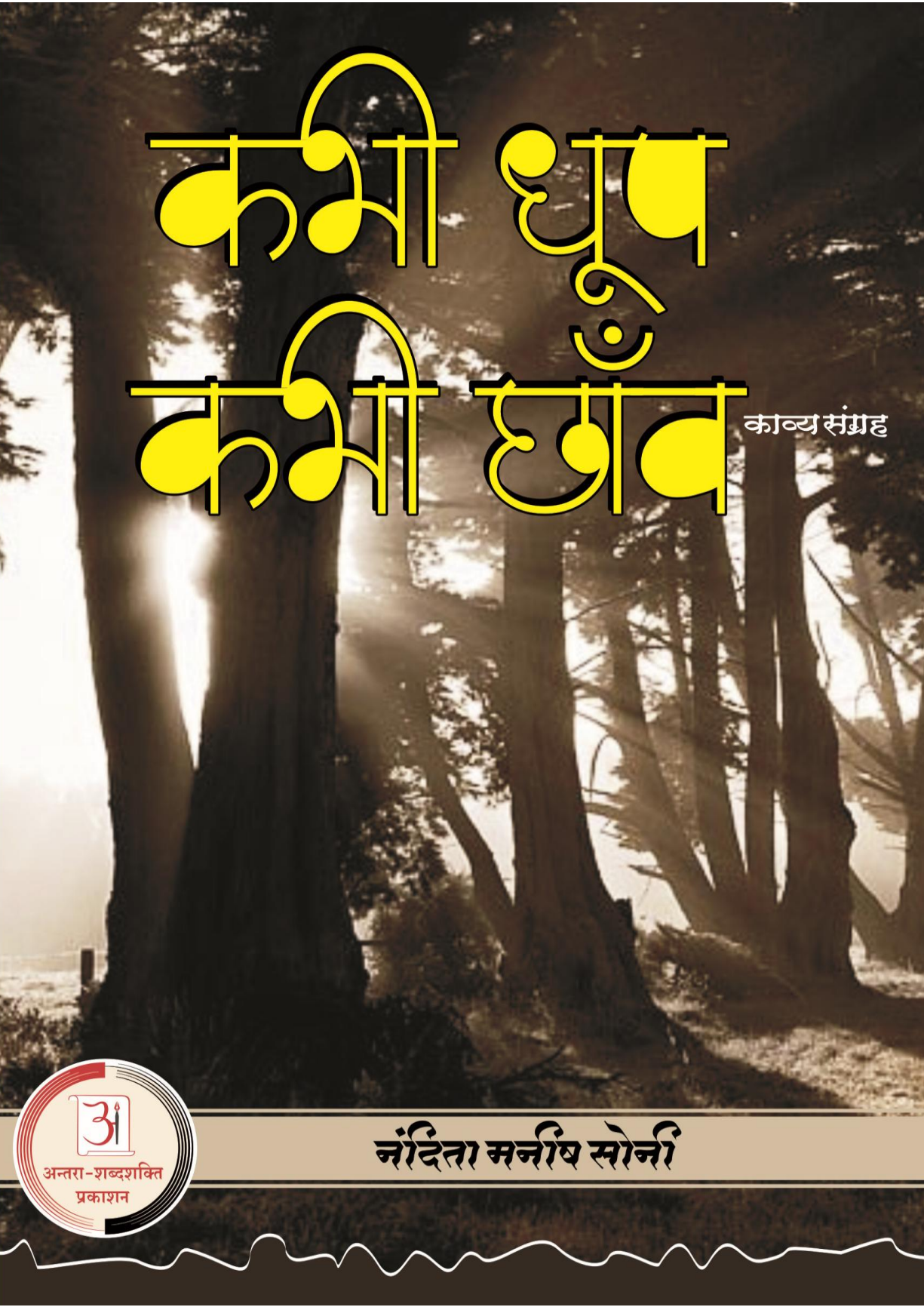

कभी धूप कभी छाँव

काव्य संग्रह

नंदिता मनीष सोनी

अन्तरा-शब्दशक्ति प्रकाशन

कभी धूप-कभी छांव

काव्य संग्रह

नंदिता मनीष सोनी

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन
वारासिवनी, मध्यप्रदेश

ISBN - " 978-93-5372-052-0"

