँ।

क्यों हम बेटियों को लोग कमजोर है समझते,
हम तो है शक्ति का प्रतीक, कब कमजोर पड़ती हूँ।

तमस में ज्ञान का प्रकाश पुंज प्रकाशित करती हूँ,
घर की जिम्मेदारियों को भी मैं बख़ूबी सॅभालती हूँ।

मुझे पढ़ लिखकर जग में उजियारा फैलाना है,
जग में ज्ञान की ज्योति फ़ैलाऊँ ये कामना रखती हूँ।।

मै नारी

मै नारी .....
सब कुछ सहती रही,
सब कुछ झेलती रही,
फिर भी मन से नहीं हारी,
सबके बारे में सोचती रही.

मैं नारी....
कर्तव्य निर्वाह की परिधि,
से कभी पीछे न हटी,
हर बाधा को पार करती रही,
जीवन मैं खुशी तलाशती रही.

मैं नारी............
मेरी भी कुछ इच्छाएं थी
मेरी भी कुछ आकाँक्षाये थी,
अरमान थे मेरे मैं भी उडती,
हंसती, खिलखिलाती, इठलाती.

मैं नारी......
पर जमाना बडा बेदर्द निकला,
हर बार कसौटी पर परखा,
अपमानित किया पग पग पर,
और मैं निःशब्द हो समझौता करती रही,
मैं नारी...... मैं नारी....... मैं नारी..

मैं नारी कभी दुर्गा

मैं नारी......
कभी दुर्गा, कभी लक्ष्मी,
कभी काली, कभी शक्ति,
बन आराधना की गई मेरी
फिर भी मैं रही बेचारी.

मैं नारी.........
किसी की जीवन संगिनी बनी,
बाबुल का घर अंगना छोड आई,
तन मन सब अर्पित किया जिसको,
उसी से हर पल अपमानित हुई.

मैं नारी.......
थी जो कभी चंचला, चपला,
सरला, सरलमना, मनमौजी,
रिश्तों के बंधन में ऐसी बंधी,
सब छूटते गये, बस देखती ही रह गई.

मैं नारी........
अर्पिता, समर्पिता, हर्षिता,
न कुछ चाहा, न कुछ आस ऱखी,
अपना सर्वस्व अर्पण करती रही,
स्वयं को भूल, दूसरों के लिए जीती रही
मैं नारी....... मैं नारी........ मैं नारी....

यह जरूरी तो नहीं

तुम्हें अपने दिल की हर बात बता दूं,,
यह जरूरी तो नहीं।
हाँ तुम से ही है मोहब्बत,
कह दूँ तुमसे, यह जरूरी तो नहीं।

कहते हैं वो हमसे,
रातों को ख्वाबो में तुम आकर,
मुझे सोने नहीं देती,
मैं ही आती हूँ यह बताना, जरूरी तो नहीं।

मेरी दिल की धड़कन बढाती हो तुम,
इल्ज़ाम मुझ पर वो लगाते हैं,
अल्फ़ाज़ ए मोहब्बत के,
हम ही बोले यह, जरुरी तो नहीं।

खामोशियां तन्हाई में करती है परेशान,
होंठ गुलाब से खिल उठते हैं,
आता है जब लबों पर तेरा ही नाम,
उन लबों पर मेरा ही नाम हो यह, जरूरी तो नहीं।

तेरी निगाहों को अपलक निहारते हैं,
तेरी सांसों में बस डूब जाते हैं,
मेरे दिल की आवाज को सुनकर,
वो बैचेन हो या न हो... यह जरूरी तो नहीं।।

मेरी उदासियाँ

मेरी उदासियों को दूर कर मेरे चेहरे पर मुस्कराहट लाने वाले,
मेरे दिल की एक अद्भुत सी कल्पना हो तुम।
हाँ हो तुम।

ख्वाबों, ख्यालों,ख्वाहिशों में,हर लम्हा हर बात से जुड़े कर,
ख़ामोश जुबान पर अपना ही नाम पाते हो तुम।
हाँ हो तुम।

बरसती सावन की फुहारों में, रिमझिम रिमझिम बारिश में,
मेरी रूह को इश्क में भिगो कंपकंपा देते हो तुम।
हाँ हो तुम।

बारिशों की वो गीली गीली मिट्टी और उसकी भीनी-भीनी सी महक,
हवा के झोंके में हर बार महसूस होते हो तुम।
हाँ हो तुम।

बसते हो मेरे दिल की धड़कन में संगीत बन कर सदा,
कैसे बताऊं मैं तुम्हें, मेरी जिंदगी हो तुम।
हाँ हो तुम।

आँखों, यादों, ख्वाबों,हर सांस में तुम बस तुम ही बसते हो,
तुम से ही मेरी जिंदगी, जिंदगी की हर खुशी हो तुम।
हाँ हो तुम।

क्या बताऊँ तुम्हे, तुम मेरी तकदीर, मेरी चाहत, मेरे अरमान हो,
जिंदगी की शुरुआत भी तुम और अंत भी हो तुम।
हाँ हो तुम।

कैसे बताऊँ तुम्हे तुम क्या हो मेरे लिए,
लो आज मैं इश्क का इजहार करता हूँ,
अब आ भी जाओ, "राज"के बेताब दिल की तमन्ना हो तुम।
हाँ हो तुम।
सिर्फ तुम, तुम, तुम।।

मै पंछी नीलगगन की

मैं नारी........
मैं पंछी इस नीलगगन की,
रही हमेशा सीमा में अपनी,
चहकती रही, पर रीति नहीं तोड़ी,
रिश्ते - रिवाज निभाती रही..

मैं नारी...
मातृ शक्ति, सृजन दात्री,
बाबुल के घर की किलकारी,
दो दो घर की कुलवंशिणी,
तलाश कर रही अपनेपन की.

मैं नारी.........
जब उदास हुआ कोई प्राणी,
मनाती रही स़भी को हॅसाती रही,
रात दिन स्वयं की हस्ती को भूल,
औरों के लिए खुशियॉ तलाशती रही.

मैं नारी...
क्यों कोई मेरे बारे में सोचता नहीं,
क्यो मेरी खुशी किसमें है....
यह जानना चाहता नहीं
क्या यही जिन्दगानी है मेरी,
मैं नारी.... मैं नारी..... मैं नारी...

