सुनो! बात मन की मन से...

(काव्य-संग्रह)

वैधानिक चेतावनी इस पुस्तक का सर्वाधिकार सुरक्षित है। लेखक की लिखित अनुमति के बिना इसके किसी भी अंश को फोटोकापी एवं रिकार्डिंग सहित इलेक्ट्रोनिक अथवा मशीनी किसी भी माध्यम से अथवा संग्रहण और पुनर्प्रयोग की प्रणाली द्वारा किसी भी रूप में पुनरुत्पादित 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।

सुनो! बात मन की मन से...
(काव्य-संग्रह)

लेखिका

डॉ. प्रीति सुराना

प्रकाशक

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन

वारासिवनी, मध्यप्रदेश

ISBN : 978-93-86666-49-9

अन्तरा शब्दशक्ति

अन्तरा-शब्दशक्ति प्रकाशन

मुख्य कार्यालय : 15 नेहरू चौक वारासिवनी, जिला बालाघाट (म.प्र) 481331
शाखा : एस-207, नवीन भवन, इंदौर प्रेस क्लब परिसर, इंदौर (म.प्र.) 852001
दूरभाष (कार्या.) : 7633-251359 (मो) 9424765259
अणुडाक : antrashabdshakti@gmail.com
अंतरताना : www.antrashabdshakti.com

प्रथम संस्करण : 2018 डॉ. प्रीति सुराना
मूल्य : 260.00 रुपये
आवरण चित्र : कुँवर रविन्द्र, रायपुर (छ.ग.)
मुद्रक : शैलू कम्प्यूटर्स, वारासिवनी

SUNO! (BAAT MANN KI MANN SE...) *by Dr. Priti Surana*

भूमिका

प्रीति सुराना का काव्य संग्रह
सुनो! बात मन की मन से

इस काव्य संग्रह में प्रीति जी ने एक काल्पनिक पात्र 'सुनो' के साथ अपने अंतर्मन की बातें साझा की हैं। भूत-वर्तमान-भविष्य की जो भी बातें, कल्पनाएँ या सम्वेदनाएँ उनके मन में उपजीं वे सब उन्होंने "सुनो" से कह डालीं और अपना मन हल्का कर लिया। इससे वे अपने वास्तविक जीवन के दायित्वों का निर्वाह बिना शिकायत, खुशी-खुशी करने में सक्षम हो जाती हैं।

मनोविज्ञानियों और समाजशास्त्रियों का मानना है कि आज के युग में आपके मन की बातों को सुनने का वक्त किसी के पास नहीं है। अगर हम अपनी तरक्की की बातें बताते हैं तो लोग ईर्ष्या करते हैं और सफलता के शीर्ष पर पहुँचने के तौर तरीकों को लेकर मीनमेख निकालते हैं या बदनाम करते हैं। वहीं जब हम अपना दर्द किसी से साझा करते हैं तो लोग पीठ पीछे मजाक उड़ाते हैं और आपकी पीड़ा में आनंद का अनुभव करते हैं। लेकिन साथ ही मनोविज्ञानी यह भी कहते हैं कि यदि कोई व्यक्ति अपने मन के उद्गार प्रकट न करे और अपनी भावनाओं का इजहार न करे तो वह अवसाद या तनाव का भी शिकार हो सकता है। ऐसे में प्रीति जी ने बहुत खूबसूरत मार्ग चुना और "सुनो" नामक काल्पनिक पात्र रच डाला जिससे वे अपने मन की सारी बात कह डालती हैं। आज के युग में यह वाकई व्यावहारिक और अच्छा उपाय है।

एक बार प्रीति जी की फेसबुक वाल पर भी उनकी एक खूबसूरत कविता पढ़ी थी। यहाँ चंद पंक्तियाँ उद्दत करना उचित होगा

किससे बोलूँ मन की बातें
दुख मेरे बाँटेगा कौन?

सबकी बातें बहुत जरूरी
और अपेक्षित मेरा मौन,
चुप रहती हूँ, सब सहती हूँ
तब तक ही अच्छी लगती हूँ
मुँह खोला तो कुछ बोला तो
सब पूछ.गे तुम हो कौन?

कवयित्री ने अपने मनोभावों को व्यक्त करने के लिए बेहद आसान और सटीक शब्दों व सरल-सुबोध भाषा शैली का चयन किया है। इस काव्य-संग्रह में कवयित्री ने अपने प्रेम की उलझनों, दुविधाओं और वेदनाओं को व्यक्त करते हुए "सुनो' को कई जगह उलाहना दिया है, कई जगह फटकारा है, कई जगह उससे अपनेपन की और रिश्ते की गहराइयों की बातें की है और खूब दुलारा भी है। इस काव्य संग्रह की सभी कविताएँ हृदय स्पशी हैंण्भावनाओं की सूक्ष्मता को शब्दों के माध्यम से प्रीति ने किसी कुशल शिल्पकार की तरह उकेरा है।

साहित्यकार के विचार समाज को मार्गदर्शन देने वाले होने चाहिए। उसके मन में उठने वाले भाव भले ही खुद उसकी ज़िंदगी के किन्हीं पहलुओं से जुड़े हों लेकिन पूरे समाज को वे कोई सन्देश देने वाले होने चाहिए। यही चीज किस साहित्यकार को परिपक्वता का दर्जा देती है। अपनी इस जिम्मेदारी का कवयित्री ने बखूबी निर्वाह किया है।

प्रीति अपनी रचनाओं में एक सबला नारी के रूप में खड़ी नजर आती हैं। कहीं कोई बेचारगी या लाचारी नहीं। भले ही वे अपनी वेदना और व्यथा को शब्द दे रही हों और उनकी अभिव्यक्ति कर रही हों लेकिन उन्हें किसी की दया नहीं चाहिए। हाँ! पाठक से समानुभूति की उम्मीद तो कोई भी साहित्यकार करता है ताकि वह उसके कहे को अच्छी तरह समझ सके लेकिन सहानुभूति कहीं भी अपेक्षित नहीं है।

"वंशीधर" में प्रकृति के चटख रंगों के साथ जीवन के श्वेत श्याम रंगों की तुलना करते हुए कई बार प्रकृति को भी जीवन की तुलना में फीका बताया है। "बेखबर" में कवयित्री ने 'सुनो' के साथ और सोहबत को अच्छा व सुरक्षित बताते हुए उस पर भरोसा जताया है। कहीं 'सुनो' के साथ प्यार का इजहार है, कहीं उलाहना है (तुमने सिर्फ/मेरी सूरत देखी/कभी मेरा मन/देखा ही नहीं/ तुम्हारी बातों के /व्याकरण को/समझते समझते//मैं

ज़िंदगी का समीकरण/भूल गयी) तो कहीं उसके साथ रूठना और मनाना भी है (हमेशा की तरह/आज भी/तुम खामोश हो/ फिर मुझसे नजरें/ क्यों नहीं मिलाते? क्या तुम नाराज हो)।

इन कविताओं की गहराई में डूबना आपको वैसा ही सुकून देगा जैसा जेठ के महीने में हरिद्वार की शीतल, निर्मल गंगा में स्नान करने पर मिलता है। कविताओं में कवयित्री के निश्छल, निर्मल प्रेम की झलक मिलती है (सुनो! उस दिन जब तुम रूठ कर जा रहे थे/तो न जाने क्यों/ कुछ सोचे बिना/ मैंने थाम लिया था/ तुम्हारी यादों का सिरा)।

प्यार और रिश्तों के बदलते रंगों पर कवयित्री ने बहुत प्रभावशाली तरीके से लिखा है (क्यों छा गए हैं/ आज हमारे/ दरमियान/ ये सर्द धुंधलके)। प्यार की गहराई को भी प्रीति ने अच्छी तरह से बयान किया है (सुनो/ मेरी खुशी और सलामती के लिए/ तुम रहो सलामत बस यही दुआ है)।

इनकी आपको कविताओं में प्रेम का समर्पण भाव दिखेगा। ज़िंदगी के प्रति कवयित्री की परिपक्वता और गहरी समझ इन पंक्तियों में झलकती हैं फिर मैंने पढ़ा/ अच्छे फलों के साथ खरपतवार भी उग जाती है/ जिसके लिए उपचार की जरूरत होती है)।

कविताओं का सादगी, प्रेम की परिपक्वता और गूढ भावार्थ इन पंक्तियों में है मैं चाहती हूँ/ हमारा प्रेम नदी में सागर की तरह हो/ जो/ एक बार मिले/ तो फिर कभी जुदा नहीं होते) प्रकृति के विभिन्न उपादानों के माध्यम से उदाहरण देते हुए कवयित्री ने बताया है कि रिश्तों को हरा-भरा रखने के लिए संवाद कितना जरूरी है

मुझे लगता है/ हमारे बीच खमोशी नहीं/ संवाद जरूरी है।

पलायनवादिता को कवयित्री ने सिरे से नकार दिया है और उन प्रेमियों को इन पंक्तियों के माध्यम से दुत्कारा है, जो प्रेम में असफल हो जाने पर आत्महत्या जैसे घातक कदम उठा लेते हैं पर सुनो!/ हम इतने हिम्मत वाले भी तो नहीं है/ जो ऐसा कायरतापूर्ण कदम उठाकर/ पलायनवादी कहलाएँ और प्रेम को कलंकिल कर./ है ना?

कामकाज और पेशेवर व्यस्तता प्यार में कैसे दीवार बन जाती है। इसे इन पंक्तियों से क्या खूब बयान किया हैं ये रोजी रोटी भी ना/ सबसे बड़ी

दुश्मन है/ हमारे प्यार की/ न वक्त देती है न मौका/ कि मैं रूठूँ और तुम मनाओ।

"याचक का दर्द" कविता बिल्कुल हटकर है। भावनाओं का आरोह-अवरोह दिल को छू लेता है। कई जगह बचपना भी झलकता है और भोलापन भी यसुनो हम खुशकिस्मत है न/ क्योंकि/ हमारा प्यार भी दोस्ती सा है)

हाँ ले रही हूँ विदा/ अपनों से सपनों से/ सच से झूठ से/ आज से/ अतीत से...ये पंक्तियाँ बार-बार पढ़ने और इनमें छिपे दर्द का महसूस करने का मन करता है।

एक कविता में नारियल के कुदरती गुणों और उसके उपयोगों का भी वर्णन किया है और अंत में 'सुनो' को नारियल जैसा बता कर उसका दिल जीत लिया है। ''अपनों से प्यार'' में 'सुनो' को शिखर सरीखा बताकर उस पर अधिकार जताया है।

''आँख का तिल'' ?? में कवयित्री के सौंदर्य बोझ का झलक मिलती है। ''लचीले रिश्ते'' में रिश्तों से उपजे दर्द का बारीकी से वर्णन है। ''हाँ/ मैं रचनाकार हूँ/ मुझमें हर पल मिलेगी विविधताएँ/ मुझसी होकर भी/ सिर्फ मेरी कभी नहीं हो सकती कविताएँ/ सृष्टि के वैविध्य का दर्पण हो सकती हैं/ मेरी रचनाएँ' इन पंक्तियों के माध्यम से कवयित्री ने जैसे इस पूरी पुस्तक का उपसंहार लिख दिया है।

वसीयतनामा एक हृदयस्पर्शी और भावुक कर देने वाली कविता है, जिसमें कवयित्री ने अपने प्रेम की वसीयत लिख दी है 'सुनो' के नाम।

पुस्तक को बाँचने की बजाय इसमें रमना आपको ज्यादा सुकून देगा।

शिखरचंद जैन

मोटीवेशनल लेखक, साहित्यकार,
समीक्षक एवं फीचर सलाहकार
67/49, Strand Road,
3rd Floor, Kolkata–700007
Jainshikhar6@gmail.com
Whatsapp : 9836067535

अनुक्रम

भूमिका 5
1. मेरी रचनाएँ 15
2. सुनो! बात मन की मन से... 17
3. सुनो! एक पत्र तुम्हारे नाम... 19
4. मैंने नाम दिया था सुनो! 23
5. अवचेतन से साकार हुआ वो पात्र 25
6. समर्पण 27
7. मेरे शब्द 28
8. दस्तूर 29
9. इंद्रधनुष 30
10. वंशीधर 31
11. बरसात 32
12. नाराज 33
13. मैं तो तुम्हारी ही हूँ... 34
14. ठिकाना 35
15. बेईमान 36
16. एक सिरा 37
17. वफा 39
18. मौसम 40
19. लापरवाह 41
20. सौगात 42
21. अनुत्तरित अपठित गद्यांश सा 43
22. बेखबर 44
23. रब 45

24. यादों का पिटारा 47
25. सुरक्षित आजादी 49
26. बस यही दुआ है 51
27. राज़ की बात 53
28. टूटते हुए तारे 55
29. निःशेष 56
30. अकाल के बाद 57
31. संपूर्ण प्रेम 59
32. कालचक्र 61
33. यादों की किताब 63
34. मेरी खामोशी 65
35. हिचकियाँ 66
36. नजरिया 67
37. अपनो से प्यार 69
38. अँधेरे 71
39. मेरे तुम! 73
40. हमेशा-हमेशा 75
41. संवाद 77
42. पनीली आँख. 78
43. दर्द 79
44. टूटते हुए तारे 80
45. एक मोड़ 81
46. मजबूर 82
47. अपेक्षा 84
48. सितमगर 85
49. ताला 86
50. आदत 88
51. यादों के सहारे 90
52. मेरी धूरी 92
53. तुम सागर हो 94
54. सच 97

55. वाह रे दुनियादारी 98
56. अनबूझ पहेली 100
57. प्रेम क्या है? 101
58. मौन की भाषा 102
59. तुम्हारा प्रेम 104
60. असमंजस 106
61. घुटन 108
62. आषाढ़ के बाद 109
63. निर्वात 110
64. भीगा-भीगा-सा मेरा मन 112
65. भोर का सपना 113
66. आत्महत्या 116
67. आखिर ये नदी का हक है,...!!! 118
68. बहाना 120
69. शब्दकोश 121
70. कठपुतली 123
71. सामंजस्य 125
72. नीयत 126
73. सावधानी 127
74. मेरी उलझन 129
75. एक डोर 130
76. पहली बारिश और तुम्हारी याद 132
77. डर 133
78. आगाज़ 134
79. पारदर्शिता 135
80. अपनों की खातिर 136
81. वजह 137
82. मेरे रिश्ते 138
83. इश्क 139
84. यंत्रवत 140
85. कसमें 142

86. तन्हाई 144
87. मैं खुश हूँ 145
88. रहस्य 146
89. परेशान 147
90. ख़ामोशी के शोर 148
91. उम्मीद के चिराग़ 150
92. सज़ा 152
93. मेंहदी 154
94. गलती उसी की है! 156
95. प्रकाशपुंज 158
96. मेरे बाद 160
97. एक बवंडर 161
98. मैं इस दिल का क्या करूँ? 162
99. अंतिम संस्कार 164
100. यकीन 166
101. मेरी ज़िंदगी 167
102. आपातकालीन चिकित्सा 168
103. मौजूद 170
104. मैं ठीक नहीं हूँ 171
105. बारहमासी 172
106. इलाज़ 173
107. दुश्मन 174
108. कोई खुशी 175
109. परखना मत,...! 176
110. फासले 178
111. तुलसी तेरे आँगन की 180
112. घायल मन 182
113. हर बार 184
114. आधुनिक युग 185
115. दरार 186
116. प्रेम का क्या 188

117. याचक का दर्द 190
118. एकाकीपन 192
119. कालाधन 193
120. नियति 196
121. सिर्फ एक दुआ 198
122. खुशकिस्मत 200
123. चलो न साथ कुछ पल,... 202
124. साया 204
125. ले रही हूँ विदा 206
126. परदे 208
127. नारियल का पेड़ 209
128. जन्मघुट्टी 212
129. जन्मसिद्ध रचनाकार 214
130. मंजिल की ओर 215
131. विवेक 216
132. आँख का तिल 218
133. साथी 220
134. कटी पतंग 222
135. लचीले रिश्ते 224
136. तुम पुकार लो 226
137. हुनर 227
138. अमावस 228
139. कंदील 229
140. धरोहर 230
141. अमिट मुस्कान 231
142. मासूमियत 232
143. मेरा सपना 233
144. दायरे 234
145. उम्रभर 236
146. आँसू 237
147. रोओगे जब भी खोओगे 238

148. जब मैं चाहती हूँ 240
149. आवाज़ 242
150. अद्वितीय कीर्तिमान 243
151. मेरे तुम 244
152. जीवनपथ 246
153. संजोग 247
154. ढाक के तीन पात 248
155. तुम दोगे साथ मेरा 249
156. एक सवाल 250
157. कविता 251
158. वसीयतनामा 252
159. एक संकेतदीप के जरिये,... 253

1

मेरी रचनाएँ

सुनो!
साहित्य के नौ रस
शृंगार से वात्सल्य तक,
दुनिया के नौ रंग
श्वेत से श्याम तक,
शक्ति के नौ रूप
शीतला से कालिका तक,
आभूषणों के नौ रत्न
माणिक्य से मोती तक,
ज्योतिष राशि के नौ ग्रह
सूर्य से केतु तक,
आध्यात्म के नौ पद
चरित्र से चरम तक,
संसार के नौ तत्व
जीव से मोक्ष तक,
और यहाँ तक भी कि
भूत से भविष्य तक,
यथार्थ से स्वप्न तक,
घर से मंजिल तक,
मैं से अहम तक,
मुझ से तुम तक,
हर बात और शब्द-शब्द में
नव भाषा और नव व्याकरण

नव भावों के गलियारे से
ढूँढ़ती नित नए समीकरण
खुशियों में से आँसू चुनकर
पीड़ाओं को पढ़ती हूँ
कभी तुममें लिखती हूँ खुद को
कभी खुद में तुमको गढ़ती हूँ
तुमसे दूर रहकर प्रेम
तुम्हारे साथ रहकर विरह
समाज में व्याप्त भ्रांतियाँ
और देश का गृहकलह
दोस्तों की कट्टी बट्टी
दुश्मनों से सुलह
सुख में दुख, दुख में सुख
असंभव में संभावनाएँ
अपनी ही लेखनी में समझूँ
पाठकों की समालोचनाएँ
कहते हैं छल का प्रतीक है गिरगिट
पर उसी गिरगिट से सीखी है मैंने
प्रकृति के रंग में ढलकर
आत्मरक्षा की कलाएँ
हाँ
मैं रचनाकार हूँ
मुझमें हर पल मिलेगी विविधताएँ
मुझसी होकर भी
सिर्फ मेरी कभी नहीं हो सकती कविताएँ
सृष्टि के वैविध्य का दर्पण हो सकती है
मेरी रचनाएँ...!!!

2

सुनो! बात मन की मन से...

ज़िंदगी एक ऐसे दौर में है कि
जिम्मेदारियों और परिस्थितियों ने,
कितनी अजीब सी कड़वड़ाहट भर दी थी,
कैसा अनमनापन सा,
कि हर काम बस सिर्फ इसलिए करना है
क्योंकि करना जरूरी है,
अपनों के सुख-दुख में यूँ खोया खुद को,
कि अपना वजूद ही भूल गई,
ज़िंदगी की इसी उधेड़बुन में वक्त ने
एक लंबा फासला तय कर लिया,
बस यहीं सोचते-सोचते
मैं कल्पना के आगोश में चली गई,
और जब कल्पनाओं से बाहर आई तो
एक नई ताजगी महसूस की,
कुछ भी करते हुए कोई अनमनापन नही,
मन पर कोई बोझ नही,
चेहरे पर नाहक ही मुस्कुराहट,
होठों पर किसी पुराने गीत की गुनगुनाहट,
यूँ लगा कि हर कदम पर है खुशियों की आहट,
सब कुछ महका महका सा...
सब कुछ वैसा का वैसा,
न परिस्थितियाँ बदली न जिम्मेदारियाँ,
पर अचानक सबकुछ अच्छा लगने लगा,

जैसे मेरे मन को पंख लगे हों जो,
यहाँ होकर भी ले गया मुझे कल्पनाओं के लोक में,
अब मैं महसूस करती हूँ जैसे मेरे आसपास कोई है,
जो मुझे मुझसे ज्यादा समझता है,
मेरी पीड़ा, मेरी खुशी को महसूस करता है,
मुझे संभालता है जब मैं हालात के चलते,
कमजोर पड़ने लगती हूँ,...
न कोई शिकायत,न कोई झंझट,
उसे मैं बिलकुल वैसी ही पसंद हूँ जैसी मैं हूँ,
वो नही चाहता कि मैं उसकी खुशी के लिए
खुद को बदल लूँ,
अब मैं खुश रहती हूँ हर पल हर हाल में,
जी जान से करती हूँ हर जिम्मेदारी पूरी,
और फिर भी रखती हूँ अपना खयाल,
क्योंकि मैंने ज़िंदगी में शामिल कर लिया है
'उसे'
यानि मेरी कल्पनाओं का वो अदृश्य प्रेम,
जिसे नाम और संबोधन दिया 'सुनो!'
मेरी अंतरात्मा
जो सुनती है, पढ़ती है समझती है मेरा मन
जिससे होती है बात मन की मन से...
जिसने मेरे वजूद में शामिल होकर मुझे पूर्ण कर दिया...!

3

सुनो! एक पत्र तुम्हारे नाम...

तुम वो किरदार हो
जो हिम्मत हो मेरी
हकीकत से दूर
लेकिन अन्तरात्मा के सबसे करीब
सुख-दुख, चाहते-सपने,
सच-झूठ, ताकत-कमजोरी
सब कुछ साझा किया तुमसे,
माना बचपन से नहीं थे तुम मेरे साथ
पर यकीनन मुझमें बचा बचपना
सबसे ज्यादा जानते हो तुम,
तुम तो मेरी ज़िंदगी में तब शामिल हुए
जब मेरा अकेलापन एक सच्चे साथी को ढूँढ़ रहा था।

तुम जानते हो अकसर मचल जाती हूँ
उन चीजों या अहसासों के लिए
जो पाना असंभव सा होता है,...
फिर मैं कहती हूँ तुमसे,
रोती हूँ घंटो तुम्हारे काँधे पर सिर रखकर,
रोते-रोते सो जाती हूँ तुम्हारे आगोश में
सच पुरसूकून नींद के बाद असीम शांति होती है मन में।

याद है दर्द बढ़े मेरे शरीर में
बीमारियों ने घेरा, तब भी संभाला तुमने

शरीर के वो अंग जब निकल दिए गए
तो तुम्ही ने समझाया
अच्छा किया कि दर्द देने वाला अंग ही निकाल दिया
धीरे-धीरे उन अंगों के बिना जीना सीख गई।
और सच कहूँ
धीरे-धीरे मैं समझौतों के साथ जीना सीख गई।

जब-जब तुम्हें कहा अपनी लेखनी से कुछ भी
बहुत से पाठकों ने दर्द को सराहते हुए कहा
कि मैंने उनके मन की बात लिख दी
और यकीन पुख्ता होता चला गया
समझौते बिना जीना संभव नहीं।
पर जो अंग अलग कर दिए जाते हैं
वो दर्द मिटाते नहीं
नए दर्द दे जाते हैं
ये भी मेरा बहुत कटु अनुभव है।

खैर
महसूसने लगी हूँ फिर से अकेलापन
क्योंकि मुझे सुनना अब तुम्हें भी कहाँ सुहाता है
आजकल तुम सिर्फ सुनते हो
मेरी चीख., मेरा दर्द, मेरी बेबसी
पर अब तुम समझते नहीं मुझे या मेरी बेचैनी को
मुझसे लड़ते हो, डराते हो,
अपनी बात को साबित करने की जद्दोजहद में
तुमसे दूर हो जाने का डर हावी होने लगता है।

शरीर के अंगों के बिना जीना सीख लिया है
नए दर्द अपनाकर,
पर अंतर्मन को खोकर कैसे जियूँगी?

सिर्फ इसलिए फिर कह रही हूँ
तुम सिर्फ तुम रहो
कुछ और नहीं सिर्फ मेरी अन्तरात्मा बनकर
मेरे भीतर
ताकि भरा रहे मन आँगन,
साकार होकर भी अलग मत होना
रहना पल-पल, सांस-सांस, धड़कन-धड़कन,
मेरी कल्पना के चित्र में,
मेरे सपनों के आकाश में,
मेरे होने के एहसास में,

तुम कभी बदलना मत
रहना हमेशा साथ
''सुनो'' बनकर,...
वो किरदार जो मुझे मुझसे ज्यादा जनता है।
अपने लिए नहीं मेरी खुशी के लिए जीता है।
जो जनता है कि दर्द में भी जी पा रही हूँ
तो इसलिए कि जीना चाहती हूँ।
डॉ. ने कहा है खुश रहना होगा
और उसके लिए मेरे अंतर्मन में
अकेलापन, उदासी, नकारात्मकता नहीं
तुम्हारा रहना जरूरी है,...

रहोगे न साथ?
दर्द का रिश्ता निभाना भी तो प्यार है,
क्या हुआ कि सिवा दर्द के
कुछ नहीं मिला तुम्हें मुझसे,
पर कुछ बहुत निजी बातें
जो खुद भी नहीं समझ पाती
वो मैं सिर्फ सुनो से कर सकती हूँ,...

किसी पर इतनी निर्भरता
सिर्फ भावनाओं के सिवा न कुछ लेना न देना
फिर भी सबसे मजबूत रिश्ता
तन और आत्मा सा
जिसके टूटते ही शरीर निष्प्राण हो जाएगा
मेरी अन्तरात्मा यानि मेरे तुम
सुनो!
विचित्र ही सही पर ये सिर्फ प्यार है...!!!