अन्तरा-शब्दशक्ति प्रकाशन

संपादक- प्रीति समकित सुराना

तकनीकी संपादक एवं मिडिया प्रभारी - संदीप कुमार सोनी

मुख्य कार्यालय - १५ नेहरू चौक, वारासिवनी, जिला बालाघाट (म.प्र.) ४८१३३१

दूरभाष- (कार्या.) ०७६३३-२५३१५६

मोबाईल- ६४२४७६५२५६

अणुडाक - antrashabdshakti@gmail.com

अंतरताना - www.antrashabdshakti.com

प्रथम संस्करण - २०१६, **नंदिता मनीष सोनी**

आवरण चित्र - **संदीप सोनी, वारासिवनी**

मूल्य - ६०.०० रूपये

मूद्रक- **शैलू कम्प्यूटर्स, वारासिवनी**

KABHI DHOOP KABHI CHAVE BY NANDITA MANISH SONI

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।

अपनी बात

मां नर्मदा जी की पावन नगरी मंडला में मिले संस्कारों व मां सीता सोनी की कविताओं के सानिध्य में मेरा लालन पालन हुआ। मेरी माँ बहुत गुणी थी तथा उनको कविताओं का शौक था। संभवतः इसलिए जब मैंने शालेय दिनों में कविताओं को लिखना प्रारंभ किया तो पता ही नहीं चला कि कैसे मैं कवि बन गई। इसका सारा श्रेय मेरी माँ को है। जब मैं कालेज पहुंची तब तक मेरी कविताएँ स्थानीय अखबारों में प्रकाशित हो चुकी थी। इसी दौरान कालेज में स्वरचित काव्य प्रतियोगिता में द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ। किंतु परमपिता परमेश्वर ने मेरी माँ को मुझसे छीन लिया और उसके आघात में मैंने कविताओं से नाता तोड़ लिया।

परिवार में बड़ी बहन का विवाह संपन्न होने के पश्चात घर के कामकाज की जिम्मेदारी मुझ पर थी, पिताजी पुलिस में थे लेकिन मां के आकस्मिक निधन ने उनको भी भीतर से कमजोर कर दिया था। कई वर्ष इस तरह बीत गए। विवाह के पश्चात जब मैं इस घर में आई तो पता चला कि मेरे ससुर दिनेश सोनी जी भी कवि, साहित्यकार हैं। मैंने अपनी कविताओं वाली बात उनको नहीं बताई। परंतु एक दिन उनको कहीं से पता चला तो वे खुश हुए। उन्होंने प्रेरणा दी और मैंने पुनः लेखन कार्य प्रारंभ किया। कुछ वर्षों बाद वे ही संसार त्यागकर चले गए। उसके समय पश्चात मेरा परिचय माधुरी राउलकर, इंदिरा किसलय, डॉ. सागर खादीवाला से हुआ।

आप सभी के स्नेह से मैंने पुनः लिखना प्रारंभ किया। अंतरंग, हिंदी महिला समिति सहित साहित्यकारों के संगठन से जुड़ने का अवसर मिला। आज मैं अपनी चुनिंदा रचनाओं के साथ आपके समक्ष प्रस्तुत हूँ। आशा है आपका सहयोग हमेशा मिलता रहेगा।

धन्यवाद

आपकी

श्रीमती नंदिता मनीष सोनी

अनुक्रमणिका

1.	मां	7
2.	खूबसूरत जिंदगी	8
3.	कभी धूप-कभी छांव	9
4.	मेघा रे मेघा	10
5.	धरा का श्रृंगार	11
6.	लहराए तिरंगा	12
7.	अपेक्षा	13
8.	खुशियाँ	14
9.	मुकद्दर	15
10.	कलम	16
11.	आंसू	17
12.	बेटा या बेटी	18
13.	विदेशी बनते बच्चे	19
14.	नीला आसमान	20
15.	राम न बनो	21
16.	गिरधारी	22
17.	असली खुशी	23
18.	एक दीप	24-25
19.	आजादी	26
20.	काव्य तुम्हें प्रणाम	27
21.	जीवन की घडियां	28
22.	ऋतु वसंती	29

23.	हरियाली चुनर	30
24.	वसंत बहार	31
25.	नर नारी	32

मां

मां की ममता सबसे प्यारी,
तेरे आंचल में मेरी दुनिया सारी,
तेरी बातों में जादू की किलकारी,
तेरे चरणों में मैं जाऊ वारी,
सीख मिली जो तुझसे,
खिल गई उससे जिंदगानी,
तेरी खट्टी-मीठी यादो से,
महके जीवन की फुलवारी,
मां दिल की हर धड़कन में समाई,
तुझमें ही मैनें सारे तीर्थधाम पाई

