FEW VALUABLE PUBLICATIONS

UDYAM-UP-01-0039937

SAAR Publications (Reg.)
(Agra, Lucknow, Greater Noida)
E-mail : saarpublications18@gmail.com
Web : www.saarpublications.com
Mob. : +91-9996776130, +91-9991106838
(MSME Registered)

9 788195 811700

MRP ₹ 125

आरोहण

(चिंतन से सृजन की ओर)

छमाही

ज्येष्ठ – आषाढ़, विक्रम संवत 2083 (जून – 2026)

संपादक

डॉ. कीर्तिका यादव

आरोहण

-

आरोहण

संपादक

डॉ. कीर्तिका यादव

SAAR Publications (Reg.)
(Lucknow, Agra, Greater Noida)
+91-9996776130, +91-9991106838
www.saarpublications.com
saarpublications18@gmail.com
(MSME Registered)

Copyright @ SAAR Publications

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise), without the publisher's prior written permission.

सपादक	:	डॉ. कीर्तिका यादव
संस्करण	:	2026 (प्रथम)
प्रकाशक	:	सार पब्लिकेशन्स (रजि.) B2, 902, डिजाइन आर्क, साइट-सी, नोएडा, उत्तर प्रदेश
फोन	:	+91-9996776130
वेबसाइट	:	www.saarpublications.com
ई-मेल	:	saarpublications18@gmail.com
आई.एस.एस.एन.	:	प्रतीक्षित

हमारे बारे में

"चिंतन से सृजन की ओर–आरोहण"

"आरोहण" सार पब्लिकेशन्स द्वारा प्रकाशित एक छमाही ऑनलाइन एवं मुद्रित हिंदी पत्रिका है, जो साहित्य, संस्कृति, शिक्षा, राष्ट्रचिंतन और सामाजिक सरोकारों से जुड़े विविध विषयों को समर्पित है। पत्रिका का उद्देश्य हिंदी भाषा और भारतीय ज्ञान परंपरा को समकालीन संदर्भों में नई दृष्टि प्रदान करना तथा साहित्यिक अभिव्यक्ति को एक सशक्त मंच उपलब्ध कराना है। इसमें कविता, कहानी, लघुकथा, निबंध, समीक्षा, साक्षात्कार, संस्मरण तथा शोधपरक लेखों का प्रकाशन किया जाता है, जिससे साहित्यिक एवं बौद्धिक संवाद को प्रोत्साहन मिल सके। पत्रिका भारतीय चिंतन, नैतिक मूल्यों और रचनात्मक अभिव्यक्ति को समाज के विभिन्न वर्गों तक पहुँचाने का सतत प्रयास करती है।

"आरोहण" केवल एक पत्रिका नहीं, बल्कि विचारों, संवेदनाओं और सृजनशीलता का ऐसा मंच है, जो स्थापित साहित्यकारों के साथ–साथ युवा एवं नवोदित रचनाकारों को भी अपनी प्रतिभा प्रस्तुत करने का समान अवसर प्रदान करता है। पत्रिका का उद्देश्य नई पीढ़ी को हिंदी साहित्य, भारतीय संस्कृति और सामाजिक उत्तरदायित्व के प्रति जागरूक करना है। समकालीन विषयों, राष्ट्रीय चेतना, पर्यावरण, शिक्षा, स्वदेशी चिंतन तथा सामाजिक परिवर्तन से जुड़े लेखों के माध्यम से यह समाज में सकारात्मक वैचारिक वातावरण निर्मित करने का प्रयास करती है। डिजिटल एवं प्रिंट दोनों माध्यमों में प्रकाशित होने के कारण "आरोहण" देश–विदेश के पाठकों तक सहज रूप से पहुँचकर साहित्य और समाज के मध्य एक सशक्त सेतु का कार्य कर रही है।

संरक्षक
प्रोफेसर (डॉ.) अजय तनेजा
कुलपति
ख्वाजा मोइनुद्दीन चिश्ती भाषा विश्वविद्यालय
लखनऊ, उत्तर प्रदेश

प्रबंध निदेशक
डॉ. शशांक शर्मा
शारदा विश्वविद्यालय, ग्रेटर नोएडा,
उत्तर प्रदेश

सलाहकार मंडल
डॉ. प्रियंका सिंह
शम्भु दयाल डिग्री कॉलेज, गाजियाबाद,
उत्तर प्रदेश

डॉ. प्रिया सत्संगी
एमिटी यूनिवर्सिटी, मुंबई, महाराष्ट्र

डॉ. ऋचा तोमर
टी.एन. बी. कॉलेज, भागलपुर, बिहार

डॉ. सतीश कुमार वर्मा
शारदा विश्वविद्यालय, ग्रेटर नोएडा,
उत्तर प्रदेश

संपादक
डॉ. कीर्तिका यादव
लखनऊ विश्वविद्यालय, लखनऊ,
उत्तर प्रदेश

इस पत्रिका में प्रकाशित लेखों में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं। संपादक का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है ।

-

संपादकीय

प्रिय पाठकों,

हमें अत्यंत हर्ष है कि आपके समक्ष 'आरोहण' पत्रिका का यह नवीन अंक प्रस्तुत कर रहे हैं। यह पत्रिका ज्ञान, रचनात्मकता और विचारों के आदान-प्रदान का एक सशक्त मंच है, जहाँ साहित्य, शिक्षा और समसामयिक चिंतन का सुंदर समन्वय देखने को मिलता है।

वर्तमान समय में शिक्षा केवल जानकारी प्राप्त करने का माध्यम नहीं, बल्कि व्यक्तित्व विकास, संवेदनशीलता और सामाजिक उत्तरदायित्व का आधार बन चुकी है। इसी उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए इस अंक में शिक्षा, पर्यावरण, डिजिटल युग और राष्ट्रीय शिक्षा नीति जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर विचारोत्तेजक लेख सम्मिलित किए गए हैं।

