



हंस बनो, बगुला नहीं

विवेकपूर्ण जीवन का आध्यात्मिक रहस्य



डॉ. मुकेश नायक

मनुष्य का जीवन भी दूध और पानी के समान मिश्रित है. इसमें सुख-दुःख, सफलता-असफलता, सत्य-असत्य, सद्गुण-दुर्गुण और आशा-निराशा साथ-साथ चलते हैं. परिपक्व व्यक्ति वह नहीं है जो कठिनाइयों से भाग जाए, बल्कि वह है जो हर परिस्थिति में सीख खोज ले, हर चुनौती को आत्मविकास का अवसर बना दे और प्रत्येक व्यक्ति में अच्छाई देखने का अभ्यास विकसित करे. यही

भारतीय आध्यात्मिक परम्परा में हंस को केवल एक सुंदर पक्षी नहीं माना गया है, बल्कि उसे विवेक, आत्मबोध और परम चेतना का प्रतीक माना गया है. प्राचीन मान्यता है कि हंस दूध और पानी के मिश्रण

आज आवश्यकता इस बात की है कि हम बगुले की तरह केवल बाहरी अवसरों की प्रतीक्षा न करें, बल्कि हंस की तरह प्रत्येक अनुभव में से सार ग्रहण करने की क्षमता विकसित करें. प्रतिदिन एक दुर्गुण का त्याग करें, एक सद्गुण को अपनाएँ, सत्य का अनुसरण करें, विवेक को जागृत रखें और विनम्रता के साथ स्वयं को ईश्वर के प्रति समर्पित करें.जो व्यक्ति अपने जीवन में केवल सत्य, प्रेम, करुणा और ईश्वर की उपस्थिति को ग्रहण करना सीख लेता है, उसके लिए जीवन केवल सफलता प्राप्त करने का माध्यम नहीं रह जाता, बल्कि वह आत्मिक स्वतंत्रता और मोक्ष की ओर अग्रसर एक दिव्य यात्रा बन जाता है. यही भारतीय अध्यात्म का शाश्वत संदेश है हंस बनो, बगुला नहीं.

जीवन को आध्यात्मिक यात्रा में बदल देता है.

संत कबीर ने भी यही संदेश दिया कि अध्यात्म संसार से भागने का नाम नहीं, बल्कि संसार में रहते हुए उससे ऊपर उठने की कला है. जिस प्रकार हंस जल में रहते हुए भी अपने पंखों को भीगने नहीं देता, उसी प्रकार साधक संसार में रहकर भी लोभ, मोह, अहंकार और स्वार्थ से स्वयं को बचाए रखता है. उसका मन बाहरी परिस्थितियों से नहीं, बल्कि ईश्वर से जुड़ा रहता है.

उपनिषदों में विवेक को मुक्ति का प्रथम द्वार कहा गया है. विवेक केवल बुद्धि का ज्ञान नहीं, बल्कि नश्वर और शाश्वत, आत्मा और शरीर, सत्य और भ्रम के बीच अंतर पहचानने की क्षमता है. धन, पद, यश, सौन्दर्य और भौतिक उपलब्धियाँ समय के साथ बदल जाती हैं, जबकि आत्मा का आनन्द, ईश्वर का प्रेम और सत्य का अनुभव शाश्वत रहता है. हंस हमें इसी

शाश्वत को चुनने का साहस देता है.

आज का युग सूचना-विस्फोट का युग है. हर क्षण हमारे सामने अनगिनत विचार, सलाह, समाचार और मत प्रस्तुत होते रहते हैं. ऐसे समय में सबसे बड़ी आवश्यकता सूचना नहीं, बल्कि विवेक की है. श्रय बात को स्वीकार कर लेना बुद्धिमानी नहीं है. सत्य को पहचानना, सार्थक विचारों को अपनाना और निरर्थक बातों को छोड़ देना ही हंस का संदेश है.

कठोपनिषद में यमराज और नचिकेता के संवाद के माध्यम से जीवन का एक अत्यंत महत्वपूर्ण सिद्धांत प्रस्तुत किया गया है. मनुष्य के सामने सदैव दो मार्ग होते हैं प्रेय और श्रेय. प्रेय वह है जो तत्काल सुख देता है, पर अंततः दुःख का कारण बनता है. श्रय वह है जो प्रारम्भ में कठिन प्रतीत होता है, पर अंततः शांति, संतोष और आत्मिक उन्नति प्रदान करता है. विवेकशील व्यक्ति सदैव श्रेय का मार्ग चुनता है. यही

हंस का मार्ग है.

