



**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...



रचनाकार :-
मोहित भाटिया

विचारों की
स्याही से
बदलता समाज...

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



अन्तरा शब्दशक्ति

प्रकाशन एवं बहुददेशीय संस्था
www.antrashabdshakti.com

हिन्दी
हमारी पहचान
हमारी शक्ति

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

कलम की शक्ति, समाज की दिशा

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 उत्तरदायी हैं।
रचनाओं के चयन एवं प्रकाशन का उद्देश्य साहित्यिक अभिव्यक्ति को मंच प्रदान करना
एवं हिन्दी लेखन को प्रोत्साहित करना है।

हिन्दी
से ही है
पहचान...

विचार...
संवाद...
समाज...
और एक बेहतर कल...

लेख प्रतियोगिता

लेखक/लेखिका - मोहित भाटिया

जिंदा रहने की जिद



जिंदा रहने की जिद

वर्तमान समय की सबसे विकराल समस्या

कुछ समस्याएँ ऐसी होती हैं जिन्हें हम दूर से ही पहचान लेते हैं। बेरोजगारी दिखाई देती है, महंगाई दिखाई देती है, गरीबी दिखाई देती है, बीमारियाँ दिखाई देती हैं। लेकिन एक समस्या ऐसी है जो दिखाई नहीं देती। वह किसी के चेहरे पर नहीं लिखी होती। वह किसी सरकारी रिपोर्ट में पूरी तरह दर्ज नहीं होती।

वह समस्या है—इंसान का धीरे-धीरे भीतर से टूटते जाना और फिर भी बाहर से सामान्य दिखाई देते रहना।

आज हमारे आसपास ऐसे कितने लोग हैं जो नौकरी कर रहे हैं, घर चला रहे हैं, सोशल मीडिया पर मुस्कुरा रहे हैं, परिवार के बीच बैठे हैं और फिर भी भीतर से थके हुए हैं? कितने लोग रात को बिस्तर पर लेटते समय अपने दिन की थकान से ज्यादा अपने मन का बोझ लेकर सोते हैं? कितने लोग किसी से कहना चाहते हैं—“मैं ठीक नहीं हूँ”, कह नहीं पाते?

मेरे लिए वर्तमान समय की सबसे विकराल समस्या किसी एक शब्द में सीमित नहीं है। यह बेरोजगारी, आर्थिक दबाव, कर्ज, शिक्षा और रोजगार के बीच का अंतर, परिवार में घटता संवाद, रिश्तों में बढ़ता तनाव, डिजिटल दुनिया में बढ़ता पलायन, नींद और स्वास्थ्य की बिगड़ती स्थिति तथा अकेलेपन का ऐसा जाल है, जिसमें इंसान फँसता चला जाता है।

और मैं यह बात केवल किताबों से पढ़कर नहीं लिख रहा।

यह मेरी अपनी कहानी है। मैंने इन परिस्थितियों को जिया है। मैंने अस्पताल देखे हैं, बीमारी देखी है, जिम्मेदारियाँ उठाई हैं, अपने सपनों को परिस्थितियों के सामने बदलते देखा है, आर्थिक दबाव झेला है, रिश्तों में तनाव देखा है

इसलिए यह लेख मेरे लिए केवल लेख नहीं है। यह उन भावनाओं का बयान है जिन्हें शायद बहुत से लोग अपने अंदर दबाकर जी रहे हैं।

1. सपनों से शुरू हुई कहानी

लगभग 2013 के आसपास मैंने Computer Science की पढ़ाई शुरू की थी। मेरे मन में एक अलग दुनिया थी। मुझे लगता था कि मैं कंप्यूटर के साथ कुछ बनाऊँगा, तकनीक की दुनिया में अपनी पहचान बनाऊँगा। मेरे लिए कंप्यूटर केवल एक विषय नहीं था, बल्कि भविष्य का रास्ता था।

उस उम्र में सपने बड़े होते हैं और डर छोटे।

लेकिन जिंदगी अक्सर हमारे बनाए हुए रास्ते पर नहीं चलती।

मेरे पिता की तबीयत खराब होने लगी। अस्पताल, जाँच, दवाइयाँ, डॉक्टर और इलाज हमारी जिंदगी का हिस्सा बनते चले गए। जिस उम्र में मुझे अपने भविष्य के बारे में सोचना चाहिए था, उसी उम्र में मैं अपने परिवार के वर्तमान को बचाने की कोशिश कर रहा था।

मैंने BCA पूरा किया, फिर M.Sc. Computer Science भी की। लेकिन शिक्षा पूरी होने और सपने पूरे होने के बीच जो दूरी होती है, वह केवल डिग्री से खत्म नहीं होती।

