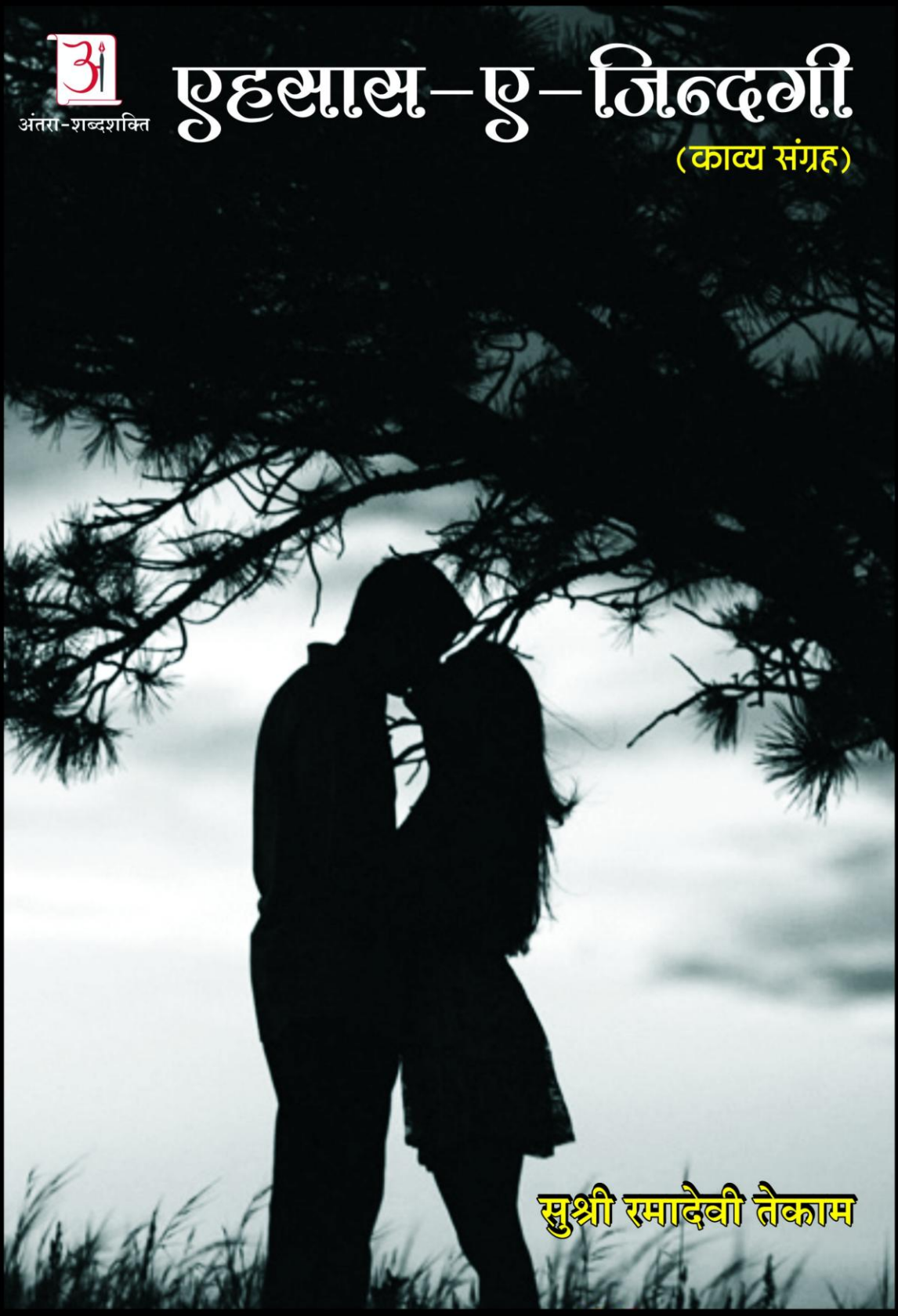
अंतरा-शब्दशक्ति

एहसास-ए-जिन्दगी

(काव्य संग्रह)