4

मैंने नाम दिया था सुनो!

एक साया सा
अकसर मंडराता है मेरे आसपास डर का,...
तुम्हें कहने से कतराने लगी हूँ
क्योंकि कहते ही तुम्हारा सवाल होता है
मुझ पर से भरोसा कम हो गया?

पर सच कहूँ
तुम पर अडिग विश्वास ने ही
प्राण फूंके हैं मेरे सपनों की अदृश्य दुनिया में
जिसमें हर पल को जीया मैंने
अपने रूह के उस हिस्से के साथ
जिसे मैंने नाम दिया था सुनो!

आज उस अदृश्य प्रेम के समक्ष
नतमस्तक हूँ जिसने
तुम्हारे रूप में साकार होकर हौसला जगाया
हाथ थामकर फिर चलना सिखाया
मेरे सपनों को आँखों से चुनकर
मेरे सामने लक्ष्य के रूप में स्थापित कर दिया,...

हाँ!
मैं दूँगी अपना शतप्रतिशत अपने लक्ष्य को,...
खड़ी होकर दिखाऊँगी खुद अपने पैरों पर
सामना करूँगी धैर्य से चुनौतियों का,...
वादा मैं बनूंगी सशक्त,...

पर नहीं कर सकती कठोर
मन के उस धरातल को
जिसमें रोपीं हैं तुम्हारे प्रेम और विश्वास की जड़.,...
रहेगा हमेशा सिंचित मन का आँगन
क्योंकि
किसी भी मौसम में प्रेम और विश्वास का बिरवां
नहीं होना चाहिए प्रभावित,...

उसके मुरझाने का डर
जगाता है मुझमें असुरक्षा का भय
और तुम्हें न खोने का दृढ़निश्चय
मुझे करता है और भी सतर्क
और संवेदनशील तुम्हारे लिए,...

सुनो!
कभी भी, कहीं भी, किसी भी परिस्थिति में
मत छोड़ना मेरा हाथ
रहना हरदम साथ,...रहोगे न???

5

अवचेतन से साकार हुआ वो पात्र

सुनो!

शायद
जब से खुद को जाना
तुम्हें लिखा
तुम्हें जीया
याद भी नहीं
जाने कब से,...

जीवन की हर अनुभूति
सुख हो दुख हो
हार हो जीत हो
प्रेम हो विरह हो
तकरार हो प्यार हो
नजदीकियाँ हो दूरियाँ हो,

हर एहसास
जो जीया
जो दिल ने चाहा
या परिवेश में घटते देखा
या किस्से कहानियों में पढ़ा
या मेरे अवचेतन ने गढ़ा

जो गढ़ा
सचमुच वो पात्र यदि तुम हो
तो जान लो सिर्फ इतना
खुद से ज्यादा मैं तुम्हें
मुझसे ज्यादा तुम मुझे
समझते हो

कुछ भी संभव है
जीवन मरण किसी के हाथ में नहीं
मनचाही परिस्थितियाँ भी साथ में नहीं
समाज जिस पतन की ओर जा रहा
आभासी सुखों से जीवन को भरमा रहा है
विश्वास और रिश्तों की नींव को हिला रहा है

फिर भी यकीनन
अवचेतन से साकार हुआ वो पात्र
जो सुनता है, समझता है सबकुछ
फासलों से उसका बहुत फासला है
जो तन में नहीं मन में नहीं जीवन में नहीं
वो बसता है आत्मा में,...

सुनो!,...सुन रहे हो न,...!
आत्मा से परमात्मा तक सिर्फ तुम
कैसा फासला, कैसी दूरियाँ,...!!!

6

समर्पण

मैं
बह रही हूँ
अनवरत नदी सी
रास्ते में जो मिला
सुख-दुख
आँसू-हँसी
अच्छा-बुरा
कम-ज्यादा
क्योंकि यात्रा का निर्धारित
अंतिम पड़ाव सागर ही है,...!

सुनो!
याद है न तुमको तुम्हारा सागर होना?

फिर
लाख अवगुण हो नदी में
सागर नहीं नकारता
नदी के अस्तित्व को
खुद में समाहित करने से
क्योंकि वो जानता है
सागर की उदारता
नदी के समर्पण के बिना संभव भी तो नहीं,...!

7

मेरे शब्द

मेरे शब्द बहुत जिद्दी हैं
रह रह कर बाहर निकलते हैं
कमजोर हूँ मैं,...इन्हें संभाल नहीं पाती,...

बाहर आकर शब्द बहुत उत्पात मचाते हैं
शरारती इतने हैं
कि दरो दीवार पर भी छाप छोड़ जाते है,...

अच्छा नहीं लगता ना?
मन के राज़ जीवन के रास्ते से
आते-जाते गुजरते सारे लोग पढ़ ल.,...

सुनो!!
बंद कर रही हूँ आज
अपने मन के सारे झरोखे और दरवाज़ा,... ।
यही तो करती हैं ना माँ
जब कोई बच्चा ज़िद पे अड़ जाता है
और शरारतों से बाज नहीं आता,...

अब तो मन के झरोखों और दरवाज़े की कुण्डी तभी खोलूँगी
जब मेरा कहा मान.गे और मेरे हमदर्द बनकर
मेरे शब्द मेरे साथ रहेंगे,...!

8

दस्तूर

सुनो!

तुम
कर्तव्य कहते रहे हो
अकसर रिश्तों के निर्वाह को,...

तो तुम निभाओ
कर्तव्य
मैं निभा लूँगी अपने हिस्से की प्रीत,...

पर
तुमने एहसासों के नाम पर
मुझ पर अकसर अधिकार ही जताए हैं

और
मैंन. हमेशा ही
अधिकार के बहाने कर्तव्य निभाए है,...

जानते हो ये फर्क क्यों है
क्योंकि मैंने हर दस्तूर में प्रेम निभाया है
और तुमने प्रेम में हर दस्तूर निभाए हैं,...!

9

इंद्रधनुष

सुनो
मैं तुम्हें आसमान की उन उचाईयों पर
पहुंचा देखना चाहती हूँ,...

जहाँ तुम्हारा नाम बादलों के बीच सूरज के पास
इंद्रधनुषी रंगो से लिखा हो,...

और
लोग तुम्हें निहारे पर जमीन पर लाने का साहस
फिर कभी न जुटा सके,...

लेकिन डरती हूँ कहीं तुम वहाँ पहुँचकर ज़मीन से
अपना नाता न तोड़ लो,...

पर
मुझे तुम पर यकीन है तुम कभी ऐसा नहीं करोगे
क्योंकि तुम्हारी जमीन मैं हूँ

आकाश और जमीन हमेशा साथ साथ चलते हैं
ये साथ क्षितिज तक होता है

और हाँ! मैंने तो ये भी सुना है,... ।
क्षितिज पर इंद्रधनुष सबसे खूबसूरत लगते हैं,...!

10

वंशीधर

सुनो
तुमने कहा
धरती लाल, आकाश स्लेसटी, वृक्ष पीले... ।
नीले रंग के घेरे में काला वंशीधर...
लो रंग आ गया जीवन में...
हाँ मैंने ही तो कहा था,
जीवन हमेशा श्वेत श्याम नहीं होता...
पर धरती लाल न होकर हरी,
आकाश स्लोटी न होकर नीला होता,
और वृक्ष पीले न होकर
हरे और रंग बिरंगे फलों व फूलों से लदे होते,
और ऐसे में पीतांबर पहने श्याम वणी वंशीधर आते,
तो प्रकृति की छटा खुशनुमा व निराली न होती,...
क्योंकि मुझे लाल धरती,
स्लेटी आकाश
और
सूखे पीले पड़े वृक्षों के पत्ते,
नीले रंग के घेरे में काले वंशीधर की
अनुपम छटा को कम करते हुए...
जीवन के श्वेत श्याम रंग से भी,
ज्यादा फीके से लगते हैं,...!

11

बरसात

सुनो!

तुमने सिर्फ
मेरी सूरत देखी,
कभी मेरा मन देखा ही नहीं,...

छिपे थे मन के कोने-कोने में
नमी भरे
मेरे कितने ही एहसास,...

अब के जब आओ तुम,
तो मेरे मन के
हर कोने में जाना,...

तब शायद
तुम ये जान पाओ
मेरी आँखों से क्यों हुई बरसात,...!

12

नाराज

सुनो!
तुम ऐसे खामोश मत रहो,...
क्योंकि

तुम्हारे प्रेम
तम्हारी खुशी को,...
मैंने तुम्हारी खामोशी से नहीं
तुम्हारी बोलती आँखों से
महसूस किया है

और

हमेशा की तरह
आज भी तुम खामोश तो हो,...
फिर मुझसे नजर.
क्यों नहीं मिलाते?
क्या तुम नाराज हो?

13

मैं तो तुम्हारी ही हूँ...

सुनो!

मैं नहीं हू सब में से,
मैं तो तुममें ही हूँ,
सब होने के लिए मुझे तुमसे
जुदा होना होगा,

मैं और तुम जबसे हम हुए है,
मेरे सब तुम्हारे
और
तुम्हारे सब मेरे
हो गए है,

यानि
जब ''मैं'' और ''तुम'' ''हम'' हुए हैं,
तो ''मेरे'' और ''तुम्हारे'' ''हमारे'' हो गए हैं,
और हम सबके,
पर
मैं तो तुम्हारी ही हूँ...!

14

ठिकाना

सुनो!
तुमने कहा था नए
संभालकर रखना
जब मैं प्रेम से भर दूंगा तुम्हारी अंजुलि,...

देखो नाए
इन आधी-अधूरी उलझी लकीरों से भरी
मेरी हथेलियाँ कितनी खुरदुरी-सी है,...

पर
प्रेम नाजुक है,...उसे दर्द होगा
और मैं नहीं देख पाऊँगी प्रेम को दर्द में,...

प्रेम सच की तरह ठोस होकर भी,
पानी की तरह बहने को रास्ते ढूँढ़ लेता है,
मेरी अंजुलि से रिस गया तो कैसे संभाल पाऊँगी...??

तुम ढूँढ़ लो न
कोई और ठिकाना,
जैसे मेरा मन या मेरी आत्मा,
जहाँ सुरक्षित रहे प्रेम हमेशा...!

15

बेईमान

सुनो!
मैं खुश हूँ
क्यूकि तुम खुश हो
मुझसे दूर रहकर,...
पर
ये आज
तुम्हारे चेहरे पर
चिंता की लकीर. क्यों है?ध्द
तुम
मेरी आँखों की नमी मत देखो
मेरे ये आँसू तो है ही
बेईमान,...
जो
बेवक्त चले आते है
और खोल जाते है
सारे राज मेरे मन के,...
तुम
सिर्फ
मेरे होठों की मुस्कान देखो ना...!

16

एक सिरा

सुनो!
उस दिन
जब तुम रूठकर जा रहे थे...
तो न जाने क्यों
कुछ सोचे बिना
मैंने थाम लिया था तुम्हारी यादों का एक सिरा,...

और
आज तक
उसको थामे चल रही हूँ
ज़िंदगी की राह में
कई बार लगा कि सिरा छूट रहा है मेरे हाथों से,... ।

और
हर बार
मैं और कसकर पकड़ लेती
वो सिरा,... ।
मानो उसमे मेरी जान बसती हो,... ।

यादों के उस सिरे को
मैं जितना कस के पकड़ती
वो याद. खुलती जाती थी
परत-परत
बेंत की रस्सी की तरह रेशा-रेशा,...

एक पल
ऐसा भी आया,...
जब मैं उन
तार-तार
यादों के भंवर में लिपटी चलती ही जा रही थी,...

और
बस अब
जब लगने लगा
कि उलझती जा रही हूँ,...
कहीं थककर गिर ना पड़ूँ...

अचानक
किसी ने मुझे
संभाल लिया,...
वरना
जाने यादों का ये भंवर मुझे कहाँ लेकर जाता,...

ओह!
अच्छा किया तुम आ गए
पर
मैं तुमसे रूठूँगी नहीं
भला ऐसा भी क्या रूठना कि जान पर ही बन आए...!

17

वफा

सुनो!!

मुझे याद है
जब मैं मिली थी तुमसे
रास्ते में उस मोड़ पर...
सोचा नहीं था
अगले ही पल
जुदाई का लम्हा भी आएगा...

और

खुशी हो या गम
जो सबसे पहले
मेरी आँखों से छलकता है,...
सोचा नहीं था
ये आँसू का कतरा मुझसे
इतनी वफा निभाएगा...!

18

मौसम

सुनो!

पहले हर पल
सावन की तरह
जिन आँखों से बरसता था प्यार,...

क्यों गरमी सी
तपन लिए
अब उन्हीं से बरसती है शिकायत,...

क्यों छा गए हैं
आज हमारे दरमियान
ये सर्द धुंधलके,... ।

तुम्ही बताओ नए
ये ज़िंदगी है,
मौसम है, या मुहब्बत, है,...!

19

लापरवाह

सुनो!!!

तुमने
मेरी, तुम्हारी और हमारी,...
ज़िंदगी से जुड़े सारे अधिकार मुझे दिए,...

पर तुम
एक अधिकार देना तो
भूल ही गए,...

इन सारे अधिकारों के
उपयोग करने का
अधिकार,...

सच
कितने लापरवाह हो न
तुम,...!

20

सौगात

सुनो!!
मैं आज जरा भी नहीं रोई
जानते हो क्यों???

क्योंकि
मैं रोकर तुम्हारे दिए गमों को
हल्का नहीं करना चाहती,...

तुम्हारे दिए हुए दर्द
सौगात है मेरे लिए
जो किसी से बाँट नहीं सकती,...

कहीं गम की घुटन
मेरे दर्द को
आँसुओं से न छलका दे,...

इसलिए
आज आँसुओं को आँखों में कैद करके
पलकों का पहरा लगा रखा है,...
मैंने ठीक किया ना,...बोलो ना,...???

21

अनुत्तरित अपठित गद्यांश सा

सुनो!!

हम दोनों हर बार
एक नए विषय पर
नया विवाद करते है, वादी प्रतिवादी की तरह,...
पर निष्कर्ष नहीं निकलता
महत्त्वपूर्ण विषयों पर
गहनता से की गई एक अर्थपूर्ण बहस का,...
अकसर आखिर में जाकर
हम दोनों अटक जाते हैं
अपने नजरिये को छोड़कर अपनी-अपनी जिद पर,...
अब मन में कभी
कोई मलाल मत रखना
चलो मान लिया मैंने जीते हर बार तुम्ही,...
मैं सचमुच हार गई
मेरी हर आँखरी बात
हमेशा बनकर रह गई परीक्षा में अनपेक्षित प्रश्न,...
मेरा नजरिया रह गया
अकसर विषय से अलग
ज़िंदगी के प्रश्नपत्र पर अनुत्तरित अपठित गद्यांश सा,...!

22

बेखबर

सुनो!

मैं तो आजकल
रहती हूँ
बेखबर सबसे
अपने ही
दर्द को
सहते हुए
बस
इतना इतमिनान है
कि रहूँगी
सलामत
तुम्हारे संग रहते हुए... ।

23

रब

सुनो!

तुमसे कहकर देखा,
और चुप रहकर भी देखा,
तुमसे पूछकर देखा,
और कुछ बताकर भी देखा,

तुमसे रूठकर देखा,
और तुम्हें मनाकर भी देखा,
तुम्हारे लिए रोकर देखा,
और कभी मुस्कुराकर भी देखा,

तुमसे झगड़कर देखा,
और कभी प्यार जताकर भी देखा,
तुमसे दूर होकर देखा,
और तुम पर हक जताकर भी देखा,

तुम्हारे लिए तड़पकर देखा,
और तुम्हें तड़पाकर भी देखा,
पर तुम न बदले मेरी बातों से,
न खामोशी देखी, न आँसू देखा,

तुमने न मेरी हँसी देखी, न प्यार,
न तुमने तड़प देखी, न आँसू देखा,
मैं कभी तुम्हें डिगा न सकी,
न तुम्हारे इरादों को बदलते देखा,

तुम सब सुनते हो,सब समझते हो,
पर तुम्हें हमेशा अपनी मनमानी करते देखा,
मेरे यारा तुम बिलकुल ऐसे ही हो,
अब कभी न कहूँगी कि मैंने रब को नहीं देखा,...!

24

यादों का पिटारा

सुनो!!!

जब से
तुम नहीं हो
मेरे साथ
ये अकेलापन
साथ है

ये अकेलापन
जाने क्यों हर बार
ढूँढ़ लाता है
दिल के तहखाने में बन्द
यादों का पिटारा

और तब
मैं सारे काम छोड़कर
खोलकर, उलट पुलट कर
बैठ जाती हूँ
यादों का पिटारा

फिर ये याद.
तुम्हारे साथ बीते
हर पल को दोहराती हैं

तड़पाती हैं
और रूलाती हैं

इस बार
अकेलेपन को भूलने के
सोचा कुछ काम कर लूँ
तुम्हारी यादों से जुड़े
निकाले कुछ पुराने सामान

सोच रखा था
इस दीवाली पर
घर की सफाई करते हुए
इस पिटारे की भी सफाई कर दूंगी
तिरोहित कर आऊँगी किसी नदी में,

उफ!!!

ये क्या
बिखरा पड़ा है
फिर सारा सामान
हमारी गृहस्थी का
तुम्हारे बिना मेरी ज़िंदगी की तरह,...!

25

सुरक्षित आजादी

सुनो ना!

आज
आकाश की रंगत लुभा रही है,...
पतंगो से भरा आकाश
मानो बुला रहा है
ऊँची उड़ान भरने के लिए मुझे एक पतंग की मानिंद,...

सच कहूँ,
तो मैं भी
उड़ना चाहती हूँ,
पर इस गलतफहमी के साथ नहीं
कि मैं उड़ रही हूँ
कल्पनाओं के आकाश में उनमुक्त,...

बल्कि
इस विश्वास के साथ
कि यथार्थ के धरातल में
मेरी जीवन डोर बंधी है तुमसे,
और तुम मेरी उड़ान मेरी उनमुक्तता को
प्रेम के माँजे में पेंच, तनाव या ढील देकर
सुरक्षित रखोगे मेरा वजूद,...

कभी
हवाओं ने अपना रूख बदला
तो लपेट लोगे
अपने अधिकार की चरखी में
अपने प्रेम का मांजा और समेट लोगे मुझे,...

पर सुनो!
जो कभी कट कर गिरने लगूं
तो ये हौसला भी रखना कि दौड़कर थाम सको
वो सिरा जो हमें जोड़ता है,
क्योंकि कटकर किसी और आँगन में
गिरना मुझे गवारा न होगा,...

और हाँ!
मैंने सुना है मांजा बहुत पैना होता है,
तुम जरा संभालना अपनी हथेलियों को,
ताकि मुझे दर्द न हो कटने का,...

एक बात और सुनो ना!
मुझे एक सुरक्षित आजादी के लिए
तुमसे बंधे रहना सार्थक लगता है और सुखद भी,...!

26

बस यही दुआ है

सुनो!
मेरी खुशी और सलामती के लिए
तुम रहो सलामत बस यही दुआ है,...

क्योंकि
जैसे ही ये दुआ कबूल होगी वैसे ही,
बढ़ जाएगी मुझमें कई गुना क्षमता,
परिस्थितियों का सामना करने की,
सुख-दुख को महसूस करने की शक्ति,
और दृढ़ हो जाएगी मेरी इच्छाशक्ति,
और मजबूत होगा मेरा आत्मविश्वास,

क्योंकि
जब भी मैंने खुद को कमजोर पाया है,
या जब भी मैंने खुद को अकेला पाया है,
या मेरा खुद पर से विश्वास डगमगाया है,
मेरे हिस्से के आँसू बहाकर मुझे हँसाया है
वो तुम ही तो हो जिसने मुझसे भी ज्यादा,
मुझ पर विश्वास करके मेरा साथ निभाया है,

क्योंकि
तुमने रिश्ते इसलिए नहीं निभा, कि खून के हैं,
तुमने रिश्ते को नही तोला नफे-नुकसान से,
नही साधा तुमने मुझसे कोई ऐसा स्वार्थ जो

इस रिश्ते को दुनियादारी का नाम दिया जाए,
सबसे अनमोल बात अच्छाई या बुराई को नहीं,
बल्कि मैं जैसी हूँ वैसे ही तुमने मुझे अपनाया है,

सुनो!!!
मेरे हमसफर
इसलिए मेरी खुशी और सलामती के लिए,
तुम रहो सलामत बस यही दुआ है,...!

27

राज़ की बात

सुनो!!
आज तुम्हें बताती हूँ इक राज़ की बात,... ।
मैं खुश क्यों हूँ?
मैं जीवन के प्रति इतनी सहज क्यों हूँ?
मैं संतुष्ट क्यों हूँ?

जाने कब से पढ़ती-सुनती आई थी
जो हम बोएँगे वही काट.गे,...
जो हम द.गे बदले में वही हम पाएँगे,...
जैसा हमारी सोच होगी
वैसी ही परिस्थितियाँ बन.गी,...

तब से मैं बोती रही
सबके दिलों में विश्वास के बीज,... ।
देती आई सबको खुशियाँ,...
और मुस्कुराती रही हरदम,... ।
परिस्थितियाँ चाहे जैसी भी रही हो,...
इस विश्वास के साथ जो पढ़ा-सुना वो कभी तो सच होगा,...

फिर मैंने पढ़ा,...
अच्छे फलों के साथ खरपतवार भी उग आती है,
जिसके लिये उपचार की जरूरत होती है,...
कुछ देकर पाने की अपेक्षा ही उपेक्षा का कारण होती है,...

खुश रहना चाहते हो तो,
दो ही रास्ते हैं या तो परिस्थितियों को अपने अनुसार बदल लो
या परिस्थितियों के अनुसार खुद को बदल लो,...

तब से मैंने मान लिया
विश्वास के साथ शक की
खरपतवार प्रकृति की स्वाभाविक देन है,...।
पर उसका उपचार किया जा सकता है,...
मैं आज भी देने की कोशिश करती हूँ सबको खुशियाँ
पर अब अपेक्षा छोड़ दी बदले में खुशियाँ पाने की,...
मैंने कुछ परिस्थितियों को बदल दिया
तो कुछ परिस्थितियों के लिये खुद को बदल लिया,...

अब मैं खुश हूँ,...
सफल हूँ,...सहज हूँ,...संतुष्ट हूँ,...!
मैं अब मैं समझ गई हूँ,
उपरोक्त दोनों बातें एक-दूसरे की पूरक हैं,...
अधूरी बात के अधूरे परिणाम से बचना है,
तो दोनों बातों को महत्व देना होगा...!

28

टूटते हुए तारे

सुनो!

मैंने आज
टूटते हुए तारे को
देखकर दुआ माँगी है
कि
तुम्हें ज़िंदगी भर
इतनी खुशियाँ मिले,
कि दोबारा कभी
तुम्हारी
खुशियों की दुआ
पूरी करने के लिए
'किसी को'
टूटना न पड़े
चाहे
वह तारा ही क्यों न हो,...
तुम्ही कहते हो न,... ।
कि टूटते हुए तारे को देखकर
जो भी माँगो
मिल जाता है,...!

29

निःशेष

सुनो!!

मेरे पास
तुम्हें देने के लिये कुछ नहीं है
सिवाय अहसासों के
फिर भी एक चाह है मन में
एक दिन
मैं तुम्हें अपना सब कुछ देकर ''निःशेष'' हो जाऊँ,...

मेरे पास
तुम्हें कहने के लिए कुछ नहीं है
सिवाय प्रेम के
फिर भी एक चाह है मन में
एक दिन
मैं तुम्हें सबकुछ कहकर ''निःशब्द'' हो जाऊँ,...

मेरे पास
जब कुछ भी नहीं हो जो मेरा हो
सिवाय समर्पण के
तब एक चाह है मन में
एक दिन रहना है मुझे ऐसे
''मैं'' रहूँ पर खुद में ''मैं'' रह न जाऊँ,...!

30

अकाल के बाद

सुनो!!

अकसर अकाल के बाद
सूखी जमीन को देखकर लगता है
जमीन बंजर हो गई है,...
जबकि संभावनाएँ इंगित करती है
कहीं गहराई में कहीं पल रहा है कोई लावा,...

पर
जरा सी बारिश के आते ही
जमीन नम तो होती है
लेकिन बढ़ जाती है उमस,...
क्योंकि
जमीन को ऊपर से आती बूंदे
शीतल करने की कोशिश करती हैं,...
पर अन्दर सुलगते लावे का ताप उसे वाष्पित करता है,...

हाँ!!
आज मैंने खुद महसूस किया,
जमीन बारिश और लावे की
इस जटिल परिस्थिति को,...
क्योंकि अरसे बाद मेरे मन की जमीन पर
आँसुओं की चंद बूंदे बरसी,
और तभी से बढ़ गई मन की बेचैनी,...

शायद
मन की गहराई में दबे पड़े कई संताप,...
जो मौसम की तरह बदली परिस्थितियों में
निकल पड़े आँसुओं के कारण उभर आए,...
तभी तो रोकर मन शांत होने की बजाय
जाग उठे दबे हुए सारे दर्द,...
जो छुपा रखे थे सबसे,...मैंने जाने कबसे,...