आज की सबसे बड़ी समस्याओं में से एक शिक्षा और रोजगार के बीच का यह अंतर है। युवा पढ़ता है, सपने देखता है, लेकिन हर किसी को अपनी योग्यता के अनुसार अवसर नहीं मिलता। किसी के पास प्रतिभा होती है लेकिन साधन नहीं। किसी के पास डिग्री होती है लेकिन सही अवसर नहीं। किसी के पास अवसर आता है तो परिवार की जिम्मेदारियाँ उसे रोक लेती हैं।

समाज अक्सर केवल परिणाम देखता है। कोई यह नहीं देखता कि उस परिणाम तक पहुँचने वाले व्यक्ति ने रास्ते में क्या खोया।

2. अस्पताल के गलियारों और एक बेटे की मजबूरी

मेरे पिता की बीमारी का समय मेरे जीवन का सबसे कठिन समय था।

डायलिसिस सप्ताह में तीन दिन होती थी मैं उन्हें घर से उठाकर अस्पताल ले जाता। कई बार मेरी अपनी कमर और पीठ में बहुत दर्द होता था, लेकिन उस समय अपने दर्द के बारे में सोचने का अधिकार जैसे खुद को दिया ही नहीं था।

पिता को टॉयलेट ले जाना, नहाने में मदद करना, और उनकी रोजमर्रा की जरूरतों में साथ रहना—ये सब मेरी जिंदगी का हिस्सा बन गया था।

बीमारी इंसान को केवल शरीर से कमजोर नहीं करती। बीमारी पूरे परिवार को अपने साथ बीमार करती है।

एक व्यक्ति अस्पताल के बेड पर होता है, लेकिन उसके साथ कई लोग मानसिक रूप से अस्पताल में पड़े होते हैं।

आज की सबसे बड़ी समस्याओं में स्वास्थ्य संकट केवल बीमारी नहीं है; बीमारी के साथ परिवार पर पड़ने वाला मानसिक, आर्थिक और भावनात्मक बोझ भी है।

हमने इलाज की तकनीक तो बहुत आगे बढ़ा दी, लेकिन क्या हमने बीमार व्यक्ति के परिवार को संभालने की व्यवस्था भी उतनी ही मजबूत की?

किसी मरीज के साथ खड़ा रहने वाला व्यक्ति भी थकता है। उसका भी शरीर दुखता है। उसका भी मन टूटता है। लेकिन वह अक्सर इसलिए नहीं रोता क्योंकि उसे लगता है —“अगर मैं भी टूट गया तो इन्हें कौन संभालेगा?”

3. एक ही अस्पताल में दो तरफ जिंदगी

मेरे जीवन का शायद सबसे कठिन दृश्य वह था जब मेरे पिता ICU में थे और मेरी माँ भी उसी अस्पताल के दूसरे हिस्से में भर्ती थीं।

एक तरफ पिता की जिंदगी चिंता में थी। दूसरी तरफ माँ की चिंता थी।

और मैं?

मैं दोनों के बीच था।

किसके पास बैठूँ? किसे संभालूँ? किसे पहले देखूँ?

उस समय मन करता था कि जोर-जोर से रोऊँ।

इसलिए मैं अस्पताल से बाहर पार्क में चला गया।

वहाँ जाकर मैं रोया।

जितना रो सकता था, रोया।

फिर आँखें पोंछीं और वापस अस्पताल चला गया।

वापस जाकर ऐसे व्यवहार किया जैसे कुछ हुआ ही नहीं।

यही शायद आज के इंसान की सबसे बड़ी त्रासदी है।

वर्तमान समय की सबसे बड़ी समस्या यह भी है कि मजबूत दिखने वाले इंसान की कमजोरी देखने वाला कोई नहीं है।

हम किसी से पूछते हैं—“काम कैसा चल रहा है?”, “सैलरी कितनी है?”, “घर कैसा है?”

लेकिन बहुत कम लोग पूछते हैं—

“तुम खुद कैसे हो?”

और उससे भी कम लोग यह पूछते हैं—

“अगर तुम टूट गए तो तुम्हें संभालने वाला कौन है?”

4. जिस दिन पिता चले गए

फिर वह दिन आया जिसे कोई बेटा कभी नहीं भूल सकता।

मेरे पिता की साँसें बहुत कठिनाई से चल रही थीं। उनकी साँसों में जैसे हर पल संघर्ष था।

घर में लोग आसपास थे। मैं पहुँचा और मेरे पहुँचने के बाद ही उन्होंने अंतिम साँस ली।

आज भी कभी-कभी मन में एक सवाल आता है—

क्या वह मेरा इंतजार कर रहे थे?