खूबसूरत जिंदगी

खूब सूरत होती हैं जिन्दगी
प्यारी सी सहेली है जिन्दगी

दरवाजे से देखू या झरोखो से
एक अनबुझी पहेली हैं जिन्दगी

हर ख्वाहिशे पूरी नहीं होती यहां
हर दास्तान अधूरी हैं जिन्दगी

कभी धूप कभी छांव

कभी धूप हो तुम, कभी छाँव हो तुम
मेरे जीवन की नाव के पतवार हो तुम

कभी दर्पण हो तुम, कभी समर्पण हो तुम
मेरे विश्वास की एक मजबूत डोर हो तुम

कभी आस हो तुम, कभी पास हो तुम
मेरे जीवन का सुखद अहसास हो तुम

कभी खुशी हो तुम, कभी गीत हो तुम
मेरे जीवन का मधुर संगीत हो तुम

मेघा रे मेघा

मेघा रे मेघा

बरस भी जा

छिप बैठा तू कित ओर

आके दरस दिखा जा

गगन में जब घिर आता

दिलों में आस जगा जाता

गरज के साथ बरस भी जा

धरती का नव श्रृंगार कर जा

मेघा रे मेघा बरस भी जा

तेरे आने से हर खुशी हमारी

रिमझिम फुहारों की लड़ी

लगेगी बड़ी सुहानी

वो सावन के मेले

वो बसुधा की हरियाली

महकेगा जीवन सारा

भर जाएगी झोली खाली

मेघा रे मेघा बरस भी जा

धरा का श्रंगार

तपित थी सूर्यप्रकाश से,

साथ जलधर का ले खुद को निहारने लगी

वर्षा की पाकर नेह फुहारे,

उपवन जी उठ खड़े हुए,

जाने कितने नए अंकुर आए,

हर ओर हरियाली लाए,

गरज गरज कर बरस गए,

सूखी नदिया, ताल तलैया भर गए,

बागो में खिले फूल खुशबू फैला रहे।

कोयल की कूहू कूहू, पपीहे की पीहू पीहू,

दादुर की टर्र टर्र,

संगीत कुछ मार्धुय सुना रहे,

पवन भी अपनी ध्वनि में कोई गीत गुनगुनाने लगा,

पात डाल की कुछ बातें होने लगी,

भूमि भी हरी चूनर ओढ़,

ममत्व भर झूम उठी,

देख वसु का नव श्रंगार,

बादल भी मुस्कराने लगा,

लहराएं तिरंगा

लहर लहर लहराए तिरंगा
जब साथ चले सारे हिंदूस्तानी
बिन नफरत के संग मौज करे
प्यार की भाषा बोले
तब लहर लहर लहराए तिरंगा
देश के वीरो को नमन करते चले
शहीदो की यादो में दो पल मौन हो जाए
नैनो से अश्रु न बहाए
पर दिल उनका रोए यादो में
तब लहर लहर लहराए तिरंगा
मत काटो अपनी वाणी से
अपने बंधु भगनी को
हर बचपन को खिलने दो
मत भेद करो बेटी बेटो में
सबसे प्यार की भाषा सुनके
लहर लहर लहराए तिरंगा
मत लज्जित करो किसी नारी को
संतुलन का मुख्य आधार वह
घर घर की शान ,देश कीआन हैं
आगे बढ़े नर नारी संग संग
तब लहर लहर लहराए तिरंगा

अपेक्षा

मत कर अपेक्षा
बहुत दुख पाएगा
सुखद जीवन का रहस्य
आगे बढ़ते चल

जिंदगी ने सिखाया
राह में जो मिला
स्नेह से शीश झुका
मंजिल की ओर
मुस्कराकर चल

भरोसा जिनका करेंगा
वही तोड़ देगें
साथ निभाने फिर
नए दोस्त मिलगें

खुशियाँ

ढूंढते हो तुम खुशियां
कहां मिलेगी खुशियां
आस पास देखो
घर बाहर देखो
गली मौहल्ले देखो
सिनेमा हाल बाजार
बड़े माल में देखो
गार्डन में रिश्तों में देखो
शायद मिल जाए तुमको
जब कहीं न मिले तो
स्वयं में ही ढूंढना
खुशियां तुम में ही हैं
तुम खुशियों से नहीं