साँवली लड़की

दूर से झरोखों में खड़ी मुझे देख मुस्कुराती है,
हाँ एक है सांवली सी लड़की मेरे दिल की हसरतें बढाती है।

दिल की हसरत यही कि एक मुलाकात उससे हो जाए,
रात ख्वाबों में मोहब्बत की खुशबू बिखेर मुझे जगाती हैं।

मालूम है हमें उसकी आँखों में मेरे ही सपने बसते हैं,
हाल उसके दिल का ऐसा जान, मेरी बैचेनियां बढ़ जाती है।

कोशिश करता हूँ जितना उससे दूर जाने की और करीब पाता हूँ,
उसका चेहरा उसके हाथों की महक मुझे रात भर सताती है।

सारे ग़म को धो डालती है बारिशों की बूंदें बरस बरस कर,
फिर वही अंधेरी गुमनाम रातें तेरा अहसास करा जाती है।

अहसासों में तेरी यादें तेरा ही चेहरा "राज"को नज़र आता है,
तुम्हें पलकों में सजाने की ख्वाहिश से आंखें मुस्कुराती है।।

आज एक बात समझ में आई

आज एक बात मेरे समझ में आई
एक नारी थी माँमेरी उसने जिंदगी बनाई।

एक थी नारी मेरी अध्यापिका विद्या,
जिसने कलम की ताकत मुझे समझाई।

एक थी कृष्णा जिसने मुझे आगे बढ़ाया,
हाँ मुझमें बोलने की क्षमता ये बात बताई।

एक थी उषा और दिव्या मेरी अन्तशक्तियों को पहचाना,
मुझमें आत्मविश्वास भर नई राह दिखाई।

एक थी सास मेरी मुझे जीवन की सच्चाई से रूबरू करा,
रिश्तों को कैसे निभाना है यह बात सिखाई।

और कुछ थी नारियाँ जिन्होंने मुझे तोड़ने की कोशिश की,
उनकी अवहेलना से मैंने अपनी चेतना जगाई।

ईर्ष्या की वेदना और जलन की बू से मै सहमी,
खुद को किया मजबूत पथ पर आगे राह सजाई।

होती हैं अच्छी बुरी नारियाँ

होती है अच्छी भी और बुरी भी नारियाँ,
नारी ही नारी की दुश्मन, क्यूँ होती है नारियाँ।
कुछ होती है बहुत ही सीधी सादी नारियाँ,
उनको पग पग पर क्यूँ रूलाती है नारियाँ।

चुपचाप सुनती और सहती रहती कुछ नारियाँ,
नारी की फितरत से परेशान होती है ऐसी नारियाँ।
आज एक बात मेरे समझ में। हाँ आई
एक नारी थी माँउसने मेरी जिंदगी बनाई।

एक थी नारी मेरी अध्यापिका विद्या,
जिसने कलम की ताकत मुझे समझाई।
एक थी कृष्णा जिसने मुझे आगे बढ़ाया,
हाँ मुझमें बोलने की क्षमता ये बात बताई।

एक थी उषा और दिव्या मेरी अन्तशक्तियों को पहचाना,
मुझमें आत्मविश्वास भर नई राह दिखाई।
एक थी सास मेरी मुझे जीवन की सच्चाई से रूबरू करा,
रिश्तों को कैसे निभाना है यह बात सिखाई।

और कुछ थी नारियाँ जिन्होंने मुझे तोड़ने की कोशिश की,
उनकी अवहेलना से मैंने अपनी चेतना जगाई।
ईर्ष्या की वेदना और जलन की बू से मै सहमी,
खुद को किया मजबूत पथ पर बढ़ राह सजाई।

मैं नारी संगिनी

संगिनी, सहधर्मिणी, सहवासिनी,
सहचरी, सहगामी, प्रियवादिनी,
मोहिनी, ममतामयी,जीवनदायिनी,
फिर भी यूँ ही कट रही जिन्दगानी

मैं नारी.........
जमाने से लडती लडती,
थक कर चूर हो जाती....
बन्द कमरे में अकेली,
अपने अश्को के साथ वक्त बिताती.

मैं नारी......
दिन पर झुठी हॅसी लिए रहती,
होंठ भी छलावे में रहते यॅू ही
रिश्तों के भ्रम जाल में फंसती जाती,
कुछ पल अकेले अश्को के साथ बिताती.

मैं नारी.......
ढूंढती रहती कोई ऐसा साथी,
समझ सके जज्बातों को...
ला दे मेरे लबों पर हँसी,
अश्को को भूल मैं हँसती रहती
मैं नारी...... मैं नारी.... मैं नारी...

मैं नारी विष पी अमृत बरसाती

मैं नारी.......
हर कोई करता ढोंग साथ निभाने का,
उनका शौक बन गया मुझे आजमाने का,
यह देख देख कर परेशान हो जाती हूँ
तन्हा तन्हा हो अश्क के साथ वक्त बिताती हूँ

मैं नारी........
विष पीकर भी मैं अमृत बरसाती,
सह पुरुष की निष्ठुरता मैं पगला जाती,
विस्मृतियो में खो जाती..........
करुणा के टुकड़े कर जाती...

मैं नारी.......
मुझको कब किसने अपना माना है,
कब दर्द किसी ने मेरा जाना है..
कब किसी ने मुझको सहलाया है
मुझे तो बस आँसूओं से बहलाया है

मैं नारी.........
चाहत है मेरी मेरे जीवन में,
एक ऐसा भी दिन आए जल्दी,
स्नेह रहित इस बेदर्दी जग में,
पहचानी जाये शक्ति मेरी, कुछ तो पहचान हो मेरी
मैं नारी..... मैं नारी........ मैं नारी............||

मैं नारी नही जानती रोना

मैं नारी..........
बचपन में माँ मुझे सीखाती,
बेटी, तूने हँसना सीखा है,
तू नहीं जानती रोना.... 😅
वक्त बदला, बदली जिन्दगानी

मैं नारी............
अनवरत मैं चलती रही,
अपने आप में खुशियाँ...
तलाशती रही, तलाशती रही,
अपने दर्द को छिपाती रही...

मैं नारी..........
मर्दों के बीच मै अब भी,
क्यों कहलाती बेचारी...
अब भी होता चीरहरण,
दशहत के घेरे में है नारी..

मैं नारी..........
अश्को से की यारी,.........
अश्क लगते अब जीवन साथी
अस्तित्व हीन नन्ही बूंद सी...
सिसकियाँ ले रही मेरी जिंदगानी
मैं नारी..... मैं नारी....... मैं नारी......

मै नारी क्या किस्मत पाई

मैं नारी. ....
वाह भगवन क्या किस्मत लिखी,
बचपन में माँ पिता से सहमी.....
जवानी में पति के अंकुश से भीगी
बुढ़ापे में बेटों .... से..... हारी.

मैं नारी..........
अपने अधरो पर फीकी मुस्कान लिए
जिन्दगी का सफर तय करती रही,
कब तक यूँ ही मैं जीती रहूँगी...
कब तक इन आ़घातो को सहती रहूँगी

मैं नारी......
कब तक य़ूं ही टूटे तारों से...
जीवन का तार बजाती रहूँगी..
कब तक प्रकृति के निर्मम फन्दो में,
निढाल हो झुलती......... रहूँगी

मैं नारी...............
जब जग अवगत होगा ..
...... शक्ति से मेरी.........
विश्व प्रकम्पित हो जायेगा,
गुंजेगा जग में गुंजार यही
मैं नारी..... नारी शक्ति.. तूझे सलाम.