इसी प्रकार मुण्डक उपनिषद दो पक्षियों का अद्भुत रूपक प्रस्तुत करता है. एक पक्षी वृक्ष के फलों का स्वाद लेकर सुख-दुःख का अनुभव करता है, जबकि दूसरा पक्षी मौन भाव से सब कुछ देखता रहता है. पहला पक्षी इच्छाओं में उलझे जीवात्मा का प्रतीक है और दूसरा साक्षी भाव में स्थित परमात्मा का. जब मनुष्य विवेक के माध्यम से अपने भीतर के साक्षी भाव को पहचान लेता है, तब उसका पूरा जीवन बदल जाता है. बाहरी सुख-दुःख उसे विचलित नहीं कर पाते क्योंकि उसे वास्तविक आनन्द अपने भीतर मिलने लगता है.

आध्यात्मिक जीवन का उद्देश्य समाज का त्याग करना नहीं, बल्कि अपने चरित्र को परिष्कृत करना है. जब करुणा बढ़ती है तो अहंकार स्वतः घटने लगता है. वाणी मधुर हो जाती है, विचार निर्मल हो जाते हैं और हृदय में ईश्वर का स्मरण सहज होने लगता है. मंदिर जाना सरल है, किन्तु अपने हृदय को मंदिर बना लेना कहीं अधिक कठिन है. पूजा करना आसान है, पर प्रत्येक कर्म को पूजा बना देना ही सच्चा अध्यात्म है.

जब मनुष्य हंस की तरह जीना सीख लेता है, तब कोई भी परिस्थिति उसे तोड़ नहीं सकती. आलोचना उसके लिए विनम्रता का पाठ बन जाती है, असफलता धैर्य सिखाती है और कठिनाइयाँ उसके विश्वास को और अधिक दृढ़ करती हैं. तब जीवन संघर्षों का बोझ नहीं, बल्कि आत्म-खोज की एक पवित्र यात्रा बन जाता है.

लक्षकथा

डील



प्रगति त्रिपाठी

जमीन के लिए अपनी आजादी पर सहण लगाए!

बगल वाले कमरे में बैठी माँ उनकी बातें सुन रही थी एकाएक उनका चेहरा मुरझा गया. बड़ा भाई पत्नी का इशारा समझ गया और उसने छोटे को बुलाकर भाभी की समस्या बताई और अपना प्रस्ताव रखा. छोटा भाभी के व्यवहार से पहले ही परिचित था.

वह बहुत दृढ़ता से बोला भैया, माँ की सेवा करने के लिए मुझे किसी डील की जरूरत नहीं है उनकी सेवा कर सकूँ ये तो मेरा सौभाग्य होगा. छोटे बेटे की बात सुनकर माँ का मुरझाया चेहरा फिर से खिल गया.



पिताजी के मरने के बाद संपत्ति का बंटवारा हो जाने पर दोनों भाई परिवार सहित वापस शहर जाने की तैयारी में लग गए. तभी बड़े भाई की पत्नी ने कहा देखो जी मैं मम्मीजी को अपने पास नहीं रख सकती. मेरा जीब है, बच्चा है, अकेले मैं क्या-क्या करूंगी ? और तो और मम्मीजी हमेशा बीमार रहती है. मुझसे उनकी सेवा नहीं हो पाएगी. आप कुछ ऐसा करिए की मम्मीजी हमेशा के लिए छोटे के पास चली जाए.

वो कैसे?

डील करके इतना कहते ही उसके चेहरे पर एक कूटिल मुस्कान छा गई. देखिए हमारे पास किस चीज की कमी है ? जो कड़े दो कड़े

कविता का कल: युवा कविता की संवेदना और सरोकार पर जरूरी चर्चा



चयन कानूनगो

दिया कि बदलते समय और तकनीकी चुनौतियों के बावजूद कविता का भविष्य सुस्थित है.