साथ ही, इस अंक में प्रेरणादायक कविताएँ, रोचक लघुकथाएँ, ज्ञानवर्धक लेख, चिंतनपरक विमर्श तथा विविध रचनात्मक सामग्री को स्थान दिया गया है, जो पाठकों को साहित्यिक आनंद के साथ-साथ नई सोच और प्रेरणा भी प्रदान करेगी।

हमें विश्वास है कि 'आरोहण' का यह अंक पाठकों को नई दृष्टि, सृजनात्मक ऊर्जा और चिंतन की दिशा प्रदान करेगा तथा ज्ञान और साहित्य के प्रति उनकी रुचि को और समृद्ध करेगा।

सादर,

डॉ. कीर्तिका यादव
संपादक, आरोहण

-

संपादक परिचय

डॉ. कीर्तिका यादव (एम.एससी., पीएच.डी. (भौतिकी), लखनऊ विश्वविद्यालय) एक समर्पित शिक्षाविद्, शोधकर्ता एवं भौतिकी की विदुषी हैं। उनका प्रमुख शोध क्षेत्र द्रव क्रिस्टल (लिक्विड क्रिस्टल) है, जिसमें वे निरंतर अकादमिक एवं शोधपरक कार्य कर रही हैं। विज्ञान के साथ-साथ कला और साहित्य में भी उनकी गहरी रुचि है, जिसका प्रभाव उनके सृजनात्मक लेखन में स्पष्ट रूप से परिलक्षित होता है। डॉ. यादव अनेक पुस्तकों में सह-लेखक के रूप में योगदान दे चुकी हैं तथा उनकी कविताएँ और कहानियाँ विभिन्न पुस्तकों एवं साहित्यिक संकलनों में प्रकाशित हो चुकी हैं। उनका लेखन तर्क, तथ्य और संवेदना का सशक्त एवं संतुलित समन्वय प्रस्तुत करता है, जो पाठकों को चिंतन, संवेदनशीलता और सृजनात्मकता की ओर प्रेरित करता है।

-

रचनाएं भेजें

saarpublications18@gmail.com
www.saarpublications.com

आरोहण में प्रकाशन हेतु नियम

1. "आरोहण" में प्रकाशित होने वाली रचनाएँ मौलिक, अप्रकाशित एवं लेखक की स्वयं की रचना होनी चाहिए। किसी अन्य पत्रिका, पुस्तक, ब्लॉग अथवा वेबसाइट पर पूर्व प्रकाशित सामग्री स्वीकार नहीं की जाएगी।
2. पत्रिका में कविता, कहानी, लघुकथा, लेख, समीक्षा, संस्मरण, साक्षात्कार शोधपरक लेख तथा समसामयिक विषयों से संबंधित रचनाएँ आमंत्रित की जाती हैं।
3. रचना हिंदी भाषा में यूनिकोड फॉन्ट (Mangal/Krutidev converted Unicode) में टंकित होकर Word File (.doc/.docx) में भेजी जाए।
4. रचना के साथ लेखक का पूरा नाम, संक्षिप्त परिचय, संस्थानध्पता, मोबाइल नंबर तथा ईमेल आईडी अनिवार्य रूप से भेजें।
5. शोधपरक एवं तथ्यात्मक लेखों में संदर्भ (References) एवं आवश्यक स्रोतों का उल्लेख करना आवश्यक होगा।
6. संपादकीय मंडल को प्राप्त रचनाओं में आवश्यक भाषिक एवं संपादकीय संशोधन करने का अधिकार सुरक्षित रहेगा।
7. साहित्यिक मर्यादा, सामाजिक सौहार्द एवं नैतिक मूल्यों के विरुद्ध सामग्री प्रकाशित नहीं की जाएगी।
8. किसी भी प्रकार की कॉपीराइट उल्लंघन अथवा तथ्यगत त्रुटि के लिए लेखक स्वयं उत्तरदायी होंगे।
9. चयनित रचनाओं का प्रकाशन ऑनलाइन एवं मुद्रित दोनों स्वरूपों में किया जा सकता है।
10. पत्रिका में प्रकाशित रचनाओं के पुनर्प्रकाशन हेतु संपादक/प्रकाशक की पूर्व अनुमति आवश्यक होगी।
11. रचना भेजते समय विषय पंक्ति में "आरोहण हेतु रचना" अवश्य लिखें।
12. रचनाएँ ईमेल अथवा पत्रिका की आधिकारिक वेबसाइट के माध्यम से भेजी जा सकती हैं।

अनुक्रमणिका

हमारे बारे मे v
सम्पादकीय ix
सम्पादक परिचय xi

I. विशेष लेख

1. प्रकृति से हम या हम से प्रकृति 3
अशोक नेहरा
2. माइक्रोप्लास्टिक और जीवों का भविष्यः एक उभरता वैश्विक संकट 4
डॉ. अरुण रत्न

II. विमर्श

1. डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका 7
शिशिर शुक्ला
2. डिजिटल युग में मीडिया की भूमिकाः वर्तमान और भविष्य 10
डॉ. ऋचा तोमर
3. तनाव-सहने में सक्षम विद्यार्थीः शिक्षकों की बदलती भूमिका 14
डॉ. शान्तनु कुमार साहू
4. महिला सशक्तिकरण-नारे से वास्तविकता तक 18
डॉ. कीर्तिका यादव

III. परिचर्चा

1. राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020: ज्ञान, कौशल और संस्कारों का संगम 21
प्रो. हितेंद्र त्यागी

IV. लघुकथा

1. कद्र 27
नन्हे मिश्रा
2. अतीत का अवशेषः वह घर जो अब मैं हूँ.. 30
रितिक दुबे
3. सफ़ेद पन्ना 33
ऋतिक सिंह
4. अतीत.. 36
आदित्य बुंदेला
5. पूजा के बाद की सच्चाई.. 38
मनजीत झारिया
6. कागज का पुल.. 40
अमृता सिंह