गठबंधन

अजीब सा गठबंधन हुआ था,
आज के दिन हमारा तुम्हारा,
न कोई मेहंदी की रस्म अदायगी,
न कोई हल्दी की रस्म अदायगी,
न कोई संगीत संध्या की रवानगी,
बिना किसी ताम झाम के हुई,
साधारण तरीके से शादी की रस्में।

बादल भी इस सादगी से को देख,
कितने हर्षाए थे पता है ना सबको,
पूरा दिन झमाझम लड़ी ही लगा दी थी,
रुकने का नाम ही कहा ले रही थी।
अजीब सा समाँ बांधा था फिजाओं ने।

सेहरा बांध कर तुम तैयार हुए,
पर बरखा रानी ने तो जिद्द ही पकड़ ली,
न रुकने की शायद चाहती थी वो,
तुम से कोई प्यारी सी बख्शिश।

अड़ियल रवैया अपनाया था उसने भी,
अग्नि के फेरे भी धुआँ-धुआँ करते,

धुएं के बीच आँखों को मलते हुए, पूरे हुए।
सात फेरों के बंधन में जब तक हम नहीं बंधे,
बरसती रही बरसती रही और,
हमारे बंधन को देख रिमझिम मुस्कराती रही।

आई जब विदाई की वेला,
आंख छुपा चुपके से बादलों की ओट में,
प्यार का घूंघट ओढ़े......
छिप कर बैठ गई इतराती हुई।
मैं भी अपने बादल के साए में,
हो महफूज बरसती बूँदों से,
हो विदा अपने बाबूल का आँगन छोड़,
नये जीवन की शुरुआत करने,
चल पड़ी साजन की गलियों में।।

इक रोज

इक रोज़ जिंदगी यूँ बदल जायेगी,
देखें थे जो आँखों ने ख्वाब उन्हें तोड़ जायेगी,
क्या करू जिंदगी तुझसे गिला शिकवा,
सोचा ना था जिंदगी ऐसे रूठ जायेगी।

मैं नारी हूँ क्या यही कसूर है मेरा,
चुपचाप सुनती रहूँ यही क्या जीवन है मेरा,
मेरे दिल में भी कुछ अनकही बाते है,
घुट घुट कर जीते जीते मन घबराता है मेरा।

ऐसा क्या गुनाह हुआ मुझसे जरा बताना तो,
नहीं जिया जाता दबिश में अपना जताना तो,
जल सा निर्मल हृदय कोई मेल मुझमें भरा नहीं,
आपसी शब्दों के प्रहारों से मुझे जरा बचाना तो।

हृदय की विवशता या संस्कारों की सीख,
नहीं मांगी मैंने कभी तुम से प्यार की भीख,
भीड़ में स्वयं को तन्हा पा मैं बिलखती रही,
कमजोर हो गई कुछ क्षण जाग जा सुनाई मुझे चीख।

हाँ लोग कहते हैं कि मैं नारी हूँ दब के रहो,
मैं हूँ सर्वस्व बस बिन कहे तुम सुनती रहो,
पर अब मैं भी थक गई हूँ यह सब सह सह कर,
अपना वजूद भूला पर सब कुछ अर्पित करते रहो।

जब तक मौन थी मौसम भी बिगड़ते रहे,
चुप्पी तोडी हिम्मत से हालात भी बदलते रहे,
मौसम की बहार आई कुछ देर के बाद मेरे आँगन में,
सावन बरसा, महका आँगन और रिश्ते सुधरते रहे।।

जब तुम कहते हो

जब तुम कहते हो, कैसे हो......,

ये सुनते ही दिल को सुकून मिलता है,
हाँ कोई तो है जो मेरा हाल चाल पूछता है।

और सुनाओं,
ये शब्द सुनते ही दिल की हर बात,
उन्हें बतलाने का मन करता है।

क्या चल रहा है,
जब पूछते हैं मुझसे वो,
तो दिल कहता है कह दूं,
तुम्हारे बिना तो सब रुका रुका सा लगता है।

सुनती हो,
जब वो प्यार से यह बोलते हैं,
तो एक मिनट के लिए तो मेरी, साँसे ही रुक जाती है।

तुम्हें मेरी याद आती है की नहीं,
क्या दूँ इस बात का जवाब उनको,
याद इतना करते हैं तुम्हें........,
तुम्हें जो हिचकियाँ आती है ना,
वो सबसे बड़ी गवाह है।

तुम्हारी यादों में

तुम्हारी यादों में रहूँगी,
हल्की हल्की फुहारों की तरह।

तेरे लबों पर बसती रहूँगी,
मीठे मीठे शहद के मिठास की तरह।
तेरी ऑखों में रहूँगी,
बूंद बूंद ऑसू बन सीप में मोती की तरह।

तेरे अहसासो में रहूँगी,
महकते महकते फूलों की महक की तरह।
तूझसे कुछ रूठी भी रहूँगी,
रिमझिम रिमझिम बारिश की तरह।

तुम्हारे शब्द शब्द में मैं रहूँगी,
कभी कभी संज्ञा सर्वनाम की तरह।
तुम्हारी सोच में भी रहूँगी,
कुछ कुछ छंद और अलंकार की तरह।

जब भी तन्हाईयां रुलायेगी तुम्हें,
जिंदगी की व्याकरण तब समझ में आयेगी।
तब तुम मेरे बिना रह नहीं पाओगे,
छंद मुक्त कविता थी क्या थी यही सोचते रह जाओगे।।

मुझे कमजोर न समझो

मुझे कमजोर न समझो ऐ दुनिया वालों,
मैं नारी हूँ न कभी किसी से हारी हूँ.....,
हो कैसी भी परिस्थिति मेरे जीवन में...
हँसते हँसते सारी परिस्थितियों से सामना करती हूँ।

कमजोर नहीं पड़ती हूँ घर की छत जब,
कभी कारणवश चरमराने लगती है.....,
बाजूओं में है दम मेरे मर्दों वाला काम भी,
करने में मैं कब घबराती हूँ..............।

हम दोनों आज की आधुनिक नारी हो..ना,हो
लोग सोचते होंगे ऐसा भी क्या हुआ हमारे साथ,
जिंदगी का खेल है बडा ही निराला है जग में
जो काम पुरुष के लिए था पर हम करने लगी है।

जिंदगी भी तो यही कहती हैं हमें सदा,
रथ के दो पहिए हैं गृहस्थी के सूत्र धार.....,
एक पहिया कमजोर पड़ भी गया गृहस्थी का तो,
दूसरा पहिया गृहस्थी को सम्भालने निकल पड़ा बाजारों में।।

मैं नन्ही परी

मैं नन्ही परी आपकी, तुमने नाजों से मुझको पाला था,
दुनिया है बहुत खुबसूरत, आप ने यह समझाया था।

मेरे पंखों में दम है, ये अहसास करा कर मुझे,
क्षितिज को छूने की चाहत में उड़ना सीखाया था।

हाँ बेशक जमाने की हवाओं का दस्तूर अब बदल चुका,
अपने अनुभव से मुझे इसका अहसास कराया था।

जीवन में आगे बढ़े, पीछे ना तू कभी हटे,
डरना झुकना नहीं है ज़रुरी आँखों में सपना सजाया था।