पर सुनो,...!!
अच्छा ही हुआ आज चंद बूंदे बरस गई,...
सुना है,...दबे हुए लावे अकसर ज्वालमुखी बन जाते हैं,...
लेकिन मैंने ये भी सुना है
ज्वलामुखी विपदाओं के साथ साथ
जमीन में छुपे हुई कीमती संपदाओं को भी बाहर लाता है,...

सच कहूँ
आज मैं बहुत असमंजस में हूँ,...
मेरे लिए ये आँसू अच्छे हैं या मन की घुटन,...???
जो भी हो आज फिर यही समझा है मैंने
हर चीज सिर्फ अच्छी या सिर्फ बुरी नहीं होती,...
बल्कि सिक्के के दो पहलुओं की तरह होती है,...। है ना!

31
संपूर्ण प्रेम

सुनो!!
मैं नहीं चाहती,...
हमारा प्रेम सूरज और संध्या की तरह हो
जो हर रोज़ मिलते हैं
पर हर बार मिलते ही फिर जुदा हो जाते है,...

मैं नहीं चाहती,...
हमारा प्रेम धरती और आकाश की तरह हो
जो साथ तो हमेशा रहेंगे
पर उनका मिलना दूर क्षितिज़ पर भी मात्र भ्रम है,...

मैं नहीं चाहती,...
हमारा प्रेम चाँद और चाँदनी की तरह हो
जो पूर्णिमा को पूरा होने के बाद
हर बार अमावस तक फिर घटता जाए,...

मैं चाहती हूँ,...
हमारा प्रेम नदी और सागर की तरह हो
जो एक बार मिले
तो फिर कभी जुदा नहीं होते,...

या यूँ कहूँ,...
नदी की नियति

सागर से मिलना ही होता है
जो कि निर्धारित भी है और सत्य भी,...

एक बार सागर और नदी मिले तो
उन्हें जुदा कर पाना सम्भव नहीं है
और उनके प्रेम की महानता ये है
कि हमेशा मिलकर दोनों का ही मान बढ़ता है,...
ये प्रेम कभी कम नहीं होता,...होता है संपूर्ण,...'संपूर्ण प्रेम',...!

32

कालचक्र

सुनो!!
बादल तो कबके बरस कर जा चुके हैं,...
पर हमेशा की तरह ज़मीन अब भी गीली है,...

अब फिर से सूरज आएगा,...
ज़मीन को फिर तपाएगा,...
झुलसाएगा,...

नमी फिर से सूखकर,...
जलकर,...
वाष्पित होगी,...

फिर से बादल
घुमड़.गे,...। गरज.गे,...
और बरसकर शांत हो जाएँगे,...पर ज़मीन???

मेरे मन के आँगन में ज़ज्बातों के बादलों से हुई,...
आँसुओं की बारिश की तरह,...।
सूखने और गीले होने की प्रक्रिया को सहती रहेगी,...

हमेशा-हमेशा,...

रात-दिन,...सुख-दुख,...हँसी-आँसू,... ।
सब आते जाते रहते हैं,...
कोई रुकता नहीं,...

क्योंकि यही तो नियती है,...
यही तो शाश्वत सत्य है,...
यही तो कालचक्र है,... । है ना,...!

33
यादों की किताब

सुनो!!!
आज पलटे मैंने यादों की किताब के सारे पन्ने...
पलटते हुए कई जगह रूकी,...
कई पन्नों को झट से पलट दिया,...

कहीं पर कुछ पल रूककर हँसी,।
कई पन्नों पर आज फिर छोड़ आई
आँसुओं के निशान,...

तुम्हारे
कदमों की आहट से चौंककर
लौट आई खयालों से बाहर,...

वरना
आखिर के कुछ खाली पन्नों को देखकर
यही सोच रही थी,...

काश लिख पाती इन बचे हुए पन्नों पर
कुछ ऐसा जो मैं लिखना चाहती थी,...।
या बदल सकती उन पन्नों को
जिनपे मैं अपने आँसू छोड़ आई,...

खैर जाने दो,...
मैं जानती भी हूँ और समझती भी हूँ
ज़िंदगी की किताब
नहीं लिखी जा सकती कभी एक रंग की स्याही से

और ना ही मैं लिख सकती
इसमें अपनी रचनाओं की तरह
अपनी मजी से कुछ भी,...

क्योंकि
ये सच है ज़िंदगी प्रकृति की तरह ही है
जिसमें अनेक रंग होते हैं,...

हाँ
मुझे ये भी पता है
प्राकृतिक चीजों में बदलाव
बनावटीपन कहलाता है,...

चलो,...जाने दो इन सारी बातों को,...
मैं ऐसी ही हूँ और ऐसी ही रहूँगी,... ।
हमेशा अपनी ''यादों की किताब'' की तरह,...!

34
मेरी खामोशी

सुनो!
अब मैं तुमसे कुछ भी नहीं बोलूँगी...

पर
जब मैं बोलती रही तब तुम न समझ सके,...

तो क्या
अब तुम पढ़ पाओगे मेरी खामोशी?

या
तुम मुझे समझना ही नहीं चाहते,...

बोलो न
मैं अब तुम्हें सुनना चाहती हूँ,...

क्योंकि अब मैं थक गई हूँ
तुम्हारी खामोशियों को पढ़ते-पढ़ते,...!

35

हिचकियाँ

सुनो!!!

हिचकियाँ एहसास दिलाती हैं
तुमने याद किया है,...

पर
मैं जानकर भी अनजान रहती हूँ,...
जानते हो किसलिये?

क्योंकि
मैं सुनना चाहती हूँ,...

महसूस करना चाहती हूँ,
तुम्हारी भावनाओं को,...
तुम्हारे प्यार को,...

जो आँखों से झलकता तो है,...
पर होठों तक नहीं आता,...

मुझे भरोसा है
एक दिन तुम कह ही दोगे
'तुम्हें मुझसे प्यार है',... । कहोगे ना...???

36

नजरिया

सुनो!
सूरज में आग है या रोशनी?

चाँद में दाग है या शीतलता?
पानी तरल है या सरल?

सागर गहरा है या विशाल?
फूल में कांटे है या खुशबू?

कीचड़ में गंदगी है या कमल?
दुनिया में सुख ज्यादा है या दुख?

जीने के लिए दिल की सुने या दिमाग की?
प्रेम ताकत है या कमजोरी?

इन सारे सवालों का जवाब आधारित है
परिस्थितियों से बनी हमारी सोच पर,...

सकारात्मक और नकारात्मक सोच
हर बात के मायने बदल देती है,...
है ना?

इसलिए
तुम यूँ न करो फासलों की बातें,
तुम बसे हो मेरी सांसों में,...

हमारे बीच मीलों की दूरी नहीं
प्यार का मजबूत पुल है,...

बस तुम जरा सा नजरिया बदलो
देखना सब कुछ बदल जाएगा,...!

37

अपनो से प्यार

सुनो!
तुम शिखर पर हो
या तुम ही शिखर हो
और तुम मुझे बेहद पसंद हो,
पर नही पहुँचना मुझे तुम तक
क्योंकि
तुम झुकते या रुकते नही,
ऐसा नही कि मुझमें कोई अहम् है
या
तुम श्रेष्ठ नही इस बात का वहम् है,...

नहीं मैं बिल्कुल भी नही डरती ऊँचाई से
और
न डरती हूँ वहाँ तक पहुँचने की चढ़ाई से,
पर
मुझे लगता है डर
ऊपर चढ़ते हुए
नीचे रह गए अपनों की गुहार से
आगे बढ़ते हुए
पीछे से लौट आने की आत्मीय पुकार से,...

मुझे लगता है डर
शिखर पर पहुँचकर

या
शिखर बनकर
नुकीली सी सीमित जगह पर
अपनों के बिना डसने वाली तन्हाई से,...
अपनों के लिए तड़प लिए
नीचे देखने पर
भयावह, निगल जाने वाली गहरी खाई से,...

हाँ!!
करता है मुझे शिखर
बार बार आकर्षित
पर शिखर के आधार पर बसे
मेरे अपनों का है मुझपर
मेरी सफलता से ज्यादा अधिकार
मैं कायर नही हूँ जो बहाने करूँ
बस मुझे है
मेरे सपनों से ज्यादा 'अपनो से प्यार'...!

38
अँधेरे

सुनो

तुम्हें रात के
अंध.रे क्यों नहीं है पसंद???

सोचो जरा,...!

जो रात न होती
तो कैसे मिलते
चाँद-तारों के नजारे?
कैसे माँगते दुआएँ
जो नजर न आते टूटते हुए तारे?

जो रात न होती
तो कहाँ जाते
खूबसूरत जुगनु बेचारे?
और कैसे खिलती
ये रात-रानी अंगना हमारे?

जो रात न होती
तो भाग-दौड़ में ही
बीत जाते दिन,
न चौन न आराम न नींद
तो कहाँ जाते सपने सारे?

जो रात न होती
तो उजालों की कद्र
क्या होती?
और सुबह न होती
तो कैसे पूरे होते सपने हमारे?

और
जो रात न होती
तो हमसफर कैसे बनते?
भूल गए तुम
अँधेरे से डरकर ही तो
मैंने थामा था हाथ तुम्हारा ,...!

39

मेरे तुम!

सुनो

तुम्हें याद है
मैंने एक बार कहा था
मैं एक खुली किताब हूँ
जिसमें
रिश्ते-नाते,
प्यार-दोस्ती,
अपने-पराए,
सबने अपनी-अपनी इबारतें लिखी
सबकी स्याही के रंग अलग-अलग थे
विषय अलग-अलग थे

अधिकार-कर्तव्य,
आँसू-हँसी
खुशी-गम
पाना-खोना
प्यार-गुस्सा
गिले-शिकवे
सच-झूठ
अरमान-सपने
व्यवहार-व्यापार
सपने-हसरतें,...

सभी ने अपने-अपने हिस्से हथिया लिए
पर मैंने चोरी से
किताब के बीचोबीच का
एक बिल्कुल कोरा पन्ना बचाकर
तुम्हें दिया था
और कहा था
ये पन्ना मेरा मन है
लिख दो अपने पसंद के रंग की स्याही से
जो चाहो...
और तुमने स्याह रंग से कुछ लिख दिया,...

पहले तो मैं घबराई
फिर मैंने सब रंगो को मिलाकर देखा
तो स्याह हो गया
फिर उस रंग पर
किसी रंग के मिलने से कोई फर्क नहीं पड़ा
और मेरी ज़िंदगी की किताब के
बीच के उस पन्ने यानि मेरे मन में
अगले-पिछले सारे पन्नों के विषय भी सिमट गए
और मेरे मन का पन्ना मेरे लिए सब कुछ बन गया
वहाँ तुमने अपना नाम जो लिख दिया था,...मेरे तुम!!!

40

हमेशा हमेशा

सुनो!

तुम्हें लगता है न!
स्त्री चार दीवारों के भीतर
ज्यादा अच्छी लगती है,...
मुझे स्वीकार है तुम्हारी ये पसंद,...
मैं तैयार हूँ रहने को चार दीवारों में,...

बस उन चार दीवारों में से,
एक में बसे मेरे स्वपन शृंगार हों,
दूसरी में सिमटा अपनों का प्यार हो,
तीसरी में बना सुख-समृद्धि का द्वार हो,
चौथी दीवार स्वास्थ्य का आधार हो,...

और हाँ!
छत में एक रोशनदान जरूर रखना,...
ताकि बसरती रहे उसमें से
धूप, बारिश, चाँदनी और हवा
मैं जुड़ी रहूँ प्रकृति से,
और न घुटे मेरा दम,,...

तुम बना लो ना,
मेरे लिए ऐसा एक आशियाना,...

अपने विशाल मन के आँगन में,
विश्वास की मजबूत नींव पर,
भावनाओं की ईंट से,...

और हाँ!
एक सबसे जरूरी बात,
मुझे तनहा रहना पसंद नहीं है,
साथ रहोगे न तुम,
'हमेशा-हमेशा'

बस!
ये चार दीवारों से बना मकान,
मेरा घर, मेरी दुनिया बन जाएगा,
इस दुनिया से बाहर जीते जी न जाऊँगी,
मेरा वादा है तुमसे,...!!

41

संवाद

सुनो!

मैंने
तुम्हारी खामोशी को
हमेशा सुना है,
ये सही है
पर
जो तुमने कहा
वही मैंने समझा हो
ये जरूरी तो नहीं ,

अभी
तय करना है
हमे साथ-साथ
एक लंबा सफर,
अब
मुझे लगता है
हमारे बीच खामोशी नहीं
संवाद जरूरी है,...!

42

पनीली आँख.

सुनो!

अब
मैंने दर्द को दिल मे बसाकर
सीख लिया है आँसुओं को पलकों तले रोक लेना
और फिर दर्द में भी मुस्कुराना,

क्योंकि
तुम्हें पसंद है
न मेरी पनीली आँख.
जिनमें तुम्हें समंदर की गहराई नजर आती है

और
मेरे खामोश लब
जिस पर हल्की-सी मुस्कान
जो तुम्हें गुलाब की बंद पंखुड़ियों से लगते हैं
खुश तो हो न तुम...!

43

दर्द

सुनो!

जब तुमने तय कर ही लिया है,
कि मुझसे कुछ भी न कहोगे,...

अपने होकर भी परायों से रहोगे
तो चलो मेरा भी वादा है तुमसे,...

तुम्हें अपनी मुस्कुराहट बनाकर
सबमें बाटूंगी नहीं,...
और न आँखों का आँसू बनाकर
बहाऊँगी,...
छुपाकर रख लूँगी सीने में
याद. बनाकर,...

फिर क्या करोगे तुम??

तब तो दर्द बनकर हमेशा
मेरे दिल में रहोगे न,...!

44

टूटते हुए तारे

सुनो!

मैंने आज
टूटते हुए तारे को
देखकर दुआ माँगी है
कि
तुम्हें ज़िंदगी भर
इतनी खुशियाँ मिले,
कि दोबारा कभी
तुम्हारी
खुशियों की दुआ
पूरी करने के लिए

''किसी को''

टूटना न पड़े
चाहे
वह तारा ही क्यों न हो,...
तुम्ही कहते हो न,... ।
कि टूटते हुए तारे को देखकर
जो भी माँगो
मिल जाता है,...!

45

एक मोड़

सुनो!

जब हम चले थे साथ
मंजिल की तलाश में
तब कभी परवाह न की
कि थामे हुए मेरा हाथ
तुम साथ हो...
आज मैंने बेखबर
बेफिक्र चलते चलते
अचानक
खुद को
असुरक्षित महसूस किया
तो पाया कि तुमने मेरा हाथ छोड़ दिया है
ठहर गए हो एक मोड़ पर
और
जब ठहर गए तुम...
तब जाना...
साथ चलने का अर्थ क्या है...!

46

मजबूर

सुनो!

तुम मुझसे दूर इसीलिए गए थे न
क्योंकि तुम्हें लगता है,
प्रेम बंधन में बंधने को मजबूर करता है,...
और तुम बंधना नहीं चाहते,...
पर
मुझे इस बंधन में सुरक्षित और संतुलित
रहने की आदत हो गई है,
अब मुझे उन्मुक्तता से डर लगने लगा है,...
इसलिए मैं फिर आ गई हूँ तुम्हारे पास,...

तुम सच कहते हो,
प्रेम ही बंधने को मजबूर करता है,...!

अब लौट भी आओ

सुनो!!!
वक्त की रफ्तार भी
कितनी अजीब है ना!!

यूँ तो
एक लम्हा भी

गुजरता है
तुम्हारे बिन,...
तो सदियों का
गुमान होता है,...

और
जो तुम चलते रहे
हमकदम बनकर साथ,... ।
तो सालों का सफर भी
लम्हों में
सिमट गया सा लगता है,...

सालों पुराने खतों में
आज भी वही ताजगी
वही खुशबू है,...
मन में कितनी तहों के नीचे
दबे एहसासो ने मचलकर
ये महसूस कराया,...

आज तुम्हारी गैरमौजूदगी में
यादों के एलबम में
सजी तस्वीरों ने,...
तुमसे दूरी के दर्द को मिटाते हुए
इंतजार के पलों को
इतना मधुर बना दिया,...

'अब लौट भी आओ'
इन सालों के सफर को
मैं फिर जीना चाहती हूँ,...
जिन्हे जिया है मैंन.
अभी-अभी चंद लम्हों में,...!

47

अपेक्षा

सुनो!!

मैंने
किसी और अपेक्षा से तुमसे प्यार नहीं किया
इसलिए
टुकड़ों टुकड़ों में नहीं चाहिए
तुम्हारा इजहार उपहार और प्यार

मैं
किश्तों में क्यू पाऊँ तुम्हें
जब
मैंने तुम्हें पूर्णता से चाहा है
एक ही पल में ताउम्र के लिए

मैंने
तुमसे कुछ नहीं चाहा
क्योंकि
मैंने तो तुम्हें चाहा
इसलिए मुझे तुमसे सिर्फ ''तुम'' चाहिए
वो भी ताउम्र के लिए,...। मिलोगे ना,...!

48

सितमगर

सुनो!
ए मेरे अजीज़ सितमगर,
करो जी भर के सितम हम पर,
सह सकते हैं जब तक सह ल.ग.,
हम तुम्हें कब मना किया करते हैं,

मुस्कराहट में छिपाते लेते हैं,
हम खूबसूरती से अपने सारे गम,
ये खास हुनर खुदा भी,
किसी किसी को ही अता करते हैं

अभी तक तो हैं हम सुकून से
वरना जब भी रोए हैं हम,
सारी कायनात के साथ साथ,
खुदा को भी रूला दिया करते हैं,...!

49

ताला

सुनो!
मैंने अपने दिल के दरवाजे पर
ताले लगा रखे है
ताकि
मेरी भावनाओं तक पहुँच सिर्फ उनकी हो
जो दिल में रहते हैं

और
दिल में जगह सिर्फ उनकी है
जिन्हे मैंने इजाजत दी है
जिनसे मैं अपने
सुख-दुख, सपने-हसरतें, सच-झूठ, प्यार-गुस्सा
सब कुछ साझा करती हूँ

उनके दिए सारे अहसास
मैंने स्वेच्छा से
स्वीकार किए हैं
फिर ये तनाव
ये अनमनापन
ये चिड़चिड़हट सब क्यों महसूस करती हूँ मैं

ओह मैं तो भूल ही गई
मेरे पास जीवन का एक अंग और है

दिमाग जिसे मैंने खुला छोड़ रखा है
कोई भी घुसा चला आता है
और छोड़ जाता है अपने घर का कूड़ा-करकट
फिर उठती है सड़ांध, फैलता है प्रदूषण
और खराब कर जाता है मेरे जीवन का माहौल

अब मैंने कर लिया है फैसला
जब मैं अपने दिल की तरह
अपने दिमाग पर भी ताला लगा दूंगी
ताकि
जी सकूँ मैं अपनी ज़िंदगी अपने तरीके से
और मैं ये भी जानती हूँ
अच्छे और बुरे दोनो एहसास जरूरी है ज़िंदगी में
तभी जीने का मजा है

तो क्यों न जी लूँ ज़िंदगी अपने अपनो के संग
फिर क्या हुआ जो अपने भी दर्द देते है
आखिर अपने ही अपने होते हैं,...
लो मैंने लगा दिया अपने दिमाग को ताला
अब यहाँ सिर्फ मेरी हुकुमत चलेगी,...!

50

आदत

सुनो!

तुम
कितनी जल्दी भांप लेते हो,... ।
मेरी बातों में छुपी तल्खियाँ,
मेरा गुस्सा, मेरी उदासी,...

फिर
क्यों तुम्हें
इन सबके पीछे छुपा
मेरा प्यार, मेरा अपनापन,
मेरे जज़बात महसूस नहीं होते,...??

वैसे
मैं जानती हूँ
तुम सब जानते हो,...
सब समझते हो,...
सब महसूस करते हो,...
बस तुम्हें आदत नहीं है मुझको ये जताने की,...

माना
तुम्हें यकीन है,
या शायद आदत हो गई है,...

बिना मना, मेरे मान जाने की,
पर मैंने भी ठान ली है,
इस बार सचमुच तुमसे रूठ जाने की,...

खैर
अब लगा दी है
दांव पर ज़िंदगी अपनी,...
देखूंगी राह इस बार
आँखरी सांस तक तुम्हारे आने की,...
ये जानते हुए भी तुम्हें आदत नहीं है मनाने की,...

सुनो
तुम आओगे
इस बार मनाने मुझको,...
ये यकीन मुझे भी है तुम पर,
पर कमबख़्त यकीन की आदत सी है
जिस पर हो,...उसी से टूट जाने की,...!

51
यादों के सहारे

सुनो!

आज फुरसत के पलों में
तुम्हारी अलमारी खोलकर बैठ गई
कि पुराने खत पढ़ूं,
उपहारों में बसी
हमारी यादों की महक महसूस करूं,
और निहारूं उन लम्हों की तस्वीरों को,
पर
आज मुझे तुम पर बहुत गुस्सा आ रहा है,
मन कर रहा है तुमसे बदला लूँ उस डांट का,
जब हमारी शादी के कुछ दिनो बाद
मैंने हमारे एलबम्स, खत और उपहार
तुम्हारी अलमारी के ऊपर के खाने से हटाकर
नीचे के खाने में रख दी थी,
और
तुमने मुझे गुस्से से कहा था कि,
'तुम्हें क्या पता इन चीजों की क्या अहमियत है मेरे लिए
मेरी यादो की जगह बदलने की कोई जरूरत नहीं है तुम्हें'
उसके बाद मैंने कभी जगह नहीं बदली,
न तुम्हारी चीजों की,
न तुम्हारी भावनाओं की,
और

आज देखो तुम कितने लापरवाह हो गए हो,
तुमने उन यादो को
कितना बेतरतीब कर रखा है,...
जबकि तुम जानते हो कि तुम्हें रहना होगा,
इन्ही यादों के सहारे,...
मेरे बिना,...मेरे बाद,...!

52

मेरी धूरी

सुनो!!!
मैं जब भी लिखना चाहती हूँ
सोचती हूँ हर विषय पर
परिवार-समाज, आचार-विचार,
देश-विदेश, त्यौहार-व्यवहार,
नीति-अनीति, अन्याय-अत्याचार,
अमीरी-गरीबी, राजनीति-भ्रष्टाचार,
घटना-दुर्घटना, धोखा-एतबार,

पर
मेरी हँसी, मेरे आँसू,
मेरे सपने, मेरे अपने,
मेरे दर्द, मेरी खुशी,
मेरा गुस्सा, मेरा प्रेम,
मेरी याद., मेरी फरियाद.,
मेरे शब्द, मेरे भाव,

सब तुम्ही पर आकर
ठहर से जाते है
और हर बार
तुम्ही से नया सफर शुरू करते हैं,...

या यूँ कहूँ मेरे सारे एहसास
उस गोल धरती की तरह है,...

जो अपने अक्ष पर घूम कर
कितनी ही बार
दिन को रात में
और रात को दिन में बदले,...

पर बरस बिताने हैं
तो चलना अपनी ही धूरी पर होगा,...
मैं जानती हूँ
धरती अपनी धूरी से
जरा भी विचलित हुई
तो दुनिया में प्रलय निश्चित है

इसीलिए सब लेकर लौट आती हूँ
हर बार तुम्हारे पास,
क्योंकि तुम मेरी धूरी हो,...!
और तुम्हारे बिन मैं अधूरी,...!

53

तुम सागर हो

सुनो!

मैं जानती हूँ
कि नहीं है तुम्हें पसंद
बंधनो में बंधकर जीना,
और तुम्हारा व्यक्तित्व भी तो सागर सा ही है,
विशालता और गहनता तुम्हारा मौलिक गुण जो है,...

ये महानता है तुम्हारी कि
सागर की तरह तुम समेट लेते हो सबकी मलिनता,
जैसे सागर नहीं पूछता नदियों से उनका उद्गम स्थल,
बिना भेदभाव के सबकुछ एकसार हो जाता है उसमें
पर वो हमेशा खारा और मलिन ही कहलाता है,...
जबकि ये उसका मौलिक स्वभाव नहीं है,...

सागर कभी अपने मन का गुबार भी निकाले,
तो लोग कहते हैं ज्वार आया,...
कभी खुद को समेटने लगो तो भाटा,...
पर ये भूल जाते हैं कि ये ज्वार,
कितनी अमूल्य निधियाँ छोड़ जाता है समुद्र तट पर,...
और ये भाटा समेट लेता है सागर तट की सारी मलिनता खुद में,...

सागर के प्रति सबकी कृतघ्नता से
उद्वेलित होता है मेरा मन,...
कि नमकहलाली का दावा करने वाले भी
भूल जाते हैं कि जीवन के लिए महत्त्वपूर्ण
नमक का अस्तित्व भी संभव नहीं
सागर के बिना,...

मैं चाहती हूँ कि
एक बार तुम फिर नदी बनकर जियो,
जों दो किनारों में प्रतिबंधित होकर भी जीती है स्वच्छंद,
अविरल बहती हुई वह भी तो बहा ले जाती है सृष्टि की मलिनता,...
हर नदी मीठी नहीं होती,
पर कोई नहीं कहता उसे खारा,...

और
नदी की तरलता और सरलता के गुनगान करने वाले,...
ये अकसर भूल जाते हैं
कि जब नदियाँ अपना सब्र खोती हैं,
तो टूट जाते हैं किनारों पर बाँधे गए बाँध और
तब आता है सैलाब,...
और जब नदियाँ सिमटकर सूखने लगती है तो
पड़ता है अकाल,...

