खेल

अणिमा उपाध्याय

आलोक प्रकाशन

अंश

अणिमा उपाध्याय

आलोक प्रकाशन

C – 2018 – अणिमा उपाध्याय

पाठकों से .....

प्रिय पाठक मित्रों मेरा कविता संग्रह "स्पंदन" आप सभी ने सराहा इसके लिए आभार. विचारों को कागज़ पे उकेरना कवि को अप्रतिम अनुभूति कराता है. ये तब दोगुनी हो जाती है जब उसे अपनी रचनाओं के लिये पाठकों का स्नेह प्राप्त होता है. मेरा यह काव्य संग्रह अनेक रंगों में रंगा हुआ सा प्रतीत होगा व आपकी उम्मीदों पे अवश्य खरा उतरेगा इसी अभिलाषा के साथ मै अपना यह नूतन काव्य-संग्रह "अंश" आपको समर्पित करती हूँ.....

अणिमा उपाध्याय

अनुक्रमणिका

क्रमांक	कविता	पेज क्रमांक
1	अग्नि परीक्षा	1
2	शब्द	3
3	यादें	6
4	ख़बर	7
5	ज़िन्दगी	9
6	मुझे अच्छा लगा	10
7	बहन	12
8	शाम हो गयी	13
9	दोस्त	14
10	नदी	15
11	ज़मीं पे सोना होता है	17
12	घुंघरू	19
13	कुछ न पूछोगे	20
14	प्रतिज्ञा	21
15	आत्मावलोकन	23
16	बदलते-दस्तूर	25
17	इतनी सी है इल्तिज़ा	27

क्रमांक	कविता	पेज क्रमांक
18	वैसे ही उड़ जाना तुम	28
19	बुलबुले	29
20	दरख़्त	31
21	नश्तर चुभो गये	33
22	और रुप्पय्या घर आये	34
23	वाह जी कमाल है	36

अग्नि परीक्षा

सत्य को ही क्यों हमेशा
परखा अजमाया गया
झूठ तो पैरों बिना भी
अपना हक़ पाता गया

क्यों परीक्षा देनी पड़तीं
सीता - सत्यवान को
धरती भी फटती नहीं क्यों
निगल ले हैवानों को

आज फिर निस्तेज होकर
सत्य खुद को ढूंढता है
बोल-बाला झूठ का है
सत्य सहमा देखता है

हाय भी लगती नहीं
इन दरिंदों हैवानों को
देखो कैसे पीटते हैं
सत्य के रखवालों को

क्रूर-बर्बरता का नंगा-नाच
यहां चल रहा है
पस्त बेदम सा खड़ा
यह सत्य सब कुछ झेलता है

अति-अतिशयोक्ति की
बातें झूठे कर रहे हैं
सत्य को ठोकर लगाते
रौंदते कुचल रहे हैं

कितनी अभी और बलियां
देनी होंगी सत्य को
सिद्ध हो जो झूठ और
जो रोक दे विध्वंस को

शब्द

कभी गौर किया है
शब्दों का स्वाद, कैसा होता है
अचरज हुआ न
शब्दों को कौन चखता है
वह तो सुना जाता है
फिर उसका स्वाद कहां से आता है

परन्तु यह बात सोलह आने सच्ची है
शब्दों में स्वाद होता है
यह बात जानी-परखी है
चाहें तो खुद आज़मा लें
शब्दों का ज़ायका, खुद ही पा लें

कुछ शब्द होते हैं
जो दिलासा दे जाते है
मुंह और जिव्हा को
तरल कर जाते हैं

पर विषैले शब्द
मुंह में ज़हर घोल
जाने कैसा, कसैला स्वाद बनाते हैं
जो देर तक, कचोटते हैं और
दिल को दहलाते हैं

वहीँ मिश्री से बोल
ह्रदय में हिलोरें उठाते हैं
सर उठा के जीने की
प्रेरणा दे जाते हैं

वहीँ व्यंग्य बाण दिल को
छलनी कर जाते हैं
कुछ भी करने का उत्साह
ठंडा पड़ जाता है
जैसे आदमी के सर पे
डंडा पड़ जाता है