युवा कविद्वय अमेय कांत के कविता संग्रह किसी छूटे हुए दिन में तथा शहरयार के कविता संग्रह एक पुराना मौसम लौटा को केंद्र में रखकर आयोजित इस कार्यक्रम में युवा कविता की संवेदना, सरोकार, उसके भविष्य और समकालीन कविता पर गंभीर एवं सार्थक विमर्श हुआ.मुख्य अतिथि वरिष्ठ कवि एवं अनुवादक रतन चौहान ने

मध्यप्रदेश

हिन्दी साहित्य सम्मेलन, देवास इकाई एवं लिटरेचर क्लब के बैनर तले देवास में

आयोजित महत्त्वपूर्ण साहित्यिक आयोजन कविता का कल

ने यह भरोसा और मजबूत कर

दिया कि बदलते समय और तकनीकी चुनौतियों

के बावजूद कविता का भविष्य सुस्थित है.

युवा कविद्वय अमेय कांत के कविता संग्रह किसी छूटे हुए दिन में तथा शहरयार के कविता संग्रह एक पुराना मौसम लौटा को केंद्र में रखकर आयोजित इस कार्यक्रम में युवा कविता की संवेदना, सरोकार, उसके भविष्य और समकालीन कविता पर गंभीर एवं सार्थक विमर्श हुआ.मुख्य अतिथि वरिष्ठ कवि एवं अनुवादक रतन चौहान ने

आयोजन

कहा कि जब तक मनुष्य के भीतर संवेदना, कल्पना और सपने जीवित हैं, तब तक कविता भी जीवित रहेगी. झ

उन्होंने कहा कि कविता हर दौर में मनुष्यता के पक्ष में खड़ी रही है और युवा कवियों की रचनाओं में अपने समय की चिंता, संघर्ष और संवेदनशील दृष्टि स्पष्ट दिखाई देती है. उन्होंने विश्व साहित्य और हिंदी कविता के अनेक संदर्भों के माध्यम से युवा कविता की संभावनाओं पर भी प्रकाश डाला. प्रतिष्ठित कथाकार एवं उपन्यासकार पंकज सुबौर ने कहा कि लेखक अपनी रचनाओं के माध्यम से सदैव जीवित रहता है.

उन्होंने शहरयार की रचनात्मक यात्रा का उल्लेख करते हुए कहा कि साहित्य के सतत अध्ययन और लेखन से ही एक सशक्त रचनाकार का निर्माण होता है. प्रतिष्ठित कवि एवं अनुवादक आशुतोष दुबे ने कहा कि किसी युवा कवि के लिए प्रेम सबसे स्वाभाविक विषय है. अनुभवजन्य और ईमानदार अभिव्यक्ति ही आगे चलकर व्यापक मानवीय सरोकारों का स्वर बनती है.

उन्होंने दोनों युवा कवियों की रचनात्मक संभावनाओं की सराहना की. साहित्यकार आशीष दशोत्तर ने देवास, सीहोर और रतलाम जैसे कस्बों की सतत रचनाशीलता का उल्लेख करते हुए कहा कि छोटे शहर आज भी अपनी मिट्टी, संवेदना और जीवनानुभवों से जुड़े गंभीर साहित्य का सृजन कर रहे हैं तथा नए रचनाकारों को निरंतर मंच प्रदान कर रहे हैं. कार्यक्रम के दौरान अमेय कांत एवं शहरयार ने अपने-अपने कविता संग्रहों से चयनित कविताओं का पाठ किया.

मनीष शर्मा ने अमेय कांत की रचनात्मक यात्रा तथा पंकज सुबौर ने शहरयार के कवि बनने की यात्रा से श्रोताओं को परिचित कराया. कार्यक्रम का प्रभावी संचालन मनीष वैद्य ने किया, जिन्होंने कविता के वर्तमान और भविष्य पर सार्थक भूमिका भी प्रस्तुत की. कार्यक्रम में उर्वशी उपाध्याय ने स्वागत भाषण दिया तथा संजय जोशी ने अतिथि परिचय प्रस्तुत किया.

अंत में शक्ति वैद्य ने आभार व्यक्त किया. इसमें मनीष वैद्य, चयन शर्मा, हिमांशु कुमावत, भावेश कानूनगो, चयन कानूनगो, शर्मिला ठाकुर, मंजू जैन, तनिष्का वैद्य एवं कुपाली राणा आदि की भूमिका रही.