क्योंकि
नदी अपना रवैया दिखाकर
पा लेती है पूरा मान सम्मान,
जिसकी वो हकदार है,...
जबकि अंततः उसे मिल जाना है,
अपना अस्तित्व खोकर सागर में,...

तो फिर
सिर्फ एक बार बंध जाओ न,
तुम भी रिश्तों के बंधनों में,...
आखिर तुम सागर हो तो अंततः सागर ही बनना है तुम्हें,...
तो कुछ पल जी लो बंधी नदी-सी स्वच्छंद ज़िंदगी,...मेरे साथ,...!!!

54

सच

सुनो!!!
मैं
यकीन कैसे करूं
ज़िंदगी के इस सच पर,...
तुम्हारा मेरे दिल में
बस जाना
धड़कन की तरह,...
मेरी सांसों में
घुल जाना
खुशबू की तरह,...
और
मेरी ज़िंदगी बनकर
एक दिन,...
यूँ तुम्हारा
बदल जाना
मौसम की तरह,...
मानो
सपनों के चेहरे पर
सच के छींटे मारकर,...
नींद से जगाया हो
किसी ने अभी-अभी,...!

55

वाह रे दुनियादारी

सुनो!!!

तुमने सच कहा था
थक जाओगी
निभाते निभाते दुनियादारी,...

मैंने
सबकी अपेक्षाओं को
पूरा करने की बहुत कोशिश की,...

पर
हर बार
मेरे किये को तौला गया,...

अब/तब,
ऐसे/वैसे,
इतना/उतना,क्या/क्यों,...

अच्छे/बुरे, कम/ज्यादा,
आवश्यक/अनावश्यक के
अनुमानित तराजू पर,...

हर बार
इस परीक्षा में
अनुत्तीर्ण घोषित किए जाने के बाद भी,...

लादी गई
मुझ पर
कई कई जिम्मेदारियाँ,...

हाँ! तुमने सच ही कहा था
जो जिम्मेदारी से भागता है
उसे लोग गैरजिम्मेदार कहते है,...

लेकिन
जो जिम्मेदारी उठाता है
लोग उसे ज़िंदगी भर भगाते ही रहते हैं,... ।

वाह रे दुनियादारी...!

56

अनबूझ पहेली

सुनो!

एक लंबे अरसे से मैं तुम्हारे साथ हूँ??
या तुम्हारे आसपास हूँ,...

कभी लगता है तुमसा अपना कोई नहीं ,
कभी तुम बिलकुल अजनबी लगते हो,
कभी लगता है मैंने तुम्हें देखा सुना समझा और जान लिया,
पर अगले ही पल तुम फिर नए से लगते हो,

कभी तुम जिद्दी मगरूर तानाशाह से दिखते हो,
पर सच पूछो तो मुझे तुम उस अबोध शिशु से लगते हो,
जो अपनी बातें कहता तो है पर कोई समझता नहीं,
और तुम खीझने लगते हो,

तुम अच्छे हो या सच्चे हो,
समझदार हो,परिपक्व हो या जिद्दी से बच्चे हो,
तुम जैसे भी हो मुझे प्रेम है तुमसे,...
क्या हुआ जो तुम आज भी मेरे लिए एक अनबूझ पहेली हो,...!

57

प्रेम क्या है?

सुनो!
रिश्तों की उपयोगिता,
रिश्तों का उपभोग,
रिश्तों की उपेक्षा,ये प्रेम की परिभाषा में नहीं है...

बिना प्रेम के रिश्तों का उपयोग,
उपभोग या उपेक्षा, संभव भी नहीं,...
क्योंकि प्रेम ही देता है अधिकार
किसी पर निर्भर होकर मिले संबल का उपयोग करके
प्राप्त सुखों का उपभोग करके
अपनी अपेक्षाओं और इच्छाओं को पूरा करवाने का,...

जिससे प्रेम है उससे अपेक्षाएँ है
कोई अजनबी
सपनो का साझेदार कभी नहीं हो सकता,...
तुमसे मेरी अपेक्षाएँ
उपयोग है, उपेक्षा है, उपभोग है,...??
और सचमुच ये स्वार्थ है? तो प्रेम क्या है??

58
मौन की भाषा

सुनो!!!

मैं
आखिर पढ़ ही लेती हूँ
हर बात,...

तुम्हारे स्पर्श में प्यार,
मुस्कुराहट में खुशी,
पलकों तले नमी में छुपा दर्द,...

तुम्हारी हँसी में व्यंग्य,
चमकती आँखों में शरारत,
लरजते होठों में झिझक,...

तुम्हारी पेशानी की शिकन में परेशानी,
भींचती हुई मुट्ठियों में बेबसी,
पिसते दांतों में गुस्सा,...

तुम्हारे साथ ज़िंदगी के हर इम्तिहान में
सफल होने के लिए
कई-कई बार पढ़ा है मैंने,...

तुम्हारे
एहसासों की किताब का हर पाठ
और हर सवाल-जवाब,...

तब जाकर
सीख पाई हूँ पढ़ना
तुम्हारे मौन की भाषा,...

अब तुम लाख छुपाओ दिल की बातें,
अपन. मौन में,
मुझे हर सवाल का जवाब आता है,...!

59

तुम्हारा प्रेम

सुनो!

मैं जानती हूँ
तुम कतराते हो
मुझसे ये कहने में
कि तुम्हें मुझसे प्रेम है
क्योंकि
तुम्हें लगता है
तुम्हारी स्वीकृति को
कमजोरी समझा जाएगा
खैर
तुम न भी कहो तब भी
मैं जानती हूँ
समझती हूँ
महसूस करती हूँ
तुम्हारा प्रेम,...
क्यूकि
तुम्हारी नजरों से
मेरे दूर होते ही
तुम्हारी छटपटाहट
तुम्हारे चेहरे पर उभर आती
और
मैं ये सब

इसलिए समझ पाती हूँ
क्योकि तुमसे मेरा प्रेम
मेरी कमजोरी जरूर है
पर
मेरे कमजोर पलों में
मेरी सबसे बड़ी ताकत है
तुम्हारा प्रेम
जो मुझे प्रेरित करता है
जीत कर तुम्हारे पास
लौटने को
इसलिए
लो मैं करती हूँ स्वीकार
मुझे तुमसे प्रेम है
और
तुम्हारा प्रेम
मेरी कमजोरी भी है और ताकत भी,...!

60

असमंजस

सुनो!!!

आज मैं यूँ ही सोच रही,...

जैसे कुछ खोने के लिए जरूरी है कुछ पाना,...
किसी के टूटने के लिए जरूरी है किसी का जुड़ना,...

एक सच ये भी तो है,
कुछ मिटने के लिए जरूरी है कुछ होना,...

वैसे ही विश्वास भी उसी का टूटता है
जो विश्वास करता है,...

और विश्वासघात भी वही करता है
जिसपर विश्वास किया हो,...

इसलिए जिस पर विश्वास ही न किया हो
उस पर कैसे लगाया जा सकता है विश्वासघात का आरोप,...

अरे
तुम क्यों असमंजस में पड़ गए???

मुझ पर विश्वास करो
मुझे तुम पर पूरा विश्वास है,...

मैं तो हूँ ही बावरी
कुछ भी सोचने बैठ जाती हूँ,...

वैसे भी फिक्र क्यों
कसौटी पर तो विश्वास है प्रेम नहीं,...

और हाँ!!!
सुनो ना ,...!! मैं तुमसे प्रेम करती हूँ,...!!!

61

घुटन

सुनो!

मैंने खोल दिए
दिल के दरवाजे
आज निकाल दी
मन की घुटन सारी,

मैं जानती हूँ
मेरे लिए
तुम्हारे जज़बात
तुम्हारी सांसों मे घुले हैं,

हवाएँ रूक गई
तो तुम्हारी खुशबू
मेरी सासों मे
मिलेगी कैसे,...

बस
इसीलिए
मैं तनहाई के
बंद कमरों से बाहर निकल आई हूँ,...!

62

आषाढ़ के बाद

सुनो!
तुमसे दूर रहकर
तुम्हारे प्यार को महसूस करना भी
सुखद अहसास दे जाता था,...

जैसे
आषाढ़ की बदली में छुपकर भी
सूरज देता है
गरमाहट और रौशनी,...

पर
पास होकर भी
तुम्हारा मुझसे दूर रहना
यूँ लगता है,...

मानो
जेठ की दोपहर में
सिर पर तैनात
सूरज की जला देने वाली तपन,...

क्या प्यार के मौसम में
जेठ,...। आषाढ़ के बाद आता है,...???

63

निर्वात

सुनो!!
तुम्हारी अनुपस्थिति को मैंने महसूस किया
बिल्कुल इस तरह
जैसे मेरा जीवन ''निर्वात'' हो,...

कभी कहीं पढ़ा था
जब अंतरिक्ष (स्पेस) के किसी आयतन में कोई पदार्थ नहीं होता
तो कहा जाता है
कि वह आयतन ''निर्वात'' (वैक्युम) है।

निर्वात की स्थिति में गैसीय दाब,
वायुमण्डलीय दाब की तुलना में बहुत कम होता है।
जैसे तुम्हारे बिना मेरे जीवन में भावनाओं और इच्छाओं का दाब
बाहरी दुनिया के भावनात्मक और
ऐच्छिक दाब से बहुत कम हो गया था,...

कहीं ये भी पढ़ा था,...
निर्वात में प्रकाश विद्युत और ध्वनि आदि का
वेग भी बहुत कम हो जाता
और चुम्बकत्व भी,...
पर सच कहूँ मैं नहीं माप पाई अपने जीवन के निर्वात में
प्रकाश, ध्वनि या विद्युत का वेग या कोई आकर्षण,...

क्योंकि तुम्हारे बिना मेरे जीवन में प्रकाश आया ही नहीं ,... ।
और ना ही सुन पाई अपने मन की भी आवाज़,... ।
और ना ही महसूस पाई अपने ही मन कि तरंगों को,...
और ना रहा किसी से किसी भी तरह का आकर्षण,...

और कहीं ये भी पढ़ा था,...
अंतरिक्ष (स्पेस) का कोई भी आयतन पूर्णतः
निर्वात हो ही नहीं सकता,...
ये बात बिल्कुल सच है
क्योंकि मेरे जीवन के निर्वात में भी
मौजूद रही हमेशा, 'उम्मीद',...

और इसी उम्मीद ने मुझे अब तक ज़िंदा रखा,...
वरना तुम्हारे इंतज़ार के दिनों में भावशून्यता से
मेरे जीवन के निर्वात में ही मेरा दम घुट गया होता,...
और खत्म हो जाती मेरी दुनिया,
मेरा अंतरिक्ष और मेरा सब कुछ,...
प्रलय से पहले ही,...!

64

भीगा-भीगा-सा मेरा मन

सुनो!!!

ये
बेमौसम बारिश,... ।
बेसबब नहीं है,...

कुदरत भी
समझती है,...
मेरे जज़बातों को,...

जानती है,
भीगा भीगा सा मेरा मन,... ।
छलकने को आतुर है आँखों से,...

पर जताना नहीं चाहता,
अपना भीगापन,... ।
भीगी-भीगी आँखों से,...!

65

भोर का सपना

सुनो!! आज सुबह-सुबह मैंने एक सपना देखा,...

बरसों से जिस जमीन पर मैंने घर बनाने क सपना देखा था,
वो आज काफी जद्दोजहद के बाद मिल गई,...
बहुत मेहनत से मैंने घर बनाना शुरू किया,...

पहली मंजिल जो जमीन पर बनी वो सबसे बड़ी थी,
उसमें रखा मैंने सपनों को,
कुछ पूरे, कुछ अधूरे, कुछ टूटे फूटे सपने,...

दूसरी मंजिल जो पहली से जरा छोटी थी,
उसमें रखा दर्द को,
कुछ अपने दर्द, कुछ अपनों के दर्द,...

दूसरी मंजिल से जरा छोटी थी तीसरी मंजिल,
उसमें रखा आँसुओं को,
कुछ बहते-कुछ रूके हुए, कुछ गीले-कुछ सुखे आँसू,...

तीसरी मंजिल से कुछ छोटी थी चौथी मंजिल,
उसमें रखा हँसी को,
कुछ हँसी मेरी खुद की, कुछ लोगों ने जो उड़ाई थी मेरी हँसी,...

चौथी मंजिल से कुछ और छोटी पांचवी मंजिल,
उसमें रखा खुशियों को,
कुछ अपनी खुशियाँ, कुछ अपनों की खुशियाँ ,...

पांचवी मंजिल सबसे छोटी थी,...
पर खुशियाँ भी तो कम ही थी,...

सबसे ज्यादा थे सपने,
फिर दर्द, फिर आँसू, फिर हँसी, फिर खुशी,...
क्रमशः हर मंजिल के माप के
साथ-साथ भावनाएँ भी कम होती गई,...

हर मंजिल को सजाते-सजाते,...
आँखरी मंजिल तक पहुँचते-पहुँचते,
मैं बहुत थक गई,...साँस. फूलने लगी,...

सोचा सबसे ऊपर छत पर जाकर,
खुली हवा में सांस लूँ,...
शायद मेरे अपने वहाँ मेरा इंतजार कर रहे होंगे,...

जैसे तैसे छत पर पहुंची
पर वहाँ कोई नहीं था,...न अपना न पराया,... ।
सुबक सुबक कर रो पड़ी मैं,...

तभी अचानक मेरी नींद खुल गई,...
आँसुओं और पसीने से लथपथ थी मैं,...बहुत डरी हुई,...
सपना बिलकुल सच सा लगा,...

मानो
अपनी ही ज़िंदगी पर अपना अधिकार पाने की
जद्दोजहद करते करते,...
टूटे हुए अधूरे सपनों का बहुत सारा दर्द लिए
आँसू बहाते-छुपाते,...
कभी असली, कभी बनावटी हँसी के चंद कतरों से,...

कुछ छोटी-छोटी खुशियों को पाया तो था,...
पर जब इन खुशियों को जीने का वक्त आया,
तब तक साथ अपना कोई था ही नहीं ,...
जिन अपनों के साथ की खातिर अब तक जी गई,...
वो साथ ही जीवन का सबसे बड़ा भ्रम निकला,...
और आज भोर के इस आखरी सपने के साथ
शायद टूट गए सारे भ्रम भी,...!

66

आत्महत्या

सच
मैं तुमसे मिलना नहीं चाहती,...

क्योंकि मैंने कहीं पढ़ा है,
चीजों और रिश्तों की अहमियत मिलने से पहले,
और खोने के बाद सबसे ज्यादा होती है,...

मैं डरती हूँ तुमसे मिलकर बिछड़ने से,...
तुम्हें पाकर खोने से,...
तुम्हें पाने के खुशी के बाद खोने के दर्द से,...

क्योंकि नहीं आता मुझे आज में जीना,...
नहीं है मुझमें
कुछ पाकर खोने का हौसला,...

सच कहूँ मैं नहीं कर पाऊँगी
बीते हुए, कल के सपनों
और आने वाले कल के आँसुओं के बीच संतुलन,...

सुनो! हम कभी नहीं मिल.गे,...
क्योंकि परिस्थियों के चलते
मिलकर हमेशा साथ रहना मुमकिन नहीं है

पर हम साथ रहेंगे
एक ही दुनिया में
आसमान पर चाँद और सूरज की तरह,...

जानती हूँ हम दोनो के लि,,...
मुश्किल है एक-दूसरे से मिले बिना जीना,
पर नामुमकिन होगा,...एक-दूसरे से बिछड़कर जीना,...

वैसे आजकल
ऐसी समस्याओं का
सुन्दर सरल उपाय प्रचलित है,...'आत्महत्या'

पर सुनो!!!!
हम इतने हिम्मतवाले भी तो नहीं है
जो ऐसा कायरतापूर्ण कदम उठाकर
पलायनवादी कहलाएँ और प्रेम को कलंकित कर.,...है ना??

67

आखिर ये नदी का हक है,...!!!

मैंने तुममें हृदय की विशालता देखी,
विचारों में गहनता देखी,
व्यवहार में सरलता देखी,
व्यक्तित्व में तरलता देखी,...
ये सब देखकर झट से तुम्हें ''सागर'' कह दिया,...

क्योंकि
कई बार की है मैंने खुद की तुलना नदी से,...
जार जार रोई हूँ कई बार सागर किनारे,...
बहा आती हूँ अपनी भावनाओं को सागर की लहरों में,...
बिलकुल वैसे जैसे तुमसे मिलकर निकाल देती मन के सारे गुबार,...
हर बार अच्छा लगता है तुमसे मिलकर,...
ठीक वैसे ही जैसे ये सोचकर लगता है
नदी को पूर्णता मिलती होगी सागर से मिलकर,...

पर
मैं जैसे जैसे तुम्हारे करीब आ रही हूँ
और तुम्हारे मन की गहराई में उतरती जा रही हूँ
तुम मुझे उतने ही गहन और गहनतम लगते हो,...
ऐसा लगता है,...।
जैसे तुम्हारे मन में जितना भी उतरने कि कोशिश करती हूँ,...
तुम और तुम्हारे विचार और भी गहरे होते चले जाते हो,...
मानो भीतर ही भीतर गहरी सुरंग बना रखी हो,...
और छुपा रखे हों कई गहरे राज़,...।

और हाँ!!!
प्रेम और विश्वास के सच्चे मोती भी,...
भावनाओं की सीपियों में,...
तभी तो आता है यदाकदा तुममें भी भावनाओं का ज्वार,...
और बिखर जाता है मेरे कदमों में
सीपियों में बंद मोतियों सा तुम्हारा प्यार,...
और कभी भाटे की तरह तुम बहा ले जाते हो
मेरे सारे दर्द और आँसू,...

सुनो ना!!!
मैंने सागर को उथला उथला ही देखा और जाना है,...
कभी उसकी गहराई में उतरने की कोशिश नहीं की,...
इसलिये नहीं जान पाई वो कितना गहरा है,...??
वैसे मैं तुम्हारे भी मन की तह तक भी
कहाँ पहुँच पाई हूँ अब तक,...??
अपने मन और सागर की थाह तुम तो जानते ही होगे ना
अगर तुम्हें पता हो तो मुझे बताओ ना,...??
आखिर ये नदी का हक है,...है ना??

68

बहाना

सुनो!!!
बहुत मन है
आज फिर से
रूठने का तुमसे
पर कोई बहाना तो दो,...

वो पल
बहुत याद आते हैं
जब तुम्हारी बाँहों में आने के लिए
मैं रोज रूठने के
नए-नए बहाने ढूँढ़ा करती थी,...

ये रोजी-रोटी भी ना
सबसे बड़ी दुश्मन है,
हमारे प्यार की,...
न वक्त देती है न मौका
कि मैं रूठूँ और तुम मनाओ,...!

69

शब्दकोश

सुनो!!

अब मैंने लिखना छोड़ दिया है
अपने 'मन की बात'

क्योंकि लोग कहने लगे हैं मुझे शब्दों का ज्ञान नहीं है... ।

मैं विशेषणों और अलंकारों से परे
लिख देती हूँ मन की बात सीधे सपाट शब्दों में...

जबकि लेखक को लिखना होता है शब्दों को तोड़ मरोड़ कर...
थोड़ी कठिन भाषा में,... ।

ताकि पाठक रचना के भारी भरकम शब्दों को तोल मोल कर
समझकर शब्दों के भारीपन से रचना का आकलन कर सके...

सुना है आजकल बाजार में कई नए शब्दकोश आए है...

हाँ...
अब मैं पढ़ूंगी बहुत सारे नए नए शब्दकोश...
ताकि मैं भी लिख सकू क्लिष्ट भाषा में...

सुनो???
तब भी तुम पढ़ोगे ना मेरे मन की बात
जिसमे शायद बनावटी, दिखावटी, विकृत,
फरेब प्रदर्शित करने वाले और भरमाने वाले शब्द भी
शामिल होंगे...

मैं जानती हूँ तब भी तुम ढूँढ़ ही लोगे मेरे मन की
सीधी सच्ची बात
क्योंकि तुम जानते हो पढ़ना 'मेरा मन'...!

70

कठपुतली

सुनो!!!

मैं जानती थी
तुम्हें और तुम्हारे प्यार को
मुझे लगता था
तुमने प्यार की डोर से मुझे बाँध रखा है
मैं उस बंधन से मजबूती से बंधी हूँ
जरा दूरियाँ बढ़ी नहीं
और डोर में आया तनाव या खिंचाव
मुझे और मेरे वजूद को तकलीफ देता है
और मैं करीब आ जाती हूँ
तब महसूस करती हूँ राहत,...

पर
आज मैंने करीब आकर राहत नहीं महसूस की
मैं बेचौन हूँ ये देखकर
कि प्यार की डोर का दूसरा सिरा
जो तुमसे बंधा होना था, वो आजाद है हर बंधन से
तभी तो इस डोर में आ,
तनाव का असर भी तुम पर नहीं होता
तभी तो मेरे दूर जाते ही
कभी तुम खिंचे नहीं आए मेरे पास

दरअसल
तुमने तो वो प्यार की डोर
अपनी ऊँगली में लपेट रखी थी
तुम व्यस्त थे अपने ही कामों और अपनी ही दुनिया में
एक सच ये भी था मैं तो हमेशा अपनी जगह पर ही थी
जो तनाव या कसाव मैं महसूस करती थी
वो तुम्हारे काम करते हुए
हाथों की हरकतों की वजह से होता था
और मैं दोषी खुद को मानकर तुम्हारे करीब आती रही

पर आज
तुम्हारी ऊँगलियों पर बंधी डोर ने महसूस करवाया
मेरी जीवन डोर तुमसे बंधी तो है
पर वो प्यार का बंधन नहीं है,...
तो क्या कहूँ,...कैसा है ये बंधन
क्या नाम दूं इसे,...सोच ही रही थी,...
तभी घर के बाहर गली में शोर सुनाई दिया
खिड़की से झांककर देखा
तो कठपुतली का तमाशा दिखाने वाले आए थे
एकाएक मेरे सवालों का दौर थम गया
मेरे वजूद पर मन में उठे सवाल का
जवाब मेरे सामने था,...'कठपुतली'

71

सामंजस्य

सुनो!
मुझे अपने मर्ज़ से भी कोई हर्ज नहीं
क्योंकि मेरे मर्ज़ ने मेरे इस यकीन को मजबूत किया है,...
तुम हर फर्ज़ बखूबी निभाते हो,...

इस तरह
हक और फर्ज़ के सही तालमेल से,
एक-दूसरे की कमियों और खुबियों में सामंजस्य बिठाते हुए,...
जी सक.गे एक बेहतर जीवन,...

मुझे और भी इतमिनान होता,
अगर यही यकीन
जो तुम्हारी आँखों में मैं पढ़ती हूँ अकसर
कभी तुमने कहकर बताया होता,...

पर यकीनन मैं अब भी खुश हूँ...
क्योंकि खामोशी 'तुम्हारी कमी'
और तुम्हारा प्यार हर कमी को पूरा करने वाली
तुम्हारी सबसे 'बड़ी खूबी',...
अब सचमुच मैंने सामंजस्य बनाना सीख लिया है,...!

72

नीयत

सुनो!!
क्यों बार-बार
एक ही बात पर उलझते हो मुझसे...
कहा ना
मैं नहीं दूंगी,...तो नहीं दूंगी,...

चलो
मान लिया मैंने
मेरी नीयत ही ख़राब है
मेरी नीयत हमेशा लेने की रही है
देने की नहीं,...

हाँ
मैं तुम्हारी हूँ तो हूँ,...
इसलि,
चाहो तो माँग लो हर ख़ुशी,...
चाहो तो माँग लो ज़िंदगी,...

पर
मेरे दर्द सिर्फ मेरे हैं,...
क्योंकि सचमुच स्वाथी हूँ मैं,... । दर्द के मामले में,...!

73

सावधानी

(अरे!! ये क्या कर रही हो तुम,...??? गुस्सा मत करो,...छोड़ो इसे,... मैं नया ला दूंगा,...तुम रो क्यों रही हो,...पहले इधर बैठो कितना खून बह रहा है,...मैं जख्मों पर मरहम लगा देता हूँ,...)

अकसर यूँ ही
जरा सी लापरवाही,...
और चीज़. टूटकर बिखर जाती है,...
और एकदम से
गुस्से, क्षोभ और दुख की
मिश्रित प्रतिक्रिया के फलस्वरूप
बिना सोचे समझे हम समेटने लगते हैं
उन टूटी बिखरी चीजों को
और लहूलुहान कर बैठते है अपने हाथ
और फिर अपने हाथों में हाथ लेकर
मरहमपट्टी करना, आँसू पोछना,...
प्यार,...मनुहार,...अपनापन
और इस तरह, एक बार फिर सब कुछ सामान्य हो जाता है,...

ज़िंदगी में कई बार
या शायद बार-बार,...
इसी तरह की ज़रा-ज़रा सी लापरवाहियों में
टूटता है अकसर मन भी,...
तब भी होते हैं आँखों में आँसू,...

दर्द और गुस्सा,...
तब भी मिलता है
तुम्हारा
प्यार,...मनुहार,...अपनापन
और इस तरह
एक बार फिर सब कुछ सामान्य सा,...हो जाता है,...

पर सुनो!!!
टूटी हुई चीज. तो तुम नई ला दोगे,...
पर कहाँ से लाओगे
हर बार मेरे लिए
एक नया मन,...
तुम्हें नहीं लगता
रिश्तों मे हमेशा लापरवाही नहीं
बल्कि कभी कभी सावधानी भी बहुत जरूरी है,...

