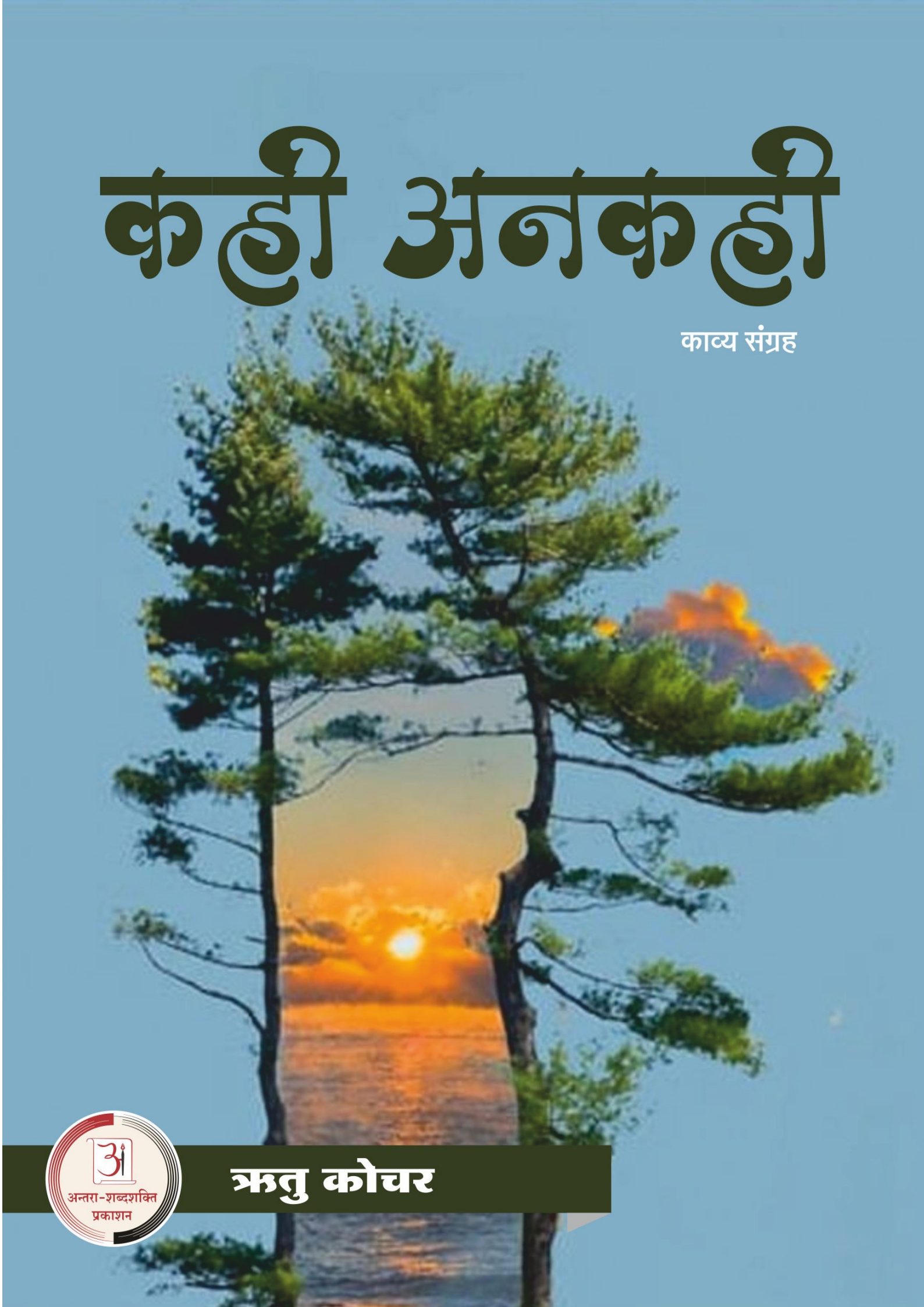
कही अनकही

काव्य संग्रह



ऋतु कोचर

अन्तरा-शब्दशक्ति प्रकाशन

कही-अनकही

काव्य संग्रह

ऋतु कोचर

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन

वारासिवनी, मध्यप्रदेश 481331

978-93-94528-72-7

संपादक- डॉ. प्रीति समकित सुराना
आवरण चित्र- संदीप कुमार सोनी, वारासिवनी
मुख्य कार्यालय- 15 नेहरु चौक, वारासिवनी, जिला बालाघाट (म.प्र.) 481331
मोबाईल-9009423393
ईमेल- antrashabdshakti@gmail.com
वेबसाईट- www.antrashabdshakti
प्रथम संस्करण- 2026, **ऋतु कोचर**
मूल्य- 480/- रूपये
मुद्रक– सोनी प्रिंटकॉम, वारासिवनी

THE BOOK WRITTEN BY RITU KOCHAR

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

भूमिका

जीवन कभी एक-सा नहीं रहता—भावनाएँ बदलती हैं, परिस्थितियाँ करवट लेती हैं और इंसान अनुभवों से नया रूप लेता हुआ आगे बढ़ता है। इन्हीं उतार–चढ़ावों, स्मृतियों, रिश्तों और संवेदनाओं ने मेरे भीतर शब्दों का एक संसार रचा, जिसे सँजोकर यह पुस्तक आकार ले सकी।

इस संग्रह की प्रत्येक रचना किसी कल्पना से नहीं, बल्कि वास्तविक जीवन की छोटी–छोटी अनुभूतियों से जन्मी है। कभी यादों की नरम गीली धरती पर कदम रखते हुए, कभी रिश्तों की ऊष्मा में भीगते हुए और कभी भीतर उठी किसी मौन टीस को शब्द देते हुए—ये सृजन अपने आप उतरते चले गए। और इस सृजन का श्रेय जाता है अन्तरा शब्दशक्ति परिवार एवं परिवार की सूत्रधार प्रिय प्रीति को जिसकी प्रेरणा से सतत लेखन के विषयों पर लिखते-लिखते "कही-अनकही" बातों को लिखकर संजोने का अवसर मिला।

मेरी कोशिश यही रही है कि जो अनुभूति मेरे भीतर जगी, वह पाठक के अंतर्मन तक उसी सच्चाई और सरलता के साथ पहुँचे। यदि इन पंक्तियों में किसी को अपना अक्स दिखाई दे, किसी को सांत्वना मिले, किसी के होठों पर मुस्कान आए या किसी थके मन को नया सहारा मिल जाए—तो यही इस रचनाश्रम की सबसे बड़ी उपलब्धि होगी।

इस पुस्तक का श्रेय केवल शब्दों का नहीं, उन संबंधों का भी है जिनसे जीवन को अर्थ मिलता है—माता–पिता की शिक्षा, परिवार का स्नेह, मित्रों की उपस्थिति और हर उस व्यक्ति का योगदान, जिसने स्मृतियों में एक अमिट छाप छोड़ी।

आप सभी पाठकों के प्रति हृदय से आभार।आपका स्नेह और विश्वास ही किसी रचनाकार की सबसे बड़ी प्रेरणा होता है।

सादर

– रचनाकार

ऋतु कोचर, कटंगी (म.प्र.)