इस सवाल का निश्चित जवाब मेरे पास नहीं है। शायद यह केवल मेरे मन की भावना है। लेकिन कुछ सवालों का जवाब न मिलना भी जिंदगी का हिस्सा है। पिता के जाने के बाद मुझे लगा जैसे घर से केवल एक व्यक्ति नहीं गया, बल्कि एक छाया चली गई।

वह एहसास चला गया कि—

“पिता हैं, चिंता मत कर, मैं देख लूँगा।” मैं छोटा बेटा था। लेकिन परिस्थितियों ने मुझे उम्र से कहीं बड़ी जिम्मेदारियों के सामने खड़ा कर दिया। पिता की मृत्यु के बाद मुझे पहली बार समझ आया कि जिम्मेदारी उम्र देखकर नहीं आती। आज की सबसे बड़ी सामाजिक समस्याओं में से एक यह भी है कि बहुत से युवा समय से पहले बड़े हो रहे हैं। किसी को घर की बीमारी संभालनी है, किसी को कर्ज, किसी को बेरोजगारी, किसी को माता-पिता की जिम्मेदारी और किसी को अपने टूटते रिश्ते।

उम्र जवान होती है, लेकिन मन बूढ़ा होने लगता है।

5. “अब तो जिंदगी सेट है...”

पिता के जाने के बाद परिस्थितियों के कारण मुझे सरकारी नौकरी मिल गई।

लोगों ने कहा अब तो जिंदगी सेट है।

“सरकारी नौकरी लग गई, अब क्या चिंता है?”

लेकिन क्या जिंदगी केवल नौकरी लग जाने से सेट हो जाती है?

मैंने BCA किया था। M.Sc. Computer Science की थी। मेरे भीतर तकनीक की दुनिया में कुछ करने का सपना था। लेकिन जिंदगी ने मुझे एक अलग रास्ते पर ला खड़ा किया।

मैं अपनी सरकारी नौकरी को छोटा नहीं समझता। नौकरी मेरे लिए सम्मान और जिम्मेदारी दोनों है। लेकिन समस्या तब पैदा होती है जब किसी इंसान की शिक्षा, प्रतिभा और सपने परिस्थितियों के कारण उसके काम से पूरी तरह जुड़ नहीं पाते।

आज की सबसे बड़ी समस्याओं में शिक्षा और रोजगार का असंतुलन भी शामिल है।

हम युवाओं को कहते हैं—“पढ़ो, आगे बढ़ो।”

लेकिन उसके बाद पूछने वाला कोई नहीं होता कि—

“तुमने जो पढ़ा, उसका उपयोग कहाँ करोगे?”

कई युवा डिग्री लेकर ऐसे काम करते हैं जो उनकी योग्यता से मेल नहीं खाते। कोई मजबूरी में नौकरी करता है, कोई परिवार के लिए अपना सपना छोड़ता है, कोई अवसर न मिलने के कारण दिशा बदल देता है। देश केवल बेरोजगार युवाओं से नहीं, बल्कि अधूरे सपनों वाले रोजगार प्राप्त युवाओं से भी प्रभावित होता है।

6. जरूरत और चाहत के बीच फँसा इंसान

आज बाजार हमें केवल चीजें नहीं बेचता, वह हमें यह एहसास भी बेचता है कि हमारे पास जो है वह पर्याप्त नहीं है।

नया मोबाइल चाहिए।

नई बाइक चाहिए।

नया घर चाहिए।

विज्ञापन हमें धीरे-धीरे यह समझाता है कि खुशी अगली खरीदारी में छिपी है।

फिर आता है EMI का संसार।

अभी ले जाइए, बाद में थोड़ा-थोड़ा दीजिए।

कई छोटी किस्तें मिलकर जिंदगी का बड़ा हिस्सा खा जाती हैं।

मैं यह बात किसी किताब से नहीं कह रहा।

मैंने खुद ऐसी स्थिति झेली है जहाँ मैंने अपनी सैलरी से भी ज्यादा रकम किस्तों में भरी है।

सोचिए, जिस दिन सैलरी आती है, उस दिन का बड़ा हिस्सा पहले ही किसी और के नाम जा चुका हो तो इंसान के पास बचता क्या है?

फिर जरूरत पड़ती है तो नया कर्ज।

नया कर्ज आता है तो नई किस्त।

नई किस्त आती है तो नया तनाव।

तनाव आता है तो परिवार प्रभावित होता है। परिवार प्रभावित होता है तो रिश्ते प्रभावित होते हैं। और इंसान फिर मोबाइल की स्क्रीन में कुछ देर राहत खोजता है। आज की सबसे बड़ी आर्थिक समस्याओं में से एक अनियंत्रित उपभोक्तावाद और कर्ज का यह चक्र है। हमें बच्चों को केवल कमाना नहीं, बल्कि पैसा संभालना भी सिखाना होगा।

हर इच्छा जरूरत नहीं होती। और हर चीज जो बाजार हमें जरूरी बताता है, वास्तव में जरूरी नहीं होती।

7. जब रिश्तों की कीमत पैसों से मापी जाने लगे

पैसा जरूरी है।

इस सच्चाई से कोई इनकार नहीं कर सकता।

लेकिन समस्या तब शुरू होती है जब पैसा रिश्तों से बड़ा हो जाता है।

हम किसी से पूछते हैं—

“कितना कमाते हो?”

लेकिन बहुत कम पूछते हैं—

“खुश हो?”