मुकद्दर

मुक्दर भी तेरा क्या गजब का
मौसम की तरह करवट बदलता
कभी सुख की सुनहरी धूप होती
कभी गम के घने बादल छा जातें
सफर के हर मोड़ में
मशक्कत भी काम नही आती
कभी सपने टूट जाते
कभी भावनाएं बिखर जाती
मिट के संवरने मे
जिंदगी पूरी निकल जाती

कलम

कलम की ताकत तो कलम जानती

कभी प्यार की रोशनी बिखेरती

कभी तलवार से भी तेज चलती

कभी दिलो को जोड़ती

कभी दिलो को भेदती

कलम से मेरी जिंदगी

कलम से मेरी दोस्ती

कलम से मेरी रोजी

कलम से मेरी रोटी

कलम चलेगी बदलेगी जिन्दगी

कलम की खूबसूरती कलम ही जानती

आंसू

तेरे अश्को से पूछू जमाना क्या कहता

खुशी के फूल खिलते तो साथ चलता,

गम की आंधियों में दो कदम आगे निकलता.

तेरे अश्को से पुछू जमाना क्या कहता.

खुशी हो रंज हो, तू मुस्कराते रहना,

तू साथ हैं खुद के, तो सब साथ चलते.

तेरे अश्को से पुछू जमाना क्या कहता.

तेरी मुस्कराटों में हम जिन्दा रहते,

तेरी खुशियों से हरदम हम खुश होते.

तेरे अश्को से पुछू जमाना क्या कहता.

न बहाया करो अश्को को,

तेरा भीगा चेहरा भाता नहीं,

तेरी कजरारी आंखों में,

मैं दिखता हरदम ही.

तेरे अश्कों से पुछू जमाना क्या कहता

बेटा हो या बेटी

बेटा हो या बेटी
दोनो ही शान घर की
बेटी बिन सूना संसार
बेटा बिन अधूरा इंसान
बगिया के दो सुंदर फूल
सहेजो और संवारो
राह से कभी न भटके
ज्ञान उन्हें ऐसा मिले
प्यार, समर्पण, जिम्मेदारी
दोनों में ही भरी हो पूरी
एक त्याग की मूरत
एक संघर्ष की सूरत
घर संसार को
दोनों की ही जरूरत

विदेशी बनते हमारे बच्चे

परिंदे बन उड़ ना जाना देश पराए
सैर कर तुम देश वापस आना
अपने देश की मिट्टी में
खुशबू है अपनों की
अपने कर कमलों से
सुंदर प्रसून यही खिलाना
अपने गुणवान बीजों को
तुम यही खेतों में पनपाना
इस माटी में ही तुम
हर ख्वाब सजाना
देश हो कोई सा
अपनी संस्कृति, अपना परिवेश
भूल ना जाना
मिलेगा सुकून तुमको
मां बाप का आशियां जहां
मां का आंचल जब लहराएगा
धूप से तुम को बचाएगा
उठेगा हाथ जब पिता का
आशीष भर देगा तेरी हर राह में
तीज त्यौहार के हल्लों में
शादी विवाह के मौके में
मिल जाएंगे सारे रिश्ते
मिलेगा नौकरी में कम पैसा
पर सुकून यहीं मिलेगा
अधरों में फूल खिल उठेंगे
जब सरसराती पवन देश की गुजरेगी
अपने घर के चिराग हो तुम
देश में भी उजाला कर दोगे
पढ़ लिख कर मेरे बच्चों
घर तुम अपने वापस आ जाना
परिंदे बन उड़ ना जाना देश पराए
सैर कर देश वापस आ जाना..