कहानी



विनीता राहुरीकर

लेने आने को कह दिया. कार्यक्रम भवन से उसका शोरूम दस मिनट की दूरी पर ही था. वह बाहर गेट पर जाकर खड़ी हो गई. ठंड के दिनों में अंधेरा यूँ भी जल्दी हो जाता है.

सरिता ने जाते हुए गेट पर रुककर पूछा था रुकने के लिए लेकिन अनुराधा ने मना कर दिया कि पाँच मिनट में गाड़ी आ ही जाएगी पहले ही देर हो गई है वो चली जाए. अनिता जी ने उसे पहुँचा देने के लिए पूछा लेकिन उनका घर विपरीत दिशा में था तो उसने मना कर दिया. भवन का कर्मचारी भी पाँच मिनट बाद हॉल को ताला लगाकर चला गया. भवन के प्रांगण में एक ओर बैंक का एटीएम था. वहाँ रोशनी भी थी और इक्का दक्का लोग भी ऐसे निकलवाने आ रहे थे. प्रांगण में घूमते दो कुत्ते गेट तक आकर अनुराधा के आसपास खड़े हो गये. अनुराधा को कुत्तों से बड़ी चिड़ थी, कटखने कहीं के, पता नहीं कब झपट पड़े. आनंद को कुत्तों से उतना ही लगाव था. कार में हमेशा ब्रिस्कट और डॉंग फूड के पैकेट रखता था. जहाँ कुत्ते दिखे वहीं उन्हें खिलाने लगता. अनु को बड़ी चिड़ होती थी. उसने नाक भी सिकोड़कर कुत्तों को देखा और जरा परे सरक गयी. दोनों गेट से दूर अंदर जाकर बैठ गए. कोई आदमी भी नहीं आसपास, उसे

संपादकीय बोर्ड प्रबंध संपादक : सुमीत माहेश्वरी, समूह संपादक : क्रांति चतुर्वेदी

कटखने...

कुत्तों से डर लग रहा था.

मोबाइल निकालकर उसने समय देखा, पाँने आठ हो रहे थे. उसने आनंद को फोन लगाया तो उसने कहा निकल रहा हूँ,अब तक निकले ही नहीं. बीस मिनट हो गये हैं फोन करके. सब जा चुके हैं मैं अकेली खड़ी हूँ. अनु ने खीज कर कहा.

जज साहब आ गए थे होम जिम लेने उसी में देर हो गई. निकल गया हूँ अभी पहुँच जाऊँगा. आनंद ने कहा. तभी मोटरसाइकिल पर तीन लड़के सामने की सड़क से गुजरे, थोड़ा आगे जाकर वापस पलटे और अनु को घूरते हुए चले गये.

रात गहरा रही थी. मेन रोड पर तेजी से गाड़ियाँ जा रही थीं लेकिन इधर सन्नाटा सा था. भवन था भी शहर के बाहरी इलाके में. तभी दोनों में से एक कुत्ता उसके पास आया और पैरों को सूंघने की कोशिश करने लगा.

हट-—हट उसने पर्स झुलाकर उसे दूर किया. कुत्ता वापस अपने साथी के पास जाकर बैठ गया. सड़क पर से एक कुत्ता और आया और उनके पास ही पसर गया. अनु को चिड़ हुई, दो मुसीबतें क्या कम थी जो एक और आ गया. उसका ध्यान उन पर ही लगा रहा. वो हिलते भी तो

वह ध्वरा जाती की कहीं उस पर झपटने या काटने तो नहीं आ रहे. इससे तो अच्छा था टेक्सी बुक करके ही चली जाती. बेकार आनंद को बुलाया. आसपास कोई ऑटो वाला भी दिखाई नहीं दे रहा था आज. शाम को तो खड़े थे एक दो ऑटो चालक. तभी मोटरसाइकिल वाले लड़के फिर सामने से निकले और एक उड़ती हुई नजर उस पर डालकर आगे ब ? गये. अनु ने पर्स को कस कर पकड़ लिया. एक तो ठंड लगने लगी थी उस पर ये मुसीबत. मोटरसाइकिल फिर वापस आयी और गेट से अंदर एटीएम की तरफ चली गयी. जाते हुए तीनों उसे घूरते हुए गये. आठ बीस हो गये थे. अनु ने दुबारा आनंद को फोन लगाया राज भवन पर ही अटका हूँ यार यहाँ बहुत ज़मिर लगा है. अब पीछे मुड़कर दूसरी तरफ से भी नहीं आ सकता.