V. कविताएँ

1. संघर्षरत लड़कियाँ.. 43
वैभव श्री तिवारी
2. अविराम.. 45
हिमांशु त्रिपाठी
3. प्रिय आगमन.. 47
गौतम सैनी
4. 'मुक्ति' का दंड.. 48
पीयूष 'आश'
5. मैं अपना संसार लेकर निकला था.. 50
अनिशा भार्गव
6. दिशाहीन समाज.. 52
नरेन्द्र कुमावत 'अक्षर'
7. जात चली गई 53
प्रशांत
8. गुड़िया.. 54
सत्येंद्र कुमार मौर्य

9. सच बताओ.. 55
सुभांशु श्रीवास्तव
10. जीवन के चार अनयुक्त 56
दुर्गेश जायसवाल 'चमन'

VI. प्रेरणा कोना

प्रेरणा कोना.. 59
हर्षित कुमार

I. विशेष लेख

प्रकृति से हम या हम से प्रकृति

अशोक नेहरा
सहसंपादक (केशव संदेश पत्रिका),
सृजन धारा-1 साझा संकलन,
कई साहित्यिक पत्रिकाओं में रचनाएँ प्रकाशित
कुन्दनपुरा, सेड़वा, बाड़मेर, राजस्थान

आजकल हर तरफ प्रकृति को बचाने की बात हो रही है। प्रकृति हमारे सम्पूर्ण जीवन के संरक्षण का कार्य करती है। हम लोग प्रकृति पर निर्भर हैं, प्रकृति हम पर नहीं। आज इस प्रगतिशील युग में हम प्राकृतिक स्त्रोतों चाहे वो पहाड़,जंगल अथवा पानी हो। हम मनुष्य इसका भरपूर मात्रा में दोहन कर रहे है। हम इस दोहन कार्य को विकास की संज्ञा से पुरस्कृत कर रहे हैं। सच्चाई तो यह है कि हम हमारे हर विकास कार्यो के लिए कहीं न कहीं प्रकृति का दोहन ही कर रहे हैं। हमने न केवल जंगलो को काटा अपितु भारतवर्ष की बड़ी-बड़ी नदियाँ जिन्हें हम माता मानकर उनकी पूजा करते है हमने उन नदियों को भी प्रदूषित कर दिया है। हमने बड़ी-बड़ी विकास परियोजनाओं के लिए इस धरती माता को खोखला कर दिया है। मानव ने अपने भोग के लिए इस प्रकृति को ही अपना गुलाम बना लिया है। हाँ विकास कार्य भी जरूरी है लेकिन प्रकृति उससे भी जरूरी चीज है। अगर यह धरती ही नहीं बची तो क्या फायदा इन चीजों का जिन्हें हम आवश्यक मानते हैं। सतत विकास के लिए पर्यावरण संरक्षण जरूरी होता है। जैसे हमने किसी सड़क के निर्माण कार्य के लिए एक हजार पेड़ काट दिए। तो इसकी भरपाई और सन्तुलन स्थापित करने के लिए इतने पेड़ लगाने पड़ेंगे। हमने अपनी भूमि को भी प्रदूषित कर दिया है जिससे निरंतर उसमें लवणीयता और क्षारीयता बढ़ रही है और जमीन बंजर हो रही है। हम अपने फायदे के लिए खेत में अत्यधिक रासायनिक उर्वरक का प्रयोग करते हैं। उसी रसायनयुक्त अनाज को हम लोग खाते हैं। जिससे निरंतर नये-नये रोग फैलते है। कई राज्यों में दिनों-दिन कैंसर और अन्य खतरनाक रोग होने का एक प्रमुख कारण यही रसायनयुक्त अनाज है। कुछ सालों के बाद हमें खुद को बचाने के लिए पता नहीं क्या-क्या इलाज लेना पड़ेगा। इससे अच्छा तो यही है कि हम हरियाली अमावस्या जैसे त्योहारों पर न सिर्फ पर्यावरण को बचाने के लिए संकल्पित होने के साथ ज्यादा से ज्यादा पौधारोपण और जैविक खेती आदि पर कार्य करके इनको प्रोत्साहन भी दें। इन चीजों पर हमारी सरकारें भी हल के कुछ वर्षों में थोड़ी बहुत सक्रिय हुई है लेकिन हमें इस पर अभी बहुत ज्यादा कार्य करने की आवश्यकता है। हमें इन सकारात्मक प्रयासों की पहल व्यक्तिगत स्तर पर करनी पड़ेगी तभी जाकर आगे यह खुद एक आदर्श मूल्य के रूप में स्थापित होगा।

❑❑❑

माइक्रोप्लास्टिक और जीवों का भविष्यः एक उभरता वैश्विक संकट

डॉ. अरुण रत्न
असिस्टेंट प्रोफेसर,
सनातन धर्म कॉलेज,
मुजफ्फरनगर, उ०प्र०

माइक्रोप्लास्टिक प्रदूषण वर्तमान समय में वैश्विक पर्यावरणीय संकट के रूप में उभर रहा है। पाँच मिलीमीटर से कम आकार वाले ये प्लास्टिक कण जलीय, स्थलीय तथा वायुमंडलीय पर्यावरण में व्यापक रूप से उपस्थित हैं। इनका जैविक तंत्रों में प्रवेश, खाद्य श्रृंखला में संचरण तथा विषैले रसायनों के वाहक के रूप में कार्य करना जीव-जंतुओं और मानव स्वास्थ्य के लिए गंभीर चुनौती प्रस्तुत करता है। औद्योगिकीकरण और प्लास्टिक के अत्यधिक उपयोग ने पर्यावरणीय प्रदूषण की नई समस्याओं को जन्म दिया है। प्लास्टिक की टिकाऊ प्रकृति इसे उपयोगी बनाती है, किंतु यही गुण इसके पर्यावरणीय संचयन का प्रमुख कारण है। समय के साथ बड़े प्लास्टिक पदार्थ भौतिक, रासायनिक तथा जैविक प्रक्रियाओं द्वारा छोटे-छोटे कणों में विघटित होकर माइक्रोप्लास्टिक का निर्माण करते हैं। हाल के वर्षों में किए गए अनुसंधानों ने स्पष्ट किया है कि माइक्रोप्लास्टिक केवल समुद्री जल तक सीमित नहीं हैं, बल्कि नदियों, झीलों, मिट्टी, कृषि उत्पादों तथा वायुमंडल में भी उपस्थित हैं। इनकी सर्वव्यापकता ने इन्हें आधुनिक पारिस्थितिकी विज्ञान का महत्वपूर्ण शोध विषय बना दिया है।