मस्ती में डूबे शब्द
मदहोशी लाते हैं
क्रोध और मक्कारी के बोल
विषाक्त हो जाते हैं
यही दरिंदगी का भी
सबब बन जाते हैं

कई बार शब्दों की
झिडकियां सुनकर हम
खून का घूंट
भरकर रह जाते हैं

कैसे यह शब्द हैं
वैसे बेजान हैं
तोल-तोल के बोलो इन्हें
इनमें भी बसते प्राण हैं

यादें

फिर यादों ने अपनी चादर फैलाई थी
गुनगुनी महक मेरे अंदर कसमसाई थी
हवा के झोंके से कहीं अंदर कुछ टूट गया
हाथ छूटा तो और भी बहुत कुछ छूट गया

खारापन आँखों का मुंह में भी महसूस हुआ
सूखते लबों को आब तो नसीब हुआ
शायद कहीं दूर चिडियां चहचहाती होंगी
अपने नसीब पे कलियां इतराती होंगी

खिज़ा को एक बार फिर बसंत लाना होगा
हर तूफ़ान को कहीं तो रुक जाना होगा
बुझे हुए चिरागों से अभी भी धुएं की बू आती है
जगा के रखो आस अभी होश बाकी है

मैंने मन्नत खुदा से बस यही मांगी थी
उधार के कुछ लम्हे और थोड़ी आज़ादी थी
बिखरे हुए लम्हे खुद में समेटे रखना
भूल जाओ सब मगर यादें सलामत रखना

ख़बर

आज फिर एक खबर छपी है
यूँ तो ख़बरें रोज़ छपतीं हैं
कुछ दिनों सुर्खियों में रहकर
फिर गायब हो जातीं हैं
इसमें नया क्या है
न्यूज़ चैनलों की टी आर पी बढ़ाती हैं
नेताओं की तस्वीरें और टी वी पर
बहस का नाटक दिखाती हैं
पर्दे पर एक-दूसरे पे चिल्लाना
ओछी तोहमतें लगाना
पर इससे किसी का क्या भला होगा
तोहमतों और लांछनों का
अखबार कल रद्दी
के भाव बिक जायेगा
शायद पुरानी खबर में कल
किसी गरीब की रोटी बंध जायेगी
तकदीर उसकी फिर भी
क्या बदल पाएगी ?
फिर बनेंगी ख़बरें
ज़ारी रहेगा यह सिलसिला
अंतहीन मुद्दों का
ख़बरों का बातों का
लगातार बोलने वाले
अनगिनत चेहरों का

न न्याय होगा
न न्याय मिलेगा
आम आदमी इसी तरह
ख़बरों में नीलाम होगा

ज़िन्दगी

थम गयी है जम गयी है
हां यहां यह ज़िन्दगी
खट रही है लुट रही है
पिट रही है ज़िन्दगी
सिल्क पे पेबंद माफिक
कट रही है ज़िन्दगी
बनके किस्से और कहानी
बिक रही है ज़िन्दगी
खाइयों और झाइयों में
सिमट गई ज़िन्दगी
सांसों में चैतन्य मगर
मर गई है ज़िन्दगी
खाली-खाली रीति-रीति
मिट गई है ज़िन्दगी

मुझे अच्छा लगा

कानों में हल्की सी छूअन
ह्रदय को दे गई स्पंदन
हौले से जब पास आकर
नन्ही बाहों को फैलाकर
धीरे से मुझसे वो बोली
मां ..... मुझे अच्छा लगा

रूठी हुई गम-सुम सी
चुपके-चुपके रोती हुई
पलकों में समेटे बेहिसाब मोती
मेरे गले लगाते ही बोली
मां ..... मुझे अच्छा लगा

जाने कितना कुछ बताने को आतुर
मूक शब्दों को पिरोकर
आंखो-पलकों में सजाकर
गोदी में रख शीष अपना
बुदबुदा के जब वो बोली
मां ..... मुझे अच्छा लगा