सुश्री रमादेवी तेकाम

एहसास-ए-ज़िन्दगी

(काव्य संग्रह)

सुश्री रमादेवी तेकाम

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन

इंदौर,मध्यप्रदेश

ISBN- 978-93-88102-03-2

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन

कार्यालय: १५ नेहरु चौक वारासिवनी,जिला बालाघाट (म.प्र) ४८१३३१

शाखा: एस-२०७, नवीन भवन, इंदौर प्रेस क्लब परिसर, इंदौर (म.प्र.) ४५२००१

दूरभाष: (कार्या.) ०७६३३-२५३१५९ (मो) ९४२४७६५२५९

अणुडाक- antrashabshakti@gmail.com

अंतरताना- www.antrashabdshakti.com

प्रथम संस्करण २०१८© "रमा तेकाम"

मूल्य: **४०.००** रुपये

आवरण: संदीप सोनी, वारासिवनी

मुद्रक- शैलू कंप्यूटर्स, वारासिवनी

Ehsas E zindagi **by 'Rama Tekam'**

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 पुरुत्पार्दित अथवा संचारित प्रसारित नहीं किया जा सकता हैं| प्रस्तृत पुस्तक की समस्त रचनाएँ लेखक द्वारा अन्तरा शब्द शक्ति प्रकाशन को प्रेषित की गई हैं | अत: प्रत्येक रचना की मौलिकता के किसी भी दावे हेतु प्रत्येक लेखक जिम्मेदार हैं | प्रस्तुत पुस्तक के घटनाक्रम ,पात्र,भाषाशैली,एवं स्थान सभी लखक की कल्पना हैं | किसी भी प्रकार के वाद-विवाद के लिए प्रकाशक का सहमत होना अनिवार्य नहीं हैं |

भूमिका

यूँ तो बचपन से ही और आज भी ज्यादा बोलने , खेलने, गाना गाने, डांस करने, सामाजिक, सांस्कृतिक कार्यो में भाग लेने और सबसे मिलने की आदत थी जो आज भी है , जिसके कारण कुछ ज्यादा ही जन सम्पर्क बढा हुआ है , वहीं से अनुभव हुआ कई बार लोग सामने वाले को बिना जाने - समझे कमजोर समझ लेते है । तब दुख होता था ये कैसे बुद्धिजीवी है जिन्हे इंसान की पहचान नहीं और ना ही उनमें इंसानियत। तब से अपनी बात , जो मेरा विवेक कहता उसे कहने की भरपूर आजादी चाहती थी ।

क्योंकि कई बार ऐसा होता लोग एक पक्ष पर ही निर्णय लेते या उतना ही सोचते जो उन्हे बता दिया जाता या सुनाया - दिखाया गया हो, वो पूर्व या वर्तमान परिस्थिति को बिना जाने - समझे अपनी राय देते चले जाते और दूसरे लोग उसी को सच मान , यही सही है कि मोहर लगा देते । यह सब देख कर, जानकर मुझे लगा , अपनी बात दूसरे पक्ष में भी जो सत्य है उस पर अपने विचारो से प्रकाश सबके सामने डालना चाहिए । और उन्हे मानव धर्म का पालन कराने के साथ मानव समाज हित में सोचने के लिए प्रेरित करना चाहिए ।

तभी सोचा , साहित्य क्षेत्र - लेखन के जरिए मुझे अपनी बात सब तक पहुंचाने का सबसे अच्छा साधन है , जो मेरे परिवार के साथ - साथ बहुत ही करीब चंद लोगों के प्रोत्साहन के साथ - साथ भारतीय दलित साहित्य अकादमी , अंतरा शब्द शक्ति , काव्य प्रेमी महफिल , लोकजंग समाचार पत्र के कारण संभव हो पा रहा है । मैं इन सबकी बहुत - बहुत आभारी हूँ ।