बाबा हाँ हैं सब कुछ पास मेरे, मेरे परवाजो में दम भी है,
एक तुम नहीं हो बाबा जिसने चलना सीखलाया था।

बहुत अखरता है बाबा जब कोई दर्द दिल को देता है,
पगली लड़की मत रो कह अब कोई नहीं सहलाता है।

जीवन की उलझनों में जब उलझता है मन मेरा,
घबराना मत मेरी बिटिया यही तो पाठ तुम ने पढ़ाया था।

मेरे पास है आपके संस्कारों की पूंजी उससे मैं तर जाऊँगी,
गुनगुनाती रहूँगी फिर से वही गीत जो हमने संग में गाया था।।

वाह रे जिदंगी

वाह रे जिंदगी,
तुझसे मैं क्या शिकायत करू,
इतने ग़म के झमेले को मैं....,
कब तक झेलती रहूँ........।

अजीब सी खामोश निगाहें,
देख दिल थर-थर कांपता है,
किस निगाह पर करूँविश्वास
कब तक यूँ कांपती रहूँ........।

सोचती हूँ कभी कभी मैं,
क्या इतने बुरे कर्म किये मैंने,
जो जिंदगी मुझे उलझा रही....
कब तक यूँ सोचती रहूँ.......।

तमस की गुहा में खो गई मैं,
मैं परिणिता परिवार की धुरी भी,
पर किसने मुझे समझा ही नहीं ... तो
कब तक यूँ सहती रहूँ........।

बहुत सह लिया मैंने ये जिंदगी तुझे,
अब तो खुशी के पल कुछ उधार दे दे,
प्यार के पल तो अब गिरवी हो गये,
कब तक यूँ घुटती रहूँ............।।।

आखिर क्यूँ?

औरत जानी जाती है,
कितने ही नामों से,
नारी, महिला, स्त्री, वामा,
अर्द्धांगिनी, भार्या, वल्लभा,
गेहिनी, गृहस्वामिनी से, फिर भी अधूरी सी लगती हैं क्यूँ?

बेटी हुई तो घर में,
लक्ष्मी का आगमन हुआ,
कहकर संबोधित करते हुए,
खुशियाँ मनाई गई........,
घर की रोशनी के साथ, फिर ऐसा बर्ताव क्यूँ?

निर्भया, दामिनी, चंचला कहा,
दुर्गा, काली,अम्बा कह पूजा,
पुरूष की कुत्सित कुंठा से,
नन्ही परियों के पंख काट,
काले स्याह के घेरे में कैद, हो जाती है उसकी जिंदगी क्यूँ?

औरत, नारी, महिला का भी,
एक अस्तित्व है,पहचान है,
अहसास ए मोहब्बत की कृति,
उसके चरित्र पर हर बार,
समाज द्वारा अंगुली उठा, अपमानित किया जाता है क्यूँ?

मै और मेरी तन्हाई

मै और मेरी तन्हाई, मुझे कहाँ पर ले आई।
चाहती हूँ जिदंगी जीना, जीवन में कैसी उदासी छाई।

कितने ख्वाब टूटे है मेरे, कितने ख्वाब पनपे है मेरे,
हवाओं का अजीब रूख, सब हुए दूर मुझसे मेरे।

पहाड़ की चोटी पर मै खड़ी, सोचती हूँ कैसी ये आई है घडी,
गुमसुम हो एक खयालातों में, कहाँ थी और कहाँमै आ पड़ी

बहुत वीरानगी है यहाँ, दूर दूर तक फैला है आसमां,
सूखी बंजर धरती, नजरें इनायत होती है यहाँ वहाँ ।

तन्हाई में डूबते हुए सूरज से, अरदास करती हूँ हो लीन मैं,
मै नारी कब तक अपने अस्तित्व के लिए, संघर्ष की सीमाओं
को झेलूगी मैं।

क्यों मेरी भूमिका का संदर्भ, प्रश्न चिन्ह बन उभरता है,
प्रकृति के आदि से अंत तक, मेरा जीवन है बस दुखद।।

होती है कुछ ऐसी स्त्रियां

होती हैं कुछ स्त्रियाँ बहुत ही सीधी सादी,
हँसते हँसते सह गमों को हो जाती है आदि।।

अपनी असफल शादी शुदा जिंदगी को बचाने के लिए,
बड़ी सफाई से झूठ बोल बचाने की करती है कोशिश।

रिश्तों की फुलवारी फले फूले प्यार का खाद डाल,
उड़ेल देती है बड़ी ही आसानी से उम्मीदों का पानी।

कमजोर हुई घर की दीवारों को बड़े जतन से,
मकान बनाने की कोशिश में खुद को ही भूल जाती है।

अपनी ख्वाहिशों को घर के एक कोने में रख कर,
नकली जामा ख्वाहिशों पर डाल मूक हो निहारती रहती है।

घर की चारदीवारी को सँवारते-सँवारते थक जाती है,
छ्त की मुंडेर पर बैठ आकाश की ओर निरंतर ताक्ती रहती है।

घर को स्वर्ग बनाने की कोशिश में स्नेह का इत्र दीवारों में छिड़क,
टूटते हुए गृहस्थ जीवन को महकाने में लगी रहती है

अपने पति की फरमाइशों को पूरा करने के लिए,
पसीनों की बूँदों में नहाती...

महिला उत्पीड़न

समाज में फैली महिला उत्पीडन को चलो दूर किया जाए,
दर्द दे रही अबलाओ को अपना अधिकार दिलाया जाए।

एक एक कर ध्वंस करें मजबूरी की तमाम कडियाँ,
जंजीरों में जकड़ी नारियों को मानसिक शिकार से निकाला जाए।

मुस्कुराती रहे वो सदा फूलों की तरह न मुरझाए कभी,
मन में चल रहे व्यभिचार और वेदना का तर्पण किया जाए।

नारी शक्ति को दे सम्मान न तोड़ें उसका स्वाभिमान,
महफूज रहे जग के दुर्विचार से, जज्बातों से न खेला जाए।

ख्वाहिश ए इश्क में हो तमन्नाएं उसकी हर पल पूरी,
पिंजरे में कैद अबलाओ के मन में उत्साह जगाया जाये।

स्वीकार हो उसकी गुम सुम पन्नो में बिखरी जिंदगी,
अमृत बरसाने वाली मूरत के ममता को न ठुकराया जाए।।

कुंठित मानसिकता

ऑखों की नमी किसी अबला की अब मुझे सोने नहीं देती,
फट जाता ऑचल उसका बीच बाजार में बात ये मुझे सोने नहीं देती।

ऑखों से बरबस ही मेरे अश्को की धार बहने लगती है,
अबलाओं की बेबसी, दुर्दशा देख चोट दिल को बहुत लगती हैं।

कुंठित, पैनी नजरों से आहत हो खुद को संभालने लगती हूँ,
बचा कर नजरें जमाने से अपनी रूह को कपड़ों से ढँकने लगती हूँ।

नारी वाले कोमल एहसास दम तोड़ने लगते है गंदी नजरों से,
नैतिकता के साँचे में ढल तब अरमानो को मन ही मन बुनती हूँ।