अनुक्रमणिका

क्र.	विषय	पृष्ठ क्र.
1.	मन में थोड़ी लगन हो	7-8
2.	बेटी हूँ मैं, उड़ान चाहती हूँ	9-10
3.	किटी पार्टी	11-12
4.	कोरोना	13
5.	प्रतिमा	14
6.	मन बड़ा चंचल	15
7.	विरह	16-17
8.	बापू	18
9.	स्वर्ण बनना है	19-20
10.	खुशकिस्मत	21-22
11.	जरा संभलकर	23-24
12.	काश प्रेम का भी संक्रमण होता	25-26
13.	सैर-सपाटा	27
14.	परिवार	28-29
15.	हाँ माँ, अब मैं बदल गई हूँ	30-32
16.	अपने लिए जीना तो बनता है	33-34
17.	कोहरा	35-36
18.	आधा दिन और आधी रात	37
19.	शब्दों की गरिमा	38-39
20.	सर्दी	40-41
21.	दिल की बात जुबाँ पर	42-43

22.	टीकाकरण	44
23.	एकता	45
24.	शादी की सालगिरह	46-47
25.	कल किसने देखा है	48-49
26.	पतंग-सी	50
27.	गृहिणी (होममेकर)	51-52
28.	वचन पिता का	53-54
29.	काग़ज़ की नाव	55
30.	उपकार	56-57
31.	कभी सोचा न था	58-59
32.	आभार	60-61
33.	तर-बतर	62-63
34.	पापा का हुनर	64-65
35.	प्रिय भाई-भाभी	66-67
36.	किताबें	68
37.	बेटी चली ससुराल	69-70
38.	एक दर्द-सा दिल में होता है	71-72
39.	माँ-बाप का मान	73-74
40.	जन्मदिन पर विशेष	75-76
41.	बादल और बारिश	77-78
42.	मेरा परिवार	79-80

मन में थोड़ी लगन हो

हर काम हो जाया करते हैं आसान,
बस मन में थोड़ी
लगन होनी चाहिए।

हाँ, आता है समय मुश्किल तो क्या,
हर तूफ़ान को पार करने की
अग्नि होना चाहिए।

दिक्कतें हज़ार हों,
हल हो जाती हैं—
सही दिशा की ओर
चिंतन-मनन होना चाहिए।

कौन कहता है कि कोई सुनता नहीं,
मेरी-तेरी बातों में भी
तो वज़न होना चाहिए।

अंदर सभी के जीत के सैलाब दबे हैं,
स्वर्ण होने के लिए
अग्नि की तपन होना चाहिए।

सबको अवसर मिले, ये उनका हक है,
नहीं किसी के अधिकारों का
हनन होना चाहिए।

बैठे-बैठे यूँ ही नहीं मिलता लक्ष्य किसी को,
आलस को उल्लास में
दफ़न होना चाहिए।

चलते चलो, मंज़िल मिलेगी कभी न कभी,
जिसने पाई मेहनत से मंज़िल,
दुनिया में उन सबको नमन होना चाहिए।

बेटी हूँ मैं, उड़ान चाहती हूँ

ज़्यादा नहीं—
मैं सम्मान चाहती हूँ।
बेटी हूँ मैं तुम्हारी,
उड़ान चाहती हूँ।

सारा जग भरा है पुरुषत्व से,
अपने लिए वहीं पहचान चाहती हूँ।
तू भी है, मैं भी मिट्टी, आत्मा समान,
व्यवहार हो बराबर—
वरदान चाहती हूँ।

दोनों को जनने वाली
माता भी एक ही है,
प्यार माँगा तो क्या गलत—
मैं नादान नहीं, सम्मान चाहती हूँ।

हर मुश्किल घड़ी में
डटकर खड़ी रहूँगी,
सर पर हाथ उनका—
मेरे भगवान चाहती हूँ।

अधिकार का जो मेरा है,
मुझको मिले,
बस अपने हिस्से का
पूरा आसमान चाहती हूँ।

बेटी हूँ तुम्हारी,
उड़ान चाहती हूँ...।

किटी पार्टी

किटी वाले दिन खुशी बेशुमार होती है,
किटी की सहेलियाँ ही तो
दूसरा प्यार होती हैं।

करीने से हर चीज़ को सजाया जाता है,
हमें सबसे अच्छे मूड में
इसी दिन पाया जाता है।

पर आज परिस्थिति ने बेबस कर दिया
और सबके अंतस को
दुखों से भर दिया।

सहेलियों से बातें किए
जैसे ज़माने हो गए,
सुख-दुख के सारे किस्से भी
पुराने हो गए।

कोई बहाना मिले
और सबसे मुलाक़ात हो जाए,
मिलकर सबसे अपने दिल की
कुछ बात हो जाए।

आप सबकी मेरे दिल में
जगह कुछ खास है,
इसलिए तो मिलेंगे ज़रूर—
ये दिल में आस है।

अच्छा लगा यूँ
सबका अंदाज़-ए-बयाँ करना,
वरना तो दिन भी
कानों में आवाज़ आती है।

कोरोना

रिश्ते आसानी से मिल जाएँ जब,
रिश्तों की कद्र कहाँ होती है,
मशक्कत से मिले रिश्ता,
तभी तो कीमत होती है।

पूछिए उनसे जिनसे अपने
कभी बिछड़ गए होंगे,
कहाँ न मांगी होगी मन्नत,
कहाँ न सजदे किए होंगे।

किस्मत से मिला हर रिश्ता है,
तो ज़रा मान कीजिए,
रुठिए-मनाइए,
पर न मन में बैर ठान लीजिए।

क्रोध को भीतर न पालें,
आपस में बात साफ करें,
किसी और की न सुनें—
सुलझाएँ और माफ करें।

विपदा में ये रिश्ते ही
सदा साथ निभाते हैं,
बाहर वाले लाख अपने लगें,
सच्चे रिश्ते ही काम आते हैं।

प्रतिमा

प्रतिमा दुर्गा की यदि पूजो,
पर प्रति माँ को भी तो पूजो।
ये नौ दिवस ही क्यों पूजो,
हर दिन और हर रात को पूजो।

पर काफ़ी नहीं सिर्फ पूजा,
आदर के प्यार की प्यासी है,
हर माँ में स्नेह झलकता है,
समझो मत उसको दासी है।

बिन शर्तों के हर दिन खटती है,
अपने बाग़बान की माली है,
आँच नहीं आने देती हम पर,
बन जाती वो शेरा-वाली है।

नौ रूप हैं जैसे देवी के,
मुझे माँ के भी रूप अनेक लगे,
अवसर जैसा स्वरूप वो बदले,
बदले—फिर भी वो नेक लगे।

ज़रूरत न होती गर तुमने
अपनी माँ को यदि पूजा है,
ईश्वर का साक्षात् रूप है वो—
जो एक माँ के सम नहीं दूजा है।

मन बड़ा चंचल

मन बड़ा चंचल,
इच्छाओं से भरा—
कभी कहाँ रहता है खाली।
एक पूरी करते ही
सौ और खड़ी हो ही जाती हैं।

मन के हाथों मजबूर हम सभी
बड़ी आसानी से
उसकी लुभावनी बातों में
आ जाते हैं,
और कई बार तो
इस लालच का परिणाम
हमें रिश्तों की रिक्तता से
चुकाना पड़ता है।

बड़ा लुभावना प्रस्ताव होता है
इस मन का,
पर हर वक्त इसकी बातों में न आकर
कभी-कभी
बुद्धि का प्रयोग करना
श्रेयस्कर है।

मन और बुद्धि का सामंजस्य ही
सही निर्णय करने की
शक्ति देता है।

विरह

मज़ाक-मज़ाक में यूँ ही
बीती जा रही थी ज़िंदगी।
कोई लक्ष्य हो या न हो,
किनारे पर आ रही थी ज़िंदगी।