हम किसी की नई कार देखकर प्रभावित होते हैं, लेकिन यह नहीं देखते कि उसके पीछे कितनी EMI है। हम किसी के अच्छे घर की तस्वीर देखते हैं, लेकिन यह नहीं देखते कि उस घर में लोग एक-दूसरे से बात भी करते हैं या नहीं। आज की सबसे बड़ी सामाजिक समस्याओं में से एक रिश्तों में समय और संवेदना की कमी है। एक परिवार एक ही कमरे में बैठा हो सकता है, लेकिन हर व्यक्ति अपनी-अपनी स्क्रीन पर हो सकता है। बातचीत कम हो रही है। सुनना कम हो रहा है। समझना कम हो रहा है। और जब संवाद खत्म होता है, तब गलतफहमियाँ शुरू होती हैं। इंसान को केवल पैसा नहीं चाहिए। उसे यह भी चाहिए कि कोई उसके पास बैठकर बिना मोबाइल देखे उसकी बात सुने।

8. मजबूत लोगों की भी एक सीमा होती है

हमने समाज में एक अजीब नियम बना दिया है। मर्द हो, “मजबूत रहो।” “रोना मत।”

“सब संभालो।” “कमाने वाले टूट नहीं सकते।” लेकिन कमाने वाला भी इंसान है। जिम्मेदारी उठाने वाला भी थकता है। पिता बनने वाला भी डरता है। बेटा भी रोना चाहता है। पति भी अकेला हो सकता है। और वह व्यक्ति जो हर किसी को सलाह देता है, उसे भी कभी किसी के कंधे की जरूरत पड़ सकती है। मेरे जीवन में भी ऐसे बहुत से क्षण आए जब मैं रोना चाहता था लेकिन रो नहीं पाया। क्योंकि मुझे लगता था कि मेरे रोने से समस्या हल नहीं होगी। लेकिन आज समझ आता है कि आँसू समस्या का समाधान नहीं होते, पर कभी-कभी मन का बोझ जरूर हल्का कर देते हैं। आज की सबसे बड़ी मानसिक समस्याओं में से एक अपनी भावनाओं को दबाकर जीना है। मानसिक थकान भी वास्तविक थकान है। हर दर्द दवा से ठीक नहीं होता। कुछ दर्द के लिए किसी इंसान की जरूरत होती है।

9. मोबाइल ने हमें जोड़ा या हमारे अकेलेपन को छिपा दिया?

मोबाइल ने दुनिया को हमारी हथेली में ला दिया है।

लेकिन क्या उसने हमें अपने लोगों के करीब भी ला दिया?

जब मैं तनाव में होता हूँ तो कभी-कभी मोबाइल पर लगातार छोटे-छोटे वीडियो देखता रहता हूँ। एक वीडियो खत्म होता है, दूसरा शुरू हो जाता है। समय निकलता जाता है। रात बढ़ती जाती है।

कुछ समय के लिए लगता है कि दिमाग दूसरी दुनिया में चला गया। लेकिन स्क्रीन बंद करते ही वही समस्या सामने खड़ी मिलती है। कर्ज वहीं है। तनाव वहीं है। रिश्तों की समस्या वहीं है।

भविष्य की चिंता वहीं है। आज की सबसे बड़ी समस्याओं में डिजिटल पलायन और अकेलेपन का यह संबंध भी शामिल है। मोबाइल दुश्मन नहीं है। तकनीक भी दुश्मन नहीं है। समस्या तब है जब तकनीक हमारी जरूरत से आगे बढ़कर हमारी भावनात्मक शरण बन जाए। हमारे फोन में सैकड़ों नंबर हो सकते हैं। सोशल मीडिया पर हजारों दोस्त हो सकते हैं। WhatsApp पर दर्जनों ग्रुप हो सकते हैं।

लेकिन रात के दो बजे अगर हम सच में टूट जाएँ और कहें—

“मुझे किसी से बात करनी है”

तो क्या हमारे पास कोई ऐसा व्यक्ति है जिसे हम बिना झिझक फोन कर सकें?

यही आधुनिक अकेलापन है।

10. शरीर भी एक दिन हिसाब माँगता है

जब मन लंबे समय तक तनाव में रहता है तो उसका असर शरीर पर भी पड़ता है।

नींद खराब होती है।

खाना अनियमित होता है।

व्यायाम छूटता है।

थकान बढ़ती है।

फिर शरीर जवाब देना शुरू करता है।

हम कहते हैं—“स्वास्थ्य का ध्यान रखो।”

लेकिन क्या हमने कभी यह पूछा कि जिस इंसान के ऊपर दस चिंताएँ हैं, वह अपने स्वास्थ्य के लिए समय कहाँ से निकाले?