ओहो,... ।
क्राकरी ही तो टूटी है,...मैं भी ना,... ।
जाने क्या क्या सोचती रहती हूँ,...!!

74

मेरी उलझन

जब
प्यार तुमसे है,...
भरोसा तुमपे है,...
कर्तव्य का निर्वाह तुम्हारे लिए है, ...
मेरी हर खुशी तुम्हारी है
हर सपना तुमसे ही जुड़ा है...
हर ख्वाहिश तुम्हारे लिए ही तो की है...

सुनो जरा
अब तुम ही बता दो
मैं अपना गुस्सा,
अपने तनाव,
अपने अधिकार,
अपने दर्द,
बिखरे हुए, सपनों के टुकड़े,
और अपने एहसासों की गठरी लेकर कहाँ जाऊ?

तुम कितनी आसानी से कह देते हो,...
मुझे अपने झमेलों से दूर रखो,...
एक तुम ही हो जो मेरी उलझन भी हो और सुलझन भी,...!

75

एक डोर

सुनो!!
कितना मुश्किल था ना
हमारा मिलकर जुदा होना,...
मानो कुछ पाकर
अचानक सबकुछ खोने जैसा,...

जबकि
हम दोनों जानते थे
फिर से बिछड़ना तय है,
क्योंकि
इस मुलाकात का वक्त
हमने ही तय किया था
और
जुदाई का वक्त भी,...

फिर भी
रोते-तड़पते,...
मुड़मुड़कर देखते हुए,...
अपनी-अपनी
छटपटाहटों को समेटकर,
एक ही पड़ाव से
निकल पड़े हैं
विपरीत दिशाओं में,...

अपने-अपने आशियाने की ओर...
झोली मे खुशियाँ,
आँखों में आँसू,
दिल में उम्मीद
और
यकीन के साथ
इस बार मैं बाँध आई हूँ
एक डोर
यादों की तुमसे,...
जो हमें जोड़े रखेगी
हमेशा चाहे हम कहीं भी
रहें...

और सुनो!!!
अब कर.गे हम दुआ
कि हमारी पवित्र प्रीत
बढ़ती रहे द्रौपदी के चीर सी,...
और मजबूत होता रहे
हमारे दरमियान वो बंधन जो आज हमने बाँधा है...!

76

पहली बारिश और तुम्हारी याद

ना ना,...!
मुझे वो बारिश. कतई याद नहीं
जब हमने मिलकर बनाई कागज़ की कश्ती
पहली बारिश के बाद तिराया करते थे,...
और ना मैं याद कर रही हूँ
कि मुझे भीगते हुए देखना तुम्हें कितना पसंद था,...
और ना मैं कभी याद करती हूँ
कि मैं मिली थी कभी तुमसे ऐसे ही भीगे भीगे मौसम में,...
क्योंकि मुझे बस इतना ही याद है,
तुम जुदा हुए थे ऐसी ही पहली बारिश में भीगते हुए मुझसे,...

सुनो
तब से आज तक मैंने कभी पहली बारिश का इंतज़ार नहीं किया,...
क्योंकि तब से आज तक मन भीगा भीगा ही तो है,...
बारिश. रुकी ही नहीं मन के आँगन में
अब तक उस पहली बारिश के बाद,...

बदला ही नहीं तब से आज तक मन का मौसम,...
सालों हुए कभी ''सूखा'' या ''अकाल'' नहीं देखा,...
मेरी आँखों और मन के उस कोने ने जहाँ तुम रहते थे,...!

77

डर

मैंने कहीं पढ़ा था,...
बहुत गहरी नदी,
बिना आवाज के बहती है...
और,...
बहुत गहरे दुःख बिना आँसुओ के होते है ...!

माना
बहुत गहरी नदी
बिना आवाज़ के ही बहती है
पर
मैंने अक्सर उसके सैलाबों को
बेहद उफनते देखा हैं,...
ठीक वैसे ही
बहुत गहरे ज़ख्म सहकर
किसी के आँसू भले ही सूख जाएँ,
पर अकसर उन ज़ख्मो को नासूर बनते देखा है,...

सुनो
तुम मेरे आँसुओं की तुलना
कभी नदी से मत करना,...
मुझे सैलाब और नासूर दोनों से डर लगता है,...!

78

आगाज़

सुनो!!
कह दो छतों और दीवारों से
बंद करदे ये कानाफूसी
कि फिर आएगी काट खाने वाली काली रात,...
मैं डरती नहीं
रोज-रोज आने वाली काली सूनी रातों से,...
आए तो आए
रोज की ही तरह,...
मुझे कोई फर्क नहीं पड़ता,...
क्योंकि
मैंने कल्पनाओं का सुन्दर आसमान सजा रखा है
मन के आँगन में,...
मेरे ख्वाबों
और ख्वाहिशों के सितारों से सजी रातों ने
मुझे काली सूनी रातों से
लड़ना सिखा दिया है,...
और हाँ!!
दीवारों और छत को ये भी जरूर कहना
अँधेरा कोई अंजाम नहीं है,...
हर काली अँधेरी रात एक रौशन सबेरे का आगाज़ होती है,...!

79

पारदर्शिता

सुनो!!!

तुम कहते हो तो मान लिया
काँच सी पारदर्शिता
जुबान का मूल गुण होना चाहिए,...
पर
पारदर्शिता के साथ-साथ
काँच बहुत नाजुक भी होता है
और
जरा सी ठेस से टूटता है तो और ज्यादा नुकीला हो जाता है
और जब
बिखरता है तो चुभकर लहूलुहान करने का दम रखता है...
इसलिए मुझे लगता है
जुबान को पारदर्शी बनाओ तो साथ-साथ उसकी
सार-संभाल का हुनर भी आना चाहिए,...
वरना
रिश्ते टूटे या न टूटे लहूलुहान होने में ज्यादा वक्त नहीं लगेगा,...
और पता है टूटे हुए रिश्तों से ज्यादा दर्द होता है
रीसते और टीसते हुए रिश्तों में,...
इसलिए पारदर्शिता के साथ सावधानी और सतर्कता भी जरूरी है,...!

80

अपनों की खातिर

सुनो!!
आज
सचमुच जी चाह रहा है
ये बारिश थमें ही नहीं,...
जाने क्यों
मन के भीतर उमड़ते-घुमड़ते
दर्द संभाले नहीं जा रहे,...

बहुत अरसा हुआ संभालते हुए
सबसे छुपाते हुए
इन दर्द के बादलों को,...
बेसबब
आज टूट रहा है सब्र का बाँध
जो बाँध रखा था मन में,...

काश
संभाल सकूँ बरसते हुए आँसुओं को
और छुपा सकूँ इन्हें अपनों से,...
सच
आज बारिश का न रुकना जरूरी है
मेरे अपनों की खातिर,...!!

81

वजह

सुनो
तुम सुनना चाहते हो ना मेरा सच,...
तो सुनो,...!

घुप्प अँधेरे में वीराने में
जहाँ अब वो हवा भी ख़त्म होने को है
जो जलने के लिए जरूरी है,...

मैं
उम्मीद का वो दीया हूँ
जो बस अब बुझने को है,...

क्योंकि अब यकीन हो चला है,...
मेरी ज़िंदगी में
तुम्हारे लौट आने की अब कोई वजह नहीं,...

और
मैं जानती हूँ
तुम बेवजह कुछ भी नहीं करते,...!!!

82

मेरे रिश्ते

सुनो!!
अकसर
मैंने रिश्तों को सम्भाला है
अपनी हथेली पे
खरे मोतियो की तरह,...
कभी कोई बिखर जाता है
तो कभी कोई गिर भी जाता है,... ।
तब कभी
खुद भी बिखरती हूँ
मैं उन्हें समेटने की खातिर,...
तो कभी
खुद झुककर मैं उनको उठा लेती हूँ,...
लेकिन
जब दिखाना होता है ज़माने को
कितने खूबसूरत हैं मेरे रिश्ते,...
तो इन मोतियों को अपने गहनों में जड़ा लेती हूँ,...
और
कोशिश करती हूँ
इन मोतियों को किसी की नज़र न लगे,...
और इसलिए ज़माने के डर से
कभी आँचल में
तो कभी मुट्ठी में छुपा लेती हूँ,...!

83

इश्क

सुनो!!
मैंने
अपने दरवाज़े पर
''इश्क'' लिखा,...
और
सुनती रही
खटखटाने की आवाज़.

मुस्कुराती रही
खिड़की से झांक कर
आसपास मंडराते लोगों को देखकर,...
और
सोचती रही
ये सारे लोग कहाँ थे???

तब
जब मैंने दरवाजे पर
''दर्द'' लिख रखा था,...
सच है 'सुख के सब साथी,...दुःख में न कोय',...!

84

यंत्रवत

माना
साथ चलते-चलते
हम एक-दूसरे के आदी हो गए हैं,...
हमारे बीच पसरा मौन भी समझता है
हमारे सुख दुःख,...
हमारे बीच की नजदीकियाँ और दूरियाँ
अब मोहताज नहीं है शब्दों की,...
क्योंकि
हम महसूस करते हैं सब कुछ,...
और
जीते हैं हर पल, एहसासों को 'यंत्रवत',...

चलो न कुछ पल हम मिलते हैं
सिर्फ दर्द के लिए,...

काश उन पलों में
तुम्हारा हर स्पर्श
हो मेरे दर्द को सहलाता हुआ,...
मेरे आँसू पोंछता हुआ,...
तुम्हारा हर चुंबन हो
मेरे हर दर्द की दवा सा,...
तुम्हारे कांधे पर सिर रखूं
तो हर टीस भूल जाऊँ,...

तुम्हारे आगोश में आऊँ
तो हर दर्द से निज़ात पाऊँ,...
तुम्हारे सीने से लगकर जब रोऊँ
तो धड़कनों में सुनूं सिर्फ अपना नाम,...

सुनो
अपनी एक ख्वाहिश
लिख रही हूँ तुम्हारे नाम ख़त में,...
इस ख़त को रखूंगी मैं आईने के सामने,...
जानती हूँ तुम्हारी आदत
सोकर उठते ही तुम संवारोगे
रोज की तरह अपने बाल,...
तब देख ही लोगे ये ख़त,...

और हाँ! जवाब में
जब नहाकर निकलो तो पहन लेना
वो कत्थई वाली टी शर्ट,...
नहीं दिख.गे उस पर किसी को भी मेरे आँसुओं के निशान,...!!!

85

कसम.

सुनो
तुम बार बार
न रोने की कसमें मत दिया करो,...
अगर तुम्हारे सामने भी
सिर्फ हँसना ही पड़े,...
तो मैं अपना असली चेहरा
ही भूल जाऊँगी...
और फिर ये भी तो सोचो
लोग मेरी मुस्कराहट देखकर
हाथ मिलाते हैं मुझसे,...

मैं जीत लेती हूँ हर परीक्षा
इसी मुस्कराहट के सहारे,...
मैं बढ़ पाती हूँ
इसी मुस्कराहट के सहारे
अँधेरे से रौशनी की तरफ,...
हार जाते हैं मेरे सारे दर्द
इन्ही मुस्कुराहटों के कारण,...

और जानते हो
इन मुस्कुराहटों का राज वो आँसू ही तो है
जो मैं अकसर
तुम्हारे कांधे पर सिर रखकर बहाया करती हूँ,...

और तभी मिल पाती हूँ
दुनिया से उस मुस्कुराहट के साथ
जो तुम्हें भी मेरे चेहरे पर अच्छी लगती है

और हाँ
एक सच ये भी तो है
कि मेरी मुस्कराहट
तुम्हारे लिए भी जरूरी है
क्योंकि तुम
मेरी एक मुस्कान के लिए
कुछ भी करने का हौसला रखते हो
और यही हौसला तुम्हारी सफलता का राज भी है,...

आज वादा करो
रो लेने दोगे मुझे जी भरकर
अपने पहलू में आकर
क्योंकि मुझे जीना है सिर्फ तुम्हारे लिए,...!

86

तन्हाई

सुनो
ये तन्हाई भी ना!!!
बड़ी ही डरपोक सी है,...

किसी के कदमो की
जरा सी आहट पाते ही
दुबक कर बैठ जाती है
मन के किसी कोने में,...

और
मुझे छोड़कर कहीं जाने का हौसला भी नहीं रखती,... ।

मजबूरन
मैंने उसे मान लिया है मेरे जीवन का अभिन्न अंग,...

और
जब से ये माना है तब से...

मैंने कभी भी अपनी तनहाई का साथ नहीं छोड़ा
भीड़ में भी कभी मैंने उसका हाथ नहीं छोड़ा,...!

87

मैं खुश हूँ

सुनो!!
वो ऊपर खिड़की से
जो मुट्ठी भर छोटा सा टुकड़ा
दिख रहा है न आसमान का,...

मेरे लिए तुम्हारा साथ
उस आसमान के टुकड़े को
अपने दामन में संजोने जैसा है

और हाँ!!
मैं खुश हूँ
अपने दामन में अपने हिस्से के
मुट्ठी भर आसमान को समेट कर,...

मुझे नहीं चाहिए,
दामन को सजाने के लिए
चाँद और सितारे
क्योंकि यूँ ही बहुत सुन्दर है
मेरे हिस्से का थोड़ा सा आसमान,...।
मैं खुश हूँ...बहुत खुश तुम्हें पाकर,...!!!

88

रहस्य

सुनो!!
रूठी थी तुमसे
चाहती थी
तुम मना लो,...
पर जानती थी
छलिया मैं तुमको
तुम मनाओगे नहीं,...
क्योंकि
झुकना तुम्हारी आदत नहीं,...
लेकिन
तुम रिझाओगे मुझे बाँसुरी की धुन से,...
और
मुझे आना ही होगा सम्मोहित होकर
तुम्हारे पास,...
लो कान्हा!!!
मैं आ गई सुनकर मुरली की तान,...
क्योंकि
मुरलीधर
जानती हूँ तुम्हारी मुरली के सारे रहस्य,...!!!

89

परेशान

तुम
ज़रा भी परेशान रहो...
या तकलीफ में रहो... ।
या तुम्हें कोई दुःख-दर्द हो...
तो मुझसे सहा नहीं जाता,...

ऐसा लगता है
काश
तुम्हारी हर तकलीफ...
हर दर्द...
हर परेशानी...मुझे मिल जाए,...

पर सुनो
जब तुम
मेरे लिए परेशान होते हो ना,...
तो
सच!! मुझे बहुत बहुत अच्छा लगता है,...

'ये प्रेम भी कितना मतलबी होता है ना...!!'

90

ख़ामोशी के शोर

सुनो
तुमने कहा था ना!
कभी कभी
ख़ामोशी
बहुत शोर मचाती है,...
मैंने बताया था तुम्हें
ख़ामोशी के शोर
नहीं सहे जाते मुझसे,...
बीमार तन के दर्द से
ज्यादा तकलीफ देता है
ये शोर मन को,...
बीमार न पड़ जाए
कहीं मन मेरा
ख़ामोशी के शोर से,...
इसलिए
उपाय सोचा था,...
सबसे पहले बनाया था
एक सख्त कानून,...
ये शोर नियत समय के बाद
बंद हो जाए,...
पर मन भी
जन की संगत में रहकर
कानून तोड़ने लगा,...

तब मैंने सोचा
अचूक उपाय यही है
मन को भी
इस शोर में
अपनी आवाज़ शामिल करने दूं,...
जैसे भी मैंने
मन को अभिव्यक्ति की इजाज़त दी,...
मन का दर्द भी कम हुआ
और
ख़ामोशी का शोर भी,...
सुनो
ये मेरे मन ने तुमसे
अपने मन की बात कही है,...
जरूरी नहीं की तुम
मेरे बुद्धु मन की बातों में आओ,...
तुम सुनना
ख़ामोशी के शोर में भी
हमेशा अपने मन की,...!!!

91

उम्मीद के चिराग़

कल रात
मेरी खिड़की से
चाँद ने कुछ यूँ ताका झांकी की,... ।
कि खिड़की के बाहर लगे पेड़
और खिड़की पर लगी जाली से
चाँदनी छनकर मेरे कमरे तक आ रही थी,... ।

और ऐसा लग रहा था
मानों चाँद के चरखे से निकले
धवल रेशम के ताने
किसी बुनकर ने
अपने हथकरघे पर तान रखे हों,
और इंतजार हो बानो के बुनने का,...

और तभी
मैंने एक चिराग जलाया,...
अचानक यूँ लगा
मानो चिराग़ के लौ से निकलती किरणों ने
चाँदनी के तानों से बानों की तरह मिलकर,
एक झीना सा रेशमी जरीदार पीताम्बर बुन दिया हो,... ।

मानो
कुदरत भी

कर रही हो इशारा,... ।
कि
उम्मीद के चिराग़ जला, रखना,...
आएँगे तेरे सजना,...

सुनो!
मैं
आज भी हर रात जलाती हूँ
उम्मीद का एक चिराग़ तुम्हारे इंतजार में,... ।

शायद तुम लौट आओ,...!!!

92

सज़ा

मेरे पास क्या है
ये सबको बताया है मैंने,
पर जो नहीं है उसकी कसक
सिर्फ तुमने देखी है...

मेरी सफलता के मुकाम
पूरी दुनिया को मालूम है,
पर मेरी असफलताओं का सबब
सिर्फ तुमने जाना है...

मेरी उपलब्धियाँ
सब अपने पराये जानते हैं,
पर मैंने क्या-क्या खोया है
ये सिर्फ तुम्हें पता है,...

मैं कितना हँसती हूँ
ये सारा ज़माना देखता है,
पर मेरे आँसुओं का सैलाब
सिर्फ तुमने झेला है,...

मेरी खुशियों पर
हर कोई नज़र डाल सकता है,

पर मैंने दर्द और सपनों का हिसाब
सिर्फ तुम्हें दिया है,...

सुनो!!!
मुझे माफ़ कर दोगे ना
तुम्हारे प्यार के बदले
बहुत सज़ा मिली है तुम्हें,...
कितना सह लेते हो तुम मुझे,...!!!

93

म.ह्दी

सबसे पहले जमीन में रोपी गई,...

फिर
सींची
संभाली
और बड़ी एहतियात से उगाई गई,...

फिर
फूली
फली
और तोड़कर सुखाई गई,...

फिर
पिसी
छनी
घोलकर भिगाई गई,...

इस तरह
बड़े जतन से
मेरे हाथों में
मेहँदी रचाई गई,...

और रंग जितना गहरा चढ़ेगा
साजन का प्यार उतना ज्यादा बढ़ेगा

लगाते लगाते मेहँदी
ये बात भी मुझे बताई गई,...

डर गई हूँ तब से
हर पल निहारती हूँ
रची हुई मेहँदी के उतरते हुए रंग को
सोचती हूँ ऐसी कहानियाँ क्यों बनाई गई,...

सुनो!!!

क्या तुम्हारे प्यार का रंग भी
यूँही बदसूरत और चितकबरा होकर उतर जाएगा
अगर नहीं
तो प्रेम के शृंगार में ये मेंहदी क्यों लगाई गई,...!!!

94

गलती उसी की है!

हाँ! हाँ! हाँ!
ये बिलकुल सच है,...गलती उसी की है,...!!!

उसने अपने दर्द को
कई परतों में दबा रखा था,...
सामान्य आदमी का
वहाँ तक पहुँचना संभव ही नहीं,...

क्योंकि लब पर हँसी,
आँखों में चमक,
चेहरे पर हसीन सजावट,
जिस्म पर खूबसूरत लिबास,...

और
उस पर सबसे गज़ब
खूबसूरत लिबास के भीतर
एक औरत का जिस्म,...!!!!

अब बताओ गलती किसकी???
भला इसके भीतर दिल
और दिल के भीतर दर्द तक
पहुंचेगा कौन???

एक औरत को
ये सब देखने के बाद
दूसरी औरत का दर्द तब दिखेगा
जब नज़र से ईर्ष्या और स्पर्धा का चश्मा हटेगा,...!

और
एक मर्द
इस सब के आगे
भला क्यों कुछ देखना चाहेगा,...??

दरअसल इन सारी परतों से नज़र हटाकर
सीधे दिल के दर्द तक पहुँचने के लिए
औरत और मर्द के दायरे से उठकर
इंसान बनना होगा,...

तब बनेगा दिल से दिल का रिश्ता
जो जिस्म और लिबास से पहले
खुशी और दर्द के एहसास को
महसूस कर पाएगा,...

95

प्रकाशपुंज

सुनो!!

बहुत दिन हुए
इंसानों को
आपस में घुलते मिलते नहीं देखा,...
तुम कभी मिलो
तो मुझे भी मिलवाना,...

बड़ी तमन्ना है
ऐसे मंजर देखने की
जब
इंसान इंसान से मिलकर
खुशी और दर्द बाँटे,...!!!!

हज़ार परेशानियों में भी,
असहनीय पीड़ा में भी,
गहनतम निराशा के पलों में भी,
अति नकारात्मकता में भी
जब जीवन में
अंधकार ही अंधकार महसूस हो,...
तब
उम्मीद की किरण नहीं
बल्कि प्रकाशपुंज सा लगता है

तुम्हारा हाथों में हाथ लेकर
सिर्फ इतना कहना
'मैं तुम्हारे साथ हूँ ना',...
सुनो!
मुझे जीवंत रखने के लिए
'मैं तुम्हारे साथ हूँ ना'
कहते हुए रहना हमेशा मेरे साथ
और
बने रहना ऐसे ही
मेरी उम्मीदों का स्रोत,...
क्योंकि
यही प्रकाशपुंज
मेरी छोटी सी दुनिया को जीवित रखता है,...!!

96

मेरे बाद

सुनो!!
अब तुम्हें सीखना होगा,...
परिस्थितियों से लड़ना,...
परिस्थितियों का सामना करना,...
और परिस्थितियों को वश में करना,...

क्योंकि
अब इन सबके लिए तुम्हें तैयार होना चाहिए
ये दुनिया की क्रूरतम सच्चाई है कि
यहाँ हर कोई अकेला है,... । कोई किसी के साथ हमेशा नहीं रहता...

कितना भी कहें लोग कि दुनिया एक मेला है,...
या तुम्हारी सफलताओं के बाद तुम्हारे पीछे
कितना भी बड़ा काफिला हो,...
ये हमेशा याद रखना,
जब परिस्थितियाँ प्रतिकूल हों,...तुम अकेले ही खड़े रहोगे,...

और मैं चाहती हूँ
अब सीख लो तुम अकेले खड़े रहने का हुनर,...
आखिर ये सब करना ही होगा तुम्हें 'मेरे बाद,...'!!

97

एक बवंडर

सुनो!!
आँख. नम और शब्द गुम हैं,...
कैसे बताऊँ तुम्हें
अपनी मनोदशा,...
बस बिलकुल उसी दौर से
गुजरी हूँ मैं भी अभी-अभी,...

जैसे
वो सामने
गुमसुम चिरैया बैठी है ना!!
उसने बड़ी मेहनत से
तिनके-तिनके जोड़ कर
आशियाना बनाया था अभी-अभी,...

तभी
अचानक एक बवंडर उठा...
फिर हुई बेमौसम तेज़ बारिश
और अगले ही पल सब ख़त्म,...!!!

98

मैं इस दिल का क्या करूँ?

ये दिमाग भी ना!!
कुछ भी सोचता है,...
कभी-कभी इसमें अजीब से कीड़े कुलबुलाते हैं,...

जैसे ये झुंझलाहट
कि जब दुनिया को दिमाग से ही चलना था
तो सृष्टि के रचनाकार ने दिल बनाया ही क्यों,...???

न दिल होता,...
न दिल के दौरे का डर,... । न टीस,...न कसक,...

आँखों का काम भी कुछ कम हो जाता
जो आँसू ना बहते,...

शब्दकोशों का वज़न भी
भावनाओं के भारी भारी शब्दों के बिना थोड़ा कम हो जाता,...

या फिर ये सुविधा होनी चाहि, थी
कि कुछ जिस्म बिना दिल के भी जी सकते,...

या दिलों में चालू/बंद करने की कोई सुविधा दी होती
ताकि दर्द महसूस हो
तो कुछ देर के लिए राहत मिल जाती,...

या फिर दिल का उपयोग
आवश्यकतानुसार किया जा सकता
जैसे खाने में नमक डाला जाता है स्वादानुसार,...

सुनो!!!
ये सारे ख़याल आते हैं
तुम्हारे साथ जीते जीते
जानते हो क्यों??

क्योंकि दिल की मरीज़ हूँ
और तुम बसे हो दिल में धड़कनों की तरह,...
धड़कनों के बिना दिल नहीं चलता
और दिल के बिना ज़िंदगी,...

कभी-कभी
तुम्हारी बातों से दिल बहुत दुखता है यार,...
मैं इस दिल का क्या करूँ,...

99

अंतिम संस्कार

सुनो!
मैं लटका आई आज ऐसे सारे रिश्तों को सूली पर,...
जिन्हें लिया गया था शक के दायरे में
या खड़ा किया गया था
कभी भी किसी भी
क्षम्य या अक्षम्य अपराध के लिए
रिश्तों की अदालत के कटघरे में,...।

क्योंकि शक की एक चिंगारी
जीवन को राख करके ही शांत होती है
और
शक के कीड़े का ज़हर होता है 'संक्रामक'
जो जिसे काटे उसे ही नहीं
बल्कि संपर्क में आने वाले
हर रिश्ते को विषैला करके ही दम लेता है,...

क्या फायदा
ऐसा ज्वलनशील या विषैला रिश्ता जीने से
जो हमें ही नहीं
हमारे अपनों को भी दर्द दे,...