पर जो ये वक्त आया है,
किन कर्मों का फल हमने पाया है—
कठिन है,
पर बहुत कुछ समझा रही है ज़िंदगी।

अपने तो थे,
पर कीमत न थी,
पास थे,
पर समय न था।
आज तो अपनों के वियोग से
घबरा रही है ज़िंदगी।

रिश्तों को विरह न मिले,
किसी को ये रोग न मिले।
बिछोह न तोड़ दे अपनों को,
हर कदम पर भरमा रही है ज़िंदगी।

अब समय मिला करने को
संबंधों का मूल्यांकन,
तो अपनों से ही अपनों को
दूर ले जा रही है ज़िंदगी।

थम जाए ये खेल ज़िंदगी का,
क्षमता नहीं है अपनों को खोने की।
सभी स्वस्थ रहें, सुरक्षित रहें—
हमारे धैर्य को आज़मा रही है ज़िंदगी।

बापू

बापू, क्या खूब तुम्हारा जज़्बा था,
बापू की शान निराली थी।
अहिंसा, सत्य, शांतिमय—
देश के नाम ज़िंदगी लिख डाली थी।

खुद सदा ही सादा जीवन जीते
और प्रेरणा करते थे,
इनकी सादगी और अहिंसा से
बुज़दिल अंग्रेज भी डरते थे।

ग़ज़ब का व्यक्तित्व तुम्हारा,
देशभक्ति का किया आह्वान।
डरते नहीं किसी से भी तुम,
और चलते थे सीना तान।

नहीं शस्त्र उठाते थे तुम,
शास्त्रों के तुम अनुयायी थे।
शांति से ही जीतते सबको,
उसी से आज़ादी दिलवाई थी।

बापू-सा और नहीं यहाँ पर
आज किसी की सूरत है।
द्वेष से जलती दुनिया को
राष्ट्रपिता की ज़रूरत है।

स्वर्ण बनना है

परिस्थितियों से डरना नहीं,
हम सबको संभलना है।
रास्ते कठिन हों कितने भी,
आगे ही बढ़ना है।

चाहे परेशानी जितनी भी हो,
थकना नहीं—चलना है।
पथरीले रास्ते भले हों,
गिरना नहीं—संभलना है।

चाहे ज़िंदगी आज़माए तुम्हें,
मजबूरी से नहीं डरना है।
खड़े रहना डटकर,
उसे मजबूती में बदलना है।

जीतो न भले,
पर चुनौती से लड़ना है।
माना विपदा आती है,
उनसे आँखें चार करना है।

तराशना है स्वयं को,
संवरना है, निखरना है।
हर मुश्किल होगी पार,
खुद को ही परखना है।

आसमान के तारों जैसे
हम सबको अब चमकना है।
सारे जग में फैले,
ऐसी खुशबू बनकर महकना है।

है सब में वो आग,
जिसमें तपकर
स्वर्ण बनना है।

खुशकिस्मत

एक बात थी, घर कर गई,
वो सोच आँखें भर गई।
कभी देखा जिसको ख़्वाब था,
वो साया बनकर ख़बर गई।

कि कुछ ऐसा कर जाऊँ ज़रा,
हो खूबियों से मैं भरा।
मेरे हाथ से न कोई पाप हो,
हर दिल दे दुआएँ ज़रा।

जब भी दूँ, दिल खोल के,
जिसको हो ज़रूरत, बोल के।
न याद हो ऐसा दान कर,
दिल हो बड़ा, पर न मान कर।

जो भी मिला, वो मेरा न था,
जो भी दिया, वो मेरा न था।
सब किस्मतों का वो खेल है,
तेरे से मेरा जो मेल है।

कभी लिया जो कर्ज़, वो चुका रहा,

फिर खुद को दानी बता रहा।
न शर्म हो ये सोचकर,
किसी की इज़्ज़त मिटा रहा।

हो हाथ एक, न दूजे को पता,
कभी करके तू फिर न जता।
होता फिर मोल कम, समझ,
पुण्य करके तू न कर ख़ता।

तुझमें थीं ऐसी खूबियाँ,
ये जान—रब का तू अक्स है।
तुझको चुना ख़िदमत के लिए,
खुशक़िस्मत है तू वो शख़्स है।

जरा संभलकर

मेरी बिटिया,
अब बड़ी हो गई है,
सामने चुनौतियाँ खड़ी हो गई हैं।

बाहर की दुनिया में अनेक अवसर हैं,
पर चलना तुम्हें जरा संभलकर है।
घर पर अब तुम्हें हम बाँध नहीं सकते,
प्रतियोगी दुनिया से आँखें चार करना होगा।

सब प्रलोभन तुम्हें अपनी ओर खींचेंगे,
जरा संभलकर ही तुम्हें
अपने कदम धरना होगा।

रास्ते बहुत होंगे
तरक्की करने के सामने,
सही-गलत तार्किक बुद्धि से
जान लेना।

हम हमेशा दुनिया-साथ हैं तुम्हारे,
याद रखना,
पर जरा संभलकर
लक्ष्य की ओर ध्यान देना।

अनेक मित्र भी होंगे
जो तुम्हें बहकाएँगे,
बाहरी दुनिया की चकाचौंध से
भटकाएँगे।

भविष्य तो दुनिया नहीं,
खुद तुम्हारा ही निर्णय तय करेगा।
सन्मति और सुलझे कदम ही
सही मंज़िल तक पहुँचाएँगे।

काश प्रेम का भी संक्रमण होता

काश प्रेम का भी संक्रमण होता,
काश कोरोना की तरह
प्रेम–सौहार्द का भी संक्रमण होता।

एक से दूसरे को,
दूसरे से तीसरे को
छूने मात्र से फैलता।

तब तो इसके फैलने से डर नहीं,
खुशी का नज़ारा होता।
किसने फैलाया, कहाँ से आया—
चिंता का विषय नहीं होता।

दुर्भावना की संभावना होती भी
छूकर प्रेम में बदलती।
घर, परिवार, समाज, देश—
सभी जगह सुकून पसरा रहता।

किसी नियम-कानून की
आवश्यकता ही नहीं होती,
सोचकर ही
अथाह आनंद की अनुभूति हो रही है।

प्रेम का संक्रमण
देश को एक सूत्र में बाँधे रखता।
हिंदू, मुस्लिम, सिख, ईसाई
आपस में भाईचारे से रहते।

कोई नाराज़ होता
तो उसे छूकर मना लिया जाता।
वाह! क्या दृश्य होता—
कोई दुश्मन
आँख उठाकर नहीं देख पाता।

सैर-सपाटा

मम्मी, पापा, भैया, भाभी—
जाती हूँ, करती हूँ टाटा।

बड़े दिनों के बाद मैं निकली
करने को मस्ती सैर-सपाटा।
बड़ी हो गई हूँ अब मैं भी,
नहीं मारेगी मेरी मम्मी चाटा।

सखी-सहेली साथ में होंगी,
सबके संग करूँ सैर-सपाटा।
धूल लगी गाड़ी में मेरी
चक्की सनी हो जैसे आटा।

चमकाकर मैं गाड़ी से भागूँ,
निकलूँ करने सैर-सपाटा।
चुन्नू की फिर गुपचुप खाऊँ,
आइसक्रीम मैं खाऊँ कसाटा।

देखूँगी पानी के झरने,
मन भरकर करूँ सैर-सपाटा।
आज खुले जो पंख हैं मेरे,
लगने न पाए कोई भी काँटा।