परम्पराओं की चौखट का उल्लंघन करना मेरा मकसद नहीं,
क्योँ दम तोड़ती राहें हर दम मेरी मिलती मुझे स्वच्छन्दता नहीं।।

कौन हो तुम

कौन हूँ तुम,
मेरे हमराज मेरे दोस्त, शायद नहीं हो तुम।

कौन हो तुम,
अनगिनत रेखाओं के बीच, टेढी रेखा हो तुम।

कौन हो तुम,
मुझे हर बार आहत कर, रूलाते हो तुम।

कौन हो तुम,
हाँ पवित्र रिश्ता है हमारा फिर, बेरुखी क्यों लाते तुम।

कौन हो तुम,
नहीं मैं तुम्हारी कुछ भी, मेरे लिए खुदा हो तुम।

कौन हो तुम,
कुछ अभिलाषा नहीं रखती मैं, दो शब्द से हंसा देते हो तुम।

कौन हो तुम,
ख्वाहिश नही है तुम्हे पाने की, मेरे दिल की धड़कन हो तुम।।

मैं औरत

कभी मैं किसी के लिए अरमान बन गई,
कभी मैं किसी के लिए मुस्कान बन गई,
नारी थी मै बेटी, माँ, बहन और पत्नी बनी,
कितने रूपों में ढलते हुए सबकी जान बन गई।

अर्पण किया सब कुछ अपनों के लिए,
संघर्ष की सीमाओं को पार किया अपनो के लिए,
सबके सामने अपने अस्तित्व का करती रही ऐलान,
हर साँस हर ईशारे पर पर नाचती रही अपनों के लिए।

अपने शब्दों की जादूगरी से सबको हँसाया,
पिता की शान बनी और पति का मान बढाया,
कठिन पगडंडियाँ पर पैदल चल राह दिखा,
फिर भी पराई कह समाज ने मुझे क्यों हर पल ठुकराया।

हाँ मैं औरत थी जैसा चाहा वो करती रही,
महसूस की पीड़ा दर्द की बूँदों को चखती रही,
भोली थी जंजीरों में कितना बार जकडी गई,
फिर भी सबको मैं अपना मानती रही।।

हिसाब करना बाकी है

रूह मेरी एसिड से झुलस भी गई तो क्या,
मेरी रूह में अभी भी थोड़ी सी जान बाकी है,
कमजोर नहीं हूँ मैं आत्मविश्वास है मुझमें,
जिदंगी की जंग को हँसते हुए देखना बाकी है।

ये कैसी मानव की मानसिकता है देखो,
मेरी मुस्कान छीन ली अधरों से जुल्म कर,
मिटाने लगे थे जो मेरी हस्ती को बिना अनुमति के,
उन्हे अपने दिल के दर्द की दास्तान सुनाना बाकी है।

हौसला है मुझमें बहुत पर है मेरे सुनहरे,
काली, दुर्गा, अम्बा, जगदम्बे हूँ मैं स्त्री जगत में,
ताकत है मेरी इन जली हुई बाजूओ में अभी भी,
मै करूँगी सपने अपने साकार जमाने को बताना बाकी है।

जितनी बार मै बिखरी हूँ जमाने की सूखी हवाओं में,
बिखर कर फिर निखरी हूँ बहार बन हवाओं में,
मेरी ख़्वाहिशों को बर्बाद करने वालो,
अभी अपनी ख़्वाहिशों का हिसाब करना बाकी है।।

मै औरत बदल रही हूँ

वक्त के साथ मै नारी, अब शायद बदल रही हूँ
पहले जैसा कोई न बंधन, ना कोई आडम्बरों की कैद से,
मै आजाद हो रही हूँ।

वो छिप छिप कर, इश्क की मुलाकातों का दौर,
अहसासों को मन में दबा, शेरों, शायरियाँ की दुनियाँ से,
बहुत दूर होती जा रही हूँ।

बिंदास बन कर इठलाती हूँ, रात दिन सपने देखने वाली मैं,
अपने सपनों को अपने बल से, अपनी काबिलियत से आज मै,
हर सपना साकार कर रही हूँ।

समय कितना खुबसूरत हो गया, आज मै नव संसार रच कर,
नींद में किसी की बेवफाई को याद कर, अपने आँसू नहीं बहाती हूँ,
वक्त के साथ मै बदल रही हूँ।

दगाबाजी दिखा लोगों ने मुझे, कितनी बार अंगुलियों पर नचा,
मेरे दिल को आहत किया पर, मैं अब जमाने की परवाह नहीं करती,
जमाने की बदरंगी हवाओं से दूर हो रही हूँ।
हाँ मैं औरत वक्त के साथ बदल रही हूँ।।

वैलेंटाइन डे

कल वैलेन्टाइन डे है,
बोलो तुम को क्या चाहिए,
अंगूठी, हार, झुमके, बालियाँ,
जब मैंने उससे पूछा तो,
वो मेरा हाथ पकड़ कर बोली,
मुझे कुछ नही चाहिए,
बस साथ चाहिए तुम्हारा।
तुम शरमाती बहुत हो,
बिंदास बन कर रहा करो,
जब मैंने उससे कहा,
तो पलटकर बोली अरे बाबा,
मै एक भारतीय नारी हूँ,
यह तो मेरा गहना है,
इसको मै कैसे छोड़ सकती हूँ।
उसने बड़े प्यार से पूछा,
वेलेंटाइन डे क्या होता हैं,
अरे पगली तुझे इतना भी नहीं पता,
ये तो प्यार का एक दिवस होता हैं,

सब अपने प्यार का इजहार कर,
खुशियाँ मनाते हैं, उपहार देते हैं।
थोड़ी सी सकुचाती हुई वो बोली,
क्या तुम मुझसे प्यार नहीं करते।
अरे बाबा करता हूँ बहुत ज्यादा,
तो मुस्कराती हुई वो बोली ....
रहने दो ये वैलेन्टाइन डे ......
मेरे लिये तो हर दिन प्रेम दिवस होता हैं,
मुझे नहीं मनाना कोई वैलेन्टाइन डे।

आज भी वही प्रश्न

आज भी वही प्रश्न,
क्या मैं सुरक्षित हूँ?
हैवानियत की किताब,
के पन्ने ताश के पत्तों से,
एक बार फिर से गिरें।
गुनाहगार हूँ मैं शायद,
सहायता की कि गुहार।
कांप उठी थी रूह,
जब गिद्धो की तरह,
उन्होंने नोचा था.....,
गिडगिडाई थी बहुत,
खून के ऑसू रूलाया था।
मेरे जिस्म से खेल कर,
मुझे अग्नि में झोंका था।
अब करो सजा मुकर्रर कोई,
मुझे भी इंसाफ मिले।
नहीं हूँ मैं अभी भी सुरक्षित,
दरिन्दों के बाजार में।।

करवा चौथ

छूआ जब हाथ को, तुमने तो बहुत अच्छा लगा,
तेरे घर का स्वागत सत्कार प्यार भरा अच्छा लगा।

