

Postal Regn. No. C.G./RYP DN/65/2022-24

रायपुर से प्रकाशित हिंदी मासिक पत्रिका

आर.एन.आई.पंजीयन क्र.

CHHHIN/2017/72506

किलोल

वर्ष 7 अंक 2, फरवरी 2023



<http://www.kilol.co.in>



म. नं. 580/1, गली न. 17 बी,
दुर्गा चौक, आदर्श नगर, मोवा, रायपुर
ईमेल: wings2flysociety@gmail.com

मूल्य
खुदरा 80/-
वार्षिक 720/-
आजीवन 10000/-

संपादक- डॉ. रचना अजमेरा

सह-संपादक

डॉ. एम सुधीश, डॉ. सुधीर श्रीवास्तव, प्रीति सिंह, ताराचंद जायसवाल, बलदाऊ राम साहू, नीलेश वर्मा,
धारा यादव, डॉ. शिप्रा बेग, रीता मंडल, पुर्णेश डडसेना, वाणी मसीह, राज्यश्री साहू

ई-पत्रिका, ले आउट, आवरण पृष्ठ

कुन्दन लाल साहू

अपनी बात

प्रिय बच्चों एवं शिक्षक साथियों,

माह फरवरी हमें अपने देश के महान विभूतियों को स्मरण करने व उनके पथ पर चलने के लिए प्रेरित करता है. संत रविदास जी, महर्षि दयानंद सरस्वती जी स्वामी रामकृष्ण परमहंस जी ने समाज में व्याप्त कुरीतियों को समाप्त करने के लिए शिक्षा की आवश्यकता पर बल दिया है.

वैज्ञानिक सोच के साथ आगे बढ़ने, अपनी कल्पनाओं को साकार करने के लिए हम इस माह विज्ञान दिवस मनाते हैं. विज्ञान हमें एक प्लेटफार्म देता है. जिसके माध्यम से हम हर असंभव कार्य पूरा कर पाते हैं. आप भी जो सोचते हैं उसको पूरा करना चाहते हैं, तो उसके लिए मन लगा कर पढ़ना होगा. सफलता के लिए अभ्यास व कड़ी मेहनत जरूरी है. आप अच्छे से पढ़ें, सीखें व आगे बढ़ें इन्हीं शुभकामनाओं के साथ .

**आपकी अपनी
डॉ. रचना अजमेरा**

संस्थापक- डॉ. आलोक शुक्ला

मुद्रक कीरत पाल सलूजा तथा प्रकाशक श्यामा तिवारी द्वारा

- विंग्स टू फ्लाई सोसाइटी म. न. 580/1 गली न. 17बी, दुर्गा चौक, आदर्श नगर, मोवा, रायपुर, छ. ग. के पक्ष में.

सलूजा ग्राफिक्स 108-109, दुबे कॉलोनी, विधान सभा रोड़, मोवा जिला रायपुर, छत्तीसगढ़ से मुद्रित
तथा विंग्स टू फ्लाई सोसाइटी, म.न.580/1 गली. न. 17 बी, दुर्गा चौक, आदर्श नगर, मोवा, रायपुर से प्रकाशित,
संपादक डॉ. रचना अजमेरा.

अनुक्रमाणिका

बस्तारहित शिक्षा.....	7
जय विज्ञान.....	9
FLN नारा	11
पंचतंत्र की कहानी	12
कर्मपथ.....	14
नया वर्ष	16
सैनिक.....	18
सही समय.....	19
अधूरी कहानी पूरी करो	20
एक घमंडी हाथी और चींटी	20
दर्श नागरालय, अरुणाचल प्रदेश द्वारा पूरी की गई कहानी.....	21
मनोज कुमार पाटनवार, बिलासपुर द्वारा पूरी की गई कहानी	21
सतीश चन्द्र मिश्र द्वारा पूरी की गई कहानी.....	22
टेकराम ध्रुव 'दिनेश', बिलासपुर द्वारा पूरी की गई कहानी	22
अगले अंक के लिए अधूरी कहानी	24
विजेता मेंढक	24
महीना गीत.....	25
बंदर मामा.....	26
इंद्रधनुष	27
बाल पहेलियाँ	28
चित्र देख कर कहानी लिखो.....	30
कु. पूनम यादव, पाँचवीं, शा. प्रा.शाला बरदुली, मुंगेली द्वारा भेजी गई कहानी.....	30
अगले अंक की कहानी हेतु चित्र.....	31
मन	32
मेरी इच्छा	35

पढ़ाई.....	37
शांता आया	38
नये दौर में पिता की भूमिका	42
कोयल और तोता	45
संगीत	46
असली भूत और नकली भूत	49
नए साल के पंख पर	50
स्वतंत्रता दिवस	51
दयालुता	53
पिता का प्यार अनमोल है	54
अनुभव.....	56
नवल वर्ष के आगमन में	59
नींद उड़ी - सेहत बिगड़ी.....	61
राजा की मुस्कान.....	64
विजय दिवस.....	66
जीवन	68
जैसा भी हो, शुरुआत करू	71
पिंजरा	73
हे माँ.....	79
मंगल हो नववर्ष.....	82
काम की बात	84
नया वर्ष.....	86
नए साल के सपने	88
नव वर्ष हमें कुछ ऐसा मिले	92
जरूरत है, चरित्र शिक्षा की.....	94
सरस्वती वन्दना	97

सचमुच मजा बहुत ही आया.....	98
नव वर्ष मंगलमय हो	100
रात लोरी सुनाने आ गई.....	102
पढ़बा लिखबा त बनबा महान.....	104
इस बार हमें जीता दो	106
मधुमक्खी.....	108
हाड़ कंपाने आ गई सदी	110
आसमान में उड़ी पतंग	111
खरगोश और भेड़िया	113
ग्वाला आया	115
जनऊला	117
जम जायेगा रंग.....	120
मुझे धरा पर आने दो	122
खाएँ खजूर.....	124
आगे छेरछेरा के तिहार	126
नए साल में नई शुरुआत	128
बच्चों को बच्चा ही रहने दें	130
बिगड़े रिश्ते	133
मोबाइल बिगाड़ रहा बच्चों का भविष्य	135
ओए पापा, बड्डी,यार मान जा न.....	137
चलने लगी ठंडी पुरवाई.....	140
शेर	141
नटखट	142
बड़े काम का दर्पण भईया	143
आगे लइकामन के तिहार.....	145
मूँगफली	147

चहकने दो.....	149
छेरछेरा गीत	151
सेवा भाव	153
गरम समोसे	154
अवसर की तलाश न कर	155
जन्मदिन.....	157
बन्दर का जुखाम.....	158
कोयल गीत सुनाती है.....	159
प्यारा घोड़ा.....	160
जीवंत गजल	161
गणतंत्र	163
विजेता	165
आत्मनिर्भर बच्चे	167
विवाहित बेटी के दाम्पत्य जीवन में माँ की भूमिका.....	169
हाथ की लकीरें.....	171
भोले मन की अभिलाषा.....	173
विद्युतचालित सायकिल.....	175
शिक्षा	176
हिंदी हमारी शान	179
मेरे सपने मेरे अपने	181
हिंदी दिवस	183
जनऊला	185
राष्ट्र भाषा हमारी पहचान.....	187
अपने-आपको व्यक्त करना सीखें.....	189
जंगल में पिकनिक.....	191
चंदामामा	193

लक्ष्य	194
कृष्ण की व्यथा	196
बसंत ऋतु	198
मूर्गा	200
नई सुबह की तलाश कर	202
कर्मठता से ही मंजिल पायेगा	204
हर कोई जाना पहचाना लगता है	206
चलो अब हम बदल जाते हैं	208
सर्दी	210
आलू-भाँटा अउ मुनगा के जोड़ीदार : बरी	212
अधेड़ावस्था	215
पुरुष मन की थाह	217
दे-दे ओ छेरछेरा	219
मशरूम की पाटी	221
बौद्धिक क्षमता के विकास की सीढ़ी	222
रसगुल्ले की सगाई	224
दुलौरीन बेटी गंगा	226
मैं तुम्हारी मीरा हूँ	228
सफलता	230
दोस्ती	232
राष्ट्रीय विज्ञान दिवस	233

बस्तारहित शिक्षा

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



हे प्रभु! कर दो पूरी इच्छा.
बस्तारहित दिलाओ शिक्षा.

भरा पुस्तकों से है बस्ता,
ढोते - ढोते हालत खस्ता,
पीठ और कंधे दुखते हैं
रास्ते में चलते - रुकते हैं,

घर से ही मैं दौड़ लगाता
तब मिल पाती मुझको कक्षा.

मिल जाता गृहकार्य है इतना
बड़ी - बड़ी पोथियों के जितना
वैज्ञानिक पद्धति है आई
ऑनलाइन हो क्यों न पढ़ाई

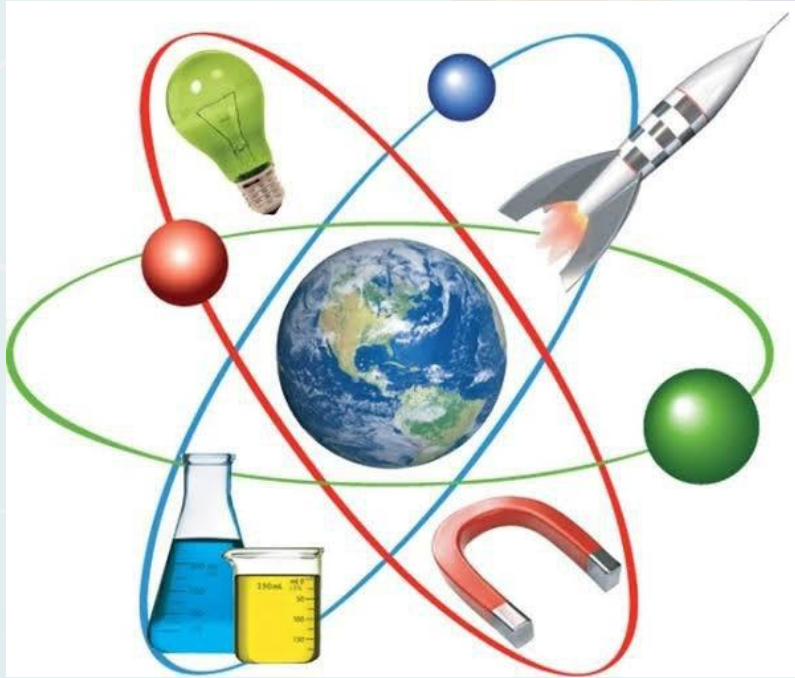
पढ़ूँ पुस्तकें, नोट बनाऊँ
करें विज्ञान स्वयं समीक्षा.

भागमभाग लगी रहती है
कुछ तो खा ले, माँ कहती है
प्रतिदिन जाना शाम को ट्यूशन
भूल गया क्रीड़ा - मनोरंजन

चलती - फिरती मैं मशीन हूँ
मुझे बना दो मानव अच्छा.
हे प्रभु! कर दो पूरी इच्छा.

जय विज्ञान

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



जय प्रौद्योगिकी, जय विज्ञान.
जय तकनीकी अनुसंधान.

पंचतत्व के खुले आवरण,
प्रकृति - मित्र सम करें आचरण,

नव प्रयोग, शुभ नवाचार से,
रचें प्रकृति के नए विधान.

चुनौतियों के लें निकाल हल,
पथ की बाधाएँ, जाएँ टल,

गाँव - देहात और कस्बों में
पिछड़ेपन का करें निदान.

मौलिक सृजनशीलता जागे,
भूत विफलताओं का भागे,

राष्ट्र सृजन से विकसित होवे
करे विश्व जिसका गुणगान.

बहु आयामी हो अन्वेषण,
सु-फले वैज्ञानिक संप्रेक्षण,

लाभान्वित हो सके आमजन
फैलाएँ घर - घर सद्ज्ञान.

देश आत्मनिर्भर बन जाए,
नव शोधों की झड़ी लगाए,

अपनाएँ हम मंत्र स्वदेशी
ऊर्जस्वित हो नवल विहान.

नई - नई खुल जाएँ राहें,
जन - जन की सुदृढ़ हों बाहें,

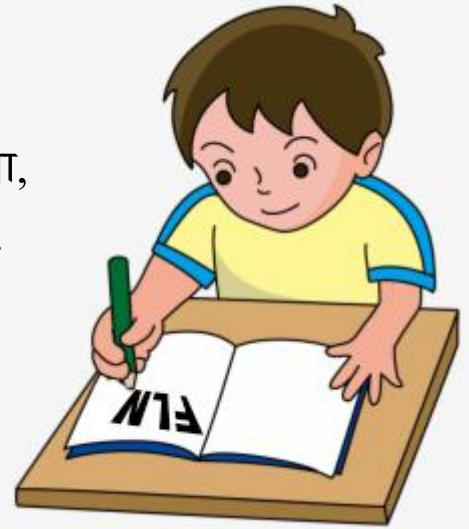
अंतरिक्ष तक सकुशल पहुँचें
भारत के नव मंगलयान.
जय प्रौद्योगिकी, जय विज्ञान.

FLN नारा

रचनाकार- कलेश्वर साहू, बिलासपुर

पढ़बो लिखबो जम्मों छत्तीसगढ़िया,
दुनिया म कहाबो सब ले बढ़िया.

नइ बइठन हमन ठलहा रीता,
पूरा करबो FLN के जम्मो बुता.



पढ़ लिख के जिनगी म बड़ नाम कमाबो,
FLN अभियान ल हमन आगु बड़हाबो.

FLN खोले हे शिक्षा के नवा - नवा दुवार,
लइका के मन म आवत हे नवा- नवा विचार.

सकल पढ़ाई FLN मा होही,
नइ जुड़ही ते मौका खो ही.

बरसत हे FLN म ज्ञान के भण्डार,
शिक्षा जगत के बनगे सुग्घर आधार.

सौ दिन के पठन अउ गणितीय कौशल अभियान,
आवव संगी आधारभूत शिक्षा म लगावव ध्यान.

पंचतंत्र की कहानी

भूखी चिड़िया



सालों पहले एक घंटाघर में टींकू चिड़िया अपने माता-पिता और 5 भाइयों के साथ रहती थी. टींकू चिड़िया छोटी सी थी. उसके पंख मुलायम थे. उसकी मां ने उसे घंटाघर की ताल पर चहकना सिखाया था.

घंटाघर के पास ही एक घर था, जिसमें पक्षियों से प्यार करने वाली एक महिला रहती थी. वह टींकू चिड़िया और उसके परिवार के लिए रोज रोटि का टुकड़ा डालती थी.

एक दिन वह बीमार पड़ गई और उसकी मौत हो गई. टींकू चिड़िया और उसका पूरा परिवार उस औरत के खाने पर निर्भर था. अब उनके पास खाने के लिए कुछ नहीं था और न ही वो अपने लिए खान जुटाने के लिए कुछ करते हैं.

एक दिन भूख से बेहाल होने पर टींकू चिड़िया के पिता ने कीड़ों का शिकार करने का फैसला किया. काफी मेहनत करने के बाद उन्हें 3 कीड़े मिले, जो परिवार के लिए काफी नहीं थे. वे 8 लोग थे, इसलिए उन्होंने टींकू और उसके 2 छोटे भाइयों को खिलाने के लिए कीड़े साइड में रख दिए.

इधर, खाने की तलाश में भटक रही टींकू, उसके भाई और उसकी मां ने एक घर की खिड़की में चोंच मारी, ताकि कुछ मिल जाए, लेकिन कुछ नहीं मिला. उल्टा घर के मालिक ने उनपर राख फेंक दी, जिससे तीनों भूरे रंग के हो गए.

उधर, काफी तलाश करने के बाद टींकू के पिता को एक ऐसी जगह मिली, जहां काफी संख्या में कीड़े थे. उनके कई दिनों के खाने का इंतजाम हो चुका था. वह जब खुशी-खुशी घर पहुंचा, तो वहां कोई नहीं मिला. वह परेशान हो गया.

तभी टींकू चिड़िया, उसका भाई और मां वापस लौटे, तो पिता उन्हें पहचान नहीं पाए और गुस्से में उन्होंने सबको भगा दिया. टींकू ने पिता को समझाने की काफी कोशिश की. उसने बार-बार बताया कि किसी ने उनके ऊपर रंग फेंका है, लेकिन टींकू के हाथ असफलता ही लगी.

उसकी मां और भाई भी निराश हो गए, लेकिन टींकू ने हार नहीं मानी. वह उन्हें लेकर तालाब के पास गई और नहलाकर सबकी राख हटा दी. तीनों अब अपने पुराने रूप में आ गए. अब टींकू के पिता ने भी उन्हें पहचान लिया और माफी मांगी.

अब सब मिलकर खुशी-खुशी एक साथ रहने लगे. उनके पास खाने की भी कमी नहीं थी.

कहानी से सीख : कभी भी किसी पर पूरी तरह निर्भर नहीं रहना चाहिए. इंसान को खुद मेहनत करके अपनी जरूरत की चीजों को जुटाना चाहिए.

कर्मपथ

रचनाकार- हरनारायण चन्द्रा



जीवन कर्मपथ है प्यारे,
नये पुराने कुछ है न्यारे,
किसी ने बाजी मारी है,
किसी ने बाजी हारी है,
अब अगले रण तैयारी है,
फूल और काँटे क्यारी है,
है राह कठिन पर चलते जाना,
शिला की ठोंकर से न घबराना,
निर्धारित हो हमारा क्या लक्ष्य,
मिलेगी हमें इतिहास है साक्ष्य,
सफलता असफलता तो कर्म है,
चलता जा चलता जा यही धर्म है,
उदास नर न हो राह पर कभी,
पुलकित आनंदित हो जन सभी,
कर्तव्य करते चल कर्मनिष्ठ,
अभ्यास ही बल में सर्वश्रेष्ठ,

हथौड़े छिनी की प्रहार,
पत्थर भी है सदाबहार,
हौसलों से आगे बढ़ता जा,
नित नई शिखर चढ़ता जा.

नया वर्ष

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र लखनऊ



नया वर्ष मंगलमय हो.
गौरवपूर्ण सदा जय हो.

कर लें आगत का स्वागत,
त्यागें कुटिल बुरी आदत,
चिंताएँ तो आएँगी
नव कलियाँ मुस्काएँगी

स्वच्छ - स्वस्थ परिवेश रहे
भू की सुषमा अक्षय हो.

हाथ न हो कोई खाली
फूले - फले वृक्ष - डाली
सीखें नए कला - कौशल
पाएँ सब प्रश्नों के हल

पूर्ण प्रगति अभियान चले
लक्ष्य - यात्रा निर्भय हो.

लेने हैं संकल्प नए
खोजें और विकल्प नए
सपनों को पूरा करना
प्राणिमात्र के दुख हरना

सूर्य विखेरे नई किरण
कंठों में मधुरिम लय हो.
नया वर्ष मंगलमय हो .

सैनिक

रचनाकार- अनिता चन्द्राकर, पाटन दुर्ग



घर के सुख ला छोड़ छाड़ के, सैनिक सीमा मा जाथे,
अपन देश के रक्षा खातिर, सीना मा गोली खाथे.

करथे सेवा भारत माँ के, घाम जाड़ अउ पानी मा,
नइ खोजय गा सुख के छइँहा, कभू अपन जिनगानी मा.

पथरा जइसे मन ला करथे, जब घर के सुरता आथे,
अपन देश के रक्षा खातिर, सीना मा गोली खाथे.

नइ डरावय बैरी मन ले, जंगल पर्वत घाटी मा,
अपन वचन ला पूरा करके, माथ नँवाथे माटी मा.

जे होथे बलिदान देश बर, जग ओकर गाथा गाथे,
अपन देश के रक्षा खातिर, सीना मा गोली खाथे.

सही समय

रचनाकार- श्रीमती श्वेता तिवारी, बिलासपुर



सही समय पर रोज उठ जाओ
सही समय पर चलो नहाओ

सही समय पर भोजन करते
सही समय पर पढ़ने जाते

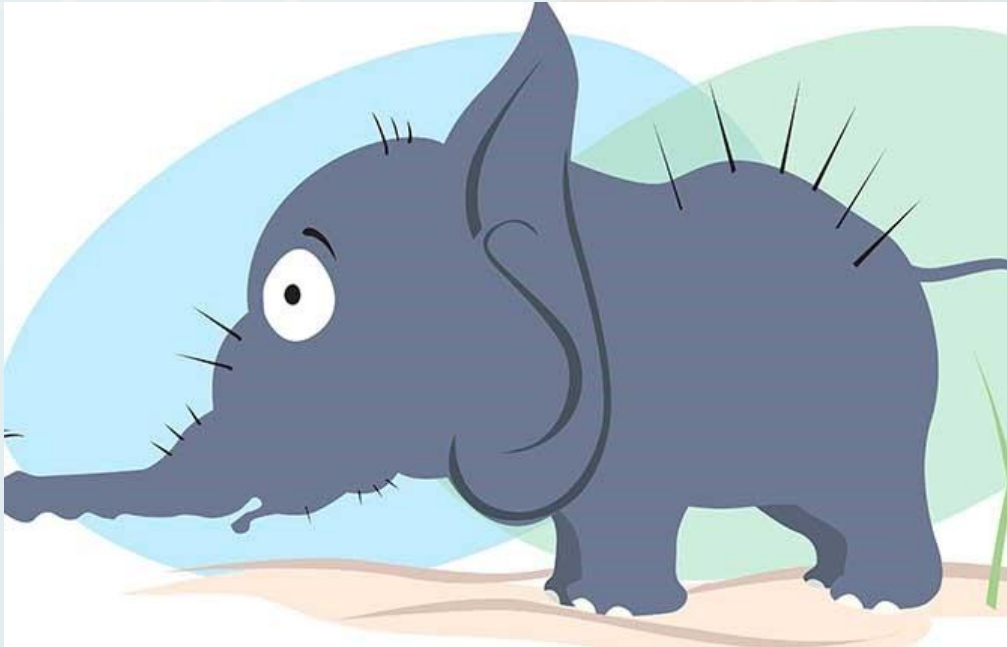
सही समय पर मौज मनाएं
सही समय पर नाचे गाए

सही समय पर सब कर पाते
तो हम बहुत बड़े कहलाते

अधूरी कहानी पूरी करो

पिछले अंक में हमने आपको यह अधूरी कहानी पूरी करने के लिये दी थी—

एक घमंडी हाथी और चींटी



एक बार की बात है. किसी जंगल में एक हाथी रहता था. उसे अपने शरीर और अपनी ताकत का बहुत घमंड था. उसे रास्ते में जो भी जानवर मिलता, वो उसे परेशान करता और डरा कर भगा देता.

एक दिन वह कहीं जा रहा था. रास्ते में उसने एक पेड़ पर एक तोते को बैठा देखा और उससे अपने सामने झुकने के लिए बोला.

तोते ने झुकने से मना कर दिया, तो गुस्से में आकर हाथी ने वो पेड़ ही उखाड़ दिया, जिस पर तोता बैठा था. तोता उड़ गया और हाथी उसे देख कर हंसने लगा.

फिर एक दिन हाथी नदी के किनारे पानी पीने के लिए गया. वहीं पर चींटियों का छोटा-सा घर था.

एक चींटी बड़ी मेहनत से अपने लिए खाना इकट्ठा कर रही थी. यह देख हाथी ने पूछा कि तुम क्या कर रही हो, तो चींटी ने कहा कि बरसात का मौसम आने से पहले अपने लिए भोजन जमा कर रहीं हूं, ताकि बारिश का मौसम बिना किसी परेशानी से निकल जाए. यह सुन कर हाथी के मन में शरारत सूझी और उसने अपनी सूंड में पानी भर कर चींटी के ऊपर डाल दिया.

पानी से चींटी का भोजन खराब हो गया और वो पूरी भीग गई.

इस कहानी को पूरी कर हमें जो कहानियाँ प्राप्त हुई उन्हें हम प्रदर्शित कर रहे हैं.

दर्श नागरालय, अरुणाचल प्रदेश द्वारा पूरी की गई कहानी

एक दिन एक कुत्ता रास्ते में गन्ना चूस रहा था. उसे बहुत दिनों के बाद गन्ना चूसने को मिला था. हाथी को यह देखकर शरारत करने को सूझी. उसने अपने सूंड में कीचड़ भर लिया और कुत्ते पर डाल दिया. इसके बाद उस गन्ने को हाथी ने कुत्ते से ले लिया. गन्ना लेकर हाथी ने खा लिया. यह देखकर कुत्ता उदास होकर चला गया.

दूसरे दिन हाथी को एक चिड़िया दिखाई दी. हाथी उसके पास गया और बोला कि तुम मुझे प्रणाम करो. पर चिड़िया ने कहा, "क्यों? प्रणाम करूं!"

इस बात पर हाथी को गुस्सा आ गया. वह गुस्से में चिड़िया को मारने के लिए दौड़ा. हाथी का पैर फिसला और वह गड्ढे में जा गिरा. उसकी सूंड झाड़ी के पेड़ में फंस गई. हाथी दर्द से कराहने लगा.

अतः ठीक ही कहा गया है कि अपने बल के ऊपर या ताकत के ऊपर घमंड नहीं करना चाहिए.

मनोज कुमार पाटनवार, बिलासपुर द्वारा पूरी की गई कहानी

यह देखकर चींटी को बहुत गुस्सा आया और उसने घमंडी हाथी को सबक सिखाने का सोचा. फिर एक दिन चींटी को मौका मिल ही गया कि वो हाथी को सबक सिखा सके. हाथी भोजन करके हरी घास पर सो रहा था.

चींटी सोते हुए हाथी की सूंड में घुस गई और अंदर से उसे काटने लगी. जैसे ही चींटी ने हाथी को काटा, हाथी दर्द के मारे जोर जोर से चिंघाड़ते हुए रोने लगा और मदद के लिए पुकारने लगा.

तब चींटी ने हाथी के रोने की आवाज सुनी और सूंड से बाहर निकल आई. हाथी उसे देख कर डर गया और अपने किए हुए गलती की माफी मांगी. जब चींटी को महसूस हुआ कि हाथी को अपनी गलती का अहसास हो गया है, तो उसने हाथी को माफ कर दिया. हाथी अब बिल्कुल बदल गया और उसने वादा किया कि अब वो किसी को नहीं सताएगा और दूसरों की मदद करेगा.

कहानी से सीख-

हमें अपनी ताकत पर कभी घमंड नहीं करना चाहिए. अपनी ताकत के जोर पर दूसरों को परेशान करने की जगह उनकी मदद करनी चाहिए.

सतीश चन्द्र मिश्र द्वारा पूरी की गई कहानी

चींटी को हाथी की इस हरकत से बहुत दुख हुआ और गुस्सा भी। लेकिन समय की नाजुकता को देखकर और बलिष्ठ हाथी से लड़कर तो नहीं जीता जा सकता इसीलिए चींटी चुप रहने में ही अच्छा समझा। चींटी ने मन में हाथी को सबक सिखाने के लिए संकल्प कर लिया था। थोड़ा समय बीता, घमंडी हाथी अपने घमंड में चूर था। और वह किसी को कुछ भी नहीं भजता था। चींटी को अपने अपमान का बहुत दुख था। आखिर एक दिन चींटी को मौका मिल ही गया। हाथी बिना किसी भय के आराम कर रहा था और उसे नींद भी आ गयी थी। चींटी को बढ़िया मौका मिल गया और चींटी हाथी की नाक में घुस गई। हाथी के मस्तक में चींटी पहुँच गई। अब हाथी उठकर इधर - उधर दौड़ने लगा। डा. लकड़बग्घा ने भी जवाब दे दिया। घमंडी हाथी पूरे जंगल में दौड़ - दौड़ कर सबसे माफी मांगने लगा। उसे अपनी गलतियों का एहसास हो गया था। हाथी तोता, चूहा और पेड़ों से बिनती कर रहा था। वह चींटी के आगे हाथ जोड़ रहा था। उसके जान पर बन आई थी। वह बेहोश होने वाला था कि, उसने चींटी से कहा, "चींटी बहन माफ कर दो, मैं अब ऐसी गलती नहीं करूँगा। मैं जान गया कि, कोई चाहे कितना बड़ा घमंडी हो एक दिन उसका घमंड धरा रह जाता है!" उसकी हालत और दीनता देखकर चींटी ने उसे माफ कर दिया। और चींटी निकल आई। तबसे अब तक हाथी चींटी के डर से सोता नहीं, और सोता है तो अपनी नाक ऊपर करके और चलते वक्त धूल डालता रहता है। पैरों में हवा करता रहता है कि, कहीं फिर न चींटी घुस जाए।

टेकराम ध्रुव 'दिनेश', बिलासपुर द्वारा पूरी की गई कहानी

पानी से चींटियों का सारा भोजन खराब हो जाने के कारण सारी चींटियां दुखी और उदास हो गईं। वे सोचने लगीं कि यदि फिर से हम लोगों ने अपना भोजन एकत्र किया तो फिर से वह हमारा भोजन खराब न कर दे। सारी चींटियां आपस में सलाह मशविरा कर ये निर्णय लिये कि हम लोग अपना भोजन एकत्र करने का काम नहीं छोड़ेंगे, हम भोजन एकत्र करेंगे। इसके बाद भी वह हाथी नुकसान करने का प्रयास करेगा तो हम उससे अनुनय- विनय कर समझाने का प्रयास करेंगे कि वो ऐसा न करे।

सारी चींटियां पुनः अपना भोजन एकत्र करने में जुट गईं।

कुछ दिनों बाद फिर वह घमंडी हाथी उधर से जाने लगा तो देखा कि चींटियां फिर भोजन एकत्र कर रही हैं। उसने फिर चींटियों से कहा कि मेरे रास्ते में फिर से ये कचरे का अंबार लगा रही हो, हटाओ मेरे रास्ते से इसे, नहीं तो पिछली बार की तरह फिर पानी डालकर इस कचरे और तुम सबको बहाकर अपना रास्ता साफ कर लूँगा।

इतने दिन कि मेहनत विफल होते देख सारी चींटियां हाथी से अनुनय-विनय करने लगीं। एक चींटी हाथी के पास जाकर बोली - हाथी दादा, हमने तुम्हारा क्या बिगाड़ा है जो हमारी इतने दिनों की मेहनत को नष्ट

करने की बात कर रहे हो.तुम तो अपना रास्ता भी बदल कर जा सकते हो. हाथी तो घमंडी था,वह बोला मैं कुछ नहीं जानता, जल्दी से इसे यहां से हटाओ,नहीं तो मैं तुम सबको यहां से हटा दूंगा.

चींटियों ने फिर समझाने का प्रयास करते हुए कहा कि - भला किसी का नहीं कर सकते तो बुरा करने का भी प्रयास न करें.अपने इस भारी-भरकम शरीर पर घमंड न करें.यदि तुमने इस बार हमारे भोजन को नष्ट किया तो ठीक नहीं होगा.हमें भी सबक सिखाना आता है.

हाथी ने कहा - छोटी मुंह बड़ी बात मत करो,तुम सब इतनी नन्ही सी जान मेरा कुछ नहीं कर सकती. तुम लोग ऐसे नहीं मानोगे कहते फिर से अपने सूंड़ में पानी भरकर चींटियों द्वारा एकत्र किये गए भोजन को बहा दिया.

चींटियों ने भी उस घमंडी हाथी को सबक सिखाने के लिए तैयार हो गईं.अगले दिन जब वह घमंडी हाथी उधर से गुजारा तो मौका देखकर कुछ चींटियां उसके सूंड़ में घुस गईं और थोड़ी देर बाद काटना आरंभ कर दी. घमंडी हाथी असहनीय पीडा से तिलमिलाने लगा उसे समझ नहीं आ रहा था कि क्या करे? कुछ देर बाद उसे उसे सुनाई दिया.क्यों हाथी दादा,अब पता चला कि हम भी कुछ कर सकती हैं.

अगले अंक के लिए अधूरी कहानी

विजेता मेंढक



बहुत समय पहले की बात है एक सरोवर में बहुत सारे मेंढक रहते थे. सरोवर के बीच में एक बहुत पुराना धातु का खम्भा भी लगा हुआ था. जिसे उस सरोवर को बनवाने वाले राजा ने लगवाया था.

खम्भा काफी ऊँचा था और उसकी सतह भी बिल्कुल चिकनी थी. एक दिन मेंढकों के दिमाग में आया कि क्यों ना एक रेस करवाई जाए. रेस में भाग लेने वाली प्रतियोगियों को खम्भे पर चढ़ना होगा ,और जो सबसे पहले एक ऊपर पहुँच जाएगा वहीं विजेता माना जाएगा.

रेस का दिन आ पहुँचा चारों तरफ बहुत भीड़ थी. आस -पास के इलाकों से भी कई मेंढक इस रेस में हिस्सा लेने पहुँचे. माहौल में सरगर्मी थी, हर तरफ शोर ही शोर था.

रेस शुरू हुई...

लेकिन खम्भे को देखकर भीड़ में एकत्र हुए किसी भी मेंढक को ये यकीन नहीं हुआ कि कोई भी मेंढक ऊपर तक पहुँच पायेगा....

इसके आगे क्या हुआ होगा? इस कहानी को पूरा कीजिए और इस माह की पंद्रह तारीख तक हमें kilolmagazine@gmail.com पर भेज दीजिए.

चुनी गई कहानी हम किलोल के अगले अंक में प्रकाशित करेंगे.

महीना गीत

रचनाकार- नंदिनी राजपूत, कोरबा

JANUARY जनवरी	FEBRUARY फरवरी	MARCH मार्च	APRIL अप्रैल
MAY मई	JUNE जून	JULY जुलाई	AUGUST अगस्त
SEPTEMBER सितम्बर	OCTOBER अक्टूबर	NOVEMBER नवम्बर	DECEMBER दिसम्बर

जनवरी, फरवरी, मार्च, अप्रैल
जिंदगी की परीक्षा में ना होना कभी फैल.

मई, जून, जुलाई, अगस्त
खेलकूद, व्यायाम से रहोगे हमेशा मस्त.

सितंबर, अक्टूबर, नवंबर, दिसंबर
अनेकानेक सफलताओ से छू लो अम्बर.

बंदर मामा

रचनाकार- नंदिनी राजपूत, कोरबा



बंदर मामा पहन पजामा अब तो स्कूल आओ ना.
हम बच्चों के साथ आप भी बच्चे बन जाओ ना.

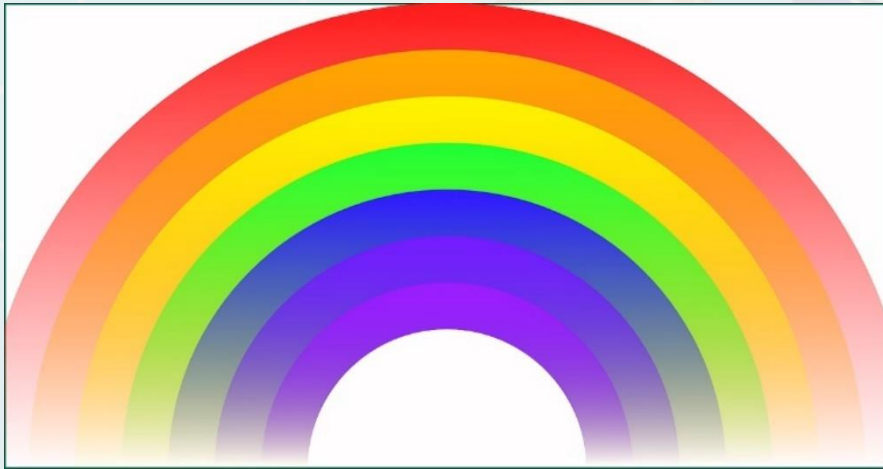
साथ मिलकर खूब उछलेंगे और नाचे,गाएँगे.
अगर मन किया तो पेड़ों पर चढ़ जाएँगे.

आम, अमरूद और केला बड़े मजे से खाएँगे.
गाँव- गली- मोहल्ले में खूब धूम मचाएँगे.

शिक्षक की बातें मानकर,मन लगाकर पढ़ाई करेंगे.
गाँव,जिला,राज्य में अपना नाम रोशन करेंगे.

इंद्रधनुष

रचनाकार- अनिता चन्द्राकर, दुर्ग



सात रंग की तूलिका लेकर,
आसमान में बैठा कौन.
इस छोर से उस छोर तक,
आसमान को रंगता कौन.
बैगनी जामुनी नीला हरा,
पीला नारंगी लाल.
इसका क्रम है कितना सुंदर
किसने किया कमाल.
कहाँ से आते इतने रंग.
मैं बस देखते रह जाता हूँ.
इस सवाल का उत्तर अब
टीचर जी से पूछता हूँ.

बाल पहेलियाँ

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र



1. लक्ष्मी जी का वाहन हूँ,
नहीं रात में मैं सोता.
लोग मुझे हैं मूर्ख समझते
पर मैं बुद्धिमान होता.

2. बहुत प्राचीन जीव हूँ मैं
जल - थल दोनों में रहता.
ढाल जैसा कवच है मेरा
धीरे-धीरे हूँ चलता.

3. मछली जैसा मेरा नाम
लेकिन एक जानवर हूँ.
डायनासोर से पहले जन्मा
रहता समुद्र के अंदर हूँ.

4. साँप के बच्चे - सा दिखता
मैं किसान का मित्र हूँ.
मिट्टी के अंदर रहता
जीव बड़ा ही विचित्र हूँ.

5. कहते मुझको 'जल का घोड़ा'
किंतु न घोड़ों से संबंध.
हाथी - सा शरीर है भारी
व्हेल - सुअरों से संबंध.

6. सफेद, भूरे, काले रंग के
तन पर छोटे - छोटे बाल.
गाजर और घास खाते हैं
चंचल, उछलकूद की चाल

7. दीवारों से चिपकी रहती
कीड़ों को चट कर जाती.
कभी नहीं पीती पानी
कभी न दौड़ लगा पाती.

उत्तर- 1. उल्लू, 2. कछुआ, 3. जेलीफिश, 4. केंचुआ, 5. दरियाई घोड़ा, 6.
खरगोश, 7. छिपकली

चित्र देख कर कहानी लिखो

पिछले अंक में हमने आपको यह चित्र देख कर कहानी लिखने दी थी-



हमें जो कहानियाँ प्राप्त हुई हम नीचे प्रदर्शित कर रहे हैं

कु. पूनम यादव, पाँचवीं, शा. प्रा.शाला बरदुली, मुंगेली द्वारा भेजी गई कहानी

एक जंगल में चार दोस्त लोमड़ी, खरगोश, चूहा और भालू रहते थे। इनमें बहुत गहरी दोस्ती थी और सभी खुशी-खुशी एक साथ रहते थे। एक दिन चारों दोस्त खाना इकट्ठा कर रहे थे, तभी चूहे को लाल मशरूम मिला। चूहे ने अपने तीनों दोस्तों से जाकर कहा कि चलो उधर बहुत से लाल मशरूम मिलेंगे। तब चारों दोस्त उस जगह पर चले गए और लाल मशरूम इकट्ठा करने लगे। चारों मशरूम तोड़ने में इतने मशगूल हो गए कि झाड़ी के पीछे बना गड्ढा उन्हें दिखाई नहीं दिया और चूहा उस गड्ढे में गिर गया और उसके सारे मशरूम जमीन पर गिर कर बिखर गए। चूहा बचाओ-बचाओ चिल्लाने लगा। तब तीनों दोस्त उसे बचाने के लिए क्या करें, सोचने लगे। तभी लोमड़ी को वही पास की झाड़ी में लता दिखाई दी, उसने झट से लता को तोड़ लिया और उसे गड्ढे में फेंक दिया और चूहे से कहा - चूहा भाई तुम डरो नहीं, मैंने जो लता नीचे फेंकी है, उसे तुम कसकर पकड़ लो, हम तुम्हें धीरे-धीरे ऊपर खींच लेंगे। इस तरह से लोमड़ी और खरगोश चूहे को बाहर निकालने के लिए लता को खींचने लगे और भालू उनकी हिम्मत बढ़ाने के लिए गाना गाने लगा। सभी ने मिलकर चूहे को बाहर निकाला। चूहे ने अपने दोस्तों को धन्यवाद दिया। तब लोमड़ी, खरगोश और भालू ने कहा - इसमें धन्यवाद की क्या बात है, ये

तो हमाए फर्ज था। आखिर दोस्त ही दोस्त के काम आते हैं। सभी दोस्त मिलकर उस गड्ढे में मिट्टी भर दिए। कोई अन्य जानवर उसमें न गिरे। फिर चारों दोस्त हंसी - खुशी मशरूम लेकर वापस अपने घर पर आ गए।

कहानी से शिक्षा मिली- हमें मुसीबत आने पर सब्र से काम लेना चाहिए और उससे निकलने के उपाय सोचना चाहिए। घबराना नहीं चाहिए। हमें मुसीबत में पड़े लोगों की मदद करनी चाहिए।

अगले अंक की कहानी हेतु चित्र



अब आप दिए गये चित्र को देखकर कल्पना कीजिए और कहानी लिख कर हमें यूनिकोड फॉण्ट में टंकित कर ई मेल kilolmagazine@gmail.com पर अगले माह की 15 तारीख तक भेज दें। आपके द्वारा भेजी गयी कहानियों को हम किलोल के अगले अंक में प्रकाशित करेंगे।

मन

रचनाकार- डॉ सत्यवान सौरभ



बुद्ध ने कहा कि - 'सभी समस्याओं का कारण उत्साह है' अर्थात इच्छा की अधिकता और इच्छा मन से आती है. इसलिए मन को नियंत्रित और संतुलित करना आवश्यक है. भारतीय संस्कृति और शास्त्र हमें अपने मन को नियंत्रित करने के तरीके सिखाते हैं. संतुलित मन के लिए प्राचीन संत वर्षों से योग किया करते थे. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने की भारत सरकार की पहल इस दिशा में एक और कदम है. यह मुहावरा - "मन ही सब कुछ है, जो आप सोचते हैं आप बन जाते हैं" सभी पहलुओं में सही है. इसलिए केवल एक स्वस्थ शरीर ही नहीं बल्कि एक स्वस्थ और प्रसन्न मन और आत्मा भी महत्वपूर्ण है.

हमारा दिमाग हमारे शरीर में सबसे शक्तिशाली तत्व है, हालांकि सबसे संवेदनशील भी है. हमारा शरीर जो भी कार्य करता है वह मन द्वारा निर्देशित होता है- हमारी गति, हमारी भावनाएं, भावनाएं और सबसे महत्वपूर्ण सोच और तर्क. मन की उपस्थिति के कारण मनुष्य पृथ्वी पर सबसे विकसित प्राणी है. हम अपने आस-पास जो भी परिवर्तन देखते हैं, स्वाभाविक रूप से प्रदान की गई चीजों से परे की रचनाएँ, मन की रचनाएँ हैं. यद्यपि कुछ रचनाओं को लाभकारी कहा जाता है तो कुछ हानिकारक होती हैं, यह इस बात पर निर्भर करता है कि हमारा दिमाग उन्हें कैसे और कहाँ उपयोग करता है.

शक्ति प्रकृति का सार है. इसे शारीरिक और मानसिक में वर्गीकृत किया जा सकता है. जब हम दोनों की तुलना करते हैं, तो हम देखते हैं कि मानसिक शक्ति (दिमाग) ही हर चीज का सार है. हिटलर के बारे में सोचिए - एक छोटे कद के आदमी के पास इतना शक्तिशाली दिमाग था कि वह दुनिया को जीतने के

बारे में सोचता था कि आज उसे कैसे याद किया जाता है. गांधी के बारे में सोचें - भारत की आजादी के लिए जिम्मेदार एक शांत और शक्तिशाली दिमाग वाला एक कमजोर शरीर वाला व्यक्ति. इस तरह उन्होंने सोचा कि वे बन गए और इसलिए उन्हें याद किया गया. गांधी कुछ भी हासिल करने के लिए मन और आत्मा की शक्ति में विश्वास करते थे.

एक अलग विभाग के रूप में मनोविज्ञान और मानव व्यवहार के अध्ययन की आज बहुत प्रासंगिकता है. मैकियावेली और हॉब्स जैसे प्राचीन राजनीतिक विचारकों ने एक स्वस्थ समाज के लिए मन और मानव व्यवहार के अध्ययन पर जोर दिया. हम दुनिया भर में कई आत्मघाती मामले देखते हैं. भारत के बड़े जनसांख्यिकीय लाभांश और बेरोजगारी दर के मामले में हम इसकी प्रासंगिकता पाते हैं. हाल के दिनों में वित्तीय बोज़ के कारण किसानों की आत्महत्या के मामले संबंधित हो सकते हैं. समान स्थितियों वाले अन्य क्षेत्र हैं - शिक्षा, धार्मिक और क्षेत्रीय विविधताएँ. लोगों का दूसरों के प्रति असहिष्णु होना एक स्वस्थ और शांतिपूर्ण समाज के लिए एक समस्या है.

बुद्ध ने कहा कि - 'सभी समस्याओं का कारण उत्साह है' अर्थात् इच्छा की अधिकता और इच्छा मन से आती है. इसलिए मन को नियंत्रित और संतुलित करना आवश्यक है. भारतीय संस्कृति और शास्त्र हमें अपने मन को नियंत्रित करने के तरीके सिखाते हैं. संतुलित मन के लिए प्राचीन संत वर्षों से योग किया करते थे. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने की भारत सरकार की पहल इस दिशा में एक और कदम है. यह मुहावरा - "मन ही सब कुछ है, जो आप सोचते हैं आप बन जाते हैं" सभी पहलुओं में सही है. इसलिए केवल एक स्वस्थ शरीर ही नहीं बल्कि एक स्वस्थ और प्रसन्न मन और आत्मा भी महत्वपूर्ण है.

मन ही सब कुछ है. आप जो सोचते हैं, वही बन जाते हैं - भगवान बुद्ध की एक सुंदर उक्ति. उन्होंने ठीक ही कहा कि कर्म आत्म परिवर्तन के लिए प्रमुख अंतर्निहित कारक है और कर्म मन द्वारा नियंत्रित होता है. यहाँ मन आत्म बोध और स्वयं की स्थिति और स्थिति की अवधारणा को संदर्भित करता है जो जागृति की स्थिति की ओर ले जाता है. एक जागृत मन कर्म (क्रिया) को अपने स्वयं के व्यक्तित्व को बदलने की एक सतत प्रक्रिया के रूप में बदल देता है जो अंत में वैसा ही अवतार लेता है जैसा कोई बनना चाहता था.

एक वैज्ञानिक के रूप में लोकप्रिय होने से पहले, अल्बर्ट आइंस्टीन पोस्ट ऑफिस में क्लर्क के रूप में काम कर रहे थे. बचपन से ही कई अनुत्तरित प्रश्नों के उत्तर खोजने की उनकी जिज्ञासा ने एक शोधकर्ता के रूप में उनके सोचने के तरीके को ढाला. जाने-अनजाने में उनके दिमाग में एक प्रतिभाशाली वैज्ञानिक का जन्म हो गया था और अंत में अपने कई वर्षों के शोध और निष्कर्षों के बाद, उन्होंने विश्व के प्रसिद्ध सिद्धांत - "सापेक्षता का सामान्य सिद्धांत" की अवधारणा दी. न्यूटन, एडिसन, डॉ. रमन आदि के साथ भी यही हुआ. सूची अंतहीन है.