भूल जाऊँगी दुनियादारी,
आनंद भरा हो सैर-सपाटा।
मम्मी-पापा, सबको टाटा,
चली मैं करने सैर-सपाटा।

परिवार

हर खुशी, हर आनंद पर
जो निसार होता है,
रिश्तों में गहराई होती—
ऐसा परिवार होता है।

चाहे कितने ही संबंध बन जाएँ
हमारे यहाँ इस धारा पर,
तकलीफ़ में परिवार ही
हर बार संबल होता है।

सुख में मिलते एक-दूजे से,
हँसते-खेलते सभी,
आँखों में अपनापन,
मन में प्यार अपार होता है।

दुख की हो कोई घड़ी,
सब बनते हैं मददगार,
हिम्मत बँधाते हैं,
धीरज हर कोई देता है।

रिश्तों में हो यदि आत्मीयता,
सब्र, गंभीरता—
किसी भी मुश्किल से
शीघ्र बेड़ा पार होता है।

बाहर के रिश्ते लुभावने,
सच्चे लगते ज़रूर हैं,
क्योंकि उनसे कहाँ
स्वार्थ का व्यापार होता है।

ढाल बनकर डटा रहता है,
भले रूठा हो कभी मन,
एक तार में पिरोया हुआ
गले का हार होता है।

पापा, मम्मी, भाई, बहन—
ऐसे कई रिश्ते मिलते हैं,
रिश्तों का तो
एक अलग ही खुमार होता है।

जन्म के रिश्ते कीमती होते हैं,
सहेज के रख इनको,
क्रोध और मान में
पछतावा हर बार होता है।

समझ में आती है कीमत
कठिन समय में,
क्योंकि अपना परिवार
तो अपना परिवार होता है।

हाँ माँ, अब मैं बदल गई हूँ

हाँ माँ, अब मैं बदल गई हूँ—
पीहर के आँगन से
ससुराल की देहरी तक।

चुलबुले क़दमों से
सधे हुए पैरों तक,
माँ की गोद से
सास की सीख तक।

चंचल, निश्छल से
ज़िम्मेदार बहू तक,
देर से उठने से
अलार्म लगाकर उठने तक।

बिंदास घूमने से
परवाह कर घर लौटने तक,
पाश्चात्य कपड़ों से
साड़ी, सूट, पल्लू तक।

हर काम ना-नुकुर करने से,
हर काम सलीके से
निपटाने तक।

“माँ-पापा को छोड़कर

कभी न जा पाऊँगी” से—
“अब ससुराल ही
मेरा घर है”
यह मानने तक।

आपके मान का
ख़याल रखने वाली से
पति का सम्मान
बनाए रखने वाली तक।

मायके की चिंता से
ससुराल की चुनौती तक।

सब याद है पापा मुझे,
याद है आपकी सीख—
सबका ख़याल रखना,
उस घर को अपना घर समझना,
सबका मान-सम्मान बनाए रखना।

माँ, आपका भी यह कहना याद है—
“अब ये नखरे नहीं चलेंगे,
ज़िम्मेदार होना होगा,
कोई शिकायत न आए,
ध्यान रखना।”

हाँ माँ, मैं अब बदल गई हूँ।
मेरी सारी नादानी

सिर्फ आपके घर तक थी,
यहाँ तो आप
मेरा अलग ही रूप देखोगे।

आप चिंता मत करना,
ये बेटी नाज़ुक भले हो,
पर मन से मज़बूत है।

दोनों परिवारों की
दारोमदार है मुझ पर—
ये जानती हूँ मैं,
और इसे खुशी-खुशी
निभाना सीख गई हूँ।

आपके दिए संस्कार
सदा मेरे साथ हैं,
वही मेरा
अनमोल दहेज है—
जिसे मैं हर परिस्थिति में
सहेजकर रखूँगी।

अपने लिए जीना तो बनता है

अपने लिए जीना तो बनता है—
जीवन की आपाधापी से दूर,
कोलाहल नहीं,
शांति हो चहुँ ओर।

एक लम्हा कभी मैं ऐसा चुनूँ,
जहाँ स्वयं के अंतर्मन की आवाज़ सुनूँ।
साँसों का महसूस हो आना-जाना,
खुद में खोकर, खुद को पाना।

प्रकृति की सुंदरता हो मेरे समीप—
कहीं हो हरियाली,
कहीं मोती-सी सीप।

न कोई चिंता, न हो फ़िक्र,
असीम शांति हो जहाँ घुमाऊँ नज़र।
सपनों का फिर महल बनाऊँ,
अपनी सब खुशियाँ मैं उसमें सजाऊँ।

कोई ज़िम्मेदारी फटके न आस-पास,
वो लम्हें बस मेरे हों,
बनाऊँ जिन्हें खास।

किसी ग़म का न हो गलती से आगमन,
चल कहीं ऐसी जगह, ओ मेरे मन।
आस अधूरी दिल में न रह जाए कुछ पल,
अपने लिए तो हर कोई पाए ये संबल।

ताने मारे तो मारे—
ये तो दर्शक जनता है,
पर ज़िंदगी अपनी है,
तो... अपने लिए जीना तो बनता है।

कोहरा

गहरे कोहरे के बाद
जैसे खिली धूप सुख देती है,
ग़म की धुंध के बाद
थोड़ी-सी खुशी उजाले बिखेर देती है।

कभी-कभी कोहरे में
सौंदर्य नज़र नहीं आता,
गलतफ़हमी के कोहरे में
गलत व्यक्ति भी भा जाता।

प्रकृति का कोहरा भले हो,
आपसी संबंधों में धुंध न हो।
कोहरा छटने पर
सब साफ़ नज़र आता है,
पर रिश्तों में तो इंसान
इससे सदा धोखा ही खाता है।

इसलिए, इंसान,
तू मत कर बराबरी इस प्रकृति की,
तू ही तो वजह है
अपनी हर उन्नति और अवनति की।

भूलकर भी अपने को
गलतफ़हमी का शिकार मत कर,
प्रकृति तो ज़ख़्म खुद ही भरे—
तू उसकी बराबरी का हठ मत कर।

तुझे जना मानव ने,
हर मानव के साथ सरल रह।
हर धार के साथ ईमानदार,
ऐसी नदी की तरह तरल बह।

आधा दिन और आधी रात

आधा दिन और आधी रात—
प्रकृति की भी ग़ज़ब है सौगात।
आधा दिन और आधी रात,
अनूठा है तालमेल, अनूठी हर बात,
आश्चर्य से भरी पूरी कायनात।

यदि न हो ये दिन के बाद रात,
बिखर जाएँगे सारे हालात।
इंसान की तृष्णा का भी न हो अंत,
मज़े में भूल जाए भजन और भगवंत।

कम से कम दिन के बाद
जब रात आती है,
परिवार व दोस्तों का
मिलाप कराती है।

आधा दिन, आधी रात का साथी है,
जिस तरह हमसफ़र, दिए संग बाती है।
रात के बाद दिन होना सिखाता है
कि गहरे दुख के बाद
सुख ज़रूर आता है।

प्रकृति ने भी
हर नेमत को बड़े सलीके से सजाया है,
तभी आधा दिन
और आधी रात से मिलाया है।

शब्दों की गरिमा

ख़ामोशी सौ बात कहे,
बड़बोली जीजी हारी है।
जितना बोलो, सिद्ध करो—
फिर भी मौन ही भारी है।

बोलो तो जब विचार करो,
ये शब्द कहीं तीखे तो नहीं।
शब्दों की गरिमा क्या होती है,
सुनते सब—पर सीखें क्यों नहीं?