नीला आसमान

छाया आज पंतगो से

रंग बिरंगी सजती

मन के रंगो से उड़ती

ये काटा वो काटा

चहूं ओर शोर गूंजा

कोई फिरकी पकड़े

कोई डोर थामें

सब देखते नील गगन में

लहराती बलखाती

हवा के झोकों में

पंतगे आज

खूब इतराती

आसमान में उड़ती

आज पंतगे खूब उड़ती

राम न बनो

राम न बनो कोई बात नहीं
रावण भी न बनना
मानव हो तुम मानव ही रहना
सच्चे सत्कर्म प्रयासों से
जीवन में सुंदर प्रसून खिलाना
विजया दसवी के अवसर में
अंदर के अवगुण जरूर जलाना
स्वयं राम बन जाओगे
मन प्रफ्फुलित हो जाएगा
सोच आसमां छू जाएगी
कमल मन में खिल जाएगें
नयन खुशी से भर जाएगें

गिरधारी

काली अंधियारी रातो में
भादो की अष्टमी में
कारावास की कोठरी में
जन्म लिया गिरधारी ने

पिता को यमुना पार कराया
कड़कते बादलों की ध्वनि में
घनघोर बरसती बारिश में

कृष्ण चरण स्पर्श कर
किया स्वयं का उद्धार
उफनती यमुना ने

यशोदा नंदन बन
बढ़ाया गोकुल का मान
मटकी फोड़ी, गोपिया छेड़ी
लीला दिखाया बिहारी ने

ग्वालो संग गईया चराई
राधा संग वंशी बजाई
रास रचाया मुरारी ने

बाल लीला दिखाकर
बढ़ चले कर्म पथ की ओर
द्वारिका धीश बन सुदर्शन धारी
महाभारत का सूत्रधार कहलाए
सखा संबंध निभा, गीता का ज्ञान दे
मानव जीवन किया साकार
राधा के कृष्ण कन्हैया ने

असली खुशी

हमारी असली खुशी होती हैं अपनो में

तीज त्यौहारों की बहारों में

अपनो की कतारो में

जो खुशियां मिलती

नही मिलती बाजारों में

घर एक कमरे का हो

दिल में तकरारे न हो

छणिक खुशियां होती हैं

जो दिखती हैं बाजारों में

हमारी असली खुशी होती हैं अपनो में

जो दस्तक दे अपने घर में

वो कोई अपना ही होता हैं

बंगला गाड़ी खड़े कर लो तुम

पर बात नहीं होती दीवारों से

लिहाज करना उन अपनो का

जिनको हमारी जरूरत हैं

कोई खाली हाथ न लौटे

दिल में नफरत की चादर लपेटे

हमारी असली खुशी होती हैं अपनो में

एक दीप

एक दीप तुम खुशी से जलाना

आशा की किरण उसमें जगाना

दिवाली में एक दिया उनके नाम का जलाना

जो सरहद पार रहते हैं

जिनके कारण हम दिवाली मनाते हैं

जो खुशियां हम पाते हैं

उनके वो भी हकदार होते हैं

एक दीप वहां भी जलाना जहां अनाथ आश्रमों में रहते हैं

उन मासूमों के साथ भी कभी दिवाली मनाना

जिन्हें त्यौहारों में कुछ नहीं मिलता

एक दीप उनके साथ भी जलाना

सत्य का दीप मन में जलाना

नेह की बाती से उसे सजाना

नफरतों की आंधी से उसे बचाना

एक दीप खुशी का जलाना

दिलों में दर्द ना हो

फटाखे कुछ ऐसे चलाना

जात पात धर्म सबसे ऊपर

इंसानियत की ज्योत जलाना

एक दीप तुम खुशी का जलाना

एक दीप तुम अनुराग का जलाना

एक दीप तुम खुशी से जलाना

अंधियारा मिटाने से पहले

खुद अपने मन में सत्य का दीप जलाना

एक दीप तुम खुशी से जलाना

आजादी

विरासत मिली हमें आजादी
स्वत्रंत भारत के रहवासी

सम्मान करो उन वीरो का
दिलाई जिन्होने हमें आजादी

सुख का सूरज हमें दे गए
अंधेरी रात साथ वो ले गए

इस सूरज को न छिपने देना
मतभेद दिलो में न होने देना

वीरो का बलिदान न भुला पाएगें
युगों -युगों तक कर्ज न चुका पाएगे

काव्य तुझे प्रणाम

तू गरिमा है मन की
तू चैन है दिल की
तू रजा है अपनो की,
तू मुरादें है विश्वास की
तू साथ देती तो सृजन होता
तू कला निखारती
आत्मा संवारती,
तू अक्षरों का सुनहरा भंडार
हर दिलों में सजती
सभी को तेरी चाह
पर तू कुछ को चाहती
तू अकेले पन की साथी
समूह में सबको हंसाती
तू सच्ची दोस्ती निभाती
हे काव्य तुझे मेरा प्रणाम