अनजान थे अपरिचित थे हम दोनों एक दूजे से,
प्यार से दिल मिले रिश्ता नया नया अच्छा लगा।

सात फेरे के सातों वचनो में एक दूसरे को बांधा,
हम दोनों का यह अनोखा रिश्ता मुझे अच्छा लगा।

हम कितनी बार लड़े झगड़े और मनाने की कोशिश में,
आपसी प्रेम और लगाव वाली तकरार वो अच्छा लगा।

मुसीबते बादलों की तरह आती रही जाती रही,
सारे मुसीबते हँसते हँसते मिट दी तुम ने अच्छा लगा।

आपने मुस्कराते हुए हमारा हर लम्हा साथ दिया,
झिलमिलाने लगा जिदंगी का सफर तो अच्छा लगा।

तुम चाँद मेरे उस चाँद का दीदार मैं कैसे करूँ पर,
उस चाँद का दीदार करवा चौथ पर करना अच्छा लगा।

जिदंगी हमेशा खूबसूरत और महकती रहे हमारी,
'राज़' को इश्क मैं अपना माना तो अच्छा लगा।।

दिल की तमन्ना

दिल करता है ऐ सूरज मेरे,
इश्क में पागल हो तेरी बन मैं धरती,
घूमती रहूँ तेरे ही इर्द-गिर्द............
जब तक तुम स्वीकार न करों मुझे।

दिल करता है अल्फ़ाज़ बन जाऊँ,
रिक्तता मेरे मन की पिरोने लगूं शब्दों में,
मेरे दिल के अल्फ़ाजो का अर्थ......
समझ जाओ तुम शायद कभी मुझे।

इश्क में तेरे बन शिला में......
बन अंचल, अडिग खड़ी रहूँ मूक हो,
न कोई विकल्प न कोई संकल्प,
अंदर ही अंदर टूटता हुआ तब तुम देखो मुझे।

चाहत की पराकाष्ठा में कर पूजा तेरी,
मंदिर की घंटियों के स्वरो के ताल पर,
अपने अस्तित्व को स्थापित करने के लिए,
शायद तालमेल बैठाने की जद्दोजहद करनी पड़े मुझे।।

जीवन पथ पर

जीवन पथ पर हम नारियाँ चलती हैं अविराम,
बचपन हो या फिर हो जवानी चलती हैं अविराम।

बालपन में पैरों में जब पायल की झंकार लगती थी सुहानी,
झंकार की आवाज और हम सभी भागती थी अविराम।

धीरे-धीरे चलना सीखा हमने माँ बाबा की अंगुली पकड़,
छोड़ कर उनकी अंगुलियों को तब भागती थी अविराम।

छोटी सी दुनिया थी गुड़िया संग खेलती रहती हम,
गुड़िया का ब्याह रचाने कोशिश करती थी अविराम।

विद्यालय में जब जाने का आया समय तो विद्योपार्जन किया,
अच्छे अंक प्राप्त हो मुझे मेहनत की तब अविराम।

जिदंगी में कुछ बन सकूँ दिल की चाहत थी,
नव मुकाम हासिल हो सके ऑखों में सपने संजोये अविराम।

कन्या थी नादान में और मेरा भी विवाह हुआ,
समर्पित हुई गृहस्थ जीवन में मकान को घर बनाया अविराम।

जीवन यही तो है बस एक प्यारा सा सफर है,
सफलता जिदंगी की मिलती रही मुझे अविराम।

तुम क्या गये

तुम क्या गये मेरी जिन्दगी से,
मेरा शहर ही सूना कर गये,
जो कभी प्यार से दिल में बैठे थे,
वो ही दर्द को चार गुना कर गये।
उम्र भर जिसकी खिदमत में,
रहा. करते थे व्यस्तता में भी,
जिन्हे जीवन भर बनाया अपना,
वो ही न जाने क्यूँ भूल गये हमें,
तुम क्या गये मेरी जिन्दगी से,
मेरा शहर ही सूना कर गये।।
सॉसे थाम हर पल तेरा. ही,
तेरी सॉसों में समाने का ही,
मगन हो करते रहे इन्तजार,
मधुर तरानों में खोजते रहे तुम्हें।
तुम क्या गये मेरी जिन्दगी से,
मेरा शहर ही सूना कर गये।
कुछ पल हमारे नाम कर जाते,
उसमे हम तुम को समेट लेते।।

नारी

इक रोज़ जिंदगी यूँ बदल जायेगी,
देखें थे जो आँखों ने ख्वाब उन्हें तोड़ जायेगी,
क्या करू जिंदगी तुझसे गिला शिकवा,
सोचा ना था जिंदगी ऐसे रूठ जायेगी।

मैं नारी हूँ क्या यही कसूर है मेरा,
चुपचाप सुनती रहूँ यही क्या जीवन है मेरा,
मेरे दिल में भी कुछ अनकही बाते है,
घुट घुट कर जीते जीते मन घबराता है मेरा।

ऐसा क्या गुनाह हुआ मुझसे जरा बताना तो,
नहीं जिया जाता दबिश में अपना जताना तो,
जल सा निर्मल ह्रदय कोई मेल मुझमें भरा नहीं,
आपसी शब्दों के प्रहारों से मुझे जरा बचाना तो।

ह्रदय की विवशता या संस्कारों की सीख,
नहीं मांगी मैंने कभी तुम से प्यार की भीख,
भीड़ में स्वयं को तन्हा पा मैं बिलखती रही,
कमजोर हो गई कुछ क्षण जाग जा सुनाई मुझे चीख।

हाँ लोग कहते हैं कि मैं नारी हूँ दब के रहो,
मैं हूँ सर्वस्व बस बिन कहे तुम सुनती रहो,
पर अब मैं भी थक गई हूँ यह सब सह सह कर,
अपना वजूद भूला पर सब कुछ अर्पित करते रहो।

जब तक मौन थी मौसम भी बिगड़ते रहे,
चुप्पी तोडी हिम्मत से हालात भी बदलते रहे,
मौसम की बहार आई कुछ देर के बाद मेरे आँगन में,
सावन बरसा, महका आँगन और रिश्ते सुधरते रहे।।

बरसात के बाद

याद कर तुम्हें मेरी आंखें भीगती रही बरसात के बाद,
आस का एक दीपक फिर भी जलता रहा बरसात के बाद।

छिप जाए चलो हम कही दूर जाकर बरसती घटाओं से,
मिट्‌टी का यह जिस्म तेरा मेरा कही मिट ना जाए बरसात के बाद।

तनहाई में अक्सर अंधियारी रातों में दिल बड़ा घबराता रहा,
याद कर तुम्हें हर लम्हा ये दिल रोता रहा बरसात के बाद।

ओढ़ लो तुम प्यार की चादर बारिशों में आकर संग मेरे,
अधूरी न रहे ख्वाहिशें न रहे कोई शिकवा बरसात के बाद।

न चाहत कम हुई न मोहब्बत में कोई फर्क आया,
घनघोर घटाएं भी रुखसत हो गई बरसात के बाद।