जिस व्यक्ति को रात में नींद नहीं आती, उसे केवल “तनाव मत लो” कहना पर्याप्त नहीं है। आज की सबसे बड़ी स्वास्थ्य समस्याओं में से एक जीवनशैली की समस्या से ज्यादा जीवन की परिस्थितियों की समस्या है।

स्वास्थ्य केवल अस्पताल और दवा का विषय नहीं है।

स्वास्थ्य में नींद भी है। शांति भी है।

समय भी है।

संतुलित भोजन भी है।

परिवार का सहयोग भी है।

और मन की स्थिति भी है।

11. जब विवाह भी तनाव का एक और मैदान बन जाए

रिश्ते जिंदगी को सहारा दे सकते हैं, लेकिन जब संवाद खत्म हो जाए तो वही रिश्ते तनाव का कारण भी बन सकते हैं।

मेरी अपनी वैवाहिक जिंदगी में भी ऐसे दौर आए जब परिस्थितियाँ इतनी कठिन हुईं कि अलगाव और कानूनी प्रक्रिया तक की स्थिति बनी।

मैं यह नहीं कहता कि हर टूटा हुआ रिश्ता गलत है। जहाँ हिंसा, अत्याचार या असुरक्षा हो, वहाँ अलग होना किसी व्यक्ति के लिए सही और जरूरी निर्णय भी हो सकता है।

लेकिन मेरी कहानी ने मुझे यह जरूर सिखाया कि आर्थिक तनाव, परिवार का दबाव, मानसिक थकान और संवाद की कमी रिश्तों को धीरे-धीरे कमजोर कर सकते हैं।

दो लोग एक ही घर में रह सकते हैं और फिर भी एक-दूसरे से बहुत दूर हो सकते हैं।

आज की सबसे बड़ी पारिवारिक समस्याओं में से एक साथ रहते हुए भी भावनात्मक रूप से अलग हो जाना है।

रिश्तों को केवल जिम्मेदारियों से नहीं, बातचीत से भी चलाया जाता है।

कभी-कभी एक सवाल—

“तुम परेशान तो नहीं हो?”

पूरे रिश्ते को टूटने से बचा सकता है।

12. भीड़ के बीच अकेला इंसान

हम इतिहास के सबसे connected दौर में रह रहे हैं।

लेकिन शायद भावनात्मक रूप से सबसे अकेले दौर में भी।

हम online हैं, लेकिन available नहीं। हम connected हैं, लेकिन connected महसूस नहीं करते। हम status देखते हैं, लेकिन इंसान नहीं देखते। किसी की तस्वीर पर “Nice” लिख देना आसान है, लेकिन उसके मन की बात सुनने के लिए आधा घंटा बैठना मुश्किल हो गया है। आज की सबसे बड़ी समस्याओं में से एक भीड़ के बीच बढ़ता अकेलापन है। अकेलापन केवल अकेले कमरे में रहने का नाम नहीं है। कभी-कभी परिवार के बीच बैठकर भी इंसान अकेला होता है।

कभी पत्नी के पास बैठा पति अकेला होता है। कभी माता-पिता के बीच बैठा बेटा अकेला होता है। कभी दोस्तों की भीड़ में बैठा युवा अकेला होता है। और सबसे खतरनाक स्थिति तब होती है जब इंसान अपने अकेलेपन को पहचानना भी बंद कर देता है।

13. वर्तमान समय की सबसे विकराल समस्या आखिर है क्या?

अगर मुझसे पूछा जाए कि आज की सबसे बड़ी समस्या क्या है, तो मैं केवल बेरोजगारी नहीं कहूँगा। केवल महंगाई नहीं। केवल कर्ज नहीं। केवल मानसिक तनाव नहीं। केवल अकेलापन नहीं। केवल रिश्तों का टूटना नहीं। केवल मोबाइल की लत नहीं।

वर्तमान समय की सबसे विकराल समस्या इन सभी समस्याओं का एक-दूसरे से जुड़कर इंसान को भीतर से कमजोर करते जाना है। एक युवा को उसकी योग्यता के अनुसार अवसर नहीं मिलता। वह आर्थिक दबाव में आता है। फिर खर्च पूरे करने के लिए कर्ज लेता है। तनाव से परिवार प्रभावित होता है। परिवार में संवाद कम होता है। व्यक्ति अकेला महसूस करता है। वह मोबाइल में पलायन खोजता है। रात देर तक जागता है। नींद खराब होती है। स्वास्थ्य बिगड़ता है। स्वास्थ्य पर खर्च बढ़ता है। फिर आर्थिक दबाव और बढ़ जाता है। यह एक चक्र है। और इस चक्र में फँसा इंसान बाहर से केवल इतना कहता है—
“मैं ठीक हूँ।”

यही इस समस्या की भयावहता है।

14. हमें सफलता की परिभाषा बदलनी होगी

हमने सफलता को बहुत छोटा कर दिया है।

अच्छी नौकरी।

बड़ा घर।

महँगी गाड़ी।

नया मोबाइल।

बैंक बैलेंस।

सोशल मीडिया पर अच्छी तस्वीर।

लेकिन अगर इन सबके बीच नींद चली गई तो?