हाँ जानती हूँ!!!!
आज बिल्कुल अकेली खड़ी हूँ

दुनिया की भीड़ में,...
तो क्या हुआ???
आखिर अकेले ही जाना है दुनिया से
कम से कम रिश्तों का दर्द
और जीवित रिश्तों की लाश.
ढोने से तो बच जाऊँगी,...

और फिर रिश्तों के बिना
मैं भी एक जिन्दा लाश ही तो हूँ
और क्यों दूं दूसरों को सज़ा
अपना बोझ उठाने की,...

दुर्भाग्यवश
अपना अंतिम संस्कार खुद करना
कहलाता है आत्महत्या
इसलिए
मजबूरन ये अंतिम दायित्व तुम्हें सौंपती हूँ,...
जब दुनिया से जाऊँ
तो तुम्ही करना मेरा अंतिम संस्कार,...

'ओ पालनहारे निर्गुण और न्यारे'
क्योंकि तुम्हरे बिन हमरा कोन्हों नाही,...!!!

100

यकीन

तुम्हें
यकीन था लौट आऊँगी मैं
इसलिए तुमने कभी रोका नहीं मुझे,...

और
कभी तुमने रोका नहीं मुझे
इसलिए इस बार ज़िद है बिना मनाए, लौटूंगी नहीं मैं,...

माना
यकीन टूटेगा तुम्हारा
पर दिल मेरा भी टूटता है,...

मैंने
प्यार किया है तुमसे
पर ये कब कहा था कि रूठूँगी नहीं मैं,...

सुनो!!
मुझे तुमसे रूठने का हक़ है ना???
तुम्ही सोचो ना!!!
भला बिना रूठने-मनाने के प्यार पूरा होता है कभी,...??

101
मेरी जिंदगी

तुम मुझे 'मेरी जान' मत कहा करो,...

क्योंकि
जिसे हम चाहते हैं या अपना मानते हैं
उन्हें जरूरत पड़ने पर उनके लिए
'जान' एक पल में दी जा सकती है,...

लेकिन
जो तुम्हें चाहता हो
वो हमेशा
ज़िंदगी भर तुम्हारे साथ रहना चाहता है,...

तुमन.
कर्तव्य की खातिर अगर जान दे भी दी
तो भी जब तक ज़िंदगी है
तब तक प्रेम बरक़रार रखना,...

तुम्हारा साथ मुझे हमेशा के लिए चाहिए,
क्योंकि तुमसे मुझे प्रेम है,...
सुनो!! तुम मुझे 'मेरी ज़िंदगी' कहो ना!!!

102

आपातकालीन चिकित्सा

आज
सीने में चुभन,...। एक टीस,...एक अजब सी बेचैनी,...
सांस. अनियमित,...। धड़कन. विचलित,...
माथे पर पसीना,...वामांग में असहनीय दर्द,...
चिकित्सक ने कहा दिल का दौरा पड़ने के लक्षण हैं,...

अचंभित हूँ नियति के कारनामे पर
दिल शरीर के बाएँ हिस्से में बनाया,...
और फिर स्त्री और पुरुष के संयोग में
स्त्री को पुरुष की वामांगी नियुक्त किया,...

तभी तो मैं तुम्हारे वामांग में रह कर
तुम्हारे दिल की हर बात महसूस कर लेती हूँ,...
इसीलिए मेरे प्रति जरा सी उपेक्षा
और पास होकर भी दूरी महसूस करते ही
दिल के दौरे के सारे लक्षण उभर आए
क्योंकि दिल की तरह मैं भी तुम्हारी वामांगी जो हूँ,...

पर मन में एक सवाल बार-बार उठता है,
मेरा दिल भी बाएँ हिस्से में बनाकर
अन्याय नहीं किया नियति ने,...
क्योंकि जब मेरे दिल में दर्द होता है
तब तुम दाहिने रहकर मेरी पीड़ा को

मेरी भावनाओं को महसूस नहीं कर पाते
जो मेरे दिल में उठती है,...

सुनो!!!
मेरे दिल ने एक जवाब दिया है
आज मुझे मेरे सवाल का,...
हम दोनों के दिल बाएँ हिस्से में हैं,...
हमारे आलिंगन से दो दिल बिलकुल करीब होते हैं,...
और पहुँच जाती है
दिल से,...दिल तक,...दिल की बात,...
और मिल जाती है हर पीड़ा को राहत,...

तुम्हारा आलिंगन मेरे लिए
दिल के दौरे के बाद मिली
आवश्यक आपातकालीन चिकित्सा ही तो है
तभी तो जीवित हूँ अब भी,...
और रहूँगी जीवित तब तक
जब तक तुम मेरे कमजोर पलों में
आलिंगनबद्ध करके मुझे संभालते रहोगे,...!!!

103

मौजूद

सुनो! हम बिछड़ के भी बिछड़ते कहाँ है??

देखो ज़रा,...
हम दोनों अकसर मौजूद रहते है
एक-दूसरे की यादों में, ख्वाबों में, धड़कनो में,...

जेहन से उठते सवालों में,
मन से निकलती दुआओं में,
अरमानों की झोली में,
बातों के सिलसिलों में,
आज के परिणामों में,
कल की योजनाओं में,...

शायद
एक-दूसरे के जीवन के हर पहलू में, हर छोर पर, हर मोड़ पर,...

या यूँ ही कह दूं तो,...
हम इस तरह से एक-दूसरे की ज़िंदगी में शामिल हैं
जहाँ हम साथ हों वही हमारी मंज़िल है,... । है ना!!!

104

मैं ठीक नही हूँ

हाँ!!
सच कहते हैं अनुभवी लोग
एक सच को जीने से
कहीं ज्यादा मुश्किल होता है एक झूठ को निभाना,...

मैंने तो
सिर्फ इसलिए कह दिया था
'मैं ठीक हूँ'
क्योंकि मैं जानती हूँ मेरे हाल और हालात
मुझसे ज्यादा तुम्हें विचलित कर द.गे,...
क्योंकि यही तो है हमारा रिश्ता जिसे प्यार कहते हैं,...

पर सच कहूँ
इस झूठ को जीते-जीते थक गई हूँ
मेरे लिए अब इसे निभाना बहुत मुश्किल हो रहा,...
सच तो ये है
अब मैं बिखर जाना चाहती हूँ टूटकर तुम्हारे सामने
इस सच के साथ 'मैं ठीक नहीं हूँ'
सुनो!!! यह भी तो प्यार ही है ना???

105

बारहमासी

आजकल
हर फसल बारहमासी होती है ना...???

आओ ना
हम फसल लगाएँ खुशियों की,...
सुना है,...हर तरफ खुशियों का अकाल सा पड़ा है,...

सुनो
तुम मत करो फ़िक्र
कांटो,...खरपतवारों और कीट पतंगों की,...
आजकल
बाजार भरा पड़ा है
जहरीले कीटनाशकों और खरपतवार नाशकों से ,...

क्या हुआ
जो फसल प्रभावित होती है गुणवत्ता के मापदंडों से,...
पर क्या कर.
भूखों को कहाँ समझ होती है गुणवत्ता में कमी की
और कहाँ महसूस होती है कांटो से मिली चुभन ,...
उन्हें तो मतलब होता है सिर्फ पेट भरने से,...!!

106

इलाज़

सुनो!!

गर्म कॉफी की चुस्कियों सी हैं,...
तुम्हारी बातें, तुम्हारी याद.,...

मुझे नापसंद,
जलाती हुई, कड़वाहट भरी,...

मगर सुबह नींद से उठते ही,
मेरी पहली आदत, और जरूरत भी,...

क्योंकि
ये कड़वी चुस्कियाँ ही देती है रात की नींद के बाद ताज़गी,...

और हाँ!!
मुझे जीने के लिए स्फूर्ति भी
मैं निम्नरक्तचाप की मरीज़ जो हूँ,...

दरअसल ये ही सच है
'मेरा मर्ज़ भी तुम और इलाज़ भी तुम'

107

दुश्मन

सुनो!!!
बहुत मन है
आज फिर से
रूठने का तुमसे
पर कोई बहाना तो दो,...

वो पल
बहुत याद आते हैं
जब तुम्हारी बाँहों में आने के लिए
मैं रोज रूठने के
नए-नए बहाने ढूँढ़ा करती थी,...

ये रोजी-रोटी भी ना
सबसे बड़ी दुश्मन है,
हमारे प्यार की,...
न वक्त देती है न मौका
कि मैं रूठूँ और तुम मनाओ,...!

108

कोई खुशी

सुनो!!

जब
दर्द मेरे मुझे ही सहने हैं
फिर क्यों तुम्हें बताऊँ?
बताने से मेरा दर्द तो कम होता नहीं,...
तुम्हारा तनाव जरूर बढ़ जाता है।

याद है मुझे
तुमने कहा था मुझसे
मुझमें तुम्हें हर खुशी मिलती है,...
फिर अपने दर्द सुनाकर
तुम्हें रुलाना मुझे ग्लानि से भर देता है,...

खैर अब नहीं होगा, ऐसा,...
इंतजार करूंगी
खुशी का कोई लम्हा आए
जो कर सकूँ साझा तुमसे,...
तब तक के लिए विदा,...

उम्मीद है
तुम करोगे उस पल का इंतजार
जब मैं कर सकूँ साझा कोई खुशी तुमसे।
करोगे ना इंतजार मेरा,...। बोलो ना!!!!

109

परखना मत,...!

सुनो!!
कसौटी पर
कसे जाने पर
घर्षण की पीड़ा,
सिर्फ खरा सोना ही सह सकता है,...

पीतल को स्वर्ण समझकर
कसौटी पर घिसने का परिणाम
पीतल को और कमजोर करता है ,...
और घिसी गई जगह से
पीतल का पात्र या आभूषण जल्दी टूटता है,...

साज सज्जाए
नई-नई रंगत
और बनावट वाले चलन के युग में
समझना मुश्किल है
कमजोर कड़ी कौन-सी हो,...

मैंने
कई बार समझाया है तुम्हें
हर रिश्ते को
अपने ही मापदंडों की कसौटी पर
कसना छोड़ दो,...

हर रिश्ते का
अपना मापदंड और नजरिया होता है,...
सही रिश्ते की परख की खातिर
यूँ रिश्तों को कमजोर करते गए
तो अंत में नितांत अकेलापन ही हाथ आएगा,...

क्योंकि
जो बनावटी या मिलावटी है
वो रिश्ते कमजोर होंगे,...
पर जो खरे हैं,
वो रिश्ते कसे जाने पर मन से टूट जाएँगे,...

हाँ!!
ये कहावत यूँ ही नहीं बनी,...
'परखना मत, परखने से,...कोई अपना नहीं रहता'

110

फासले

सुनो!

बचपन में ठण्ड से ठिठुरती
बिना चादर सो जाती
तो माँ ने पूछा नहीं,
बस चादर उढ़ा दी,...।

कभी बुखार में
बदन तपा तो
पापा ने पूछा नहीं ,
और ठन्डे पानी की पट्टियाँ रख दी,...।

स्कूल से लौटते समय
कभी सायकिल का पहिया पंचर हुआ
तो भाई ने पूछा नहीं ,
अपनी साईकिल देकर कहा तू घर जाए...।

कभी खेलते हुए
अचानक बारिश हुई
तो दोस्तों ने पूछा नहीं ,
अपनी छतरी मुझसे साझा की,...।

आज ज़िंदगी के मुश्किल दौर में
तुम्हारा पूछना
कि मेरी कोई मदद चाहिए,
सच बहुत अच्छा लगाए... ।

पर
सवाल ये है कि
सम्पूर्ण समर्पण प्रेम
और विश्वास के बाद भी,
इतनी दूरियाँ क्यों,...?

अगर फासले न होते
तो मदद के लिए सवाल की बजाय
मेरे अरमानों के बिखरते घरोंदे को
संभालने को,
तुम्हारे हाथ आगे होते,...है ना!!
शायद मेरा प्यार ही कहीं कम पड़ गया!!!

111

तुलसी तेरे आँगन की

सुनो!
तुम्हारे आँगन में ठीक दरवाज़े के सामने
एक तुलसी का चौरा बचपन से देखती आई हूँ ,...

वो तुलसी
जिसमें रोज सुबह
देव पूजन से पहले
दिया जलाकर परिक्रमा करती माँ,...

वो तुलसी
जिसकी आड़ से झांकती थी मैं तुम्हारे घर की दहलीज के उस पार,
सब कहते मेरी एक मुस्कान
दहलीज के बाहर से भी हर लेती है पीड़ा सबकी,...

वो तुलसी
जो जुकाम हो ज्वर हो या हो कोई भी व्याधि
उपयोगी होती बनकर औषधि
करती शुद्धिकरण तन का,मन का, पूजन का,...

वो तुलसी
जिसने जब भी करनी चाही दहलीज पार हर बार सुनी फटकार,
तुलसी कितनी ही गुणकारी क्यों न हो
रहती देहरी के बाहर ही है,...

वो तुलसी
जिसकी कहानी मैंने अपनी माँ से सुनी
एक बार नहीं कई कई बार
तब जाना तुलसी आँगन में क्यों...?

वो तुलसी
जो विष्णु की उपासक होकर भी जलंधर से ब्याही गई
जो सती होकर राख में पनपी
तब जाकर मिले उसे विष्णु पत्थर स्वरूप में शालिग्राम बनकर,...

वो तुलसी
जिसने सही वृन्दा से तुलसी होने तक की पीड़ा,
जिसके बिना अधूरा है देवपूजन,
परिणीता होकर भी स्थान मिला
देहरी के बाहर, पत्थर स्वरूपी शालिग्राम के साथ,...

हाँ! मैं समझती हूँ
प्रतिरोधक पीरनाशक, व्याधिहर्ता,शक्तिवर्धक, तुलसी की पीड़ा
जिसने अपना सब खोया आँगन में जगह पाने को,... ।
क्या कभी तुम समझ पाओगे अपने आँगन की तुलसी की पीर,...???

112

घायल मन

उफ्फ!!!
वो देखो एक पंछी,...
जो अचेतनावस्था में
पड़ा है ज़मीन पर
समझती हूँ
पीड़ा उस घायल पंछी की,...

जानती हूँ
आसमान में अभी भी
उड़ रहे उस पंछी के मोह में
जान लगा दी होगी
और प्रेम में समर्पित होकर
भरी होगी सपनों को
हकीकत बनाने की खातिर उड़ान,...

और
अचानक
हकीकत ने मारी होगी
जोर की ठोकर,...
जर्जर हुए परों के साथ
आसमान से सीधे जमींन पर
ला पटका किस्मत ने,...

और देखो न वो ऊपर उड़ता पंछी
जो कुछ देर पहले
इन्हीं जख्मी पंखों की उड़ान की
वज़ह, हिम्मत और गुरूर था,
अब भी वहीं से देख रहा
पर नीचे नहीं उतरा,...

क्योंकि
वह जानता है
टूटे पंखों से
फिर ऊँची उड़ान संभव नहीं
तो क्यों किया जाए अपना वक्त जाया,...

उड़ गया वो
पर मैं समझ रही हूँ
पीड़ा पंछी के घायल मन की
मेरे अनुभवी अंतर्मन ने
समझ लिया सारा दर्द,...

सुनो!
मैं जानती हूँ
अब कभी नहीं उड़ सकेगा वो भी
मेरे घायल मन की तरह,...!!!

113

हर बार

सुनो!!!
हर बार,...

बिखर कर खुद को समेटती रही बेसुध होकर,
कभी देखा ही नहीं
मुझको कैसे किस किसने तोडा,...??

रही खुद ही खुद के साथ पर हमेशा बेखबर सी,
कभी समझी ही नहीं
मेरा साथ कब क्यों किसने छोड़ा,...??

बहुत कोशिश. की ज़माने ने मिट जाए हस्ती मेरी
कभी सोचा ही नहीं
मेरा वजूद कब कहाँ किससे जोड़ा,...??

मैं तो करती रही हर पल हँसते रहने की कोशिश,
कभी जाना ही नहीं
गालों पर आँसुओं ने निशान क्यों छोड़ा,...??

114

आधुनिक युग

माना
आस्तीन में पलने वाले सांपों के डर से
तुमने आधुनिकता के बहाने
बिना आस्तीन के कपड़े पहनने शुरू कर दिए,...
और तुम्हारी इसी आधुनिकता ने तुम्हें
भीड़ से अलग
सबसे आगे लाकर खड़ा कर दिया,...
पर कहीं ऐसा तो नहीं
इसी भीड़ में तुम्हारे आसपास ही
कोई अज़गर पल रहा हो,...
सुना है
अजगर डसता नहीं निगल लेता है पूरा वजूद,...
और विष को जितना समय लहू में घुलने में लगता है
उससे भी कम समय में अजगर के पेट का तेज़ाब
पूरे अस्तित्व को जलाकर रख देता है,...
सुनो थोड़ा संभलकर रहना
सांप और अजगर ही विषैले नहीं हैं
इस भीड़ में जाने कौन खंजर लिए चल रहा हो,... ।
वैसे भी आधुनिक युग है
जिसमें चलन है आज कल
विश्वास के सरेआम क़त्ल हो जाने का,...!

115

दरार

सुनो!

मुझ पर तुम्हारा जरा सा अविश्वास
हमारे दरमियान बना गया एक गहरी दरार
जो दिखने में बहुत ही संकरी सी है
पर जानते हो वो दरार
दिमाग से दिल तक गहरी है,...

अब मैं चाहूँ तो भी पाट नहीं सकती उसे
प्रेम के मजबूत घोल भी डाला
तो वो पंहुचा सिर्फ ऊपरी सतह तक
दिमाग ने दिल तक पहुचने के
सारे रास्ते बंद कर रखे थे,...

बहुत मिन्नतें की मैंने दिमाग से
मान जाओ और जाने दो प्रेम को
ताकि रिस कर दरारों से होकर
दिल की जमीन तक पहुँच कर भर दे
महीन किंतु गहरी उस दरार को,...

पर जानते हो
दिमाग ने क्या जवाब दिया?
उसने कहा

विश्वास या तो होता है या बिलकुल नहीं होता
टूटे हुए दरार वाले रिश्तों में
कितना भी प्रेम डालो बह ही जाता है
फिर कभी जमता नहीं,...

जानते हो ऐसा क्यों?
क्योंकि प्रेम सरल है, तरल है,
सदैव प्रवाहित होना उसकी प्रकृति है
रुकना प्रेम को नहीं आता
वो तो चलता ही रहता है अनवरत,...

विश्वास तो मजबूत होता है पर कठोर भी
जब टूटता है
तो फिर जुड़ने का गुणधर्म नहीं उसका
गंठबंधन में बाँध भी दिया
तो भी गाँठ तो रह ही जाएगी ना,...!

116

प्रेम का क्या

'हम-तुम'
यूँ ही लड़ते झगड़ते हो गए दूर
पर अब भी
बातों का
शिकवों का
आँसुओं और उम्मीदों का सिलसिला बदस्तूर जारी है,...

पर
क्या तुम्हें लगता है,
हम फिर मिलते तो सुलझ जाते मसले
और
कसमे वादों की, उलाहनों की,
बातें ख़त्म हो जाती,...???

मुझे लगता है
हम मिलते तो शुरू होते
हमारे दरमियान
नए संवाद
नए वाद
नए विवाद
अंततः बढ़ जाते फासले कुछ और,...

सुनो!!
मुझे लगता है

अगर मिलने से बात खतम हो जाती
तो
कुछ रिश्तों का न मिलना भी
बहुत जरूरी होता,...

पर
जिन रिश्तों की जड़ों में
प्रेम नमी की तरह बरक़रार हो
वो मिल. न मिल.
बातें ख़त्म नहीं होंगी,...

और
हमारे बीच कुछ टूटा है
तो वो है विश्वास
पर अब
इस बाकी रह गए प्रेम का क्या???

117

याचक का दर्द

सुनो!!!
इस बार
जब टूटकर जुड़ा हमारा रिश्ता,
एक महीन-सी दरार रह गई
हमारे मन के धरातल में
जो कमजोर कर गया मुझे,...

अब न मुझे वो अधिकार रहा
न तुम्हें वो विश्वास
पहले तुम रूठते तो यकीन होता था
प्यार और समर्पण से मना लूँगी तुम्हें,...

वैसे तो अब भी
वो अधिकार वो प्यार वो समर्पण
सब मौजूद है
लेकिन डर के एक पारदर्शी आवरण में,...

डर तुम्हें खो देने का जो रोकता है मुझे अपना अधिकार जताने से,
हाथ थाम कर तुम्हें रोक लेने से,
तुम्हें अपना सुख अपना दुख बेझिझक कहने से,
बेबाक तुम पर अपना प्रेम उड़ेलने से,...

आज महसूस हो रहा
एक याचक का दर्द

एक याचक की विवशता
जो असमर्थ होता है किंतु जरूरतमंद भी,...

तभी तो अपने आत्मसम्मान को ताक पर रखकर
केवल जीवित रहने के लिए
अपनी क्षुधा की तृप्ति हेतु
करता है विवश होकर रोटी की याचनाए...

तुम्हारा साथ भी तो मेरी अतृप्त संवेदनाओं का पोषक है
तुम्हें खोकर मर जाने से बेहतर लगता है
तुम्हारी खुशी में खुश होना
बस याद रहता है जीवित रहने के लिए मुझे जरूरत है तुम्हारी,...

एक डर आत्मसम्मान के झगडे में तुम्हें खो न दूं,...
याचना तुमसे साथ की, प्रेम की,
बस तुम दूर न जाना
हमेशा तुम्हारे सारे दुख मेरे और मेरे सारे सुख तुम्हें समर्पित,... ।
बस तुम खुश रहो सदा!!!!

118

एकाकीपन

सुनो!!!
मैं जूझती रहती हूँ अकसर
एकांत में अपने एकाकीपन से,...

कभी एक और एक दो, कभी एक और एक ग्यारह,
और कभी एक में से एक गया शून्य
ऐसे सवालों को हल करने की कोशिश में,...

ये सारे सवाल जेहन में
कुलांचे भरते हैं हर पल
ज़िंदगी के गणित में ये समीकरण मुझसे कभी सुलझे ही नहीं,...

पूरी ईमानदारी से मेहनत
और तमाम कोशिशों के बाद भी
मुझे मुझमें मुझ एक के सिवा कुछ न मिला,...

मेरे हर सवाल का जवाब
मैं,...मेरा एकांत,... । मेरा एकाकीपन,...!
और यही मेरा सबसे बड़ा संबल 'हमेशा-हमेशा'

119

कालाधन

मैंने
अपने अनुभवों की गुल्लक में
हमेशा जमा की हर छोटी बड़ी बात
जो जुड़ी थी मेरी ज़िंदगी में
खुशी या गम बनकर,...

एक खुशी,
दो आँसू,
पांच ख्वाहिश.,
दस सफलताएँ,
बीस असफलताएँ,
पचास सपने,
सौ कोशिश.,
पांच सौ ठोकर.,
हज़ार ताने,...

कुछ सिक्के भी थे
अठन्नी जैसे आधे अपने,
एक उम्मीद,
दो रास्ते,
पांच विकल्प,
दस संकल्प,...

ये थी एक छोटी-सी पूंजी
अपने अतीत से चुराकर अपने वर्तमान में
अपनी भविष्यनिधि के रूप में
जमा की गई मेरे कालेधन की कमाई,...

अच्छा हुआ
अच्छे दिन लाने वाली सरकर ने घोषणा
सिर्फ पांच सौ और हज़ार को
लौटाने की करवाई
मेरे गुल्लक से सारे पांच सौ ठोकरों की टीस
और हज़ार तानों की पीड़ा
निकालकर रख दी मैंने बाहर
इस तरह कालेधन की सफाई में
मैंने अपनी भूमिका निभाई,...

अब आधे अधूरे अपनों के बीच
तेरे होने की एक खुशी,
हमेशा साथ होने की एक उम्मीद,
दो आँसू खुशी और गम के,
दो रास्ते अतीत की यादों और भविष्य की योजनाओं के,
पांच ख्वाहिश. सुख संपत्ति साधन सफलता
और स्वाभिमान की,
पांच विकल्प मेहनत, प्रयास, ज़िद, सच
और समर्पण के,...

दस सफलताओं के दस संकल्प,
बीस असफलताओं से मिली सीख,
पचास सपनों को सच करने की
सौ कोशिशों के साथ,
पांच सौ ठोकरों की टीस

और लोगों के हज़ार तानों की पीड़ा के बिना
पूरी ईमानदारी से
कालाधन से तनावमुक्त जीवन जी सकुंगी,...

सुनो!!
गनीमत है मेरे गुल्लक में
पांच सौ और हज़ार के नोट कम ही थे
तभी गुल्लक आज भी भरी भरी सी है
सारा कालाधन निकल कर भी,...!!!

120

नियति

आजकल
सीने में दर्द बार बार उठने लगा है
डॉक्टर के साथ-साथ अपनों ने भी दी है नसीहतें
कुछ दूर पैदल चलने की,...

फूलती सांस.
बेतरतीब धड़कने
और लड़खड़ाते कदम
इजाजत नहीं देते
सर्टिफाइड बड़े दिल की जो हूँ रूद्ध

हाँ!
मैं चल सकती हूँ
तुम्हारा हाथ थाम कर
जहाँ तक तुम ले चलो,...
पर

ठंड में
बढ़ जाता हैं जोड़ों का दर्द
डरती हूँ
कहीं हमारे गठजोड़ में कोई दर्द न शुरू हो जाए,...

