स्त्री

हृदय की धड़कन है!

समर्थ नारी गौरव

मीना विवेक जैन

अन्तरा-शब्दशक्ति प्रकाशन

स्त्री हृदय की धडकन है

मीना विवेक जैन

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन
वारासिवनी, मध्यप्रदेश

978-93-90995-04-2

संपादक- डॉ. प्रीति समकित सुराना
तकनीकी संपादक एवं आवरण चित्र- संदीप कुमार सोनी, वारासिवनी
मुख्य कार्यालय- 15 नेहरू चौक, वारासिवनी, जिला बालाघाट (म.प्र.) 481331
मोबाईल- 9424765259, 9009465259
ईमेल- antrashabdshakti@gmail-com
वेबसाईट- www.antrashabdshakti
प्रथम संस्करण - मीना विवेक जैन 2021
मूल्य- 50.00 रूपये
मुद्रक- शैलू कम्प्युटर्स, वारासिवनी

THE BOOK WRITTEN BY MEENA VIVEK JAIN

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।

स्त्री हृदय की धडकन है

जैसे नाडी तंत्र का स्वास्थ्य पृष्ठ रज्जू के स्वास्थ्य पर निर्भर है, पूरे शरीर का स्वास्थ्य हृदय के स्वास्थ्य पर निर्भर है वैसे ही नारी का स्वास्थ्य, चिंतन, विवेकपूर्ण कार्य, शालीनता नैतिक संबंध और मधुर व्यवहार ही उसके स्वास्थ्य की नींव है स्त्री तो जीवन की वह धुरी है जिससे जीवन संचालित होता है।

स्त्री सशक्त है वह सक्षम भी है, एक स्त्री वह है जो सुबह से अपना काम निपटाकर निकल जाती है दिन भर के काम पर, कहीं झाडू, कहीं पोछा, कहीं बर्तन और कहीं कपडे, कोई आफिस के लिए निकलती है कोई अस्पताल के लिए कोई स्कूल के लिए कोई बेंक के लिए, कोई पुलिस की बर्दी पहनकर देश की सेवा करने के लिए, कोई समाज सेवा के लिए आदि काम करते हुए थकी हारी घर पहुंचती है तो अपने बच्चों को सम्भालने और बाकी बचे हुए कामों में फिर लग जाती है वहां उसे कोई चाय

भी बनाकर नहीं देता लेकिन पुरूष घर से आराम करके बाहर काम पर जाता है और जब थकाहारा घर पहुंचता है तो उसे घर पर फिर आराम ही मिलता है घर की जिम्मेदारी उसकी नहीं होती है लेकिन स्त्री घर बाहर दोनों की जिम्मेदारी बहुत अच्छे से सम्भालती है, उसे तो रविवार भी अपने लिये नहीं मिलता उस दिन भी उसे बहुत सारे काम करने होते हैं, अतः स्त्री सशक्त भी है और सक्षम भी है।

हर महान व्यक्तित्व के पीछे एक स्त्री की भूमिका जरूर होती है ऐसे में एक सभ्य समाज के निर्माण में स्त्री की सबसे ज्यादा जिम्मेदारी होती है, घर पर बच्चों को जो संस्कार मिलते हैं वह माँ के दिये हुए ही होते हैं क्योंकि बच्चे सबसे ज्यादा समय अपनी माँ के साथ ही रहते हैं ऐसे में हम सभी स्त्रियों की जिम्मेदारी होती है कि हम अपने बच्चों को बहुत अच्छे संस्कार दें बच्चों को मोबाइल का सही उपयोग समझायें, आज के समय में बच्चे रिश्तों की कीमत नहीं समझते हैं उन्हें नजदीकी