महात्मा गांधी ने एक सदाचारी व्यक्ति होने और दक्षिण अफ्रीका में हिंसा और अत्याचार के खिलाफ लड़ने की अपनी क्षमता को महसूस किया। उनकी सोच और अहिंसा, समानता और मानवता के सिद्धांत ने उनके पूरे व्यक्तित्व को एक वकील से राजनीतिक नेता के रूप में बदल दिया, जो अपनी अंतिम सांस तक दमन और हिंसा के खिलाफ लड़ते रहे। उनके विपरीत, सरदार भगत सिंह ने हिंसा के माध्यम से आजादी की लड़ाई लड़ी। अहिंसा में उनका अविश्वास और हथियारों और गोला-बारूद के माध्यम से लड़ाई के दावे ने उन्हें हमेशा के लिए एक महान क्रांतिकारी नेता बना दिया।

यह दिमाग और सोचने की प्रक्रिया है जिसने अशोक, अलेक्जेंडर, नेल्सन मंडेला, मदर टेरेसा, रवींद्र नाथ टैगोर, लिंकन, एडॉल्फ हिटलर और कई अन्य को जन्म दिया। समकालीन दुनिया में, उत्तर कोरिया के राष्ट्रपति - किम जोंग-उन और हमारे प्रधान मंत्री श्री नरेंद्र मोदी अनुकरणीय उदाहरण हैं। हिंसा, बल, दावे और बाहुबल के विश्वास अनुवर्ती सिद्धांत ने किम जोंग को आधुनिक समय के एक अत्याचारी नेता के रूप में बदल दिया। दूसरी ओर, शासन करने की राजनीतिक खोज ने श्री मोदी में महान नेतृत्व की गुणवत्ता पैदा की जो उन्हें सड़क से संसद तक ले आई। ऐसे कई उदाहरण भी हैं जो बताते हैं कि कैसे एक व्यक्ति ने खुद को एक नए अवतार में बदल लिया।

यह मन में अंकुरित विश्वास, विश्वास, विचार और सिद्धांत ही हैं जिन्होंने असंख्य व्यक्तित्वों को मसीहा, नेता, विचारक या शैतान में बदल दिया। इसलिए महात्मा बुद्ध ने कर्म करने से पहले अपने विचारों को सुधारने पर बल दिया है। बिना तथ्य को जाने या कुछ धारणाओं के आधार पर किसी भी बात के लिए आलोचनात्मक होना मूर्ख की विशेषता है। उन्होंने मन और सोचने की प्रक्रिया को केंद्रित और जागरूक बनाने का तर्क दिया और फिर कर्म के माध्यम से ही कोई वह हासिल कर सकता है जो वह पाना चाहता है। कर्म या कार्य मन द्वारा नियंत्रित होते हैं और इसलिए, एक व्यक्ति जो सोचता है, उसके व्यक्तित्व को अंततः उस तरह से रूपांतरित किया जाएगा। व्यक्तित्व को मन द्वारा तैयार किया जाता है जो कुछ कार्यों को करने या न करने की ओर ले जाता है और अंत में हम विशिष्ट विशेषताओं वाले व्यक्ति को देखते हैं। इसलिए मनुष्य का व्यक्तित्व इतना विविधतापूर्ण है।

गीता में ठीक ही कहा गया है कि प्रभु सर्वत्र हैं। भगवान को जानने के लिए आपको भगवान बनना होगा। इसका अर्थ है, आपकी दृष्टि में पूर्णता होनी चाहिए, आपके हृदय में दया और मन में पवित्रता होनी चाहिए। एक शुद्ध और तर्कसंगत मन केवल सहानुभूति और आनंद का विकास कर सकता है। तब आपका हृदय एकता की ध्वनि सुनने में सक्षम हो जाता है और आपकी दृष्टि आकाश के पार देख सकती है। आपके लिए परम ज्ञान और सत्य का द्वार खुल जाता है। तब आप हर जगह, यहां तक कि अपने आप में भी भगवान को पाते हैं।

मेरी इच्छा

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र लखनऊ



मैं नन्हा - मुन्ना - सा बच्चा
सोच - सोचकर हूँ हैरान.
खेल न पाता एक खिलौना
कैसा बचपन! हे! भगवान.

चाह रहा मैं खेलूँ - कूदूँ
हवा - धूप कुछ मुझे मिले,
फूल और तितली से पूछूँ
कैसे रहते खिले - खिले,

नित्य सुबह विद्यालय जाता
बड़ों की आज्ञा, रहा हूँ मान.

मेरे पिता वकील बड़े हैं
कहते तुम मुझ - सा बनना,
व्यवसायी चाचा जी का मत

कुछ व्यापार नया करना,

माँ की राय, बनूँ नाना - सा
सेना का रणवीर जवान.

मेरी दीदी बता रही हैं
तेरे जीजा अधिकारी,
मेरा भाई समझाता है
बनो खिलाड़ी, होशियारी,

कोई करना नहीं चाहता
मेरी इच्छा का सम्मान.

कितना अच्छा होता, कोई
खेत, बगीचा, गाँव दिखाता,
पशु - पक्षी की बोली सुनता
गुल्ली - डंडा खेल सिखाता,

घर से विद्यालय तक का ही
केवल मार्ग सका हूँ जान.
कैसा बचपन! हे! भगवान.

पढ़ाई

रचनाकार- वीरेन्द्र बहादुर सिंह

मार्कशीट और सर्टिफिकेट को फैलाए उसके ढेर के बीच बैठी कुमुद पुरानी बातों को याद करते हुए विचारों में खोई थी. सारी पढ़ाई, मेहनत और खर्च उस दिन उसे व्यर्थ लग रहा था. पागलों की तरह पहला नंबर लाने के लिए रातदिन मेहनत करती, पहले नंबर की बधाई के साथ मिलने वाली मार्कशीट देख कर खुश हो कर भागते हुए घर आती, पूरे मोहल्ले को बताती, सभी लड्डू मांगते, गर्व होता खुद पर कि उसने कुछ किया है. तब कहां पता था कि यह सारी मेहनत, खुशी और डिग्रियां एक दिन अलमारी की दराज में बंद हो कर रह जाएंगी.



कुमुद ने शादी की तो किताबें छूट गईं. बच्चों की मार्कशीट देख कर खुश होने लगी. अपना सब कुछ उसने एक पॉलीथिन में लपेट कर अलमारी की दराज में बंद कर दिया था. मार्कशीट और सर्टिफिकेट के साथ सपने भी. जो ज्यादातर महिलाएं करती हैं, अगर वही सब करना था तो इस तरह मेहनत कर के पढ़ाई करने की क्या जरूरत थी? उसकी अनपढ़ मम्मी उससे अच्छा घर का मैनेजमेंट करती हैं. पढ़ने में बेकार समय गंवाया. अफसोस करते हुए सारी मार्कशीट, सर्टिफिकेट समेट कर अलमारी की दराज में रख कर कुमुद फिर सफाई में लग गई.

कुमुद के दिन ऐसे ही मस्ती में बीत रहे थे. तभी अचानक एक दिन कार एक्सीडेंट में आशिष बिस्तर पर पड़ गया. अस्पताल का खर्च, बच्चों की फीस और घर का खर्च चलाना मुश्किल हो गया. घर की जिम्मेदारी खुद के कंधे पर आने से कुमुद ने हिम्मत कर के कहा, "आप कहो तो मैं नौकरी कर लूं?"

इस विपरीत परिस्थिति में घर से परमीशन मिल गई. सालों बाद वह आश्चर्य से अपनी मार्कशीटें, सर्टिफिकेट देख रही थी. एक भावना के साथ मन में यह सवाल भी उठ रहा था कि "वह न पढ़ी होती तो... ये डिग्रियां न होतीं तो...?"

शांता आया

रचनाकार- डॉ. बबीता गुप्ता



दिसंबर का आखिरी सप्ताह शीतकालीन छुट्टियाँ लग जाती. जाड़े का प्रकोप हड्डियाँ गलाने वाली कड़ाके की ठंड के आगे आग उगलते सूरज दादा की हेकड़ी भी धरी रह जाती. सिर से पाँव तक अपने वजन से ज्यादा ऊनी कपड़ों से लदे सी-सी करते लोगों के गालों पर थप्पड़-सा मारते सर्द हवाओं के झोंके पड़ते ऐसे में बादलों की ओट से मौका पाकर सूरज दादा झाँकते तो कुनकुनी धूप से रक्त वाहनियों में वर्फ-सा जमा खून गर्माहट देकर जान डाल देता.

इस वर्ष चिंटू की बुआ अपने बेटे, पिल्लू जो उसका हमउम्र हैं, के साथ आ रही थी, सो इस वर्ष अपनी नानी के घर नहीं गया. सुबह से ही सभी के मना करने के बाबजूद चिंटू जिद करके अपने दादाजी के साथ रेलवे स्टेशन अपनी बुआ जी को लेंने तैयार हो गया. स्टेशन पास में ही होने के कारण दोनों पैदल ही बाते करते चल दिये. कड़ाके की सर्दी ऊपर से शीत लहर का प्रकोप, सो दोनों सिर से लेकर पैर तक ऊनी कपड़ों से पैक थे. सुबह के दस बज रहे थे. अपने वजन से ज्यादा ऊनी कपड़ों से लदे सी-सी करते लोगों के गालों पर थप्पड़-सा मारते सर्द हवा के झोंके ऐसे में, सूरज दादा बादलों की ओट में छिपकर अपनी ठंड बचा रहे मौका पाकर झाँकते तो कुनकुनी धूप से रक्त वाहनियों में जमा वर्फ-सा खून गर्माहट देकर जन डाल देता.

चिंटू मुंह से गर्म धुआँ निकाल दादाजी को दिखता हुआ, कुछ ही मिनटों में स्टेशन पहुँच गया. बाहर ही फुटपाथ पर फटेहाल में कुछ लेटे-बैठे बुजुर्ग, महिलाएँ, बच्चे बैठे ठिठुर रहे थे. उन्हें देख चिंटू ने दादाजी से पूछा, 'इनको ठंड नहीं लगती क्या? ये स्वेटर क्यों नहीं पहने?'

‘बेटा, इनके पास खाने को पैसे होते नहीं हैं तो स्वेटर कैसे खरीदेंगे?’

‘क्या ये कभी भी ऊनी कपड़े ने खरीदते? ऐसे ही ठंड में रहते हैं,’ चिटू की भोली-सी बात पर उन लोगों की ठंड का दर्द चेहरे पर झलक आया।

‘कभी कोई अपने पुराने साल, स्वेटर, कपड़े दे जाता है या घर-घर जाकर मांग भी लेते हैं?’

चिटू के चेहरे पर उनके लिए बुरा लग रहा था। उसके दिमाग में अनगिनत सवाल चल रहे थे। कोई और प्रश्न पूछता कि इससे पहले गाड़ी प्लेटफॉर्म पर खड़ी हो गई। दादाजी का हाथ पकड़े गाड़ी के पास पहुँच गया। ट्रेन के गेट से बाहर आती बुआ जी और पिल्लू को देख सब कुछ भूलकर खुश हो गया।

घर पहुँचकर सब बुआ जी की आवभगत में मशगूल हो गए और चिटू, पिल्लू को अपने कमरे में ले गया। अपने-अपने स्कूल की दोस्तों की मौज मस्ती की बातें सुनाते हुए खेल भी रहे थे। तभी चिटू बुआ जी की आवाज सुनकर उनके पास गया। उनके लाये तोहफे लेकर खुश होते हुये बोला, ‘बहुत धन्यवाद बुआ जी।’ इतने में उसकी मित्र मंडली पिल्लू से मिलने आ धमकी जिसकी खबर पहले से चिटू ने अपने दोस्त सनी, रोमी, विकी, हेमंत, आशू को दे दी थी।

एक-दूसरे का परिचय करवाया, सब खुश हो रहे थे कि चलें, कुछ दिन के लिए हमारी क्रिकेट टीम में एक और सदस्य शामिल हो गया। साथ ही क्रिसमस मनाने की योजना बनाए जाने लगी कि इस बार कुछ हटकर करेंगे। बातों बातों में चिटू ने अपने दोस्तों को स्टेशन वाली बात बतलाई, तो वो भी सुनकर दुःखी होकर कहने लगे, ‘कितनी ठंड में कैसे रहते होंगे? मैं तो कितना कपड़ा पहना हूँ फिर भी दांत किटकिटा रहे हैं।’

दुखी होकर पिल्लू ने कहा, ‘हम सब क्या कर सकते हैं?’

सनी ने कहा, ‘क्यों ना हम उनको अपने पुराने कपड़े इनको दे दें।’

‘पर वो तो बहुत सारे हैं.....’ चिटू ने मुंह लटकाते हुये कहा।

‘हम अपने अड़ोस-पड़ोस के घरों में जाकर पुराने ऊनी कपड़े जमा करेंगे....वेरी सैपल,’ विकी ने कहा।

‘वो तो ठीक हैं, अगर घरवालों ने मना कर दिया तो.....’ चिटू ने आशंका जाहिर करते हुये कहा। लेकिन तभी उछलते हुये कहा, ‘मैं अपने दादाजी को मना लूँगा, वो मेरी बात नहीं टालेंगे।’

‘हाँ.....हाँ...तो फिर ठीक हैं, मैं भी अपने दादाजी से कहूँगा,’ आशू ने कहा।

एकाएक सनी ने कहा, ‘क्यों ना हम क्रिसमस पर उनको देने जायें।’

सनी बात सुन सबकी आँखें खुशी से चमक उठी. उसकी बात का सभी ने समर्थन किया. चिंटू ने उत्साहित होकर कहा, 'ये तो सबसे बेस्ट क्रिसमस होगा हम सबका.'

विकी तपाक से बोला, 'लेकिन शांता कौन बनेगा.'

'जिसने आयडिया दिया वो ही शांता बनेगा,' पिल्लू ने मज़ाक करते हुये कहा.

सभी सनी को चिढ़ाने लगे. मज़ाक मौज-मस्ती करते हुये अपने-अपने घर लौट गए.

अगले दिन चिंटू के घर उसकी मित्र मंडली ने जब दादाजी के सामने बात रखी तो एक पल गँवाएँ बिना दादाजी ने हामी भरते हुये कहा, 'यह तो सबसे अच्छा विचार हैं. आज से ही इस काम में जुट जाओ. मैं भी तुम्हारे काम में सहयोग करूँगा. तुम सबके घरवालों से भी बात करूँगा.'

क्रिसमस आने में दो दिन ही शेष थे, सो दो-चार दिन में ही चिंटू की मित्र मंडली ने अपनी योजना को अंजाम दिया. टीम वर्क की तरह टोलियों में बांटकर समान एकत्र किये. सभी ने मिलकर कपड़े गिने तो थोड़े कम लग रहे थे, उदास होकर सोचने लगे कि सभी को नहीं मिलेंगे तो..... तभी चिंटू के साथ विकी दोनों एक स्वर में बोले, 'क्यों ना हम अपनी-अपनी पॉकेट मनी से खरीदकर दे!'

सुझाव अच्छा था ; सो सब बच्चे तुरंत तैयार होकर अपनी बचत पूंजी लाकर दादाजी के सुपुर्द करते हुये कहा, 'आप हमारे साथ चलकर स्वेटर, मौज बगैरह खरीदवा लाइये.....'

दादाजी तो जैसे तैयार बैठे थे; कहा, 'ठीक हैं, नेकी और पूछ.... पूछ.....' चिंटू के दोस्तों के घर में पता चला तो उन्होंने भी अपनी इच्छानुसार सहयोग राशि प्रदान की.

और देखते-देखते ही नए-पुराने कपड़ों का ढेर एकत्र हो गया. चिंटू ने दोस्तों के साथ सभी कपड़ों को गिफ्ट पेपर में पैक किए औए क्रिसमस की शाम पहुँच गए उन लोगों के पास, साथ में दादाजी और कुछ दोस्तों के घरवाले भी थे. जगह-जगह क्रिसमस की सजावट से बाजार सजे हुये थे; जिंंगाला...ला...ला... जिंगा.....ला...ला.... गीत बज रहा था. चिंटू की मंडली भी गुनगुना रही थी. पहले सभी लोग नजदीक आती चिंटू की टोली को देख डर से पीछे हट गए लेकिन जब चिंटू के दादा के साथ आए लोगों ने उन्हें बताया तो उनके चेहरे खुशी से चमकने लगे.

चिंटू के साथ पिल्लू और उसके सभी दोस्तों ने सभी को कपड़े बांटे. कुछ ने तो तुरंत ही पहनकर एक-दूसरे को दिखा रहे थे. बच्चों के साथ बड़ों के बुझे चेहरे खिल उठे. ठंड से सुकड़े शरीर पर ऊनी कपड़ों की गर्माहट से ज्यादा प्यार की, अपनत्व की गर्मी थी. जब किनारे फटी चादर ओढ़े घुटनों में मुंह छिपाए ठंड बचाती सुकड़ी बुजुर्ग महिला को चिंटू ने शाल ओढ़ाया तो उसके कपकापाते हाथ दुआएं देने उठ गए, ठंड से लरजाती जुबान से शब्द गले में ही अटक कर रह गए. सभी के चेहरों पर खुशी देख चिंटू की मंडली के साथ दादाजी और सब लोग खुश थे.

सभी को मिठाई बांटकर घर लौटते हुये पिल्लू ने चिंटू से कहा, 'इस बार का क्रिसमस मजेदार मनाया.मुझे तो शीतकालीन अवकाश में स्कूल से मिले गृहकार्य में मिले निबंध का टोपिक मिल गया.'

उत्सुकता में चिंटू के साथ दोस्तों ने पूछा, 'टोपिक का नाम.....'

'ठंडी में गर्माहट लाया,देखों शांता आया.....'चहकते हुये पिल्लू ने कहा तो सब खुशी से उछल पड़े.साथ में बच्चों की बातें सुन रहे दादाजी और कुछ दोस्तों के पापा-दादाजी आपस में चर्चा करते हुये बच्चों की सहयोगिता की भावना,दयालुता,उदारता को देख खुश हो रहे थे.पिल्लू का टोपिक सुन चिंटू के दादाजी ने पिल्लू का टोपिक दोहराते हुये कहा, 'तो बच्चों तुम्हारे इस क्रिसमस की थीम का नाम हुआ, 'ठंडी में गर्माहट लाया,देखों शांता आया.....'

सभी बच्चे मिशन सफल होने पर खुशी से बातें करते हुये घर लौट रहे थे.

नये दौर में पिता की भूमिका

रचनाकार- पूजा गुप्ता, मिर्जापुर



आजकल बच्चों के पालन पोषण में पिता की भूमिका बिल्कुल बदल गई है सुखी और खुशहाल परिवार में बच्चों के पालन पोषण में माँ के साथ पिता का भी काफी महत्वपूर्ण योगदान होता है. आज के दौर में जो पिता ऐसा नहीं करते उन्हें अपने आप को बदलना चाहिए और अपनी भूमिका को नए ढंग से निभाना चाहिए. अगर पति-पत्नी दोनों कामकाजी है तो उसमें पिता की भूमिका उतनी ही महत्वपूर्ण है जितनी की माँ की. बच्चे के छोटे-छोटे काम खुद करने की आदत हर पिता को डाल लेनी चाहिए.

एक जमाना था जब बच्चों की पालन पोषण की जिम्मेदारी पूरी तरह सिर्फ औरतों के कंधों पर थी गर्भावस्था के दौरान गर्भवती स्त्री घर की अन्य बुजुर्ग की स्त्रियों के संरक्षण में रहती थी बच्चे के जन्म के बाद भी एक लंबे समय तक पिता परिदृश्य में कहीं नजर नहीं आते थे अगर वह भूमिका में था तो केवल नाम मात्र के लिए. बेटी के विवाह योग्य होने पर योग्य वर की तलाश और विवाह के लिए धन का प्रबंध करना यह केवल एक पिता की जिम्मेदारी होती थी. बहुत से गाँव और कट्टरपंथी संयुक्त परिवारों में आज भी यह स्थिति है. लेकिन बड़े-बड़े महानगरों में कामकाजी पत्नी और परिवार की परंपरा जिस तेजी से जोर पकड़ रही है उसी तेजी से जैसे पालन और उससे जुड़ी जिम्मेदारियों में भी माता पिता की भूमिका में भेदभाव खत्म सा हो रहा है. आज बच्चे के गर्भ में आते ही होने वाला पिता उत्साहित सा हर जगह पत्नी के साथ दिखाई पड़ता है उसकी भूमिका में तेजी से बदलाव आ रहा है और उसने अपनी जिम्मेदारियाँ भी बढ़ा ली है. जहां पति-पत्नी दोनों कामकाजी है और अकेले रहते हैं वहां बच्चे के गर्भ में आते ही पिता की भूमिका आरंभ हो जाती है और सुखद बात यह है कि आज के युवक इस जिम्मेदारी को बखूबी समझ और निभा रहे हैं गर्भ के दौरान होने वाली छोटी बड़ी परेशानियों प्रसव पीड़ा और शिशु जन्म के समय पति हर पल पत्नी के साथ होता है परिवार में किसी और सदस्य के मौजूद नहीं होने

के कारण गर्भवती स्त्री भी पूरी तरह से पति पर निर्भर होती है. आज युवक अपनी पत्नी की देखभाल करने में हिचकते नहीं बल्कि वे भी कंधे से कंधा मिलाकर पूरा सहयोग देते रहते हैं.

एक पिता होने का एहसास और सुख उनके चेहरे पर स्पष्ट दिखाई देता है. बच्चे के पालन पोषण से जुड़ी हर नई और पुरानी जानकारी को वे बड़े उत्साह से इकट्ठा करते हैं और बच्चों के पालन पोषण में पिता की भूमिका की जरूरत और महत्व को स्वीकारते हुए सरकारी और बहुत सी निजी संस्थाओं में पितृत्व अवकाश की सुविधा पुरुष कर्मचारियों को भी प्रदान की जाने लगी है. आज पुरुषों की सोच बदलने लगी है उनका मनोविज्ञान बदलने लगा है आजकल पुरुष अपनी आंखों से अपनी पत्नी की प्रसव पीड़ा को सामने से देख सकते हैं ताकि उन्हें यह पता लग सके कि बच्चे के जन्म के समय मां किस तरह असहनीय पीड़ा झेलती है, जिसकी वजह से पत्नी और बच्चे के प्रति पिता में खुद-ब-खुद प्रेम की भावनाएं जागृत होने लगती हैं और वह पत्नी के साथ बच्चे का भी ध्यान रखते हैं. यदि एक पुरुष अपनी पत्नी का ख्याल रखते हैं तो वहाँ गर्भावस्था के दौरान पत्नी और बच्चा दोनों स्वस्थ रहते हैं और समस्याएं ही कम होती हैं. जो स्त्रियाँ अपने स्वास्थ्य, खानपान और दवाइयों के प्रति लापरवाह होती हैं उनके लिए पति की भूमिका और अधिक महत्वपूर्ण हो जाती है जब अचानक प्रसव पीड़ा होती है तो प्राथमिक उपचार के लिए वह अपनी पत्नी को तुरंत डॉक्टर के पास ले जाते हैं ऐसे में पति का पास होना उनका स्नेह भरा हाथ और उनके आश्वासन भरे बोल प्रसव पीड़ा झेल रही स्त्री को कई प्रकार के तनाव से मुक्त करते हैं. वह रात भर लगातार घड़ी देखते रहते हैं और नोट करते रहते हैं कि कितने समय पर उठना है और अपने बच्चे और पत्नी का ध्यान देना है. ज्यादातर बच्चे क्योंकि रात में जागा करते हैं और उस समय पत्नी पूरी तरह से कमजोर होती है, इसलिए पिता बारी-बारी से जागकर अपने बच्चे की देखभाल करते हैं बच्चे के छोटे से छोटे काम जैसे नैपी बदलना, बिस्तर बदलना, दूध बना कर देना या उसे चुप कराने के लिए गोद में लेकर टहलना जैसे छोटे-छोटे कामों की आदत हर पिता को डालनी चाहिए. सुखी और स्वस्थ परिवार के लिए कम से कम 6 घंटे की गहरी नींद मां और पिता दोनों के लिए जरूरी है. जो पति अपने परिवार का ध्यान नहीं रख पाते हैं और बच्चे के रोने की आवाज मात्र से झल्लाहट महसूस करते हैं और दूसरे कमरे में जाकर सो जाते हैं वह जिम्मेदार पिता नहीं होते हैं, लेकिन अब समय बदल रहा है पत्नी को भी पति के साथ सुबह काम पर निकलना होता है इसलिए पति को पत्नी के हर काम में बराबर हाथ बंटाना चाहिए. बच्चे के जन्म के बाद पिता की जिम्मेदारी उसके लालन पोषण के लिए बढ़ती है, बच्चा यदि थोड़ा बड़ा हो जाता है तो माता-पिता दोनों को बच्चों का काम बाँट लेना चाहिए. खाना बनाने की जिम्मेदारी मां की है और खिलाने की जिम्मेदारी पिता की होनी चाहिए. बच्चा जब और बड़ा हो जाए तब माता-पिता को बच्चों के साथ बैठकर ही भोजन करना चाहिए इसे बच्चा ढंग से पौष्टिक चीजें खाना सीख जाता है और साथ ही उसे संस्कार देने का काम भी माता-पिता दोनों का होता है. जब बच्चे और बड़े होने लगे तो उनके साथ खुलकर बातचीत करना उनकी हर छोटी बड़ी बात को शेयर करने के लिए उनके संपर्क में रहना बहुत जरूरी होता है. आज के बच्चे घर में अपने परिवार तक सीमित नहीं रहना चाहते हैं इसलिए वह बाहरी दोस्तों के साथ जन्मदिन की पार्टी करते हैं लेकिन बच्चे को वहाँ तक पहुंचाने और घर वापस लाने की जिम्मेदारी एक पिता के कंधों पर होती है. कुछ परिवार में रूढ़िवादी नियमों के चलते हुए पुरुष के लिए यह सब नयापन

अजीबोगरीब जरूर हो सकता है, लेकिन समाज में आए बदलावों के कारण इस बदलाव में रूढ़िवादी पुरुषों के मन ने भी स्वीकार किया है और वह भी अपने आप को नहीं परिस्थितियों में ढालने और अपनी जिम्मेदारियों को बखूबी निभाने का प्रयास कर रहे हैं उन्हें इस बात को अच्छी तरह समझना चाहिए और समाज के दौर में अपनी नई भूमिका को सहर्ष से स्वीकारना चाहिए और अपने दृष्टिकोण को बदलते रहना चाहिए.

कोयल और तोता

रचनाकार- शीतल कुमारी सिदार, जांजगीर चांपा



कोयल और तोता अच्छे मित्र थे.वे पीपल के पेड़ पर रहते थे.एक दिन दोनो भोजन की तलाश में बाहर गये थे.जब वो भोजन लेकर आ रहे थे, तो जोरो की हवाएं चलने लगी.जब वे घर पहुँचे तो तोते का घोंसला टूट गया था. तोता बहुत उदास हो गया वह रोने लगा. तब कोयल ने तोता को अपने घोंसला में बुलाया और कहा कि तुम तो मेरे अच्छे मित्र हो.

संगीत

रचनाकार- किशन सनमुखदास भावनानी, महाराष्ट्र



वैश्विक स्तरपर सदियों पुरानी भारतीय परंपरागत संगीत की चाहत और प्रतिष्ठा आज भी अनेक देशों में कायम है और उसे देखने, उसका अध्ययन करने, अनेक सैलानी भारत यात्रा करते हैं. हमने कई बार इलेक्ट्रॉनिक मीडिया और टीवी चैनलों पर देखे होंगे कि विदेशी सैलानी अनेक प्रदेशों में वहां के पारंपरिक संगीत पर नाचते झूमते हैं और बहुत खुश, संतुष्ट नज़र आते हैं. यह देखकर हमारा सीना गर्व से चौड़ा हो जाता है और हम गौरवविंत होते हैं कि हम भारत देश के नागरिक हैं.

हम सदियों पुराने भारत के मशहूर शास्त्रीय संगीत के फनकारों और उत्तर, दक्षिण, पूर्व, पश्चिम भारत की रंगबिरंगी अनेक संगीत कलाओं को देखें तो आज भी किसी विशेष अवसर पर हम इन फनकारों का करिश्माई हुनर की काबिलियत देखने को मिलती है और आजकल के युवा यह देखकर हैरान रह जाते हैं. हालांकि हम यह भी देख रहे हैं कि साल दर साल हमारे पारंपरिक विभिन्न प्रदेशों के संगीत की शैली और निरंतरता में कमी आ रही है क्योंकि यह क्षमता में गिरावट पीढ़ी दर पीढ़ी से होने के कारण पूर्व जैसा वज़न आज परंपरागत संगीत शैलियों में नहीं मिल रहा है और धीरे-धीरे यह विलुप्तता की ओर बढ़ रही है.

हम पुराने संगीत शैलियों परंपरागत भारतीय संगीत की परंपराओं को संरक्षित, सुरक्षित करने और विलुप्तता से बचाने को देखें तो सबसे पहले हमें युवाओं को इस पारंपरिक संगीत की ओर प्रेरणा देकर उनमें रुचि जगाना होगा क्योंकि आज 65 फ़ीसदी भारतीय जनसंख्या युवा है और अधिकतम युवा पाश्चात्य संस्कृति की ओर रुची में मज़बूर होते जा रहे हैं उन्हें अंग्रेजी गाने हिंदी धूम-धड़ाके वाले गीत और वर्तमान परिपेक्ष जमाने के गीतों में अधिक उत्साह और चाहत दिखती है.

हम युवाओं में इस पारंपरिक संगीत की ओर रुझान देने को देखें तो इसमें हमारे बड़े बुजुर्गों, शिक्षकों, अभिभावकों का महत्वपूर्ण योगदान कीज़रूरत है. क्योंकि युवा इनके संपर्क में ही बचपन से बड़े होते हैं

और इसलिए इनपर बचपन से ही भारतीय पारंपरिक संगीत के प्रति रुझान पैदा करने की ज़रूरत है ताकि यह अपनी पीढ़ियों में इस संगीत को संरक्षित, सुरक्षित कर अगली पीढ़ियों को प्रोत्साहित करेंगे।

हम संगीत में मानवीय काया को निरोगी रखने की अपार संभावनाओं को देखें तो आज हम यह विशेषता पारंपरिक प्लस आधुनिक संगीत दोनों में देखते हैं क्योंकि आज योगा क्लास, व्यायाम, पीटी इत्यादि फिटनेस के तरीकों में हम देखते हैं कि इसकी प्रक्रिया में मानवीय संकेतों, निर्देशों, आवाजों का स्थान अब गीतों ने ले लिया है याने अब यह सब प्रक्रियाएं गीतों के माध्यम से होती है। इधर कोई भी नया पुराना गीत चलता है और योगा, व्यायाम, पीटी की प्रक्रिया होती है, याने संगीत में मानवीय काया निरोगी करने की भी अपार क्षमता है।

हम माननीय पीएम द्वारा एक कार्यक्रम में संबोधन को देखें तो पीआईबी के अनुसार उन्होंने भी, भारतीय संगीत परंपरा के संतों द्वारा प्रदान किए गए वृहद ज्ञान के बारे में चर्चा की। उन्होंने कहा कि ब्रह्मांडीय ऊर्जा को महसूस करने की शक्ति और ब्रह्मांड के प्रवाह में संगीत को देखने की क्षमता ही भारतीय शास्त्रीय संगीत परंपरा को इतना असाधारण बनाती है। उन्होंने कहा, संगीत एक ऐसा माध्यम है जो हमें हमारे सांसारिक कर्तव्यों से अवगत कराता है और यह हमें सांसारिक आसक्तियों को पार करने में भी मदद करता है। उन्होंने भारत की कला और संस्कृति की समृद्ध विरासत को संरक्षित करने के लक्ष्य के लिए एक फाउंडेशन की प्रशंसा की। उन्होंने फाउंडेशन से प्रौद्योगिकी के इस युग के दो प्रमुख पहलुओं पर ध्यान केंद्रित करने को कहा। सबसे पहले उन्होंने कहा कि भारतीय संगीत को वैश्वीकरण के इस युग में अपनी पहचान बनानी चाहिए। उन्होंने कहा कि योग दिवस के अनुभव ने संकेत दिया है कि भारतीय विरासत से दुनिया को फायदा हुआ है और भारतीय संगीत में भी मानव मन की गहराई में उतरने की क्षमता है। उन्होंने कहा, दुनिया में हर व्यक्ति भारतीय संगीत के बारे में जानने, सीखने और लाभ पाने का हकदार है। इसका ख्याल रखना हमारी जिम्मेदारी है।

दूसरी बात, उन्होंने कहा कि जब टेक्नोलॉजी का प्रभाव हर क्षेत्र में है, तो संगीत के क्षेत्र में भी टेक्नोलॉजी और आईटी का रिवॉल्यूशन होना चाहिए। भारत में ऐसे स्टार्ट अप तैयार हों जो पूरी तरह संगीत को डेडिकेटेड हों, भारतीय वाद्य यंत्रों पर आधारित हों, भारत के संगीत की परंपराओं पर आधारित हों।

हम माननीय पीएम के काशी तमिल संगमम् के उद्घाटन समारोह में काशी तमिलनाडु को संगीत साहित्य कला का अभूतपूर्व स्रोत बताने को देखें तो उन्होंने कहा काशी और तमिलनाडु दोनों संगीत, साहित्य और कला के अभूतपूर्व स्रोत भी हैं। यहां काशी का तबला है और तमिलनाडु का थन्नीमाई है। यहीं भारत श्रेष्ठ भारत की वह परंपरा है जिसे हमारे पूर्वजों ने जिया था और आज 'काशी तमिल संगमम्' उसके गौरव को आगे बढ़ा रहा है। उन्होंने दिनांक 10 दिसंबर 2022 को कला रामनाथ के एक ट्वीट के जवाब में भी ट्वीट किया, भारत की समृद्ध संगीत परंपरा को संरक्षित रखने और इसका उत्सव मनाने के प्रयासों की सराहना की है। उन्होंने कि यह असाधारण प्रयास, जो भारत की समृद्ध संगीत परंपरा को संरक्षित रखने की भावना और समर्पण के साथ-साथ इसके उत्सव मनाने को इंगित करता है। मुझे विश्वास है कि यह हमारे युवाओं और हमारी संस्कृति के बीच जुड़ाव को और गहरा करेगा।

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर उसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि भारतीय पारंपरिक संगीत अनमोल है. परंपरागत भारतीय संगीत की परंपराओं को संरक्षित व सुरक्षित करना तात्कालिक ज़रूरी है तथा संगीत में मानवीय काया को निरोगी रखने की अपार संभावनाएं हैं. भारतीय परंपरागत संगीत को विलुप्तता से बचाने की तात्कालिक ज़रूरत है.

असली भूत और नकली भूत

रचनाकार- गुलज़ार बरेठ, जांजगीर चाम्पा



एक दिन सूरज गांव से शहर सामान लेने गया था. उसे वापस आते-आते बहुत देर हो गया था. अंधेरा होने लगा था. रास्ता सुनसान था. तभी अचानक उसका मोटर साइकिल बंद हो गया. उसे डर लगने लगा. तभी उसे कुछ आवाजे सुनाई दिया. आवाज सुनकर उसे लगा कि कोई आ रहा है.

डर के मारे वह कॉपने लगा. जब वह सामने देखा तो एक भूत खड़ा था. वह सफ़ेद-सफ़ेद दिख रहा था. भूत सूरज की ओर धीरे-धीरे बढ़ रहा था. वह सोचने लगा अब क्या किया जाए. डर के मारे उसे कुछ नहीं सूझ रहा था. तभी उसने अपने थैले की ओर देखा. उसमें दूसरे सामान के साथ पावडर और क्रीम भी था. उसने जल्दी-जल्दी बहुत सारा क्रीम और पावडर को अपने चेहरे पर लगा लिया. उसका चेहरा पुरा सफ़ेद हो गया. अब वह हिम्मत करके भूत की ओर दौड़ने लगा और बोला मैं तुमको कच्चा खा जाऊंगा. सूरज को देखकर और उसकी बातों को सुनकर भूत बहुत डर गया और भागने लगा. सूरज उसे और दौड़ाने लगा. थोड़ी देर बाद भूत वहाँ से नौ दो ग्यारह हो गया. फिर सूरज जल्दी से अपनी मोटर साइकिल को ठीक किया और चलते बना. वह यह सोचकर बहुत खुश हो रहा था कि उसने नकली भूत बनकर असली भूत का छक्के छुड़ा दिया.

नए साल के पँख पर

रचनाकार- प्रियंका सौरभ



बीत गया ये साल तो, देकर सुख-दुःख मीत.
क्या पता? क्या है बुना ? नई भोर ने गीत.
माफ़ करे सब गलतियां, होकर मन के मीत.
मिटे सभी की वेदना, जुड़े प्यार की रीत.
जो खोया वो सोचकर, होना नहीं उदास.
जब तक साँसे हैं मिली, रख खुशियों की आस.
खिली-खिली हो जिंदगी, महक उठे अरमान.
आशा है नव साल की, सुखद बने पहचान.
छँटे कुहासा मौन का, निखरे मन का रूप.
सब रिश्तों में खिल उठे, अपनेपन की धूप.
दर्द दुखों का अंत हो, विपदाएं हो दूर.
कोई भी न हो कहीं, रोने को मजबूर.
छेड़ रही है प्यार की, मीठी-मीठी तान.
नए साल के पँख पर, खुशबू भरे उड़ान.

स्वतंत्रता दिवस

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



आज हम सभी जानते हैं कि हमारे देश में प्रतिवर्ष 26 जनवरी को गणतंत्र दिवस के रूप में मनाया जाता है। सन 1950 में जब भारतीय संविधान बनकर तैयार हुआ तब लंबे विचार विमर्श के बाद 26 जनवरी का दिन ही उस उद्घोषणा के लिए उपयुक्त माना गया। अतः 26 जनवरी, 1950 को भारतवर्ष गणतंत्र घोषित कर दिया गया। देश का शासन देशवासियों के हाथों में आ गया।

विश्व के सबसे बड़े गणतंत्र का त्योहार मनाकर हम स्वतंत्रता आंदोलन में अपने प्राणों की आहुति देने वाले वीर क्रांतिकारियों को नमन करते हैं, किंतु क्या आप जानते हैं कि देश को स्वतंत्रता प्राप्ति के पहले 26 जनवरी को ही स्वतंत्रता दिवस के रूप में मनाया जाता था। लगभग 18 वर्षों तक 26 जनवरी को पूर्ण स्वराज दिवस अर्थात् स्वतंत्रता दिवस के रूप में मनाया जाता रहा।

आइए! जाने, तथ्य की सच्चाई। दिसंबर 19 29 को भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस का लाहौर में अधिवेशन हुआ था। इस अधिवेशन की अध्यक्षता देश के प्रथम प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने की थी। अधिवेशन में पूर्ण स्वराज का प्रस्ताव रखा गया था। प्रस्ताव में कहा गया था कि यदि ब्रिटिश शासन 26 जनवरी 19 30 तक भारत को उसका प्रभुत्व नहीं देता है तो भारत स्वयं को स्वतंत्र घोषित कर देगा। सन 19 29 में रावी के तट पर 26 जनवरी के ही दिन हमारे नेताओं ने यह प्रतिज्ञा की थी कि " पूर्ण स्वराज्य प्राप्त करना ही हमारा ध्येय है। "

इसलिए 26 जनवरी को पूर्ण स्वराज दिवस (स्वतंत्रता दिवस) घोषित किया गया. परंतु जब ब्रिटिश शासन ने कुछ नहीं किया तब कांग्रेस ने भारत की पूर्ण स्वतंत्रता के लिए सक्रिय आंदोलन प्रारंभ कर दिया. 26 जनवरी, 1930

को सर्वप्रथम स्वतंत्रता दिवस मनाया गया. इसी दिन जवाहरलाल नेहरू ने तिरंगा फहराया था. रावी के तट पर की गई प्रतिज्ञा के ठीक 20 वर्ष बाद हमारा देश गणतंत्र राज्य घोषित हुआ. वह दिन 26 जनवरी, 1950 था, जब देश में संविधान लागू हुआ था. देश को 15 अगस्त 19 47 को आधिकारिक रूप से स्वतंत्रता प्राप्त हुई, इस तिथि को स्वतंत्रता दिवस घोषित किया गया. 26 जनवरी 1930 को पूर्ण स्वराज का प्रस्ताव लागू होने की तिथि को महत्व देने के लिए ही 26 जनवरी 1950 को संविधान लागू किया गया. इसके बाद 26 जनवरी को गणतंत्र दिवस घोषित किया गया.

इस प्रकार सन 1930 से लेकर 19 47 तक लगभग 18 वर्ष, 26 जनवरी को ही स्वतंत्रता दिवस, पूर्ण स्वराज दिवस के रूप में मनाया गया.

उल्लेखनीय है कि 15 अगस्त 19 47 को देश स्वतंत्र होने के बाद संविधान सभा का गठन हुआ. डॉ भीमराव आंबेडकर, डॉ राजेन्द्र प्रसाद, जवाहरलाल नेहरू, सरदार पटेल, अबुल कलाम आजाद, आदि संविधान सभा के प्रमुख थे. लगभग दो वर्ष, ग्यारह महीने और अठारह दिन में विश्व का सबसे बड़ा लिखित संविधान पूर्ण हुआ, जिसको 26 जनवरी 1950 लागू कर दिया गया. तबसे इस दिन को गणतंत्र दिवस के रूप में मनाया जाता है.

26 जनवरी का दिन, गणतंत्र दिवस के रूप में बहुत महत्वपूर्ण है. इस दिन प्रत्येक जिम्मेदार नागरिक अपने देश के प्रति अपने उत्तरदायित्व का अनुभव करता है. देश के इतिहास में यह दिवस स्वर्णाक्षरों में अंकित है. यह पर्व अनेकानेक स्वतंत्रता सेनानियों के आत्म बलिदान की पावन स्मृति लेकर आता है. जिन युवाओं ने अपने देश को स्वतंत्र कराने के लिए, जिन परिवारों ने अपने सपूत खोए, आज चिंतन का विषय है कि क्या आज के युवक-युवतियाँ उनके बलिदान का मूल्य चुका रहे हैं. इनको कदाचित् इसका आभास भी नहीं है कि जिस खुले वातावरण में साँस ले रहे हैं, वह उनके लिए किसका वरदान है? वर्तमान भारतीय समाज जिस ओर जा रहा है, वहाँ उन बलिदानियों का नाम भी नहीं लिया जाता. हमें गणतंत्र दिवस को सगर्व मनाना चाहिए तथा 'जनगणमन' के पवित्र भाव से देश के प्रति समर्पित रहना चाहिए.

दयालुता

रचनाकार- श्रीमती श्वेता तिवारी, बिलासपुर

एक समय की बात है, दो भाई थे जो एक जंगल के नज़दीक रहते थे, बड़ा भाई अपने छोटे भाई के प्रति बहुत धूर्त था, और उसका सारा खाना खा जाता था और उसके सभी अच्छे कपड़े भी ले लेता था. एक दिन, बड़ा भाई, बाज़ार में बेचने के लिए, कुछ लकड़ियाँ इकठ्ठा करने जंगल में गया. जैसे ही वह एक पेड़ से दूसरे पेड़ की शाखाएं काटकर आगे बढ़ा, उसकी मुलाकात एक जादुई पेड़ से हुई. पेड़ ने उससे कहा, “हे! दयालु महोदय, कृपया मेरी शाखाओं को ना काटें. यदि आप मुझे छोड़ देते हैं, तो मैं आपको अपने सुनहरे सेब दूंगा. बड़ा भाई मान गया लेकिन वह पेड़ द्वारा दिए गए सेबों की संख्या से निराश था, लालच ने उस पर क़ाबू पा लिया, और उसने पेड़ को डराया कि यदि पेड़ ने उसे और सेब नहीं दिए तो वह पूरी शाखा काट देगा. सेब देने के बजाय, जादुई पेड़ ने उसपर सैकड़ों छोटी सुइयों की बौछार कर दी. बड़ा भाई दर्द से कराहते हुए ज़मीन पर गिर गया और धीरे-धीरे सूरज ढलने लगा. यहाँ छोटा भाई चिंतित हो गया और अपने बड़े भाई की तलाश में निकल पड़ा, उसने अपने भाई को शरीर पर सैकड़ों सुइयों के साथ पाया. वह उसकी तरफ़ दौड़ा और उसने प्रत्येक सुई बहुत सावधानी और प्यार से निकाली. सारी सुइयाँ निकालने के बाद, बड़े भाई ने उसके साथ बुरा व्यवहार करने के लिए माफ़ी मांगी और बेहतर इंसान बनने का वादा भी किया. पेड़ ने बड़े भाई के दिल में आया बदलाव देखा और उन्हें सभी सुनहरे सेब दे दिए, जिससे उन्हें कभी कोई कमी महसूस नहीं हुई.



नम्र और दयालु होना महत्वपूर्ण है क्योंकि इसका फल हमेशा अच्छा ही मिलेगा

पिता का प्यार अनमोल है

रचनाकार- किशन सनमुखदास भावनानी, महाराष्ट्र



पिता का प्यार अनमोल है
पर वह कभी जताते नहीं
बच्चों के लिए सब कुछ
करते हैं पर बताते नहीं

पिता की ज्ञानवर्धक बातों को
अनुशासन से समझते नहीं
पिता के लिए कोई शब्द नहीं
इसलिए कोई लिख पाते नहीं

परिवार की ज़वाबदारी का कितना
बोझ है उन पर यह बताते नहीं
बच्चों के लिए मेहनत मजदूरी
करते हैं कभी शर्माते नहीं

अक्सर बच्चे और युवा पिता के प्यार
को गहराई से समझते नहीं
पिता का साथ देख कर
उत्साह वर्धन करते नहीं

बच्चों का जीवन सुखमय बनाने
परेशानियों से टकराते थकते नहीं
कैसे समझाएं आज के युवाओं को
पिता का छुपा हुआ प्यार देखते नहीं

अनुभव

रचनाकार- किशन सनमुखदास भावनानी, महाराष्ट्र



मानवीय जीवन में प्रत्येक मनुष्य में अनुभव की ऐसी अनेक विशेषताएं पाई जाती है जिसके बल पर समाज राष्ट्र में उनका आंकलन सकारात्मक और नकारात्मक रूप से किया जाता है. मसलन, कोई मनुष्य इमानदार, महत्वकांक्षी, परोपकारी सेवाभावी, अनुभवी इत्यादिसैकड़ों सकारात्मक विशेषताएं हो सकती है और अपराधी, गुस्सैल, चिड़चिड़ा, बेईमान, चोर उचक्का, लफंगा इत्यादि सैकड़ों नकारात्मक विशेषताएं हो सकती है जिसके आधार पर समाज और राष्ट्र में उन व्यक्तियों के चरित्र का आंकलन कर उसे आगे बढ़ाया जाता है उसके आधार पर उसके भविष्य की सफलता, असफलता निश्चित होने में सहायक होती हैं. आज के आर्टिकल में हम इस एक बहुत बड़ी मानुषी ताकत अनुभव पर चर्चा करेंगे.