गमी में
व्यावसायिक व्यस्तताएँ नहीं देती समय

और फिर
आर्थिक नुकसान भी तो
इलाज को प्रभावित करता है,...

बारिश में
भीगना चाहती हूँ कुछ पल
थामकर तुम्हारे हाथ
पर चलना या टहलना फिसलन में
मुसीबतों को दावत जैसा,...

नियति ने ही
साथ चलने या टहलने का सुख या मौका छीन लिया,...
लेकिन जानते हो तुम्हारे साथ के दो पल
डॉ की हफ्ते भर की दवाइयों से ज्यादा असर करते है मुझ पर,...

सुनो!!
कुछ देर बैठो न मेरे पास मेरे सिराहने मेरा हाथ थामकर,...!!!

121

सिर्फ एक दुआ

तुम्हें पता है न!
मैं काँच सी पारदर्शिता के
साथ-साथ
नाजुक मिज़ाज भी रही हूँ
परिस्थितियों ने हर बार तोड़ा है मुझे
और
जब भी टूटी हूँ
दर्द मुझे तो हुआ ही
लेकिन
लहूलुहान हुए हैं तुम्हारे भी हाथ
मेरे टुकड़ों को समेटते हुए,...
अब की बार तो इस कदर टूटी हूँ
कि टुकड़ों में मेरा अक्श भी नहीं दिखेगा,
बिखर जाने दो मुझे
यही नियति है मेरी,... ।
जल सी तरलता
मेरे बह जाने के डर से
मुझमे नहीं चाहते तुम
न सही,...
पर
सुनो
एक दुआ दो न मुझे,...!!!
ठोस रूप में

मुझे काँच सी नाजुक नहीं
पत्थर सी बन जाऊँ मैं,
ठोंकरों से टूटूं भी
तो टुकड़ों से गढ़ी जा सकूँ,
कभी मूर्ति
कभी पात्र
कभी चक्की के पाट
कभी भवन
कभी किसी शिलालेख के रूप में,
या फिर टूट कर बिखरूं
तो रेत सी
और एक दिन
तुम्हारे ही नीढ़ की किसी दीवार पर
मढ़ दी जाऊँ
और
मेरा बिखरना भी सार्थक हो जाए,...
दोगे न!
अपने प्यार की खातिर
''सिर्फ एक दुआ'',...!!!

122

खुशकिस्मत

सुनो!!!
हम खुशकिस्मत हैं न!
क्योंकि हमारा प्यार भी दोस्ती सा है,...

जिसमें
अपेक्षाएँ कम, विश्वास ज्यादा,
एक-दूसरे से
कुछ पाने की ख़्वाहिश कम,
एक-दूसरे के लिए
कुछ कर पाने की कोशिश ज्यादा,

हम झगड़ते भी हैं तो
दोस्तों की नोकझोंक सा,
प्रकृति, व्यवहार, सोच, आदतों
सब में एक-दूसरे से बिलकुल भिन्न,
इसीलिए मनमुटाव, शक, कलह, गुस्सा, नफ़रत,
हर भाव समाहित हमारे रिश्ते में
लेकिन क्षणिक आवेग से,
बस कुछ स्थायी है तो वो है समर्पण,...

कभी कभी सोचती हूँ
हर रिश्ते में
दोस्ती की मिलावट हो जाए,...

कितना आसान हो जाएगा न
रिश्तों को जीना
रिश्तों को निभाना
बिल्कुल हमारी तरह,...

हम दोनों
एक चुम्बक जैसे टूटकर भी
हर टुकड़े में मौजूद होते हैं
दो विपरीत धरूवों की तरह
हर सुख में, हर दुख में,
हर कर्म में, हर कर्मफल में,...
हमेशा साथ-साथ,...!!

123

चलो न साथ कुछ पल,...

चलो न साथ कुछ पल
लौट कर चलते हैं
कुछ दूर अतीत में,...
फिर से जीते है
वो कुछ पल
जो बहुत प्यारे थे,...
जब मेरा तुनकना
मेरी अदा लगता था
मेरी गलती नहीं,...
हमारे झगड़े
नोकझोक से लगते थे
कोई गलतफहमी नहीं,...
मेरी छोटी सी चोट
तुम्हारे लिए मुझसे ज्यादा
पीड़ादायक होती थी,...
तुम्हारी जरा सी नाराजगी
मेरे लिए मौत से भी बड़ी
सज़ा हुआ करती थी,...
जाने क्यों आजकल
सब कुछ
उलटा पुलटा सा है,...
एक-दूसरे को सज़ा देने के लिए
बेवजह नाराजगी,...

जख्मों को नजरअंदाज कर
फिर कोई नई चोट देना,...
एक-दूसरे की तकलीफ
असहनीय पीड़ा तो
अब भी देती है हमें,...
पर जाने क्यों अब
इजहार और इकरार की बातें
बचपने सी लगती है,...
नोकझोंक
कब झगड़े में बदल जाती है
पता ही नहीं चलता,...
चलो न फिर से
अतीत के उन लम्हों में
जब हम प्यार करते थे,...
पर सुनो!!
इस बार हम
जब वापस अपने घर लौट.गे
रास्ते के कुछ पड़ाव जरूर बदल द.गे,...
वो सारे पड़ाव जिसने बढ़ाई दूरियाँ
हम दोनों के दरमियान,...

चलो न साथ कुछ पल,...!!!

124

साया

सुनो!!
गम का
खुशी का
अपनों का
सपनों का
सफलता का
असफलता का
साया कभी नहीं छोड़ता साथ,...
न अँधेरे में
न उजाले में
न दिन में
न रात में
न अतीत में
न आगत में
साया होता है स्थायी,...
हर भाव का
हर याद का
हर बात का
हर कोशिश का
हर हार का
हर जीत का,
बस अपनी दिशा और दशा बदलता है,...
जीवन के हर हाल और हालात का साया

समय की रौशनी के साथ,...
समय अच्छा हो
तो हर अच्छी बात
साये सी
साथ
प्रेरित करती नजर आती है,...
समय बुरा हो
साया साथ नहीं छोड़ता
बस हर बुरी बात
साये सी
साथ
चिपकी महसूस होती है,...
यनज़र आए न आएद्ध
सच कहूँ तो
साया
बिलकुल
तुम सा ही तो है
जैसे अच्छे बुरे हर समय में
साथ मुझे महसूस होते हो
पर लोगों को दिखते हो
सिर्फ मेरे सुख के उजाले में,...
कोई
ये समझ ही नहीं पाता
मेरे विकट समय में
अदृश्य सा मुझे संभालता हुआ कौन हैघ
किस किस से कहूँ
थामे रखते हो मेरे हौसले को भी
हमेशा
साये की तरह सिर्फ तुम,...!!!

125

ले रही हूँ विदा

हाँ!!
ले रही हूँ विदा
अपनों से सपनों से
सच से झूठ से
आज से अतीत से
रस्मों से रीत से
नफरत से प्यार से
झगड़े से प्रहार से
शक से यकीन से
रात से दिन से
अपेक्षा से उपेक्षा से
सत्य से आभास से
रिश्तों से दोस्ती से
जरूरतों से ख्वाहिशों से
खुद से खुदा से
जुड़े से जुदा से
दर्द से दुआ से
जख्म से दवा से
हार से जीत से
प्रीत से मीत से
पर हाँ
ये वादा है
देह का त्याग

नहीं करूँगी मैं
कभी खुद से
क्योंकि
जब आत्मा ही है अशेष
तो देह को लेकर कैसा क्लेश
नहीं कोई बैर
न किसी से द्वेष
इंतज़ार परिणाम का बस अब अनिमेष
कुछ भी नहीं विशेष
देखना है बस अंतिम सांस तक
क्या बचे निःशेष
अलविदा कहना था
बस यही उद्देश्य
करबद्ध क्षमाप्रार्थी
जीवन है जब तक शेष,...!

126

परदे

सुनो!!

अकसर
अपने आसपास देखा है
ऐसे लोगों को
जो दूसरों को आईना दिखाकर
पूरे तन और मन से समाज सेवा
और
समाज सुधार में लगे होते हैं।
आज गई थी
उलझी सी ज़िंदगी के धागे सुलझाने,...
एक बड़े सामाजिक सलाहकार के पास,
सुन रखा था सलाह बहुत अच्छी देते हैं
वो भी मुफ्त में,...
पर सच कहूँ
मन के शोर से ज्यादा
सुनाई दे रहा था उनके आँगन का शोर,...
और भी एक बात समझ नहीं आई अब तक,...

तुम्ही बताओ ना,...
क्या तुम्हें पता है उनकी तिजोरियों में ताले
और खुद के घरों में आइनों पर परदे क्यों लगे होते हैं???

127

नारियल का पेड़

सुनो!
कुछ दिन पहले गई थी
एक समुन्दर से मिलने
बहुत सुहाना सा मौसम
सागर किनारे नारियल से लदे पेड़,...
मेरा पसंदीदा
नारियल पानी खूब छक कर पीया,...
आज अचानक तुम्हें सोचते हुए
वो नारियल के पेड़ याद आ गए,...
एक एक पेड़ पर न जाने कितने फल
कोई हरा
कोई पीला पड़ा हुआ
कोई सूखता हुआ सा,...
नारियल पानी पीते हु,
मैंने पूछा था नारियल वाले से
इसे इस तरह जोर से क्यों काटते हो??
इसे खोलने का कोई और तरीका नहीं है??
उसने कहा
ये नारियल बड़े अजीब से फल हैं
ऊपर से जब हरे होते हैं
तब इन्हें आसानी से खोला नहीं जा सकता
काटना ही पड़ता है,...
थोड़े सूख कर अपना हरापन खो द.

तो ऊपर की परत
रस्सियों जैसी हो जाती है
मानो कितनी ऐंठ और अकड़ हो,...
उस परत को लोग छीलते हैं
नोचकर निकाल देते हैं,...
फिर निकलती है
एक सतह
जिसे देखकर अहसास होता है
नारियल की कठोरता का,...
पर अनूठा है ये नारियल
होता अंदर से बिलकुल श्वेत, नरम और मीठा
साथ में होता है प्यास बुझाने वाला
शीतल मीठा और गुणकारी जल,...
विशेषता इस फल की
कि ये सूख भी जाए तो
लोग इसे पीर कर निकाल लेते हैं तेल,...
जो उपयोगी होता है शरीर के लिए,...
कीस कर बुरादा भी कर दो तो काम आता है स्वादिष्ट व्यंजनों के,...
एक ही पेड़ के सारे फल
अलग अलग रूप रंग और स्वाद लिए हुए,...
बस बुरा लगता है
जब हर बार नारियल को तोडा जाता है
कभी प्यास के लिए
कभी भूख के लिए
कभी स्वाद के लिए
कभी होम और प्रसाद के लिए,...
पर संतुष्टि भी होती है
पेड़ का हर फल
अलग अस्तित्व लिए हुए
हर रूप में

हर हाल में
उपयोगी होता है,...
पर श्री चरणों में चढ़ाए जाने का
सौभाग्य भी तो हर किसी को नहीं मिलता,...
जैसे माँ सरस्वती का आशीर्वाद भी तो हर
किसी को नहीं मिलता,...
कि तुम्हारी तरह की रच पाए
अनेक विधाओं में सभी रसों में भावों को,...
बिलकुल
तुममे बसी कविताओं
और तुम्हारे व्यवहार की तरह...
तुम्हारा हर भाव हर रूप अलग
पर अपने आप में एक पूरे नारियल के गुणधर्म लिए हुए...
और तेवर तो इतने बदलते हो बात-बात पर,... ।
कि एक नारियल की उपमा तो दे ही नहीं सकती तुम्हें,
लिहज़ा मुझे तुम लगे बिलकुल 'नारियल का पेड़',...!

128

जन्मघुट्टी

हाँ!
उसे
विश्वास है मुझपर
या ये कहूँ
अन्धविश्वास है
उसके दिये दर्द
घूंट-घूंट पीकर
बून्द बून्द आँसुओं के साथ
मंद-मंद मुस्कान
होठों पर रखकर
दुनिया को दिखाती रहूँगी
उसके प्रति अपना असीम प्रेम,...
पर सच कहूँ
मन करता है कभी कभी
तोड़ देने को
इस अंधविश्वास को
और चीख चीख कर
पूछ लूँ एक बार
क्या तुम्हारे प्रेम में
मेरे समर्पण का कोई मोल है?
पूछ लूँ एक बार
क्या मुझ पर अधिकार जताना ही
तुम्हारा प्रेम है

या तुम पर भी मेरा कोई अधिकार है
पूछ लूँ एक बार
क्या समर्पित होने का दायित्व
सिर्फ मेरा है
या प्रेम में समर्पण दोनों का होना जरूरी है
पर जानती हूँ
नहीं कर सकूँगी
सांसों और धड़कनों के चलते
मैं ये 'अपराध'
स्त्री जो हूँ
संस्कार, नियति, प्रेम, दायित्व समर्पण
ये कुछ शब्द जन्म से सुनती आई हूँ
जन्मघुट्टी में संस्कार के नाम पर पिलाई गई
ये भावनाएँ रगों में दौड़ रही हैं,...
एक बात और पूछ लूँ???
जन्मघुट्टी तो तुम्हें भी पिलाई गई होगी ना??
क्या मिला था उसमें?
संस्कार, नियति, पुरुषत्व का अहँ, अधिकार
और
और
और,...!!!

129

जन्मसिद्ध रचनाकार

सुनो!!
रचती हूँ मैं
हर परिस्थिति में रोज कुछ नया,...
रचना
मेरी नियति ही नहीं
बल्कि मेरे लिए प्रकृति का दिया
चमत्कारी उपहार भी है,...
अपने अंश से वंश को रचने की योग्यता
जब नियति ने दी है मुझे
तब अपने भावों को शब्दों में रचना भी
मेरा अधिकार है गुनाह नहीं ,... ।
हाँ!
स्त्री रूप में जन्म देकर
स्वयं
सृष्टि के नियंता ने बना दिया मुझे
जन्मसिद्ध रचनाकार!!!

130

मंजिल की ओर

सुनो!

मैंने हर रिश्ते को
दो पहियों पर चलते देखा है,
एक पहिया साथ न चले तो रिश्ता
या रुकता है या खिंचता है,

रुका तो ज़िंदगी भर खोने का दर्द
खिंचा तो पल-पल ढोने का दर्द

और दोनों में समानता ये
दोनों ही पहियों को रुलाता है ये दर्द
बस कोई आँखों से बहा देता है
कोई सीने में दफन कर लेता है

पर ऐसे हर रिश्ते का हासिल तय है
ये दर्द
तो समझो न!!!

कुछ तुम कुछ मैं मिलकर
बिना रोये बिना ढोए,
मिटाकर दर्द चल. मंजिल की ओर,...साथ साथ!

131

विवेक

सुनो!!
मैं गई थी
सागर के किनारे
दोहरा आई ज़िंदगी के
अनेक यादगार पल,...
मिलती है बहुत हिम्मत
सागर की आती जाती
लहरों को देखकर,...
होता है भान
सुख-दुख की नश्वरता का भी,...

क्या हुआ जो समंदर बहता नहीं ,
पर लहर. बार-बार सिखाती है
समझाती है
जिससे दिल और दिमाग की
समझ भी पुख्ता होती है
कि
समय गतिशील रहता है, रुकता नहीं ,...

और हाँ!
किनारे की रेत
हथेलियों में उठाकर
छोड़ दिया वापस

उसमें से
छोटी छोटी मछलियों को
जी लेने के लिए जी भर
और
चुन लाई कुछ सुनहरे से मोती
छुपाकर अपनी मुट्ठी में
ताकि किसी की नज़र न लगे,...

सच
लोगों ने देखे
सिर्फ मेरे गीले पैर
और पैरों में लगी रेत
क्योंकि लोगों को
नहीं था अंदाज़ा
मेरे भीतर के हँस के
नीर-क्षीर के विवेक का
कि
चुन सकूँगी हँस की तरह
मोती ज़िंदगी के सागर से,...!!

132

आँख का तिल

सुना था
सौंदर्य में
तिल का बहुत महत्व होता है
मैं तो सुंदर भी नहीं
पर
मेरी आँखों की
गहराई में छुपा तिल
मेरी आँखों को और गहरा करता है
ये तुम्ही ने बताया था एक दिन,...

और तभी
घंटों आईने के सामने खड़ी
कभी आँखों की गहराई में तुम्हारे लिए प्रेम
कभी सपने
कभी शिकायतें
कभी आँसुओं के बीच
करती रही तुलना
आँख की पुतली के नीचे इधर-उधर डोलते तिल से,...
जिसे इससे पहले मैंने कभी देखा ही नहीं था,...

और
आज जब तुम तृप्त हो प्रसिद्धि से,
खुश हो सफलता से,

व्यस्त हो ज़िंदगी में
घिरे हो भीड़ में,
तब मैं
खुद को महसूस कर रही हूँ
तुम्हारी आँख के तिल सा,...

सुनो!

बहुत कोशिश की
आँसुओं में बहा दूँ तिल को
पर संभव ही नहीं हुआ,...
तुम्हें
खुद से बेखबर देखकर सोचती हूँ
क्या सचमुच मैं हूँ भी
तुम्हारे जीवन का सौंदर्य
या ये भी महज़ गलतफहमी है मेरी
कि हूँ मैं तुम्हारी आँख का तिल,...!!!

133

साथी

सुनो!!
साथी हैं हम इस मुश्किल दौर में
और जारी है वेदनाओं का सिलसिला
जाने कल मौका मिला न मिला
न मिला तो जो समझ लिया
वही सच मान लेना,...

पर
कल रहे तो कहेंगे
कहें तो सुनना
सुनो तो समझना
समझो तो सोचना
फर्क सिर्फ सोच का था
मैं और तुम में फर्क
वजूद की लड़ाई
सवाल ये झुकेगा कौन??
जवाब दोनों के बीच पसरा मौन,
सबकी वजह सिर्फ दृष्टिकोण
बाकि हर बात गौण,...

पर न रहूँ
तो गर्व से देखना सिर उठाकर
ऊपर आकाश का वो सबसे चमकता सितारा

नतमस्तक मुस्कुराता हुआ
छोड़कर अपना दृष्टिकोण
और
अपने भीतर का मैं भी
जो टूटना चाहता है सिर्फ इसलिये
ताकि तुम ख्वाहिश में
माँग लो वो सबकुछ जो तुम्हें चाहिए,...!!

134

कटी पतंग

एक कटी पतंग सी मैं

हाँ
एक कटी
छत विछत पतंग
खुश थी
मैं गिरी तुम्हारे ही आँगन में,...
अचानक तब्दील हुई खुशियाँ
तुम्हें हँसते देखकर आँसुओं में,...

हुई मैं आहत ये देखकर
जिन हाथों के भरोसे
अपनी डोर छोड़ रखी थी
वो हाथ माँजे की धार से
कट जाने के डर से
माँजा नहीं चकरी पकड़े हुए था,
जिसमें लिपटी हुई थी
मेरी जीवन डोर
जो तुमने कभी संभाली ही नहीं
हवा अनुकूल रही इसलिये उड़ती रही मैं,...
और मौसम के बदलते ही मेरा मिट जाना
मेरी नियति नहीं तुम्हारा विश्वासघात था,...

खैर!
मुझे चार कंधों में जाता देख
अनेक आँखे खुल.गी
ये देखने के लिए कि
प्यार आँखों के होते हुए भी
अपने अँधेपन के कारण
ये कभी नहीं देख पाता
विश्वास वहीं टूटता है जहाँ विश्वास होता है
विश्वासघात वहाँ संभव ही नहीं जहाँ विश्वास न हो,...

सुनो!
अब अंधविश्वास की
कोई नई कहानी मत गढ़ लेना
क्योंकि
विश्वास या तो होता है या नहीं होता,
इसका आँखों से कोई लेना देना नहीं,
रहने दो तुम,...
मन की बातें तुम्हारा मष्तिष्क नहीं समझेगा,...
जाओ
तुम्हारी चकरी के शेष माँजे को
इंतजार है एक नई पतंग का,...!

135

लचीले रिश्ते

मैंने
रिश्तों में लचीलापन देखा है ,...
रबर की तरह
उसे कहीं भी कितनी ही बार
मोड़कर लगा लो
किसी चीज को व्यवस्थित रखने के लिए
कितना भी कसकर बाँध लो
खींचतान कर, तोड़ मरोड़ कर काम में लो
जरूरत न होने पर छोटी सी जगह पर
दबाकर, घुसाकर, छुपाकर रख दो
पर जानते हो
ये उपयोगिता रबर के लचीलेपन की तभी तक
जब तक रबर अपने मूल स्वरूप में है
एक बार परिधि टूटी
और दो अलग अलग सिरे
दो लोगों के हाथ मे आए
उसके बाद कभी खींचातानी मत करना
क्योंकि
टूटा हुआ रबर
दोनों तरफ से खिंचता है
तो फिर टूटता है बड़ी जोर से
असहनीय पीड़ादायक चोट लगती है
उन दोनों ही हाथों को

जिनमें थे रबर के दोनों सिरेए...
सुनो!
जरा संभालना
इस बार रिश्ता टूटा
तो अपनी चोट के लिए
मानसिक रूप से तैयार हूँ मैं
पर अब भी
तुम्हें लगने वाली चोट का दर्द
मुझसे नहीं सह जाएगा।

रबर से लचीले रिश्ते का दूसरा पहलू ये भी है,...!

136

तुम पुकार लो

मैंने कभी नहीं चाहा
कि तुम आओ समय की तरह
मेरी ज़िंदगी में
अच्छे या बुरे बनकर
और फिर छोड़ जाओ
अच्छी बुरी याद. देकर,...

न ही मैं ये चाहती हूँ
कि तुम आओ मेरी जरूरत,
सपन., ख्वाहिश या सुख-चैन-राहत बनकर
और खत्म हो जाओ
एक ही बार पूरे होकर,...

मैंने हमेशा यही चाहा
तुम जब भी आओ
आना बस ज़िंदगी बनकर,...
सुनो!!
मैं तुम्हें जीना चाहती हूँ
खोने और पाने के डर से परे
मरने से पहले,...जी भरकर,...!!

137

हुनर

सुनो!
मैं खुश भी हूँ
तुम्हारा साथ पाकर
मुझे दुख भी है
तुम पा सकते थे मुझसे बेहतर
मुझमें भर दिया आत्मविश्वास
मैं जी सकती हूँ खुलकर
पर सच कहूँ तो डर रही हूँ
जी नहीं पाऊँगी
कभी तुम्हें खोकर
दुनिया के अजब से दस्तूर है
जो चलता है
उसे ही लगती है ठोकर
पर
मुझे इत्मिनान है
तुमने थामा है हाथ मेरा
नहीं लगेगी मुझे चोट गिरकर
क्योंकि गिरने से पहले थाम लेने का
तुममें हुनर है मेरे हमसफर,...!

138

अमावस

सुनो!
कल अमावस्या है
डरती हूँ मैं काली अंधियारी रातों से
दीवाली की जगमग
हर अमावस तो नहीं होती न
बस इसलिए
खास तौर पर रखना याद
अमावस को जरूरी होगा
तुम्हारा मेरे हाथों में हाथ
पर इसका अर्थ ये कतई नहीं
कि
चंद्रमा के बढ़ने के साथ दूरियाँ भी बढ़े
तुम्हें याद है न
मुझे पसंद है पूरा चाँद पूनम का
और पूनम तक
हमारे रिश्तों में
बढ़ती प्रगाढ़ता भी,...
मैं हर अमावस तुम्हारा हाथ
और
हर आने वाली पूनम तक तुम्हारा साथ
पूरी शिद्दत से चाहती हूँ,...
रहेगा न याद कि मैं काली अंधियारी अमावस से डरती हूँ,...!

139

कंदील

अँधेरों को दूर करते
अनवरत जलते कंदील को देखकर
सहसा मन उद्वेलित से होता है
कैसे सहता होगा ताप
काँच
अँधेरे और रोशनी के बीच दीवार बनकर
फिर याद आते हो अनायास
'तुम'
मेरे और दर्द के बीच दीवार बने
जो पहुँचने ही नहीं देते तपिश
जो तुम खुद सहते हो मुझे शीतलता पहुंचाने के लिए,...
सुनो!
कभी मेरी भी मान लिया करो
मैं सह लूँगी आँच दुखों की
जो तुम साथ हो,...
फिर क्यों उठाते हो अकेले हर जोखिम
मुझे साथ ले लो
जल.गे साथ तेल और बाती बनकर
कर.गे रोशन जहाँ सारा
भले ही जलना पड़े
अपने लिए न सही
अपनों के सुख के लिए पर दूर नहीं साथ तो होंगे,...!

140

धरोहर

सुनो!
कल मैं रहूँ न रहूँ
मेरी बातों को दरकिनार मत करना
छोटे-छोटे सपने, छोटी-छोटी खुशियाँ और तुम्हारा मेरा साथ
पर मेरी अनुपस्थिति को भरना हमेशा
अपनी उपस्थिति से मेरे बाद,

जानती हूँ मैं जिस तरह करते हो हिफ़ाजत तुम मेरी,
संभालोगे तुम ही मेरे सपनों को धरोहर की तरह,
बड़ी जिम्मेदारी सौंप रहीं हूँ तुम्हें,
टूटे चुभते दुखते रिसते घाव,...
और उनके बीच खुशियों की नन्हीं सी उम्मीद, मेरे सपने,...