माइक्रोप्लास्टिक के स्रोत

1. प्राथमिक माइक्रोप्लास्टिक

ये सीधे छोटे आकार में निर्मित होते हैं, जैसे-कॉस्मेटिक उत्पादों में प्रयुक्त माइक्रोबीड्स, औद्योगिक प्लास्टिक पेलेट्स, सिंथेटिक वस्त्रों से निकलने वाले फाइबर इत्यादि।

2- द्वितीयक माइक्रोप्लास्टिक

ये बड़े प्लास्टिक उत्पादों के विघटन से उत्पन्न होते हैं, जैसे-प्लास्टिक बोतलें, पॉलीथीन बैग, मछली पकड़ने के जाल इत्यादि।

माइक्रोप्लास्टिक के जैविक प्रभावः जलीय जीवों पर प्रभाव

समुद्री एवं मीठे जल के जीव माइक्रोप्लास्टिक को भोजन समझकर ग्रहण कर लेते हैं। यह उनके पाचन तंत्र में रुकावट उत्पन्न करता है, जिससे पोषक तत्वों का अवशोषण कम हो जाता है। अध्ययनों में पाया गया है कि माइक्रोप्लास्टिक के संपर्क से मछलियों में निम्नलिखित प्रभाव देखे गए हैं, जैसे अक्सीडेटिव तनाव, कोशिकीय क्षति, प्रजनन क्षमता में कमी, व्यवहारिक परिवर्तन, इत्यादि।

स्थलीय पारिस्थितिकी पर प्रभावः मृदा में माइक्रोप्लास्टिक की उपस्थिति मिट्टी की संरचना, जल धारण क्षमता तथा सूक्ष्मजीव विविधता को प्रभावित करती है। केंचुओं जैसे मृदा जीवों में इनके कारण निम्नलिखित प्रभाव देखे गए हैं, जैसे विकास दर में कमी, ऊतक क्षति, ऊर्जा चयापचय में परिवर्तन इत्यादि।

पौधों पर प्रभावः हालिया शोध संकेत देते हैं कि सूक्ष्म आकार के प्लास्टिक कण पौधों की जड़ों द्वारा अवशोषित हो सकते हैं। इससे पौधों पर निम्नलिखित प्रभाव देखे गए हैं जैसे अकुरण दर प्रभावित होती है, जड़ वृद्धि में बाधा आती है, प्रकाश संश्लेषण दक्षता कम हो सकती है इत्यादि।

मानव स्वास्थ्य पर संभावित प्रभावः माइक्रोप्लास्टिक भोजन, पेयजल और वायु के माध्यम से मानव शरीर में प्रवेश कर रहे हैं। शोधकर्ताओं ने मानव रक्त, फेफड़ों और प्लेसेंटा में माइक्रोप्लास्टिक की उपस्थिति दर्ज की है। संभावित प्रभावों में निम्नलिखित प्रभाव शामिल हैं जैसे सूजन प्रतिक्रिया, अंतःस्रावी व्यवधान, प्रतिरक्षा तंत्र पर प्रभाव, दीर्घकालिक विषाक्तता इत्यादि।

भविष्य की चुनौतियाँः यदि प्लास्टिक उत्पादन एवं अपशिष्ट प्रबंधन की वर्तमान स्थिति बनी रही, तो भविष्य में निम्न समस्याएँ गंभीर हो सकती हैं जैसे खाद्य श्रृंखला में विषाक्त संचयन, जैव विविधता में तीव्र गिरावट, पारिस्थितिक संतुलन का विघटन, मानव स्वास्थ्य संकट इत्यादि। कुछ अनुमानों के अनुसार, वर्ष 2050 तक समुद्री पारिस्थितिक तंत्र में प्लास्टिक का भार अत्यधिक बढ़ सकता है, जिससे समुद्री जैव विविधता पर गहरा प्रभाव पड़ेगा।

समाधान और उपायः इस समस्या के समाधान हेतु बहुआयामी दृष्टिकोण आवश्यक है जैसे उन्नत अपशिष्ट प्रबंधान, माइक्रोप्लास्टिक फिल्ट्रेशन तकनीक, एकल-उपयोग प्लास्टिक पर प्रतिबंध, कड़े पर्यावरणीय मानक जन-जागरूकता अभियान, सतत उपभोग व्यवहार इत्यादि।

निष्कर्षः माइक्रोप्लास्टिक प्रदूषण आधुनिक पर्यावरण विज्ञान की सबसे जटिल चुनौतियों में से एक है। इसका प्रभाव केवल वर्तमान जैविक प्रणालियों तक सीमित नहीं, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के अस्तित्व से भी जुड़ा हुआ है। यदि समय रहते वैज्ञानिक, सामाजिक और नीतिगत स्तर पर ठोस कदम नहीं उठाए गए, तो यह संकट वैश्विक पारिस्थितिक असंतुलन का कारण बन सकता है। माइक्रोप्लास्टिक के विरुद्ध संघर्ष केवल पर्यावरण संरक्षण का प्रश्न नहीं, बल्कि पृथ्वी पर जीवन के भविष्य की रक्षा का प्रयास है।

❑❑❑

II. विमर्श

डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका

शिशिर शुक्ला
विभागाध्यक्ष, भौतिकी विभाग
स्वामी शुकदेवानंद विश्वविद्यालय
एम.एससी. (भौतिकी), नेट (जेआरएफ)
मुमुक्षु आश्रम, शाहजहांपुर, उ०प्र०

"देख अचम्भा हो रहा तकनीकी के खेल, काम कबूतर का करे आज देख ईमेल''