वचन भी एक व्यवहार ही है,
जिसकी भी एक सीमा होती।
जो अतिशयोक्ति करे वाणी,
अपनी हल्की होकर गरिमा खोती।

कहते हैं लोग—भली होती चुप,
ज़्यादा निरर्थक बोलने से।
वाणी की शोभा बढ़ जाती है,
बोलने से पहले तोलने से

प्यारी बोली में वो जादू है,
समझे चाहे हो बच्चा।
कड़वा बोल दुखी करने से,
मौन रहना ही है अच्छा।

ज़्यादा तो अपने बस में नहीं,
पर मीठा तो बोल ही सकते हैं।
मौके की नज़ाकत को समझें,
दिल में खास जगह फिर रखते हैं।

सर्दी

धूप कुछ मद्धिम-सी हो गई है,
मौसम भी थोड़ा सर्द हो रहा है।
ठंड ने दस्तक दे दी...
सावधान! फिर से जाड़ा आ गया है।

मेरी पसंदीदा ऋतु आ ही गई—
सर्दी का मौसम।
और चाय की चुस्की...
वाह! सोचते ही मुँह में पानी आ जाता है।

उस पर यदि रजाई के अंदर ही
कोई पकोड़े भी परोस दे,
तो कहना ही क्या!
पर हमारी किस्मत इतनी कहाँ मेहरबान।

खुद को यदि ठंड का मज़ा लेना हो,
तो खुद ही बनाओ चाय और पकोड़े।
रजाई भी खुद निकालो,
और बैठकर फिर इस मौसम का
मज़ा ले सकते हो।

खैर, कोई नहीं—
इस मौसम की खास बात ये है
कि रजाई से निकलने का मन नहीं होता।

और अगर मजबूरी में निकल गए,
तो काम करते हुए पसीनातर नहीं होना पड़ता,
मतलब काम में ज़ोर नहीं आता।

हाँ, अगर आती चीज़ हाथ में मिले,
तो फिर कहना ही क्या!
पर क्या है न—
पतिदेव तो राजयोग लिखवाकर आए हैं,
बच्चे भी कुछ-कुछ
उस राजयोग का उपभोग कर रहे हैं।

फिर बची मैं—
जिसकी किस्मत शायद
किसी मज़दूर ने लिखी है,
जिसे कहीं भी आराम नहीं है।

पर क्या करें,
अब ऐसा तो नहीं है
कि मज़दूर को मज़े लेने का हक नहीं है।
इसलिए खुद को खुश रखने के लिए—
चलो चाय बनाते हैं,
पकोड़ों के संग
सर्दी का लुत्फ उठाते हैं।

दिल की बात ज़ुबाँ पर

दिल की बात ज़ुबाँ पर—
अजीब दस्तूर है दुनिया का...
किसी की कोई बात अगर नहीं जमती,
तो बुराई की आवाज़ नहीं थमती।

दूसरी ओर,
जहाँ प्यार का इज़हार करना हो,
किसी के लिए जीना
या फिर मरना हो—
कमबख्त दिल की बात
ज़ुबाँ पर आती ही नहीं।

कैसे बोलूँ, कौन बोले—
ये बेचैनी जाती ही नहीं।

पाप का हल्ला तो
स्पीकर लेकर मचाते हैं,
“ऐसा कैसे, इतना बड़ा अनर्थ किया”—
बार-बार जताते हैं।

पर किसी के किए
कई सत्कर्म बोले नहीं जाते,
तारीफ़ किसी की करते हुए
शब्द तोले नहीं जाते।

दूसरों को उलाहना देना
बड़ा आसान है, इंसान,
पर मत भूल—
तू खुद भी मानव है,
नहीं है भगवान।

भूल को भूलने का साहस रख,
और बड़ा रख जिगर।
सत्कर्म को बता, फैलाकर—
भूल दुनिया की फ़िक्र।

जिसने जो भी किया तेरे लिए,
उसका कर धन्यवाद।
एहसान किया किसी ने कभी—
सदा रख उसे याद।

माँ, पापा, भाई, बहन,
पति, पत्नी—
सभी का आभार कर।
दिल की बात जुबाँ पर ला,
अपने अपनों से प्यार कर।

टीकाकरण

आज से हो रही नई शुरुआत,
सब समझें—यह ऐसी है बात।

टीकाकरण होगा कोरोना का—
समय सार्थक, श्रेया, मोना का।
आस-पास सबको है बताना,
लगवाना इसे, चूक न जाना।

बीमारी बड़ी है, ये भयानक,
चले जाते अपने लोग अचानक।
अपनों से जुड़ी होती भावना,
सब स्वस्थ रहें—यही है कामना।

मुश्किल बड़ी, जिसका एक हल है,
रोगों से लड़ने का मिलता बल है।
हम सबको जागरूक है बनना,
महामारी की भयानकता समझना।

टीकाकरण का है तरीका खास,
दर्द का न होता ज़रा एहसास।
ज़िम्मेदार नागरिक हैं हम-तुम,
मज़े-मस्ती में न रह जाना तुम गुम।

एकता

बंद मुट्ठी की कीमत लाख,
खुल जाए तो क्या करेगी ख़ाक।
मिलकर जब कोई दिखाए एकता,
दम न किसी में जो रोके रास्ता।

बिखर गए जो, वो जाते टूट,
हिलमिल रहे—उसमें शक्ति अटूट।
समूह से हर कोई है घबराता,
अकेले जीव को हर कोई डराता।

डरते देख भाइयों की एकता,
गलती से नहीं कोई घूर के देखता।
अनेक हैं एकता के फ़ायदे,
मज़बूती से निभते कायदे।

अलग-अलग जब होती लकड़ी,
झट से इसको आग है पकड़ी।
गट्ठा जब होता आग हवाले,
मुश्किल से तब वो जल पाले।

याद रखो ये सीख सयानी—
एक रहो, न करो मनमानी।
एकता में होता सच्चा बल है,
हर कठिनाई का मिलता हल है।

शादी की सालगिरह

ज़िंदगी का ये सफ़र,
उस पर साथ तेरा हमसफ़र।
खट्टी-मीठे से ये पल,
इतने साल कैसे गए गुज़र।

कभी प्यार, कभी तकरार,
कभी मैं दोषी, कभी तू ज़िम्मेदार।
चाहे जो हो परिस्थिति,
प्यार हमारा था बरकरार।

कुछ उलझन, कुछ सुलझन,
हर पल बनाया खुशगवार।
समझा मैंने कुछ तुमको,
कुछ तुमने मुझको झेला है—
बस ऐसे ही तालमेल और
ज़िम्मेदारी का ये मेला है।

चेहरा देख हाल-ए-दिल समझूँ,
कितना अब आसान हुआ।
मन अब आदी हुआ तेरा,
तू जिस्म भी, तू जान हुआ।

हँसी-खुशी बीते जो लम्हें,
उन लम्हों की तुमको है क़सम—
साथ और प्यार यूँ ही रखना,
सालगिरह की बधाई, सनम।

कल किसने देखा है

कल किसने देखा है—
सबके अपने-अपने कर्म हैं,
जाएगा साथ जो,
वो धर्म है।

सबके भाग्य की अपनी रेखा है,
आज ही जोड़ लो पुण्य का ख़ज़ाना,
क्योंकि कल किसने देखा है।

अपना अपने को ही मिलता है,
जो बोए काँटे,
तो गुलाब नहीं खिलता है।

कर्म की किताब में
सबका लिखा लेखा है,
आज जोड़ लो पुण्य का ख़ज़ाना,
क्योंकि कल किसने देखा है।