अगर परिवार से बातचीत खत्म हो गई तो?

अगर स्वास्थ्य बिगड़ गया तो?

अगर मन हमेशा तनाव में रहा तो?

अगर इंसान अपने ही जीवन से संतुष्ट नहीं है तो फिर यह सफलता किस काम की?

आज की सबसे बड़ी सामाजिक समस्याओं में से एक सफलता की गलत परिभाषा है।

सफलता यह भी होनी चाहिए कि हम रात को चैन से सो सकें।

हम अपने माता-पिता के साथ बैठ सकें।

अपने बच्चों को समय दे सकें।

अपने जीवनसाथी से खुलकर बात कर सकें।

अपनी परेशानी स्वीकार कर सकें।

जरूरत पड़ने पर मदद माँग सकें।

और सुबह उठकर यह महसूस कर सकें कि हम केवल पैसा कमाने के लिए नहीं, बल्कि जीवन जीने के लिए भी पैदा हुए हैं।

15. समाधान सिर्फ सरकार के पास नहीं है

सरकार की भूमिका बहुत महत्वपूर्ण है।

रोजगार के अवसर बढ़ाने होंगे।

शिक्षा को रोजगार और कौशल से जोड़ना होगा।

मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं को मजबूत करना होगा।

वित्तीय साक्षरता बढ़ानी होगी।

बीमार और बुजुर्ग परिवारों के लिए सहायता व्यवस्था मजबूत करनी होगी।
लेकिन क्या केवल सरकार यह समस्या हल कर सकती है?
नहीं।

परिवार को भी बदलना होगा।

हमें अपने बच्चों से केवल यह नहीं पूछना चाहिए कि—
“कितने नंबर आए?”

बल्कि यह भी पूछना चाहिए—

“तुम खुश हो?”

पति-पत्नी को केवल खर्च और जिम्मेदारियों पर बात नहीं करनी चाहिए, बल्कि मन की स्थिति पर भी बात करनी चाहिए।

माता-पिता को अपने बच्चों की चुप्पी को हमेशा “जिद” नहीं समझना चाहिए।

दोस्त को केवल मजाक करने वाला नहीं, सुनने वाला भी बनना चाहिए।

आज की सबसे बड़ी समस्या का समाधान केवल व्यवस्था बदलने से नहीं, इंसान का इंसान के प्रति व्यवहार बदलने से भी होगा।

हमें फिर से सुनना सीखना होगा।

बिना निर्णय दिए सुनना।

बिना तुरंत सलाह दिए सुनना।

कभी-कभी इंसान को समाधान नहीं चाहिए होता, उसे केवल यह विश्वास चाहिए होता है कि—

“कोई मेरे साथ है।”

16. मेरी कहानी का सच

मैंने अस्पताल देखा है।

मैंने अपने पिता को बीमारी से लड़ते देखा है।

मैंने उन्हें उठाकर अस्पताल पहुँचाया है।

मैंने अपनी पीठ का दर्द छिपाया है।

मैंने उनकी रोजमर्रा की जरूरतों में उनका साथ दिया है।

मैंने ICU के बाहर इंतजार किया है।

मैंने माँ और पिता दोनों की चिंता एक साथ झेली है।

मैंने अस्पताल के पार्क में छिपकर रोया है।

मैंने पिता को खोया है।

मैंने वह खालीपन महसूस किया है जिसमें अचानक लगता है कि अब जिम्मेदारियों से बचाने वाला कोई नहीं है।

मैंने अपनी पढ़ाई और सपनों के बीच परिस्थितियों को आते देखा है।

मैंने नौकरी पाई और लोगों को कहते सुना—

“अब तो जिंदगी सेट है।”

लेकिन भीतर की जिंदगी इतनी सरल नहीं थी।

मैंने आर्थिक दबाव झेला है।

मैंने रिश्तों में तनाव देखा है।

मैंने अकेलापन महसूस किया है।

मैंने मोबाइल में कुछ समय के लिए खुद से बचने की कोशिश की है।

मैंने नींद और तनाव के बीच संघर्ष किया है।

और मैंने ऐसी आर्थिक स्थिति भी देखी है जहाँ मेरी सैलरी से ज्यादा रकम किस्तों में चली गई। इसलिए मैं यह लेख किसी और को देखकर नहीं लिख रहा। मैं इसमें से होकर आया हूँ।

मेरी कहानी हर व्यक्ति की कहानी नहीं है। लेकिन मेरी कहानी ने मुझे यह देखने की दृष्टि जरूर दी है कि मेरे आसपास कितने लोग अपने-अपने तरीके से लड़ रहे हैं।

कोई कर्ज से लड़ रहा है।

कोई नौकरी के लिए। कोई बीमारी से।

कोई रिश्ते के लिए।

कोई अकेलेपन से।

कोई अपने अधूरे सपनों से।

और शायद सबसे कठिन लड़ाई वह है जो इंसान खुद से लड़ता है।

वह लड़ाई जिसमें सवाल होता है—

“मैं सबको संभाल रहा हूँ, लेकिन मुझे कौन संभालेगा?”