क़दमों को गतिरुध्द करके
मुस्कुरा के और पलट के
थामे उसने हांथ मेरे
फिर छुड़ाकर हाथ अपने
जब वो बोली अच्छा sss मां ....
मुझे अच्छा लगा

बहन

वो थी मस्त बहार सी
हल्की - फुल्की फ़ुहार सी
तीख़ी सी मिर्च लाल सी
छाया सी मेरे साथ थी

रुकना उसने सीखा न था
झुकना उसकी फ़ितरत न थी
छल-कपट से दूर थी
वो दो-मुही तलवार थी

जो दुश्मनों को ताड़ ले
अपनों के लिए जान दे
वो मोहिनी मूरत मेरे
परिवार की वो शान थी

डग भरे तो वो शान से
चलती वो सीना तान के
बेफिक्र अल्हड़ मस्त सी
नटखट वो मेरी बहन थी

शाम हो गयी

पल-पल का हिसाब उधर
वो रखते रहे
इधर तो ज़िन्दगी तमाम हो गयी
खुशियां बहुत करीने से
समेटी उनने
यहां तो ज़िन्दगी वीरान हो गयी
कुछ कोरे पन्ने थे
जो उधार लाये थे
दो शब्द लिखने में ही शाम हो गयी
फ़लसफ़ा ज़िन्दगी का
समझते रह गये
और यहां खुरचन भी नीलाम हो गयी
भाई-चारा दोस्ती सब
सुना था हमने मगर
आंधियों में वह भी क़त्लेआम हो गयी

दोस्त

दोस्त कहते हो और जताते भी नहीं
अपनी परेशानियां बताते भी नहीं
ज़हर-बुझे ताने सहकर झूठ ही मुस्कुराते हो
रिसते हुए ज़ख्म दिखाते भी नहीं

वक़्त के साथ दिन भी फ़िरेंगे शायद
खुशियां दस्तक देंगी करेंगी आमद
इन्ही के आसरे पे यूं ही जीते जाते हो
आंसुओं को अपने अकेले पीते जाते हो

मुझे गर दोस्त तुमने माना है
तो मुझे भी दस्तूर यह निभाना है
फ़िक्र क्यूँ करूँ इस दुनिया ज़माने की
संग तेरे मुझको भी कदम बस मिलाना है

धर्म, समाज, और यह दुनियादारी
क्या लौटा पायेगा कभी अपनी यारी
निछावर होके जान तुझपे वारेंगे
तुझे हर गम से हम उबारेंगे

नदी

मैं थी निर्झरणी बहती थी मैं
सूरज की किरणों सी दमकती थी मैं
जाने कितना ही जीवन अपने साथ लिए
साहिल से मिलने को तड़पती थी मैं

आज हूँ सूखी पतली नाले जैसी
भारी गारद और बदबू से भरी
जिसमे झांके न कभी सूरज भी
औ न चाँद करे अठखेलियां ही कभी

अपनी किस्मत पे कभी इठलाती थी मैं
कल-कल बहती चली जाती थी मैं
टकरा जाती जो पत्थरों से कभी
अपने वेग को आज़माती थी मैं

आज न वो वेग है न ही धारा है
मुझे मेरे ईश का बस सहारा है
कैसे इस पाषाण ह्रदय मानव ने
मुझे प्रदूषित करके मारा है

क्या कभी फिर से जी पाऊँगी मैं
अपने प्रिय से कभी मिल पाऊँगी मैं
हिम की बेटी भार्या सागर की
हाय अभिशप्त यूं ही मर जाउंगी मैं

ज़मीं पे सोना होता है

मुझे कहां अपनी रुसवाई का डर होता है
बोले बिना भी कहां मुझे अब सब्र होता है

हम नहीं उन लोगों में जो चीखते चिल्लाते हैं
अपनी तो हर चुप्पी का भी बुरा असर होता है

लोगों की भीड़ में गुम गए कई अपने भी
रिश्तों की फ़ेहरिस्त में बस नाम जुड़ा होता है