कितना भी जोड़ेंगे,
साथ नहीं जाएगा,
जितना दिया होगा,
उतना ही तो पाएगा।

दुष्कर्मों ने तो सदा
दुर्गति में फेंका है,
आज जोड़ लो पुण्य का ख़ज़ाना,
क्योंकि कल किसने देखा है।

पाप करके की तूने कमाई,
मज़े करेंगे बहू, बेटे, भाई—
अग्नि तेरी किसी और ने
हाथ सेका है।

आज जोड़ लो पुण्य का ख़ज़ाना,
क्योंकि कल किसने देखा है।

पतंग-सी

आज पतंग-सी उड़ जाना है,
जानती हूँ—फिर वापस आना है।
पर एक बार आसमान छूना है,
खुशियों को करना दूना है।

जुड़ी ज़मीन से, मैं न भूलूँगी,
क्या हुआ अगर गगन छू लूँगी।
डोर नहीं मेरी कोई कसना,
मुझे भी ऊँचाइयों में बसना।

नए आयाम पाने का हक़ है,
टाँग खींचने वालों पर शक़ है।
करती हूँ खुद से ये वादा—
बोलूँगी कम, करूँगी ज़्यादा।

मुझे भी यदि मिल जाए मौक़ा,
औरों की तरह लगा दूँ चौका।
दिखा दूँगी दुनिया को सारी—
मैं हूँ बेटी, अब मेरी है बारी।

गृहिणी (होममेकर)

बिना रसायनशास्त्र पढ़े भी
सारी रसोई में प्रयोगशालानुमा
अनेक प्रयोग कर डालने वाली गृहिणी
खुद को हाउसवाइफ़ ही क्यों कहती है?

आयुर्वेद भले न जाने,
पर बीमार पड़ने पर
इसी रसोई की मसालादानी से
अनेक उपचार करने वाली महिला
क्यों अपना परिचय
बड़े संकोच से बताती है?

अर्थशास्त्र का ज्ञान भले न लिया हो,
पर पूरे घर का बजट
सलीके से सँभालने वाली,
काम में भी बचत करने वाली गृहिणी
अपना परिचय हाउसवाइफ़ ही क्यों बताती है?

कला का 'क' भले न सीखा हो,
पर त्योहारों पर द्वार की रंगोली,
हाथों की मेंहदी उकेरने में अव्वल—
फिर भी संकोच में
खुद को गृहिणी ही क्यों बताती है?

हर मुश्किल का हल
जिस पत्नी, माँ, बहू, भाभी के पास मिल जाता है,
ऐसी उत्तरावली
खुद को सदा कम ही क्यों आँकती है?

योग-ध्यान से भले ज़ीरो नाता हो,
पर सबके मंगल की कामना में
घंटों प्रार्थना करने वाली गृहिणी
क्या किसी से कम है...?

पहली बात—
वह हाउसवाइफ़ (घर की पत्नी) नहीं,
बल्कि होममेकर है।
पर जब तक वह खुद
अपने ऊपर गर्व नहीं करेगी,
तब तक गैर तो हल्का समझेंगे ही।

खुद पर गर्व करो—
तुम होममेकर हो।
तुमसे ही परिवार है,
घर-बार है
और प्यार है।

वचन पिता का

वचन पिता का चले निभाने,
प्राण से ज़्यादा वचन को माने।
दशरथ नयन रहे निहारते,
रघुवर थे वो, कहाँ हारते।

कौशल्या का हृदय रुआँसा,
समझाऊँ इसे कौन-सी भाषा?
पर रघुवर निश्चय कर लीना—
चौदह बरस वन में है जीना।

शब्द पिता के व्यर्थ न जावें,
राम सभी को यही समझावें।
चले सभी राजसुख ठुकरावें,
त्यागे जो, वो निश्चय सुख पावें।

साथ लक्ष्मण, सीता माता,
कुछ न बोले जगत के ज्ञाता।
परीक्षा की अब घड़ी थी आई,
डटकर किया सामना रघुराई।

माता का किया अपहरण रावण,
क्रोधित हुआ भाइयों का मन।
हनुमान तब लंका जलाए,
माता को थे मुद्रिका दिखाए।

फिर आई श्रीराम की सेना,
लिया था उससे दुगना देना।
छल भी लंकापति काम न आया,
जीत का रघुवर बिगुल बजाया।

वनवास का भी हुआ अंत था,
रघुवर नाम सदा जयवंत था।
अयोध्या ने अभिनंदन गाया,
सिया-राम को सिंहासन बिठाया।

चारों ओर सियाराम के नारे,
विजयी हुए थे राम हमारे।

काग़ज़ की नाव

काग़ज़ की भी नाव तिरती है,

कर प्रयास—तब जय मिलती है।
काग़ज़ की नाव भी तिरती है।
मन जब होता कभी शिथिल है,
तन थकता, तब थकता दिल है।

अंतर को मज़बूत करें हम,
फिर कोई दृढ़ निश्चय करें हम।
बंजर ज़मीन में कलियाँ खिलती हैं,
काग़ज़ की भी नाव तिरती है।

ऊँचा सदा तेरा लक्ष्य बनाना,
सदा संस्कारों से सजाना।
तानों से कभी न घबराना,
इनको तो है आना-जाना।

निश्चय से चट्टानें हिलती हैं,
काग़ज़ की भी नाव तिरती है।
भले वक्त अनुकूल नहीं है,
प्रयास तेरा हर वक्त सही है।

हिम्मत तेरी हार न माने,
न हारे—वही बने सयाने।
पत्थर पर भी रेखा बनती है,
काग़ज़ की भी नाव तिरती है।

उपकार

जन्म-जन्म उपकारी का
उपकार न भूलो,
जन्म-जन्म तुम
कर्ज़दार न भूलो।

कोई जो रहबर बनकर आया,
विपत्ति से किसी ने कभी बचाया—
एहसान वो सदा याद रखो,
चाहे कहीं रहो,
परोपकार सदा रखो।

मिलते कम साथ निभाने वाले,
बढ़ा मनोबल, जीत दिलाने वाले।
यूँ तो खींच गिराते सब हैं,
गिरने से बचाए—
समझो रब हैं।

मौक़ा मिले तो उपकारी बनना,
कैसे भी हो, परोपकारी बनना।
जन्म-जन्म का पुण्य कमाओ,
बाँध यही परभव ले जाओ।

किसी चेहरे की मुस्कान बढ़ाना,
खुद ही अपना मान बढ़ाना।
तभी सफल ज़िंदगानी होगी—
जन्म सफल,
सफल कहानी होगी।

कभी सोचा न था

ज़माने वो कुछ और थे—
ज़्यादा चाहतें नहीं,
ज़्यादा ख़्वाहिशें नहीं,
बस एक सरल-सा जीवन,
अल्हड़-सा,
शांत नदी-सा बहता हुआ।

सहसा एक मोड़ आया
और तुमसे मिलना हुआ,
क्योंकि चाहतें थीं नहीं,
सब कुछ अच्छा ही लगा।

व्यक्ति वही था,
पर व्यक्तित्व बदल गया,
कोई आम अब मेरे लिए ख़ास हो जाएगा—
कभी सोचा न था।

किसी की दुनिया में
मैं इतनी अहमियत रखूँगी,
और कोई मेरी पूरी दुनिया हो जाएगा—
कभी सोचा न था।