17. जिंदा रहने की जिद

मैं अपने अतीत को बदल नहीं सकता।

मैं अपने पिता को वापस नहीं ला सकता।

मैं उन दिनों को वापस नहीं ला सकता जब जिंदगी कुछ और थी।

मैं अपने हर फैसले को बदल नहीं सकता।

मैं अपनी हर आर्थिक गलती को मिटा नहीं सकता।

लेकिन एक चीज मेरे हाथ में है—

मैं रुकूँगा या नहीं।

यही “जिंदा रहने की जिद” है।

जिंदा रहना केवल साँस लेते रहना नहीं है।

जिंदा रहना है—गिरने के बाद उठना।

थकने के बाद थोड़ा आराम करना और फिर चलना।

जरूरत पड़ने पर मदद माँगना।

अपने मन की बात कहना।

अपने परिवार के लिए समय निकालना।

अपने स्वास्थ्य को महत्व देना।

अपने अधूरे सपनों को पूरी तरह मरने न देना।

और यह स्वीकार करना कि मजबूत इंसान भी कभी-कभी कमजोर पड़ सकता है।

कभी-कभी जिंदगी हमारे सपनों का रास्ता बदल देती है, लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि सपने खत्म हो गए। शायद रास्ता लंबा हो गया।

शायद मंजिल बदल गई।

शायद गति धीमी हो गई।

लेकिन कहानी अभी खत्म नहीं हुई।

जब सब कुछ बहुत भारी लगता है, तब मेरे भीतर से एक आवाज आती है—

“चल... अभी खत्म नहीं हुआ।”

यही आवाज मेरी जिंदा रहने की जिद है।

18. लेख का सार

वर्तमान समय की सबसे विकराल समस्या को अगर केवल एक शब्द में समझाने की कोशिश की जाए तो शायद हम उसके साथ न्याय नहीं कर पाएँगे।

यह केवल बेरोजगारी नहीं है।

यह केवल महंगाई नहीं है।

यह केवल गरीबी नहीं है।

यह केवल कर्ज नहीं है।

यह केवल मानसिक तनाव नहीं है।

यह केवल अकेलापन नहीं है।

यह केवल रिश्तों का टूटना नहीं है।

यह केवल डिजिटल लत नहीं है।

यह केवल स्वास्थ्य संकट नहीं है।

आज की सबसे विकराल समस्या इन सभी समस्याओं का आपस में जुड़कर इंसान को भीतर से कमजोर करते जाना है।

एक युवा अपनी शिक्षा के बाद अवसर खोजता है। अवसर नहीं मिलता तो आर्थिक दबाव आता है। आर्थिक दबाव उसे कर्ज और EMI की तरफ ले जाता है। कर्ज का तनाव परिवार को प्रभावित करता है। परिवार में तनाव रिश्तों को प्रभावित करता है। रिश्तों में संवाद कम होता है तो अकेलापन बढ़ता है। अकेलेपन में इंसान मोबाइल और डिजिटल दुनिया में शरण खोजता है। देर रात तक स्क्रीन देखने से नींद और स्वास्थ्य प्रभावित होते हैं। स्वास्थ्य खराब होता है तो खर्च बढ़ता है। खर्च बढ़ता है तो आर्थिक दबाव और बढ़ जाता है।

यानी समस्या एक नहीं है।

समस्या एक चक्र है।

और इस चक्र का सबसे कमजोर बिंदु कोई अर्थव्यवस्था, कोई तकनीक या कोई व्यवस्था नहीं— इंसान खुद है।

मेरा अपना जीवन इस बात का प्रमाण है कि परिस्थितियाँ इंसान को कितना बदल सकती हैं। Computer Science की पढ़ाई से शुरू हुई मेरी कहानी अस्पतालों तक पहुँची। पिता की बीमारी ने मुझे जिम्मेदारियों के सामने खड़ा किया। मैंने अपने पिता को उठाकर अस्पताल पहुँचाया, उनकी बीमारी के दिनों में उनके साथ रहा, माँ की चिंता देखी और ICU के बाहर अपनी भावनाओं को छिपाया। अस्पताल के पार्क में अकेले रोकर वापस आकर सामान्य

बनने की कोशिश की।

फिर पिता चले गए।

उनके जाने के साथ मेरे जीवन की एक छत भी चली गई।

पर जिंदगी रुकी नहीं।

जिम्मेदारियाँ आईं।

नौकरी आई।

लोगों ने कहा—“अब तो जिंदगी सेट है।”

लेकिन बाहर से सेट दिखाई देने वाली जिंदगी के भीतर सपने, तनाव, आर्थिक दबाव, रिश्तों की उलझन, अकेलापन और कई अनकहे सवाल मौजूद रहे।

मैंने अपनी सैलरी से ज्यादा रकम किस्तों में भरी है।

इस एक वाक्य में मेरे लिए केवल पैसा नहीं है। इसमें वह पूरी व्यवस्था छिपी है जिसमें इंसान अपनी आज की जरूरत और कल की चिंता के बीच फँस जाता है।

इसलिए आज हमें विकास के साथ यह भी पूछना होगा—

इस विकास के बीच इंसान कितना बचा है?