हम अनुभव जिंदगी से कमाया हुआ फल को देखें तो, अनुभव का विशेष स्थान है. यह अनुभव सामान्य हों या महत्वपूर्ण सभी इंसानों के जीवन में महत्व रखता है. इनसे हानि का कोई आधार नहीं होता. बल्कि इनसे तो जीवन निखरता है. यदि हम वास्तविकता में अपना मूल्य बढ़ाना चाहते है और अपनेजीवन की सफलता सुनिश्चित करना चाहते है, तो अपने अनुभवों से सीख लेना अभी से शुरू कर दें. क्योंकि हमारे अनुभव हमारी जिंदगी से कमाया हुआ वह फल है, जो हमको हर समय काम आयेगा. हमारे अनुभव हमारी ऐसी कीमती वस्तु हैं जो, जितना अधिक पास होगा, उतना ही वो खास होगा और हम सारे जहा में बाट सकेंगे, फिर भी वो खतम नहीं होगी. जब भी किसी इंसान के जीवन में कोई मुश्किल परिस्थिती आती है तब वो इंसान उन परिस्थितियों का सामना अपने पूर्व अनुभव के आधार पर करेगा इसी प्रकार ज्ञान प्राप्ति का एक प्रमुख मार्ग अनुभव होता है और अनुभव से हम अपना जीवन सफल बना सकते है.

हम अनुभव जिंदगी का एक शिक्षक होने को देखें तो अनुभव ही हमारा सबसे बड़ा शिक्षक होता है क्योंकि जो ज्ञान हमें अनुभव से मिलता है वो और कही पर नहीं मिलता ज्ञान तो हमें किसी के पास भी मिल सकता है लेकिन अनुभव सिर्फ खुद से ही मिलता है और एक बात अनुभव किसी बाजार में नहीं मिलता वो तो बस हमारी परिस्थितियों से हमें मिलता है हमारे कार्य से मिलता है. जब भी हम कोई कार्य करते हैं तो वो कार्य सफल भी हो सकता है और असफल भी हो सकता है. अगर मान लीजिये की हम उस काम को करने में असफल रहे तो हमको एक नया अनुभव सीखने को मिलेगा कि काम को इस तरीके से करने से इस काम में असफलता मिलती है और दूसरी बार हम उस काम को अलग तरीके से करते हैं और हमको सफलता मिलता है तो भी हमको उस काम को सही तरीके से करने का अनुभव प्राप्त होता है. यानें कि अनुभव हमें हमारी भूलो से प्राप्त होता है. आज हर एक इंसान जन्म से लेकर मौत तक तरह, तरह का अनुभव लेता है याने कि इंसान के जीवन की शुरुआत अनुभव से होती है हर एक इंसान के पास कुछ ना कुछ अनुभव होता है फिर वो किसी भी चीज का हो सकता है लेकिन अनुभव होता है. कोई इंसान हमको कुछ सलाह देता है वो उनके अनुभव के आधार पर हमको सलाह देता है क्योंकि हम भी वो गलती न करे जो उसने की है. वो अनुभव से कह सकता है.इंसान कई बार जाने अनजाने ऐसी गलतिया करता है जिसका बहुत बुरा परिणाम हमें मिलता है लेकिन वही गलतियां हमारे जीवन को मधुर बनाने का आधार बनती है. इसलिए ऐसा कहा गया की गलती करना कोई मूर्खता नहीं है लेकिन अपनी गलती फिर से दोहराना मूर्खता है या फिर गलती से कुछ न सीखना मूर्खता है. इसलिए हम अपनी गलती से भी कुछ सीखे कुछ अनुभव ले ताकि वो गलती दूसरी बार न हो.

हम अनुभव को देखें तो यह किसी समाज, शिक्षण संस्था या बाजारों में मिलने या सीखने वाला गुण नहीं है बल्कि हर व्यक्ति का उसके जीवन यात्रा याने उम्र के बढ़ते चरण में आई परिस्थितियों में ढलकर, बहुमूल्य सीख के रूप में प्राप्त होता है यह जीवन की कमाई और अनमोल खजाने में से एक है क्योंकि यह हर व्यक्ति के पास होता है चाहे वह अमीर हो या गरीब, पढ़ा लिखा हो या अनपढ़, बस जरूरत है अपने इस अनुभव के गुणों को पहचानने की.

हम अनुभव पर बड़े बुजुर्गों की कहावतों को देखें तो हमने सुने होंगे, यह बाल कोई धूप में सफेद नहीं किया, बड़ा तजुर्बेगार है, तजुर्बे का धनी है, अनपढ़ है पर तजुर्बेगार है, कितने साल का तजुर्बा है, अनुभव का तकाजा है, अनुमान गलत हो सकता है पर अनुभव नहीं, अनुभव का बादशाह है इत्यादि इत्यादि.

हम अनुभव की महत्वता को देखें तो अनुभव मानवीय जीवन से जुड़ा एक अनमोल खजाना है इसी के बल पर मनुष्य बड़ी शोहरत प्राप्त करता है शासकीय, प्रशासकीय, निजी, बहुत बड़े-बड़े पदों पर नीतियां, रणनीतियां बनाने अनुभव के आधार पर ही प्रमोशन, नियुक्तियां होती है. केंद्र या राज्य सरकारों में मंत्रियों की नियुक्ति का एक महत्वपूर्ण आधार अनुभव भी होता है जिसका लाभ सिस्टम और जनता तक पहुंचाने के लिए उस प्रॉपर व्यक्ति की नियुक्ति उस मंत्रालय के हेड के रूप में की जाती है, यानें हम कह सकते हैं कि अनुभव एक ऐसी चाबी है जिससे अति पुराने और बिगड़े ताले को खोलने याने समस्याओं के समाधान के लिए सरल उपाय होता है जो बहुमूल्य अस्त्र का काम करता हैं. अनुभव पाने के लिए

इंसान गलती कर सकता है लेकिन अनुभव पाने के बाद इंसान गलती कभी नहीं करता एक शिक्षक हमें पहले पढ़ाते है उसके बाद हमारी परीक्षा लेते है जबकि अनुभव पहले हमारी परीक्षा लेता है उसके बाद हमें सिखाता है.

हम माननीय पीएम द्वारा एक संबोधन को देखें , तो पीआईबी के अनुसार अनुभव के बारे में उन्होंने कहा कि, एकेडमिक ज्ञान की कभी-कभी बहुत सीमाएं होती हैं, वो सेमिनार में काम आता है लेकिन अनुभव से जो प्राप्त हुआ होता है उसमें समस्याओं के समाधान के लिए सरल उपाय होते हैं. उसमें नयापन के लिए अनुभव का मिश्रण होने के कारण गलतियां कम से कम होती हैं. और इस अर्थ में अनुभव का अपना एक बहुत बड़ा महत्व होता है. और जब ऐसे अनुभवी साथी सदन से जाते हैं तो बहुत बड़ी कमी सदन को होती है, राष्ट्र को होती है.

आने वाली पीढ़ियों के लिए जो निर्णय होने वाले हैं, उसमें कुछ कमी रह जाती है. और इसलिए जब अनुभवी लोग जाते हैं उनके लिए यहां बहुत कहा जाएगा. लेकिन जब अनुभवी यहां नहीं है, तब जो हैं उनकी जिम्मेदारी जरा और बढ़ जाती है. वो जो अनुभव की गाथाएं यहां छोड़कर गए हैं, जो बाकी यहां रहने वाले हैं उनको उसको आगे बढ़ाना होता है. और जब वो आगे बढ़ाते हैं तो सदन की ताकत को कभी कमी महसूस नहीं होती है. और मुझे विश्वास है कि आप जो साथी आज विदाई लेने वाले हैं उनसे हम जो सभी सीखे हैं, आज हम भी संकल्प करें उसमें से भी उत्तम है, जो श्रेष्ठ है उसको हम आगे बढ़ाने में इस सदन की पवित्र जगह का जरूर हम उपयोग करेंगे और ताकि देश की समृद्धि में बहुत काम आएगा. पीएम ने कहा कि कुछ सदस्य सदन से सेवानिवृत्त हो रहे हों लेकिन वे अपने समृद्ध अनुभव को अपने साथ देश के कोने-कोने तक ले जाएंगे.

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर उसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि अनुभव जिंदगी से कमाया हुआ फल. अनुभव ऐसी कीमती वस्तु हैं जो, जितना अधिक पास होगा, उतना ही वो खास होगा. अनुभव की ताकत में समस्याओं के समाधान के लिए सरल उपाय होते हैं. अनुभव हमारे जीवन की सीख है. ज्ञान से अनुभव की ताकत अधिक है.

नवल वर्ष के आगमन में

रचनाकार- प्रदीप कुमार दाश 'दीपक'



सूर्य की नई किरणें धरा चूमने को है
नवल-वर्ष का आगमन फिर होने को है

नवीनता के आगमन की ये बेला सुंदर
डाली में बैठ देखो मगन हैं पंछी युगल
ऐसी मधुर बेला में क्यों रहें विलग-विलग
प्रिय तनिक आओ लिखें हम गीत गजल
मिले बड़े दिनों से कुछ कह लेने को है
नव-वर्ष के बहाने फिर संग होने को है

बहती हवा बहता जल सदा सुनिर्मल
ध्यान धरें आओ कर लें जीवन सफल
प्रेम ही जग में होता है प्रिय सब कुछ
प्रेमी के हृदय में बहता सदा ये अविरल

भूमि बड़ी उपजाऊ बीज बो लेने को है
जड़ें गहरी हों मन दरखत हो जाने को है
गिरि से बह निर्झर सुनाता कल-कल
विजन वन के सन्नाटे को चीरें कलरव
प्रकृति बिखेरती देखो मन में नवरंग
अखिल जग में आओ भरे प्रेम नवल मिले
ध्यान धन ईश में रम जाने को है
शांत मन समाधि की ओर जाने को है

नींद उड़ी - सेहत बिगड़ी

रचनाकार- किशन सनमुखदास भावनानी, महाराष्ट्र



वैश्विक स्तरपर भारतीय संगीत गीत फिल्मों को करीब करीब पूरी दुनिया में पसंद किया जाता है. क्योंकि दुनिया में ऐसे कम ही देश होंगे, जहां मूल भारतीय ना बसते हों. भारतीय संगीत क्षेत्र सदियों पुराना मीठा सुरीला है. बस समय के साथ साथ उसमें परिवर्तन होते होते आज डिजिटल इंडिया में संगीत क्षेत्र में भी नया इतिहास रचा जा रहा है, जो तारीफ़ ए काबिल है. हम अगर संगीत क्षेत्र में उप श्रेष्ठ गीतों में गौर करेंगे तो हमें नींद पर अनेक गीत मिलेंगे जो न केवल दशकों पुराने भी हैं, परंतु विविधता में एकता याने हर भाषा क्षेत्र में हमें नींद के संबंधमें गीत जरूर मिलेंगे उसमें भी हमें प्रेम प्रसंग के ऊपर यह गीत अधिक मिलेंगे, जैसे 1960 के दशक का गीत कभी रहती थी आंखों में नींद अब बसते हैं सांवरिया, 1990 का मुझे नींद ना आए मुझे चैन ना आए न जाने कहां दिल खो गया, से लेकर अभी 2022 तक हमें ऐसे हजारों लाखों में गीत मिलेंगे जहां नींद खोने की का केंद्रीय मुद्दा है. उसी तरह कहावतों में भी हमें रातों की नींद उड़ गई जैसे अनेक किस्से कहानियां कहावतें मिलेगी! इसलिए आज हम इस आर्टिकल के माध्यम से चर्चा करेंगे कि पर्याप्त नींद के बिना दीर्घकालीन और गंभीर समस्याएं महसूस हो सकती है. पर्याप्त नींद हमारे शरीर और मस्तिष्क को आराम देने की प्रक्रिया है. पर्याप्त नींद फ्रेश ऊर्जावान और अच्छी यादाश्त का टॉनिक भी है. इसलिए आओ चैन की नींद सोए.

हम पर्याप्त नींद ना आने के कारणों को देखें तो, आमतौर पर अनिद्रा का कारण तनाव व थकावट हो सकती है, लेकिन इसके कुछ निम्न कारण भी हो सकते हैं, हर रोज सोने के समय में बदलाव होना. दोपहर में सोना या झपकी लेना. सोते वक्त ज्यादा शोर होना या रूम में अधिक लाइट होना. व्यायाम न करना. सोते वक्त मोबाइल व टीवी जैसे उपकरणों का उपयोग करना. धूम्रपान करना. पूरे दिन कैफीन युक्त पदार्थों का अधिक सेवन करना. कुछ खास तरह की दवाइयों का सेवन करना. रात के वक्त काम

करना. चिंता या तनाव. कुछ खास तरह के नींद संबंधी विकार.शरीर में कोई परेशानी होना या स्वास्थ्य संबंधी कोई समस्या होना जैसे - मोटापा, मधुमेह, हृदय रोग, तनाव.जीवनशैली में बदलाव इत्यादि. अनिद्रा या उन्निद्र रोग (इनसॉमनिया) में रोगी को पर्याप्त और अटूट नींद नहीं आती, जिससे रोगी को आवश्यकतानुसार विश्राम नहीं मिल पाता और स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ता है. बहुधा थोड़ी सी अनिद्रा से रोगी के मन में चिंता उत्पन्न हो जाती है, जिससे रोग और भी बढ़ जाता है. स्वस्थ रहने के लिए पर्याप्त नींद सोना जरूरी है, लेकिन आजकल कई लोग अनिद्रा की समस्या से जूझ रहे हैं. इस बीमारी को अंग्रेजी में इंसोमनिया कहा जाता है. यह एक प्रकार का नींद संबंधी विकार है. इसमें व्यक्ति को सोने में असुविधा, नींद की कमी या नींद पूरी नहीं हो पाने की समस्या रहती है. ऐसा होने से स्वास्थ्य पर असर होता है और अन्य स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं होने लगती हैं. अनिद्रा के लक्षण यह भी हो सकते हैं, सोने की कोशिश करने पर भी नींद न आना, नींद आने पर भी थोड़ी देर में जागना या बार-बार नींद टूटने की शिकायत होना, नींद से उठने के बाद भी खुद को ताजा महसूस नहीं करना और सुस्ती आना, व्यक्ति खुद को अस्वस्थ महसूस करता है, अनिद्रा से ग्रस्त व्यक्ति हमेशा चिड़चिड़ा रहता है और बहुत जल्दी गुस्सा हो जाता है, अनिद्रा से ग्रस्त व्यक्ति को चिंता और अवसाद जैसी समस्याएं जल्दी घेर लेती है.

हम पर्याप्त नींद ना करने के अल्पकालीन और दीर्घकालीन दुष्प्रभावों को देखें तो, गहरी नींद नहीं होने से हम तनाव और मानसिक रोग के शिकार होते हैं, नींद पूरी नहीं होने से शरीर और दिमाग को आराम नहीं मिलता है जिससे बदन दर्द, अकड़न और थकावट जैसी परेशानी पैदा हो जाती है, अच्छी नींद नहीं होने पर पाचन तंत्र पर असर पड़ता है जिसके चलते कब्ज की समस्या होती है, पूरी नींद न लेने पर व्यक्ति किसी भी कार्य में एकाग्रचित्त नहीं हो पाता और उसकी स्मरणशक्ति कमजोर हो जाती है, नींद कम होने से व्यक्ति चिड़चिड़ा हो जाता है जिसके चलते छोटी-छोटी बातों पर भी क्रोधित हो जाता है जिसके चलते परिवार, समाज और ऑफिस में भी लोग उससे बात करने में संकोच करते हैं, नींद के अभाव के चलते थकान बनी रहती है और सिर हमेशा भारी रहता है, कम सोने वालों में कई बार वजन बढ़ने की समस्या भी उत्पन्न हो जाती है. नींद पूरी न होने के दीर्घकालिक दुष्प्रभाव - यदिहम पर्याप्त नींद के बिना काम करना जारी रखते हैं, तो आपको दीर्घकालिक और गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं महसूस हो सकती हैं. नींद की कमी के कारण उच्च रक्तचाप, मधुमेह, दिल का दौरा, हार्ट फेलियर और कैंसर, स्ट्रोक तक का खतरा बढ़ जाता है. अन्य संभावित समस्याओं में मोटापा, अवसाद, प्रतिरक्षा प्रणाली की समस्या और सेक्स ड्राइव में कमी महसूस होते रहना भी शामिल है.

हम नींद की आवश्यकता को देखें तो, संपूर्ण स्वास्थ्य को बेहतर बनाए रखने के लिए पौष्टिक आहार और नियमित व्यायाम की आवश्यकताओं के बारे में तो हम सभी सुनते आ रहे हैं, परंतु हमको इसके साथ-साथ अच्छी नींद लेना भी बेहद आवश्यक है. मस्तिष्क को बेहतर तरीके से कार्य करने में मदद करने के साथ है, शरीर को री-फ्रेश रखने, प्रतिरक्षा को बढ़ावा देकर रोगों के जोखिम को कम करने और चिंता-तनाव जैसी मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं से बचाने में अच्छी नींद की महत्वपूर्ण भूमिका होती है. हमारी रोजमर्रा की जिंदगी में नींद एक जरूरत है. नींद हमारे शरीर और मस्तिष्क को आराम

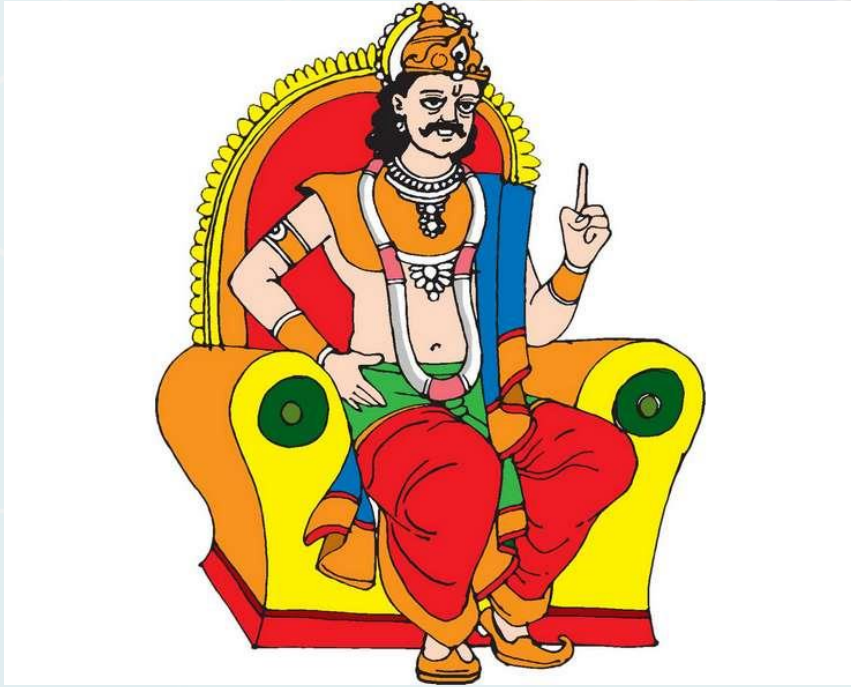
देने की एक प्रक्रिया है, ताकि शरीर और मन ऊर्जा का संग्रह कर ले, और हम आगे के काम के लिए तैयार हो जाएं. इसलिए अच्छी और गहरी नींद के बाद हम काफी ऊर्जावान महसूस करते हैं, अगर किसी कारण से ये नींद पूरी नहीं होती है तो हम परेशान, चिड़चिड़े, आलस्य, और कमजोरी जैसी कई समस्याओं के आप शिकार हो जाते हैं. देखा जाए तो अनिद्रा कोई बीमारी नहीं है, यह एक जीवनशैली है. विशेषज्ञों की सलाह है? नींद पूरी करना सभी के लिए आवश्यक है, यदि हमको इसमें असहजता महसूस होती है तो डॉक्टर की मदद जरूर ले लें. अनिद्रा को इलाज के माध्यम से आसानी से ठीक किया जा सकता है. इसके अलावा कुछ आसान से उपाय जैसे स्क्रीन टाइम को कम करना, रात में बेडरूम को शांत और अंधेरा रखना, मन को शांत करने के लिए अच्छे संगीत सुनना नींद प्राप्त करने में हमारे लिए सहायक हो सकता है. वयस्कों को रोजाना रात में 6-8 घंटे की निर्बाध नींद प्राप्त करने की सलाह दी जाती है. इसमें एक दिन भी होने वाली कमी हमारे संपूर्ण स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती है. स्वास्थ्य विशेषज्ञ बताते हैं, जिन लोगों की नींद पूरी नहीं हो पाती है, उन्हें अगले दिन थकान, सुस्ती, काम में मन न लगने जैसी कई तरह की दिक्कतें महसूस होती रह सकती हैं. इसी तरह अगर नींद पूरी न होने की समस्या दो-तीन दिन तक जारी रहती है तो इसके और भी कई प्रकार के शारीरिक और मानसिक दुष्प्रभाव हो सकते हैं.

हम पर्याप्त नींद लेने के फायदों को देखें तो, अच्छी नींद आने से हम ब्लड प्रेशर, हाई कोलेस्ट्रॉल आदि से समस्या से बच सकते हैं. अच्छी नींद आने के बाद हम काफी फ्रेश और किसी भी काम में हम मजा लेते हैं, पर्याप्त नींद के बाद हम काफी ऊर्जावान महसूस करते हैं, पूरी नींद लेने वाले व्यक्तियों की यादाश्त काफी अच्छी होती जाती है, अच्छी नींद होने से हमारी एकाग्रता भी बढ़ती है, हमेशा पर्याप्त नींद लेने से व्यक्ति हमेशा तरो-ताजा महसूस करता और हमारे चेहरे पर नेचुरल मुस्कान बनी रहती है.

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर उसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि नींद उड़ी सेहत बिगड़ी. आओ चैन की नींद सोएं. नींद के बिना दीर्घकालीन और गंभीर समस्याएं महसूस हो सकती है. नींद हमारे शरीर और मस्तिष्क को आराम देने की प्रक्रिया है. पर्याप्त नींद फ्रेश ऊर्जावान और अच्छी यादाश्त का टॉनिक है.

राजा की मुस्कान

रचनाकार- कु. नेहा यादव, बिलासपुर



मदनपुर नाम का एक नगर था. वहाँ के राजा अक्सर उदास रहा करते थे. उनके दरबार के सभी लोग चाहते थे कि वे खुश रहें, क्योंकि जब वे खुश रहते थे तो उनकी प्रजा भी खुश रहती थी. तरह-तरह के लोग उनसे मिलने आते थे और ये कोशिश करते थे कि राजा को हँसा सके. लेकिन सारी कोशिशें बेकार हो जाती थीं. एक दिन दरबार में एक मसखरा आया. उसका नाम था- राजू. उसने राजा से कुछ इस तरह से बात की कि राजा को हँसी आ ही गई. बड़ा ही बुद्धिमान था वह. किसी भी बात को मजाक में कह देना उसके लिए बहुत सरल काम था. राजा ने निश्चय किया कि वे राजू को अपने पास रखेंगे. राजू बड़े ही हँसमुख स्वभाव का व्यक्ति था. उसे कभी भी किसी ने दुखी नहीं देखा था. इसीलिए उसे देखकर सभी को बड़ा अच्छा लगता था. एक दिन राजा अपने दरबार में बैठे हुए थे. तभी उन्होंने राजू के ज़ोर-ज़ोर से चिल्लाने की आवाज़ें सुनीं. ऐसा लग रहा था कि जैसे वह चीख-चीखकर रो रहा हो. राजा तुरंत उठकर भागे. वे बाहर पहुँचे तो उन्होंने देखा कि उनके सैनिक राजू की बुरी तरह पिटाई कर रहे थे. राजा का गुस्से से बुरा हाल हो गया. वे चिल्लाए, 'छोड़ दो उसे, तुरंत!' सैनिक घबराकर एक ओर खड़े हो गए. तब राजा ने पूछा, 'क्यों मार रहे हो इसे?' महाराज, यह राजू आपके सिंहासन पर बैठा हुआ था. यह तो अच्छा हुआ, हमने इसे देख लिया और बाहर ले आए.' सैनिक बोले. राजा ने कहा, 'राजू पर हमें पूरा भरोसा है. यदि इसने ऐसा किया भी है तो हमारा अपमान करने के लिए नहीं किया होगा. तुम लोग जाओ. सैनिक चले गए. लेकिन राजू फिर भी ज़ोर से रो रहा था. अब राजा को और भी गुस्सा आ गया. वे बोले, 'राजू, अब क्यों रो रहे हो? तुम सही-सलामत तो हो.' तब राजू बोला, 'महाराज, मैं अपने लिए नहीं आपके लिए रो रहा हूँ. हमारे लिए?' राजा ने आश्चर्य से पूछा. जी महाराज, मैं एक बात सोच-सोचकर

बहुत ही दुखी हूँ. देखिए, महाराज, इन सैनिकों ने मार-मारकर मेरी क्या हालत कर दी है, जबकि मैं तो केवल कुछ पलों के लिए ही आपके सिंहासन पर बैठा था. और महाराज, आप तो कितने वर्षों से इस सिंहासन पर बैठा करते हैं. आपने कितनी ज़्यादा मार सही होगी.....अ...उ...उ.'

यह बात सुनकर महाराज को भी हँसी आ गई. उनका सारा गुस्सा गायब हो गया.

विजय दिवस

रचनाकार- पिकी सिंघल, दिल्ली



भारत के वीर सपूतों ने हमको
विजय का था वो दिवस दिखाया
पराक्रम और शौर्य के बूते ही
था अपने राष्ट्र का मान बढ़ाया

भयावह था वो युद्ध का मंजर
हमने पाक को सबक सिखाया
मिली तब भारी विजय भारत को
था पाक खुद पर खूब शरमाया

आत्मसमर्पण के साथ पाक ने
हार को अपने उर से लगाया
सोलह दिसंबर उन्नीस सौ इकहत्तर को हमने
विजय दिवस का बिगुल बजाया

स्वर्णिम विजय दिवस पर सेना ने
तिरंगा ऊंचा शान से लहराया
शौर्य साहस का परिचय दे भारत ने
जीत का सेहरा अपने शीश बंधाया

तब से भारतवासी सहर्ष मनाते
जब भी ये शुभ दिन वर्ष में आया
करने याद सभी शहीद सैनिकों को
गीत देशभक्ति का हर जन ने गाया

जीवन

रचनाकार- प्रियंका सौरभ



हमारे जीवन का अन्य निःशुल्क रत्न हमारे चारों ओर प्रकृति है। हमारे पास सूरज है जो हर दिन एक नया सवेरा लाता है; उस सुबह को सुखद बनाने के लिए हमारे पास हरी-भरी चरागाहें हैं, हमें जगाने के लिए पक्षियों की चहचहाहट, जीवन की सुंदरता को देखने के लिए खिलते फूल और हमारी आंखों को सुकून देने के लिए बहता पानी। प्रकृति की यह प्राकृतिक सुंदरता पुरुषों के लिए सबसे प्यारी और सबसे प्यारी उपस्थिति है जो प्रशंसा करने के लिए एक उत्सुक पर्यवेक्षक के अलावा कुछ नहीं मांगती है। और सबसे खास बात यह है कि हमने अभी तक धरती पर इस स्वर्ग का आनंद लेने के लिए कुछ भी भुगतान नहीं किया है। लेकिन अब मूल्य बदल रहे हैं और पुरुष भी। पुरुष धन की ओर बढ़ रहे हैं और भौतिकवादी हो गए हैं। प्रेम, स्नेह, करुणा, सह-अस्तित्व और शांति की भावनाएँ अपना आधार खोती जा रही हैं।

ऐसा कहा जाता है कि जीवन वह है जो आप इसे बनाते हैं जैसे हम स्वयं अपने जीवन को स्वर्ग या नरक में बदल सकते हैं। क्या फर्क पड़ता है हमारे दृष्टिकोण से कि क्या हम कुँ में मेंढक की तरह रह सकते हैं या हम अपने परिवेश के बारे में पर्याप्त रूप से सचेत हो सकते हैं। ईश्वर ने हमें एक सुखी और स्वस्थ जीवन के लिए बहुत सी सराहनीय सामग्री प्रदान की है और हमने स्वयं भी उसी जीवन की सहजता के लिए कुछ सामग्री तैयार की है। जहां पूर्व को अक्सर आसानी से उपेक्षित और कम आंका जाता है, लेकिन बाद वाला अलग होने पर बहुत अधिक दर्द देता है।

हम इस दुनिया में पहले से ही भेंट किए गए कुछ उपहारों के साथ आए थे और ये उम्मीद की जाती थी कि ये जीवन भर हमारे साथ रहेंगे। लेकिन क्या हम उन उपहारों के साथ आए थे? क्या हम उनके साथ चलेंगे? नहीं, ऐसा नहीं है कि इस दुनिया से हर कोई अकेला आता है और अकेला ही जाता है। हमने उन्हें अविभाज्य माना क्योंकि वे हमें तुरंत उपहार में दिए गए थे कि हम यह महसूस करने में विफल रहे

कि वे हमारे साथ नहीं आए हैं बल्कि हमें अपने जीवन को खुशहाल और सार्थक बनाने के लिए दिए गए हैं।

इस भौतिकवादी दुनिया का प्रसिद्ध मुहावरा है कि मुफ्त में कुछ भी नहीं मिलता। लेकिन ऐसा क्यों है? ऐसा इसलिए है क्योंकि अब प्राथमिकताएं बदल गई हैं और हमने अपने जीवन को बहुत आसान बना लिया है। अगर हमारी जेब में पैसा है और दुनिया को अपनी मौजूदगी का अहसास कराने की ताकत है तो इस दुनिया में सब कुछ हमारे पैरों के नीचे है। लेकिन कुछ सबसे मूलभूत और सबसे आवश्यक चीजें हैं जिन्हें दुनिया की कोई भी ताकत खरीद नहीं सकती है और न ही उन पर हावी हो सकती है। यहां तक कि इस ग्रह के सबसे धनी व्यक्ति के पास इतना धन नहीं है कि वह उनका स्वामी बन सके।

लेकिन वे क्या हैं? वह सूची क्या है जिसमें ये सामर्थी चीजें हैं? क्या इसके लिए कोई सार्वभौमिक सूची है? नहीं, क्योंकि वे एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में भिन्न होते हैं। उनमें से सबसे आम हैं-सबसे पहले यह हमारा जीवन है जो सूची में आता है। हम अब सांस ले रहे हैं क्योंकि भगवान ने हमें इस दुनिया में आने के लिए बनाया है और इस अद्भुत अनुग्रह के लिए हमने उन्हें कुछ भी नहीं दिया है। इस नाटक के मंच में प्रवेश करने के बाद हमने दोस्तों और रिश्तेदारों की तरह संबंध बनाए लेकिन दो ऐसे व्यक्ति थे जिनसे हम आंख खोलने से पहले ही जैविक रूप से हमसे जुड़ गए थे। और वो हमारे माता-पिता ही थे जिन्होंने हमें सही और गलत में फर्क करना सिखाया और जीवन के एक-एक पल का सदुपयोग करने की प्रेरणा दी। हमारे परिवार के सदस्य दुनिया में हमारे लिए सबसे प्यारे व्यक्ति हैं और हमें उन पर गर्व है कि वे हमारे साथ हैं लेकिन कौन सा कागज प्रमाणित करता है कि हम उनके मालिक हैं या वे हमारे इस तरह के भुगतान के कारण हैं। दरअसल, वे हमारे साथ हैं क्योंकि हम उनके साथ रहने के लिए किस्मत में थे और भाग्य हमेशा स्वतंत्र होता है चाहे अच्छा हो या बुरा।

जीवन के मूल्य हमारे साथ थे जब हम पैदा हुए (और वे सबसे पवित्र थे) लेकिन उस समय हम उन्हें समझने के लिए बहुत छोटे थे और वे धीरे-धीरे हमारे आसपास के वातावरण के साथ बदल गए। जीवन का हमारा दर्शन हमारे परिवार और दोस्तों के साथ मिल गया, जिसके परिणामस्वरूप विचारधाराओं का एक नया सेट हमारे सभी बाद के फैसलों में हमारा मार्गदर्शन करता है। इसने एक को गांधी जैसा सबसे सम्मानित व्यक्ति बना दिया है और दूसरे को हिटलर जैसा सबसे अधिक आलोचनात्मक बना दिया है, लेकिन दोनों के पास सीखने के लिए कुछ मूल्य हैं क्योंकि एक ने अनुसरण करने का मार्ग दिखाया और दूसरे ने वह मार्ग दिखाया जो अनुसरण नहीं करना है। इसके बारे में सबसे आश्चर्यजनक बात यह है कि यह मुफ्त है। यह हम पर निर्भर करता है कि हम क्या पा सकते हैं और क्या खो सकते हैं।

हमारे जीवन का अन्य निःशुल्क रत्न हमारे चारों ओर प्रकृति है। हमारे पास सूरज है जो हर दिन एक नया सवेरा लाता है; उस सुबह को सुखद बनाने के लिए हमारे पास हरी-भरी चरागाहें हैं, हमें जगाने के लिए पक्षियों की चहचहाहट, जीवन की सुंदरता को देखने के लिए खिलते फूल और हमारी आंखों को सुकून देने के लिए बहता पानी। प्रकृति की यह प्राकृतिक सुंदरता पुरुषों के लिए सबसे प्यारी और सबसे प्यारी उपस्थिति है जो प्रशंसा करने के लिए एक उत्सुक पर्यवेक्षक के अलावा कुछ नहीं मांगती है। और

सबसे खास बात यह है कि हमने अभी तक धरती पर इस स्वर्ग का आनंद लेने के लिए कुछ भी भुगतान नहीं किया है।

मानव सर्वोत्तम संसाधन है क्योंकि वही अपने आसपास के पदार्थ को उत्पादक संसाधनों में बदलता है। यह सिर्फ उनके दिमाग में छुपी हुई स्किल एन टैलेंट की वजह से है। मनुष्य पृथ्वी पर सबसे बुद्धिमान प्राणी है। हम चांद पर पहुंच गए हैं, तेज संचार के नए तरीके हासिल कर लिए हैं और यहां तक कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस भी विकसित कर लिया है। यह सब किस वजह से संभव हुआ? यह हमारा मस्तिष्क और विश्लेषणात्मक सोच है जिसने हमें जीवन के अब तक अनछुए क्षेत्रों का पता लगाने के लिए प्रेरित किया। और वह हुनर हमारे पास मुफ्त में आया। जीवन में आकर ही हमने उसे पैना किया है। हम एक बच्चे को देखते हैं जो कौटिल्य जितना बुद्धिमान है, एक लड़की जिसका आईक्यू आइंस्टीन से अधिक है और एक लड़का जिसने एक ऐसी घड़ी बनाई है जिसे गलती से बम समझ लिया गया था। वे सभी अपने जीवन के उत्पादक चरणों में हैं और किसी भी विश्व प्रसिद्ध विश्वविद्यालय से कोई परिष्कृत शिक्षा प्राप्त नहीं की है। यह सब उनकी जन्मजात प्रतिभा है जो उनके पास मुफ्त में आई है। हम सबमें भी ऐसी काबिलियत है लेकिन हमने उसे पहचाना नहीं और दुनिया को हम पर हैरत का अहसास कराने में नाकाम रहे।

विविधता जो हम अपने चारों ओर देखते हैं वह जीवन का मसाला है। हमारे पास हिमाच्छादित हिमालय, उपजाऊ जलोढ़ मैदान, खनिज समृद्ध प्रायद्वीपीय पठार, जैव विविधता से समृद्ध तटीय मैदान और पश्चिमी घाट और मारुस्थली अपनी चिलचिलाती गर्मी के साथ हैं। हमारे पास धर्मों, भाषाओं, त्योहारों, संगीत, नृत्य और नाटक आदि की व्यापक विविधता है। हमारे पास ऐसे कई मौसम हैं जो उनके आगमन और प्रस्थान में इतने समय के पाबंद हैं। बदलता मौसम हमारे जीवन में उत्साह लाता है और हमें अपनी जीवन शैली को अधिक अनुकूल बनाने और जीवन की विशालता को महसूस करने के लिए प्रेरित करता है।

लेकिन अब मूल्य बदल रहे हैं और पुरुष भी। पुरुष धन की ओर बढ़ रहे हैं और भौतिकवादी हो गए हैं। प्रेम, स्नेह, करुणा, सह-अस्तित्व और शांति की भावनाएँ अपना आधार खोती जा रही हैं। यह सच है कि हम भाग्यशाली हैं कि हमारे जन्म से ही हमारे पास कुछ मूल्यवान चीजें हैं और हमारी आखिरी सांस तक हमारे पास होने की संभावना है, लेकिन केवल अगर हम उनकी उपयोगिता को समझते हुए उन्हें संरक्षित कर सकते हैं। अगर हम उन्हें हल्के में लेने लगे तो परिणाम विनाशकारी होंगे। और तब यह मुहावरा सच हो जाएगा- "ना बाप बड़ा ना भइया, सबसे बड़ा रुपैया"।

जैसा भी हो, शुरुआत करू

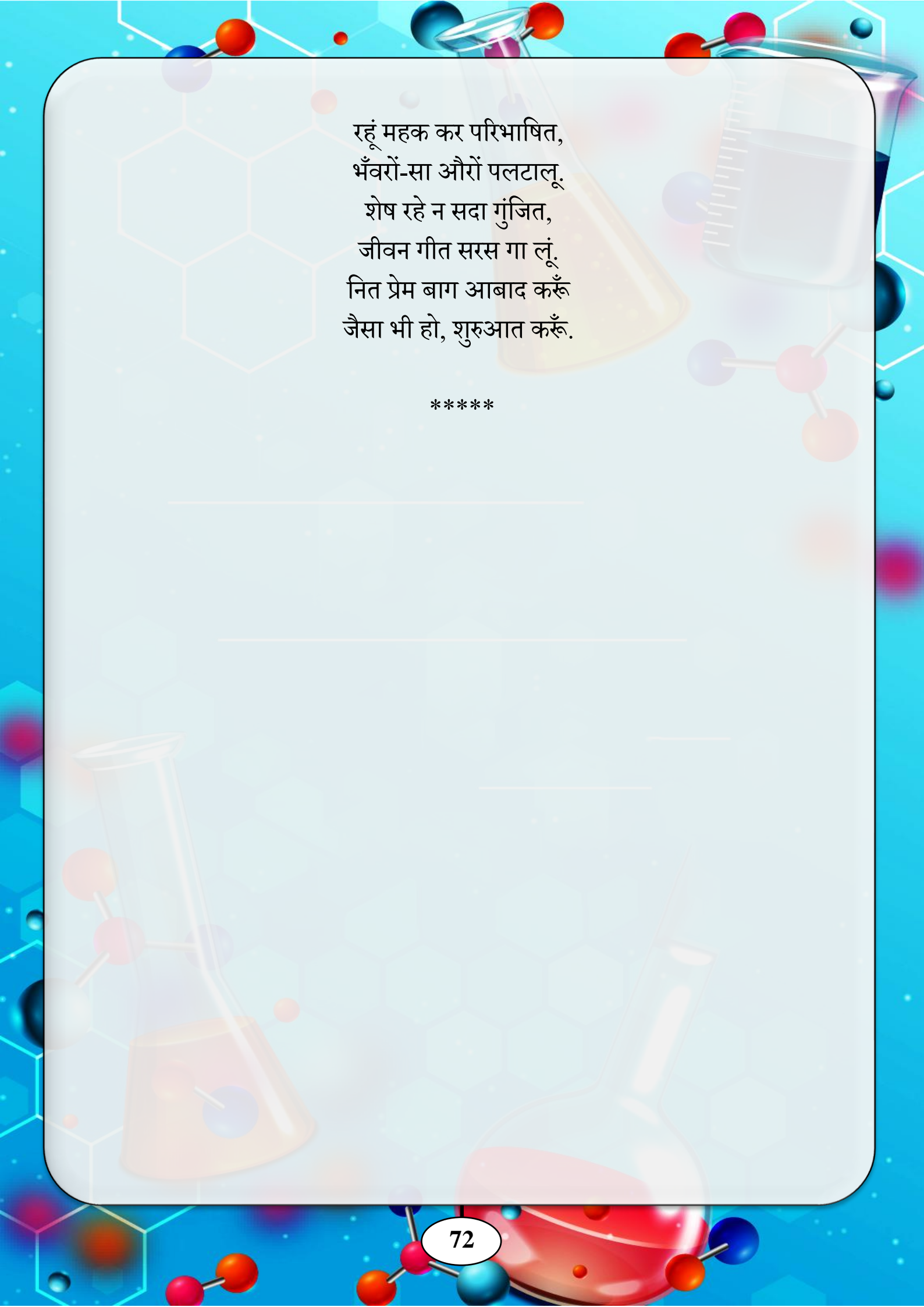
रचनाकार- शेष नारायण, धमतरी



जैसा भी हो, शुरुआत करूँ
करके लिखूँ, लिखकर वरू
जैसा भी हो, शुरुआत करूँ.

सोच उतारू जीवन में,
जीवन को सोच-सोच ढालूँ.
देकर सर्वस्व हृदय तल का,
शून्य शिखर सहज पा लूँ.
शब्दों से गहरी बात करूँ
जैसा भी हो, शुरुआत करूँ.

बढ़ूँ फैलू गगन सदृश,
पल मे स्वयं को सिमटा लूँ
चहकू चमकू होके अदृश,
देखूँ घट-घट पहरा डालूँ.
सुध दिन सुधा सम रात करूँ
जैसा भी हो, शुरुआत करूँ.

The background of the page is a vibrant blue with a pattern of white hexagons. Scattered throughout are various scientific illustrations: a large Erlenmeyer flask containing a yellow liquid, a graduated cylinder with a grey liquid, and several molecular models with red, blue, and white spheres connected by lines. The text is centered in the upper half of the page.

रहूं महक कर परिभाषित,
भँवरों-सा औरों पलटालू.
शेष रहे न सदा गुंजित,
जीवन गीत सरस गा लूं.
नित प्रेम बाग आबाद करूं
जैसा भी हो, शुरुआत करूं.

पिंजरा

रचनाकार- वीरेंद्र बहादुर सिंह, नोएडा



पापा मिट्टू के लिए क्या लाए हैं? यह पूछने के साथ ही ताजे लाए अमरूद में से एक अमरूद ले कर अंजना मिट्टू के पिंजरे के पास पहुंच गई. जब से मिट्टू आया है था अंजना कितनी खुश रहती थी. नहीं तो अंकिता के डिवोर्स लेने के बाद से वह मुरझाई-मुरझाई रहती थी. मां से अलग हो कर अचानक पिता के साथ अकेली रहना पड़े तो इसका असर बच्चे की मानसिकता पर सहज ही पड़ता है. वह किसी से बात ही कहां करती थी. बच्चे मां के बारे में सवाल करेंगे, यह सोच कर वह दोस्तों के साथ खेलने भी नहीं जाती थी. अकेली घर में पड़ी रोती रहती थी. खिलौनों से भी जैसे उसकी बोलचाल बंद हो गई थी. पर मिट्टू के आने के बाद से उसे एक दोस्त मिल गया था, जिससे वह पूरे दिन बातें करती रहती थी. उसी की देखभाल में समय बिताती थी. नन्ही बेटा के मुखड़े पर खुशी देख कर प्रदीप का मन प्रसन्न हो उठता था. पर पता नहीं क्यों अंजना मिट्टू के बारे में कोई सवाल करती तो प्रदीप के मन में अंकिता के साथ का अतीत दिमाग में मथने लगता था. इस तरह की सोच की सांकल भी कैसी विचित्र ताला में फंस जाती है. आखिर मानव मन इतना अटपटा क्यों होता है?

जब प्रदीप मिट्टू का पिंजरा खरीद कर लाया था, तभी अंजना ने पहला सवाल पूछा था, "पापा, इसे पिंजरे में क्यों रखा है?"

जिससे हम इसकी देखभाल कर सकें, इससे प्यार कर सकें, इसकी रक्षा कर सकें.

देखभाल, प्यार, रक्षा तो वह अंकिता की भी करना चाहता था. शादी के दस सालों में उसने यह सब करने की पूरी कोशिश की थी. अंकिता ने भी तो इन सभी मामलों में उसका पूरा-पूरा सहयोग दिया था. संबंधों की गाड़ी दो समांतर पहियों से ही आगे बढ़ सकती है. अंकिता ने भी सामने से उतना ही प्यार और स्नेह बरसाया था. अंजना के पालन-पोषण में उसने अपना कैरियर भी कितनी कुशलता से संभाला था. आज की एक सफल स्त्री की तरह उसने मातृत्व को अपने कैरियर का पूर्णविराम नहीं बनने दिया था. जबकि इसके लिए मेहनत की पराकाष्ठा की हद तक पहुंचने के अलावा कोई अन्य विकल्प भी नहीं था. दोनों ने अपने-अपने कार्पोरेट व्यवसायों में जीजान से मेहनत कर के उत्तम व्यावसायिक प्रदर्शन कर रहे थे, साथ ही साथ अंजना के पालन-पोषण की जिम्मेदारी भी समान रूप से उठा रहे थे. आखिर परिवार की सफलता परिवार के सदस्यों की आंतरिक समझ के साथ सहयोग पर ही निर्भर होती है.

पापा मिट्टू का पिंजरा धूप से अंदर ले आती हूं तो वह चिढ़ जाता है. जबकी बाल्कनी में बहुत तेज धूप है.

बेटा, तुम्हें लगता है कि धूप से उसे बचाना चाहिए. पर हो सकता है उसे धूप अच्छी लग रही हो, इसलिए थोड़ी देर उसे धूप खाने दो.

अंजना पिंजरा ले कर बाल्कनी में गई. प्रदीप की आंखें सामने अंकिता के साथ के वार्तालाप के विचारों की सांकल में उलझ गईं.

अंकिता, मैं जानता हूं कि यह प्रमोशन तुम्हारे कैरियर का सब से बड़ा पड़ाव है. पर मैं अपनी नौकरी छोड़ कर दिल्ली नहीं चल सकता. मैं लखनऊ नहीं छोड़ सकता. मैं ने भी अपनी नौकरी में इस स्तर तक पहुंचने के लिए दिनरात एक किया है, तब यहां पहुंचा हूं.

मैं जानती हूं प्रदीप, इसीलिए तो आशा करती हूं कि तुम मेरी मेहनत को समझोगे. फिर मैं कहां तुम से लखनऊ छोड़ने को कह रही हूं. तुम्हारे कैरियर के त्याग का तो सवाल ही नहीं है.

मतलब तुम अकेली ही दिल्ली जाने के बारे में सोच रही हो... और मैं और अंजना यहां लखनऊ में रहेंगे यही न?

तुम कहो तो मैं अंजना का दिल्ली के किसी स्कूल में एडमिशन करा दूं. यह मेरे साथ रहेगी तो मुझे इसकी चिंता भी नहीं रहेगी.

और मेरा क्या होगा अंकिता? मैं तुम्हारे और अंजना के बिना अकेला लखनऊ में रहूंगा? इसे ही पारिवारिक जीवन कहेंगे? इज दीज कोल्ड ए फैमिली लाइफ?

तुम इस तरह चिढ़ क्यों रहे हो? हवाई आर यू ओवर रिएक्टिंग?

तुम परिवार के दो टुकड़े करना चाहती हो. ऐसे में मुझसे दूसरी किस तरह की प्रतिक्रिया की उम्मीद कर सकती हो.

इसका मतलब तो यह हुआ कि तुम्हारी अपेक्षा के अनुरूप निर्णय न हो तो मैं अपरिपक्व और नासमझ हूँ? अब तुम राई का पहाड़ बना रहे हो प्रदीप.

तुम्हारे लिए परिवार राई जैसी छोटी बात होगी, पर मेरे लिए तो यह सर्वस्व है. सभी चीजों से महत्वपूर्ण मेरे कैरियर से भी ज्यादा.