अपनी इन स्वरचित पंक्तियों के साथ मैं अपने विचारों को व्यक्त करना आरंभ करूंगा। मीडिया वस्तुतः वैचारिक आदान-प्रदान, संचार एवं संप्रेषण का एक महत्वपूर्ण स्तंभ है। विचारों का प्रवाह बिना मीडिया के नितांत असंभव है। किंतु यह भी गौरतलब है कि आज वैयक्तिक, सामाजिक, राष्ट्रीय एवं वैश्विक परिदृश्य अत्यंत द्रुत गति के साथ परिवर्तित हो रहा है। इस आमूलचूल परिवर्तन की वजह भी किसी से छुपी नहीं है।

हम सभी इस बात से भिज्ञ हैं कि तकनीकी दिन प्रतिदिन जीवन के प्रत्येक पहलू को अपने आगोश में लेती जा रही है। यह कहना तो अनुचित होगा कि तकनीकी के इस उन्नयन से हमें कोई लाभ नहीं हुआ। वो एक अलग विषय है कि तकनीकी की उन्नति ने पार्श्वप्रभावों के रूप में अनेक ऐसी चुनौतियां हमारे लिए उत्पन्न की हैं, जिनसे निपटना अब कोई सहज कार्य नहीं रह गया है। किंतु यदि तकनीकी के उज्ज्वल पक्ष पर विचार किया जाए तो हमारे जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में, बल्कि यदि कहा जाए तो कदम कदम पर सुविधाओं का समावेश केवल और केवल तकनीकी की अनवरत प्रगति के कारण ही संभव हो पाया है। तकनीकी के द्वारा विकास के नए-नए पायदानों को स्पर्श करने का स्पष्ट एवं सकारात्मक प्रभाव विचारों के संचार एवं संवहन पर दृष्टिगोचर होता है। यदि कुछ दशकों पूर्व की बात करें तो मीडिया का वह स्वरूप लोकप्रिय था जो तकनीकी के उन्नत चेहरे को स्पर्श नहीं करता था क्योंकि वह तब अस्तित्वविहीन था। पारंपरिक मीडिया के अंतर्गत प्रिंट मीडिया अर्थात समाचार पत्र एवं पत्रिकाएं, ब्रह्डकास्ट मीडिया अर्थात रेडियो एवं टेलीविजन, आउटडोर मीडिया जैसे बैनर व पोस्टर, लोक परंपराएं जैसे नाटक, नौटंकी, लोकगीत इत्यादि एवं व्यक्तिगत संचार हेतु पत्र एवं डाक शामिल थे। दशकों पूर्व संचार पर मीडिया के इन्हीं माध्यमों का पूर्ण वर्चस्व था।किंतु आज का परिदृश्य एक बड़ी हद तक बदल चुका है। आज का युग डिजिटल तकनीकी का युग है, और इस डिजिटल

युग में मीडिया का भी एक नया चेहरा जन्म ले चुका है जिसे हम डिजिटल मीडिया के नाम से जानते हैं। मोबाइल फोन, विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफह्र्म, विभिन्न वेबसाइट एवं ब्लह्ग, ई-बुक्स ई-पेपर, व्हाट्सएप, टेलीग्राम, तमाम वीडियो कह्न्फ्रेंसिंग टूल्स, ईमेल, पह्डकास्ट और अनेक प्रकार के एप्लिकेशन, ये सभी डिजिटल मीडिया का अंग हैं।

यह सर्वविदित है कि पारंपरिक से डिजिटल तक मीडिया के स्वरूप में एक बड़ा परिवर्तन घटित हुआ है। इस परिवर्तन के साथ-साथ मीडिया की भूमिका, उद्देश्य एवं उसके समक्ष चुनौतियों के स्वरूप में भी एक बड़ा बदलाव आया है। मीडिया के स्वरूप में इतने बड़े रूपांतरण का परिणाम यह हुआ है कि आज मीडिया मोबाइल फोन के रूप में हमारी जेब में समाया हुआ है। जहां पारंपरिक मीडिया के विभिन्न साधनों तक अलग-अलग तरीकों से पहुंचा जाता था, वहीं आज सब कुछ हमारी जेब में मौजूद है, आवश्यकता है तो बस इंटरनेट सुविधा की। आज की स्थिति तो यह है कि आज खबर हमारे पास नहीं आती, अपितु हम हर वक्त खबर के साथ ही मौजूद रहते हैं। डिजिटल मीडिया के माध्यम से सूचनाओं की बाढ़, सोशल मीडिया की सर्वव्यापकता, एल्गोरिदम की अदृश्य शक्ति और नागरिक पत्रकारिता के उभार ने मीडिया की भूमिका को पहले से कहीं अधिक प्रभावशाली, जटिल और चुनौतीपूर्ण बना दिया है। डिजिटल युग में मीडिया केवल सूचनाप्रदाता की भूमिका तक ही सीमित नहीं रह गया, बल्कि यह समाज की चेतना, लोकतंत्र की दिशा और नागरिकों के व्यवहार को गढ़ने वाला एक निर्णायक कारक बन गया है।