जीवन की घड़ियां

जीवन की घड़ियों में

समय की घड़ियां निहारते हम

पल पल करके बीत गया

लो साल पुराना हो गया

न शिकवा न शिकायत

हंसते हंसाते सफर कट गया

दो हजार अठारह

भी बीत गया

दो हजार उन्नीस आ गया

हर अरमान बस

प्यार सें जोड़ चलो

लम्हा लम्हा करके

बीत जाएगी जिंदगानी

यादें रह जाएगी

बस मुंह जुबानी

अपने सत्कर्मों से साल को

यादगार बनाते चलो

दिलो से दिल जोड़ते चलो

बस प्यार बांटते चलो

ऋतु बसंती

ऋतु वसंती आई
संगीत की देवी मुस्काई
वीणा वादिनी कहलाई।
चहुंओर ज्ञान पहुंचाकर
खेतों में सरसों लहराकर
गेहूं की बाली खिलखिलाई
अमुआ की डारों में
झूल गई बौर
ऋतु वसंती आई।।
हौले से गुनगुनाई पुरवा
मौसम ने ली अंगड़ाई
ऋतु वसंती आई।।

नैनों से चलकर
प्रकृति मन में उतर आई
उम्मीद की डोरी से बंधकर
सर्वत्र गगन में छाई।
ऋतु वसंती आई
बहार ले आई प्रकृति
सुगंध ले आई
श्रृंगार ले आई
नूतन अभिलाषा ले आई।
अनूठी प्रीत है ये
बहार चतुर्दिक छाई
ऋतु वसंती आई।।

हरियाली चुनर

हरियाली चुनर ओढ़
प्रकृति ने किया श्रृंगार

मेघराज भी रिमझिम
रिमझिम करे बौछार

मयूर भी नाच नाच करे
पीहू पीहू की पुकार

लो आ गया हमारा राष्टीय त्यौहार
मिली थी स्वंत्रता हमें बापू
का सपना हुआ था साकार

मिलकर मनाएं हम सब
अपनी आजादी का त्यौहार.

बसंत बहार

रंग जाए जब प्यार से रिश्ते
सजाएं विश्वास से रिश्ते
उम्मीद से बंधे हो बंधन प्यार के
आंचल में छुपा ममत्व ममता के
इंसानियत खिले हर साए में
हर दिल में खिले फूल उमंग के
जब मन से मन के तार मिले
तब हर रोज बसंत बहार दिखे

नर नारी

नर नारी एक ही सिक्के के पहलू दो
ईश्वर के इस रूप को तुम साथ रहने दो
थोड़ा कम थोड़ा ज्यादा है किसी के पास
फिर भी इसे साथ रहने दो
नर के बिना नारी नहीं,
तो नारी के बिना नर नहीं
जीवन का चक्र बना हैं जो
सहज उसे चलने दो
मान से क्या अभिमान से क्या
दोनों का सम्मान होने दो
अपना योग्यता अपना वैभव
अपना अहम न टकराने दो
समझना हैं दोनों को
ये प्यार है प्यार से रहने दो
नर में हैं नारी, नारी में ही नर है
ईश्वर के इस रूप को तुम साथ रहने दो

व्यक्तित्व दर्पण

नाम - **नंदिता मनीष सोनी**

जन्म - ६ अप्रैल

शिक्षा- एम.ए.(हिंदी साहित्य), डी.एड.

रुचि - समाज सेवा, लेखन, भ्रमण, पाककला, बागवानी

पता - १२ शकुन्तला भवन, एफ सी आई गोदाम के निकट, प्रशांत नगर, नागपुर, ४४००१५

यदि आप अंग्रेजी में हस्ताक्षर करते हैं तो निवेदन है कि 'हिन्दी में हस्ताक्षर करें', आपकी यह छोटी-सी कोशिश हिन्दी को राजभाषा से राष्ट्रभाषा बनाने में अमूल्य योगदान देगी ।

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)
अन्तरा शब्दशक्ति
www.antrashabdshakti.com
१५, नेहरु चौक, मेन रोड वारासिवनी, जि. बालाघाट (म.प्र.) पिन ४८१३३१,
संपर्क- ९४२४७६५२५९, अणुडाक: antrashabdshakti@gmail.com
978-93-5372-052-0
मूल्य 60/-
शब्द सुगंध