पं.क्र. (04/21/05/207665/19)

अन्तरा शब्दशक्ति
प्रकाशन एवं बहुउद्देशीय संस्था
www.antrashabdshakti.com

शब्द
से संवेदना तक...
लेखन से
परिवर्तन तक...

हिन्दी
हमारी पहचान
हमारी शक्ति

'समसामयिक प्रश्नों पर आपकी कलम'

(लेख प्रतियोगिता)

विचार...
चिंतन...
संवाद...
और
एक बेहतर
कल की ओर...

समाज
विकास
शिक्षा
पर्यावरण
युवा
मूल्य
राजनीति
महिला
संस्कृति
समाधान

समाज
साहित्य
संस्कृति
विकास
नई पीढ़ी
बेहतर कल

विचारों की
स्याही से
बदलता समाज...

रचनाकार :-
डॉ. भारती वर्मा बौड़ाई

आयोजक:-
अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन
वारासिवनी (म.प्र.)

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)

अन्तरा शब्दशक्ति

प्रकाशन एवं बहुददेशीय संस्था
www.antrashabdshakti.com

कलम की शक्ति, समाज की दिशा

हिन्दी
हमारी पहचान
हमारी शक्ति

शब्द से संवेदन तक...
लेखन से परिवर्तन तक...

संपादक : डॉ. प्रीति समकित सुराना
तकनीकी संपादक : Webcoodee.com
मुख्य कार्यालय : 15 नेहरू चौक, वारासिवनी,
जिला बालाघाट (म.प्र.) 481331

Antrashabdshaktiprakashan

संपर्क : 9009423393
ईमेल : antrashabdshakti@gmail.com
वेबसाइट : www.antrashabdshakti.com

वैधानिक सूचना

पुस्तक में प्रकाशित सभी रचनाएँ संबंधित रचनाकारों की मौलिक अभिव्यक्तियाँ हैं। प्रत्येक रचना में व्यक्त विचार, कथ्य एवं अभिमत के लिए संबंधित रचनाकार स्वयं उतरदायी हैं। रचनाओं के चयन एवं प्रकाशन का उद्देश्य साहित्यिक अभिव्यक्ति को मंच प्रदान करना एवं हिन्दी लेखन को प्रोत्साहित करना हैं।

हिन्दी
से ही है
पहचान...

विचार...
संवाद...
समाज...
और एक बैहतर कल...

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन, वारासिवनी (म.प्र.)

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)
अन्तरा शब्दशक्ति
www.antrashabdshakti.com
प्रकाशन एवं बहुद्देशीय संस्था

लेख प्रतियोगिता

लेखक/लेखिका - डॉ. भारती वर्मा बौड़ाई

मोबाइल फोन के प्रयोग की अति और रिश्तों में पसरता एकाकीपन

मोबाइल फोन के प्रयोग की अति और रिश्तों में पसरता एकाकीपन

स्मृतियों की रील जब घुमाती हूँ तो सोचती हूँ वो समय कितना अच्छा था जब संयुक्त परिवार थे, गाँवों में रहते थे। सुविधाएँ बहुत कम थी, जीवन जीने के लिए संघर्ष और श्रम बहुत करना पड़ता था। जीवन मुख्य रूप से कृषि पर ही निर्भर था। पुरुष बाहर कृषि और अन्य व्यवसाय संभालते और स्त्रियाँ घर के मोर्चे पर डटी रहती थीं। परिवार संयुक्त थे तो सभी सदस्य मिलजुल कर ही रहते थे। परिवारों में छोटी-मोटी नोक-झोंक और लड़ाई-झगड़े होते और सुलझते रहते थे। तीज-त्योहार, शादी-विवाह में सब मिलजुल कर काम करना अपना कर्तव्य समझते थे।

धीरे-धीरे घर को आर्थिक दृष्टि से मजबूती प्रदान करने के लिए पुरुषों ने बाहर जाकर काम करना भी आरंभ किया। उन दिनों समाचार-सूचनाएँ प्राप्त करने में महीनों लग जाते थे। नानी-दादी के गाँवों में जब भी जाना मिलता तो स्वाभाविक स्नेह-सौहार्द का जो वातावरण मिलता था वह मिलना तो अब दुर्लभ ही है क्योंकि विकास और उन्नति की आवश्यकता और होड़ के चलते अब गाँव भी तो शहर हो चले हैं।