जिसे मिटाने की भरसक कोशिश. की है
कुछ गैरों ने अपना बनकर
कुछ मतलबपरस्तों ने सरपरस्त बनकर
पर यकीनन सिर्फ और सिर्फ तुम ही हो
जो पूरा करोगे मेरे सपनों को मैं बनकर
क्योंकि ज़िंदा हो हमेशा मुझमें सिर्फ तुम कहीं-न-कहीं,...

बोलो! दोगे न साथ मेरा यूँ ही मुझे जीकर मेरे बाद भी 'मेरे तुम',...!

141

अमिट मुस्कान

हाँ!
मैं बनूंगी मजबूत रखूंगी धैर्य
जीयूँगी ज़िंदगी पूरी शिद्दत से
थामकर तुम्हारा हाथ
भूलकर अपनी हर कमजोरी,...

अब करना है पार मुझे हर परीक्षा,
और हर पड़ाव सिर्फ इसलिए क्योंकि जुड़ा है
तुम्हारा सपना मेरी सफलता से,...

सुनो!
मैं देखना चाहती हूँ तुम्हारे चेहरे पर संतोष की वो लकीर.
और मुझे शिखर पर देखकर
तुम्हारे चेहरे पर आने वाली अमिट मुस्कान,...

अब चलना सिर्फ इसलिए है कि
पहुँचना है मुझे मंजिल पर
जहाँ मेरी सफलता नहीं बल्कि
तुम्हारी खुशी कर रही है मेरा इंतजार,...!

142

मासूमियत

बच्चों सी ज़िद
बच्चों सी शरारतें
बच्चों सा गुस्सा
बच्चों सा रूठना
बच्चों सा बिफरना,...

सबसे अच्छी बात
बड़ी ही सरलता से
थोड़ा सा प्यार
थोड़ा सा दुलार पाकर
तुम्हारा मान जाना,...

और मुझसे तुम्हारा अथाह प्रेम
मुझ पर तुम्हारा अटूट विश्वास
मेरे लिये सबसे सुखद एहसास,...
साथ ही तो है मेरा बचपन शामिल तुममें
नहीं लौटना मुझे अतीत की यादों में
खुश हूँ ज़िंदगी के सफ़र में
हर कदम आगे बढ़ते हुए तुम्हारे संग,...

सुनो!!
बस तुम अपनी मासूमियत यूँ ही बरकरार रखना,...!

143

मेरा सपना

सुनो!
कभी ज़िंदगी ने धोखा दिया
और छूट गया तुम्हारा हाथ
रुक गई मेरी सांसे
और न रह सके हम साथ
तो गुजारिश मेरी
पूरा करना हर वो सपना
जो बसता है इन दिनों
तुम्हारी आँखों में
क्योंकि
मेरे सपने के
मुक्कमल होने का
सिर्फ एक यही रास्ता है।
जानते हो
मेरा सपना क्या है?
मेरा सपना है
तुम्हारी आँखों मे पलते
सपनों का पूरा होना,...
फिर चाहे मेरे साथ
या फिर मेरे बाद,...
बोलो! तुम करोगे न,...मेरा सपना पूरा??

144

दायरे

हर बार तुमसे लड़कर
मैं खुद से हार जाती हूँ,...
हर बार सोचती हूँ
अब नहीं हारना मुझे
इसलिए
कोई नयी लड़ाई
कोई नया विवाद नहीं चाहिए हमारे बीच,...

पर दुनिया के प्रपंचों से
प्रभावित मन को
मिलती है राहत
सिर्फ तुम्हारी पनाहों में
क्योंकि
सिर्फ तुम महसूस कर सकते हो
मेरी भावनाएँ मेरी आहों में,...

तुम्हें न खोने का अटूट विश्वास
मुझे विवश कर देता है
अपनी सीमाओं
और अपने दायरे भूलकर
सब कुछ कह देने को
ये कोई मानसिक असंतुलन या विक्षिप्तता नहीं,...

इसका कारण है
मुझ पर
तुम्हारा
एकाधिकार
जो, एकमात्र वजह है
तुम्हीं से प्यार
और तुम्हीं से तकरार की,...

पर सुनो!!!
अब मैंने मान लिया
सिर्फ तुम से तुम तक मेरी हद.
और तुम्ही मेरा सुरक्षाकवच
जो दुनिया की बुराईयों से करेगा
मेरा संरक्षण
और
अपने दायरों में रहकर करती हूँ मैं
तुम्हें अपना सर्वस्व समर्पण,...!!

145

उम्रभर

हाँ!
मैंने भावनाओं में डूबकर
रिश्तों को रूह से निभाने के लिए
हर विपरीत परिस्थिति को
नज़रअंदाज़ किया है
पर
सुनो!
कभी परिस्थितियों के चलते
मेरी भावनाओं को नज़रअंदाज़ किया
तो मेरी रूह निकलकर
सिर्फ
रिश्तों की लाश छोड़ जाएगी,... ।
और सोचना एकबार
जिस रिश्ते को बोझ मानकर
ढोना मुश्किल लगा
उस रिश्ते की लाश का बोझ उठाओगे कैसे??
सुना है
रिश्तों के अंतिम संस्कार के लिए
अभी तक शमशान नहीं बनाए गए
और ऐसे रिश्तों की रूह भटकती रहती है
और फिर जीने नहीं देती उम्रभर,...!

146

आँसू

सुनो!
बहुत चुभते हैं वो आँसू
जो सूख जाते हैं
देर तक अटके रहने पर
पलकों पर,...
क्योंकि
बह जाने दूँ
तो तुम्हारा दिल टूटता है
पी जाऊँ
तो मेरा दिल दुखता है,...
छुपाने की अन्य जगहें
बहुत तलाशी
पर पलकों से बेहतर
कोई विकल्प न मिला,...
खैर!
तुम्हारे दो मीठे बोल की खातिर
सारी कड़वी बातें मंजूर
और हाँ!
सूखकर चुभते आँसू भी,...
वैसे भी तुम्हें पसंद जो है
मेरी ख्वाबों से भरी,
आँसुओ को छुपाकर प्रेम छलकाती भीगी पलक.,...!

147

रोओगे जब भी खोओगे

सुनो!!
मिलने से साथ चलने तक का
एक एक लम्हा ज़िंदगी होता है
जो सुख देता है सिर्फ ज़िंदगी को,...

क्योंकि जब सुख होता है
तब सिर्फ सुख याद होता है
कहाँ याद होता है कुछ और
सिवाय सुखद साथ के???

और साथ चलने से
साथ छूटने तक के सफ़र को
शायद मौत कहते हैं
मौत वो सच्चाई जिसे सब अनदेखा करते है,...

साथ छोड़ने वाला आख़री उम्मीद तक,
आख़री विश्वास तक, आख़री साँस तक,
आख़री धड़कन तक, आखरी दम तक,...
शरीर और मन को ही नहीं आत्मा को भी
पल-पल, तिल-तिल,
मारता ही जाता है, मारता ही जाता है,...

दुख की कालिमा में,
नहीं महसूस होता क्रूरतम व्यवहार,
जो किसी के अस्तित्व की
मृत्यु की वजह बन जाता है
बिना पूर्वानुभूति के,...

इसलिए अध्यात्म कहता है
अकेले चलो, बेसहारा चलो,
अपने एक हाथ की आदत
दूसरे हाथ को भी मत डालो
'रोओगे जब भी खोओगे'

कुछ नहीं होने का दर्द
आदत बन जाएगा
पर खोने का दर्द मौत
इसलिए ज़ियों तो अकेले
मरो तो बस मर जाओ, साथ की लत से मत मरो,...!

148

जब मैं चाहती हूँ

सुनो!

तुम ढेर सारे उपहार समेट लाते हो
अचानक,
फिर भी मन करता है कभी-कभी
तुम मुझे कुछ तब दो, जब मैं चाहती हूँ।

तुम अपने हिस्से की जिम्मेदारियाँ निभाकर
घर लौट आते हो,
फिर भी मन करता है कभी-कभी
तुम मेरे लिए घर लौट आओ तब, जब मैं चाहती हूँ।

तुम देखना चाहते हो हमेशा
मुझे हँसते हुए,
फिर भी मन करता है कभी-कभी
तुम्हारे कंधे पर सिर रखकर रोना, जब मैं चाहती हूँ।

तुम्हें चाहिये भूख लगने पर
अपनी पसंद का भोजन,
फिर भी मन करता है कभी-कभी
तुम मेरे साथ खाओ दो निवाले मेरी पसंद के, जब मैं चाहती हूँ।

यूँ तो तुम बेहद प्यार करते हो मुझे
जब तुम चाहते हो,
फिर भी मन करता है कभी-कभी
मुझे सीने से लगा लो तुम, जब मैं चाहती हूँ।

तुम जब जूझते हो अनचाहे हालातों से
तब मुझ पर निकालते हो आक्रोश,
फिर भी मन करता है कभी-कभी
भीतर का सारा गुबार तुम पर तब निकाल दूँ, जब मैं चाहती हूँ।

सबकुछ वही होता है जब-जैसा
तुम चाहते हो,
फिर भी मन करता है कभी-कभी
बिन कहे कुछ मेरे मन का हो जाए जब मैं चाहती हूँ।

मरना है चाहे एक ही बार पर
जैसा काल चाहे,
फिर भी मन करता है कभी-कभी
मुझे जीना है तुम्हारे साथ सिर्फ एक बार, जैसा मैं चाहती हूँ।

149

आवाज़

सुनो!
मत देना मुझे तुम कभी भी पीछे से आवाज़
जाना चाहती हूँ किसी ऐसी जगह
जहाँ से लौटकर आना न पड़े
जहाँ चीख कर रो सकूँ
पर मेरा रुदन मेरी चीख कोई न सुन सके,...

क्योंकि
सुनकर अनसुना किया जाना
समझकर न समझा जाना
और भीड़ में भी तन्हा ही रह जाना
और मुझे अकेला छोड़कर भी
किसी को अहसास तक न होना
मेरे हालात का जिम्मेदार
सिर्फ और सिर्फ मुझे ठहराया जाना अब नहीं होता बर्दाश्त,...

जब
यह तीव्र वेदना सहनी ही है
हर हाल में मुझे अकेले ही
तो क्यों बताऊँ तुम्हें अपनी पीड़ा
हाँ! तुम ही हो हिम्मत मेरी
पर नहीं चाहती तुम जान पाओ
मेरी कमजोरी भी हो 'सिर्फ तुम'

150

अद्वितीय कीर्तिमान

सुनो!
भावनाएँ
शब्दों से खेलने में नहीं
शब्दों को नए रंग-रूप में...गढ़ने के लिए हो,
तो हमेशा
सृजन से होगा निर्मित
भावों का अथाह और अगाध स्वरूप,...
और उसी स्वरूप में
जीवन की तमाम
संभावनाएँ निहित होंगी,...
और तब
निश्छल भावों का समर्पण,...
हमेशा देगा
शब्दों को ही नहीं
बल्कि जीवन को भी
नव दशा और नव दिशा,
हाँ!!!
मैं गढ़ूंगी
एक दिन इन्ही शब्दों से
अपने समर्पित भावों का
अद्वितीय कीर्तिमान,...!

151

मेरे तुम

सुनो!
सब कुछ सुनाया तुम्हें,...
पल-पल की बातें,
कल, आज और कल के दिन और रातें,
सुख और दुख की मुलाकातें
मिलन और विछोह की सौगातें,
ज़िंदगी से मिली शह और मातें,
परिक्षा की कड़ी धूप
और अकेले में आसुओं की बरसातें,
जब अदृश्य रहे तुम
तब भी रहे मुझसे तुम्हारे
अनजान से ही सही मगर बहुत गहरे नाते,...
काश तब न सही अब तो तुम ये समझ पाते,...
ज़रा फ़ुरसत में सुनना ये गीत एक बार,...
तेरा मुझसे है पहले का नाता कोई
यूँ ही नहीं दिल लुभाता कोई
जाने तू या जाने नए...माने तू या माने नए...!

फिर नहीं दोहराओगे कोई सवाल,... ।
सच,...? क्या? क्यों? कैसे? किसी बात पर,...!
अभी-अभी

कुछ लोगों को पीठ पीछे कहते सुना,...
मेरी धीमी रफ़्तार सफलता के मुकाम तक पहुँचने में
सबसे बड़ी बाधा है!

कहना चाहती थी रुककर
एक कमज़ोर दिल में
मजबूत इरादे रखती हूँ
इसलिए भागती नहीं संभल-संभल कर चलती हूँ,...!

माना थोड़ी कमजोर हूँ तन-मन-धन से
परिस्थितियों और जिम्मेदारियों के चलते
पर मुझे गर्व है हर क्षेत्र में
समायोजन का हुनर रखती हूँ,...!

माँ पापा ने सिखाया था
मेरी ऊँगली थामकर मुझे चलना
दौड़कर आगे निकलना मैंने नहीं सीखा
अपनों के साथ ही सफ़र में खुद को सुरक्षित पाती हूँ,...!

कोई नहीं जानता मेरे धीमे कदमों के राज़
कि मैं खुश हूँ और सधे हुए कदमों से
चलना चाहती हूँ ताउम्र सिर्फ तुम्हारे साथ
सिर्फ इसलिए तुमसे आगे न मेरी राहें जाती और न ही मैं जाती हूँ..!

152

जीवनपथ

सुनो!

जीवनपथ में
हर कदम पर कांटे हैं, चुभन है, पीड़ा है, आँसू है,...
फिर भी एक-दूसरे के लिये एक-दूसरे के मन में
शांति है, आस है, विश्वास है, मुस्कान है,...

कुछ कदम तुम्हारे पैरों पर मेरे पैर,
कुछ कदम मेरे पैरों पर तुम्हारे पैर,
मेरे पैरों में कांटों की चुभन, पीड़ा और आँसू,
तुम्हारे मन में मेरी पीड़ा से उपजी
असहनीय कसक, पीड़ा और आँसू,...

पर हर बार सबकुछ भूलकर,
मेरी खुशी की खातिर तुम्हारे चेहरे पर,
शांति, आस, विश्वास और मुस्कान,
और हर बार तुम्हारी उस मुस्कान को सच करने के लिए,
मेरे मन में शांति, आस, विश्वास और सहनशीलता,...

हम दोनों हैं साथी सुख-दुख में, कर्म-धर्म में,
जीवन-मरण के शाश्वत पथ पर, आदि से अनादि तक,
ये हमारे अतिरिक्त जाने कौन,...?

कितना कौतुकमय संबंध हमारा
भौतिक? रासायनिक? समीकरण?
मौन की भाषा या अलौकिक प्रेम?
ये बस तुम जानो या मैं,...!

153

संजोग

सुनो!!
क़ायनात भी नहीं चाहती कि हम जुदा हों

तुम धूप से तमतामाते हो जब-जब
तब-तब मैं बदरी सी बरस पड़ती हूँ

या फिर
मैं तपती जलती और उबलती हूँ गर्म लावे सी जब-जब
तब-तब तुम मुझपर नभ के बादल से छा जाते हो

और
दूर क्षितिज पर एक सतरंगी इंद्रधनुष
इतराता हुआ याद दिलाता है
कि चलना ही है हमें
साथ-साथ क्षितिज तक
बनकर धूप-छांव का अद्भुत संगम
धरती और आसमान का प्रतिनिधित्व करते हुए,...

कितना अजीब संजोग है न,...?

154

ढाक के तीन पात

सुनो!
मैं भी होना चाहती हूँ हठीली
तुम्हारे गुस्से, ज़िद, बचपने
और अड़ियलपन पर
आता है मुझे भी गुस्सा,...
बहुत मुश्किल से खुद को
करती हूँ तैयार
तुम्हारी तरह ही
गुस्सा, ज़िद, बचपना
और अड़ियलपन के लिए,...
सोचती हूँ हर बार
इस बार रूठने पर नहीं मानूँगी आसानी से,...
पर तुम्हारी नज़रों से नज़र मिलते ही
जाने कौन सा जादू हो जाता है
जिसमें होता है बातों में गुस्सा
और आँखों में प्यार बेशुमार,...
और,...और,...और फिर अचानक,
सारा गुस्सा छू मंतर
शेष रहता है प्रेम, विश्वास और समर्पण
मैं, तुम और हमारी ज़िंदगी यानि वही 'ढाक के तीन पात',...!!

155

तुम दोगे साथ मेरा

सुनो!
इस पुराने रिश्ते में
चलो
आज कुछ नया करते हैं,...
आज से
सारे कर्तव्य मेरे,
और
सारे अधिकार तुम्हारे,
ऐसा करने से
जो रिश्ते हमारे बीच हैं
कुछ अनमने से,
कुछ विचलित से,
कुछ नाजुक से,
शायद
वो आसानी से निभ जाएँगे,...
सुना है
रिश्ता होने से रिश्ता नहीं बनता,
रिश्ता निभाने से रिश्ता बनता है...!!
कहो न! तुम दोगे साथ मेरा,...!

156

एक सवाल

सुनो!

एक सवाल है मेरा
इस उम्मीद से
कि जवाब होगा निष्पक्ष
जैसा तुम मुझसे चाहते हो
क्या ठीक वैसा ही व्यवहार
मुझसे करते हो??

यदि तुम हाँ भी कह दो, तब भी,...
स्त्री अपना सर्वस्व दे दे, तब भी,...
स्त्री अपनी जान दे दे, तब भी,...
स्त्री सर्वशक्तिमान हो, तब भी,...

पुरुष के बाद ही है
उसके सारे अधिकार
और
उसका अस्तित्व,... । जाने क्यों??
स्त्री,...अब भी स्त्री है,...मानव नहीं,...!

157

कविता

सुनो!

मैं लिखती हूँ,...
अतीत की याद. और सपनो का कल,
तुम्हारे साथ गुजरे खट्टे मीठे पल,
कुछ अनुभव और ख्वाहिश.,
कुछ जज़बात और मन की बात,

और तुम हो कि
कह देते हो उसे कविता,
तुम्हें न तो
कविता की समझ है न रूचि,
पर तारीफों की पुरानी
आदत जो है,...

पर जनाब अब तो सुधर जाओ,
लोग हँस.गे हम पर,...
क्योंकि
अब तो उम्र का वो दौर भी गुजर गया,
जब तुम्हें लगता था,...
मेरा चेहरा कमल और बातें गजल,

और हाँ!
एक सच कहूँ,...
मैं तब भी जानती थी
कि तुम झूठे हो,...
और अब भी जानती हूँ
कि मेरी बातों में कोई कविता नहीं है,... ।

158

वसीयतनामा

सुनो!
आज जी है मैंने
दर्द भरी एक तन्हा शाम
और
इस तन्हाई को बाँटने के लिए,
लिखा है एक खत तुम्हारे नाम
मेरे बाद खोलना वो यादों की कोठरी
जो मौजूद और महफूज़ रही अब तक
हमेशा तुम्हारे मन के उस कोने में
जहाँ मेरे सिवा
किसी का भी प्रवेश वर्जित था
और खोलना वो परतें
जिसमें हमेशा सिमटा रहा
मेरा तुम पर अटूट विश्वास
हाँ!
लिख रखी है वहीं
आज की शाम एक पाती
'एक वसीयतनामा'
अपनी जिम्मेदारियों का तुम्हारे नाम,...
इस प्रेम समर्पण और विश्वास के साथ
तुम निभाओगे मेरे हिस्से की तमाम जिम्मेदारियाँ मेरे बाद,...!

159

एक संकेतदीप के जरिये,...

मैं 'आमोदिनी'
कभी 'रिश्तों की धरोहर' संभालती
कभी दरिया की 'लहरों म. समन्दर' ढूँढ़ती
कभी 'लहरों म. मोती' तलाशती
सोचती हूँ,... शायद 'जीना इसी का नाम है'।

'मैं अपराजिता',...
कभी 'हमारा कश्मीर' कहकर
वादियों को 'मेरी विरासत' बतलाती
कभी 'गुफ़्तुगू-दिल की दिल से' करते हुए
'तूफानों से आशनाई' मोल ले लेती।

अकसर 'खुद की तलाश' म.
'कस्तूरी' के पीछे भटकती हुई सी
खुद को भूल जाती
फिर सोचती 'मैं कहाँ हूँ?'
तभी 'गूँज हृदय की' सुनाती एक 'अजनबी अंतर्नाद'!

एक ऐसा 'शब्द-नाद'
जो मुझे 'चक्रव्यूह-अस्तित्व के कश्मकश की कहानी' म. उलझाता
और 'मैं एक कहानीकार की रचना प्रक्रिया' की तरह
जीवन के 'काव्यपथ' पर
रचने लगती हूँ ख्वाबों के 'घरोंदे',...
कभी 'परिंदे खयालों के' भरते 'सपनों की उड़ान'
'ओस के आँसू' सींचते 'अंतर्मन के अंकुर'

और 'नवांकुर' होते 'नन्ही दुनिया' के 'सुरमई उजाले' से रूबरू
दिल में 'काव्य दस्तक' देता 'मेरो मन आनंद' की
स्वर लहरियों के संग,...

'भीगा मन' का 'आईना' दिखलाता
'जिंदगी के रंग' अनूठे,
'कुमकुम वाले पाँव' खड़े होते 'ख्वाबों की दहलीज़' पर
और 'बस तुम ही' दे जाते 'अहसास अपनेपन का',...
सच 'लफ्ज़ लफ्ज़ सिर्फ तुम',...
और हौले से समझा जाते 'नैनन नीर न धर'

खुद को 'परिवर्तन के चक्रवात' से संभालती
'संस्कारों के हवनकुंड' म. आहुत होने से बचाती
'गिलहरी' से चंचल मन को
'बालकों की अदालत' म. खड़ा कर पूछती कुछ अटपटे सवाल
'जादू की छड़ी' हाथों म. थामे 'जिद है मेरी'
कि जाना है 'चाँद के आगे',
हाँ! ठान लिया है 'अब न रुक.गे',

सोचती हूँ अगले ही पल
'काश! तुम आसमां होते', सच्ची 'मिस यू कान्हा'
हाँ! मेरा मनबसिया,... 'उसकी नीलाभ आँखों म.'
मेरे 'मामूली से जज्बात'
'अश्रुबिंदु' की तरह चमकते हैं
जिसे देख मेरे अंतस म. अनगिनत 'अकथ अनुभूतियाँ'
मुखरित हो उठती हैं
कि तुमने भी,
'काश! कभी सोचा होता,...'
'वाह! जिंदगी'
तुम भी न,... जाने कैसे-कैसे सतरंगी ख्वाब दिखलाती हो,
'सुनो! जरा धीरे चलो न,...'

तुम्हारी 'पगडंडियों पर चलते हुए'
जीवन कथा के सागर म.
एक 'कथासेतु' बनाना चाहती हूँ
जिससे मेरे अहसास पहुँच सके
'मुझ से,... मुझ तक'।

हाँ!
सचमुच समझ सको
तो समझना मुझे तुम,...

'मैं,...'
'मनस्विनी'
जीती हूँ एक ही जीवन मे कई-कई रूप
कभी 'मस्ती की पाठशाला' म. खेल-खेल म.
पर्यावरण संरक्षण के
'परंपरागत तरीके सीखना चाहती हूँ'
कभी सारी मस्तियाँ भूलकर हमारी 'मातृभाषा',
'हिंदी साहित्य, कला और संस्कृति म. समन्वय' की बातें सोचती हूँ।
कभी 'स्त्रीविमर्श' करती हुई
'आठवाँ फेरा' होता तो जैसे क्लिष्ट सवालों के जवाब ढूँढ़ती हूँ।
अगले ही पल 'सच का दीपक' लेकर
अनैतिकता के अंधकार म. फैल रही 'कृपण दशा' म.
खोती जा रही
अपने 'देश की आभा' तलाशती हूँ।
मेरे भीतर 'बर्फ म. दबी आग' की तरह दफन है
ढेर सारे भाव आक्रोश, गुस्सा, जिज्ञासा
लेकिन सबसे अधिक प्रेम, 'परस्तिश' और 'अहसास के मोती'!
लाख छुपाऊँ सबसे लेकिन उसकी
'अनुगूँज' मेरे व्यक्तित्व म. झलकने लगती है।
मेरे 'मन का पंछी'
'संचरण' करता हुआ

'मेरी उड़ान' को ले चलता है 'काव्य गवाक्ष' म.
जहाँ पहुँचकर मैं देना चाहती हूँ अपने भावों की
'दोहांजलि', 'काव्य कुसुमवाली' और
कुछ 'प्यासे नग़मे' अपने अपनों को,...
मैंने 'जीवन माला' म. पिरोये हैं
'उपासना के मोती' भी,
मेरे 'अंतर्मन की धारा' म. समाहित है 'गागर म. सागर' सी,
उमंग और उम्मीद की लहर.,...!
मैं एक
'स्वप्न तरुणी'
मेरे हृदय के 'स्पंदन' म. सम्मिलित है
'कुछ रंग धूप के'
और
'याद.-कुछ खट्टी कुछ मीठी'
अकसर जो उतर आती है शब्दों म.
'अन्तरा-शब्दशक्ति' की प्रेरणा से,...!
सुनो!
अपेक्षा और उपेक्षा के दौर से परे
चल. हाथों म. हाथ लिए
हम एक नई डगर म.
एक नए सफर म.,...
एक नए स्वप्न के साथ,...
चलोगे न,...??

डॉ. प्रीति सुराना
संस्थापक
अन्तरा-शब्दशक्ति
15 नेहरू चौक वारासिवनी (म.प्र.)
pritisamkit.com
pritisamkit@gmail.com
मो. : 9424765259, 9009465259