भीगी भीगी आँखों में सजता रहा तेरा ही ख्वाब,
घर की कच्ची दीवार पर लिख दिया नाम तेरा बरसात के बाद।

हर लम्हा बारिश में दुआ कर मांगता रहा जिसे मैं,
कब आया वो, तन्हाई की चादर ओढ़ सो गया मैं बरसात के बाद।

चाँद भी करता रहा चाँदनी का भरी बारिश में इन्तजार,
न आया महबूब, चांद भी बादलों में छिप गया बरसात के बाद।

प्यासा ही रहा "राज" का दिल घनघोर घटाओं बीच,
रुखसत हो गये बादल भी देखो अब बरसात के बाद।।

मै बैठी रही

मै बैठी रही समन्दर के पास,
गुफ्तगू करती रहा लहरों के साथ,
अपने अहसासों को उजागर कर,
उदासी को भगाती ....रही,
समन्दर की चंचल लहरो से,
मुझमे भी विचार आते रहे,
रिश्तो की बेबसियाँ, बेरूखियॉ,
मुझे रूलाती रही.............,
जिन्दगी की स़च्चाईयों से मे,
रूबरू कराती रही...........,
मेरे खुबसूरत दिल के गमो को,
दिलासा देती रही है.........,
लहरों की शीतलता मेरे दिल को,
ठंडक पहुंचाती रही............
मै तो तो अनजान थी......
बेनाम रि़श्तो से परेशान थी,
इन रिश्तो को पाने के लिये,
हर वक्त तरसती रही.....
गुमनाम गलियों से ये रिश्ते,
हमे परेशान कर तडफाते रहे,
लहरों से तुफान आते रहे,
दिल के दरवाजे पर दस्तक देते रहे,
भीगी रेत से मन को सहलाते रहै।।

जहाँ औरतें नहीं होती

घर सूना सूना सा लगता है, जहाँ औरतें नहीं होती,
मकान कभी घर नही बनता, जहाँ औरतें नहीं होती।

हँसी, खुशी, तीज, त्यौहार, फीके फीके से लगते है,
घर का ऑगन रहता उदास, जहाँ औरतें नहीं होती।

चूडियों की खनक और पायल की झंकार की रौनक,
कहाँ सुनाई देती है घर मे, जहाँ औरतें नहीं होती।

खामोशी का पहरा रहता,दीवारों पर हर लम्हा वहाँ ,
घर का कोना बिखरा है रहता, जहाँ औरतें नहीं होती।

चहल पहल कुछ नहीं, अक्सर उदास शामे होती हैं,
कोई उमंग उत्साह नहीं, जहाँ औरतें नहीं होती।

अक्सर चिड़िया आकर, मुंडेर पर जब बैठती हैं,
चहकने का मन कहाँ होता, जहाँ औरतें नहीं होती।

अक्सर खिड़कियाँ दरवाजे, रहते हैं बंद .....वहाँ,
गुज़र जाती है शामे यूँ ही, जहाँ औरतें नहीं होती।

एक बेटे की चाहत मे, कितनी कन्याभ्रूणो की ह्त्या की
पहर कहाँ बुनते हैं ख्वाब, जहाँ औरतें नहीं होती।

दर्द के भंवर में फंस कर अपने अहसासों को भूल कर,
खो जाती है अजनबी जहाँन में, जहाँ दौलते नहीं होती।

स्त्री तेरे रूप अनेक

स्त्री से किसी ने पूछा
बताओ बताओं तुम्हारे रूप,
स्त्री बोली मेरे है कई रूप,
सृष्टि समाई हुई मुझमे मैं हूँ प्रतिरूप,
मुझसे ही तो बनता जग का रूप।

स्त्री हूँ मैं एक पर नाम है अनेक,
मैं माँ, बेटी,बहन, नानी, दादी,
भुआ, चाची ,ननद, मासी, ताई,
मुझमें ही समाया है धरा का रूप,
मुझमें ही समाये है सारे स्वरूप।

विद्या की दायनी सरस्वती कहलाती
तू धन की दायनी लक्ष्मी भी कहलाती
नारी तू है एक,पर तेरे नाम है अनेक,
सदैव रही तू समर्पिता मन तेरा मधुप,
चंचल मन तन भी चंचल ममता का तू रूप।

नदी सी है स्त्री बहती अविरल धारा सी,
जीवन के रिश्तों में भरती अमृत धारा सी,
मिलती सागर की तरह घर की लहरों में,
सृष्टि की जननी है तू प्रेम रूप तेरा अनूप,
तू ही दुर्गा तू सरस्वती तू लक्ष्मी का रूप।

अन्नपूर्णा,अर्पिता सहनशीलता तुझमे अखंड,
शक्तिरूपा, ममता की मूरत है भी वो स्त्री,
जया पराजया भी तू वंदनीय पूजनीय है तू,
दीप जला विश्वास के तू दीप्ति के है अनुरूप,
सुबह तू उषा शाम को संध्या सुहाना तेरा रूप।

उषा, संध्या, मिलन रात्रि का तू बन जाती निशां,
निद्रा की गोद में बन सपना ले भ्रभित कर मन,
भावना में बह कर रचती है तब कहानी कविता,
तेरे है रूप अनेक तू लगती मद्धम मद्धम सी धूप,
हाँ मैं स्त्री हूँ,जीती हूँ, धरा पर ले अनेक रूप।।

नहीं हूँ मैं चाँद सी

नहीं हूँ मैं चाँद सी पर मैं तो हूँ चाँदनी,
चाँद की उपमा से अलंकृत हूँ रूपसी,
खुबसूरत ग़ज़ल की तरह महकती हूँ,
आसमाँके चाँद सी अलग हूँ प्रेयसी।

हाँ मानती हूँ मैं चाँद सी नहीं हूँ पर,
चाँद सी शीतलता का प्रवाह है मुझमें,
मैं भी रहती हूँ हजारों सितारों के बीच
चाँद की तरह धरा पर अपने जीवन में।

मैं चाँद कलाओं सी घटती बढ़ती हुई,
स्वयं के लिये स्वयं को मै गढती हुई,
अमावस की रात हो या पूनम की रात,
नित्य बढा रही हूँ कदम मैं चलती हुई।

तमस घिर आये फिर भी राह नहीं छोड़ती,
कृष्ण पक्ष हो या शुक्ल पक्ष की तिथियाँ,
चाँद करता है फिर भी मद्धम मद्धम रोशनी,
मैं भी रख धीरज अनवरत सपने संजोती।

चाँद सी लोग कहते हैं मुझे पर कहाँ हूँ मैं ऐसी,
मेरे दिल का आकार भी घटता रहता है चाँद सी,
निखरती हूँ मैं पल्लवित होती हूँ फूलों की तरह,
भटकते मन मे अपनी ख्वाहिशे मुकम्मल करती सी।