पहले सूचनाएँ व्यक्तियों यानी संदेशवाहकों के द्वारा मिला करती थीं। फिर पत्रों का युग आया। पत्र लिख कर उसे लैटर बॉक्स में डाल कर आना भी बच्चों के लिए एक खेल हुआ करता था। पत्रों के लिए डाकिए की प्रतीक्षा करने का भी एक अनोखा और अलौकिक आनंद हुआ करता था। जब कोई खुशी का समाचार पत्र द्वारा प्राप्त होता तो डाकिए को इनाम देने का भी चलन उस समय था। मुझे तो पत्र लिखना आज भी बहुत अच्छा लगता है पर लिखूँ किसे? अब पत्र लिखना तो जैसे बीते युग की बात हो गई है।

उसके बाद लैंड लाइन फोन का समय आया। तब हर किसी के यहाँ ये फोन नहीं हुआ करते थे।लोग आसपास अपने परिचितों के यहाँ जाकर फोन कर लिया करते थे। किसी का फोन आने पर उसे बुला भी लिया जाता था। दूरस्थ व्यक्ति को एस टी डी कॉल करने किसी दुकान के बूथ में जाया करते थे। फिर घर-घर लैंड लाइन फोन हो गए। एस टी डी कॉल घर से ही करने की सुविधा हो गई। घर के बच्चों से एस टी डी कोड गुप्त रखा जाता था क्योंकि वे बिल बढ़ा देते थे।

जैसे-जैसे समय बदलता रहा सुविधाओं में वृद्धि होती रही। उसी के साथ जीवन, जीवन जीने के तौर-तरीके, रहन-सहन भी बदलता रहा। आर्थिक सम्पन्नता बढ़ने लगी तो घर बड़े हुए पर घर में रहने वालों के हृदय छोटे होने लगे। वार्तालाप का दायरा विशेष समूहों में बँटने लगा। सामान्य, विशेष और अति विशेष आर्थिक सम्पन्नता के अनुसार निर्धारित होने लगे। रिश्तों, पास-पड़ोस, मित्रता सभी में परिवर्तन देखने को मिलने लगा।

मोबाइल ने जीवन में एक बहुत बड़ी क्रांति के रूप में प्रवेश किया। घर में जितने लोग उनके उतने मोबाइल। कार्यालय के लिए अलग, अपना व्यक्तिगत अलग। मोबाइल और लैपटॉप ने काम और जीवन को इतना आसान बनाया कि काम करने की गति तिगुनी-चौगुनी हो गई। स्मार्ट फोन ने तो सारी दुनिया ही सबके हाथ में रख दी। एक क्लिक से सारे काम मिनटों में क्या पलों में हो जाते हैं। कोविड जैसे महा संकट के समय लैपटॉप और मोबाइल के द्वारा कार्यालयों, विद्यालयों, कॉलेजों में घर पर काम करना संभव हो पाया था। उस समय स्वस्थ रहने और कोविड से बचने के लिए घर पर रहना विवशता थी। लेकिन लोगों को तब यह भी समझ में आया था की जीवन और कामों की आपाधापी के चलते जो परिवार और रिश्ते पीछे छूटने से लगे थे, अपनी रुचियों के रंग जो फीके पड़ने लगे थे उन्हें जीने, समय देने का अवसर मिलने लगा था और लोगों ने चाहे कोविड जैसी महामारी के चलते ही सही उस समय को अपने लिए अमूल्य बना लिया था। अपनों के साथ को भरपूर जिया था।

सब ठीक हो जाने पर लोगों ने उस समय को भूलना आरंभ कर दिया। जीवन पहले की तरह पटरी पर लौटा। मोबाइल एक ऐसा साथी बन गया जो हर समय सोते-जागते, चलते-रुकते, खड़े-बैठे हाथों में ही रहता। कोई काम इसके बिना अब हो ही नहीं पाता। बातों के विषय भी अब ऐसे ही हो चले हैं।नया मोबाइल! कब लिया? एंड्रॉयड है क्या? अरे नहीं ऐप्पल का आई फोन है। अच्छा सिक्सटीन या सेवेंटीन? मुझे भी लेना है यार। चल सेल्फी लेते हैं।