रमा प्रेम-शांति

अनुक्रमणिका

1.	मेरे मन की अभिलाषा	5
2.	नारी महिमा	6
3.	समझौता	7
4.	उम्मीद	8
5.	ममता	9
6.	जिंदगी	10
7.	तलाक	11
8.	पलाश	12
9.	सहारा	13
10.	बारिश तेरी बूंदे	14
11.	परिंदा	15
12.	पत्थर	16

मेरे मन की अभिलाषा

मैं मरना नहीं ,
अमर होना चाहूँगी ,

अपने भारत देश के लिए ,
सब कुछ करना चाहूँगी ,

कफन में बदन पे सतरंगी ,
और तिरंगा झंडा चाहूँगी ,

माथे पे भारत माता की जय ,
और सेवा लिखवाना चाहूँगी ,

प्रकृति शक्ति मैं आपका ,
मुझ पर आर्शीवाद चाहूँगी ,

जिससे लड़ सके **रमा**
ऐसा तुझसे वरदान चाहूँगी।।

नारी महिमा

नारी तेरी महिमा निराली ,
तू विश्व में जननी नाम से जानी ,
तेरी कोख से ही जन्म लिए ,
प्रकृति के सब नर मादा प्राणी ,

तेरा दूध अमृत से बढकर ,
पीकर जिए सब ही जीव धारी ,
माँ का रूप ली सबसे पहले ,
पाल रही सबको बन पालनहारी ,

स्नेह, प्रेम की तू हैं मूर्ति ,
देख तुझे सब कहते ममतामयी ,
सबके जीवन का मान हैं बढाती ,
सबको अपने आँचल में समेटती ,

समझौता

आज तक मैंने
किया ही क्या है सिर्फ समझौता
लेकिन..
अब न करूंगी मैं समझौता
मुझे भी जीने का पूरा हक है
अपनी ख्वाहिश पूरा करने का
मुझमें जुनून है
मैं भी अब पढी-लिखी हूँ,
न हूँ पहले जैसे अनपढ नारी
मैं हूँ आज की आधुनिक नारी
और मुझमें भी हैं समझदारी
जिंदगी क्या है जानती हूँ
अपना कर्त्तव्य अच्छे से
निभाना जानती हूँ
फिर क्यों करूं
हर बार मैं ही समझौता
करूंगी जरूर करूंगी मैं समझौता
लेकिन.....
मेरे मान पर आए तो न करूंगी
अब किसी भी हाल पर समझौता
आज की नारी हूँ
समझौता समझती हूँ
करूंगी तब जब सर्वहित हेतु हो
रमा समझौता

उम्मीद

बड़ा कठिन है आज किसी की
उम्मीद पर खरा उतर पाना
बड़ी मुसीबत है आज किसी भी
रिश्ते-नाते पर यकीन कर पाना

बेटी विदा होते समय आज भी
माता-पिता का फिर घबराना
क्या बेटी वंहा सुरक्षित होगी
ऐसा सोच उनका जी मचलाना

बहू की चिन्ता फिर आज भी
कैसी होगी सोच कर मचलना
क्या बेटी जैसे ही प्यारी होगी
ये सोच कर आशियाना सजवाना

रिश्तों पर शक होता आज भी
पाक रहेगा क्या मेरा जमाना
यही सोच कर सबका **रमा**
दिल घबराता है और मचलाता।।

ममता

माँ तेरी ममता की छाया ,
कहीं नहीं और हैं ,
देख दुनिया में चारों ओर ,
बस खौफ ही खौफ है ,
चारदीवारी के अंदर भी अब ,
डर ही डर लगता रहता है ,
नहीं कोई चीख सुनने वाला ,
दीवारों पर भी परदा रहता है ,
निकलती हूँ जब घर से मन में ,
भय ही भय भरा होता है ,
है तेरी ममता की छाया ,
बस यही सुख तो होता है ,
देश अपना,लोग अपने फिर भी,
दहशत ही दहशत भरी है ,
अपने ही देश में मारे जा रहे ,
बेगुनाह **रमा** कैसी ये नीति है।