मीडिया का मूल उद्देश्य सूचना देना, जनमत बनाना, सत्ता के साथ साथ देशविदेश पर निगरानी रखना और समाज को संवाद का मंच उपलब्ध कराना रहा है। डिजिटल युग ने इन सभी भूमिकाओं को व्यापकता प्रदान की है। आज के समय में नागरिकों के पास अपनी आवाज़ रखने, अपने मुद्दे उठाने और अपनी समस्या को सार्वजनिक करने हेतु पहले से कहीं अधिक अवसर उपलब्ध हैं। दूसरे शब्दों में अगर कहें तो मीडिया का डिजिटल अवतार उसके पारंपरिक स्वरूप की तुलना में कई गुना अधिक शक्तिशाली है, कई गुना अधिक लाभप्रद है एवं कई गुना अधिक बहुआयामी है। किंतु इन सभी सकारात्मक बिंदुओं के साथ-साथ अनेक ऐसे मुद्दे हैं जो गंभीर रूप से विचारणीय भी हैं। यदि मीडिया ने डिजिटल युग में विशद रूप धारण किया है एवं नागरिक, समाज व राष्ट्र के लिए बहुलतापूर्ण अवसर उपलब्ध कराए हैं, तो वहीं दूसरी तरफ जिम्मेदारियों के पैमाने पर भी डिजिटल मीडिया पारंपरिक मीडिया की तुलना में बहुत आगे खड़ा हुआ दिखाई देता है। वहीं अगर चुनौतियों की बात की जाए तो डिजिटल मीडिया और चुनौतियों का मानो चोली दामन का साथ है। पारंपरिक मीडिया की तुलना में डिजिटल मीडिया पर सूचनाओं का अथाह भंडार उपलब्ध है। एक चिंताजनक बात यह है कि यहां पर सत्य एवं असत्य दोनों ही सूचनाएँ एक साथ, एक ही धारा में एवं एक ही गति से प्रवाहित होती हैं। नतीजतन सूचनाओं के माध्यम से अपने दृष्टिकोण को दिशा दे पाना एक बेहद मुश्किल कार्य हो जाता है। डिजिटल विमर्श कभी तो सकारात्मक बदलाव लाता है, तो कभी यह निराधार होने की वजह से अनावश्यक मतभेद, व्यर्थ मुद्दों पर बहस एवं बौद्धिक विभाजन का कारण बन जाता है। यह डिजिटल युग की सबसे बड़ी विडंबना है कि जहां एक ओर संवाद के अवसर बढ़े हैं, वहीं संवाद का स्तर काफी हद तक गिरा है। आज स्वस्थ संवाद के स्थान पर ऊलजलूल नारे, तर्क के स्थान पर ट्रोलिंग तथा सहमति-असहमति के स्थान पर अपशब्दों की बाढ़ आने लगी है। निश्चित ही डिजिटल मीडिया ने समाज के प्रत्येक तबके एवं प्रत्येक वर्ग को अभिव्यक्ति का एक महत्वपूर्ण मंच प्रदान किया है और कहीं न कहीं इसके सकारात्मक प्रभाव भी दृष्टिगोचर हो रहे हैं। आज समाज का कोई भी व्यक्ति अल्प समय में देश से लेकर विदेश तक का हाल प्राप्त कर सकता है और किसी भी मुद्दे पर अपने विचारों को आभासी पटलों के माध्यम से समाज के समक्ष प्रस्तुत भी कर सकता है। सामाजिक न्याय, लैंगिक समानता, पर्यावरण संरक्षण,

शिक्षा और स्वास्थ्य, महिला कल्याण जैसे विषयों पर जागरूकता बढ़ाने में डिजिटल मीडिया ने बड़ी भूमिका निभाई है। कई आंदोलनों ने डिजिटल मंच का उपयोग करके देशव्यापी समर्थन जुटाया है। डिजिटल मीडिया ने लोकतंत्र में सहभागिता के स्तर में अभूतपूर्व वृद्धि की है, क्योंकि अब जन आंदोलन केवल सड़कों पर ही नहीं, बल्कि स्क्रीन पर भी संगठित होते हैं।

किंतु इसी के साथ डिजिटल मीडिया का एक दूसरा चेहरा भी विद्यमान है। एक उदाहरण के तौर पर एल्गोरिदम आधारित प्लेटफहर्म लोगों को वही दिखाते हैं जो उन्हें पसंद आता है, जो उनके विचारों से मेल खाता है, जो उनकी भावनाओं को उकसाता है।परिणामस्वरूप समाज में विचारों की विविधता और संवाद की संस्कृति कमजोर होती जाती है। राजनीतिक एवं अन्य विविध मुद्दों पर चर्चा अक्सर कटुता और विभाजन में तब्दील हो जाती है। यह स्थिति लोकतंत्र के लिए खतरनाक है क्योंकि लोकतंत्र की आत्मा संवाद, सहिष्णुता और बहुलता में होती है। डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका इसलिए और अधिक महत्वपूर्ण हो जाती है कि वह इस ध्रुवीकरण के बीच संतुलित, तथ्यपरक और संवेदनशील संवाद को बढ़ावा दे। डिजिटल युग में मीडिया की एक बड़ी जिम्मेदारी समाज को डिजिटल साक्षर बनाना है। आज बहुत से लोग सोशल मीडिया पर आई प्रत्येक सूचना को सत्य मान लेते हैं। वे स्रोत नहीं देखते, संदर्भ नहीं समझते, और भावनात्मक प्रतिक्रिया में उसे आगे बढ़ा देते हैं। परिणामतः अफवाहें फैलती हैं, समाज में तनाव बढ़ता है और कई बार हिंसा तक की स्थिति बन जाती है। मीडिया को चाहिए कि वह केवल खबर देने तक सीमित न रहे, बल्कि नागरिकों को यह भी सिखाए कि खबर को कैसे परखें, कैसे स्रोत की विश्वसनीयता जांचें, और कैसे तथ्य और राय में अंतर समझें। डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका उसी स्थिति में प्रभावी होगी जब वह नैतिकता और पारदर्शिता के साथ अपनी विश्वसनीयता को पुनः स्थापित करे। इसके लिए तथ्यपरक रिपोर्टिंग, निष्पक्षता, विविध दृष्टिकोणों को स्थान देना और गलतियों को स्वीकार कर आवश्यक सुधार करना जरूरी है। लोकतंत्र का चतुर्थ स्तंभ होने के नाते मीडिया के मजबूत होने का सीधा सा अर्थ लोकतंत्र की मजबूती है। डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका निस्संदेह बहुआयामी है। यह सूचना का वाहक है, लोकतंत्र का प्रहरी है, समाज का दर्पण है, और कभी-कभी समाज का निर्माता भी है। इसका उज्ज्वल पक्ष नागरिकों को सशक्त बनाता है, लेकिन स्याह पक्ष नागरिकों को भ्रमित भी कर सकता है। यह संवाद को बढ़ाता है, लेकिन ध्रुवीकरण भी पैदा कर सकता है। यह जागरूकता का संचार करता है, किंतु अफवाहें भी फैला सकता है। डिजिटल युग की यही जटिलता है। आज आवश्यकता इस बात की है कि मीडिया अपने मूल सिद्धांतों एवं उद्देश्यों की ओर लौटे, और ये उद्देश्य हैं-सत्य, निष्पक्षता, संवेदनशीलता और जनहित। तकनीक ने निस्संदेह मीडिया को शक्ति दी है, किंतु उस शक्ति का उपयोग सकारात्मक दिशा में होगा अथवा नकारात्मकता के लिए, यह पूर्णतया मीडिया की नैतिकता और समाज की जागरूकता पर निर्भर करता है। यदि डिजिटल युग में मीडिया सत्य के पक्ष में खड़ा रहेगा, जनता को तथ्यपरक सूचना देगा, संवाद की संस्कृति को बढ़ाएगा और सत्ता के साथ न्याय, निष्पक्षता एवं पारदर्शितापूर्ण संबंध रखेगा, तो डिजिटल युग लोकतंत्र के लिए निश्चित ही स्वर्णिम होगा। लेकिन यदि मीडिया केवल लाभ, लोकप्रियता और सनसनी के पीछे भागेगा, तो डिजिटल युग सूचनाओं की बाढ़ में सच को डुबो देगा। इसलिए यह समय केवल मीडिया के लिए ही नहीं, बल्कि समाज के लिए भी आत्मचिंतन का है। डिजिटल मीडिया की जिम्मेदारी का सुनिश्चयन हर नागरिक की जिम्मेदारी है, क्योंकि डिजिटल युग में प्रत्येक नागरिक मीडिया का हिस्सा है। यही डिजिटल युग की सबसे बड़ी सच्चाई है और यही इसकी सबसे बड़ी चुनौती भी।