रिश्तेदारों से भी मतलब नहीं रहता है संयुक्त परिवार भी आज के समय में बहुत कम देखने मिलते हैं हम सभी को अपने बच्चों को परिवार की रिश्तों की अहमियत समझाना हैं युवा होते हुए बच्चों को सही मार्गदर्शन करना है उन्हें भारतीय संस्कृति से जोडकर रखना है फैशन की चकाचौंध से हमें स्वयं बाहर निकलकर बच्चों को भी बाहर निकालना है बेटियों को पढाना है उन्हें अपने पैरों पर खडा करना है लेकिन उन्हें अच्छे संस्कार भी जरूर देना है टूटते बिखरते परिवारों को बचाने की कोशिश करना है सही उम्र में उनका विवाह करके उन्हें अपने परिवार में सुखी रहना सिखाना है।

अगर स्त्री अपनी शक्ति को पहचान कर उसका सही उपयोग करने की कोशिश करेगी तो उसे सक्षम होने से कोई नहीं रोक पायेगा।

स्त्री चाहे तो अपने परिवार को स्वर्ग भी बना सकती है और वह चाहे तो अपने परिवार को नरक भी बना सकती है इसलिए स्त्री को अपने जीवन को अनमोल

उपहार समझकर उसे खूबसूरत बनाने का प्रयास करना चाहिए।

वर्तमान समय में जो बेटियों की जो स्थिति है उन पर जो अत्याचार हो रहे हैं उस पर सभी स्त्रियों को मिलकर विचार करना होगा एकजुट होकर इसका बिरोध करना होगा, आज मोबाइल पर जिस तरह से अश्लीलता फैलाई जा रही है और जितनी आसानी से उपलब्ध हो रही है छोटी छोटी बच्चियों के साथ हो रहे बालात्कार की सबसे बड़ी बजह वही है, सरकार को इस पर बहुत जल्दी विचार करना होगा अश्लीलता फैलाने से रोकना होगा।

हम कहीं पर भी हों घर बाहर आफिस यहां तक की मंदिर में भी हों और किसी का भी स्पर्श गलत लगे किसी की भी नजर किसी का कमेंट भी गलत लगे तो तुरंत बिरोध करना चाहिए, सभी को एक साथ मिलकर इस पर काम करना होगा, फेसबुक यूट्यूब के माध्यम से भी बहुत गंदगी फैल रही है उससे भी बचने का प्रयास करना होगा, लडकियों को स्कूली शिक्षा और खेलकूद के

साथ साथ जूडो कराटे और घर के कामकाज भी सिखाना होगा जिससे आत्मरक्षक एवं आत्मनिर्भर बन सकें।

स्त्रियों को अपने अधिकारों की रक्षा भी स्वयं ही करनी होगी स्त्री तो पुरूष की अर्धांगिनी होती है ममता की मूरत होती है अन्नपूर्णा होती है उसे अपना जीवन अपने अनुसार जीने का पूरा अधिकार है पुरूष को जन्म देने वाली भी स्त्री होती है उसे पाल पोसकर बढा करने वाली भी स्त्री ही होती है लेकिन बहुत तकलीफ होती है यह सोचकर कि उसी स्त्री को पुरूष मनोरंजन की चीज समझकर उसे भरी सभा में नाचता देखकर खुश होता है, उसे एक वस्तु समझकर खरीदता बेचता है उसे अपने भोगविलास का साधन समझकर उसका उपयोग करता है यह सोचकर ही दिल दहल उठता है क्यों आखिर स्त्रियों को इतना मजबूर किया जाता है कि उसे अपना शरीर बेचना पडे, स्त्री के बिना सृष्टि की कल्पना भी नहीं की जा सकती है फिर क्यों उसकी यह हालत होती है इस पर भी बहुत गहराई से विचार करना होगा, स्त्रियों को भी

सम्मान से जीने का अधिकार देना होगा, वार में नाचने पर पाबंदी लगनी चाहिए वेश्यावृत्ति बंद होनी चाहिए, सभी स्त्रियों को मिलकर अपने सम्मान की रक्षा करने का प्रयास करना चाहिए सभी स्त्रियों को सक्षम एवं सशक्त बनना चाहिए।