जिंदगी

ए जिंदगी
तूने तो जन्म लेते ही
असहनीय दर्द दिए हैं ।

पहली बात
माँ की सुरक्षित कोख से
बेरहम दुनिया के सामने
फिर लाया हैं तूने

दूसरी बात
बेटी के रूप में जन्म लेने से
सबने मुँह बनाया हैं सामने
फिर माँ ने बचाया मुझे

तीसरी बात
जैसे - तैसे बड़ी हुई जब
आसपड़ोस, न जाना सामने
फिर माँ ने समझाया मुझे

चौथी बात
जब पढ़ाई की बातें आई
कहा, न करना भाई के सामने
फिर से पुचकारा गया मुझे

पाँचवी बात
जब घूमने-फिरने की बातें आई
बिना बताए ना जाना सामने
हर एक ने कहा मुझे

छटवी बात
जब शादी की बातें आई
दहेज की समस्या सबके सामने
फिर चुपचाप कराया मुझे

सातवी बात
जब ससुराल की बातें आई
साँतवा वचन निभाना सबके सामने
नारी की हकीकत दिखाया मुझ

ए जिंदगी तूने तो दर्द से
भर दिया है **रमा** को
फिर आह करे तो कैसे करे ।।

तलाक

रोज - रोज के ताने,
रोज - रोज की कलह,
रोज - रोज मेरी एक
शारीरिक विकलांगता
या फिर ईश्वरीय देन
सुंदरता को लेकर
रोज - रोज बातें सुनना
अब मुझसे सहन
नहीं हो रहा था
क्यों ????
मेरी कमियों के बीच
मेरी शत -प्रतिशत
खूबियाँ/हुनर को
पूरा नजरअंदाज
किया जा रहा था
खामियों में रहकर भी
मैं उससे भी ज्यादा
अच्छा करने की क्षमता
अपने आप में रखती थी
फिर क्यों ????

मुझे रोज-रोज ये ताने
सुबह से ही सुनने पड़ते थे
एहसान किये थे वो
मुझसे शादी करके
ऐसा हर दिन कहा करते थे
रोज-रोज के ताने
अब मुझसे नहीं सहन होते थे
हाँ !
मैंने आज ले लिया
'तलाक'
उन्हें आजाद कर दिया
जिंदगी जीना है अब
खुद के साथ-साथ उनके लिए ,
जिनको मेरी जरूरत है,..
कुछ नहीं तो कम से कम
बेसहारों का साथ देना है
ऐसा प्रण करके अब
मैं जी रही हूँ
अपने लिए न सही
रमा अपनों के लिए ।।

पलाश

फागुन माह का आगाज करता
टेसू अपनी पहचान से
देख हर मन खिल खिल जाता
आती चेहरे पर फिर मुस्कान है
प्रीत से मिलने की बढ़ाती बेसब्री से
एक नई आस है
नांरगी चुनरिया से रंगी धरती
कर रही अपना सोलह श्रृंगार है
पिया संग खेलने होली
हो रही वो अब तैयार है ।
प्रकृति सबको सुख देती है
बन के वो सुंदर सामान,
चाहे अमीर हो चाहे गरीब
करती सबका पालन-पोषण
जैसे .....
पलाश के पत्ते बन जाते
गरीबों की थाल है
गर्मी में पत्तल - दोने बन जाते
करवाते भोजन सबको **रमा** प्यार से,..।