इस तरह जीने से तो अच्छा है कि मर जाते
मुर्दों की साँसों का हिसाब कहां होता है

ताउम्र मांगते रहे उल्फत से मगर जी न भरा
कफ़न का कपड़ा तो दो गज ही लम्बा होता है

दूसरों की तोड़कर अपनी इमारत खड़ी की
बंद आँखों को तो सदा ज़मीं पे सोना होता है

शुक्र है की याद है हम भी मुसाफिर हैं यहां
छोड़ के सारा जहां हर शख्स रुखसत होता है

माटी का शरीर जब माटी में मिल जाता है
तभी तो यह क़र्ज़ माटी का अदा होता है

याद रहती है अणिमा जिस किसीको बात यह
मौत का फिर डर उसकी रूह से फ़ना होता है

घुंघरू

मुझे घुंघरू की मानिंद बजाया न करो
तुम मुझे इतना भी आज़माया न करो

टूटे हुए तारों की वीणा हूँ मैं
मेरे तारों पे नगमे सजाया न करो

छलक आयेगा दर्द आँखों से बहकर
इतने प्यार से मुझे बहलाया न करो

कशिश है साथ तेरा पाऊं जीभर
बेबसी अपनी याद दिलाया न करो

गुज़रे हुए लम्हों का अनकहा तसव्वुर हूँ मैं
मुझे अपनी यादों में इस तरह लाया न करो

बदली छट जाए तो चांद का दीदार करना
उंगली के पोरों पे मुझे तारे गिनाया न करो

कुछ न पूछोगे

मेरी आंखों को पढ़ लोगे, तो कुछ न पूछोगे
इस दिल को समझ लोगे, तो कुछ न पूछोगे

ढलक आये आंसुओं के, निशानों में अगर
गहराईयां समंदर की छू लोगे, तो कुछ न पूछोगे

तमन्नाएं यूं ही नहीं सर उठातीं हैं, ख्वाहिशें सभी की रौंदी जाती हैं
उनके मानी अगर गढ़ लोगे, तो कुछ न पूछोगे

यूं ही खून के आंसू रुलाया तुमने, मुझे हर बार आज़माया तुमने
मेरी जगह खुद को रख लोगे, तो कुछ न पूछोगे

महक फूलों की साथ देगी कब तक, करोगे झूठी इबादत कब तक
अपने जैसों से रूबरू हो लोगे, तो कुछ न पूछोगे

सच्चाई गैरों में नहीं ढूँढ़ी जातीं, उंगलियां अपनों पे नहीं उठायी जातीं
वफ़ा का पाठ अगर पढ़ लोगे, तो कुछ न पूछोगे

प्रतिज्ञा

कभी-कभी मुस्काती हूं मैं
गीत पुराने गाती हूं मैं
चलती हूं बेफिक्र राह पर
खुद पर ही इठलाती हूं मैं

नहीं किसी की परवाह कोई
कितने भी कोई कांटे बोए
रौंद के मंजिल पर पहुंचूंगी
हर सपना साकार करुंगी

दुनिया को मैं दिखलाऊंगी
विजय-पताका फहराऊंगी
ओछी -कुत्सित दानवता को
मानवता से मिलवाऊंगी

मुझे इल्म है मुश्किल होगी
अपने भी सब होंगे ढोंगी
ज़हर बुझे शर से बींधेंगे
तन्ज़ कसेंगे चाल चलेंगे

भय तज कर निर्बाध चलूंगी
क्योंकर मैं सहमूंगी डरूंगी
बरसों तक जो रहा कैद में
उस मन को आज़ाद करूंगी

आत्मावलोकन

मैं मुस्काना सीख गई
गीतों को गाना सीख गई
कंकरीले रस्तों पे चलकर
हस्ती को बचाना सीख गई

कोई जो आँख दिखायेगा
या व्यंग्य बाण चलवायेगा
मैं टक्कर दूंगी हर पग पे
मैं भी अब लड़ना सीख गई