मीना विवेक जैन

हे नारी

हे नारी,
तुम हो फुलवारी,
बाबुल की बगिया की क्यारी,
माँ के आँगन की किलकारी,
कितनी सुंदर कितनी प्यारी,
पर!!!!!!
हे नारी,
खुद को न समझो बेचारी,
अब उठो जरा खुद को पहचानो
कमजोर नहीं तुम खुद को जानो
कोई तुमको देख न पाये
हवस की गंदी नजरों से
आँखों में तुम ज्वाला भर लो
चिंगारी निकले गजरों से
अपनी रक्षा स्वयं करो अब
खुद को ही हथियार बना लो

बक्त पडे तो लडना सीखो
हाथों में तलवार निकालो
हे नारी! कमजोर नहीं तुम
शक्ति की अवतारी हो,
गर्व करो अपने होने पर
ईश्वर की सबसे न्यारी हो
कितनी सुंदर, कितनी प्यारी
तुझ पर दुनिया बलिहारी हो
हे नारी! तुम नहीं बेचारी हो
हे नारी! तुम नहीं बेचारी हो

नारी तुम केवल श्रद्धा हो

लेकर आंखों में नीर कभी
मुस्कान बिखरे चेहरे पर
प्रेम की प्यारी प्रतिमा हो
परिवार की तुम ही गरिमा हो
आँचल में तुम्हारे सुकून मिले
ममता की तुम ही महिमा हो
प्रेम की तुम परिभाषा हो
सृष्टि की तुम्हीं रचयिता तो
तुम्हीं शक्ति तुम्हीं स्वरूपा हो
ईश्वर का अद्भुत तोफा हो
नारी तुम केवल श्रद्धा हो
नारी तुम केवल श्रद्धा हो

दुर्मिल सवैया

बिटिया सुनना कुछना कहना, सबके मन की बनके रहना
मनमें करूणां सबके रखना, तुम जीवन में खुशियां भरना
खुशबू बनके बिखरे रहना, सबसे नित ही मिलके रहना
सुनना पहले फिर है कहना, बिटिया समझो पितु का कहना

आल्हा छंद

मैं भारत की नारी हूँ मैं, अबला मुझे नहीं स्वीकार
मैं मानवता की मूरत हूँ, मुझमें बसता प्रेम अपार,
मैं विचित्र रचना ईश्वर की, क्षमा दया का हूँ अवतार,
मैं मानव की अभिलाषा हूँ, ममता का मुझमें भंडार,

अवकाश

नारियों को कभी अवकाश नहीं मिलता
कभी प्यार तो कभी अहसास नहीं मिलता
पंखों में हौसला तो बहुत है लेकिन
उडने को कोई आकाश नहीं मिलता
यातना कितनी भी सहना पडे मगर
चेहरा फिर भी उसका उदास नहीं मिलता

परिवार

परिवार सिर्फ पत्नी और बच्चों की पहचान नहीं होता है
परिवार तो दादा दादी का खूबसूरत बागवान होता है
परिवार में हर परेशानियों का समाधान होता है
परिवार में एक दूसरे का सम्मान होता है
परिवार में भावनाओं की कद्र होती है
प्रतिकूल परिस्थितियों में भी सब्र होती है
परिवार में भाई- भाई के बाजु-बल होते हैं
दुख तकलीफ में एक दूसरे के संबल होते हैं
परिवार में संस्कारों का वरदान होता है
बेटियों को भी मर्यादा का भान होता है
परिवार से ही जीवन का साक्षात्कार होता है
परिवार से ही हर सपना साकार होता है
परिवार साथ हो तो बच्चे आसमान छूते हैं
बेटियों को भी हौसलों के पर मिलते हैं
परिवार साथ हो तो शक्तिशाली बनते हैं
परिवार रूपी हथियार से दुश्मन भी डरते हैं
परिवार को ही तो मंदिर कहते हैं
परिवार में ही तो भगवान बसते हैं
परिवार को कभी भी टूटने मत देना
क्योंकि
परिवार जैसे सुख और कहीं नहीं मिलते हैं!