आनंद ने बताया. अनु ने फोन रख दिया. लड़के यूँ ही इधर-उधर टाइम पास कर रहे थे. फिर मोटरसाइकिल पर बैठे और चले गए. अनु डर गयी, कहीं और साथियों को लेने के लिए तो नहीं गये. क्या कर पैदल ही चल पड़े, लेकिन अब तो सड़क भी सुनसान हो रही थी कहीं रास्ते में दबोच ले...ऐसी परिस्थिति में एक-एक पल कितना भारी और अंतहीन लगता है. लड़के फिर वापस आ गए थे.

टंड में भी बाइक चलाते वाले लड़के ने अपने जैकेट और शर्ट के बटन खोल रखे थे. अनु कुत्तों का डर भूल

चुकी थी. ये नया और अधिक भयावह डर उस पर हावी हो गया था. कुत्तों के काटे का तो इलाज है लेकिन इन कटखनों का... उसने धीरे से पीछे देखा कहीं वे चले तो नहीं गए लेकिन तीनों कुत्ते वहीं बैठे थे गेट पर नजर जमाए. अनु को ढाढस हुआ, चलो कोई तो है सहारा. वह धीरे से कुत्तों के पास सरक गयी. अब वह कुत्तों के पास सुरक्षित महसूस कर रही थी. कुत्ते सजग हो कर बैठ गए. मोटरसाइकिल वाले लड़कों के अंदर आते ही तीनों उठ खड़े हुए. उनमें से एक जो बड़ा तगड़ा सा था चेतावनी के स्वर में भौंकने लगा.

उसकी आवाज सुनकर आसपास से दो चार कुत्ते और आकर गेट पर खड़े होकर भौंकने लगे. एक कुत्ता अनु के पास बैठा रहा और बाकी दो बाइक सवारों पर लपके. लड़के ने जल्दी से किक लगाई और बाइक घुमाकर तीनों बाहर निकल गये. गेट से बाहर कुछ दूरी तक कुत्तों ने पीछा किया फिर दोनों अंदर आ गए. पहली बार उन्हें देखकर अनु के चेहरे पर मुस्कान आयी. उसने बड़ी कृतज्ञता से उनकी ओर देखा. तभी सामने से आनंद की कार आती दिखी. उसकी जान में जान आयी. वह गेट पर चली आयी. तीनों उसकी कार तक आए फिर कार को सूँच कर वापस चले गये. ब्रिस्कट या डॉंग फूड रखा है क्या गाड़ी में ? अनु ने गेट खोलकर पूछा. तुम और डॉंग फूड पूछ रही हो ? तुम्हें तो कुत्तों से सख्त नफरत है. आनंद ने आश्चर्य से पूछा. अरे रखा हो तो दो न बाबा अनु बोली. आनंद ने डिब्बी से डॉंग फूड का पैकेट निकाल कर दिया. अनु ने प्रांगण की पथर के फर्श पर एक कोने में डॉंग फूड डाल दिया और पुचकार कर उन कुत्तों को पास बुलाया. वे पहले संकोच में आगे बढ़े, उसे कौतुहल से देखते रहे फिर उसके दुबारा पुचकारने पर खुश होकर खाने लगे.

दो मिनट वह वहीं खड़ी रही. सबकी पूँछ हिल रही थी प्रसन्नता से. आगे से जब भी यहाँ आऊँगी तुम सबके लिए खाना लेकर आया करूँगी. मेरी रक्षा करने के लिए तुम सबका बहुत धन्यवाद. मन ही मन उसने उन्हें धन्यवाद दिया और बच्चा हुआ फूड भी उन्हें दे दिया. आज सूरज कहीं से उगा है मैडम जी ? आनंद ने उसके कार में बैठते ही पूछा. इसलिए आज मैंने जाना कि वास्तव में कटखने कौन होते हैं और डरना किससे चाहिए, अनु मुस्कुराते हुए बोली.