घर में जितने सदस्य हैं मोबाइल लिए बैठे रहते हैं। जिसे उस पर कोई काम नहीं करना आता उसे रील्स देखने से ही फुर्सत नहीं मिलती। खा रहे हैं, लेटे हैं, जा रहे हैं, गाड़ी चला रहे हैं क्या मजाल जो फोन हाथ से छूट जाए। आपसी वार्तालाप ना के बराबर। कई बार अतिथि भी जब आते हैं तो आकर फोन चैक करने की बात कह कर फोन में लिप्त हो जाते हैं ऐसे की सुई क्या किसी बर्तन गिरने की आवाज तक न सुनाई दे। अतिथि फोन में लगे पड़े तो घर की महिला चाय बनाने में लग जाती है।

हो यह रहा है की मोबाइल फोन के बिना अब काम चलने वाला तो है नहीं, पर इसके आदी हो चले लोग अपने स्वाभाविक जीवन जीने से कितने दूर होते जा रहे हैं इसका उन्हें अनुमान तक नहीं है। इसकी अधिक लिप्तता में उनसे क्या छूटा जा रहा है यह सोचने तक का समय नहीं है उनके पास।

रिश्तों की आत्मीयता, गरमाहट दम तोड़ रही है। निमंत्रण फोन पर दे दिए जाते हैं। ना आने का कोई विशेष आग्रह ना न आ पाने का कोई दुख। रिश्तों में जो यह रूखापन और नीरसता आ रही है इसका दुख घरों में रहने वाले उन उम्रदराज लोगों से पूछ कर देखिए जिनसे बात करने वाला कोई नहीं। बाहर गया व्यक्ति फोन करके दो शब्द बोल कर निपट लेता है और कहीं-कहीं यह भी नहीं होता। इन उम्रदराज लोगों के साथी बस कुत्ते ही रह जाते है।

कई घरों की गृहिणियों, परिचिताओं, सम्बन्धियों की पत्नियों से बातें करने पर बड़ी मजेदार बातें भी जानने को मिलीं। ऑफिस से लौटने के बाद, छुट्टी के दिन पति महोदय मोबाइल फोन लिए लेटे-बैठे रहते हैं, चाय पर चाय की माँग होती रहती है। ऑफिस का वर्क लोड बहुत है। पत्नी बेचारी पति कहीं अपना काम ना पूरा कर पाए.. उसे कुछ नहीं कहती, बाहर जाने के काम छोड़ देती है या स्वयं ही बाहर के काम कर आती है और पति जी फोन पर खेल खेलने, ओ टी टी पर वेब सीरीज, फिल्में देखने में मस्त। शाम को थकान उतारने मित्रों के साथ ' चिल ' करने निकल गए। तो छली तो पत्नी जा रही है, रिश्ते प्रभावित हो रहे हैं, वह घर-बाहर हर मोर्चे पर स्वयं को एकाकी पाती है। ले-दे कर इसका प्रभाव उसके मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर ही तो पड़ता है।

दूसरा दृश्य और भी भयावह है। कई घरों में विवाहित बच्चे आज के दिखावटी चलन के चलते माता-पिता को थोड़े महँगे फोन जन्मदिन-परिणय वार्षिकी पर उपहार में तो दे देते हैं पर उसे कैसे काम में लाना है यह सिखाने का समय और धैर्य उनके पास नहीं होता। सोचना उनका यह होता है फोन करने के अतिरिक्त आपको और करना भी क्या है? वही विवाहित बच्चे जब अपने कैरियर की सुदृढ़ता के लिए बाहर निकल जाते हैं, धीरे-धीरे फोन आने भी कम होते जाते हैं। ऐसे में वयोवृद्ध माता-पिता एकाकीपन का दंश भुगतते हैं, पड़ोसियों के रहमो-करम पर जीते हैं। मर जाते हैं तो किसी को पता तक नहीं चलता। आए दिन ऐसी घटनाएँ देखने-पढ़ने को मिलती हैं तो मन पर कैसा प्रभाव पड़ता है कल्पना की जा सकती है।

ए आई ने जीवन और रिश्तों में पसरते एकाकीपन को बढ़ाया ही है। आज की जेन जी तो ए आई से आत्मीय संवाद में घंटों बिता कर संतुष्ट रहती है पर बाकी रिश्तों का क्या?
अपने फोन से लोगों से कितनी बातें करेंगे? मन की बातें सुनने वाला भी तो कोई अपना होना चाहिए।