तो फिर दिल्ली चलो न मेरे साथ... नहीं चलोगे न? जब मैं तुम पर तुम्हारी नौकरी यानी कैरियर छोड़ने का दबाव नहीं डाल लही हूँ तो फिर मेरे कैरियर के साथ बलिदान और त्याग की यह अपेक्षा क्यों? क्योंकि मैं पत्नी हूँ और तुम पति? एक शिक्षित, आधुनिक मुक्त विचारों वाले पुरुष को क्या यह सब शोभा देता है?

तो ऐसे अशिक्षित और रूढ़िवादी पति के साथ बंधे रहने की क्या जरूरत है? उड़ जाओ अपने मुक्त गगन में...

तभी अंजना ने पीछे से आ कर उसका हाथ पकड़ कर वर्तमान में खींच लिया, "पापा, आप सच कह रहे थे. मिट्टू को धूप अच्छी लग रही है."

देखा...? जिसे प्यार करते हैं उसे खुश रखना चाहिए... इसके लिए उसके दिल के भाव को समझना पड़ता है... उसकी इच्छाओं और चाहतों का सम्मान करना पड़ता है... भले अपने अभिप्राय उससे अलग हों. समझ गई न मेरी गुड़िया?

अंजना किसी गहरी सोच में डूब गई और प्रदीप भी....

चलो जल्दी खा लेते हैं. सुबह जल्दी उठ कर कोर्ट चलना है.

प्रदीप की बात सुन कर अंजना खुशी से उछल पड़ी, "मम्मी से मिलने?"

हां.

अंजना के लिए कोर्ट की तारीख का मतलब काफी दिनों बाद मां को देखने का सुनहरा अवसर. सप्ताह में दो बार उसकी मां से फोन पर बात होती थी. पर उसे आंखों के सामने देखने, स्पर्श करने की बात ही अलग थी. अगले दिन अंजना किस के साथ रहेगी, इसका फैसला हो जाएगा. अंजना किस के साथ रहेगी, यह कोर्ट तय कर देगा.

प्रदीप को पता था कि अंजना उसी के साथ रहेगी. उसकी नौकरी स्थाई थी. जबकि अंकिता की नौकरी दिल्ली स्थित हेडआफिस में जाने के बाद से अस्थायी हो गई थी. अलग-अलग शहरों में मीटिंग तो कभी अंतरराष्ट्रीय सेमिनारों की वजह से विदेश की यात्राएं. इस सब का असर बच्चे के विकास और पढ़ाई पर होगा और अंजान आया या अंजान बेबीसिटर के साथ बच्चे को छोड़ने की अपेक्षा बच्चे की जिम्मेदारी पिता को ही सौंप देना ज्यादा ठीक रहेगा. स्पष्ट था कि उनके वकील की तार्किक दलीलें जज को प्रभावित कर चुकी थीं. कल जज के फैसला सुनाते ही सारी चिंता खत्म हो जाएगी. अंकिता के जाने से जीवन में व्यापी शून्यता अब अंजना के साथ रहने से भर तो नहीं सकती, पर राहत जरूर दिला सकती है.

सुबह जल्दी अंजना को तैयार कर के प्रदीप खुद कोर्ट जाने की पूर्व तैयारियों में व्यस्त था. अंजना तैयार हो कर मिट्टू के पास बाल्कनी में चली गई थी. तैयार हो कर प्रदीप बाल्कनी में पहुंचा तो नजर के सामने जो दृश्य था उससे वह चौंक उठा था. मिट्टू का पिंजरा खुला था और मिट्टू पिंजरे में नहीं था. अंजना आकाश की ओर दोनों हाथ ऊंचे किए हंस रही थी. मिट्टू के बिना अंजना की क्या हालत होगी, यह सोच कर प्रदीप परेशान हो उठा था, "मिट्टू कहां है अंजना?"

वह तो उड़ गया. बाल सहजता से जवाब देने वाली अंजना की आंखें अभी भी आकाश में ही मंडरा रही थीं.

पर कैसे? प्रदीप ने विकल मन से पूछा.

मैं ने जैसे ही यह दरवाजा खोला, वह फुर्र से उड़ गया.

पर अब उसके बिना कैसे रहोगी? यह दरवाजा क्यों खोला था बेटा?

पापा, आप ने ही तो कहा था, जिसे प्यार करते हैं उसे खुश रखना चाहिए. इसीलिए उसके दिल की बात समझनी चाहिए. उसकी चाहत और इच्छाओं का सम्मान करना चाहिए. मिट्टू जब पिंजरे से अन्य पक्षियों को उड़ते देखता था तो क्या उसका खुले आकाश में उड़ने का मन न होता रहा होगा? कोई हमारे हाथ-पैर बांध दें तो हम उससे प्यार थोड़े ही करेंगे. उस पर तो गुस्सा ही आएगा न? भगवान ने उसे पंख उड़ने के लिए ही दिए हैं न. मेरी खुशी के लिए उसे बांध कर रखना, प्यार नहीं कहा जाएगा, स्वार्थ कहा जाएगा.

अंजना की बात सुन कर प्रदीप चौंक उठा. उसे लग रहा था, उसका रोमरोम कांप रहा है. पूरी देह के रोएं खड़े हो गए हैं. छोटी अंजना ने बहुत बड़ी बात कह दी थी. एक छोटे हृदय ने एक बड़े हृदय को हिला कर रख दिया था.

कोर्ट में पहुंचते ही अंजना मम्मी के पास भाग गई थी. बेटी को सीने से लगा कर अंकिता की आंखें खुशी से छलक उठी थीं. अंकिता और प्रदीप की नजरें मिलीं तो दोनों के चहरों पर औपचारिक फीकी

हंसी उभरी. अंजना की इच्छा का सम्मान करते हुए प्रदीप उसे अंकिता के पास ही बैठी छोड़ कर अपने वकील के पास चला गया.

न्यायाधीश ने अपना निर्णय सुनाने से पहले दोनों पक्षों को अपना मंतव्य प्रकट करने का एक अंतिम मौका दिया. भरी अदालत में अपना मंतव्य प्रकट करने के लिए खड़े प्रदीप की आंखें अंकिता की ही आंखों को ताक रही थीं. उन आंखों में अंकिता के जो भाव दिखाई दिए, वह उसकी आंखों का भ्रम तो नहीं ही था. उसने एकदम से कहा, "जज साहब, आप अंजना को अंकिता को सौंप दीजिए. मुझे पूरा विश्वास है कि अंजना की देखभाल अंकिता से अच्छी और कोई नहीं कर सकता, मैं भी नहीं."

अदालत में उपस्थित लोग चौंक उठे. दोनों पक्षों के वकील भी हैरान थे. अंकिता को भी अपने कानों पर विश्वास नहीं हो रहा था. अपनी कलम नीचे रख कर न्यायाधीश भी विस्मय से प्रदीप को ताकने लगे थे.

प्रदीप ने अंकिता की ओर देखते हुए कहा, "साँरी अंकिता, मैं स्वीकार करता हूँ, गलती मेरी ही थी. अगर यही प्रमोशन मुझे भी मिला होता तो मैं इसे नहीं ठुकराता. तुम से सहयोग की अपेक्षा रखता. तुम से अलग न होना पड़े, इस डर ने मुझे तुम से हमेशा के लिए अलग कर दिया. अब अंजना को भी तुम से छीन लूं तो मुझसे बड़ा स्वार्थी दूसरा कोई नहीं होगा."

जज साहब मुझे कुछ कहना है.

परमीशन मिलते ही अंकिता प्रदीप के सामने आ कर खड़ी हो गई. उसने प्रदीप का हाथ थाम कर कहा, "अंजना की कस्टडी न मुझे मिलनी चाहिए और न प्रदीप को."

न्यायाधीश सहित पूरी अदालत हैरान थी. दोनों वकील और प्रदीप की भी कुछ समझ में नहीं आया था. तभी अंकिता ने आगे कहा, "अंजना की कस्टडी मुझे और प्रदीप को संयुक्त रूप से मिलनी चाहिए. जिससे हम दोनों मिल कर अपनी प्यारी गुड़िया की देखभाल कर सकें."

अनुभवी न्यायाधीश की अनुभवी दृष्टि ने सब समझ लिया था. होठों पर हल्की मुसकान के साथ सिर हिलाते हुए उन्होंने दस्तखत कर के केस क्लोज कर दिया.

गाड़ी की पिछली सीट पर बैठी अंजना मम्मी-पापा को एक साथ गाड़ी में बैठा देख कर हैरान थी. आखिर उसने पूछ ही लिया, "मैं मम्मी के साथ रहूंगी या पापा के साथ?"

प्रदीप और अंकिता खिलखिला कर हंस पड़े. अंजना के निर्दोष सवाल के जवाब में दोनों एक साथ बोल पड़े, "कभी मम्मी के साथ दिल्ली में तो कभी पापा के साथ लखनऊ में और हमेशा एक-दूसरे के साथ."

अंजना की तालियों से पूरी कार गूंज उठी, साथ ही प्रदीप और अंकिता का सूना जीवन भी.

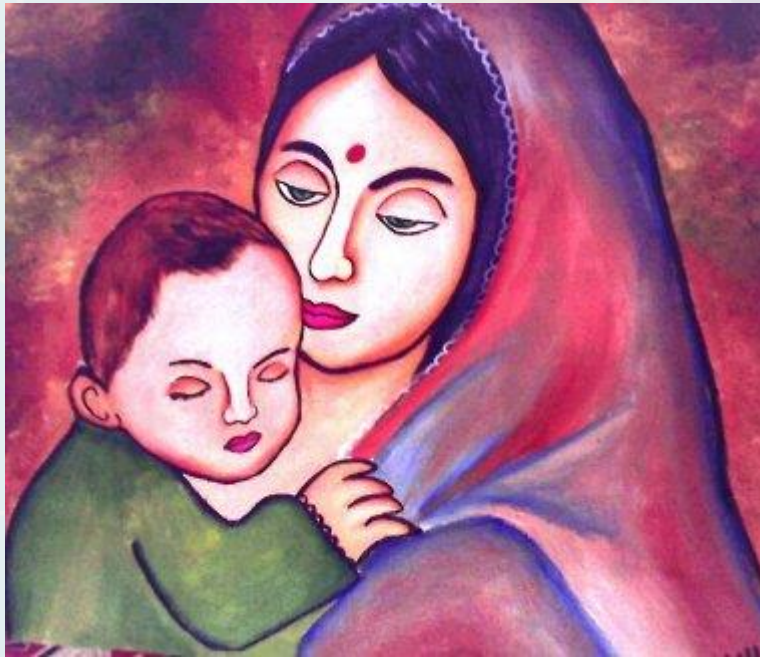
घर में घुसते ही बाल्कनी में पहुंची अंजना उत्साह से उछल पड़ी, "पापा मिट्टू वापस आ गया."

हैरान प्रदीप बाल्कनी में पहुंचा. मिट्टू वापस आ कर बाल्कनी में आराम से बैठा था. अपने मित्र को पा कर अंजना की खुशी दोगुनी हो गई थी. मिट्टू अब उसके साथ ही रहेगा. लेकिन हां, पिंजरे में कैद हो कर नहीं. मुक्त पंखों के साथ मुक्त सांस लेते हुए.

बाल्कनी से अंदर आ कर रसोई में कॉफी बना रही अंकिता का प्रसन्न चेहरा देख कर प्रदीप की भी खुशी दोगुनी हो गई थी. अंकिता अब साथ ही रहेगी. हां, पर पिंजरे में कैद हो कर नहीं, मुक्त पंखों के साथ मुक्त सांस लेते हुए.

हे माँ

रचनाकार- किशन सनमुखदास भावनानी, महाराष्ट्र



वर्ष 1975 में आई हिंदी फीचर फिल्म दीवार का वह डायलॉग मेरे पास माँ है, आज हर मानवीय जीव को सुनने की बात को रेखांकित करना ज़रूरी है. हालांकि वैश्विक स्तर पर भारत में रिश्ते नातों खासकर माता-पिता का जितना सम्मान किया जाता है, उतना शायद ही अन्य किसी देश में किया जाता हो यह सर्वविदित है. क्योंकि भारत में ही राम श्रवण भगत प्रल्हाद सहित अनेक अवतार अवतरित हुए हैं उनके माता-पिता के आज्ञाकारी सेवक होने के इतिहास भारत में भरे पड़े हैं. परंतु वर्तमान पाश्चात्य देशों की संस्कृति का रंग अनेक युवाओं में दिख रहा है, जिनकी नजरों में माता-पिता का हृदयभाव अपेक्षाकृत कम होता जा रहा है. चूंकि आज दिनांक 28 दिसंबर 2022 को हमने सबसे बड़ा उदाहरण माँ के प्रति समर्पण भाव का देखा जब वैश्विक नेताओं के अप्रूवल रेटिंग में सबसे अधिक लोकप्रिय भारतीय नेता की मां की तबीयत बिगड़ी अस्पताल में भर्ती की बात सुनकर तुरंत दिल्ली से अहमदाबाद दौड़ पड़े, यह होता है मां का खिंचाव और मां की ममता का कमाल. इसलिए आज हम मीडिया में उपलब्ध जानकारी के सहयोग से इस आर्टिकल के माध्यम से चर्चा करेंगे हे माँ, भाग्यशाली होते हैं वह जिनके पास मां है, माँ के चरणों में स्वर्ग बसता है.

हम सरल भाषा में युवाओं को मां के महत्व समझाने को देखें तो हम देखते हैं कि फिल्मों में युवाओं की अधिक रुचि होती है. मां के रोल की शुरुआत, आवारा (1951) में मां, गंगा जमना (1961) में मां का किरदार निभाया. वहीं, गाइड (1965) में मां की भूमिका निभाई. अगर फिल्म जगत की मां का जिक्र हो और 1975 में रिलीज हुई दीवार का नाम न आए, ऐसा होना नामुमकिन है. दरअसल, इस फिल्म में दुखियारी मां के रूप में दिखाया गया. फिल्म के एक सीन जब कलाकार छोटे भाई को बंगले और पैसे

का रौब दिखाते हैं, तब वह कहते हैं, मेरे पास माँ है। जिस तरह यह फिल्म सुपरहिट रही, उसी तरह उसका यह डायलॉग भी अमर हो गया। इसी फिल्म का एक और डायलॉग काफी मशहूर हुआ, जिसमें माँ भी कहती हैं, तू अभी इतना अमीर नहीं हुआ बेटा कि अपनी माँ को खरीद सके। कई लोग अपने माता-पिता को वृद्ध आश्रम में छोड़ देते हैं, और खुद अपने पापो का कल्याण करने के लिए ईश्वर अल्लाह से दुआ मांगने के लिए मंदिर-मस्जिद भटकते हैं। पर यही सबसे बड़े मुर्ख होते हैं, वे ये नहीं जानते हैं कि ईश्वर अल्लाह को जन्म भी एक माँ ने ही दिया था। इसलिए ईश्वर अल्लाह का वास माँ के चरणों में होता है।

हम माँ की बात करें तो, माँ वह है जो हमें जन्म देने के साथ ही हमारा लालन पालन भी करती हैं। माँ के इस रिश्ते को दुनिया में सबसे ज्यादा सम्मान दिया जाता है। यही कारण है प्रायः संसार में ज्यादातर जीवनदायनी और सम्माननीय चीजों को माँ की संज्ञा दी गयी है जैसे कि भारत माँ, धरती माँ, पृथ्वी माँ, प्रकृति माँ, गौ माँ आदि। इसके साथ ही माँ को प्रेम और त्याग की प्रतिमूर्ति भी माना गया है। इतिहास कई सारी ऐसे घटनाओं के वर्णन से भरा पड़ा हुआ है। जिसमें मताओं ने अपने संतानों के लिए विभिन्न प्रकार के दुख सहते हुए अपना सर्वस्व न्यौछावर कर दिया। यही कारण है कि माँ के इस रिश्ते को आज भी संसार भर में सबसे सम्मानित तथा महत्वपूर्ण रिश्तों में से एक माना जाता है। एक माँ अपने बच्चों से बहुत ही ज्यादा प्रेम करती है, वह भले ही खुद भुखी सो जाये लेकिन अपने बच्चों को खाना खिलाना नहीं भूलती है। हर व्यक्ति के जीवन में उसकी माँ एक शिक्षक से लेकर पालनकर्ता जैसी महत्वपूर्ण भूमिकाएं निभाती है। इसलिए हमें अपनी माँ का सदैव सम्मान करना चाहिए क्योंकि ईश्वर अल्लाह हमसे भले ही नाराज हो जाये लेकिन एक माँ अपने बच्चों से कभी नाराज नहीं हो सकती है। यही कारण है कि हमारे जीवन में माँ के इस रिश्ते को अन्य सभी रिश्तों से इतना ज्यादा महत्वपूर्ण माना गया है। माँ एक ऐसा शब्द है, जिसके महत्व के विषय में जितनी भी बात की जाये कम ही है। हम माँ के बिना अपने जीवन की कल्पना भी नहीं कर सकते हैं। माँ के महानता का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि इंसान ईश्वर अल्लाह का नाम लेना भले ही भूल जाये लेकिन माँ का नाम लेना नहीं भूलता है। माँ को प्रेम व करुणा का प्रतीक माना गया है। एक माँ दुनिया भर के कष्ट सहकर भी अपने संतान को अच्छी से अच्छी सुख-सुविधाएं देना चाहती है।

हम मां हीरा बा की बात करें तो मंगलवार दिनांक 27 दिसंबर 2022 की रात में, मां हीरा बा की तबीयत बिगड़ गई। उन्हें देर रात अहमदाबाद के यूएन मेहता अस्पताल में भर्ती कराया गया। हॉस्पिटल के डॉक्टरों की एक टीम लगातार उनके स्वास्थ्य की निगरानी कर रही है। गौरतलब है कि हीराबा के स्वास्थ्य में सुधार हो रही है। मीडिया के मुताबिक, इस बीच पीएम अपनी मां हीराबेन से मिलने के लिए दिल्ली से अहमदाबाद एयरपोर्ट पहुंचे और फिर एयरपोर्ट से सीधे अस्पताल पहुंच गए हैं। उन्होंने अस्पताल में अपनी बीमार मां हीराबेन से मुलाकात की है। और डॉक्टरों के से मां के स्वास्थ्य की जानकारी ली। मां के साथ करीब डेढ़ घंटे रहने के बाद पीएम अस्पताल से निकल गए। उल्लेखनीय है कि उन्हें सांस लेने में तकलीफ और कफ की शिकायत के बाद अस्पताल में भर्ती कराया गया था। पीएम के अलावा उनके परिवार के सभी लोग अस्पताल में मौजूद थे। देशभर में पीएम मोदी की मां के जल्दी स्वस्थ होने की

कामना की जा रही है. वहीं वाराणसी में लोगों ने हवन यज्ञ किया और मंत्रोच्चारण के साथ हीरा बा की लंबी उम्र और स्वस्थ होने की कामना की. उनकी अचानक से तबीयत बिगड़ गई है. डॉक्टरों का कहना है कि उनकी हालात अभी स्थित है. डॉक्टरों का कहना है कि उनकी तबीयत में लगातार सुधार हो रहा है. मीडिया के हवालों से खबर आ रही है कि हीराबा अगले एक-दो दिन में अस्पताल से डिस्चार्ज हो सकती हैं. इससे पहले साल 2016 में भी हीराबा की तबीयत बिगड़ी थी और उन्हें इलाज के लिए गांधीनगर के सिविल अस्पताल में भर्ती कराया गया था. उस वक्त उन्हें किसी तरह का वीआईपी ट्रीटमेंट देने के बजाय अस्पताल के जनरल वार्ड में सामान्य मरीज की तरह भर्ती कर इलाज किया गया था. उल्लेखनीय है कि कोरोना काल में वैक्सीन लेकर लोगों के बीच उदाहरण पेश किया था. हीराबेन ने कोरोना काल में उस समय वैक्सीन लिया जब लोग इसे लेने से डर रहे थे. हीराबेन के इस कदम को देखकर समाज में कई लोग वैक्सीन लेने के लिए आगे आए. इतना ही नहीं वह चुनाव में भी मतदान केंद्र पर जाकर वोट करती हैं. हीरा बा जून में ही 100 साल शुरू हुआ हैं. उनका जन्म 18 जून 1923 को हुआ है. हीरा बा के शुरू 100 वें जन्मदिन पर पीएम गांधीनगर में उनसे मिलने पहुंचे थे. इस दौरान उन्होंने मां हीरा बा का आशीर्वाद लिया था और उनकी पूजा-अर्चना भी की थी. पीएम ने अपनी मां के पैर पखारे और गिफ्ट में शॉल दी थी. हमारे जीवन में यदि कोई सबसे ज्यादा महत्व रखता है तो वह हमारी मां ही है क्योंकि बिना मां के तो जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती है. यही कारण है कि मां को पृथ्वी पर ईश्वर अल्लाह का रूप भी माना जाता है. इसलिए हमें मां के महत्व के महत्व को समझते हुए, उसे सदैव खुश रखने की कोशिश करनी चाहिए.

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर उसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि हे मां, भाग्यशाली हैं वे जिनके पास मां है. मां के चरणों में स्वर्ग बसता है. मां हीरा है, जिसमें ममता स्नेह धैर्य विश्वास कितना कुछ समाया होता है. वह हमारा शरीर ही नहीं बल्कि मन व्यक्तित्व आत्मविश्वास भी गढ़ती है, सराहनीय विचार है.

मंगल हो नववर्ष

रचनाकार- डॉ सत्यवान सौरभ



मिटे सभी की दूरियाँ, रहे न अब तकरार.
नया साल जोड़े रहे, सभी दिलों के तार.

बाँट रहे शुभकामना, मंगल हो नववर्ष.
आनंद उत्कर्ष बढ़े, हर चेहरे हो हर्ष.

माफ करो गलती सभी, रहे न मन पर धूल.
महक उठे सारी दिशा, खिले प्रेम के फूल.

छोटी सी है जिंदगी, बैर भुलाये मीत.
नई भोर का स्वागतम, प्रेम बढ़ाये प्रीत.

माहौल हो सुख चैन का, खुश रहे परिवार.
सुभग बधाई मान्यवर, मेरी हो स्वीकार.

खोल दीजिये राज सब, करिये नव उत्कर्ष.
चेतन अवचेतन खिले, सौरभ इस नववर्ष.

आते जाते साल है, करना नहीं मलाल.
सौरभ एक दुआ करे, रहे सभी खुशहाल.

काम की बात

रचनाकार- स्नेहा सिंह, नोएडा



बेसन का उपयोग अनेक स्वादिष्ट व्यंजन बनाने के लिए किया जाता है। बेसन से सब्जी, पकौड़ी, मिठाई, चिल्ला और ढोकला आदि बनाया जाता है। बेसन स्वाद को बढ़ाने के साथ-साथ स्वास्थ्य के लिए भी लाभदायी है। यह पोषक तत्वों का खजाना है। इसमें आयरन, फाइबर पोटैशियम, मैग्नीशियम और अन्य अनेक पोषक तत्व होते हैं, जो शरीर को तरह-तरह से लाभ पहुंचाते हैं। स्वाद की बात करें तो बेसन से अनेक स्वादिष्ट रेसिपी बनाने के काम आता है। इसमें फाइबर और प्रोटीन होता है, जो वजन घटाने में भी मदद करता है। तो आइए जानते हैं इसके स्वास्थ्य लाभ के बारे में।

खून की कमी दूर करता है

बेसन में आयरन पूरी मात्रा में मिलता है, जो खून की कमी को दूर करने में मदद करता है। अगर एनेमिक लोग बेसन को रोजाना की डाइट में शामिल करते हैं तो जल्दी ही खून की कमी दूर हो सकती है।

हाई बीपी को कंट्रोल करने में करता है मदद

बेसन में मैग्नीशियम अधिक मात्रा में होता है, इसलिए यह ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने में मदद करता है। जिन्हें ब्लड प्रेशर की समस्या है, उन्हें अपनी डाइट में बेसन शामिल करना चाहिए।

डायबिटीज में है मददगार

बेसन में ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है, जो डायबिटीज के रोगी को फायदा करता है। यह खून में इंसुलिन के खतरे को कम करता है। डायबिटीज वालों को बेसन की रोटी खाना चाहिए।

हार्ट के लिए लाभदायी है बेसन

बेसन हेल्थ के लिए अच्छा माना जाता है. इसका फाइबर दिल के लिए लाभदायी माना जाता है. बेसन हार्ट की समस्याओं से बचाता है.

प्रेग्नेंसी में है लाभदायी

गर्भवती महिलाओं के लिए बेसन बहुत लाभदायी है. इसमें फोलेट और विटामिन बी6 अधिक मात्रा में होती है, जो प्रेग्नेंसी में अत्यंत जरूरी है.

वजन घटाने में लाभदायी

बेसन में कैलरी की मात्रा कम होती है. इसलिए वजन कम करने की इच्छा रखने वाली महिलाएं बेसन को डाइट का हिस्सा बना सकती हैं.

नया वर्ष

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र



नया वर्ष मंगलमय हो
आओ करें आगत का स्वागत
सोच और संकल्प नए हों
हमें नया कुछ करना होगा
कौशल और विवेक जगाकर
नव पद चिह्न करें स्थापित
बीते वर्ष की कमियों को भी
और न अब आगे दोहराएँ
शांत, सभ्य, सम बनें समाज
नव संबोध, संदेश, लक्ष्य को
जन - जन अपनाए जीवन में
सार्थक सफल सुमंत्र जगाएँ
जागें, उठें, रुकें मत पथ में
खींचें बड़ी नई रेखाएँ
नवल वर्ष की नव उमंग में
उठी हृदय में अनगिन लहरें

आशाओं को मिला हर्ष है
डाल - डाल पर पक्षी चहके
नव कलिका पर झूमे तितली
प्राणिमात्र को मिले सुरक्षा
नया वर्ष शुभ हो, शुभ हो

नए साल के सपने

रचनाकार- डॉ सत्यवान सौरभ



हमने कई मौकों पर अपने सपने को टूटते हुए देखा है लेकिन फिर भी हम हर मुसीबत की स्थिति से मजबूत और आत्मविश्वास से भरे हुए हैं। स्वराज के महत्व को समझना चाहिए और इन सपनों को आगे बढ़ाने के लिए आक्रामक रूप से शुरुआत करनी चाहिए ताकि हम अपनी आने वाली पीढ़ी को भी बेहतर भविष्य प्रदान कर सकें। धर्म के नाम पर कही गई बातों पर आंख मूंदकर विश्वास न करने, विवेक का पालन करने के लिए जागरूकता फैलानी चाहिए। हम इस सपने तक पहुँचने से बहुत दूर हैं लेकिन हमें हार नहीं माननी चाहिए। मैं डॉ एपीजे अब्दुल कलाम के बेहतरीन उद्धरणों पर समाप्त करना चाहता हूँ "सपने वह नहीं हैं जो आप नींद में देखते हैं, बल्कि वह हैं जो आपको सोने नहीं देते".

आधी रात को, जब दुनिया सोती है, भारत जीवन और स्वतंत्रता के लिए जागेगा। जवाहरलाल नेहरू का यह "ट्रिस्ट विद डेस्टिनी" भाषण उस सपने का प्रतीक था जिसे हमारे स्वतंत्रता सेनानियों ने पूरा किया था। इसने हमें, भारत के लोगों द्वारा पालन किए जाने वाले अगले सपने का विजन भी दिया।

भारत के बारे में गांधी का दृष्टिकोण हमारे देश के आत्मनिर्भर विकास के लिए घरेलू औद्योगीकरण को बढ़ावा देना था। उनका विचार था कि ग्रामीण भारत भारत के विकास की रीढ़ है। यदि भारत को विकास करना है, तो ग्रामीण क्षेत्र का भी समान विकास होना चाहिए। वह यह भी चाहते थे कि भारत गरीबी, बेरोजगारी, जाति, रंग पंथ, धर्म के आधार पर भेदभाव जैसी सभी सामाजिक बुराइयों से मुक्त हो, और सबसे महत्वपूर्ण रूप से निचली जातियों (दलितों) के खिलाफ अस्पृश्यता को समाप्त करे जिन्हें वह 'हरिजन' कहते हैं।

ये दर्शन भारत के तत्कालीन समाज के सामाजिक स्तर को दर्शाते हैं। स्वतंत्रता के 75 वर्षों के बाद भी हम अभी भी इन सामाजिक मुद्दों को भारत में कायम पाते हैं। हमारे संविधान की प्रस्तावना भारत को संप्रभु, समाजवादी, धर्मनिरपेक्ष, लोकतांत्रिक और गणतंत्र देश के रूप में निर्दिष्ट करती है। आइए देखें कि इस परिभाषा को सच करने के लिए हमने भारत के नागरिक के रूप में अपने सपने को कैसे पूरा किया है। 100 वर्षों के स्वतंत्रता संग्राम के बाद हम इस सपने को साकार करने में सक्षम हुए हैं। शीत युद्ध के दौर में भी जब दो महाशक्तियां अमेरिका और सोवियत संघ एक-दूसरे का मुकाबला करने के लिए गठबंधन बना रहे थे, हमने अपनी संप्रभुता को बनाए रखने के लिए किसी भी गठबंधन में शामिल नहीं होने के लिए गुटनिरपेक्षता का विकल्प चुना। यद्यपि संयुक्त राष्ट्र द्वारा उपनिवेशवाद पर प्रतिबंध लगा दिया गया है, लेकिन नव-उपनिवेशीकरण के समान अंतरराष्ट्रीय दुनिया में अपनी जड़ें जमा रहा है।

नव उपनिवेशीकरण को अन्य राज्यों द्वारा राज्यों की नीतियों पर अप्रत्यक्ष नियंत्रण के रूप में परिभाषित किया गया है। हाल ही में हमने भारत और अन्य अविकसित देशों जैसे अमेरिका द्वारा संयुक्त राष्ट्र में आनुवंशिक रूप से संशोधित (जीएम) बीजों को पेश करने और विकसित देशों से कृषि आयात के लिए बाजार को उदार बनाने के लिए दबाव देखा है। जीएम बीज कृषि का निजीकरण करते हैं और इस प्रकार मिट्टी की गुणवत्ता के साथ-साथ भारत के किसानों की सामाजिक स्थिति के लिए बहुत बड़ा खतरा पैदा करते हैं। भारतीय मिट्टी के अनुकूल बीजों के विकास में अनुसंधान पर अमेरिका द्वारा अंतराष्ट्रीय मंच पर भारत को लगातार निशाना बनाया गया है।

भारत की संप्रभुता के लिए खतरे का अन्य उदाहरण वैश्विक आतंकवाद के माध्यम से है। भारत 26/11 और पठानकोट में उग्रवादियों द्वारा किए गए हमले का गवाह रहा है। बोडोलैंड की मांग के लिए असम अलगाववादी आंदोलन से भारत नक्सलियों और पूर्वोत्तर में उग्रवादियों से उग्रवादी गतिविधियों का भी सामना करता है। इन गतिविधियों से निर्दोष जीवन की हानि होती है और सरकारी संपत्तियों को नुकसान पहुंचता है जिससे देश के विकास में बाधा उत्पन्न होती है। इस सपने को जिंदा रखने के लिए हमें इन गतिविधियों के खिलाफ एकता दिखानी होगी। इंटरनेट पर एकाधिकार करने के लिए फेसबुक के खिलाफ भारतीय दूरसंचार नियामक प्राधिकरण (ट्राई) के फैसले का उदाहरण भारत के लोगों द्वारा मजबूत सर्वसम्मत अस्वीकृति के कारण था।

हमारे पहले प्रधान मंत्री देश की योजना और विकास में सरकार की महत्वपूर्ण भूमिका के विचार के थे। उद्योगों का उदारीकरण 1991 के बाद ही हुआ, लाइसेंस राज खत्म हुआ। हाल ही में हमने भारत में प्रत्यक्ष विदेशी निवेश के माध्यम से धन का प्रवाह देखा। अगर हम करीब से देखें तो हमने भारत के अधिकतम क्षेत्रों में 100% एफडीआई नहीं खोला है। बाजार का निजीकरण निस्संदेह गुणवत्तापूर्ण उत्पादों के साथ समाज में सर्वश्रेष्ठ प्रतिस्पर्धा प्रदान करता है। लेकिन अगर हम इसे अपनाते हैं, तो बाजार में केवल उन्हीं उत्पादों की आपूर्ति होगी जिनकी मांग है और जिससे वे अन्य आवश्यक आपूर्तियों की उपेक्षा करते हुए लाभ कमा सकते हैं।

साथ ही समाजवादी समाज का उद्देश्य प्रत्येक नागरिक के लिए समान परिणाम प्राप्त करना, नौकरियों में समान अवसर प्रदान करना, न्यूनतम मजदूरी प्रदान करना और भोजन, शिक्षा, स्वास्थ्य आदि जैसी बुनियादी आवश्यकताओं को प्रदान करना है। वर्तमान में भारत गरीबी, अस्वस्थता, बेरोजगारी, भेदभाव के कारण दुर्व्यवहार, खराब शिक्षा आदि के कारण जागरूकता की कमी आदि से पीड़ित वंचितों की सबसे बड़ी संख्या वाला देश है। इन सामाजिक मुद्दों पर अंकुश लगाने के लिए सक्रिय रूप से संगठनों का गठन करते हुए हमें भारत के नागरिक के रूप में सरकार द्वारा बनाई गई नीतियों को ईमानदारी से लागू करने में सक्रिय होना चाहिए।

भारत अनेकता में अपनी एकता पाता है। आजादी के बाद हुए साम्प्रदायिक दंगों के बाद भारत को यह बात समझ में आ गई कि किसी भी धर्म का पक्ष लेने से भारत को लंबे समय तक नुकसान उठाना पड़ता है। लेकिन आज भी हम समाज में धार्मिक घृणा पाते हैं। इतने सालों में हमने 1984 के सिख दंगों, 2002 के गोधरा कांड, 2013 के मुजफ्फरनगर दंगों, बाबरी मस्जिद के विध्वंस और कई अन्य के रूप में सांप्रदायिक दंगे देखे हैं। धार्मिक राजनीति ने भारतीय राजनीति में अपनी जड़ें जमा ली हैं। बीफ खाने पर हालिया प्रतिबंध और 'घर वापसी', 'लव जेहाद' आदि जैसे आंदोलन धर्मनिरपेक्षता के मूल मूल्यों के खिलाफ हैं।

धर्म के नाम पर कही गई बातों पर आंख मूंदकर विश्वास न करने, विवेक का पालन करने के लिए जागरूकता फैलानी चाहिए। हम इस सपने तक पहुँचने से बहुत दूर हैं लेकिन हमें हार नहीं माननी चाहिए। समाज को इन धार्मिक संस्थाओं द्वारा लगाए गए अतार्किक कटौती का विरोध करना चाहिए।

इस संबंध में हम देख सकते हैं कि लोकतंत्र ने भारतीय समाज में अपनी जड़ें जमा ली हैं। संघों का सक्रिय गठन, चुनाव प्रक्रियाओं में भागीदारी में वृद्धि, विवादित परिदृश्यों का शांतिपूर्ण समाधान देश के दूर-दराज के हिस्सों में भी सक्रिय रूप से देखा जाता है।

असहिष्णुता को लेकर हाल के परिदृश्य ने एक बार फिर हमारे लोकतांत्रिक विश्वास की अटकलों को हवा दे दी है। हम लगातार ऐसी स्थिति देखते रहे हैं जहां हम पाते हैं कि लेखक के विचारों के लेखन के खिलाफ धर्म द्वारा फतवा जारी किया जाता है। फेसबुक पर पोस्ट के कारण लोगों को जेल में डाला जा रहा है। साथ ही हम अपने देश में जाति आधारित राजनीति, धर्म आधारित राजनीति देखते हैं। राष्ट्रीय दल लोकतंत्र का कुरूप चेहरा दिखाते हुए लगातार गंदी राजनीति कर रहे हैं।

लोकतंत्र वह शक्ति है जो लंबे ऐतिहासिक संघर्ष के बाद मिली है। हमें समाज की अज्ञानता को स्वतंत्रता के रूप में हमें मिले सर्वोत्तम उपहार को छीनने नहीं देना चाहिए। गणतंत्र भारत के नागरिक के रूप में हम अपने संविधान में सर्वोच्चता मानते हैं। 1976 के आपातकाल के समय हमारे संविधान को चुनौती का सामना करना पड़ा। प्राधिकरण द्वारा उनके व्यक्तिगत भविष्य के हित के लिए इसमें बड़े पैमाने पर संशोधन किया गया है। लेकिन जल्द ही सरकार ने देश के नागरिकों के कड़े विरोध को देखा और संविधान में निहित शक्ति को महसूस किया।

इतने सालों के बाद हमने 105 बार संविधान में संशोधन किया है. प्राधिकारियों में निहित कई शक्तियों की फिर से जाँच की गई है और शासन के कई नए प्रावधान जोड़े गए हैं, उदाहरण के लिए पंचायती राज आदि. न्यायपालिका, कार्यपालिका, विधायिका और स्वतंत्र निकायों में निहित संतुलित शक्ति ने नागरिकों को प्रभावी ढंग से शासन में योगदान करने में मदद की है. संविधान द्वारा प्रदत्त न्याय की इस भावना को कभी नहीं भूलना चाहिए. इस मशीनरी के प्रभावी ढंग से प्रसंस्करण में विश्वास रखना चाहिए.

हमने कई मौकों पर अपने सपने को टूटते हुए देखा है लेकिन फिर भी हम हर मुसीबत की स्थिति से मजबूत और आत्मविश्वास से भरे हुए हैं. स्वराज के महत्व को समझना चाहिए और इन सपनों को आगे बढ़ाने के लिए आक्रामक रूप से शुरुआत करनी चाहिए ताकि हम अपनी आने वाली पीढ़ी को भी बेहतर भविष्य प्रदान कर सकें. मैं डॉ एपीजे अब्दुल कलाम के बेहतरीन उद्धरणों पर समाप्त करना चाहता हूँ "सपने वह नहीं हैं जो आप नींद में देखते हैं, बल्कि वह हैं जो आपको सोने नहीं देते".

मिटे सभी की दूरियाँ, रहे न अब तकरार.
नया साल जोड़े रहे, सभी दिलों के तार.

बाँट रहे शुभकामना, मंगल हो नववर्ष.
आनंद उत्कर्ष बढ़े, हर चेहरे हो हर्ष.

माफ करो गलती सभी, रहे न मन पर धूल.
महक उठे सारी दिशा, खिले प्रेम के फूल.

छोटी सी है जिंदगी, बैर भुलाये मीत.
नई भोर का स्वागतम, प्रेम बढ़ाये प्रीत.

माहौल हो सुख चैन का, खुश रहे परिवार.
सुभग बधाई मान्यवर, मेरी हो स्वीकार.

खोल दीजिये राज सब, करिये नव उत्कर्ष.
चेतन अवचेतन खिले, सौरभ इस नववर्ष.

आते जाते साल है, करना नहीं मलाल.
सौरभ एक दुआ करे, रहे सभी खुशहाल.

नव वर्ष हमें कुछ ऐसा मिले

रचनाकार- शेष नारायण, धमतरी



वर्षों ने बीत ये बात कही,
जो गुजरू, तो मिलु नहीं.
फिर तो सदा नव वर्ष हुआ,
पर बढ़ेगा आखिर एक तिथि.

कैलेंडर के संग हम भी बदले,
नव वर्ष हमें कुछ ऐसा मिले.

नवनीत प्रेम हृदय भीतर,
बढ़े , बहे, बरसे सब पर.
औरों के काम भी आ जाए,
उठे स्वार्थ से हम ऊपर.

अपने रंग में भी, जी ले
नव वर्ष हमें कुछ ऐसा मिले.

गुजरे वक्त में जो कर न सके,
अधूरा, जो पूरे भर ना सके.
सीखें गलतियों से लेके सबक,
बढ़े जो अब तक बढ़ न सके.
शेष ' फुल सफलता के खिले,
नव वर्ष हमें कुछ ऐसा मिले

जरूरत है, चरित्र शिक्षा की

रचनाकार- प्रियंका सौरभ



“बुरा चरित्र एक पंचर टायर की तरह है; जब तक आप इसे बदल नहीं लेते तब तक आप कहीं नहीं जा सकते.” शिक्षा बच्चे के पूर्ण वयस्क बनने के परिवर्तन को दिशा देती है। मूल्यों के विकास के बिना मात्र सीखना शिक्षा की परिभाषा को भी खारिज कर देता है। मूल्यों और सिद्धांतों की शिक्षा आत्मा को आकार देती है और ढालती है।

सभी छात्रों के लिए शैक्षणिक उत्कृष्टता प्राप्त करना किसी भी स्कूल का मूल उद्देश्य है, और वे जो कुछ भी करते हैं, उससे बहुत कुछ पता चलता है। चरित्र शिक्षा कोई नई चीज नहीं है, इसका विस्तार अरस्तू के काल तक होता है। फिर भी यह तर्क दिया जा सकता है कि हाल के वर्षों में स्कूलों में सफलता की खोज ने गाड़ी को घोड़े के आगे रखने की कोशिश की है। परीक्षा ग्रेड और विश्वविद्यालय के संदर्भ में छात्रों को केवल सफलता के बारे में सोचने के लिए प्रेरित करने का, दबाव बनाया जाता है जो अक्सर छात्रों की भलाई और शैक्षणिक प्रगति के प्रति सहज ज्ञान युक्त हो सकता है।

इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि कोई कितना शिक्षित या धनवान है, यदि उसके अंतर्निहित चरित्र या व्यक्तित्व में नैतिकता का अभाव है। वास्तव में ऐसे व्यक्तित्व शांतिपूर्ण समाज के लिए खतरा हो सकते हैं। मुसोलिनी, हिटलर सभी नैतिकता से रहित शिक्षा के उदाहरण हैं। ऐसी शिक्षा मानव जाति को विनाश की ओर ले जा रही है। समकालीन समय में यह समान रूप से प्रासंगिक है। उदाहरण के लिए, दहेज लेने वाला एक शिक्षित व्यक्ति लैंगिक समानता और लैंगिक न्याय के लिए मौत का मंत्र होगा। इस प्रकार, मूल्यों के बिना शिक्षा, एक आदमी को एक चतुर शैतान बनाता है।

चरित्र शिक्षा एक राष्ट्रीय आंदोलन है जो ऐसे स्कूलों का निर्माण करता है जो सार्वभौमिक मूल्यों पर जोर देकर नैतिक, जिम्मेदार और देखभाल करने वाले युवाओं को मॉडलिंग और अच्छे चरित्र की शिक्षा देते हैं जो हम सभी साझा करते हैं। यह स्कूलों, जिलों और राज्यों द्वारा अपने छात्रों में देखभाल,

ईमानदारी, निष्पक्षता, जिम्मेदारी और स्वयं और दूसरों के लिए सम्मान जैसे महत्वपूर्ण मूल नैतिक मूल्यों को स्थापित करने के लिए जानबूझकर, सक्रिय प्रयास है। अच्छा चरित्र अपने आप नहीं बनता; यह समय के साथ शिक्षण, उदाहरण, सीखने और अभ्यास की एक सतत प्रक्रिया के माध्यम से विकसित होता है।

आज देश में देखने में आ रहा है कि छोटी-छोटी बातों पर जब लोग धरना-प्रदर्शन करने निकलते हैं तो राष्ट्रीय संपत्ति को नुकसान पहुँचाते हैं। बसें जला देते हैं, ट्रेनों में आग लगा देते हैं। किसी की निजी संपत्ति को भी क्षति पहुँचाने से बाज नहीं आते हैं। तमाम लोग ऐसे हैं जो किसी बच्चे, बच्ची, महिला, बुजुर्ग या असहाय को मुसीबत में फँसा पाते हैं तो उसका फायदा उठाने से बाज नहीं आते हैं।

आये दिन बच्चों के अपहरण, कई अस्पतालों में चोरी से लोगों की किडनी एवं अन्य अंग निकालने, बलात्कार, चोरी एवं लूटपाट की घटनाएँ देखने-सुनने को मिलती रहती हैं, जो भी लोग ऐसे कामों को अंजाम देते हैं तो उनके बारे में क्या कहा जायेगा? इसका सीधा सा आशय है कि ऐसे लोगों में राष्ट्रीय चरित्र का निर्माण नहीं हो पाया है। ताज्जुब तो तब होता है कि जब कुछ लोग क्रिकेट के मैदान में पाकिस्तान के जीतने पर जश्न मनाते हैं और भारत के जीतने पर मातम मनाते हैं, क्या ऐसे लोगों पर राष्ट्र भरोसा कर सकता है? मुझे यह बात लिखने में कोई संकोच नहीं है कि ऐसे लोग देश के लिए सर्वदृष्टि से घातक हैं।

चरित्र शिक्षा के माध्यम से विकसित होता है। अच्छे चरित्र का शिक्षण आज के समाज में विशेष रूप से महत्वपूर्ण है क्योंकि हमारे युवा कई अवसरों और खतरों का सामना करते हैं जो पिछली पीढ़ियों के लिए अज्ञात हैं। आज की संस्कृति में प्रचलित मीडिया और अन्य बाहरी स्रोतों के माध्यम से उन पर और भी कई नकारात्मक प्रभावों की बमबारी की जाती है। चूंकि बच्चे साल में लगभग 900 घंटे स्कूल में बिताते हैं, इसलिए यह आवश्यक है कि स्कूल देखभाल, सम्मानजनक वातावरण विकसित करके परिवारों और समुदायों की सहायता करने में एक सक्रिय भूमिका फिर से शुरू करें जहाँ छात्र मूल, नैतिक मूल्यों को सीखते हैं।

जब चरित्र शिक्षा के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण का उपयोग किया जाता है, तो स्कूल में एक सकारात्मक नैतिक संस्कृति का निर्माण होता है - स्कूल का वातावरण जो कक्षा में पढ़ाए जाने वाले मूल्यों का समर्थन करता है, इस अध्ययन का उद्देश्य प्रभावी और व्यापक चरित्र शिक्षा के लिए आवश्यक तत्वों के लिए दिशानिर्देश प्रदान करना है। और छात्रों को अच्छे चरित्र का विकास करने में मदद करने के लिए चरित्र शिक्षा की आवश्यकता पर जोर देना, जिसमें सम्मान, जिम्मेदारी, ईमानदारी, निष्पक्षता और करुणा जैसे मूल नैतिक मूल्यों को जानना, देखभाल करना और उन पर कार्य करना शामिल है।

आज के विद्यार्थी ही कल का भविष्य हैं। किसी भी देश की तरक्की तभी हो सकती है, जब देश में शिक्षा के प्रति व्यापक स्तर पर जागरूकता हो। जागरूकता आने से ही शिक्षा का प्रसार प्रचार भी तेजी से हो सकता है। इसलिए देश के प्रति सबसे बड़ी जिम्मेदारी अध्यापक वर्ग पर होती है। देश भविष्य निर्धारित

करने का काम शिक्षक का ही होता है. उनके द्वारा शिक्षित किए जाने वाले बच्चे आगे चल कर देश की बागडोर संभालने के साथ साथ उसके विकास में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं. यदि उनके द्वारा दी गई शिक्षा कमजोर हुई तो आगे चलकर देश का भविष्य भी अंधकार में हो जाएगा. इसलिए एक शिक्षिका होने के नाते मेरा मानना है कि बच्चों को अच्छे तरीके से शिक्षित करना ही एक शिक्षक के लिए सबसे बड़ी देश भक्ति है.