क्या गिरना है क्या उठना है
यह सब तो महज ही सपना है
बेकार की बातों से खुद को
देखो मै बचना सीख गई

इस मेले में आने वाले
सब अपना पात्र निभाते हैं
हैं मंजे हुये अभिनेता सब
मैं भी अब अभिनय सीख गई

मुझको कमज़ोर समझना ना
आघात दुबारा करना ना
किश्ती को मौजों से निकाल
साहिल पे लाना सीख गई

सस्ती ओछी बातें करके
क्यों अपना मोल घटाते हो
जो खोल पहन इतराते थे
मैं उसे हटाना सीख गई

सदियों से चुप सहमी-सहमी
आँचल में दुबकी अबला थी
घूंघट अब मैंने दिया उतार
मैं गर्वित जीना सीख गई

बदलते-दस्तूर

आधी-अधूरी सी
हर इक कहानी है
कहती कुछ सहती कुछ
हर इक ज़िन्दगानी है

दिखने-दिखाने को
दस्तूर अच्छे हैं
मज़बूरी कहती है
तुझको भी निभानी है

वो अलग होते हैं
आसमा जो छूते हैं
उनकी सरहदें
अलग मानी जाती हैं

चाँद और तारे भी
गति को बदलते हैं
आगे जो बढ़ते
वो करते मनमानी हैं

बेड़ियों में जो जकड़े हैं
हांथों को कस के पकडे हैं
उनको तो यहाँSS बस
हर बात दोहरानी है

बदला है वक़्त अब
बदला हर इंसा है
धरती प्रकृति ने भी
बदलने की ठानी है

बदलना दस्तूर है
इसमें कहां कुसूर है
आगे बढ़ो छोड़ दो
जो बातें बेमानी हैं

इतनी सी है इल्तिज़ा

रास्तों को रास्तों से, यूं जुदा ना कीजिये
इतने तो अहसां किये हैं, एक और कर दीजिये

वक़्त ठहरा है किसी का ? जो मेरा रुक जाएगा !!!
मुझको मसीहा बनाकर, नसीहत ना दीजिये

ज़िक्रे दास्तानों में मै, अलां था या फ़लां था
आग जो बुझने लगी, उसको हवा ना दीजिये

फूल हूं बाती का बुझती, धुंए सा घुल जाऊंगा
मुझको कालिख ही समझ के, आँखों में रख लीजिये

या खुदा किस्मत पे अपनी, शायद इतराता फिरूं
इतनी सी है इल्तिज़ा, गौर तो कर लीजिये

वैसे ही उड़ जाना तुम

भूले-बिसरे चौबारों पे, ना मुझसे टकराना तुम
जैसे दो अनजान मिले हों, वैसी रीत निभाना तुम

मैं जो देखूं या मुसकाऊं, तो भी पास ना आना तुम
साथ हमारा इतना ही था, मुझको भूल ही जाना तुम

गीतों की कड़ियों का गुंजन, मुझको नहीं सुनाना तुम
मैं आवारा हवा का झोंका, मुझसे लिपट ना जाना तुम

बादल हूं मैं उड़ता-फिरता, आँखों से बरसाना तुम
नये-पुराने किस्से में भी, मुझको याद ना आना तुम

फिर मिलने की कोरी-कल्पना, कह कर ना बहकाना तुम
जैसे छोड़े नीड़ परिंदा, वैसे ही उड़ जाना तुम

बुलबुले

सिलसिला शामों का
गुम हुए नामों का

“कोई” गीत याद आता है
जो मन को बहलाता है

मीत की मनमानी
कब उसने मेरी मानी

यादों में सोते हुए
सपने जवां होते हुए

बुलबुले नज़र आते हैं
मगर वो फूट जाते हैं

जुदा-जुदा राहों पर
चले नंगे पांव पर

मोड़ क्यों आते हैं
वाकये दोहराते हैं

अजब यह कहानी है
ज़िन्दगी निभानी है

खुद से रोज़ वादा कर
चलेंगे यूं ही मुस्काकर

फिर मायूस होते हैं
रोते हुए सोते हैं

सिसकियां दबाते हैं
पर तकिये भीग जाते हैं

दरख़्त

वो दरख़्त ही हैं
जो कण-कण को समेटे रहते हैं
खोखले होकर भी
परिंदों को घरौंदे देते हैं