मम्मी-पापा के बाद
किसी पर इतना विश्वास कर पाऊँगी,
अपना सर्वस्व
जिसके हाथ में रख दूँगी,
किसी के अपने
मेरे इतने अज़ीज़ बन जाएँगे—
कभी सोचा न था।

अब तो यही मेरी दुनिया है,
इनके लिए ही मेरा हर लम्हा है।
दिन की शुरुआत से
दिन के अंत तक
इन्हीं के लिए जी रही हूँ।
किसी के लिए
खुद को इतना बदल दूँगी—
कभी सोचा न था।

आभार

गुज़रा वो कीमती लम्हा
याद दिलाया—आभार।
आप लोगों ने
ये व्हाट्सऐप ग्रुप बनाया—आभार।

भूली-बिसरी यादों को
वर्तमान में लाया—आभार।
दोस्तों की अहमियत का
एहसास कराया—आभार।

आज आप सब मिलने वाले हो,
मुझे याद ज़रूर करना।
जो नहीं आ पाए,
उनकी बात करके
माहौल को मस्ती से भरना।

आज का ये रीयूनियन
हम मिस न करें,
ऐसी कोई युक्ति बनाना।
कुछ खुशनुमा राग हो खुद का,
कुछ दूसरे का हो तराना।

हर शख़्स को
इस घड़ी का बेसब्री से इंतज़ार है,
आज समझ में आया—
सबको आपस में कितना प्यार है।

डॉक्टर, इंजीनियर, प्रोफ़ेसर, बिज़नेसमैन—
पदवी जो भी पाई है,
आज जो भी बने हो,
वो होशियारी
सेंट जोसेफ़ से आई है।

जो छूट गए मुझसे,
मैंने नाम ले लिया—समझ जाना।
बड़ा कठिन था
न आ पाने के लिए
अपने मन को समझा पाना।

कोई बात नहीं...
ये अविस्मरणीय पल
इन वादियों में गूँज जाना चाहिए,
किसी याद, किसी चर्चा में
हमारा नाम भी आना चाहिए।

तर-बतर

अथाह गर्मी और गर्म लपटें,
फिर कुछ पानी की बूँदें
और बढ़ती हुई उमस।

सब ए.सी., पंखे, कूलर का मज़ा लेते हुए
गर्मी की दुहाई देते,
ठंडी डिशेज़ की फ़रमाइश करते हैं।

ऐसे में जलते गैस पर
हद-पार गर्मी में,
दिन भर सबके लिए खाना बनाती,
दौड़ती-भागती,
पसीने से तर-बतर—

वो ही है,
जो बिना शिकायत रसोईघर में
हर एक के खाने का इंतज़ार करती है।

बस एक मुस्कुराहट,
एक प्यार की झप्पी—
सारी दिक़्कतों को

हर दिन झेलने को
तैयार हो जाती है।

आज की मशक्कत ख़त्म तो
कल फिर तैयार—
उसी ऊर्जा,
उसी उत्साह,
उसी गर्मजोशी के साथ।

पूरी दुनिया देख ली—
ऐसा निःस्वार्थ प्रेम,
ऐसा समर्पण
केवल तुझमें ही देखा।

अनेकों संबंध हैं दुनिया में,
पर सबको एक ही रिश्ता
समझ पाता है वो—
तू है माँ...
बस तू ही तो है।

पापा का हुनर

पथरीली सड़कों में गिरने पर
एक मज़बूत हाथ
पता नहीं कहाँ से आ जाता है।

खुले आसमानों में
बेपरवाह, बिंदास चहकने का दम
जाने कहाँ से आ जाता है।

दुःख की धूप हो
या कठिनाइयों की बारिश,
मेरा जज़्बा
मुझे गिरने नहीं देता।

हर एक चीज़
माँगने से पहले मिल जाती है—
ये हुनर, पापा,
आपको ही क्यों आता है?

आपका हाथ सदा रहे
सर पर मेरे,
जैसे बारिश से बचाता छाता।

ज़िंदगी की हर चुनौती को
इतनी आसानी से चुनौती देना
सिर्फ आपको आता है।

सरपरस्त आप घर के—
समझौते से
आपका बड़ा ही गहरा नाता है।

दूर होकर आपसे
वो खुशियाँ, वो हिम्मत
कम हो जाएगी—
सोचकर दिल घबराता है।

पापा, आप हो तो सपने हैं,
बाज़ार के हर खिलौने अपने हैं।

आप कुछ कहते नहीं,
पर सबके लिए जीने वाले,
खुद की ख़्वाहिशों को दबाकर
हर एक की ज़रूरत
पूरी करने वाले—
आप महान हैं।

रब से ऊँचा,
दिल में
सिर्फ आपका ही स्थान है।

प्रिय भाई-भाभी

अनेक खुशियाँ लेकर आता
हर कोई त्योहार,
ऐसा ही उत्सव मनाता
भाई-बहन का प्यार।

बहन जब घर आती है,
तब सज जाता घर-द्वार,
भाई-भाभी के हृदय में भी
होता हर्ष अपार।

धागा रक्षा का जब बँधता,
एक हो या दो या चार,
बंधन वो अटूट बनता,
बढ़ता स्नेह अपार।

भाई मेरे, तुझ पर कर दूँ
हर खुशियाँ निसार,
प्यार दो और प्यार मिले—
बस यही है इसका सार।

ऐसे ही रिश्तों से सजता
यह सुंदर संसार,
होगा तेरा-मेरा रिश्ता
सदा ही खुशगवार।

बना रहे भाई-भाभी के संग
मेरा अटूट प्यार,
आती रहे आपके जीवन में
अनंत-अनंत बहार।

किताबें

ज़माना क्या खूब था,
जब हर जानकारी
पढ़कर जानते थे—
किताबों के ज़रिए।

ज़रिया ईजाद हो गया नया,
किताबें तो सब हवा हो गईं।
अख़बार अब रद्दी बन गए हैं,
पढ़ाई भी नाम की ही बची है।

क्या बच्चे, क्या उम्रदराज़ लोग—
खुद बीमारी
और हर मर्ज़ की दवा
मोबाइल ही हो गई है।

रिश्ते अब फ़ोन पर ही निभाते हैं,
भाई से ज़्यादा दोस्त अज़ीज़ हो गए।
चाचा चौधरी का ज्ञान
व्हाट्सऐप बाबा ही दे देते हैं—
ज़माने की हवा मानो क़ज़ा हो गई।

आपस में मिलते तो अहोभाव होता था,
अब तो औपचारिकता नज़र आती है।
कैसे बचाएँ पाश्चात्य संस्कृति से
अगली नस्ल को?
आधुनिकता तो मानो
एक सज़ा हो गई।

बेटी चली ससुराल

नया रिश्ता, नया एहसास,
राय-नमक रखा है न पास?
माँ-पापा का सदा बढ़ाना मान,
गार्लिक से बनती है गार्लिक नान।

कदम चले अब बनाने आशियाना,
आप सब पधारे हैं—
खाना खाकर ही जाना।

शादी की रस्मों की हुई शुरुआत है,
पूरा परिवार साथ है—
क्या बात है, क्या बात है!