नैतिकता के बिना शिक्षा बिना दिशासूचक जहाज की तरह है, जो कहीं भटक रहा है. एकाग्रता की शक्ति होना ही काफी नहीं है, बल्कि हमारे पास योग्य उद्देश्य होने चाहिए जिन पर ध्यान केंद्रित किया जा सके. सत्य को जानना ही काफी नहीं है, बल्कि हमें सत्य से प्रेम करना चाहिए और उसके लिए त्याग करना चाहिए.

सरस्वती वन्दना

रचनाकार- शांति लाल कश्यप, कोरबा



जन करे मिलकर, आरती जग तारणी की.
जग तारणी की, वीणा धारणी की.
जन करे मिलकर, आरती जग तारणी की

विद्या की देवी, माँ है भारती.
महाश्वेता, माँ की आरती.
आरती माँ, विधात्री की.
जन करे मिलकर, आरती जग तारणी की.

वीणा की देवी, रागणी देवी.
हंस वाहन, संगीत की देवी.
आरती माँ वीणा धारणी की.
जन करे मिलकर, आरती जग तारणी की.

सचमुच मजा बहुत ही आया

रचनाकार- राजेंद्र प्रसाद श्रीवास्तव, विदिशा



नमन, जितेन्दर, डब्बू, लाली बर्फ देखने चले मनाली.
चारों ओर बर्फ की चादर- कहीं कहीं दिखती हरियाली.

बोले 'हम आ गए कहाँ पर लगता यहाँ स्वर्ग-से सुन्दर.
हँसते-गाते, शोर मचाते- गिरते-पड़ते दौड़-दौड़ कर.

छोटे-बड़े बर्फ के गोले बना-बना कर बच्चे भोले.
एक-दूसरे पर सब फेंकें - कोई बोले तो क्या बोले?

डाली जा बैठी स्लेज पर लगा खींचने उसे जितेन्दर.
फिर डब्बू की बारी आई- नमन खींचने लगा दौड़कर.

डाली ने आइडिया सुझाया स्नोमैन साकार बनाया.
बर्फीले भालू सा दिखता- सिर पर हैट उसे पहनाया.

डब्बू की माँ ने चेताया सबको ढलता सूर्य दिखाया.
बोले सभी 'चलें अब वापस- सचमुच मजा बहुत ही आया.'

नव वर्ष मंगलमय हो

रचनाकार- पिकी सिंघल, दिल्ली



स्वागत है नव वर्ष तुम्हारा
खुलेगा अब खुशियों का पिटारा
होंगे दूर अवसाद अब सारे
होगा खुशमय अब भारत सारा.

थे जिनसे छूटे कुछ उनके अपने
जीवन था उनका लगभग सम तपने
नव वर्ष की पावन बेला में
होंगे उनके भी अब पूरे सपने.

बेरोजगारी से जो हुए बेहाल
उनको राहत देगा यह साल
सीख वो आजीवन रखें हम याद
देकर गया बीता जो काल.

सुख वैभव बरसे चहुं ओर
हर्ष का रहे न कोई ठौर
मानव मूल्यों को समझें हम सारे
सुखद हो आने वाली हर भोर.

गैरों को भी अपनाएं हम
जो रूठे उन्हें मनाएं हम
खुशियां ही खुशियां हों दामन में सबके
न शेष रहे जग में इक भी गम.

नूतन वर्ष का अभिनंदन न्यारा
खिला खिला हो ये जग सारा
जी भर जीना है जीवन को
इस नव वर्ष यही प्रण हमारा.

रात लोरी सुनाने आ गई

रचनाकार- बद्री प्रसाद वर्मा अनजान



रात लोरी सुनाने आ गई
नींद में हमें सुलाने आ गई.
सपनों की रानी आ कर
मेरे आंखों में समा गई.

दादा-दादी, नाना-नानी की
कहानी सुनाने आ गई.
मेरा मन बहलाने को
चुपके से पास आ गई.

सारी रात सैर कराने
उड़न खटोला ले कर आ गई.
टाफी बिस्कुट मिठाई खिलाने
उड़ कर मेरे पास आ गई.

सारी रात मेरा मन बहलाने
मेरे आंखों में आ कर समा गई.
सचमुच निंदिया रानी
मेरे मन को बहुत भा गई.

पढ़बा लिखबा त बनबा महान

रचनाकार- बद्री प्रसाद वर्मा अनजान



पढ़बा लिखबा त महान बनबा
तू देश का जवान बनबा.
पढ़ लिख कर तू देखा
देश का पायलट बनबा .

पढ़ लिख लेबा त तू
पुलिस थानेदार बनबा.
पढ़ले से ही इंजीनियर डाक्टर
और वैज्ञानिक बनबा.

पढ़ लिख लेबा त
आपन खूब नाम करबा.
मां बाप का भी रौशन
खूब नाम करबा.

पढ़बा लिखबा तब्बे तू
जो चाही वह बनबा.
पढ़ लिख ले बा त
तू खूब होशियार बनबा.

इस बार हमें जीता दो

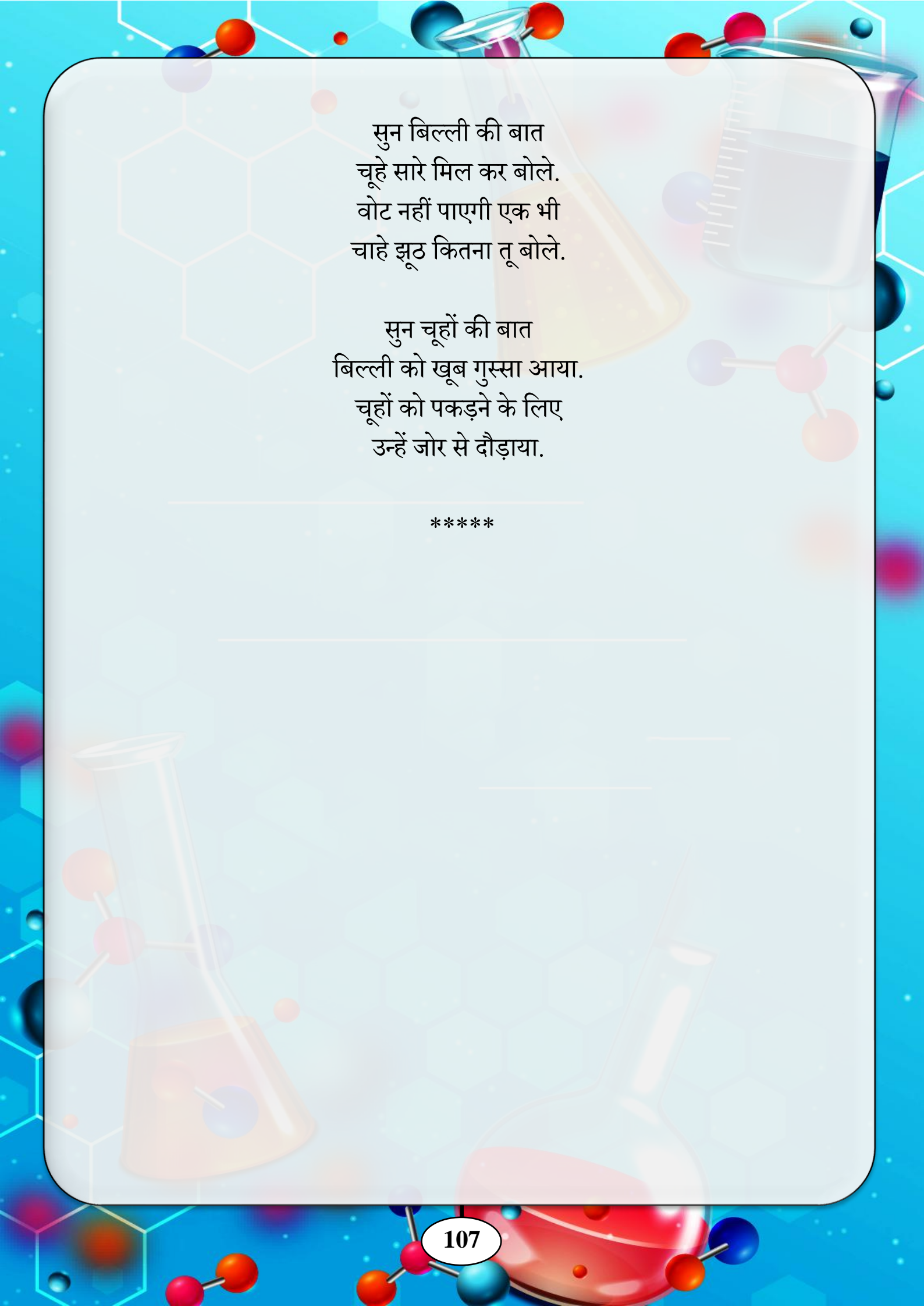
रचनाकार- बद्री प्रसाद वर्मा अनजान



बिल्ली बोली चूहों से
इस बार हमें जीता दो जी.
मुझको मेयर की कुर्सी पर
इस बार तुम सब बैठा दो जी.

करूंगा मैं तुम सब की सेवा
कभी न आफत ढाऊंगा.
तुम सब को नगर निगम में
नौकरी मैं दिलवाऊंगा.

दे कर अपना वोट सारी
भारी बहुमत से हमें जीताना.
इस बार नगर निगम का
तुम सब मुझे अध्यक्ष बनाना.



सुन बिल्ली की बात
चूहे सारे मिल कर बोले.
वोट नहीं पाएगी एक भी
चाहे झूठ कितना तू बोले.

सुन चूहों की बात
बिल्ली को खूब गुस्सा आया.
चूहों को पकड़ने के लिए
उन्हें जोर से दौड़ाया.

मधुमक्खी

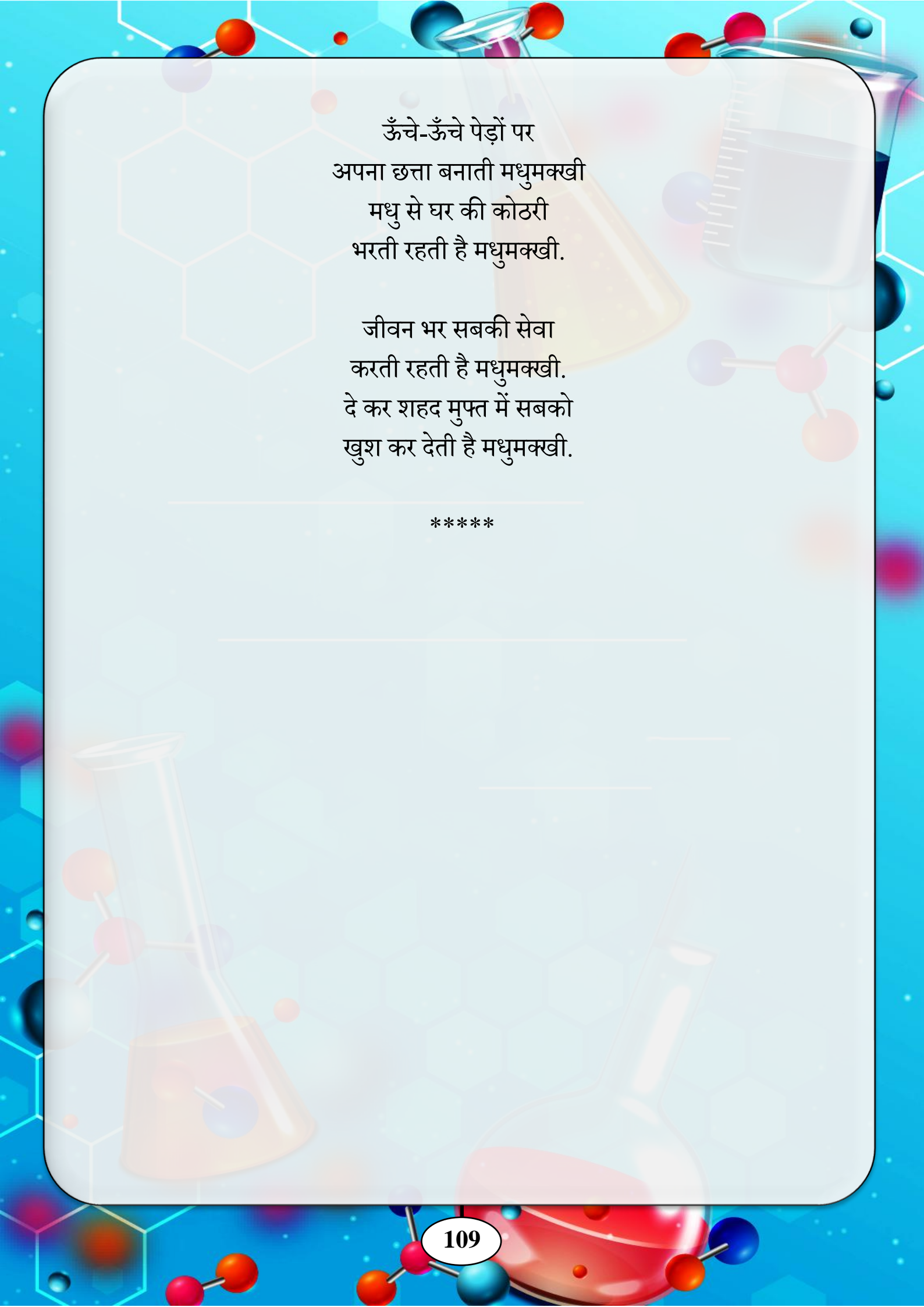
रचनाकार- बद्री प्रसाद वर्मा अनजान



मीठे-मीठे शहद सबको
देती है मधुमक्खी.
जीवन में शहद की मिठास
भर देती है मधुमक्खी.

जो कोई उसे छेड़ता
उसको डंक मारती मधुमक्खी.
अपने मधु के छत्ते की
रखवाली करती है मधुमक्खी.

तरह-तरह के फूलों के रस से
मधु बनाती रहती मधुमक्खी.
अपने छत्ते में उसको
जमा करती रहती मधुमक्खी.



ऊँचे-ऊँचे पेड़ों पर
अपना छत्ता बनाती मधुमक्खी
मधु से घर की कोठरी
भरती रहती है मधुमक्खी.

जीवन भर सबकी सेवा
करती रहती है मधुमक्खी.
दे कर शहद मुफ्त में सबको
खुश कर देती है मधुमक्खी.

हाड़ कंपाने आ गई सर्दी

रचनाकार- बद्री प्रसाद वर्मा अनजान



सर्द हवा हो गई बेदर्दी
हाड़ कंपाने आ गई सर्दी.
जाड़े की बदन में सबके
सुई चुभा रही है सर्दी.

गलन बढ़ गया इतना ज्यादा
खूब कंपा रही है सर्दी.
कोहरा काला छाया इतना
चलने नहीं दे रही है सर्दी.

जाड़े के इस मौसम में
सबको डरा रही है सर्दी.
कम्बल और रजाई ओढो
सबको बता रही है सर्दी.

आसमान में उड़ी पतंग

रचनाकार- बद्री प्रसाद वर्मा अनजान



लाल नीली पीली पतंग
आसमान में उड़ी पतंग.
पूरब पश्चिम उत्तर दक्षिण
चारो दिशा में घुमी पतंग.

बांध कर गले में डोरी
हवा में उड़ रही पतंग.
सब बच्चों का देखो
मन बहला रही पतंग.

बिना पंख के देखो कैसे
चिड़िया जैसी उड़ी पतंग.
बादलों से खूब बातें
मिल कर रही पतंग.

देखो आपस में कैसे
मिल कर लड़ रही पतंग.
कट कर आसमान से
जमीन पर गिर रही पतंग.

खरगोश और भेड़िया

रचनाकार- बद्री प्रसाद वर्मा अनजान



जंगल में एक खरगोश और एक भेड़िया रहते थे.

भेड़िया हमेशा खरगोश को खाने की फिराक में रहता था.

खरगोश जब भी अपने बिल से निकल कर मैदान में हरी-हरी घास खाने जाता तभी न जाने कहाँ से वह भेड़िया वहाँ आ जाता और खरगोश के पीछे लग जाता, खरगोश जैसे ही भेड़िए को देखता वह तुरंत घास खाना छोड़ कर अपने बिल में जा कर छुप जाता था.

भेड़िया घंटों खरगोश के बिल से बाहर निकलने का इंतजार करता मगर खरगोश को न पाकर वापस लौट जाता था.

एक दिन दो शिकारी जंगल में आए. शिकारी घास के मैदान के पास जाल बिछाकर पास ही एक बरगद के पेड़ पर चढ़कर बैठ गए. और जानवरों के आने की प्रतीक्षा करने लगे.

तभी खरगोश अपने बिल से निकल कर मैदान में घास खाने के लिए आया वैसे ही उसकी नजर हरे शिकारी के जाल पर पड़ी.

खरगोश ने सोचा आज तो मैं भेड़िए को शिकारी के जाल में फँसा कर ही दम लूँगा. ऐसा सोच कर खरगोश जाल के आस पास घूमने लगा.

कुछ देर बाद भेड़िया भी वहीं आ गया और खरगोश को देख कर उसके मुँह में पानी भर आया.

उस दिन खरगोश भेड़िए को देख कर अपने बिल में नहीं गया वह वहीं डटा रहा.

भेड़िया दौड़ता हुआ खरगोश को पकड़ने के लिए आगे बढ़ा तभी वह शिकारी के जाल में फँस गया.

भेड़िए को जाल में फँसा देख कर खरगोश बहुत खुश हुआ और भेड़िए से बोला अब तुमसे मुझे हमेशा के लिए छुटकारा मिल गया. अब मैं आराम से अपना जीवन बिताऊँगा.

खरगोश की बात सुन कर भेड़िया बोला तुम मुझे शिकारी के जाल से किसी तरह बाहर कर दो मैं वादा करता हूँ कि कभी मैदान की ओर नहीं आऊँगा न तुमको खाऊँगा.

खरगोश बोला मैं इतना मूर्ख नहीं हूँ जो तुमको बचा लूँ, तुमको अपनी करनी का फल भोगना ही पड़ेगा. इतना कह कर खरगोश चुप हो गया.

दोनों शिकारी पेड़ से उतरे और भेड़िए को मार कर उसका मांस आग में भून कर खाया और अपना जाल ले कर वापस लौट गए.

खरगोश भेड़िए से छुटकारा पाकर बहुत खुश हुआ.

ग्वाला आया

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



सायकिल से ग्वाला आया
बड़े सवरे, दूध है लाया

डिब्बे कैरियर पर लटकाए
'दूध - दूध' आवाज लगाए

दूध भैंस का ताजा - ताजा
कहता, मुन्नू लेने आजा

दरवाजे पर आई सोना
भरा दूध से एक भगोना

माँ ने दूध खूब खौलाया
मनपसंद पकवान बनाया

हम लोगों ने जीभर खाया
मिलजुल कर आनंद मनाया

जनऊला

रचनाकार- रुद्र प्रसाद शर्मा, रायगढ़



1. करिया आय काँवा नोहय,
रूख आय फेर हवा नोहय.
करय ओहर नाक म काम,
बताहू भैया ऊँखर नाम.

2. रूख ह लम्बा, फर रहय बड़ ऊँचाई,
पान धरके डोकरी दाई गुँथय चटाई.
फर बीजा निकार के बनय गुर मिठाई.
कोन् गछ का नाँव जलदी देहू बताई.

3. आधा खाय म दिखय करिया,
पूरा खाय ले पँर्रा,
काए नाँव एकर बता गा भाई,
झनि कहिबे धुर्रा.

4. करिया बन म चोर,
उँगली लमा के धर,
हाथेपुर म पेश कर,
नखनपुर म मार.

5. ततअ ततअ तैया,
तीन मुड़ दस गोड़
देखे का गा भैया.

6. नान अकन छोकरी,
पिन्धय गादा लुगरी.

7. मुड़ म आँखी आखे पाखे,
आँखी ह नई सकय देखे.

8. न तो मजूरी देहू , खाना झनि देहू,
पहरा देवत रहू , मोला लगाके जाहू.

9. हावय सड़क , मोटर गाड़ी नईए,
जंगल हावय , रुख काड़ी नईए,
हावय सहर , नईए घर - दुआर,
बता मोर नाव , बन हुसियार.

10. एक माड़ा के दुई डहर,
बिन फईरका आठे पहर,
माड़ा ह हावय जिनगी के बाट,
एके सास म जनऊला ल काट.

11. कंजूस नोहय , राखय कण - कण,
चोर नोहय , डोहारय दूसर के धन,
साबर नोहय , फेर छेदय भिथी भुईया,
रहय गुफा म , ऋषि नोहय , नाव बताहू जी गुईया.

उत्तर:-1. हाथी, 2. खजूर, 3. कोयला और राख, 4. जुआँ, 5. हल जोतता किसान,
6. प्याज, 7. नारियल, 8. ताला, 9. नक्शा, 10. नाक, 11. चूहा

जम जायेगा रंग

रचनाकार- नरेन्द्र सिंह नीहार, नई दिल्ली



एक हाथ में लेकर चन्दा,
एक हाथ में सूरज.
चलूँ दमकता और चमकता,
कदम - कदम मैं भू पर.

पैट - शर्ट पर जड़ू सितारे,
जगमग जगमग रोशन.
यहाँ वहाँ जहाँ से निकलूँ,
एक अलबेला फैशन.

मेरे आगे सब जादूगर,
हो जायेंगे फेल .
खड़ी चकित - सी सोनपरी,
देखे मेरे खेल.

संगी साथी सहपाठी,
हो जायेंगे दंग.
मेरी चर्चा गली - गली,
खूब जमेगा रंग.

मुझे धरा पर आने दो

रचनाकार- प्रिया देवांगन "प्रियू", गरियाबंद



मुझे धरा पर आने दो माँ, नहीं कोख में मारो तुम.
साहस भर कर आगे आओ, हिम्मत कभी न हारो तुम.
कलयुग में कितने हैं दानव, क्यों इनसे घबराती हो.
सपने पूरे करने में माँ, पीछे क्यों हट जाती हो.

तुच्छ समझते हैं बेटी को, ये तो रीत पुरानी है.
नेक कर्म गर कर जाओ तो, बनती नई कहानी है.
प्रेम जगा कर हिय में अपने, अरमानों को मत तोड़ो.
कहने दो जिनको कहना है, मुँह मुझसे तुम मत मोड़ो.

बेटी से है रिश्ते नाते, घर आँगन महकाती है.
जीवन की खाली रेखाओं, पर किस्मत बन जाती है.
नील गगन में जब भी जाती, चाँद सितारे छू आती.
कभी मोम सा रहे कलेजा, कभी कटारी बन जाती.

बनकर मैं भी झाँसी रानी, दुश्मन धूल चटाऊँगी.
बुरी नजर होगी माटी पर, तो तलवार उठाऊँगी.
हाथ तुम्हारे जीवन मेरा, जल्द फैसला कर लो माँ.
सूनी सूनी गोद तुम्हारी, आज इसे तुम भर लो माँ.

खाएँ खजूर

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



खाएँ खजूर, खाएँ खजूर.
पोषक तत्वों से भरपूर.

'पिनिक्स डेक्टाइलिफेरा'
इसका है वैज्ञानिक नाम,
अत्युत्तम पौष्टिक आहार है
खांसी - जुकाम में दे आराम,

हृदय को अधिक शक्ति देता है
करता तन की जलन को दूर.

भरे प्रचुर हैं खनिज, विटामिन
घुलनशील फाइबर मिलता,
लालरक्त कणिकाएँ बढ़तीं
हीमोग्लोबिन भी खिलता,

हड्डियों को मजबूत बनाता
ठंड में सेवन करें जरूर.

कोलेस्ट्रॉल न इसमें होता
अधिक मात्रा में पोटैशियम,
करें प्रयोग हृदय के रोगी
न के बराबर मिले सोडियम,

दूध - खजूर से पेय बना लें
करे दिमाग को तेज हजूर.

शीतल, मधुर, वातकफनाशक
चिकना और पचने में भारी,
इसमें गन्ने जितनी चीनी
अति स्वादिष्ट महा गुणकारी,

वृक्ष पचास वर्ष तक दे फल
निर्धनता हो चकनाचूर.
खाएँ खजूर, खाएँ खजूर.

आगे छेरछेरा के तिहार

रचनाकार- अशोक पटेल "आशु", शिवरीनारायण



पूस महीना के पुन्नी संगी
महानदी के गंगा-धार
जोंक-पैरी-महानदी के संगम
डुबकी लगाबो बार-बार.

दान-पुण्य, दया-धरम के
कथा-कहिनी हे अपरम्पार
मया-पिरित के एहर बंधना
जेमा दिखत हे सुग्घर सार.

छत्तीसगढ़ के पावन-भुइयाँ
किसम-किसम के तिहार
जन-जन के जिनगी म बसे
अउ इही हर आय आधार.

पूस-पुन्नी के बेरा हर आगे
आगे छेरछेरा के तिहार
खोर-गली किंजर-किंजर के
सब मांगे जाथे दुवार-दुवार.

मुर्दा-लाई के गुरहा लाडू
नान्हे लईका मन ल भाय
छेरछेरा-छेरछेरा कहिके
हित-मीत के घर-घर जाय.

किंजर के संगी डंडा नाचय
अउ सँगवारी कुहकी मारय
झांझ-मंजीरा-मांदर घुड़कय
कर्मा-ददरिया तान सुनावय.

छेरछेरा परब,हमर संस्कृति
खेती-पाती हमर चिन्हारी
हमर पुरखा के एहर धरोहर
इही आय हमर जेवनहारी.

नए साल में नई शुरुआत

रचनाकार- डॉ. माधवी बोरसे



नया-नया सा साल, नई नई सी बातें,
नया नया सब कुछ है, नई नई सौगातें,
नए-नए से दिन लगते हैं, नई नई सी रातें,
नई शुरुआत कैसे करेंगे, हे स्वयं को समझाते.

नया है सब कुछ, नया है हर दिन, नया है अब हर पल,
नया सा लगता, नींद से जगता, पुष्प महकता,
खुशी से चमकता, आने वाला है कल,
निकले अतीत से, क्यों व्यतीत है, नया भविष्य हो उज्ज्वल,
नया सवेरा, नई धूप है, नई नई सी हलचल.

नए नए कपड़े, नया नया आहार, हर दिन हो खुशियों का त्योहार,
ना कोई झगड़े, ना कोई बिछड़े, त्याग दे सारे लोभ, अहंकार,
नया सा प्रेम, नया सा आदर्श, चलो बनाए स्वयं को होनहार,
खुद की कमजोरियों पर करें प्रहार,
शुद्ध करें स्वयं के आचार विचार.

नया-नया सा साल, नई नई सी बातें,
नया नया सब कुछ है, नई नई सौगातें,
नए-नए से दिन लगते हैं, नई नई सी रातें,
नई शुरुआत कैसे करेंगे, हे स्वयं को समझाते.

बच्चों को बच्चा ही रहने दें

रचनाकार- स्नेहा सिंह



कृतार्थ बेटा, तुम बड़े हो न? छोटे भाई को तुम्हारा खिलौना चाहिए तो दे दो. बेटा तुम बड़े हो, तुम्हें समझना चाहिए.' जिन घरों में दो बच्चे होते हैं वहाँ यह समस्या होती ही है. एक बच्चे पर प्यार का दरिया बहता है तो दूसरे को समझदारी का पाठ पढ़ाया जाता है. एक की तमाम बातों का बखान होता है तो दूसरे की छोटी-छोटी बातें माता-पिता को खराब लगती हैं. जबकि सभी माता-पिता यही दलील देते हैं कि उनके लिए दोनों संतानें एक जैसी हैं. इनमें कोई भेदभाव नहीं है. पर सच पूछो तो लगभग हर घर में एक अधिक अच्छा लगता बच्चा और एक मात्र समझदार बनने के लिए पैदा हुआ हो, इस तरह का बच्चा होता है. यहाँ समस्या यह होती है कि यह भेदभाव बचपन में मात्र छोटे बच्चों को खुश करने के लिए शुरू होता है पर यह क्रम बचपन में खत्म हो जाने के बजाय बच्चों के बड़े होने के बाद भी चलता रहता है. बच्चों की शादी के बाद यह भेदभाव उनकी पत्नियों के साथ भी चलता रहता है. यहाँ बच्चों में मात्र बेटों की ही बात नहीं हो रही है, बेटा और बेटी दो हों तो भी यह भेदभाव माँ-बाप से जाने-अनजाने होता है.

मात्र अपनी संतानों के साथ भेदभाव तक ही बात सीमित नहीं है, तमाम अभिभावक बराबरी के बोझ तले भी अपने बच्चों के बचपन को रूंधने का काम जाने-अनजाने कर डालते हैं. यहाँ जाने-अनजाने शब्द पर इसलिए जोर दिया जा रहा है, क्योंकि माँ-बाप इस बात को समझ नहीं पाते और जब यह बात उनकी समझ में आती है तब उन्हें लगता है कि माँ-बाप के लिए तो सभी बच्चे एक जैसे ही होते हैं, वे भेदभाव थोड़े ही कर सकते हैं. पर सच्चाई यह है कि यह भेदभाव उनके व्यवहार में आ जाता है. खैर, हम बराबरी की बात कर रहे थे. अपना बच्चा पढ़ने में कमजोर हो या किसी काम में कमजोर हो तो अक्सर हमने माँ-बाप को यह कहते सुना है कि तुम्हारा मित्र कितना होशियार है, वह कितनी अच्छी तरह पढ़ता है और एक तुम हो? यह तुलना भले बच्चे को अच्छा बनाने के आशय से की जा रही होती है, पर बच्चे के लिए यह अत्यंत दुखद होती है. हमें यह समझना चाहिए कि तुलना समझदार व्यक्ति को

भी अच्छी नहीं लगती तो छोटे बच्चों को कैसे अच्छी लगेगी? बराबरी का सीधा असर बच्चे के मन पर पड़ता है, उसे लगने लगता है कि माँ-बाप उसे प्यार नहीं करते. यहाँ एक-दो बार की तुलना की बात नहीं हो रही है, यह हमेशा होती रही तो बच्चा ऐसा सोचने लगता है. आप कभी ध्यान दें कि जब आप अपने बच्चे के सामने किसी दूसरे बच्चे की खूब तारीफ करें तो उसके चेहरे के हावभाव कैसे होते हैं.

अगर बार-बार बच्चों से पक्षपात किया जाए या बार-बार किसी दूसरे बच्चे से तुलना की जाए तो आगे चलकर बच्चे पर बुरा असर पड़ता है. तुलना और पक्षपातपूर्ण व्यवहार बच्चों को अंदर से तोड़ देता है, दुखी करता है या फिर निष्ठुर बना देता है. शुरुआत में वह इन बातों से दुखी होता है. फिर वह यह सोचने लगता है कि ठीक है, मेरा जो मन होगा, मैं वही करूँगा. मम्मी-पापा पर तो इसका कोई असर होगा नहीं. वे तो छोटे भाई या बहन को ही सच्चा और अच्छा मानते हैं. अनेक बच्चे यह भी सोचने लगते हैं कि उनके माता-पिता के मन में उनके लिए प्यार ही नहीं है. इसीलिए वे ऐसा कर रहे हैं. इसलिए समय के साथ वे बगावती बन सकते हैं. बाल मानस पर पक्षपात या तुलना का बुरा असर इस हद तक कतई न होने दें. यह बच्चों को तकलीफ के अलावा और कुछ नहीं देगा.

अनुपम खेर ने अपने एक इंटरव्यू में अपना और अपने पिता का बहुत बढ़िया उदाहरण दिया था. उन्होंने कहा था कि मेरे पिता बहुत सख्त थे. उनके द्वारा दिया गया जेबखर्च खर्च हो जाए तो फिर उनसे माँगने में डर लगता था. इसके बजाय एक दिन वह बिना कारण अचानक उन्हें शापिंग कराने ले गए. उन्हें बाहर खिलाया, कई चीजें खरीद कर दीं, फिल्म दिखाई और पूरे दिन घुमाया. इतना सब करने के बाद घर आकर उन्होंने पापा से पूछा कि आज अचानक आप मुझे घुमाने और खरीदारी कराने क्यों ले गए थे? तब उनके पापा ने कहा कि बेटा आज मैं तुम्हारा रिजल्ट लेने गया था, जिसमें तुम फेल हो. पूरी दुनिया लोगों की सफलता का उत्सव मनाती है, पर मैं ने आज तुम्हारी असफलता का उत्सव मनाया है, तुम्हें मात्र यह सिखाने के लिए कि असफलता भी जीवन का एक हिस्सा है. इस समय मिली असफलता जीवन का अंत नहीं है. यदि आप अपने बच्चे पर हमेशा सफल होने के लिए दबाव बनाते रहेंगे, उसकी तुलना दूसरे बच्चों से करते रहेंगे तो उसके अंदर असफलता का भय बैठ जाएगा. यह भय उसे गलत कदम उठाने के लिए मजबूर कर सकता है. इसलिए बच्चे को सफलता के लिए दबाव में न रखें. उसे असफलता को पचाना और सफल होना सिखाएँ. याद रखें कोई भी व्यक्ति जीवन में ठोकर खाए बगैर आगे नहीं बढ़ सकता. जीवन में अलग-अलग पड़ाव पर परीक्षा तो उसे देनी ही होगी.

अंत में मात्र इतना ही कि आप अपने बच्चे के मन में यह बात बिल्कुल न आने दें कि मेरे मम्मी-पापा मुझसे अधिक मेरे भाई-बहन को पसंद करते हैं या प्यार करते हैं. उसके मन में यह बात भी न आने दें कि मैं चाहे जो भी करूँ, मेरे मम्मी-पापा पर कोई असर नहीं पड़ने वाला. उसके मन में यह भी न आने दें कि मैं असफल हो गया तो अपने मम्मी-पापा को कैसे मुंह दिखाऊँगा? बच्चे को इस उम्र में माँ-बाप के प्यार की जरूरत होती है, पक्षपात, किसी से तुलना या दबाव की नहीं.

सिखाने के अन्य बहुत सारे तरीके हैं

आप सचमुच अपने बच्चे को आगे बढ़ना सिखाना चाहते हैं तो उसे दूसरे तरीकों से सिखाएँ. हाँ, कभी किसी दूसरे का उदाहरण दे दें, यह अलग बात है. बच्चे को किसी दूसरे का उदाहरण देने की बजाय वह कैसे अपना काम अच्छी तरह करे, यह समझाएँ. बड़े बच्चों पर भी यह लागू होता है. बड़ी संतानों को भी किसी दूसरे के गुण गा कर ताना देकर समझाने की बजाय माता-पिता अपनी संतान से क्या अपेक्षा रखते हैं, यह समझाएँ. हो सके तो यह समझाएँ कि बच्चे अपना काम कैसे अच्छा कर सकते हैं, कैसे आगे बढ़ सकते हैं.

बिगड़े रिश्ते

रचनाकार- पूजा गुप्ता, मिर्जापुर



यदि आपका रिश्ता टूटने के कगार पर आ गया है और आप समझ नहीं पा रहे हैं कि लोग आपसे क्यों नाराज हैं? आपने उनसे दूरी बनाए रखने का फैसला कर लिया है तो आपके लिए यह आसान नहीं होता और ना ही आपके मित्रों और परिवार के लिए यह आसान होता है, क्योंकि जिंदगी को दोबारा एक नए सिरे से शुरू करने का अर्थ होता है लगभग हर चीज में बदलाव करना.

अपने रिश्तों को तोड़ने से बेहतर है कि उसे एक मौका अवश्य दें. जिस मित्र के साथ आपने इतना लंबा समय और बेहतरीन पल जिए थे उसे एक मौका देकर आप खुद को भी एक मौका दे रहे होते हैं. इस तरह एक मौका देकर आप अपनी पुरानी गलतियों से सीखते जाएंगे और साथी के साथ विश्वास जोड़ने में मदद मिलेगी. आप उस वजह का मूल्यांकन करें जिस वजह से यह स्थिति उत्पन्न हुई थी. आपने उसे पर्याप्त समय न दिया हो, आपने अपने संबंधों को गंभीरता से न लिया हो या आपसी मतभेदों को सुलझाने की कोशिश न की हो और एटीट्यूड अपनाकर अपने रिश्तों को अहमियत न दी हो. इस तरह मूल्यांकन करने से आप उन गलतियों को दोबारा नहीं दोहराएंगे. यदि आप दोबारा एक मौका उसे देते हैं तो अपने मित्र को यह बता दें कि आप उनसे क्या अपेक्षा रखते हैं. यही नहीं मित्र की आप से क्या अपेक्षाएँ हैं उस पर भी खुलकर बात करें. कौन कितनी अपेक्षाएँ पूर्ण कर सकता है इस पर भी बात करें. अपने रिश्ते को एक मौका देने के लिए खुलकर बात करना दोनों के लिए बहुत जरूरी है. इस तरह दोनों को बेहतर तरीके से सोचने का मौका मिलता है और वे पहले से ही सतर्क हो जाएंगे. इन अपेक्षाओं में मित्र के प्रति सम्मान होना बेहद जरूरी है. सबसे पहली बात यह याद रखें कि आप अपने बीते हुए समय की बुरी यादों को कुरेदने की चेष्टा न करें अपने मित्रों को नीचा दिखाने की कोशिश भी न करें, पहले किसने क्या किया! इस बहस में न उलझें और अपने व्यवहार से आहत हुए मित्र की पूरी बात अवश्य सुनें. जिस

वजह से संबंधों में दरार आई है उस पर बातचीत करें और नए सिरे से रिश्ते को बरकरार रखें. यदि सामने वाला आपसे रिश्ता नहीं रखना चाहता है तो आप जबरदस्ती मामलों में न उलझे उनसे दूरी बना लें.

आप देखें यदि आपके साथ उसमें भी बदलाव आ रहा है तो आप उसे एक मौका जरूर दें और यदि किसी प्रकार का उसमें बदलाव नहीं आ रहा है तो आप उसे यह समझा दीजिए कि किसी की भी जिंदगी के साथ खिलवाड़ न करें. अगर आपके मित्र ने आपके साथ बुरा व्यवहार किया था लेकिन अब उसे इस बात का एहसास हो गया है तो वह सचमुच एक विश्वसनीय इंसान होगा. यदि आप का मित्र अपनी गलती मानता है और उसे अपने किए पर पछतावा है तो उसे माफ करना आपके लिए अच्छी बात है और आप भी अपनी गलतियों के लिए माफी माँगें इससे यह पता चल जाएगा कि आप एक दूसरे को अभी भी प्रेम करते हैं. किसी दबाव में आकर रिश्ते का पंचनामा करना बेहद शर्मनाक होगा यदि आपका कोई मित्र हीनभावना से ग्रस्त होकर आपको परेशान करता है तो निसंदेह ऐसे इंसान की आपकी जिंदगी में कोई जगह नहीं होनी चाहिए. लेकिन इसके बावजूद यदि वह इंसान अच्छा है तो उसे एक मौका देना चाहिए जिससे संबंधों में सुधार आ सके. यदि वह भटक गया है तो उसे सुधरने का मौका दें. कुछ लोगों की आयु कितनी भी हो जाए पर उनमें परिपक्वता नहीं आती जिससे रिश्ते के सफल होने की संभावना कम रहती है लेकिन अगर कभी आपको लगे कि संबंधों में आई कड़वाहट की वजह से आपके मित्र में परिपक्वता आ गई है और उसे अपने व्यवहार पर अफसोस है तो उसे एक मौका दें, हो सकता है कि इस बार वह बदला हुआ इंसान आपको जीवन में खुशियाँ देने में सबसे आगे रहे.

एक दूसरे के लिए प्रेम और भावनाएँ होना मित्रों में अति आवश्यक है यदि आपके मित्र में वह भावना और प्यार नहीं है तो उसे दोबारा उस रिश्ते में बांधना व्यर्थ है! क्योंकि लाख कोशिशों के बावजूद आपके बीच में न तो प्यार पनप पाएगा न ही नज़दीकियाँ आएँगी, बल्कि साथ रहना पहले से ज्यादा मुश्किल हो जाएगा. जब संबंधों में दरार आती है तो आपके मित्र के लिए बहुत ही खराब फीलिंग पैदा हो जाती है गुस्सा नाराजगी, कई बार एक दूसरे का चेहरा तक नहीं देखना गवारा होता. अगर अभी आपके मन में आपके मित्र के प्रति गुस्सा है. जो उसने किया है उसे आप भूलने में असमर्थ हैं तो आप उसे मौका बिल्कुल भी न दें. मित्र की हर बात आपको बुरी लगेगी और हो सकता है कि उससे बदला लेने का विचार भी उसके खिलाफ होने के लिए आपको उकसाये. अगर आप सब कुछ भुलाकर पुराने भावनात्मक बोझ को उतारने को तैयार है तो आप एक दूसरे को दोबारा मौका दे सकते हैं पर अगर आप उस स्थिति में पहुंच गए हैं जहाँ आपके लिए उसे गुस्से से अलग कर मित्र को माफ करना असंभव लगता है तो आप दोबारा मौका देने से पहले एक बार सोच ले ताकि आपकी जिंदगी को वो दोबारा नर्क न करें.

मोबाइल बिगाड़ रहा बच्चों का भविष्य

रचनाकार- विजय कनौजिया, उत्तर प्रदेश



हमारे जीवन पर मोबाइल फोन किस तरह हावी हो गया है इसे हम सभी भली-भाँति जानते हैं. हमारे दिन की शुरुआत मोबाइल फोन से होती है. थोड़ी देर के लिए भी यदि हम इससे दूर होते हैं तो असहज और एकाकी अनुभव करने लगते हैं. लगता है कि कोई अनमोल चीज हमसे दूर हो गई है, जिसके बिना रह पाना बड़ा मुश्किल है. मोबाइल फोन के बहुत सारे सुखद परिणाम भी हैं, किंतु इसके दुष्परिणाम कहीं अधिक हैं.

मोबाइल धीरे-धीरे हमारे बच्चों के मन-मस्तिष्क पर हावी होता जा रहा है. किताब की जगह उनके हाथ में मोबाइल बच्चों का भविष्य बिगाड़ रहा है. उन्हें मोबाइल पर गेम खेलने और दोस्तों के साथ गपशप की लत, उनके मानसिक विकास को अवरुद्ध कर रही है. यह लत निश्चित रूप से बच्चों को किताबों से दूर ले जा रही है, जिसके कारण बच्चों को किताबों की दुनिया रास नहीं आती है और वे मोबाइल फोन को अपनी दिनचर्या का अभिन्न हिस्सा बना लेते हैं. बच्चों का मोबाइल के प्रति यही लगाव उनके उज्ज्वल भविष्य निर्माण को अवरुद्ध करने में बड़ी भूमिका निभा रहा है. पुस्तकों से बच्चों में अच्छे संस्कार एवं उज्ज्वल भविष्य की नींव का निर्माण होता है.

बच्चों में किताबों के प्रति अरुचि बढ़ती जा रही है, इसके बहुत सारे कारण हैं. इनके विषय में चिंतन और निवारण के उपाय हमें अवश्य करना चाहिए, जिससे हमारे बच्चों का भविष्य अंधकारमय न बने. ऐसे कुछ कारणों का उल्लेख करना आवश्यक है, जो प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से इसके लिए जिम्मेदार हैं -

1. विद्यालयों की वर्तमान शिक्षा नीति
2. पाठ्यक्रम में डिजिटल व्यवस्था पर अधिक जोर
3. पौराणिक कथाओं एवं शिक्षण मान्यताओं के प्रति अरुचि

4. माता-पिता द्वारा बच्चों में आधुनिक संस्कार रोपित करने की होड़

5. कल, आज और कल में सामंजस्य का अभाव

ऐसे अनेक कारण हैं जो आज के परिवेश में, बच्चों के मन-मस्तिष्क पर अपना दुष्प्रभाव डालकर उन्हें उज्ज्वल भविष्य के मार्ग से भटका रहे हैं।

ऐसी स्थिति में हम सभी को चिंतन-मनन करने की आवश्यकता है। आधुनिक परिवेश कहीं न कहीं हम सभी के लिए आवश्यक भी है किंतु कल और आज के परिवेश में सामंजस्य करके ही हम अपने कल का निर्माण कर सकते हैं। हमारी सजगता ही बच्चों के भविष्य निर्माण को सही दिशा प्रदान कर सकती है।

तो आइए अपनी कुछ पंक्तियों के साथ बच्चों में पुस्तकों के प्रति आदर भाव जगाकर, उनके उज्ज्वल भविष्य का मार्ग प्रशस्त करें--

"चलो चलें बच्चों के संग हम
पुस्तक का गुणगान करें
छोड़ मोबाइल पढ़ें पुस्तकें
आज चलो ये काम करें.
पढ़ें लिखें आगे बढ़ जाएँ
जीवन में कुछ काम करें
हो किताब से पुनः दोस्ती
पुस्तक का सम्मान करें."

ओए पापा, बड्डी,यार मान जा न

रचनाकार- पिकी सिंघल, दिल्ली



जैसा कि शीर्षक से ही समझ आ रहा है कि यह वाक्यांश किसी बच्चे द्वारा अपने पिता के लिए बोला गया है. इसमें बच्चा अपनी किसी बात को मनवाने के लिए अपने पिता से आग्रह कर रहा है. इस तरह के अनेक वाक्य आजकल घरों में अक्सर सुने जा सकते हैं. वर्तमान में इस प्रकार के वाक्यांश बोलना सामान्य हो गया है. नई जनरेशन के बच्चे अपने माता-पिता को माता पिता कम और दोस्त अधिक समझने लगे हैं. यह कहने में अतिशयोक्ति नहीं होगी कि जन्म देने वालों को भी दोस्त मानने वाली आज की नई पीढ़ी धीरे-धीरे यह भूलती जा रही है कि उनके माता-पिता उनके दोस्त अवश्य हो सकते हैं, किंतु केवल दोस्त नहीं हो सकते. यह बात उन्हें समझनी ही होगी ,अन्यथा, वह दिन दूर नहीं जब हमारे बच्चे रिश्तों को अपनी सुविधानुसार प्रयोग करना शुरू कर देंगे. हर रिश्ते को दोस्ती का जामा पहनाना किसी भी दृष्टि से तर्कसंगत नहीं माना जा सकता. मित्रता का भी अपना एक दायरा होता है. जिस प्रकार रक्त संबंधों की दोस्ती से तुलना नहीं करनी चाहिए उसी प्रकार दोस्ती की भी रक्त संबंधों से तुलना नहीं की जा सकती.

आधुनिक युग में हम सभी इस बात से भलीभाँति अवगत हैं कि हमारे बच्चे हमारे साथ इस कदर घुले मिले होते हैं कि अक्सर संबंधों की सीमा और दायरे को भूल जाते हैं और घर के सभी सदस्यों से दोस्ती का रिश्ता समझने लगते हैं. वे यह भूल जाते हैं कि खून से जुड़े रिश्तों का अपना एक विशेष नाम होता है,अर्थ होता है,गरिमा होती है.

इस स्थिति में सारी गलती बच्चों की ही नहीं होती अपितु हम माता-पिता भी इस स्थिति के उतने ही जिम्मेदार होते हैं, क्योंकि हम अक्सर अपने बच्चों को इतनी छूट और आजादी दे देते हैं कि वे रिश्तों को अपने हिसाब से तोड़ मरोड़ सके और उनकी गरिमा को ताक पर रखकर उनका प्रयोग कर सकें.

ऐसा अक्सर हम लाड़-प्यार में करते हैं. हम प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से यह साबित करना चाहते हैं कि हम अपने बच्चों से कितना प्यार करते हैं और उनके लिए कुछ भी करने के लिए तैयार होते हैं.