सहारा

गरीब बिटिया की इज्जत ,
यूँ सड़को पर उतरती रही ,

ना कोई उसे बचाने आया ,
वो बेबस सभी को पुकारती रही ,

बुढापे का एक मात्र सहारा,
अपनी बेटी के लिए रोती रही ,

कोई नही आया उसे दिलाने ,
न्याय की गुहार वो लगाती रही ,

बेबस बच्ची ने दम तोड़ा **रमा**,
न्यायालय बस सबूत मांगती रही।।

बारिश तेरी बूंदे

बारिश तेरी बूंदे मुझे
पिया की याद दिलाती है
बिन पिया के आए तू
ये तेरी ही गुस्ताखी है

तेरा आना पिया के संग
सबके मन को भाती है
तेरे संग खुशियाँ फिर
सभी सखियाँ मनाती है

ऐ बारिश की बूंदे तू
मुझे इस तरह भिगा
जैसे देखे पिया मोहे
आके लिपट जाए सदा

ऐसे समाए मुझमें वो
जैसे तू धरा में समाए
ये मिलन की बारिश तू
हो जाए फिर गवाह सदा

बारिश तेरे आने से
पृथ्वी भी हो जाए खुश
हर जीव भी खुश होकर
रमा नयी दुनिया बसाए सदा ।।

परिंदा

मन मेरा "परिंदा" सखी री
ये चारों और पूरा घूम आए रे

बिन पंख लहरा कर ही री
ये खुशी से खूब झूमे जाए रे

जिसे ना देखे मेरी नजरें री
ये उसे भी देख आए रे

जिसे छूआ नहीं अभी तक री
ये उसका भी एहसास कराए रे

अपनों से मिलने खुद ही री
ये अकेला भी चला जाए रे

देश सरहदों की नहीं सोचे री
ये बिन पाबंदी जहाँ में जाए रे

लेकिन जब न मिले प्रीत **"रमा"**
ये जीते जी ही मरता जाए रे ।।

पत्थर

वज्र बन कर वो खड़ा रहा
रेत सी वो फिसलती रही ,

कृष्ण बन कर वो किसी और का
मीरा सी बस वो पूजती रही ,

दिन-रात वो पत्थर को पूज
अपनी चाहत की अर्जी लगाती रही ,

न मिली उसे अपनी मोहब्बत
क्योंकि वो चाहत किसी और की रही ,

बेपनाह मोहब्बत करके भी मोहब्बत
न मिली उसे जबकि वो दुआ करती रही ,

बन गई पाषाण अब वो, फिर भी उसकी
आँखो से नीर **रमा** बहती ही रही ।

व्यक्तित्व दर्पण

नाम	- सुश्री रमा देवी तेकाम
साहित्य उपनाम	- रमा प्रेम - शांति
जन्मतिथि	- 05 जुलाई
वर्तमान पता	- बालाघाट (म.प्र.)
शिक्षा	- एम.ए. (हिन्दी साहित्य, समाजशास्त्र) बी.टी.आई.
कार्यक्षेत्र	- शिक्षिका
सामाजक क्षेत्र	- असहाय की मदद, गरीब बच्चों की शिक्षा हेतु सहयोग।
विद्या	- कविता, गीत, गजल, लघुकथा, संस्मरण, आलेख।
मो.नं.	- 8458932800
सम्मान	- अंर्तराष्ट्रीय, राष्ट्रीय स्तर तक प्राप्त ।
अन्य उपब्धियाँ	- खेल राष्ट्रीय स्तर, शिक्षा, सांस्कृतिक।
लेखन का उद्देश्य	- समाज मे फैली हुई कुरीतियों को दूर करना ।

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

www.WomenAawaz.com

www.antrashabdshakti.com

978-93-88102-03-2

मूल्य- 40/-

१५, नेहरू चौक, मेन रोड वारासिवनी, जि. बालाघाट (म.प्र.) पिन ४८१३३१, संपर्क- ९४२४७६५२५९, अणुडाक: antrashabdshakti@gmail.com