मेरी प्यारी बेटियाँ

मेरी प्यारी बेटियाँ
तुम्हारे लिए ये मेरा
पूरा जीवन समर्पित है
तुम ही मेरी जिम्मेदारी हो
त्याग और नि:स्वार्थ प्रेम का
सुखद अहसास हो
तुम्हारा और मेरा रिश्ता
ईश्वर का अनमोल तोहफा है
तुम्हारे बचपन से मुझे
फिर से बचपन जीने का अवसर मिला
तुम्हारी मनमोहक मुस्कान से
अपने दुख दर्द भी भूल जाती हूँ
अब तो मेरे जीने का उद्देश्य ही
तुम्हारी परवरिश है
मेरी प्यारी बेटियाँ
मेरे शब्दों में भले ही
कभी कभी गुस्सा दिखे

लेकिन मेरे दिल में, मेरी आँखों में
हमेशा तुम्हारे लिए प्यार रहेगा
तुम्हें इस दुनिया से
वाकिफ करना चाहती हूँ
तुम्हारी सुरक्षा के लिए सतर्क रहना चाहती हूँ
मैं तुम्हें अपने आँचल में समेटकर
दुनिया की बुरी निगाहों से बचाना चाहती हूँ
मेरी प्यारी बेटियाँ
तुम्हें, होनहार, विदुषी और संवेदनशील बनना है
फैशन की चकाचौंध में
अपनी संस्कृति को नहीं भूलना है
चरित्र एक बहुमूल्य हीरा है
मेरी प्यारी बेटियाँ
तुम्हें हीरे सा मूल्यवान ही बनना है
निरंतर मेहनत करते रहना
हमेशा सजग बने रहना
खूब मजबूत बनकर
सबकी मददगार भी रहना

मेरी प्यारी बेटियाँ
तुम्हारी माँ कभी दोस्त
कभी सलाहकार, कभी मार्गदर्शक तो कभी
एक आलोचक भी हो सकती है
क्योंकि वह तुम्हें
सफलता के पायदान पर
आगे बढते हुये देखना चाहती है
मेरी प्यारी बेटियाँ
अपनी भावनाओं की माला
तुम्हारे गले में पहनाकर
तुम्हें आशीर्वाद देती हूं
तुम दोनों सदा खुश रहो
हमेशा मुस्कुरातीं रहो।

मीना विवेक जैन

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

मीना विवेक जैन

हाँ मैं स्त्री हूँ

हाँ मैं स्त्री हूँ,
पर मुझे गर्व है कि मैं स्त्री हूँ,
क्योंकि,
मैं ही तो मानवता की जन्मदात्री हूँ,
पुरुष के साथ सहयोगी हूँ,
फैक्ट्रियों में, मिलों में, आफिसों में,
शैक्षणिक क्षेत्रों में, अस्पतालों में, व्यापार में,
अपना अस्तित्व कायम करती हूँ,
मेरे पास भी शिक्षा है, प्रतिभा है,
साथ ही दायित्वों को वहन करने की छमता है,
हाँ मुझे गर्व है कि मैं स्त्री हूँ,
क्योंकि,
मैं एक कुशल ग्रहणी हूँ,
एक आदर्श माँ हूँ, मैं बढ रही हूँ,
एक नई दिशा में, नई चेतना के साथ
नये मूल्य की सर्जना में,
नये समाज की संरचना में,
मैं जाग्रत हूँ, प्रबुध्द हूँ, आत्मशक्ति से दीप्त हूँ,
मैं स्वाबलंबी की ठोस भूमि पर खडे होकर
समाज निर्माण के कार्य में सदा अग्रणी हूँ,
हाँ मैं स्त्री हूँ,
पर मुझे गर्व है कि मैं स्त्री हूँ ...।

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)
अन्तरा शब्दशक्ति
प्रकाशन एवं संस्था - 9424765259

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

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

मूल्य 50/-
978-93-90995-04-2