स्वाभाविक सी बात है कि सभी माता-पिता अपने बच्चों से बेहद प्यार करते हैं और बदले में कुछ नहीं चाहते. उनकी सभी छोटी बड़ी जरूरतों को पूरा करने के लिए वे अपना सर्वस्व त्याग करने के लिए तैयार रहते हैं. सामान्यतः, सभी माता पिता दुनिया की हर खुशी को भी अपने बच्चों के कदमों में रख देना चाहते हैं. उनके बच्चों को किसी प्रकार की कोई कमी या अभाव न खलने पाए, इसके लिए वे जी तोड़ मेहनत करते हैं और उनकी हर आवश्यकता को पूरी करने का हर संभव प्रयास भी करते हैं.

लेकिन स्थिति अगर प्यार लाड़ करने और बच्चों की जरूरतों को पूरा करने तक हो तो समझ आती है, किंतु जब यही लाड़ प्यार बच्चों को अपनी मनमर्जी से कुछ भी सही गलत करने के लिए आजादी दे देता है तो इस पर रोक लगानी आवश्यक ही नहीं अपितु अनिवार्य हो जाती है. ऐसा न होने की स्थिति में बच्चों का नैतिक पतन होने लगता है जिस का नकारात्मक प्रभाव उनके सर्वांगीण विकास पर भी पड़ने लगता है.

अक्सर जब बच्चों को आवश्यकता से अधिक लाड़ प्यार और दुलार मिलने लगता है तो वे रिश्तों से जुड़ी अपनी सीमाओं को भूल जाते हैं और रिश्तों को ताक पर रखना शुरू कर देते हैं क्योंकि उस स्थिति में उन्हें रोकने टोकने वाला, समझाने वाला, गलत सही में फर्क बताने वाला कोई नहीं होता है. वे अपनी खुद की मर्जी के हिसाब से, अपने मन मुताबिक रिश्तों को नई संज्ञा, नया नाम देना शुरू कर देते हैं, रिश्तों के लिए वे अपनी खुद की ही शब्दावली इजाद कर लेते हैं. अबे, ओए, अरे, यार, बड्डी जैसे शब्द आजकल उनकी आम बोलचाल की भाषा के शब्द बन चुके हैं, जिनका प्रयोग वे न केवल अपने मित्रों दोस्तों और हम उम्र बच्चों के लिए करते हैं, अपितु अपने बड़े भाई-बहनों, माता-पिता रिश्तेदारों और अभिभावकों के लिए भी करते हैं. भारतीय संस्कृति का अनुसरण करने वाले, भारत देश में रहने वाले, देश के भावी कर्णधारों और नैतिक मूल्यों को ही अपना सब कुछ समझने वाले सभ्य, सुसंस्कृत, संस्कारी और प्रबुद्ध नागरिकों द्वारा इस तरह की शब्दावली का प्रयोग किया जाना किसी भी तरह तार्किक और उचित नहीं कहा जा सकता. भारत जैसे सभ्य समाज में तो इस तरह की बातें कतई स्वीकार्य नहीं हैं. भारत तो प्राचीन काल से ही अपनी विशेष सभ्यता संस्कृति और बड़ों के प्रति आदर सम्मान के लिए जाना जाता रहा है. हमें कभी भी ऐसा कोई कार्य नहीं करना चाहिए जिससे हमारे राष्ट्र की प्रतिष्ठा और सम्मान को ठेस पहुँचे और हमारे राष्ट्र को किसी अन्य राष्ट्र के सामने सिर्फ इस बात के लिए शर्मिंदा होना पड़े कि इस देश के नागरिक भी अब पाश्चात्य सभ्यता और संस्कृति के रंग में रँगते जा रहे हैं, जहाँ छोटे बड़े का कोई फर्क नहीं समझा जाता, अपने से बड़ों के सम्मान-अपमान से कोई फर्क नहीं पड़ता और साथ ही अपने छोटों के प्रति स्नेही होना कोई विशेष मायने नहीं रखता.

इस प्रकार की स्थिति उत्पन्न न होने पाए, इसके लिए हमें अपनी सभ्यता को पुनर्जीवित करना होगा, अपनी संस्कृति को रिक्रेश करना होगा और संस्कारों को अपनी आने वाली पीढ़ियों तक पहुँचाना होगा. वर्तमान पीढ़ी के बच्चों को नैतिक मूल्यों और मानव मूल्यों की वास्तविकता से अवगत कराना होगा

.उन्हें समझाना होगा कि जीवन मूल्य और नैतिक मूल्य हमारे लिए क्या मायने रखते हैं . नैतिकता का वरण करना हमें ही तो उन्हें सिखाना होगा. हमें उनके अभिभावक और माता पिता होने का सच्चा फर्ज निभाना होगा ताकि हमारी परवरिश पर भविष्य में हमें न पछताना पड़े. हमें ही अपने बच्चों को बड़ों का आदर सम्मान करना सिखाना होगा ,छोटों के प्रति मन में स्नेह का भाव जागृत करना होगा ,उनके भीतर से हर चीज को हल्के में लेने की आदत को खत्म करना होगा. हमें उन्हें समझाना होगा कि हमें अपनी भारतीय संस्कृति को पहले से कहीं अधिक तीव्रता से विकसित करना है जिसके लिए हमें नैतिकता का वरण करना होगा ,अपनी संस्कृति और सभ्यता को साथ लेकर चलना होगा, अपनी शब्दावली में सभ्य और सुसंस्कृत शब्दों को शामिल करना होगा ताकि हमारे संस्कार हमारे व्यवहार में स्पष्ट रूप से झलकें और हम सदैव की भाँति पूरे विश्व के समक्ष सिर ऊँचा कर और सीना तानकर चलने का साहस जुटा सकें और अपने देश को नैतिकता की राह पर अग्रसर करने में अपना पूरा योगदान दे सकें.

चलने लगी ठंडी पुरवाई

रचनाकार- अशोक पटेल "आशु", शिवरीनारायण



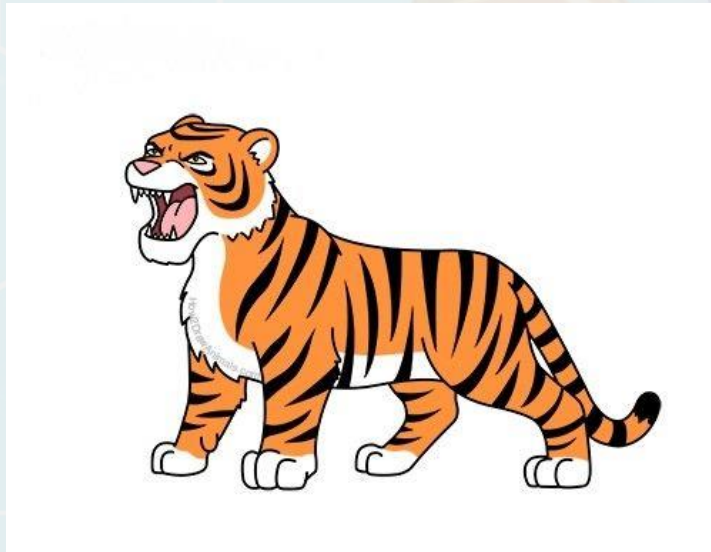
चलने लगी ठंडी पुरवाई
शीत ऋतू ने ली अंगड़ाई
आसमान में कोहरा छाई
फाहों की चादर नजर आई.

बागों में कलियाँ मुस्काई
फूलों में रौनकता है आई
हवाओं ने बगिया महकाई
पंछियों ने मधुर तान सुनाई.

गुलाबी ठंडी सिहरन समाई
आसमानों में बादल लहराई
धरा पर मोतियां बिखर आई
मानो धरा श्रृंगार है कर आई.

शेर

रचनाकार- श्रीमती प्रियंका श्रीवास, बस्तर



शेर जंगल का राजा है,

खाता मांस ताजा है,

सिर पर है, उसके ताज,

करता है जंगल में राज,

शेर जब करता आवाज,

बंद हो जाते सबके काज.

नटखट

रचनाकार- प्रियंका श्रीवास, बस्तर



राजू है नटखट,
बोलें है पटपट,
बदमाशी करता झटपट,
दौड़े है सरपट ,
खाना खाये चटचट,
रोता है टपटप,
चुप हो जाता झटपट,
खेल खेलता अटपट,
कक्षा के दरवाजे पर
करता है खटखट.

बड़े काम का दर्पण भईया

रचनाकार- प्रीति श्रीवास



बड़े काम का दर्पण भईया
हर घर की दीवार मे लटका
जो जैसा वैसा है दिखाता
झूठ कभी न बोलता भईया
बड़े काम का दर्पण भईया
काजल , बंदी , कंधी करते
देख के उसमे सजते सवरते
सबके मन को भाए भईया
बड़े काम का दर्पण भईया
मोटर , गाड़ी या हो कार
सभी वाहनो के सर की ताज
दुर्घटना से , बचाती भईया
बड़े काम के दर्पण भईया
नाई की दुकान मे

आंखों के अस्पताल में
काम चले न बिन उसके भईया
बड़े काम के दर्पण भईया

आगे लइकामन के तिहार

रचनाकार- प्रियंका श्रीवास, बस्तर



गांव -गांव, घर -घर, स्कूल मा,
होही लइकामन के सत्कार,

मिलही अनेक उपहार,
आगे लइकामन के तिहार.
लइकामन कइही कविता,
कहानी हजार,

नाटक करही ना ना प्रकार,
आगे लइकामन के तिहार.
घर म बनही चीला, बोबरा,
फरा खीर व्यंजन मजेदार,
आगे लइकामन के तिहार.

पढ़ लिख के करही,
हमर सपना ला साकार,
लइकामन ही लाथे हमर,
घर म बहार

आगे लइकामन के तिहार.
बनही डाक्टर, पुलिस अउ चित्रकार,
रइही उखरो तिरन,
बंगला, मोटर, गाड़ी, कार,
आगे लइकामन के तिहार.

बनही साइंटिस्ट अउ,
करही आविष्कार, आगे लइकामन के तिहार.

मूँगफली

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र



ठंडक में गर्माहट देती,
खा लो खस्ता मूँगफली.

छोटी हो या चाहे बड़ी,
दानों से है भरी, कड़ी,

ताजा गर्मागर्म भुनी हैं
खूब बिक रही गली - गली.

छील - छीलकर झटपट खाना,
साथ में चटनी - नमक लगाना,

लोग चार मिलबैठ के खाएँ
खिल जाएगी मन की कली.

नहीं मिलेगी कोई खाली,
ताकत - स्वाद बढ़ाने वाली,

इसमें प्रोटीन - फाइबर ज्यादा
होती सबके लिए भली.
मूँगफली लो! मूँगफली.

चहकने दो

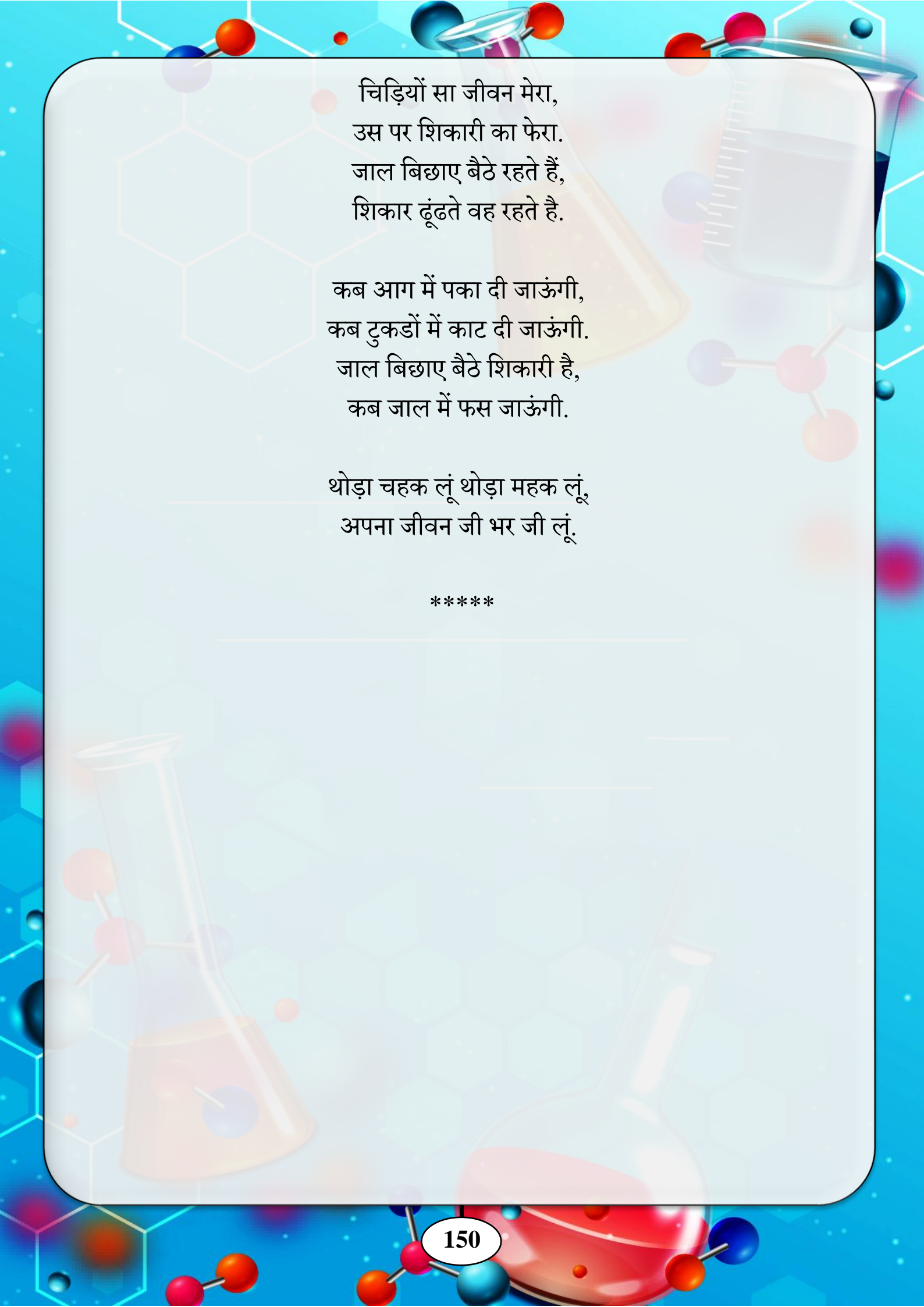
रचनाकार- आशा उमेश पांडेय



बेटी हूं मैं तेरे बाग की,
जी लूं जीवन अपने भाग की.
नहीं बोझ बनूंगी तेरी,
करने दो अरमान है पूरी.

थोड़ा चहक लूं थोड़ा महक लूं,
अपना जीवन जी भर जी लूं.
मैं हूं छोटी सी एक गुड़ियों,
गुड़ियों सा फिर सज जाऊंगी.

ख्वाबो को संजो लेने दो,
आसमानों को छू लेने दो.
फिर वक्त मिले या न मिले,
मन में रह जाए न कोई गिले.



चिड़ियों सा जीवन मेरा,
उस पर शिकारी का फेरा.
जाल बिछाए बैठे रहते हैं,
शिकार ढूंढते वह रहते है.

कब आग में पका दी जाऊंगी,
कब टुकड़ों में काट दी जाऊंगी.
जाल बिछाए बैठे शिकारी है,
कब जाल में फस जाऊंगी.

थोड़ा चहक लूं थोड़ा महक लूं,
अपना जीवन जी भर जी लूं.

छेरछेरा गीत

रचनाकार- सुशीला साहू "विद्या", रायगढ़



ऐ दाई.ऐ दाई.दे देन ओ छेरछेरा.
जम्मों कोठी के धान ला हेरहेरा.
पुस पुन्नी तिहार आगे ओ.
पुस पुन्नी तिहार आगे ओ.
ऐ दाई.ऐ दाई.दे देन ओ छेरछेरा.
जम्मों कोठी के धान ला हेरहेरा.

सुत बिहनिया उठ संगी ला बुलाबो,
लईका सियान झोला लेके जाबो.
घर-घर द्वारी-द्वारी हामन गीत गाबो,
दू पसर चाऊर लेके वापस घर आबो.
गली-गली मा जी लगाबो हामन फेरा,
ऐ दाई.ऐ दाई.दे देन ओ छेरछेरा.

हामर भुइंया उपजे अन्नपूर्णा माई.
जम्मों मुड़ा होंगे न जी धान मिसाई,
नाच.. कूद..अऊ गाव गीत ला भाई.
सबबो संगी मन ल अंतस ले बधाई,

छत्तीसगढ़ के परम्परा मनाये के बेरा,
ऐ दाई.ऐ दाई.दे दे न ओ छेरछेरा..

ठेठरी खुरमी और गुलगुल भजिया,
हिरुवा गुड़ मिलाके बनही गुझिया.
बरा फरा भर टूकना दौरी चरिया,
बेटी बहिनी मन पहुंचाबो डहरिया.
मीत मितान अउ दूसर मनके डेरा.
ऐ दाई.ऐ दाई.दे दे न ओ छेरछेरा..

सेवा भाव

रचनाकार- सुशीला साहू "विद्या", रायगढ़



मां बाप की सेवा करना, करना नहीं तू एहसान,
इस मतलबी दुनिया में, तेरा कहीं नहीं पहचान.
मां बाप की दुआ से सदा, बन जाते हैं बिगड़े काम,
उनके चरणों से बढ़कर, दूजा नहीं है कोई धाम.

बालक वृद्ध और रोगी का, कर लो दिन रात सेवा,
आनंद का वो क्षण मिलेगा, सफल कर्मों का मेवा.
चरणों को छू लेने भर से, दमक उठे आठों याम,
मजधार में फंसी नैया को, पार लगायेंगे मेरे राम.

पशु पक्षी की सेवा जतन, करना मन निर्मल भाव,
दाना पानी देने खातिर, रखना नहीं मन में तनाव.
बेजुबान जानवर क्या जाने, मानव की ये बोली,
कुट नीति से छलना नहीं, जैसे सूरत है भोली.

गरम समोसे

रचनाकार- टीकेश्वर सिन्हा "गब्दीवाला", बालोद



आओ आओ रामभरोसे.
गरम गरम खाओ समोसे..

ताजे आलू मिर्च मसाले.
इनके सब खाने वाले..

चटनी बनी टमाटर की.
धनिया मेथी मटर की..

क्या खुशबू है मजेदार
स्वाद बड़ा जायकेदार..

उंगलियाँ चाट कर खाओगे.
वाह ! वाह ! तुम गाओगे..

अवसर की तलाश न कर

रचनाकार- अशोक पटेल "आशु", शिवरीनारायण



जिंदगी मिलेगी न दुबारा
अवसर की तलाश न कर.
अच्छे अवसर भी आएंगे
सोंच के यूँ इंतजार न कर.

यह जिंदगी बड़ी हसीन है
इसको यूँ ही जाया न कर.
जी भर के जी ले इसको
यूँ ही ऐसे गंवाया न कर.

जिंदगी तो हसीन ख्वाब है
इसे यूँ ही न भुलाया कर.
ख्वाबों को हकीकत करले
इसको यकीन में लाया कर.
जिंदगी में करले मौज-मस्ती
जिंदादिली को हटाया न कर.
मनहुशियत क्या खाक जीते हैं
इसको दिल से न लगाया कर.

जिंदगी का नायाब नजराना है
इसे बेकारा न समाझा कर.
खुद सँवर जा दूसरों को सवाँर
इसको यूँ ही गवाँरा न कर.

जन्मदिन

रचनाकार- अनिता चन्द्राकर



नन्हा मोनू सोच रहा है,
मेरा जन्मदिन कब आएगा.
माँ कहती है जाड़े में,
पापा कहते, जल्दी ही आएगा.
दादी कहती पूस महीना,
दादा कहते अंधेरी रात में.
अलग अलग है सबका कहना,
करूँ भरोसा किसकी बात में.
केक काट सब खुशी मनाते,
खूब मिठाई खाते हैं.
नये नये कपड़े पहनकर,
विद्यालय वे आते हैं.
नहीं जानता मैं जनम दिन अपना,
चुपचाप देखते रहता हूँ.
आज पता चल जाये शायद,
मैडम जी से पूछता हूँ.

बन्दर का जुखाम

रचनाकार- महेंद्र कुमार वर्मा, भोपाल



बन्दर जी को हुआ जुखाम,
नाक हो गई उनकी जाम,
घर का नुस्खा लेकर मीत,
उनको मिला नहीं आराम.

हाथी दादा ने सुझाया,
भालू डॉक्टरजी का नाम,
जब नर्स ने सुई लगाई
बन्दर जी का गया जुखाम.

कोयल गीत सुनाती है

रचनाकार- महेंद्र कुमार वर्मा, भोपाल



मेरे पास खिलौने हैं,
सारे खूब सलोने हैं.

चले कार फर्राटे से,
परी डर गई चांटे से.

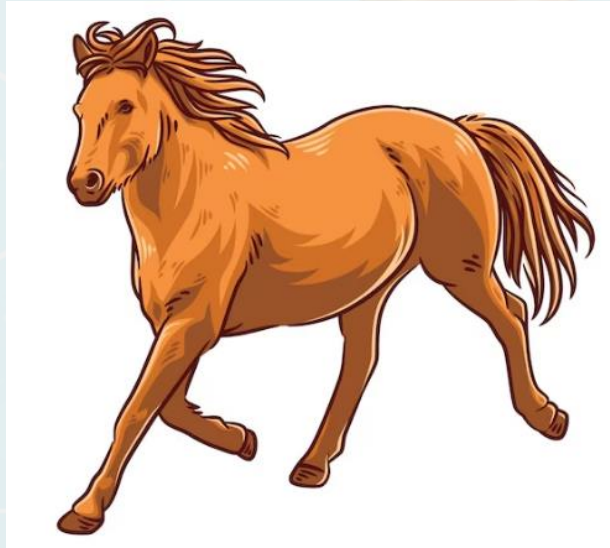
भालू शहद बहुत खाता,
बदले में सेहत पाता.

बिल्ली दूध चुराती है,
अक्सर पिट के आती है.

कोयल गीत सुनाती है,
सबका मन बहलाती है.

प्यारा घोड़ा

रचनाकार- महेंद्र कुमार वर्मा, भोपाल



हरी घास खाता है घोड़ा,
खाकर खूब तेज़ वो दौड़ा.
जब करता वो आनाकानी,
खाता है फिर घोड़ा कोड़ा.
रस्सी से जब उसको बाँधा,
मोटी रस्सी उसने तोड़ा.
जब जब आया मोड़ राह पे,
उसने खुद को झटपट मोड़ा.
खुशी जताता हिन हिन करके,
गुस्सा होता थोड़ा थोड़ा.
मुझे घुमाता दूर दूर तक,
लगता मुझको प्यारा घोड़ा.

जीवंत गजल

रचनाकार- वीरेंद्र बहादुर सिंह



गजल संध्या का आमंत्रण पत्र पढ़ कर बगल में रखते हुए अनुज ने पत्नी से कहा, "तुम्हें पता है, गजल सुनी नहीं, अनुभव की जाती है."

श्वेता ने वह आमंत्रण अनुज के हाथों में देते हुए कहा, "गजल न मुझे सुननी ही है और न ही अनुभव करनी है. मुझे तो बस तुम्हारे साथ चलना है. अब यह बताओ कि तुम चलोगे या नहीं?"

दोनों विवाह के सात साल पहले एक-दूसरे के प्यार में पड़े थे और तब से अब तक दोनों के बीच एक भी काँमन हाँबी नहीं रही थी, पर प्यार इतना अधिक था कि शिकायतों के बीच से रास्ता निकाल कर आगे बढ़ते रहे. दोनों को एक-दूसरे को समय देने में हमेशा परिस्थितियाँ और काम के प्रति प्राथमिकता बीच में आती रही. दोनों एक-दूसरे पर गुस्सा जरूर होते, पर प्यार की तीव्रता इतनी अधिक थी कि कुछ भी आड़े नहीं आता था.

पिछले एक साल से दोनों की ड्यूटी अलग-अलग शिफ्ट में थी यानी एक घर आता था तो दूसरा ड्यूटी पर जाता था. रोजाना घर के फ्रिज पर रखी चिट्ठी में लिखे जाने वाले मैसेज के नीचे बनाया जाने वाला दिल का निशान ही उनका प्यार था. केवल रविवार को ही दोनों एक साथ होते थे. अब इस परिस्थिति में सप्ताह भर बाद मिलने वाले रविवार, किसी गायक को सुनने में बिताना अनुज को बहुत मुश्किल लग रहा था. पर प्यार की एक अलिखित शर्त होती है कि कोई भी खुद की अपेक्षा सामने वाले व्यक्ति की इच्छा को समझ सकता है.

रविवार की शाम दोनों खचाखच भरे हाल में जा कर बैठ गए. दो-तीन गजल गा कर माहौल बनाने की कोशिश की गई. जिन्हें गजल का बहुत शौक था, उन लोगों के लिए तो कानों का जलसा शुरू हो गया था. पर अनुज के लिए सहन न हो, इस तरह का अनुभव था. दो-चार बार मोबाइल निकाल कर फेसबुक चेक करने का मन हुआ. पर वह बगल में बैठी पत्नी का मजा खराब नहीं करना चाहता था, इसलिए शांति से बैठा रहा. समझदार पत्नी को पता था कि वह उसी की वजह से यहाँ बैठा है. इसलिए धीरे से उसने उसके कान में कहा, "अगर तुम्हें मजा न आ रहा हो, तो बाहर घूम आओ."

अनुज तो यही चाहता था. वह हाल से निकल कर बाहर गैलरी में आ गया. दिसंबर की ठंड में वह सिगरेट निकाल कर सुलगाने जा रहा था कि उसकी नजर किसी पर पड़ी. उसने मोबाइल निकाल कर पत्नी को मैसेज किया, 'गजल देखनी हो तो बाहर आ जाओ.'

बाहर आ कर श्वेता ने सवालिया नजरों से अनुज की ओर देखा. अनुज ने सामने फुटपाथ पर इशारा किया. एक झोपड़ी के बाहर अलाव जल रहा था. अलाव के पास फटी गुदड़ी ओढ़े पति-पत्नी बैठे एक ही कटोरे में चाय पी रहे थे.

दोनों बिना कुछ कहे इस जीवंत गजल को देखते रहे.

गणतंत्र

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



प्राण से प्यारा है गणतंत्र.
विश्व में न्यारा है गणतंत्र.

तिरंगा छूता है आकाश
नित्य प्रति बढ़ता सुख आभास

सुस्मृति बलिदानों की दिव्य
प्रवाहित धारा है गणतंत्र.

सुहाने स्वप्न हुए साकार
नया भारत लेता आकार

अधर पर वंदेमातरम गीत
कभी न हारा है गणतंत्र.

कोटि गण बने विधाता आप
सपूतों ने मेटे संताप

प्रेम - मानवता का प्रतिमान
अटल ध्रुवतारा है गणतंत्र.

नियत कर्तव्य, प्राप्त अधिकार
एकता 'जनगणमन' का हार

अखिल जग एक कुटुम्ब समान
अखण्डता नारा है गणतंत्र.

विजेता

रचनाकार- प्रियंका सौरभ



बने विजेता वो सदा, ऐसा मुझे यकीन.
आँखों में आकाश हो, पाँवों तले जमीन.

दुनिया को केवल इस बात की परवाह है कि हम क्या करते हैं, न कि हम क्या कहते हैं कि हम क्या करेंगे. जो शब्द हम कहते हैं, वे हमारे कार्यों की तुलना में बहुत कम महत्व रखते हैं. हमें बोलना कम और काम ज्यादा करना चाहिए. यह न केवल हमें न्यूनतम संभव समय में अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद करेगा बल्कि हमारे महत्वपूर्ण कार्यों में निवेश करने के लिए कुछ आवश्यक ऊर्जा भी देगा. इस तथ्य को समझना जरूरी है कि हमारे पास जो ऊर्जा है वह सीमित है, और इसलिए अपनी ऊर्जा का बुद्धिमानी से उपयोग करना बहुत आवश्यक हो जाता है.

इस तथ्य को स्वीकार करना महत्वपूर्ण है कि हमारे कार्य हमें परिभाषित करते हैं न कि हमारे विकल्पों को. एक विजेता हमेशा सही विचारों को अच्छे कार्यों में बदलने के तरीके खोजता है. वह अपने सपनों को हकीकत में बदलने के तरीकों की तलाश करेगा. साथ ही, याद रखें कि वास्तविकता इतनी सरल नहीं है जितनी हम इसे मान लेते हैं. बाद में भागदौड़ से बचने के लिए हमें अपने कार्यों को समय से पहले ही पूरा कर लेना चाहिए. अपने फैसलों को ध्यान से देखना और आत्मनिरीक्षण करना भी जरूरी है.

हमारे कार्य शब्दों से ज्यादा हमारी प्रतिष्ठा को परिभाषित करते हैं. हम जो कहते हैं उसे करने में असफल होना और इस व्यवहार को बार-बार दोहराना हमारे चरित्र के लिए हानिकारक है जो दूसरे हमें समझते हैं. यह हमारी विश्वसनीयता को मिटा देता है. यदि हम वह नहीं करते जो हम कहते हैं कि हम करने जा रहे हैं, तो हमारी विश्वसनीयता कम हो जाती है. हमारे प्रत्येक वादे के बाद और इसे पूरा करने में विफल

रहने से हमारी सत्यनिष्ठा भी कम हो जाती है. इसके बाद हमारी बातों का कोई मतलब नहीं है. यह अविश्वास भी पैदा करता है. भरोसा छोटी-छोटी क्रियाओं द्वारा बनाया जाता है, न कि फिल्मों के लिए बने नाटकीय पलों पर. अंत में, यह अवसर को सीमित करता है. जब हमारी टीम किए गए वादों पर भरोसा नहीं कर सकती है, तो हमारे लिए खुद को साबित करने के अवसर कम होते जाएँगे. यदि आप किसी ऐसे व्यक्ति के रूप में जाने जाते हैं जो वादों और अपेक्षाओं को पूरा नहीं करता है, तो आपको परिणाम भुगतने होंगे. खासकर जब यह एक "छोटी बात" है, तो सुनिश्चित करें कि आप इसे करते हैं. आखिरकार, यदि आप "छोटी चीजों" में असफल होते हैं, तो कोई भी "बड़ी चीजों" के लिए आप पर भरोसा नहीं करेगा. आप जो कहते हैं उसे लगातार करते रहना ईमानदारी की बुनियाद है.

दुनिया को केवल इस बात की परवाह है कि हम क्या करते हैं, न कि हम क्या कहते हैं कि हम क्या करेंगे. जो शब्द हम आम तौर पर कहते हैं, वे हमारे द्वारा किए जाने वाले कार्यों की तुलना में बहुत कम महत्व रखते हैं. याद रखें कि जीवन वास्तव में एक खेल है और इसलिए हम सभी को जीतने का प्रयास करना चाहिए. असफलता और निराशा हर किसी के जीवन का हिस्सा है और इनके बारे में अधिक सोचना बेकार है. वर्तमान पर ध्यान केंद्रित करना और अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद करना और अतीत के बारे में भूलना अधिक महत्वपूर्ण है. याद रखें कि विजेता अलग चीजें नहीं करते हैं; वे बस चीजों को अलग तरीके से करते हैं.

जीवन में सफल होने के लिए धैर्य रखना और अपने सपनों के लिए समर्पित रूप से कड़ी मेहनत करना महत्वपूर्ण है. जीवन में कुछ भी मुफ्त नहीं है, इसलिए हमें जीवन में बड़ी चीजें हासिल करने के लिए अपने सभी प्रयास करने और अपनी सीमाओं को चरम तक पहुँचाने की जरूरत है. इसके अलावा, असफलताएँ और निराशा वास्तव में हर किसी की यात्रा का हिस्सा होती हैं, और हमें उन्हें वैसे ही स्वीकार करना चाहिए जैसे वे आती हैं. हमें हमेशा वर्तमान पर ध्यान देना चाहिए और एक बेहतर और सुखद कल बनाने के लिए इसे पूरी सावधानी और समर्पण के साथ करना चाहिए. हमें बोलना कम और काम ज्यादा करना चाहिए. यह न केवल हमें न्यूनतम संभव समय में अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद करेगा बल्कि हमारे महत्वपूर्ण कार्यों में निवेश करने के लिए कुछ आवश्यक ऊर्जा भी देगा.

व्यक्ति को हमेशा समय की कद्र करनी चाहिए क्योंकि इसी से हमारा जीवन बना है. जीवन में बड़ी चीजें हासिल करने के लिए हमें शुरू से ही बेसिक्स पर काम करने और अपने आधार को मजबूत करने की जरूरत है. जीवन में हमेशा याद रखिये- बने विजेता वो सदा, ऐसा मुझे यकीन. आँखों में आकाश हो, पाँवों तले जमीन..

आत्मनिर्भर बच्चे

रचनाकार- पूजा गुप्ता, मिर्जापुर



कॉलेज की कैटीन, दोस्त, फिल्में, युवाओं की जिंदगी इन सब में सिमट कर रह जाती है. बेफिक्री और गैर जिम्मेदाराना रवैये के कारण उन्हें आए दिन कुछ बातें सुननी पड़ती हैं. इस उम्र में अक्सर पैसों की फिक्र करना उन्हें व्यर्थ लगता है वह इसमें उलझना नहीं चाहते हैं, भविष्य की चिंता नहीं करना चाहते, यही वजह है कि पैरेंट्स और टीचर को भी यही लगता है कि इन्हें किसी चीज की फिक्र नहीं है लेकिन अगर थोड़ा गौर करें तो पाएंगे कि इन युवाओं की दुनिया में कुछ हलचल हो रही है, परिस्थितियाँ करवट ले रही हैं. गैर जिम्मेदाराना सोच और फिजूल में बाइक का पेट्रोल जलाने वाले यह लड़के अब अपने पैरों पर खड़े होने की सोचने लगे हैं. आजकल के बच्चों को पैसों की कीमत पता नहीं है यह माता पिता कहते हैं.

अगर आज की परिस्थिति पर ध्यान दिया जाए तो 16 से 19 साल के युवाओं में पढ़ाई के साथ काम करने का रुझान बढ़ गया है. कॉलेज जाने वाले ये बच्चे कई प्रकार के पार्ट टाइम कामों में जुड़े हुए हैं. काम के साथ-साथ अपनी पढ़ाई भी कर रहे हैं. काम करने की वजह सबकी अपनी अपनी और अलग-अलग है पर उद्देश्य सबका एक ही है आत्मनिर्भर बनना. एक सर्वेक्षण से पता चलता है कि कॉलेज में पढ़ने वाले लगभग 40 फीसदी बच्चे किसी न किसी पार्ट टाइम जॉब में जुड़े होते हैं. इसके कई कारण हैं पॉकेट मनी, आत्मनिर्भरता. कुछ व्यवहारिक ज्ञान पाना चाहते हैं, कुछ अपने विषय से जुड़े क्षेत्र की जानकारी पाना चाहते हैं तो कुछ अपनी कमजोर आर्थिक स्थिति के चलते काम करना चाहते हैं. कारण कुछ भी हो पर एक बात तो माननी पड़ेगी ये बच्चे छोटी उम्र में अपनी जिम्मेदारियाँ समझने का प्रयास

कर रहे हैं। बच्चे अपने पैरेंट्स का बोझ हल्का करना चाहते हैं कॉलेज और पढ़ाई से कुछ समय बचाना चाहते हैं और उसे व्यर्थ न करते हुए इस समय का सदुपयोग करके कुछ सीख भी रहे हैं, ताकि कुछ कमाई हो जाए। जॉब करने से जो आत्मविश्वास बच्चों को मिलता है उससे वह आर्थिक रूप से अपने पैरेंट्स की सहायता कर रहे हैं। किसी भी क्षेत्र में सिर्फ किताबी ज्ञान काफी नहीं होता और आज के युग में तो बिल्कुल भी नहीं। कुछ समय पहले पार्ट टाइम जॉब के विकल्प नहीं थे और थे भी तो बहुत कम; पर आज इसमें कोई कमी नहीं है आज कोई भी काम छोटा या बड़ा नहीं रह गया है इसलिए काम के विकल्प भी बढ़े हैं। छात्र हर तरह के काम कर रहे हैं, कोई कॉफी शॉप में वेटर है, कोई सेल्समैन तो कोई जिम इंस्ट्रक्टर। यह अच्छा भी है ऐसे में बच्चे ऐसे काम का चुनाव कर सकते हैं जो उनका कैरियर तो नहीं है पर उनको रुचिकर लगे। ऐसे छात्र जो पार्ट टाइम जॉब करना चाहते हैं उनके लिए कई तरह के ऑनलाइन जॉब भी उपलब्ध है इनमें से अधिकतर जॉब के लिए किसी प्रकार की डिग्री या प्रोफेशनल ट्रेनिंग की जरूरत नहीं होती और सबसे अच्छी बात वह अपने काम के साथ अपनी पढ़ाई और बाकी काम भी आराम से कर सकते हैं। कुछ युवा लाइब्रेरी मैनेजर तो कुछ रिसेप्शनिस्ट का काम कर रहे हैं। इसके अलावा बच्चे अन्य क्षेत्रों में भी काम कर सकते हैं अकाउंट राइटर, ट्यूटर, डांस टीचर, म्यूजिक टीचर, टूर गाइड, कॉल सेंटर, रिसर्च राइटर आदि। ऐसे कई जॉब वेबसाइट पर भी उपलब्ध हैं।

बच्चों को सबसे पहले इसकी रूपरेखा तैयार करनी चाहिए कि वह जो निर्णय ले रहे हैं वह किस वजह से ले रहे हैं और वह क्यों इस जॉब में जाना चाहते हैं? केवल दिखावे या फैशन के लिए कोई काम नहीं करना चाहिए हर काम की अपनी जिम्मेदारी होती है इसका ध्यान बच्चों को रखना चाहिए और कहीं भी काम करने से पहले यह तय कर लेना चाहिए कि उनके काम करने से पढ़ाई प्रभावित न हो। कोई भी काम करने के लिए एकाग्रता होनी जरूरी है इसका ध्यान जरूर रखें। काम करने से पहले, काम की जगह की पूरी पूछताछ करें, किसी अनजान जगह पर काम न करें। याद रखें कि सुरक्षा सर्वोपरि है कहीं भी काम करने जाएँ, अपने माता-पिता को उसकी जानकारी अवश्य दें। उन्हें विश्वास में लें, उनसे कोई बात ना छुपाएँ। माता पिता का भी कर्तव्य है कि वह अपने बच्चों को प्रोत्साहित करें, जो उनकी इच्छा है, उसे पूर्ण करें। आज समय बदल गया है, उसे स्वीकार करना सीखें, उन्हें हतोत्साहित न करें। हाँ पर इस बात का ध्यान जरूर रखें, कि वह काम के चलते पढ़ाई को नजर अंदाज न करें।

विवाहित बेटी के दाम्पत्य जीवन में माँ की भूमिका

रचनाकार- पूजा गुप्ता, मिर्जापुर



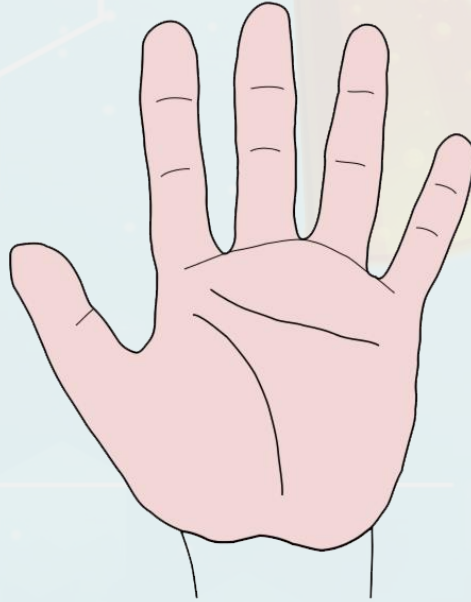
माँ-बेटी सुख-दुख का साझा रिश्ता, एक अटूट बंधन. पर बेटी के विवाह के बाद इस रिश्ते को नए सिरे से संभालने की जरूरत होती है ताकि बेटी, मायके और ससुराल दोनों जगह सबकी लाडली बन सके. इसके लिए माँ की भूमिका काफी मायने रखती है.

अपने माता-पिता की दुलारी, अपने भाई की लाडली, घर आँगन में अठखेलियाँ करती हुई प्यारी बिटिया कब बड़ी हो जाती है पता ही नहीं चलता, जब हाथ पीले करने की बेला आती है तो आँखें भर-भर आती हैं. सच में कितना दर्द भरा होता है एक बेटी का बिछड़ना, एक माँ के लिए उसके कलेजे का टुकड़ा हर सुख-दुख की साथी बिटिया एक दिन इस तरह पराई हो जाती है और फिर इस दौर से गुजर कर बहू बन जाती है. चंचलता, शरारतें, गंभीरता का रूप ले लेती हैं. बेपरवाह कदमों का प्रवाह सधे हुए कदमों की गति में बदल जाता है. यह सही है कि सात फेरे बेटी को ससुराल से इतना जोड़ते नहीं है जितना मायके से दूर कर देते हैं. पर ऐसे नाजुक समय में माँ की भूमिका महत्वपूर्ण हो जाती है, एक विवाहित बेटी के जीवन में माँ का मार्गदर्शन बड़ी भूमिका अदा करता है. माँ अपनी बेटी की भावनाओं को, आवश्यकताओं, दुख दर्द आदि को अच्छी तरह जानती समझती है. माँ अपने अनुभवों और सीख द्वारा बेटी के व्यक्तित्व और उसके विचारों को पुष्ट कर सकती है, जिससे उसका भविष्य बेहतर बन सके. बेटी को मर्यादा के बंधन में बाँधने के लिए, उसकी डोर मजबूत रखने के लिए माँ की भूमिका सबसे महत्वपूर्ण होती है क्योंकि भावनाओं की बाढ़ आने से सब कुछ बिखर सकता है. माँ ही होती है जो बेटी को मान मर्यादा ऊँच-नीच सही गलत की परख करना सिखाती है. माँ-बेटी का रिश्ता ममता, प्रेम व अपनत्व का होता है, लेकिन यह भी सच है कि उस पर जिम्मेदारियों का बोझ भी कुछ कम नहीं होता ऐसे में हर माँ का फर्ज बनता है कि वह बेटी को उसकी हर जिम्मेदारी, सामाजिक रीति-रिवाजों से

परिचित कराएँ. जब एक बेटी बहू बनकर ससुराल पहुंचती है तब उस परिवार को ढेरों अपेक्षाएँ होती हैं. पति, सास ससुर, ननद, देवर, हर किसी को नई बहू से आशाएँ और आकांक्षाएँ होती हैं. ऐसे में माँ को बचपन से ही अपनी बेटी में उदारता, प्रेम, दया, सामंजस्य आदि की भावना जागृत करनी चाहिए ताकि ससुराल जाकर वे अपने सास-ससुर, ननद, देवर के दुख दर्द को बाँट सकें तथा उनकी आवश्यकताओं का ख्याल रख सकें. माँ बेटी दोनों एक दूसरे के सुख दुःख की साथी होती हैं लेकिन शादी होने के बाद यह सिलसिला टूट सा जाता है दोनों के बीच कुछ दूरियाँ बन जाती हैं तो उसे माँ बेटी या दोनों ही नहीं समझ पाती हैं. माँ की ख्वाहिश रहती है कि अभी भी उसकी बेटी पहले की तरह उसकी बात सुने और माने और उसे महत्व दे. कई जगह बेटी शादी के बाद भी माँ का पल्लू पकड़ कर चलना चाहती है और उसका ऐसा करना उसके पति व ससुराल वालों को नागवार गुजरता है, ऐसी स्थिति में माँ की भूमिका थोड़ी कठिन हो जाती है उसे बेटी की भावना का ख्याल रखना पड़ता है और उसके ससुराल की स्थिति को भी समझाना पड़ता है. वह माँ दूरदर्शी होती है जो शादी से पहले ही अपनी बेटी को मानसिक रूप से इस बात के लिए तैयार कर लेती है उसे ससुराल के सभी सदस्य और मान सम्मान का पूरी तरह ख्याल रखना है. बेटी को ससुराल में कैसे रहना होता है? अपने घर को कैसे बनाना है? हर बात में सलाह देती है, इसलिए माँ अपनी बेटी को गृहस्थी बसाने में मदद करती है. माँ अपनी बेटी के साथ में पारिवारिक जीवन के लिए अपने मोह को कम कर देती है ताकि उनकी बेटी उनके ससुराल वालों का उचित ध्यान रख पाए. बिना किसी कारण अपनी बेटी के घर वह बार-बार नहीं जाती है और हमेशा संस्कारित होने की सीख देती है. कई बार रिश्तों में बहुत मामलों से बात पर भी दरार आ जाती है इसलिए एक माँ की कोशिश रहती है कि छोटी-छोटी बातों को महत्व ना दें क्योंकि इससे रिश्ते में कड़वाहट पैदा होती है. माँ का कर्तव्य होता है कि वह बेटी की कमजोरियों को दूर करें और उसकी ताकत और क्षमता को सही मोड़ दे. उसे गुण को संवारने के साथ-साथ व्यवहारिक ज्ञान भी देती है. सामाजिक कुरीतियों से उसे अवगत कराती है उसे आत्मनिर्भर बनाती है और साथ ही आत्मविश्वास की भावना भी भरती है. उसे न्याय का साथ देने व अन्याय के विरुद्ध आवाज उठाने की शिक्षा देती है यह बेहद जरूरी है. ऐसा नहीं है कि शादी हो जाने के बाद मायके का साथ छूट जाए इसलिए तीज त्यौहार जन्मदिन आदि पर अपने बेटी दामाद को घर आमंत्रित करती है. माँ अपनी बेटी को पूरा विश्वास और सहयोग देती है ताकि कभी उसे जरूरत पड़ने पर इधर-उधर भटकना न पड़े, निराश जीवन जीने पर मजबूर ना होना पड़े. शादी के सामान के साथ कुछ रुपए भी बेटी के नाम जमा करवाती है. माता-पिता का संस्कार ही बच्चों को विरासत में मिलता है इसलिए एक माँ अपनी बेटी के दांपत्य जीवन में प्रत्यक्ष रूप से खुशियाँ भरने की कोशिश करती है. बेटी को विदा करने से पहले उसके हृदय में पति के साथ-साथ उसके परिवार वालों के लिए प्यार और अपनापन भरती है उसे अच्छे संस्कार विनम्रता और सद्गुणों की अनमोल सौगात देती है ताकि बेटी का विवाहित जीवन फूलों की तरह खिलता रहे और महकता रहे.

हाथ की लकीरें

रचनाकार- पिकी सिंघल, दिल्ली



अच्छे ग्रेड में एम बी ए करने के बावजूद भी अभी तक बेरोजगार घूम रहे कैफे में बैठे सम्राट ने जैसे ही अपना लैपटॉप खोला नोटिफिकेशन में मेल खुलते ही उसकी आंखें खुली की खुली रह गईं. पिछले 3 वर्षों से नौकरी की तलाश में भटकते सम्राट की आज भगवान ने आखिर सुन ही ली यूएसए बेस्ड एक मल्टी नेशनल कंपनी से सम्राट को आखिरकार जॉब ऑफर आ ही गया. मारे खुशी के सम्राट भागा भागा घर आया. यह खुशखबरी वह सबसे पहले अपनी मां मीना जी को सुनाना चाहता था क्योंकि सम्राट से अधिक उसकी नौकरी की चिंता में मीना जी पिछले 3 सालों से घुली जा रही थी.