मैं चाँद सी शीतल कोमल हाँ खुबसूरत हूँ,
पर चाँद बनने की तमन्ना अब दिल में नही रही,
वो रहता है आसमाँमें एकदम सुरक्षित होकर,
मैं बनी चाँद तो कैसे कह दूँ कि मै सुरक्षित रही।।

काश नारी पत्थर की होती

क्या होता काश नारी पत्थर की होती,
ममता का सागर नही होता कितनी कठोरता होती,
कोई तोड़ नहीं पाता उसके मन मंदिर के दरवाजे,
वीणा के तार से वो कभी उदासीन नहीं होती।

मन पावन ह्रदय में बसता जहाँ अथाह प्यार का सागर,
पत्थर सा दिल होने पर क्या वो हँसते हँसते दर्द सहती।
नाजुकता ,कोमलता से सदा मन रहता रीता,
काश नारी दुनियाँ मे दिल से पत्थर ही होती।

देवी बन कर पूजित करता है जिस नारी को ,
वो कठोरमना बन पापियों का किया संहार करती।
नहीं लाती मन में ऐसे दुराचारियों के लिये उदारता,
बन जाती वह सिंहनी दरिदो को मार गिराती।

जमाने ने उसे कितना दर्द दिया है पग पग पर पर,
चेतन मन को कर अवचेतन ज़िस्म को रौंद दिया हर पल,
कब तक मूक बन अपने अधिकारों के लिए लड़ती रहेंगी,
मानसिक विकृतियों से हो चिन्तित हर पल मरती।

पत्थर दिल होने पर बन जाता उसका मन मंदिर,
ना होती कोई चुनौतियां स्वच्छन्द विचरण वो करती,
हवस की शिकार बनने पर ऑखों से अश्क नहीं बहाती,
वह अलौकिक शक्ति बन दरिंदो का जीना हराम कर देती।

तब कोई कैसे उसकी अग्नि परीक्षा ले चरित्र का प्रमाण मांगता,
ना कभी वो मनुष्य के अत्याचारों को सहती,
नीरवता ,निर्भीकता, निर्जीवता का होता समावेश,
और मुक्त गगन के मानकों की अलग ही कोई कहानी होती।।

आँखों से बहता नीर

आँखों से बहता नीर मन को कर देता है विचलित,
नही रूकता मन के भावों का मंज़र होता है चिन्तित,
निज होता मेरे विचारों पर अत्याचार और अनाचार,
न्याय की गुहार लगाती हूँ पर दिल रहता हैं व्यथित।

अनाचार होता है जब हर बार मौन हो जाती हूँ मैं,
नीरवता कहूँ या नीयत अपने मन की होती हूँ निहित।
नयन मेरे भीगे रहते है मुखर होता रहता है मौन,
हाँ मैं हूँ सुखी सह अनाचार कह नही होती मुखरित।

उम्र के पन्ने उम्मीद की किरणों में ढलते जा रहे हैं,
अनजान अंधेरे में खुशियों को करती हूँ मैं पल्लवित।
आत्मा मेरी इन अनाचारो से लम्हा लम्हा चीत्कारती है,
आत्मसात हो जाती है छटपटाहट दर्द के साये सहित।

अपना अधिकार पाने के लिये करती हूँ भरसक प्रयास,
आवेगों में आता ज्वार मचाता तूफान कैसे करूँ शमित।
कोसती रहती हूँ उन दुष्टों को अपलक ऑखों से अपनी,
विकल होता है मन मेरा क्यूँ हो जाती हूँ मैं सदा भ्रमित।

ऑखों से शब्द ऑसू बन बहकर अधरों तक आते हैं,
कैसे करूँ उन अनाचारियो को इस जग में मैं अंकित।
कोई साथ नहीं देता सहती रहती हूँ दर्द मेरे हिस्से का,
हाथ खड़े कर देते है अक्सर सगे संबंधी और परिचित।।

क्यों महिला महफ़ूज नहीं हैं खुदा तेरी बनाई बस्ती में,
इतना दर्द क्यूँ मेरे हिस्से में कैसे करूँ मैं शब्दों में वर्णित।
काली बनी चंडी बनी, दुर्गा बन पापियों का किया संहार,
रावण खुले आम घूम रहे हैं यहाँ कैसे रहूँ मैं सुरक्षित।।

नाम - डॉ. राजमती पोखरना सुराना

माता - श्रीमती श्रीमाला पोखरना

पिता - श्री रवीन्द्र सिंह जी पोखरना

जन्मतिथि - सात अक्टूबर

निवास - भीलवाडा

शिक्षा - एम.ए., एम.फिल., एम.एकृ, पी.एच.डी

संप्रति - फोर्मर असीसटेंट प्रोफेसर, सम्पादक मंडल सदस्य,दो पत्रिकाओं में, सामाजिक कार्यकर्ता, मोटिवेशन स्पीकर, लेखिका। साहित्यिक जीवन शुरुआत कक्षा नौवीं से की। फिर धीरे धीरे सीखने की कोशिश की और कहानियां और निबंध लेखन प्रतियोगिता में भाग ले सदैव अव्वल स्थान पर रही।

निजी पुस्तकें - कोंपल (कहानी संग्रह), चीया और नानी (बाल साहित्य कहानी संग्रह), आदिवासी किशोर बालकों के शिक्षा में पर्यावरणीय अवरोध, अलबेली (काव्य संग्रह) अंतरा शब्द शक्ति प्रकाशन, जिदंगी के रंग (काव्य संग्रह)अंतरा शब्द शक्ति प्रकाशन, आरोहण रसात्मक अनुभूति, आपात काल में सृजन फूलवारी (काव्य संग्रह) अंतरा शब्द शक्ति प्रकाशन वारासिवनी, बीस सांझा काव्य संग्रह में कविताएं व गजलें प्रकाशित।

मंच उपलब्धि - संस्थापक-लर्निंग फोरम, मोटिवेशनल स्पीकर, निर्देशन एवं परामर्श, काव्य पाठ, मंच संचालन

सम्मान प्राप्ति - राजस्थान साहित्य अकादमी द्वारा पुरस्कृत, प्रथम स्थान प्राप्त, इसके अलावा राष्ट्रीय स्तर पर व राज्य स्तर पर करीब सौ से भी अधिक सम्मान से सम्मानित।

अन्य - समय समय पर रक्तदान शिविर का आयोजन, चिकित्सा शिविर तथा जरूरत मंद व्यक्तियों को आर्थिक सहायता प्रदान करना।

हिन्द व हिन्दी का सम्मान, है प्रमाण देशभक्ति का.. आइए करें सृजन, शब्द से शक्ति का...

15, नेहरु चौक, मेन रोड वारासिवनी, जिला - बालाघाट (म.प्र.), पिन 481331, मो.- 9424765259, ईमेल - antrashabdshakti@gmail.com

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)
अन्तरा शब्दशक्ति

अन्तरा शब्दशक्ति के लिंक्स
Website:- www.antrashabdshakti.com
Facebook page:- https://www.facebook.com/antrashabdshakti/
Fecbook group:- https://www.facebook.com/groups/antraashabdshakti/

978-93-5372-261-6

मूल्य 250/-