बहन-बेटियों से ही तो
रोशन होती बस्ती है,
दुनिया की हर कीमत
इसके आगे सस्ती है।

बस बिटिया,
अब बढ़ने वाली दूरी है,

मैंने नहीं बनाई—
हलवा-पूरी है।

हमारे कुँवर-सा भी
बिल्कुल तैयार है,
बिटिया रानी ने पहना
दुआओँ का हार है।

यूँ तो शादी सदा से
एक अनबुझ पहेली है,
आज तो साथ बनड़ी की सहेली है।

नए के लिए पुराने को
तो छोड़ जाना है,
अब तो रो के नहीं—
हँस के विदा होने का ज़माना है।

एक दर्द-सा दिल में होता है

जन्म दिया जिसने मुझको,
उसी से ही कितनी दूरी है।
कभी ज़िम्मेदारियाँ रोक लेती हैं,
तो कभी रोकती मजबूरी है।

क्यों इंतज़ार गर्मी का करना,
मनमर्ज़ी से क्यों नहीं मिलना?
होता है—
एक दर्द-सा दिल में होता है।

क्यों दायरे हैं चारों ओर मेरे,
एक सीमा में क्यों रुकी ख़्वाहिश है?
उड़ के जा पहुँचूँ—
पर कर्तव्यों से हूँ झुकी हुई।

कोई बोल दे मुझको—
“चली जाओ”,
बस मन ये सपने पिरोता है।
एक दर्द-सा दिल में होता है।

झुंझलाकर भी चुप रहती हूँ,
“कोई समझो मुझको”—
ये कहती हूँ।

अपने आप को समझा पाना,
छोड़ अपनों को रहना क्या होता है,
दूरी सहना क्या होता है—
दिल छुप-छुप कर फिर रोता है,
एक दर्द-सा दिल में होता है।

माँ-बाप का मान

जिनकी ज़िंदगी सँवारने में
ज़िंदगी गुज़ार दी,
उन्हीं कमबख़्त हाथों ने
खटिया हमारी कोठरी में डाल दी।

एक पल भी जिन्हें
अकेले न रहने दिया हमने,
अब कोई आकर
अकेलापन दूर करेगा—
यही हैं उनके सपने।

मन्नत के धागे शायद
इसलिए तो नहीं बाँधे होंगे ऐसे,
हमारे ही बच्चे हैं—
और इतने सख़्त उनके इरादे होंगे।

अपनी हर इच्छा को दबाकर
तुझे उड़ान दी जिसने,
आज वही लाठी बनकर
संभालने की बजाय
थकान दे गया है उसने।

पता नहीं उसे बड़ा करने में
क्या ख़ामियाँ रह गईं,
प्यार, कर्तव्य, ज़िम्मेदारियाँ—
इनकी गहरी नींद सो गई।

फिर भी दुआ यही है कि
हे ईश्वर, उसे आबाद रखना।
कुछ याद रखो या न रखो,
पर तुम भी माँ-बाप बनोगे—
ये याद रखना।

जन्मदिन पर विशेष

तेरा हर अगला जन्मदिन
पिछले से और खुशगवार हो—
मेरी तो यही तमन्ना है
कि तुझ पर हर सुख निसार हो।

जीवन के हर क्षण में तेरे
उत्सवों का डेरा हो,
हर रात सुकून-भरी हो
और ताज़गी-भरा हर सवेरा हो।

जिस उद्देश्य के लिए
परिवार से दूर है तू—
वो सफल हो।
लक्ष्य को पहचानो,
फिर अपने कर्तव्य-पथ पर अटल हो।

उम्मीद तू, बच्चा मेरा—
तू ही मेरा मान है।
सहेज कर रखती हूँ मैं तुझे,
तू ही मेरा सम्मान है।

मैं कहती नहीं,
पर दिल में सहेज कर रखती हूँ—
तू खुश रहो, तरक़्क़ी करो,
उस दिन की राह सदा तकती हूँ।

खुद पर गर्व हो,
ऐसा तेरा व्यक्तित्व हो,
नाज़ हो हर एक को—
छाप छोड़ने वाला तेरा अस्तित्व हो।

जन्मदिन पर तुझ पर
मेरी हर खुशियाँ निसार हैं,
दुआएँ हज़ार,
और असीम तुझ पर मेरा प्यार है।

बादल और बारिश

एक नन्हीं-सी धूप की आस में
बैठा ये मन आश लगाए—
ये बादल घिर-घिर आए,
एक पल भी चैन न आए।

काम एक और बढ़ गया कि
कपड़े उठाएँ, पर कहाँ सुखाएँ—
ये बादल...

घर से बाहर जाना मुश्किल,
बच्चे भी छुट्टी का मज़ा न पाएँ—
ये बादल...

बाकी सदस्य तो मेहमान बन गए,
फ़रमाइशी व्यंजन बनवाएँ—
ये बादल...

हर जगह नमी, हर जगह पानी,
कहीं भी ये मन चैन न पाए—
ये बादल...

सावन में धर्म-ध्यान है करना,
मन को अपने है समझाना—
ये बादल...

बारिश में जब सब अलसाते,
हम भी रसोई से फुर्सत पाएँ—
ये बारिश...

सबकी छुट्टी इस बारिश में,
चलो भाई, सबकी चाय बनाएँ—
ये बारिश...

मेरा परिवार

खुशक़िस्मत हैं हम—
खुशियों के कारण हज़ार।
आप सरीखे रिश्ते
भरते जीवन में आनंद अपार।

आपसी तालमेल से
न पड़े कभी कोई भी दरार,
हर एक सुलझा हुआ,
हर कोई समझदार।

आमोद-प्रमोद का
जोरदार चलता यहाँ व्यापार,
ऐसे हर पल पर मैं
बार-बार जाऊँ निसार।

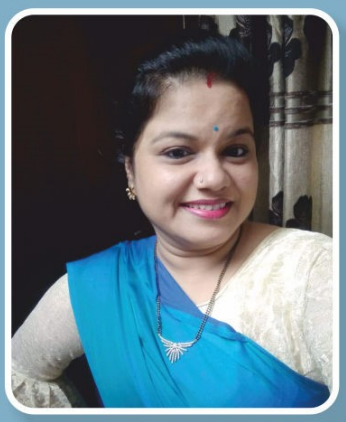
अद्वितीय, अतुलनीय,
प्रेम-भरा
आप सबका व्यवहार।

छोटों से प्यार,
बड़ों का सम्मान—
ऐसा है मेरा परिवार।

भैया-भाभी, दीदी-जीजाजी—
सबका मिलता स्नेह अपार।
बंधन अनोखा, रिश्ते सुहाने,
गेट-टुगेदर बढ़ाता प्यार।

यूँ ही संजोया ये रिश्ता,
आत्मीयता-भरा सबका व्यवहार।
आप सब से ही मैं हूँ,
हरा-भरा, सुखमय मेरा ये संसार।

सबका आभार,
सबका आभार,
सबका आभार।



नाम - ऋतु कोचर

शिक्षा - बी.ए.

विद्या - गायन,भजन लेखन,नृत्य,पाक कला में विशेष रूचि, सामाजिक संस्था एक कदम राजनांदगांव की सदस्या। वर्तमान में काव्य सृजन में विशेष रूचि।

सम्मान- गायन, नृत्य, निबंध, वाद-विवाद आदि में अनेक संस्थाओं से पुरस्कृत।

पता - वार्ड नं. 14, सिनेमा चौक, मेन रोड़, कटंगी तह. कटंगी, जिला बालाघाट (म.प्र.) पिन- 481445

मोबाइल - 8770573730

ईमेल- ritukochar320@gmail.com

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

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

978-93-94528-72-7

मूल्य- 480/-

15, नेहरू चौक, मेन रोड वारासिवनी, जिला- बालाघाट (म.प्र.), पिन 481331, मो.- 9009423393, ईमेल- antrashabdshakti@gmail.com