परंतु जैसे ही वह घर पहुंचा और मां को अपनी नौकरी की खबर देनी चाही, मीना जी ने उसे चुप करा दिया और उसका हाथ पकड़ कर सीधे ड्राइंग रूम में ले गईं. वहां बैठे व्यक्ति को देखकर सम्राट कुछ समझ नहीं पाया. उसने इशारों में मां से व्यक्ति के बारे में जानना चाहा. पर मां में अपने मुंह पर उंगली रखते हुए उसे वहीं सोफे पर बैठ जाने के लिए कहा और सम्राट को अपना हाथ उस व्यक्ति की ओर दिखाने के लिए जोर दिया.

मां की बात कभी न टालने वाला सम्राट मां की यह बात भी नहीं टाल पाया और उसने अपने दाएं हाथ को उस व्यक्ति के हाथ में रख दिया. मां ने उस व्यक्ति को पंडित जी संबोधित करते हुए निवेदन किया कि पंडित जी मेरे बेटे के हाथों की लकीरें देखकर कृपया बताइए कि इसके नसीब में नौकरी का सुख कब होगा.

चेहरे पर बड़ी ही संजीदगी लिए हुए पंडित जी ने सम्राट का हाथ अपने हाथ में लिया. हाथ की लकीरों की गणना करते हुए उन्होंने सम्राट से कहा, 'बेटा माफ करना, लेकिन तुम्हारी किस्मत में नौकरी का सुख अभी नहीं है. ज्यादा नहीं तो आने वाले 5 वर्षों में तुम्हें नौकरी मिलने का कोई संजोग बनता नहीं दिख रहा है.

पंडित जी की बातें सुनकर सम्राट हैरान हो गया और तेजी से खड़ा हो गया. उसने पंडित जी का आभार व्यक्त करते हुए कहा, 'पंडित जी घर आकर अपना कीमती समय देने एवं मेरा भविष्य बताने के लिए आपका हार्दिक आभार ! उनके हाथों में दक्षिणा थमाते हुए उस ने पंडित जी को वहां से विदा किया.

उसके इस व्यवहार से मां को अच्छा नहीं लगा. वह वहां से उठकर दूसरे कमरे में चली गई. मां के पीछे पीछे सम्राट भी चल पड़ा. मां उससे बात करने को राजी नहीं थी. नाराजगी जाहिर करते हुए मीना जी ने सम्राट से कहा कि हाथों की लकीरों में ही हमारा भूतकाल, वर्तमान काल और भविष्य काल लिखा होता है और आज तुमने पंडित जी को इस प्रकार यहां से विदा करके बहुत गलत किया है.

मां की ऐसी बातें सुनकर सम्राट पहले थोड़ा मुस्कुराया और मां के गालों को दोनों हाथों से छूते हुए उनके मस्तक पर प्यार किया और कहा, "मेरी भोली मां, क्यों तुम आज के समय में भी इस प्रकार के अंधविश्वासों और गलत मान्यताओं के चक्कर में पड़ी हो. आपके द्वारा बुलाए गए पंडित जी ने मेरे नसीब में अगले 5 वर्षों तक नौकरी का संजोग नहीं बताया न, किंतु, आपको यह जानकर अपार खुशी होगी कि आज ही आपके बेटे को एक बहुत ही अच्छी और प्रसिद्ध मल्टीनैशनल कंपनी से बहुत अच्छे पद पर नौकरी का ऑफर आ गया है.

बेटे की नौकरी की बात सुनकर मीना जी की खुशी का ठिकाना ना रहा. उन्होंने सम्राट को अपनी बांहों में भर लिया और उनकी आंखों से खुशी के आंसू झरने लगे. आज उनको समझ आया कि हाथों की लकीरें किसी का भविष्य तय करें, यह कतई जरूरी नहीं. उन्होंने मन ही मन प्रण लिया कि वह आज के बाद कभी भी इस प्रकार के पाखंड, अंधविश्वास और गलत मान्यताओं के पीछे नहीं भागेंगी. आज वो समझ गई कि मनुष्य अपनी किस्मत अपनी मेहनत और संघर्ष के बल पर स्वयं लिखता है. हमारे हाथों की लकीरें हमारे लिए कभी अशुभ नहीं हो सकती.

भोले मन की अभिलाषा

रचनाकार- गुलज़ार बरेठ, जांजगीर चाम्पा



क्यो मुझे रटवाते हो पाहड़ो का पहाड़
सीखा क्यो नही देते मुझे बनाना पाहड़ो का संसार
अंग्रेजी रटवाकर करते हो मेरा बुरा हाल
बनाते क्यो नही मेरे लिए सुंदर सा एक माहौल
विज्ञान की जब बात आती, देते हो सैद्धांतिक ज्ञान
बना क्यो नही देते मेरे लिए एक प्रायोगिक विज्ञान
देते हो मुझे ईत्ता सा व्याकरण की सीख
बात तो बनती तब, जब रहती उसमे मजेदार कहानी और संगीत
इतिहास और राजनीति की बात कार्टून फिल्मो में दिखा देते,
किसी तरह से मम्मी पापा और टीचर की डांट फटकार से बचा लेते
हम छोटे बच्चों का दिमाक तो नही है बहुत ज्यादा
लेकिन माता पिता और गुरुजन कर देते है इसको आधा
करने दो कभी हमे भी जो मन करे हमारा
ऐसा करो वैसा करो कहके, दिमाक खराब करो न हमारा
खेलने दो हमे भी खिलौनो से

और सिखा दो खिलौना बनाना हमे
आखिर ये भी तो है सीखना
क्यो करते हो इससे दूर हमे
ऐसा एक संसार हो जिसमें हम स्वयं पंख पसारे
ज्ञान और विज्ञान की बाते सीखकर जगत को हम अपनी आँखो से निहारे..

विद्युतचालित सायकिल

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ

मुझे पिता जी! सायकिल ला दो
बिजली से जो चलती हो.
ट्रिंग-ट्रिंग-ट्रिंग घंटी बोले
हेड लाइट भी जलती हो.

पैर से नहीं चलाना होगा
चले सड़क पर सर - सर - सर.
समय विद्यालय पहुँचूँगा
पाँच मिनट में आऊँ घर.

घर में उसे चार्ज कर लूँगा
अधिक नहीं आएगा व्यय.
जा सकते बाजार आप भी
नहीं प्रदूषण का कुछ भय.

चलूँगा हेलमेट नित्य लगाकर
यातायात नियम मानूँगा.
भैया - सी बाइक लेने को
बिल्कुल रार नहीं ठानूँगा.



शिक्षा

रचनाकार- किशन सनमुखदास भावनानी, महाराष्ट्र



वैश्विक रूप से मानव बुद्धि का लोहा आज हर स्तर पर सशक्त और काबिले तारीफ़ माना जा रहा है, जिसने दशकों पूर्व किसी ज़माने में पैदल चलने वाले, प्राकृतिक पत्तों और चीजों से तन ढकने वाले और जंगलों में जीवन यापन कर खाद्य जुटाने वाले मानव को न सिर्फ़ केवल आज के डिजिटल दौर में पहुंचा दिया है, बल्कि मानवता को आग की खोज से लेकर खेती, आसमान में उड़ने से लेकर सितारों के बीच चलायमान तक पहुंचा दिया है और आगे चांद पर रहवासी, घर बनाकर मानव कालोनियां स्थापित करने की ओर कदम बढ़ा दिया है तथा पृथ्वी लोक पर सब कुछ आर्टिफिशियल बना के रख दिया है, वाह रे मानव बौद्धिक क्षमता का कमाल! यह सब शिक्षा और ज्ञान की इच्छाशक्ति और ज़िद ने पूर्ण किया है जिसके बारे में हम आज चर्चा करेंगे.

हम शिक्षा और ज्ञान को देखें तो यही मानव बौद्धिक क्षमता का विकास करने की प्राथमिक सीढ़ी का प्रथम पहिया है और यहीं से मानव बौद्धिक संपदा की नींव पड़ती है जो आगे चलकर तेज़ी से विकास की सीढ़ी पर चढ़कर अपनी कामयाबी के मंजिलों तक पहुंचाती है शिक्षा और ज्ञान को भारतीय संस्कृति, सभ्यता, में मां सरस्वती के अस्त्र के रूप में जाना जाता है. प्रायः बच्चों को ध्यान होगा कि आज भी हर शुक्रवार को अधिकतम शिक्षण संस्थाओं में मां सरस्वती की वंदना, पूजा की जाती है.

हम समावेशी शिक्षा को देखें तो नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में सामाजिक, आर्थिक और शारीरिक रूप से वंचित वर्गों पर विशेष ध्यान देने के साथ ही समान और समावेशी शिक्षा पर आधारित है. मेरा ऐसा मानना है कि कोई भी मानव जन्म से ही बौद्धिक कौशलता लेकर नहीं आता बल्कि जन्म के बाद ही परिस्थितियों, माहौल, परिवार, आर्थिक, सामाजिक इत्यादि अनेक कड़ियों के आधार पर शिक्षा और ज्ञान प्राप्त करता है, और बौद्धिक क्षमता का विकास करता है

कई बार ऐसा होता है कि गांव से आया गरीब बच्चा थोड़ी सी ही सुविधाओं के बलपर अपने सर्वश्रेष्ठ कौशलता में निखार लाकर ऐसी उपलब्धियां गिना देता हैं जो कोई सोच भी नहीं सकता, जबकि सर्वसाधन संपन्न मानव भी उतनी सफलता अर्जित नहीं कर पाता, इस भेदभाव को मिटाने समावेशी शिक्षा का बीज बोया गया है.

हम समावेशी शिक्षा को देखें तो वर्तमान स्थितियों, परिस्थितियों, डिजिटलाइजेशन, निजी स्कूलों की भरमार, कोचिंग क्लासेस का प्रचलन इत्यादि अनेक कारणों से क्षणिक खर्च ऐसे शिखर तक पहुंच चुका है जो सबके बस की बात नहीं है, उसके अतिरिक्त मानवीय और शारीरिक रूप से बाधित छात्रों के लिए शिक्षा वह ज्ञान ग्रहण करना भी किसी चुनौती से कम नहीं इन्हीं दिक्कतों परेशानियों को ध्यान में रखते हुए समावेशी शिक्षा सोच का उदय हुआ और इसे राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के माध्यम से लागू करने की कोशिश की गई है.

हम समावेशी शिक्षा व्यवस्था को समझने की करें तो, समावेशी शिक्षा एक ऐसी शिक्षा होती है जिसमें सामान्य बालक-बालिकाएं और मानसिक तथा शारीरिक रूप से बाधित बालक एवं बालिकाओं सभी एक साथ बैठकर एक ही विद्यालय में शिक्षा ग्रहण करते हैं. समावेशी शिक्षा सभी नागरिकों समानता के अधिकार की बात करता है और इसीलिए इसके सभी शैक्षिक कार्यक्रम इसी प्रकार के तय किए जाते हैं ऐसे संस्थानों में विशिष्ट बालकों के अनुरूप प्रभावशाली वातावरण तैयार किया जाता है और नियमों में कुछ छूट भी दी जाती है जिससे कि विशिष्ट बालकों को समावेशी शिक्षा के द्वारा सामान्य विद्यालयों में सामान्य बालकों के साथ कुछ अधिक सहायता प्रदान करने की कोशिश की जाती है.

समावेशी शिक्षा विशिष्ट बालकों को भी उनके व्यक्तिगत अधिकारों के साथ उसी रूप में स्वीकार करती हैं. समावेशी शिक्षा जहां बिना किसी भेदभाव के सामान्य तथा विशिष्ट बालकों को एक साथ शिक्षा दी जाती हैं जिससे उनके अंदर भेदभाव की भावना को मिटाया जाता है समावेशी शिक्षा भेदभाव को दूर करने छुआछूतताओं को दूर करने का एक सबसे अच्छा उदाहरण है. समावेशी शिक्षा विशिष्ट कार्यक्रमों द्वारा बालकों को शिक्षा प्रदान करने का सबसे अच्छा तरीका है बालक विशिष्ट कार्यक्रमों में भाग लेकर या उन्हें देखकर उनके अंदर अधिगम की शक्ति को बढ़ाया जाता है. इसलिए समावेशी शिक्षा में विशिष्ट कार्यक्रमों द्वारा शिक्षा प्रदान की जाती है.

हम केंद्रीय शिक्षा मंत्री के एक कार्यक्रम में संबोधन को देखें तो पीआईबी के अनुसार, उन्होंने जोर देकर कहा कि यह हम में से प्रत्येक का कर्तव्य है कि हम अपने बच्चों को शिक्षा का मौलिक अधिकार देने के लिए सबसे अच्छा काम करें, उन्हें उनकी पूरी क्षमता के उपयोग करने को लेकर मार्गदर्शन करें और इस तरह हमारे देश और दुनिया को बेहतर और अधिक समावेशी स्थान बनाएं.

उन्होंने कहा कि एक जानकार व्यक्ति अच्छा, न्यायपूर्ण और प्रगतिशील समाज का निर्माण करता है. उस ज्ञान को सीखने की जिद, लागू करने और आगे बढ़ाने की इच्छा ने मानवता को आग की खोज से लेकर खेती, आसमान में उड़ने से लेकर सितारों के बीच चलायमान तक पहुंचा दिया है. आगे कहा कि

राष्ट्रीय शिक्षा नीति (2020) सामाजिक और आर्थिक रूप से वंचित वर्गों पर विशेष ध्यान देने के साथ समान और समावेशी शिक्षा पर केंद्रित है। उन्होंने कहा कि एक समावेशी कक्षा सभी को असंख्य अनुभव और दृष्टिकोण से लाभान्वित करती है साथ ही देश के सामने आने वाली विभिन्न चुनौतियों को समझती है। उन्होंने सम्मेलन में भाग लेने वाले सभी स्कूलों से आग्रह किया कि वे दिखाएं कि हमारे अग्रणी स्कूल कितने समावेशी हैं और देश के प्रत्येक बच्चे को सर्वोत्तम शिक्षा मिले, यह सुनिश्चित करने के लिए और क्या किया जा सकता है।

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर उसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि शिक्षा और ज्ञान न्यायपूर्ण और प्रगतिशील समाज निर्माण की कुंजी है, ज्ञान को सीखने की इच्छा शक्ति और ज़िद ने आसमान में उड़ने से लेकर सितारों के बीच चलायमान तक पहुंचा दिया है तथा समावेशी शिक्षा का न्यायपूर्ण और प्रगतिशील समाज का निर्माण करने में महत्वपूर्ण भूमिका है।

हिंदी हमारी शान

रचनाकार- लोकेश्वरी कश्यप, मुंगेली



हम हिन्द देश के वासी,
पहचान हमारी हिंदी है.
हिंदी के मस्तक पर शोभित,
देखो कैसे सजती बिंदी है.

स्वदेशी सब मिलकर अपनाओं,
क्योंकि विदेशो तक स्वदेशी पहुँचना है.
आगत भाषाओं को अपना लेने वाली,
ऐसी सरल, सहज हमारी हिंदी है..

जन- जन तक राष्ट्र चेतना भरने वाली,
हमारी प्यारी राष्ट्र भाषा हिंदी है.
सम्मान करते है हम सब इसका,

हमारी आन, बान, शान हिंदी है.

सब भाषाओं के शब्द है इसमें,
भाषाओं का पर्याय है हिंदी.
देश हमारा प्यारा हिंदुस्तान,
भाषाओं की सरताज है हिंदी.

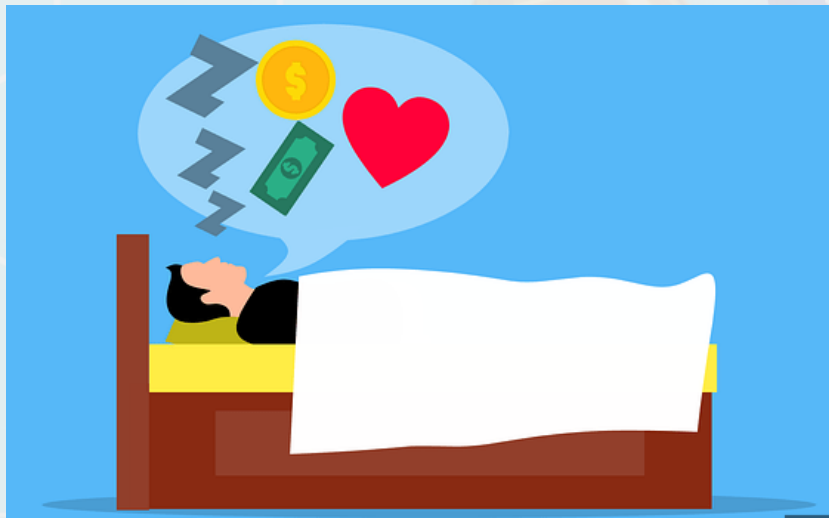
लिपि है इसकी सुन्दर देवनागरी,
हर ध्वनि की अलग पहचान है हिंदी में.
अथक प्रयोगो व अनुभवों का निचोड़,
वैज्ञानिकता से भरपूर है हिंदी.

मशीनों (कम्प्यूटर) को भी जो अच्छी लगती,
हर किसी के अनुरूप है हिंदी.
जो कहते वही लिखते, जो लिखा वही पढ़ते.
कथनी और करनी में समरस है हिंदी.

हिन्द की पहचान है हिंदी,
हम सबका सम्मान है हिंदी.
आओ इसका और भी मान बढ़ाये,
जन- जन तक विश्व में इसे पहुंचाये.

मेरे सपने मेरे अपने

रचनाकार- सृष्टी परजापती, स्वामी आत्मानंद तारबहार, बिलासपुर



मेरे सपने मेरे जीने की वजह है.

जो मैं चाहती हूँ वो मैं कर के दिखाऊँगी.

पूरी दुनिया को गर्व हो मुझ पर कुछ ऐसा कर जाऊँगी.

एक दिन अपनी माँ को रानी बाप को राजा बनाऊँगी.

जो कहते है तुझसे न हो पायेगा उनको कर के दिखाऊँगी.

ऐसे न जीयुगी सबको जीने की वजह बताऊँगी.

इतिहास मे अपना नाम रच जाऊँगी.

अभी तो करोडो की भीड मे खोई हूँ एक दिन उभर के आऊँगी.

मेरे सपनो का घर देख रहा होगा मुझको

उसको ज्यादा इन्तजार न करवाऊँगी.

देखना जल्दी ही धमाल मचाऊँगी.

मेहनत कर रही हूँ करते रहूँगी

जब तक मेरे सपने पूरे ना हो तब तक चैन से न रहूँगी.
सब कहेंगे पागल मुझको इतना मेहनत करूँगी.
मेरे माँ बाप को विश्वास है मुझ पर उसको कभी न तोड़ूँगी.

हिंदी दिवस

रचनाकार- रजनी शर्मा बस्तरिया, रायपुर



सोनपाखियां छप्पर के धूप में,
 आंगन में बगरती सुकून सी.
 बैलगाड़ी के चक्कों ,ओंगन में,
 पगडंडियों पर चलते कदमों सी.
 पुरवाई,धूल, टेर और गुबार में,
 गमकती अल्हड़ चंपई उजास सी.
 हांडी के चावल के खदबदाहट में,
 पेट के आग की सौंधी रोटी सी.
 लरजते फागुनी बौरों के फुनगे में,
 भांग घुली बतरसिया के खुमार सी
 देशज राग,ठिठोली की गठरियों में
 परहेज़गारों के गले में फांस सी.
 हां बसती है प्रत्येक रोम रोम में,
 हूँकार भरती है देह में लहू सी.
 शक्ति पुंज सी शरीर के नाभि में,
 विराजती ललाट पर इंद्री ईला सी.

निज भाषा के ही आते सपनों में,
तान हो जैसे मीठी-मीठी लोरी सी
नहीं शामिल किसी प्रतिस्पर्धा में,
हिन्दी शास्वत सत्य है विजया सी.

जनऊला

रचनाकार- कन्हैया साहू 'अमित', भाटापारा



1. रहिथे येहा पीठ लदाय. संगे आवय संगे जाय.
राखय सब ला जोर जँगार. नाँव बतावव करत विचार.
2. नाक धरय अउ झींकय कान. रतिहाकुन हो या दिनमान.
पढ़े-लिखे मा आथे काम. तुरत बतावव एखर नाम.
3. बड़े बिहनिया येहा आय. संझौती बेरा मा जाय.
एखर संगे संग अँजोर. नइ ते अँधियारी घोर.
4. सरी जगत के करथे सैर. भुँइयाँ मा नइ राखय पैर.
दिन मा सोवय, जागय रात. करय अँजोरी रतिहा घात.
5. गिनत-गिनत जम्मों थक जाय. बगरय बादर कहाँ समाय.
रतिहाकुन मा इन टिमटाम. बोलव झटपट एखर नाम.

6. करिया घोड़ा भागे जाय. पाछू घोड़ा लाल कुदाय.
ऊँच अगासे बहुते भाय. बोलव संगी येहर काय.
7. बाँध डोर तैं झुलुवा झूल. हवा दवा, फर देथे फूल.
मनखे के ये संगी जान. इही बचाथे सबके प्रान.
8. नइ हे येखर कोनो रंग. ढलथे येहा सबके संग.
आँच परे बादर चढ़ जाय. जाड़ परे पखरा लहुटाय.
9. दिखय नहीं पर चलथे जोर. सरसर-सरसर करथे शोर.
जीव जगत के सिरतों आस. एखर बल मा सबके साँस.
10. रिंगी-चिंगी फूलँय फूल. तितली भौरा झूलँय झूल.
रहिथे येमा जी रखवार. जानव येला तुरते यार.

1- बस्ता, 2- चश्मा, 3-सुरुज, 4-चंदा, 5-चँदैनी, 6-आगी, 7- रुखराई, 8-पानी 9-
हवा, 10- फुलवारी

राष्ट्र भाषा हमारी पहचान

रचनाकार- अशोक कुमार पटेल, धमतरी



हिंदी जो हमारे देश के जन-जन की भाषा है, जो पूरे विश्व में तीसरी सबसे अधिक बोली जाने वाली भाषा के रूप में जानी जाती है; जिसको हिंदुस्तान की धड़कन माना जाता है, जिसने हिंदुस्तान के निवासियों की पहचान बनाई है, जिसने हमारे देश को पूरे विश्व में ज्ञान-विज्ञान, धर्म, आस्था-भक्ति और ज्योतिष, कला, के क्षेत्र में गुरु के रूप स्वीकार्य किया है. जिस हिंदी के माध्यम से हमारे देश के महापुरुषों ने अपनी अभिव्यक्ति को पूरे विश्व पटल पर रखा. जिस भाषा की अभिव्यक्ति में सहजता है, सुगमता है, सरलता है, सुंदरता है, शालीनता है, आत्मीयता है, अपनापन है.

इसीलिए स्वामी विवेकानन्द ने शिकागो अमेरिका के विश्व धर्म सम्मेलन में हिंदी भाषा का सबसे पहले अपने उद्बोधन में-भाइयो और बहनों कहकर पूरी दुनिया से आये धर्म गुरुओं से लेकर बड़े-बड़े विद्वान व्यक्तियों सहित पूरी सभा को मन्त्र मुग्ध कर दिया, पूरी सभा तालियों की गड़गड़ाहट से गूँज उठा. सभा के लोग अवाक रह गए, वाह!वाह ! करने लगे. विवेकानन्द हमारे देश का प्रतिनिधित्व कर रहे थे, इसके पहले उन्हें कोई पहचान नहीं रहा था, लेकिन जब उनका धर्म पर व्याख्यान शुरू हुआ तब देखते ही देखते स्वामीजी और हमारा हिंदुस्तान विश्व पटल पर सूर्य की तरह जगमगाने लगा. ऐसी हिंदी भाषा को मैं नमन करता हूँ. हिंदी भाषा ही एक ऐसी भाषा है जिसमें मर्यादा है, स्नेह है, सम्मान है, हम की भावना है, जिसमे स्त्रीलिंग, पुल्लिंग तथा आप और हम, बहुवचन जैसी विशेषता है.

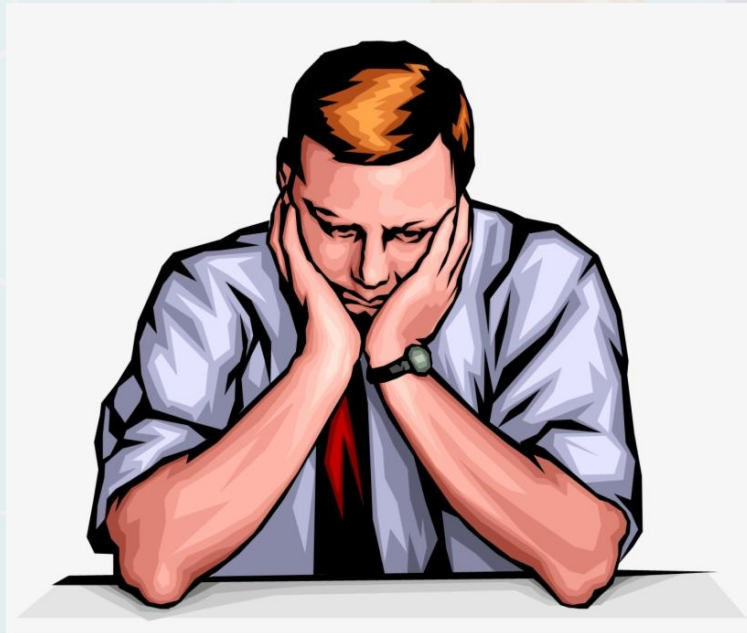
वर्तमान परिदृश्य पर नजर डालें तो हमें पता चलता है कि हिंदी का प्रचलन कम होता जा रहा है, अंग्रेजी का चलन बढ़ता जा रहा है, हिंदी का उपयोग करने में लोगो को अपमानित महसूस होता है, अंग्रेजी का उपयोग करने में अपनी शान समझते हैं। यह हमारे देश के लिए विडम्बना है। भाषा की सार्थकता उसकी

उपयोगिता, उसके चलन में है. तभी हमारी भाषा समृद्ध होगी, पुष्पित होगी, पल्लवित होगी. हिंदी भाषा हमारी संस्कृति है, सभ्यता है, धरोहर है, हमारे देश की आन-बान-शान और पहचान है.

हमारे लिए गौरव की बात है कि हमारी अपनी राष्ट्र भाषा है. हमें इसकी समृद्धि, प्रगति और उत्थान लिए सोचना चाहिए, इस पर गहन चिन्तन-मनन करना चाहिए. इसके मान-सम्मान अक्षुण्ण बनाये रखने के लिए शासन-प्रशासन सहित आम जन मानस को हमेशा प्रयास करते रहना चाहिए.

अपने-आपको व्यक्त करना सीखें

रचनाकार- स्नेहा सिंह, नोएडा



हम सुनते आए हैं कि न बोलने में नौ गुण. बात तो सही है. किसी-किसी समय शब्दों को हजम कर जाना ही चतुराई है. पर जहाँ सचमुच बोलने की जरूरत है, वहाँ भी मौनव्रत धारण कर बैठे रहने वाले को मूर्ख माना जाएगा. जिस तरह न बोलने में नौ गुण वाली कहावत प्रचलित है, उसी तरह जो बोले उसी की बेर बिकती है, यह कहावत भी प्रचलित है. कब बोलना है और कब नहीं? जिसके पास इसका ज्ञान है, उस इंसान का मन शायद ही कभी दुखी होगा.

कब नहीं बोलना है और कब व्यक्त होना है, इसके बीच की पतली रेखा को समझना बहुत जरूरी है. जिसके पास इसकी समझ होगी, वह हर कठिनाई को जीत लेगा.

एक सीधा सादा उदाहरण है. आप का विवाह हुए एक साल से भी ज्यादा का समय हो गया है. आप अपनी सास के साथ मिल कर रसोई सँभाल रही हैं, आप को लगता है कि आप किसी काम को जिस तरह कर रही हैं, उसी काम को किसी दूसरी तरह से और अच्छा कर सकती हैं. आप उस काम को जिस तरह करना चाहती हैं, वह आप के लिए आसान और सार्थक रहेगा. सास को यह बात शांति से बताएँ. यहाँ अपनी बात न बता कर मन में यह सोच लेना कि सास से कहूँगी तो उन्हें बुरा लगेगा. इस तरह की अनेक बातें मन ही मन सोच कर असहजता अनुभव करने से अच्छा है अपनी बात कह देना. एक बार कह देने से मन का बोझ हलका हो जाएगा. उन्हें भी समझ आ जाएगा कि आपको इस तरह नहीं, दूसरी तरह काम करने में मजा आता है. व्यक्त होने से किसी को बुरा लगेगा, यह सोच लेने के बजाय यह सोचना चाहिए कि अपने मन की बात कह देंगी तो सामने वाले व्यक्ति को आप को समझने में आसानी रहेगी.

दूसरी बात, घर में किसी तरह की कहासुनी हुई हो तो शब्दों को किस तरह काबू में रखा जाए, इसका ज्ञान होना चाहिए. लोग गुस्से में सामने वाला व्यक्ति अत्यंत दुखी हो जाए, इस हद तक खरीखोटी सुना देते हैं. ऐसा करने की बजाय शांति से समस्या को हल करना चाहिए. ऐसा करने से दोनों पक्षों का सम्मान बना रहेगा.

आप अपने मन की बात किस तरह कहती हैं, इसके ऊपर बहुत कुछ निर्भर करता है. अपने मन की बात कहनी है, पर किस तरह कहनी है, इसकी समझ होना बहुत जरूरी है. किसी को बुरा लग जाए, इस लहजे में अपने मन की बात कहने के बजाय स्पष्टता अपनाएँ. जहाँ तक हो सके शांत और सरल भाषा में दिल की बात कहें. याद रखिए, कोई व्यक्ति आप से तेज आवाज में बात कर रहा है और आप भी उसी की तरह उबल कर बात करेंगी तो अंततः बात का बतंगड़ ही बनेगा. पर अगर आप शांति से बात करेंगी तो सामने वाला व्यक्ति जोर-जोर से बोलने में शर्मिंदगी का अनुभव करेगा और वह धीरे-धीरे शांत हो कर बात करने लगेगा. इसी तरह आपको सामने वाले व्यक्ति की किसी बात का बुरा लगा हो, तो उससे चिल्ला कर कहने के बजाय शांति से दिल की बात कहें. ऐसा करने से बिना मतलब के बवाल से बच सकती हैं. बेकार में ऊर्जा खर्च नहीं होगी, मानसिक संताप का अनुभव नहीं होगा और किसी का मन भी दुखी नहीं होगा.

स्त्री हो या पुरुष, अगर वह अपने मन की बात मन में रख कर घूमेगा तो उस व्यथा का निराकरण कभी नहीं होगा. आप कोई बात मन में रख कर घूमती रहेंगी और सोचें कि सामने वाला व्यक्ति आपकी व्यथा समझ लेगा तो ऐसा कभी नहीं होगा. याद रखिए, बिना मांगे माँ भी खाना नहीं देती. इसलिए मन में जो हो, उसे कहना सीखें. कहेंगी तभी सामने वाला व्यक्ति समझेगा कि आप के अंदर क्या चल रहा है? आप कैसी परिस्थिति से गुजर रही हैं? प्यार हो या संताप, मन में क्या चल रहा है, यह बताना जरूरी है. अक्सर ऐसा होता है कि आप को अपने पार्टनर के प्रति बहुत लगाव होता है, पर यह बात आप उसे बता नहीं सकतीं तो वह कैसे जानेगा. इसलिए बताना जरूरी है. इसी तरह तुम सच्ची हो और बिना कारण तुम्हारे साथ कुछ गलत हो रहा है, अन्याय हो रहा है तो उस समय भी बोलना जरूरी है. अगर नहीं बोलोगी तो लोग तुम्हें मूर्ख समझेंगे और सही होने पर भी तुम्हारे साथ बार-बार अन्याय करेंगे. लोग समझ जाएँगे कि चाहे जो भी कहो, इसके साथ जो भी अन्याय करो, चाहे जैसा व्यवहार करो, यह बोलेगी ही नहीं. जब लोग ऐसा समझ बैठेंगे, तब वे आप के साथ अधिक से अधिक उस तरह का व्यवहार करने लगेंगे. इसलिए जहाँ जरूरी हो, वहाँ बोलना जरूरी है. एक हद से अधिक किसी की हाँ में हाँ मिलाना भी ठीक नहीं है. हर जगह बुद्धिमत्ता का प्रदर्शन जरूरी नहीं है, पर जहाँ जरूरत हो वहाँ करना चाहिए. कोई आप को मूर्ख, गैर समझदार या कमजोर मान बैठे, इस हद तक अव्यक्त रहना उचित नहीं है.

जंगल में पिकनिक

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



आज न कहीं काम पर जाना
छुट्टी का दिन था रविवार.
आओ! चलो! मनाएँ पिकनिक
बिल्ली जी ने दिया विचार.

चूहा, चिड़िया, चींटी खुश हो
जा पहुँचे जंगल के तीर.
मौसी का सुझाव अच्छा है
मिलकर सभी पकाएँ खीर.

बिल्ली झट से दूध ले आई
चींटी ले आई चीनी.
चूहा चावल लेकर आया
चिड़िया ने लकड़ी बीनी.

सभी एक बरगद के नीचे

चीजें कर ली गयीं एकत्र.
बिल्ली ने जब खीर पकाई
खुशबू फैल गई सर्वत्र.

खीर पकी तब सबने खाई
कहा-वाह! कितनी स्वादिष्ट.
अच्छा है मिलजुल कर रहना
कोई कर न सके अनिष्ट.

चंदामामा

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



प्रिय चंदामामा से मिलने
गगनयान से पहुँचे हम.
आना-जाना लगा रहेगा
रहा नहीं दूरी का गम.

सोच लिया है मन में हमने
बस्ती यहीं बसाएँगे.
खूब चुटकुले सुना - सुनाकर
मामा तुम्हें हँसाएँगे.

लक्ष्य

रचनाकार- युक्ति साहू, कक्षा 7 वी, बिलासपुर



लक्ष्य अपना तुम,
कर लो निश्चित
चल पड़ो उस,
पथ पर प्रसन्नचित्त

दाएं बाएं,
सब भूल जाओ
दिखे सिर्फ वही,
तुमको उद्देश्य चित्त

करो कार्य ,
एकनिष्ठ होकर तुम
सफलता तुमको,
मिलेगी जरूर

कठिन परिश्रम करके,
उसे सिद्ध करो तुम
एक बार अगर हुए असफल,
तो हिम्मत मत हारना तुम

ठान लो की लक्ष्य भेदना है,
करो तुम कड़ी मेहनत
होओगे एक दिन कामयाब,
सफलता चूमेगी कदम

कृष्ण की व्यथा

रचनाकार- वीरेंद्र बहादुर सिंह, नोएडा



क्या कृष्ण की कोई व्यथा नहीं थी?
उनकी पीड़ा की कोई गाथा नहीं थी?
छोड़ा गोकुल मैया और गैया छोड़ा और गोपी का
आंचल उन्हें कितनी हुई पीड़ा हमें पता नहीं?

देख कर अपनी प्रिय सखी का चीरहरण
क्या कांप नहीं उठा होगा कृष्ण का हृदय और मन?
धोए थे सुदामा के चरण कृष्ण ने अपने आंसू से
देख कर अपने मित्र की हालत बह रही थीं नदियां

उस वक्त कृष्ण की आंखों से,
मेवाड़ में मीरा को मिला दुख कृष्ण
के मन को क्या सहन हुआ था?

हृदय में अत्यंत दर्द के साथ मात्र मीरा के लिए कृष्ण ने
अपने मुखारविंद को हंसता दिखाया था
क्या कृष्ण को हमारे दुख-दर्द पता नहीं?
तो उनके दर्द न जानना हमारी खता नहीं?

बसंत ऋतु

रचनाकार- अनिता चन्द्राकर, पाटन



आमों में खिल आये बौर
कोयल गाती गाना.
मुझको भी अच्छा लगता है,
ऋतु बसंत का आना.

खेतों में मुस्काती सरसों,
कितना सुंदर पीला रंग.
रंग बिरंगे फूल खिले हैं,
पत्तों का भी निखरा रंग.

दूर खड़ा मुस्काता सेमल,
साथ निभाता टेसू लाल.
भौरें तितली झूम रहे हैं,
अलसी ने भी किया कमाल.

हरी भरी ये धरती माता,
मौसम लगता प्यारा.
छोड़ रजाई हम खेलेंगे,
अब ठंड भी हमसे हारा.

अगर ना खिलते फूल यहाँ
कोयल ना गाती गाना.
जान नहीं पाते हम सब,
ऋतु बसंत का आना.

मुर्गा

रचनाकार- आशा उमेश पांडेय



रोज सुबह जब मुर्गा बोले,
मुन्ना तब ही आंखें खोले,
दूध रोटी से है भरी कटोरी,
खिलाती मां सुनाकर लोरी.

मुन्ना मुर्गा के पीछे भागे,
रोज सुबह जब वह जागे,
मुर्गा जब कूकडू कू बोले,
मुन्ना उसकी नकल उतारे.

लाल लाल मुर्गा की कलगी,
मुन्ना कलगी जब छूने जाता,
देख उसकी नादान शरारत,
मंद मंद मुस्काते हैं दादा जी.

लगाता जब है मुर्गा बांग,
कराता वह समय का भान,
जो सोता वह है खोता,
जो जगता वह सब है पाता.

नई सुबह की तलाश कर

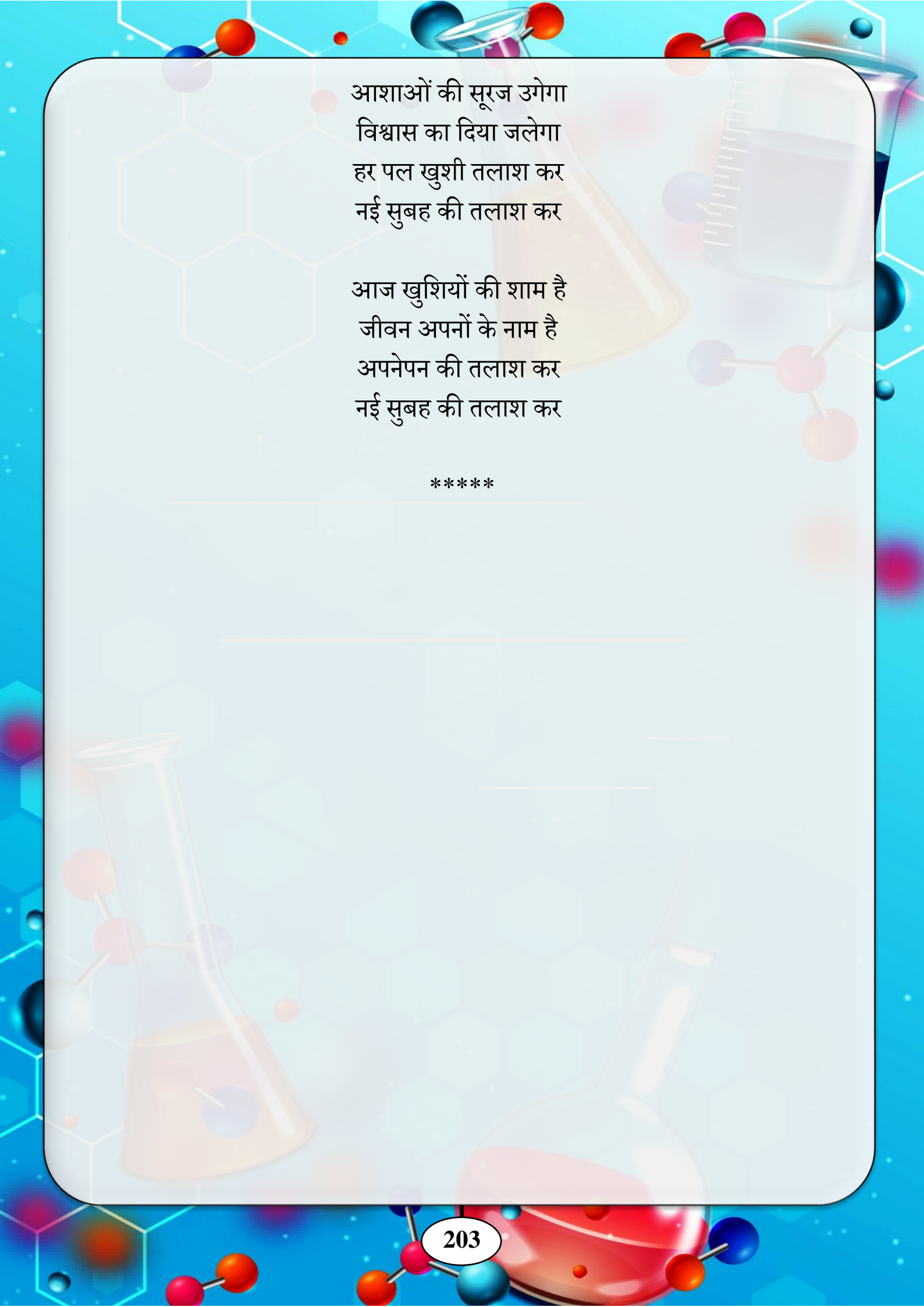
रचनाकार- प्रमेशदीप मानिकपुरी, धमतरी



नया सफर नया रास्ता है
जीवन से नवीन वास्ता है
हर पल नई-नई आश कर
नई सुबह की तलाश कर

नया उम्मीद नई मंजिल
ना मिले कोई संगदिल
एकदूजे पर विश्वास कर
नई सुबह की तलाश कर

प्रेम प्रकृति का वरदान है
प्यासे दिल का अरमान है
मानवता की तलाश कर
नई सुबह की तलाश कर



आशाओं की सूरज उगेगा
विश्वास का दिया जलेगा
हर पल खुशी तलाश कर
नई सुबह की तलाश कर

आज खुशियों की शाम है
जीवन अपनों के नाम है
अपनेपन की तलाश कर
नई सुबह की तलाश कर

कर्मठता से ही मंजिल पायेगा

रचनाकार- प्रमेशदीप मानिकपुरी, धमतरी



प्रेम के अहसास को शब्दों में लिखा ना जायेगा
ये वो अहसास है जो दिन-दिन बढ़ता जायेगा
जिसको जग में प्यार मिला वही प्रीति निभायेगा
कर्मठता से जो बढ़े निश्चित वही मंजिल पायेगा

जब तलक यह सांस चले जीवन में खास करें
ईमान और धर्म की रास्ते पर ही हम सब चले
एक दिन तय है जीवन में सुखद सवेरा आयेगा
कर्मठता से जो बढ़े निश्चित ही मंजिल पायेगा

कर्मपथ पर बढ़ते-बढ़ते संघर्ष नितप्रति करते
जीवन के हर अगले पल को शिरोधार्य करते
कर्म से नया अध्याय जो कोई लिख जायेगा
कर्मठता से जो बढ़े निश्चित ही मंजिल पायेगा

जीवन तो धरम करम की ही सच्ची किताब है
जीवन के हर क्षण का रखना जहाँ हिसाब है
आया है जो जग मे एक दिन निश्चित जायेगा
कर्मठता से जो बढ़े निश्चित ही मंजिल पायेगा

यह जगत तो बस दुनियादारी की सब माया है
कोई खाली तो कोई इस दुनिया का सरमाया है
जितना तेल रहे दीया मे उतना ही जल पायेगा
कर्मठता से जो बढ़े निश्चित ही मंजिल पायेगा

हर कोई जाना पहचाना लगता है

रचनाकार- प्रमेशदीप मानिकपुरी, धमतरी



यहाँ हर चेहरा मुझे पुराना लगता है
सपने भी मुझे अब सुहाना लगता है
लोग वही है या फिर मैं बदल गया हूँ
अब हर कोई जाना पहचाना लगता है

उम्मीद है की आप मुझे पहचान लेंगे
बताये बिना ही आप मुझे जान लेंगे
उम्मीद का सफर भी सुहाना लगता है
अब हर कोई जाना पहचाना लगता है

कभी दिन कभी घनी अँधेरी रात में
सपनों की सुहानी, अनकही बात में
अब हर शै: मुझे अनजाना लगता है
अब हर कोई जाना पहचाना लगता है

किस-किस से दुनियादारी निभाये
किस-किस को मन की बातें बताये
जहां अपना साया ही बेगना लगता है
अब हर कोई जाना पहचाना लगता है

रिश्तो को तार-तार करते है सब लोग
कैसी है ये दुनिया,कैसे है यहाँ के लोग
पल में अपना,पल में पराया लगता है
अब हर कोई जाना पहचाना लगता है

चलो अब हम बदल जाते है

रचनाकार- प्रमेशदीप मानिकपुरी, धमतरी



चलो अब हम बदल जाते है
लोग आते है लोग जाते है
वक्त ही हर बदलाव लाते है
बदलती दौर मे बदल जाते है

प्यार बदला ,यार भी बदला
घर बदला,परिवार भी बदला
बदलाव मे हम ढल जाते है
चलो अब हम बदल जाते है

अब तो हर आलम बदलेगा
समन्दर से मोती निकलेगा
मोती पाने सीप बन जाते है
चलो अब हम बदल जाते है

रिश्तो की दरकार बदलेगी
दिलों की सरकार बदलेगी
बदलाव को हम अपनाते है
चलो अब हम बदल जाते है

बदला से सब कुछ बदलेगा
साधन से सब हल निकलेगा
सवाल नही,हल बन जाते है
चलो अब हम बदल जाते है

सर्दी

रचनाकार- वसुंधरा कुर्रे, कोरबा



सर्दी तू इतना ना इठला
सर्दी तू इतना ना इतरा
सब जीव- जंतु पर रहम कर
सूर्य को भी अपनी रोशनी
धरती पर फैलाने दे
तू सब पर रहम कर
सब जीव -जंतु ,मानुष और पेड़- पौधे
कड़कती ठंड से कांप रहे हैं
अपने बिछौने पर घुसे हुए हैं
धरती ,नदी ,नाले और तालाब
सभी सफेद चादर ओढ़ कर
चादर के अंदर घुसे हुए हैं.
हवा भी शीतलहर से मन मुग्ध है
धरती और गगन भी शीत से ना दिखाई दे रहा है
सूर्य की किरणें भी थोड़ी ही देर आती है
फिर जल्दी चली जाती है
सर्दी तू इतना ना इठला,

सर्दी तू इतना ना इतरा.
ठंड से पानी भी बर्फ बनी हुई है
अंदर बाहर सब जगह जमी हुई है.
खाना-पीना ,नहाना -धोना सब दूभर हो गया
बस गरम- गरम ,खाना -पीना
दिन भर आग तापना हो रहा है
जल्द ही जल्द अब तू चली जा
सर्दी अब तू चली जा
इतना न इठला
इतना ना इतरा

आलू-भाँटा अउ मुनगा के जोड़ीदार : बरी

रचनाकार- प्रिया देवांगन "प्रियू", गरियाबंद



हमर सियान मन कहिथे कि पर के सुहाय सिंगार करौ अउ अपन सुहाय भोजन. ये सोला आना सच बात आय; अउ हमला अपने मुताबिक ही भोजन करना चाही.

भोजन अर्थात खाये-पीये के सुरता आथे, ता साग-पान ह भला कइसे भुलाही. साग के गोठ गोठियावत बरी साग के फट ले सुरता आथे.