ज़रा सी बारिश हो
औ वो मुस्काने लगते हैं
कोमल-कोमल कोपलों से
भंवरों को लुभाने लगते हैं

उंची-ऊँची शाखा भी
झूम उठती है ठंडी बयारों से
और जड़ों को देखो जो
धरा को थामे है मजबूत हांथों से

यही तो नीलकंठ है
जो ज़हर भी सोख लेते हैं
बेघर हुए राहगीरों को
सोने का सहारा देते हैं

इन्हें मत काटो वर्ना
क्या कभी जी पाओगे
इनके बिना तुम भी तो
हवा बिन मर जाओगे

नश्तर चुभो गये

फ़िक्रे उधार मांग के, तानों में ढल गये
हाय अब दोस्ती के, मानी बदल गये

जो खैरियत थे पूछते,हर सुबह शाम की
वही हमारी पीठ में, नश्तर चुभो गये

हमसफ़र ढूंढने हम, निकले बाज़ार में
बोली लगाने आये थे, नीलाम हो गये

मौका परस्त कहते थे, हमको जो दिल जले
देखा उन्ही के आज, तो पाले बदल गये

ना मंज़िलों का पता है, ना रास्तों का इल्म
सफ़र यह तय करने को, सारे निकल गये

जो तयशुदा था वो भी तो, सब कुछ बिखर गया
खाली हमारे साथ, यह दो हाथ रह गये

जो चिलमनों में रहते थे, वो चिलमनों में हैं
बाकी के सारे कपड़े, तार-तार हो गये

और रुप्पय्या घर आये

मेरे देशवासियों मित्रों
माता-बहने और बच्चों
मिश्री घोल रहे हैं नेता
अब चुनाव आया समझो

आलू-प्याज के भाव कल तक
आसमान को छूते थे
औंधे मुंह वो गिरे अचानक
कोल्ड स्टोर समेटे थे

पेट्रोल की टंकी में भी
आग लगी थी जैसे की
माहमारी सी फ़ैल रही थी
हाय यह मंहगाई भी

त्योहारों के मौसम जैसे
यह चुनाव भी है आया
बांट रहे कंबल कम्प्यूटर
सारे जग को भरमाया

काश प्रभु ऐसा हो जाये
यह चुनाव रोज़ आये
भूंखे पेट न सोये कोई
और रुप्पय्या घर आये

वाह जी कमाल है

वाह जी कमाल है
कोई मालामाल तो
कोई कंगाल है
देश का तो हो रहा
यहां खस्ता हाल है

रोज़ नये वादे हैं
नये-नये इरादे हैं
नीतियों का जोर है
चहुँ ओर शोर है
जनता बेहाल है
और फटेहाल है

सुनने में अच्छा यह
लगता ज़रूर है
अमरीका इंगलैंड हमें
कहते हुज़ूर हैं
सच्ची यह बात नहीं
इतनी औकात नहीं
खट्टे अंगूरों सी
अभी दिल्ली दूर है

फेसबुक ट्वीटर और
वाट्सएप चलाते हैं

एक्स्पर्ट कह के अपने
गाल खुद बजाते हैं
बैंको से नोटों का
होता हेर-फेर है
राजनीतिक मसलों पे
सभी सवा सेर हैं

किसकी गुहार करें
किसकी पुकार करें
अंतड़ियां भूंखी हैं
धरती भी सूखी है
रोते किसान हैं
छात्र परेशान हैं
रोज़ी नहीं रोटी नहीं
पास अब लंगोटी नहीं
अच्छे दिन आयेंगे
सभी बेक़रार हैं

लोकतंत्र प्रजातंत्र
शब्दों का जाल है
खाली है लुटिया और
खाली यह थाल है
वाह जी कमाल है
बस जी कमाल है