हमने तकनीक बना ली, लेकिन क्या हमने संवाद बचाया?

हमने ऑनलाइन दुनिया बना ली, लेकिन क्या हमने अपनापन बचाया?

हमने EMI आसान कर दी, लेकिन क्या हमने आर्थिक समझ भी बढ़ाई?

हमने रोजगार के नए रास्ते बनाए, लेकिन क्या हर युवा को उसकी योग्यता के अनुसार अवसर दिया?

हमने स्वास्थ्य के बारे में जागरूकता बढ़ाई, लेकिन क्या हमने लोगों को स्वस्थ जीवन जीने का समय दिया?

हमने परिवार को एक छत के नीचे रखा, लेकिन क्या दिलों को भी एक-दूसरे के करीब रखा?

और सबसे महत्वपूर्ण—

क्या हमने इंसान को यह अधिकार दिया कि वह कभी कह सके—“मैं ठीक नहीं हूँ”?

अगर कोई यह कह सके और सामने से जवाब आए—

“कोई बात नहीं, मैं हूँ।” तो शायद हम बहुत-सी समस्याओं को वहीं रोक सकते हैं जहाँ वे शुरू होती हैं।

हमें बच्चों को केवल सफल बनाना नहीं, संवेदनशील बनाना होगा।
युवाओं को केवल नौकरी नहीं, अवसर और दिशा देनी होगी।
परिवार को केवल आर्थिक इकाई नहीं, भावनात्मक सहारा बनाना होगा।
विवाह को केवल सामाजिक व्यवस्था नहीं, संवाद और सम्मान का रिश्ता बनाना होगा।
मोबाइल को जीवन का मालिक नहीं, साधन बनाना होगा।
पैसे को जरूरत समझना होगा, दिखावे का माध्यम नहीं।
और मानसिक परेशानी को कमजोरी समझना बंद करना होगा।
क्योंकि किसी व्यक्ति का रो देना उसकी हार नहीं है।
कभी-कभी रो लेना ही उसे अगली सुबह तक पहुँचाता है।
मेरी कहानी में दर्द है, लेकिन केवल दर्द नहीं है।
इसमें जिम्मेदारी है।
इसमें गलतियाँ हैं।
इसमें आर्थिक संघर्ष है।
इसमें रिश्तों की उलझन है।
इसमें अकेलापन है।
लेकिन इसके साथ उम्मीद भी है।
क्योंकि इंसान की सबसे बड़ी ताकत यही है कि वह टूटकर भी अपने भीतर कुछ बचा सकता है।
एक अधूरा सपना।
एक माँ की चिंता।
एक परिवार को बेहतर बनाने की इच्छा।
और एक आवाज—
“अभी खत्म नहीं हुआ।”
इसी आवाज का नाम है—
जिंदा रहने की जिद।
मेरे लिए जिंदा रहने की जिद का अर्थ केवल यह नहीं कि मैं साँस लेता रहूँ। इसका अर्थ है कि परिस्थितियाँ चाहे जितनी कठिन हों, मेरे भीतर का इंसान मरने न पाए। मेरी संवेदनाएँ न मरें। मेरे सपने न मरें। मेरी उम्मीद न मरे। मेरे रिश्तों की कीमत पैसे से बड़ी रहे।
क्योंकि शायद वर्तमान समय की सबसे विकराल समस्या यही नहीं कि लोग परेशान हैं।

सबसे विकराल समस्या यह है कि बहुत से लोग परेशान होकर भी किसी को बता नहीं पा रहे कि वे परेशान हैं।

और शायद इस समस्या का पहला समाधान एक छोटे-से सवाल से शुरू हो सकता है—

“तुम सच में ठीक हो?”

और अगर सामने वाला पहली बार कह दे—

“नहीं।”

तो हमें उसके पास बैठकर सिर्फ इतना कहना होगा—

“कोई बात नहीं... मैं हूँ।”

शायद वहीं से किसी इंसान के भीतर फिर से जिंदा रहने की जिद पैदा हो जाए।

- मोहित भाटिया



लेखक परिचय

नाम - मोहित भाटिया





अन्तरा शब्दशक्ति प्रकाशन

पं.क्र. (04/21/05/207665/19)

अन्तरा
शब्दशक्ति

www.antrashabdshakti.com
प्रकाशन एवं बहुदेशीय संस्था

कलम की शक्ति, समाज की दिशा

सम्मान-पत्र

यह प्रमाणित किया जाता है कि



आ.....मोहित भाटिया.....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...

हिन्दी
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...