जइसे-जइसे जाड़ महीना लट्टा आवत जाथे सब माईलोगन के घर मा बरी बनाये के गोठ शुरू हो जाथे. किसम-किसम के बरी तो हमर छत्तीसगढ़ के माईलोगन मन जानथें. पूस महीना मा ज्यादा बरी ला बनाय जाथे. "माँघ बरी, कीरा परी" कहे जाथे; तेकरसेती माँघ मा बरी नइ बनाय जाय, काबर कि ये मौसम हर बरी बनाये के अनुकूल नइ राहय.

बरी बनाये बर सब ले पहिली जेखर बरी बनाना हे, तेन जिनिस, उरिद दार, सूती कपड़ा, सिलबट्टा, किसनी (कोरनी), पानी, बर्तन, सुपा-पर्रा अउ सुक्खा कपड़ा.

छत्तीसगढ़ मा सब ले पहिली जिमिकांदा के डंठल ले पोंगा बरी बनाये जाथे. इही ला लेड़गा बरी घलो कहिथे. पोंगा हर क्वाँर मा यानि सितम्बर-अक्टूबर महीना मा आ जाथे.

सबले पहिली उरिद दार ला रात भर पानी मा बोरे जाथे. पोंगा ला चन्नी या छिलनी मा छिल के ओखर गुदा, जेला 'करी' कहे जाथे, चम्मच मा निकाले जाथे. पहिली सियान मन हा ये करी ला सुतई से निकाले; फेर अब कहाँ सुतई पाबे. करी ला निकाले के बाद रात भर सूती कपड़ा मा लपेट के ओखर पोटली बना

के सिलबड़ा या वजनदार वस्तु ला पोटली ऊपर लादे (मढ़ाये) जाथे; ताकि रात भर मा करी के पानी निथर (निकल) जाय. बिहनिया उरिद दार ला बने रमंज-रमंज के छिलका के निकलत ले धोये जाथे अउ सिलबड़ा मा पीसे जाथे. आजकल तो यहू जिनिस हर नंदावत जावत हे. काखरो घर सिलबड़ा देखे ला नइ मिलय, त मिक्सी नहीं ते दाल-मिल मा जा के पिसवा देथे. इही पिसाय दार ह पीठी कहलाथे. ताहन पीठी अउ करी दूनों ला एक सँघरा फेंटे जाथे. पीठी के फेंटाये के बाद ओला एक कटोरा मा पानी भर के तौराये जाथे तब पता चलथे कि बरी कइसे बनही. जब पीठी हर पानी मा तौरै ला लागथे तब समझ लो कि बन जाही बने फेंटा गेहे अउ पीठी हर पानी मा डूब जाथे त समझो अउ फेंटे के जरूरत हे. अइसनेच कुम्हड़ा, पपीता, रखिया, लौकी, मुनगा, आलू के करी ला पीठी मा मिलाये जाथे. आलू के करी ला पीठी मा मिलाके आलू बरी, रखिया, कुम्हड़ा, पपीता जेखर-जेखर बरी बनाना हे, तेखर करी ला पीठी मा मिला के फेंटे से ओखर बरी बन जाथे. अउ सिर्फ अदौरी बरी ला पीठी भर के बनाथे. अदौरी बरी बर कुछ जिनिस नइ लागे. उरिद दार के पीठी ला परा मा गोल-गोल, नान-नान बनाये जाथे. ताहन फेर सुपा या परा मा कपड़ा बाँध के हाथ मा थोकिन पानी छू-छू के गोल-गोल मढ़ावत जाथे. अउ सुपा-परा ला उठा के छानही मा टांग देय जाथे. खटिया या जमीन मा जुन्ना लुगरा ला लम्बा बिछा के बरी बनाय जाथे.

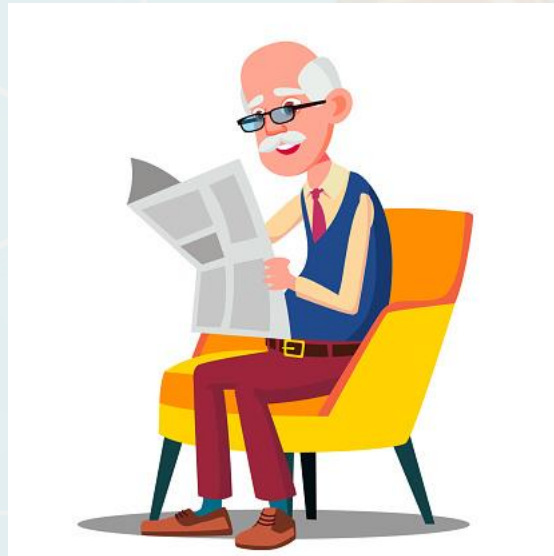
मौसम ला देख के बरी बनाय जाथे. जाड़ महीना मा जब बरी बनाये के समय आथे त बादर घलो अब्बड़ नखरा करथे. कभू निच्चट बदली कर देथे जानो मानो अभिच रदरद -रदरद पानी गिर जाही. त कभू अतका घाम; के घाम मा बइठ के बनाहूँ कहिबे ता बरी ले पहिली माईलोगन मन सूखा जाथे. अउ जेन बादर करे मा बरी बनाथे तेखर बरी घोटलाहा हो जाथे. जल्दी चूरे नहीं; अउ नहीं ते करिया जाथे. आजकल विज्ञान बने तरक्की करत हे ; तेखर फायदा माईलोगन मन उठावत हे. मोबाइल मा गूगल ला सर्च कर के पता लगा लेथे कि कोन दिन बादर आही, अउ कोन दिन बने घाम उगही. ये तो मौसम के बात होगे. घाम म सुखाय बरी ल कउँवा, कुरुर-बिलई, गरुवा ले बचाय ला परथे. बरी ला अच्छा सुखाय बर कम से कम दू दिन बनेच घाम चाही. बरी जतका अच्छा सुखाही, वोतका अच्छा बनथे. येला उलट-पुलट के सुखाये ले बने होथे. सरलग हफ्ता भर म पूरा सुखा जाथे.

सुखाये के बाद माईलोगन के एक नियम हे एक-दूसर घर पहुँचाए के. माँ हर बेटी बर, सास हर बहू बर, बहिनी-बहिनी बर जोरथे-बाँटथें. येखर ले मया-पिरीत बाढ़थे. दिगर ला लेय-देय गुण बाढ़थे. हमर छत्तीसगढ़ मा सब ले सुग्घर नियम हे कि बेटी-बिहाव के बिदाई के जोरन मा जोरे जाथे. ससुरार मा बहू हर अपन मइके के बरी ल आलू-भाँटा अउ मुनगा संग राँधथे. अपने हर परोसथे. बरी साग ल बने रसा वाले उतारे जाथे, काबर कि बरी ह रसा ल सोंखथे. रसा ह बरी म भींग थे, ता बड़ा गजब के लागथे. अइसना छट्टी-बरही मा घलो मुनगा अउ रखिया नहीं ते पोंगा बरी ला राँधे जाथे. मुनगा मा विटामिन अउ प्रोटीन जइसे पोषक तत्व रहिथें, जेखर से लइकोरी ला ताकत मिलथे. आज घलो हमर गाँव-देहात मा ये परम्परा देखे ला मिलथे.

सँगवारी हो ! हमर छत्तीसगढ़ के सब ले पुराना खान-पान आय बरी बनई अउ रँधई-गढ़ई हा. पहिली जमाना मा हर घर बरी बनय. अब तो दुकान मा घलो बेंचे के शुरू कर दे हे त लोगन मन आलसी घलो होवत जावत हे. कोन जनी अवइया पीढ़ी मन येखर बारे मा जानही के नहीं ? येखर नाम ला तो जानबेच करही; फेर बनाये बर समय नइ रइही; अउ स्वाद ला घलो भूला जाहीं. धीरे-धीरे यहू हर नंदावत जात हे, लेकिन येला बचा के रखना हे.

अधेड़ावस्था

रचनाकार- पूजा गुप्ता, मिर्जापुर



कुछ खट्टे मीठे अनुभवों की समझ तो कुछ अपने अच्छे कर्मों से संचित मान प्रतिष्ठा, वक्त का तकाजा, तो कुछ अपनी समझदारी से संजोई निश्चिंतता. ऐसे ही तमाम पहलू है जो पचास की उम्र के बाद जीने का संबल बनते हैं और जीवन खुशहाल हो जाता है.

किसी भी व्यक्ति की उम्र के 5 दशक पूरे होने के बाद उसके जीवन में कई तरह के बदलाव आने लगते हैं पचास साल के बाद व्यक्ति की शारीरिक क्षमता क्षीण होने लगती है. पचास वर्ष की उम्र से अधेड़ावस्था की शुरुआत होती है जहां से व्यक्ति के जीवन में कई तरह की कठिनाइयां आने लगती है. यह जीवन का वह मोड़ है जहां व्यक्ति को अब तक किए कार्यों, प्रयत्नों और संघर्षों का प्रतिफल मिलना शुरू होता है. पचास साल की उम्र तक व्यक्ति की समाज में एक पहचान और प्रतिष्ठा बन जाती है. यदि आप चाहते हैं कि आपकी वृद्धावस्था स्वाभिमान और सम्मान के साथ बीते तो आपको अपनी उम्र के पचास वर्ष में दाखिल होने से पहले इसके लिए कुछ विशेष प्रबंध कर लेने चाहिए. अक्सर एक उम्र के बाद जब बेटा और बहू से आपकी अनबन होने लगती है और वह अलग घर बसाने की सोचने लगते हैं तो ऐसे वरिष्ठ नागरिकों को बहुत दुख होता है जिन बेटों की पढ़ाई और शादी के लिए सारी जमा पूंजी खर्च कर देते हैं वही बेटे उन्हें जीवन की संध्या में अकेला और असहाय छोड़ जाते हैं. जो अपने यौवन काल में अपने लिए कोई अतिरिक्त धनराशि भी बचाकर नहीं रखते और रिटायर होने के बाद अपनी आजीविका के लिए एक छोटी सी दुकान खोलनी पड़ती है. यदि आप अपनी जवानी के दिनों में कुछ धनराशि अपने लिए सहेज कर रखेंगे तो आपको वृद्धावस्था में आने वाले किसी भी संकट का सामना करने की शक्ति मिलती रहेगी. यदि बुढ़ापे में आपके बच्चे धर्म का पालन और आप का खर्च उठाने से कतराने लगे तो आपकी जवानी में जमा की गई पूंजी ही आपका सहारा बनती है. यदि आप एक उम्र के बाद शांति और सम्मान के साथ जीना चाहते हैं तो अपने रोजगार के लिए अपनी रूचि

और क्षमता के अनुसार एक निश्चित क्षेत्र का चयन तीस की उम्र तक कर ले, फिर पूरी मेहनत और लगन से उसमें काम करें तो आपको सफलता मिलनी तय है. आप अपने कैरियर को समय रहते व्यवस्थित कर ले ताकि पचास की उम्र के बाद आप आजीविका के लिए अनिश्चितता की स्थिति में ना रहें. पचास की उम्र व्यक्ति के लिए रोजगार के नए प्रयोग करने या नए काम धंधे सीखने के लिए नहीं बल्कि अब तक के अनुभव का लाभ उठाने और समाज में प्रतिष्ठा का जीवन जीने के लिए होती है. आप कैसे कपड़े पहनते हैं? कैसे बोलते हैं? लोगों के साथ कैसा व्यवहार करते हैं? इन सब बातों से समाज में आपके व्यक्तित्व की पहचान बनती है. पचास वर्ष में दाखिल होने से पूर्व आपको अपने व्यक्तित्व को अपनी सुविधा और पसंद के हिसाब से व्यवस्थित कर लेना चाहिए. यदि आप पचास की उम्र में ऐसा करते हैं तो न केवल उपहास का पात्र बनेंगे बल्कि आप अपरिपक्वता का भी परिचय देंगे. कोई व्यक्ति यदि अपने जीवन की संध्या में अपने व्यक्तित्व को बदलने की चेष्टा करेगा तो यह बचकाना और हास्यास्पद ही लगेगा. अपनी क्षमता के अनुसार ही अपनी पसंद निश्चित कर लेनी चाहिए अपनी आयु के छठवें दशक में प्रवेश करने के बाद आपको अपनी शक्ति और प्रतिभा को निखार लेना चाहिए. आप अपने संबंधों को मजबूत कीजिए जब तक आपका कारोबार अच्छा चलता रहेगा तब तक आप की पूछ होगी लेकिन यदि पचास की उम्र के बाद अगर सेवानिवृत्त होने के बाद आपकी बेटे, भाई और दूसरे सारे रिश्तेदार आपकी मदद करने के लिए आगे नहीं आए तो आप कहाँ जाएँगे? ऐसी अवांछित स्थिति का सामना करने के लिए आपको युवावस्था में ही कुछ ऐसे लोगों के साथ संबंध बनाकर रखने चाहिए जो आपका विश्वास करें, आपकी भलाई चाहे तथा जिनसे आप बुरे वक्त में आर्थिक सहायता की भी उम्मीद कर सके. संबंधों की यह पूंजी रातों रात में ही कमाए जा सकते हैं. आप अपने अच्छे व्यवहार प्रमाणित आचरण और सहयोगी स्वभाव के दम पर ऐसे अनेक लोगों के साथ अपने घनिष्ठ संबंध विकसित कर सकते हैं.

यदि आप शालीन है अपनी जुबान पर नियंत्रण रखते हैं तो आपको किसी भी क्षेत्र में सम्मान और सफलता मिल सकती है ज्यादा बोलने की आदत आपको ऐसे व्यक्ति के रूप में पहचान बनाती है जिससे लोग कतराने लगते हैं. अपने व्यापारिक योजनाओं और उपलब्धियों का प्रचार मत कीजिए चुप रहना आपको एक गंभीर और बुद्धिमान व्यक्ति के रूप में प्रतिष्ठित करता है. व्यापारिक जीवन में रहस्य पचाने की प्रतिष्ठा अफवाह फैलाकर कमाई सस्ती लोकप्रियता से कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण होती है उम्र की पचासवीं सीढ़ी पर कदम रखने से पहले आपको यह सारी तैयारियाँ अवश्य कर लेनी चाहिए. पचास वर्षों से पहले असीम विश्वसनीयता आपको जीवन भर लोगों से आदर और सम्मान दिलाएगी. यदि आपने एक उम्र के बाद ईमानदारी विश्वसनीयता और वफादारी की साख नहीं बनाये है तो आगे चलकर आप समाज में अलग-थलग पड़ जाएँगे. इसलिए हर हाल में अपनी विश्वसनीयता बनाए रखने के लिए अपने भावी जीवन की तमाम खुशियों का आधार बिंदु तय कीजिए.

पुरुष मन की थाह

रचनाकार- पूजा गुप्ता, मिर्जापुर



जब अंतर्मन में जज्बात का सैलाब उमड़ता है तो भावनाओं पर किसी प्रकार का कोई पहरा नहीं होता, मगर जब भावनाओं का सैलाब उमड़ कर बहता है तो एक दरिया बन जाता है। लेकिन यदि रीति रिवाज दायरे और परंपराओं का बंधन लग जाता है तो जज्बात का यही दरिया सिमट कर रह जाता है। बस यही हाल कुछ पुरुषों का भी होता है जो अपने दर्द को अशकों में बहाने से डरते हैं कि कहीं उन्हें लोग कमजोर न समझने लगे। लेकिन एक सच यह भी है कि स्त्री हो या पुरुष भावनाओं संवेदनाओं पर किसी का वश नहीं होता। रोने पर केवल स्त्री का ही नहीं पुरुषों का भी अधिकार होता है। ऐसे कई हालात होते हैं जो पुरुषों को भी रोने पर मजबूर कर देते हैं अक्सर महिलाएँ टीवी देखते समय भावुक दृश्य देख कर रोती हैं तो कुछ पुरुष जब अपनी पत्नी को रोता देखते हैं तो उनके भी आँसू निकल आते हैं। जब अपनी परेशानियों से परेशान होकर या हताश होकर पुरुषों की आँखों में आँसू आते हैं तो वह पुरुष भी टूटकर रोता है। अक्सर पुरुष अपनी माँ के करीब होते हैं। यदि माँ का देहांत हो जाता है तो वह फूट-फूटकर रोते हैं। हादसे भी उन्हें पूरी तरह से तोड़ देते हैं, पुरुष भी संवेदनशील होते हैं पर अपनी भावना और संवेदना को किसी पर जाहिर होने देना नहीं चाहते। जब वह किसी अपने से दूर होता है तो वह उस समय चुप हो जाता है लेकिन अकेले में बेहद रोता है। वह अपने आँसू का प्रदर्शन या तो अपने पत्नी के सामने करता है या माँ के सामने। क्योंकि ये दोनों ही उसकी जिंदगी का अहम हिस्सा होते हैं। अक्सर पुरुष हर बात में प्रतिस्पर्धा करना चाहते हैं और उन में जीत हासिल करना चाहते हैं फिर यह जीत हार उनकी जिंदगी की हर छोटी मोटी बातों से जुड़ती चली जाती है। पुरुष तीन चीजों के मामले में अधिक संवेदनशील होते हैं प्यार, व्यवसाय और सम्मान! प्यार के मामले में स्त्रियाँ अधिक संवेदनशील होती हैं लेकिन पुरुष भी कम नहीं होते पुरुष यदि एक बार किसी से प्यार करते हैं तो पागलपन की हद तक करते

हैं और जब सच्चा प्यार टूटता है तो वह अति भावुक होकर निराशा के समुंदर में डूब जाते हैं और रोने पर विवश हो जाते हैं. जब किसी पुरुष का गृहस्थ जीवन आनंद पूर्वक नहीं बीत पाता तब वह बहुत दुखी होता है जब हार सहने की क्षमता उसके अंदर नहीं होती तो वह टूट जाता है. पुरुषों का जीवन बिना व्यवसाय के कुछ नहीं होता कामयाब व्यक्ति हर किसी को पसंद आता है जब उसके कामकाज पर किसी प्रकार की कोई बाधा आ जाती है या किसी प्रकार का कोई नुकसान हो जाता है तो उसे अपनी असफलता नजर आने लगती है और वह रोने पर विवश हो जाता है. पुरुष अक्सर अहमवादी होते हैं वह हमेशा दूसरों से सम्मान की अपेक्षा करता है वह हमेशा परिवार में अपनी प्रधानता चाहता है मान सम्मान की कमी का एहसास उसके पुरुषत्व को ठेस पहुंचाता है और ऐसे में अक्सर पुरुष रो देते हैं.

रोना भी बेहद जरूरी होता है क्योंकि जो व्यक्ति आवेगों को दबा लेते हैं उनमें कुंठा, अवसाद, द्वंद्व, तनाव और अन्य विकृतियाँ उत्पन्न हो जाती हैं. वह अपनी प्रेमिका के द्वारा बेवफाई का दर्द सह नहीं पाते हैं और अंदर ही अंदर घुटते हैं, जब कोई स्त्री पुरुष मन की थाह को समझ नहीं पाती है तो पुरुष अपना दर्द कहीं नहीं बता पाता और अंदर ही अंदर घुटन भरी जिंदगी को वह नॉर्मल तरीके से जीने की कोशिश में लगा होता है और उसके बावजूद भी अपने परिवार की जिम्मेदारी निभाता है पुरुष उम्र के हर पड़ाव पर रोता है बस वह कहता नहीं.

दे-दे ओ छेरछेरा

रचनाकार- अशोक कुमार यादव, मुंगेली



लड़का-

छेरछेरा. छेरछेरा.

दे-दे ओ. मोला.

छेरछेरा. छेरछेरा.

मांगत हवं ओ.मंय हा.

छेरछेरा. छेरछेरा.

मंय आये हंव ओ तोर दुआरी,

मांगे बर छेरछेरा.

जल्दी दे-दे मोला तंय कुंवारी,

होगे हे अब बेरा.

नवा-नवा दिखत हे, तोर सूपा हा,

भरके, झटकुन लाना ओ धान.

जुच्छा हवय मोर, लंबा बोरी हा,

छुटे लगिस मोर, पाये बर परान.

कोठी के छबना ल उसाल के, जल्दी हेरा.

छेरछेरा. छेरछेरा.

दे-दे ओ.मोला.

छेरछेरा. छेरछेरा.

मांगत हवं ओ.मंय हा.

छेरछेरा. छेरछेरा.

लडकी-

नई दंव रे. मंय हा.

छेरछेरा. छेरछेरा.

धर के बोरी तंय हा, घेरी-बेरी मांगथच.

नई देवंव त जुटहा, अपन बोरी ल टांगथच.

बाबू गारी देथे मोला, दाई हा खिसियाथे.

टोर डरे नवा सूपा कहिके, आंखी ल देखाथे.

फेर आथच, फेर जाथच, मलमलहा टूरा.

नई दंव रे. मंय हा.

छेरछेरा. छेरछेरा.

लडका-

छेरछेरा. छेरछेरा.

दे-दे ओ. मोला.

छेरछेरा. छेरछेरा.

मांगत हवं ओ.मंय हा.

छेरछेरा. छेरछेरा.

मशरूम की पार्टी

रचनाकार- रामेश्वरी सीके जलहरे, बलौदा बाजार

एक समय की बात है. जंगल में रिकू नाम का चूहा रहता था. एक दिन उसके घर में मेहमान आने वाले थे. मेहमान के खाने का प्रबन्ध करने के लिए रिकू हाथ में टोकरी लेकर जंगल की ओर निकल पड़ा. जंगल में उसे एक पेड़ के नीचे बहुत सारे मशरूम मिल गए. रिकू ने सोचा आज मेहमानों को मशरूम की पार्टी दी जाए. उसने जल्दी से सारे मशरूम इकट्ठा किये और घर की ओर वापस गया. घर जाते हुए अचानक उसका



पैर एक गड्ढे में जा गिरा. मशरूम गिरा ऊपर. रिकू गिरा नीचे. उसने बाहर निकलने की कोशिश की पर वो निकल नहीं पाया. वह बचाओ- बचाओ चिल्लाने लगा. उसकी आवाज़ सुनकर सिंपु नाम का लोमड़ी आया. सिंपु ने चतुराई दिखाते हुए उसे बचाने के लिए एक पड़ी हुई टेहनी को उसकी तरफ फेंका और रिकू को कसकर पकड़ने के लिए कहा और खिचने लगा. पर रिकू ऊपर आ ही नहीं पाया. चार्ली नाम का खरगोश वहा से गुजर रहा था सिंपु ने उसे मदद के लिए बुलाया. अब दोनों मिलकर उसे बाहर निकालने के लिए खीचने लगे. लेकिन फिर भी रिकू बाहर नहीं आ पाया. इतने में ही बल्लू नाम का भालू वहा आया. दोनों को रिकू का मदद करते देख उसे खुशी हुई. वह उनका हौसला बढ़ाने लगा. चार्ली ने कहा बल्लू क्या तुम हौसला ही बढ़ाओगे की मदद भी करोगे?? आओ रिकू को निकालने में हमारी मदद करो. तब बल्लू भी पीछे से टेहनी पकड़कर खीचने लगा और रिकू बाहर आ गया.

अब रिकू ने लम्बी सांस ली. उसके जान मे जान आई. उसने सिंपु, चार्ली, बल्लू तीनों का धन्यवाद किया. चारों अच्छे दोस्त बन गए. रिकू ने अपने मेहमानों के संग चार्ली, सिंपु, बल्लू को भी मशरूम की पार्टी दी.

सीख- एकता में संगठन होती है. एक से नहीं निकाल पाये लेकिन सब मिलकर प्रयास किये तो चूहे को बाहर निकाल पाये.

बौद्धिक क्षमता के विकास की सीढ़ी

रचनाकार- किशन सनमुखदास भावनानी गोंदिया महाराष्ट्र



मानव बुद्धि का लोहा आज हर स्तर पर माना जा रहा है. किसी ज़माने में पैदल चलने वाले, पत्तों से तन ढँकने वाले और जंगलों में जीवन यापन कर खाद्य जुटाने वाले मानव को न सिर्फ केवल आज के डिजिटल दौर में पहुँचा दिया है, बल्कि मानवता को आग की खोज से लेकर खेती, आसमान में उड़ने से लेकर सितारों के बीच पहुँचा दिया है और आगे चाँद पर मानव कालोनियाँ स्थापित करने की ओर कदम बढ़ा दिया है तथा पृथ्वी पर सब कुछ कृत्रिम बना दिया है. वाह रे! मानव की बौद्धिक क्षमता का कमाल! यह सब शिक्षा और ज्ञान की इच्छाशक्ति और ज़िद ने पूर्ण किया है.

शिक्षा और ज्ञान ही बौद्धिक क्षमता के विकास की सीढ़ी का प्रथम पहिया है. यहीं से बौद्धिक संपदा की नींव पड़ती है जो आगे चलकर विकास की सीढ़ी पर चढ़कर अपनी कामयाबी तक पहुँचाती है. ज्ञान को भारतीय संस्कृति, में माँ सरस्वती के वरदान के रूप में जाना जाता है. प्रायः बच्चों को ध्यान होगा कि आज भी अधिकतर शिक्षण संस्थाओं में माँ सरस्वती की पूजा की जाती है.

नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में सामाजिक, आर्थिक और शारीरिक रूप से वंचित वर्गों पर विशेष ध्यान देने के साथ ही समान और समावेशी शिक्षा भी शामिल है. मेरा मानना है कि कोई भी मानव जन्म से ही बौद्धिक कुशलता लेकर नहीं आता बल्कि जन्म के बाद ही परिस्थितियों, माहौल, परिवार, आर्थिक, सामाजिक इत्यादि अनेक आधारों पर शिक्षा प्राप्त करता है, और अपनी बौद्धिक क्षमता का विकास करता है.

कई बार ऐसा होता है कि गाँव से आया बच्चा थोड़ी सी सुविधाओं के बल पर अपनी कुशलता में निखार लाकर ऐसी उपलब्धियाँ पा लेता है जो कोई सोच भी नहीं सकता. जबकि सर्वसाधन संपन्न मानव भी उतनी सफलता अर्जित नहीं कर पाता.

वर्तमान परिस्थितियों, निजी स्कूलों की भरमार, कोचिंग क्लासेस का प्रचलन इत्यादि अनेक कारणों से शैक्षणिक खर्च सबके बस की बात नहीं है, इसके अतिरिक्त शारीरिक रूप से बाधित छात्रों के लिए शिक्षा ग्रहण करना भी किसी चुनौती से कम नहीं। इन्हीं परेशानियों को ध्यान में रखते हुए समावेशी शिक्षा की सोच का उदय हुआ और इसे राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के माध्यम से लागू करने की कोशिश की गई है।

समावेशी शिक्षा ऐसी शिक्षा है जिसमें सामान्य बालक-बालिकाएँ और मानसिक तथा शारीरिक रूप से बाधित बालक बालिकाएँ एक साथ एक ही विद्यालय में शिक्षा ग्रहण करते हैं। समावेशी शिक्षा समानता के अधिकार की बात करता है और इसके सभी शैक्षिक कार्यक्रम इसी प्रकार तय किए जाते हैं ऐसे संस्थानों में विशिष्ट बालकों के अनुरूप वातावरण तैयार किया जाता है और कुछ छूट भी दी जाती है जिससे विशिष्ट बालकों को समावेशी शिक्षा के द्वारा सामान्य विद्यालयों में सामान्य बालकों के साथ कुछ अधिक सहायता प्रदान करने की कोशिश की जाती है।

समावेशी शिक्षा विशिष्ट बालकों को भी उनके व्यक्तिगत अधिकारों के साथ उसी रूप में स्वीकार करती हैं। समावेशी शिक्षा जहाँ बिना किसी भेदभाव के सामान्य तथा विशिष्ट बालकों को एक साथ शिक्षा दी जाती है जिससे उनके अंदर भेदभाव की भावना को मिटाया जाता है समावेशी शिक्षा भेदभाव को दूर करने छुआछूत को दूर करने का सबसे अच्छा उदाहरण है। समावेशी शिक्षा विशिष्ट कार्यक्रमों द्वारा बालकों को शिक्षा प्रदान करने का सबसे अच्छा तरीका है बालक विशिष्ट कार्यक्रमों में भाग लेकर या उन्हें देखकर उनके अंदर अधिगम की शक्ति को बढ़ाया जाता है। इसलिए समावेशी शिक्षा में विशिष्ट कार्यक्रमों द्वारा शिक्षा प्रदान की जाती है।

केंद्रीय शिक्षा मंत्री ने एक कार्यक्रम में अपने संबोधन में जोर देकर कहा कि यह हम में से प्रत्येक का कर्तव्य है कि हम अपने बच्चों को शिक्षा का मौलिक अधिकार देने के लिए काम करें, उन्हें उनकी पूरी क्षमता के उपयोग करने को लेकर मार्गदर्शन करें और इस तरह हमारे देश और दुनिया को बेहतर और अधिक समावेशी स्थान बनाएँ। उन्होंने कहा कि एक जानकार व्यक्ति अच्छे, न्यायपूर्ण और प्रगतिशील समाज का निर्माण करता है। उस ज्ञान को सीखने की जिद, लागू करने और आगे बढ़ाने की इच्छा ने मानवता को आग की खोज से लेकर खेती, आसमान में उड़ने से लेकर सितारों के बीच चलायमान तक पहुँचा दिया है। आगे कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति (2020) सामाजिक और आर्थिक रूप से वंचित वर्गों पर विशेष ध्यान देने के साथ समान और समावेशी शिक्षा पर केंद्रित है। उन्होंने कहा कि एक समावेशी कक्षा सभी को असंख्य अनुभव और दृष्टिकोण से लाभान्वित करती है साथ ही देश के सामने आने वाली विभिन्न चुनौतियों को समझती है। उन्होंने सम्मेलन में भाग लेने वाले सभी स्कूलों से आग्रह किया कि वे दिखाएं कि हमारे अग्रणी स्कूल कितने समावेशी हैं और देश के प्रत्येक बच्चे को सर्वोत्तम शिक्षा मिले, यह सुनिश्चित करने के लिए और क्या किया जा सकता है।

रसगुल्ले की सगाई

रचनाकार- प्रीति श्रीवास, मुंगेली



रसगुल्ले की हो रही सगाई
मिठाई सब देने को आई बधाई
लड्डू राजा ने ढोल बजाई
बर्फी रानी ने गीत सुनाई
जलेबी ने घुम - घुम ठुमका लगाई
मिठाई सब देने को आई बधाई
रसगुल्ले की हो रही सगाई
काजू कतली ने खूब सजाई
पेड़ा - चमचम ने मेंहदी लगाई
इमरती ने ली है बलाई
मिठाई सब देने को आई बधाई
रसगुल्ले की हो रही सगाई
रसगुल्ले ने अंगूठी पहनाई
रसमलाई थोड़ी शर्माई
मिलकर के सबने ताली बजाई

मिठाई सब देने को आई बधाई
रसगुल्ले की हो रही सगाई
मिठाई सब देने को आई बधाई

दुलौरीन बेटी गंगा

रचनाकार- प्रीतम कुमार साहू, धमतरी



खेती किसानी के काम करइया बिरजू अउ बिसाहिन के एके झन दुलौरीन बेटी रहय. बेटी के नाम गंगा रहय. बिरजू अउ बिसाहिन हर चार काठा के घर के खेत ल कमावत जिनगी के गाड़ी ल चलावत रहय.

बिरजू अउ बिसाहिन दोनों हर पढ़े लिखें नई रहय उकर मन बर तो पढ़ई लिखई हर करिया आखर भईस बरोबर आय. फेर अपन बेटी गंगा ल बने पढ़हइस लिखइस.

गंगा हर पढ़े लिखें म अब्बर हुसियार रहय. मुधरहा ले उठ के पढ़ई लिखई करतिस. हर रोज़ इस्कूल जावय एको दिन नागा नई करय. बरसत पानी म घलो मनकापर ओढ़ के इस्कूल जातीस.

गंगा हर पढ़ई म हुसियार रहे के संग संग काम बुता करें बर कमेलिन घलोक रहय.

कोनो दिन गंगा के दाई बाबू मन मुनधरहा ले काम बुता म चल देतीन त गंगा हर घर के जम्मो काम बुता ल करतिस. गाय बछरु ल पेरा भूसा देके अंगना दुवारी ल लिपतिस बहारतीस. भात साग ल घलो रांध डारतीस.

गंगा के दाई बाबू मन गंगा ले अब्बर मया दुलार करय. देखते देखत गंगा हर बड़े बाढ़े लागीस. गंगा के दाई बाबू हर एक दिन गंगा ल कहे लागीस देख बेटी गंगा एसो के साल मा तोर बर बिहाव कर देबो.

तहन हमन गंगा नहा लेबो. तेहर बेटी के जात होथस.एक दिन ससुराल तोला जाय बर परही. अउ कतक पढ़बे लिखबे..?

गंगा हर बिहाव के गोठ ला सुन के रो डारिस अउ कहे लागीस मे हर अभी बिहाव नई कराव पढ़ाई लिखई करहु. पढ़ लिख के नौकरी करहु चार पईसा कमाहू. गंगा के कहना म दाई बाबू मन राजी होंगे.

अब गंगा हर बने मन लगाके दिन रात पढ़ई लिखई करें लगीस.पांच बछर के बीते म गंगा के सबो पढ़ई लिखई हर पूरा घलो होगे.पढ़ई लिखई म हुसीयार गंगा के बिदेश म फट ले नौकरी घलो लग गे.

गंगा के दाई बाबू अउ गंगा के खुशी के ठिकाना नई रहीस. पचास हजार महीना कमावात गंगा के तन हर बिदेशी रंग म रंगे लागीस. फेर गांव घर के बेटी गंगा के मन हर त गांव म बसे रहीस.

घर परिवार अउ अपन देस के रही-रही के अब्बर सुरता आय लागीस. खाली समय म गंगा हर अपन घर परिवार गांव समाज अउ देस के बारे म सोचे लागीस.

पईसा हर सब कुछ नो आए ऐसन सोच के गंगा हर दू बछर के बीते ले बिदेश के पचास हजार के नौकरी ल छोड़ के सदादिन बर अपन घर अपन देस आगे.

घर परिवार समाज अउ देस के दसा दिशा ला सुधारे के बिड़ा उठाईस.गांव समाज के मनखे मन ल सिक्खा के महत्तम के बारे म बताय लगीस. बेटी के बिहाव कम उमर म झन करव. बेटी ल बने पढ़ावव लिखावव. बेटी हर बने पढ़ही , तभे बिकास के रद्दा ल गढ़ही.

पढ़े लिखें मनखे ल साकछर कहे जाथे.साकछर मनखे के सबो जगह आदर अउ मान होथे.आज के समय म सिक्खा हर जिनगी के आधार आय.सिक्खा बिना जिनगी हर अधूरा हवय. गंगा हर गांव गांव घर घर जाके सिक्खा के महत्तम ल बताय लागीस.

पुरुस परधान समाज म व्यापत बुराई अउ कुरूतिया ल दूर करें बर गंगा हर कंधा म कंधा मिलाके चले लागीस.गरीब अनाथ,बेसहारा लइका मन के सिक्खा बर जनसहयोग ले सिक्खा के नवा दुवार खोलीस. माइलोगिन मन ला अपन हक अऊ अधिकार के बारे म जागरूक करीस. चार पईसा कमाय बर सुरोंजगार के नवा नवा उदिम सिखईस.

छतीसगर के चार चिनहारी, नदिया,नरवा,घुरवा,बारी.गांव के विकास बर सरकार के योजना ल लोगन मन ला बता के जागरूक करें के काम करें लागीस. गांगा के ऐसन सुघर काम ल देख के गांव वाला मन गंगा ल दुलौरीन बेटी कहिके अब्बड़ मया दुलार करें लगीन.

मैं तुम्हारी मीरा हूँ

रचनाकार- वीरेंद्र बहादुर सिंह



जहर का कटोरा पीने की हिम्मत हो,
तभी कहना कि हे कृष्ण मैं तुम्हारी मीरा हूँ.
अगर प्यार का अर्थ आत्मसात करना हो,
तभी कहना कि हे कृष्ण मैं तुम्हारी मीरा हूँ.
विरह की वेदना सहन करने की शक्ति हो,
तभी कहना कि हे कृष्ण मैं तुम्हारी मीरा हूँ.
समर्पण यानी क्या? इस का भान हो,
तभी कहना कि हे कृष्ण मैं तुम्हारी मीरा हूँ.
तन-मन और आत्मा से एकाकार होना आता हो,
तभी कहना कि हे कृष्ण मैं तुम्हारी मीरा हूँ.
ममत्व त्याग कर सब कुछ न्यौछावर करना आता हो,
तभी कहना कि हे कृष्ण मैं तुम्हारी मीरा हूँ.
पूरी दुनिया को छोड़ने की हिम्मत हो,

तभी कहना कि हे कृष्ण मैं तुम्हारी मीरा हूँ.
अगर जहर का कटोरा पीने की तैयारी न हो,
तो क्यों? कहना कि हे कृष्ण मैं तुम्हारी मीरा हूँ.

सफलता

रचनाकार- संगीता पाठक, धमतरी



शांति निकेतन विद्यापीठ में कक्षा 12 वी में एक ऐसे बच्चे का दाखिला हुआ जो पक्षाघात के कारण विकलांग हो गया था. उसकी माँ ने बताया कि बचपन में वह अमरूद के पेड़ से गिर गया था उसके बाद उसका आधा शरीर ठीक से काम नहीं कर पाता है.

प्राचार्या प्रगति भट्टाचार्य ने उन्हें आश्वस्त किया कि यहाँ आपके बच्चे को कोई समस्या नहीं होगी. बच्चा सबकुछ समझता था. एक नौकर उसे रिक्शे में लेकर आता था. वह उसे कक्षा में बिठाकर चला जाता, फिर छुट्टी के बाद उसे लेने आता.

बच्चा अपनी शारीरिक स्थिति के कारण धीरे धीरे लिखता था किंतु समझ अच्छी थी. उसका नाम विकास था.

विकास को कक्षा में प्रवेश दिये जाने का विरोध बनर्जी मैम ने किया.

बनर्जी मैम-"मैम ,विकास को स्पेशल चाइल्ड वाले स्कूल में उसके पालक क्यों नहीं डाल देते?"

प्राचार्या - "मैडम, वह बच्चा पूरी तरह विकलांग नहीं है. वह सबकुछ समझता है. वह थोड़े से प्रयास से अवश्य ही परीक्षा उत्तीर्ण कर सकता है."

प्रभा मैम - "मैडम, यदि किसी बच्चे ने उसके साथ शरारत की, तो कुछ भी हो सकता है. उसे शारीरिक चोट भी लग सकती है."

प्राचार्या - "प्रभा मैम, हमारे यहाँ के बच्चे संस्कारवान हैं. यदि हम पूरी कक्षा को प्यार से समझा देंगे तो वे सभी विकास का ध्यान रखने लगेंगे. हम आया दी को भी उसे बीच बीच में देख आने के लिये कह देंगे."

प्राचार्या ने सभी शिक्षिकाओं की शंकाओं का समाधान कर दिया.

विकास गणित संकाय का विद्यार्थी था. वह बड़े ध्यान से शिक्षकों के लेक्चर सुनता, किंतु उसके हाथों की गति धीमी थी. बच्चों ने भी उसके साथ मित्रता कर ली थी. वे उसके साथ सामान्य पढ़ाई की चर्चा भी करते. कभी हँसी मजाक करके उसका मन बहलाने की कोशिश करते. विकास भी उनके साथ घुलमिल गया था.

पूरा वर्ष व्यतीत हो गया और वार्षिक परीक्षा हो गयी. परिणाम का दिन भी आ गया. सभी शिक्षक आश्चर्यचकित थे क्योंकि विकास के 64% अंक आए थे. उसकी पूरी कक्षा का रिजल्ट प्रतिशत 80% था. कुछ सामान्य बच्चे भी रसायन और गणित में अनुत्तीर्ण हो गये थे.

सभी शिक्षक रिजल्ट की चर्चा कर रहे थे. तभी विकास के माता-पिता मिठाई का डिब्बा लिये हुये स्टाफ रूम में प्रविष्ट हुये.

प्राचार्या - "आपको बहुत बहुत बधाई है सक्सेना जी."

विकास के पिता - "मेरे पुत्र की सफलता के पीछे आप सभी आदरणीय गुरुजनों का ही आशीर्वाद और परिश्रम है. मैं उसकी इस आशातीत सफलता से बहुत खुश हूँ."

प्राचार्या - "सक्सेना जी, विकास में विषयों को समझने की क्षमता है. उसकी मेहनत का परिणाम उसे मिला है. आगे भी वह इसी तरह मनोयोग से पढ़ाई कर सकता है. वह अवश्य ही एक दिन आपका नाम रोशन करेगा."

विकास के माता-पिता भावुक होकर अपने आँसू पोंछ रहे थे. व्हील चेयर पर बैठा विकास मंद मंद मुस्कुरा रहा था. सचमुच हौसले बुलंद हों तो सफलता का आकाश नापने में देर नहीं लगती.

दोस्ती

रचनाकार- संगीता पाठक, धमतरी



दोस्ती ईश्वर का दिया उपहार होती है,
रिश्तों की डोर तो स्वार्थ से बँधी होती है.

सच्ची दोस्ती तो निःस्वार्थ होती है.
आत्मा ही आत्मा को पहचानती है.

दोस्ती दो आत्माओं का मिलन होती है.
दोस्ती की प्रीत रजनीगंधा सी महकती है.

दोस्त की परीक्षा दुख की घड़ी में होती है.
सच्ची दोस्ती ईश्वर का वरदान बन जाती है.

राष्ट्रीय विज्ञान दिवस

रचनाकार- गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ



देश में वर्ष 1986 से प्रति वर्ष 28 फरवरी को राष्ट्रीय विज्ञान दिवस मनाया जाता है. 28 फरवरी 1928 को देश के प्रसिद्ध वैज्ञानिक डॉ चंद्रशेखर वेंकट रमन ने 'रमन प्रभाव' की खोज की थी. यह भौतिक शास्त्र की बड़ी खोज मानी जाती है.

इस सिद्धांत के अनुसार प्रकाश की किरणें जब किसी पारदर्शी पदार्थ (ठोस, द्रव या गैस) से गुजरती हैं तो उसकी तरंग दैर्घ्य (वेव लेंथ) में अंतर आ जाता है. किरणों में यह विक्षेपण माध्यम के कणों में कंपन के कारण होता है. इसी को 'रमन प्रभाव' कहते हैं.

रमन प्रभाव की खोज के लिए उन्हें वर्ष 1930 में नोबेल पुरस्कार से सम्मानित किया गया. उनकी उपलब्धि को सम्मान देने के लिए प्रतिवर्ष इसी दिन राष्ट्रीय विज्ञान दिवस मनाया जाता है. इस वर्ष इस दिवस की विषय वस्तु (थीम) है - वैश्विक कल्याण के लिए वैश्विक विज्ञान. यह विचार विंदु भारत की उभरती वैश्विक भूमिका और अंतरराष्ट्रीय क्षेत्र में उसकी बढ़ती दृश्यता को इंगित करता है.

विज्ञान दिवस पर वैज्ञानिक संस्थान, प्रयोगशाला, विज्ञान अकादमी, विद्यालय, महाविद्यालय तथा प्रशिक्षण संस्थानों में वैज्ञानिक गतिविधियों से संबंधित कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता है. इस अवसर पर भारत सरकार तथा राज्य सरकारों के विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विभाग, विज्ञान को जन - जन तक पहुँचाने वाले वैज्ञानिकों और विज्ञान शिक्षकों को पुरस्कार भी देते हैं.

रसायनों की आणविक संरचना के अध्ययन में 'रमन' प्रभाव 'एक प्रभावी साधन है. इस अनुसंधान का अन्य शाखाओं जैसे औषधि विज्ञान, जीव विज्ञान, भौतिक विज्ञान, खगोल विज्ञान तथा दूर संचार के

क्षेत्र में भी बहुत महत्व है। प्रसिद्ध भौतिक शास्त्री सर सी० वी० रमन एक ऐसे महान आविष्कारक थे जो न केवल भारतीयों के लिए, अपितु संपूर्ण विश्व के लोगों के लिए प्रेरणास्रोत हैं।

हमारे वैज्ञानिक और संस्थान न केवल देश में विज्ञान कार्यक्रमों को संचालित और प्रचारित कर रहे हैं, अपितु संपूर्ण विश्व के कल्याण के लिए वैज्ञानिक भावना को प्रोत्साहित कर रहे हैं।

राष्ट्रीय विज्ञान दिवस पर हम संकल्प लें कि वातावरण में फैले विषाणुओं और कीटाणुओं को नष्ट करेंगे, वातावरण शुद्ध और स्वच्छ रखेंगे तथा दैनिक जीवन में ऊर्जा, जल एवं ईंधन की बचत करेंगे।

बच्चे भावी पीढ़ी के कर्णधार हैं। वे विज्ञान विषय से डरें नहीं, अपितु रुचि लेकर ज्ञान वृद्धि करें। आज विज्ञान को रोचक शैली में बच्चों को पढ़ाने के प्रयास किए जा रहे हैं। इसके लिए बाल विज्ञान कांग्रेस के आयोजन किए जाते हैं। विद्यालय स्तर पर उन्हें विज्ञान समारोह, विज्ञान नाटक, खेल - खेल में विज्ञान, विज्ञान पहेली, विज्ञान कविताओं के माध्यम से प्रेरित किया जाना चाहिए। गाँव समाज में प्रचलित लोक विज्ञान को वैज्ञानिक दृष्टि से लोगों तक पहुँचाया जाए। अनेक लोग जो अंधविश्वासों से घिरे रहते हैं, उनके भ्रमों का निवारण करके वैज्ञानिक सोच विकसित की जानी चाहिए। इस दिवस की विषय वस्तु की पूर्ति हेतु सफलता प्राप्त करने के लिए हम सभी भारतवासियों को प्राण - प्रण से जुटना चाहिए जिससे विज्ञान के सदुपयोग से देश एवं विश्व का वास्तविक कल्याण हो सके।

भाखा जनऊला

रचनाकार- दीपक कंवर

1 अ			2		3 ब	4		5 की	
				6 ब					
7 दे			8 ठ						9 तु
			10		11 नि				
12 अ		13					14 न		
					15	16 ल			
		17 रा	18			19			
20 जा			21 प		22				23
		24						25 चो	

बाएँ से दाएँ

- अचानक
- पतंगा
- पागल
- देव जगाने का त्योहार
- अनिद्रा
- हड़बड़ा
- चमड़े का रस्सी
- अड़ियल
- रखो, रखना
- एक संख्या
- जामुन
- पानी भरने, लाने वाली महिला
- मोहल्ला
- दिखावा, नखरा

पिछले भाखा जनऊला के उत्तर

1 अ	इ	2 ला	3 हा		4 ख	र	ख	5 स	हा
स		6 गा	डा		स			र	
ना				7 अ	री		8 रें	ग	9 ना
10 द	र	11 द	हा			12 दा	ह		चा
		र			13 द	र	चु	रा	
14 ह	र	द			स		ल		15 झा
र		16 र	उ	17 त	ना	18 चा			प
19 दि	न	हा		ख		र		20 मु	इ
या			21 ज	री		या		खा	
22 ही	त	वा			23 ता	री	ना	री	

ऊपर से नीचे

- नहाया
- मटका, हंडी
- प्राचीन
- घूम, भ्रमण
- बना
- ठीक समय
- लौकी का लता, बेल
- चुनना, छांटना
- अंतर्यामी
- बेचारा
- दसगात्र
- झूठ
- खपरैल
- हड्डी
- कोना