❑❑❑

डिजिटल युग में मीडिया की भूमिकाः वर्तमान और भविष्य

डॉ. ऋचा तोमर
असिस्टेंट प्रोफेसर,
टी.एन.बी. कॉलेज,
भागलपुर, बिहार

प्रस्तावना

इक्कीसवीं सदी का वर्तमान समय 'डिजिटल युग' के रूप में पहचाना जाता है। इंटरनेट, स्मार्टफोन, सोशल मीडिया और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) जैसी तकनीकों ने मानव जीवन के हर क्षेत्र को गहराई से प्रभावित किया है। इन परिवर्तनों का सबसे व्यापक और प्रत्यक्ष प्रभाव मीडिया पर पड़ा है। पारंपरिक प्रिंट, रेडियो और टेलीविजन आधारित मीडिया अब डिजिटल प्लेटफॉर्म्स के साथ एक नई प्रतिस्पर्धा और सहयोग दोनों के दौर से गुजर रहा है। समाचारों का स्वरूप, उनकी गति, प्रस्तुति और उपभोग- सब कुछ बदल चुका है। अब सूचना केवल एकतरफा नहीं रह गई, बल्कि संवादात्मक हो गई है, जिसमें पाठक, दर्शक और श्रोता भी सक्रिय भागीदार बन गए हैं।

डिजिटल मीडिया ने लोकतंत्र को सशक्त करने, नागरिकों को मंच देने और सूचनाओं के विकेंद्रीकरण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। साथ ही, फेक न्यूज, ट्रोल संस्कृति, सूचना के अतिप्रवाह और नैतिक संकट जैसी गंभीर चुनौतियां भी सामने आई हैं। ऐसे में यह आवश्यक हो जाता है कि डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका का समग्र, संतुलित और आलोचनात्मक विश्लेषण किया जाए। प्रस्तुत आलेख में डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका को विभिन्न आयामों- सूचना प्रसार, लोकतंत्र, समाज, अर्थव्यवस्था, नैतिकता और भविष्य- के संदर्भ में समझने का प्रयास किया गया है।

1. सूचना क्रांति और डिजिटल मीडिया का उदय

डिजिटल युग की सबसे बड़ी विशेषता सूचना की अभूतपूर्व उपलब्धता और तीव्रता है। इंटरनेट और मोबाइल तकनीक ने सूचना को सीमाओं से मुक्त कर दिया है। अब समाचार किसी एक शहर, देश या चैनल तक सीमित नहीं रह गए, बल्कि वैश्विक स्तर पर कुछ ही सेकंड में प्रसारित हो जाते हैं। डिजिटल मीडिया प्लेटफॉर्म्स- जैसे न्यूज वेबसाइट्स, मोबाइल ऐप्स, सोशल मीडिया और पॉडकास्ट- ने पारंपरिक मीडिया की संरचना को ही बदल दिया है।

डिजिटल मीडिया का उदय केवल तकनीकी परिवर्तन नहीं है, बल्कि यह सामाजिक और सांस्कृतिक बदलाव का भी प्रतीक है। अब पाठक सुबह के अखब्बार या शाम के समाचार बुलेटिन पर निर्भर नहीं हैं। वे अपनी सुविधा और रुचि के अनुसार किसी भी समय समाचार पढ़, देख या सुन सकते हैं। 'ब्रेकिंग न्यूज' की अवधारणा डिजिटल मीडिया में और अधिक तीव्र हो गई है, जहां घटनाएं घटते ही लाइव अपडेट्स उपलब्ध हो जाते हैं।

इसके साथ ही, यूजर जेनरेटेड कंटेंट ने मीडिया की परिभाषा को व्यापक बना दिया है। आम नागरिक भी अब वीडियो, तस्वीरें और प्रत्यक्ष विवरण साझा कर 'सिटिजन जर्नलिज़्म' का हिस्सा बन रहे हैं। इससे सूचना का लोकतंत्रीकरण तो हुआ है, लेकिन सत्यापन और विश्वसनीयता की चुनौती भी बढ़ी है। डिजिटल मीडिया ने सूचना क्रांति को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाया है, परंतु इसके साथ जिम्मेदारी और विवेक की आवश्यकता भी उतनी ही बढ़ गई है।