पास बैठे
उस अपने का
पास होना भी क्या
जिसे मन की आवाज भी
कंधे हिला कर
सुनानी पड़े
नहीं पता जिन्हें
उनके अपनों की
टूटती जा रही जड़ें।

मैं यह नहीं कह रही की मोबाइल फोन रिश्तों को निष्क्रिय बना रहा है। इसके लाभों को देखा जाए तो घर बैठे सारे काम हो रहे हैं, बैंक जाने की आवश्यकता नहीं रही। ए आई सलाहकार बन कर हमारी मुश्किलें चुटकियों में हल कर रहा है। बस जो हाथों से छूट रहा है उसकी ओर अभी किसी का ध्यान नहीं जा रहा। इससे स्वास्थ्य कितना प्रभावित हो रहा, उच्च रक्तचाप, तनाव की अधिकता, नींद पूरी न होना, मोटापा के दुष्परिणाम.. इन्हें अनदेखा तो नहीं किया जा सकता। कुछ भी हो परिवार और रिश्ते इनका स्थान कोई नहीं ले सकता। मोबाइल फोन के अतिशय प्रयोग से इन पर जो धूल पड़ती जा रही है, जिस तरह से ये उपेक्षित और अपरिचित से बनते जा रहे हैं, खाइयाँ गहरी होती जा रही हैं तो वो दिन दूर नहीं जब हमारे पास फोन,मशीनें सुख-सुविधाएँ और काम करने वाले रोबोट तो होंगे पर टूटने-गिरने में साथ देने वाला परिवार, सच्चे रिश्ते और अपने नहीं होंगे। क्या ऐसे दिनों की कल्पना करना भी कम भयावह नहीं होगा।

अभी भी कुछ अधिक नहीं बिगड़ा है। बस चेत जाइए। कहाँ हम अति कर रहे हैं उस पर लगाम कसिए। परिवार और रिश्ते संभले रहे तो सब सँवर जाएगा। बस इनमें पसरते एकाकीपन को पसरते जाने से रोक लीजिए। बैंक में बैंक बैलेंस भी तभी तक बना रहेगा जब तक आप अपने परिवार और रिश्तों का बैंक बैलेंस सही रख कर अपने काम, रुचियाँ और शौक पूरे करते चलेंगे। अन्यथा जो अपनों के होते हुए भी सुख-सुविधाओं के मध्य अभिशप्त एकाकी जीवन जीने को विवश हैं कभी उनके पास जाकर उनके हृदय की आवाज सुन कर देखिए तो उचित-अनुचित सब प्रश्नों के उत्तर स्वयं ही मिल जाएँगे।

– डॉ. भारती वर्मा बौड़ाई

लेखक परिचय

नाम –डॉ. भारती वर्मा बौड़ाई

ग्राम - देहरादून

अन्तरा शब्दशक्ति
प्रकाशन

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)
अन्तरा शब्दशक्ति
www.antrashabdshakti.com
प्रकाशन एवं बहुद्देशीय संस्था

कलम की शक्ति, समाज की दिशा

सम्मान-पत्र

यह प्रमाणित किया जाता है कि

आ... **डॉ. भारती वर्मा बौड़ाई** .....जी

ने हिन्दी पखवाड़े के अवसर पर आयोजित "**एक लेख प्रतियोगिता**" में उत्साहपूर्वक सहभागिता करते हुए **समसामयिक विषय पर अपने विचारों को** प्रभावी एवं सार्थक ढंग से अभिव्यक्त किया।

उनकी साहित्यिक **अभिव्यक्ति** एवं रचनात्मक सहभागिता की सराहना करते हुए **अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन** की ओर से यह **सम्मान-पत्र** सादर प्रदान किया जाता है।

आपकी सृजनशीलता एवं साहित्यिक यात्रा के उज्ज्वल भविष्य की हार्दिक शुभकामनाएँ।

हिन्दी विचारों को विस्तार देती है... समाज को जोड़ती है...

हिंदी
हमारी पहचान...
हमारी शक्ति...

प्रीति सुराना
समकित सुराना

अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन एवं संस्था
डॉ. प्रीति समकित सुराना

शब्द से संवेदन तक... लेखन से परिवर्तन तक...