क्लास by बड़े भाई

इतना कुछ भी बड़ा नहीं था



संदीप द्विवेदी कवि/प्रेरक वक्ता/स्किल ट्रेनर

छोटे भाई, कितनी ही बार हमें ये एहसास होता है कि हम यह काम बड़ी आसानी से कर सकते थे ... यह किसी के द्वारा तय की गयी ऊँचाई, हम भी तय कर सकते थे... बल्कि और भी कुछ ज्यादा लेकिन भीतर किसी डर ने न तो हमें कभी प्रयास करने दिया और न ही हमने उस डर से आगे निकलने का कभी विचार किया. बस इसी सोच ने सारा अंतर पैदा कर दिया . वरना कुछ भी इतना बड़ा नहीं था. कुछ भी इतना मुश्किल नहीं था, वो किया जा सकता था.

इसी भाव पर आज आपके साथ एक कविता साझा कर रहा हूँ, यदि यह आपको आपकी क्षमता का एहसास करवाने में सफल रहती है तो यही इस कविता और इस लेख की सार्थकता होगी...

ऐसा नहीं कि पर्वत उसने इससे पहले चढ़ा नहीं था पांव ने पथर भी तोड़े थे वो ही आगे बढ़ा नहीं था इतना कुछ भी बड़ा नहीं था ... इतना कुछ भी बड़ा नहीं था ...

नित्य भगता सूरज लेकिन ओस की हिम्मत देखी है ? उतनी बूँद बढ़कर आती जितनी रोज समेटी है.... हमने देखी छत्र हार कभी तो जैसे सबकुछ हार गए ओस की बूँदें हम भी थे बस धीरेज वैसा धरा नहीं था ... इतना कुछ भी बड़ा नहीं था.. इतना कुछ भी बड़ा नहीं था .. कितना लम्बा वक़्त गाँवया

नित्य भगता सूरज लेकिन ओस की हिम्मत देखी है ? उतनी बूँद बढ़कर आती जितनी रोज समेटी है.... हमने देखी छत्र हार कभी तो जैसे सबकुछ हार गए ओस की बूँदें हम भी थे बस धीरेज वैसा धरा नहीं था ... इतना कुछ भी बड़ा नहीं था.. इतना कुछ भी बड़ा नहीं था .. कितना लम्बा वक़्त गाँवया

कविता

युद्ध विराम के बीच बच्चे



अनुवाद : पारमिता शर्मा चिरश्री इंद्रसिंह (ओड़िआ)

युद्धविराम को बच्चे उस तरह नहीं समझते, जिस तरह समझते हैं बुजुर्ग .

साधियों की तैयारी, शांति-साधियाँ, सफ़ेद पताकाएँ, शांति-सम्मेलनों में परोसी जानेवाली स्वादिष्ट कॉफी की सुगंध ये सभी प्रायोजित युद्धों के शाश्वत सच हैं. यह अच्छी तरह पता है बुजुर्गों को .

बच्चे अलग होते हैं . प्रेम और विश्वास से लगाव होता है उन्हें . बिना दीवारों और फर्श वाले घर में वापस आकर भी वे झुल और राख में खेल सकते हैं .

वे शहद मँग सकते हैं सामूहिक बलात्कार की पीड़ाति माँ से. वे देख सकते हैं सितारों से भरे आकाश में परिशों के पंखों की हलचल, खड़े-खड़े जल चुके सरु और ताड़ के पेड़ों की चोटियों पर .

युद्धविराम में भी देखते हैं कई बुजुर्ग कि कैसे उनकी बचत, संपत्ति, और आशाएँ फिसलती जाती हैं उनकी उँगलियों से. गुप्त रूप से रचते हैं वे पड़यंत्र, अभिशाप, विनाश और बदले की योजनाएँ .

कभी-न-कभी, कहीं-न-कहीं कुछ छोटे-बड़े युद्धों में योगदान होता है हर एक बुजुर्ग का

इसीलिए युद्धविराम में अपने ही अपराधिक मन का भय दिखाई देता है हर समझदार बुजुर्ग को .

बच्चों का सरोकार नहीं होता युद्ध के कारणों से . वे युद्ध के लिए बड़ों को दोषी ठहरा सकते हैं, एक युद्ध-मुक्त भविष्य के सपने नन्हें बच्चे इसीलिए शायद हार जाता है युद्ध हार बार