2. लोकतंत्र और जनभागीदारी में मीडिया की भूमिका

डिजिटल युग में मीडिया लोकतंत्र का एक सशक्त स्तंभ बनकर उभरा है। सोशल मीडिया और ऑनलाइन न्यूज प्लेटफॉर्म्स ने नागरिकों को अपनी बात रखने, प्रश्न पूछने और सत्ता से जवाबदेही तय करने का अवसर दिया है। चुनाव, जनआंदोलन, नीतिगत बहसें और सामाजिक मुद्दे अब केवल संसद या समाचार कक्षों तक सीमित नहीं रहे, बल्कि डिजिटल स्पेस में व्यापक जनचर्चा का विषय बन गए हैं।

डिजिटल मीडिया ने हाशिए पर खड़े वर्गों को भी आवाज दी है। जिन मुद्दों को पारंपरिक मीडिया में पर्याप्त स्थान नहीं मिलता था, वे अब सोशल मीडिया अभियानों और डिजिटल रिपोर्टिंग के माध्यम से राष्ट्रीय विमर्श का हिस्सा बन रहे हैं। मी-टू, पर्यावरण संरक्षण, सामाजिक न्याय और मानवाधिकार जैसे आंदोलनों में डिजिटल मीडिया की भूमिका उल्लेखनीय रही है।

हालांकि, लोकतंत्र के लिए यह सशक्तिकरण जितना महत्वपूर्ण है, उतना ही संवेदनशील भी। डिजिटल प्लेटफॉर्म्स पर फैलने वाली भ्रामक सूचनाएं लोकतांत्रिक मूल्यों को नुकसान पहुंचा सकते हैं। एल्गोरिद्म आधारित कंटेंट वितरण कई बार 'इको चैंबर' का निर्माण करता है, जहां लोग केवल अपनी विचारधारा से मेल खाने वाली सूचनाएं ही देखते हैं। ऐसे में डिजिटल मीडिया की भूमिका केवल सूचना देने तक सीमित नहीं रह जाती, बल्कि लोकतांत्रिक चेतना को संतुलित और जिम्मेदार ढंग से आगे बढ़ाने की भी बन जाती है।

3. समाज, संस्कृति और डिजिटल मीडिया

डिजिटल मीडिया ने समाज और संस्कृति के स्वरूप को गहराई से प्रभावित किया है। आज सोशल मीडिया केवल सूचना का माध्यम नहीं, बल्कि सामाजिक पहचान, सांस्कृतिक अभिव्यक्ति और सामूहिक स्मृति का मंच बन चुका है। भाषा, फैशन, खान-पान, विचारधाराएं और जीवनशैली- सब कुछ डिजिटल प्लेटफहर्म्स के माध्यम से प्रभावित हो रहा है।

डिजिटल मीडिया ने स्थानीय और क्षेत्रीय संस्कृतियों को वैश्विक मंच प्रदान किया है। क्षेत्रीय भाषाओं में कंटेंट की बढ़ती उपलब्धता ने सांस्कृतिक विविधता को नई पहचान दी है। वहीं, डिजिटल प्लेटफॉर्म्स ने युवाओं को रचनात्मक अभिव्यक्ति के नए अवसर भी दिए हैं- ब्लॉग, व्लॉग, रील्स और पॉडकास्ट इसके उदाहरण हैं।

परंतु, इसके नकारात्मक पहलू भी कम नहीं हैं। डिजिटल मीडिया पर लोकप्रियता की होड़, 'वायरल' होने की चाह और सतही कंटेंट की बढ़ोतरी से गंभीर विमर्श कई बार पीछे छूट जाता है। साथ ही, साइबर बुलिंग, निजता का उल्लंघन और मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाला प्रभाव भी चिंता का विषय है। समाज और संस्कृति के संदर्भ में डिजिटल मीडिया की भूमिका दोधारी तलवार की तरह है- यह सशक्तिकरण भी करता है और चुनौतियां भी उत्पन्न करता है।

4. अर्थव्यवस्था, विज्ञापन और मीडिया का बदलता स्वरूप

डिजिटल युग ने मीडिया की आर्थिक संरचना को भी पूरी तरह बदल दिया है। पारंपरिक विज्ञापन मॉडल अब डिजिटल विज्ञापन, डेटा एनालिटिक्स और सब्सक्रिप्शन आधारित प्रणालियों से प्रतिस्पर्धा कर रहे हैं। ऑनलाइन प्लेटफॉर्म्स पर लक्षित विज्ञापन (टार्गेटेड एडवरटाइजिंग) ने मीडिया उद्योग को नई आय के स्रोत दिए हैं, लेकिन इसके साथ निजता और डेटा सुरक्षा से जुड़े प्रश्न भी खड़े हुए हैं।

डिजिटल मीडिया ने छोटे और स्वतंत्र मीडिया संस्थानों को भी अवसर प्रदान किए हैं। कम लागत में न्यूज पोर्टल, यूट्यूब चौनल और डिजिटल मैगजीन शुरू करना संभव हो गया है।

इससे मीडिया में विविधता तो बढ़ी है, लेकिन आर्थिक दबावों के कारण कई बार कंटेंट की गुणवत्ता और स्वतंत्रता पर समझौता भी देखने को मिलता है।

विज्ञापन आधारित राजस्व मॉडल के चलते 'क्लिकबेट' और सनसनीखेज खबरों की प्रवृत्ति बढ़ी है। टीआरपी और व्यूज की दौड़ में गंभीर पत्रकारिता प्रभावित हो सकती है। ऐसे में डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका केवल आर्थिक अस्तित्व तक सीमित नहीं रहनी चाहिए, बल्कि सामाजिक उत्तरदायित्व को भी प्राथमिकता देनी चाहिए।

5. नैतिकता, फेक न्यूज और भविष्य की चुनौतियां

डिजिटल युग में मीडिया के सामने सबसे बड़ी चुनौती नैतिकता और विश्वसनीयता की है।

फेक न्यूज, डीपफेक वीडियो और भ्रामक सूचनाएं न केवल समाज में भ्रम फैलाती हैं, बल्कि लोकतांत्रिक और सामाजिक ताने- बाने को भी नुकसान पहुंचाती हैं। सूचना की गति इतनी तेज है कि कई बार सत्यापन पीछे छूट जाता है।

इस संदर्भ में मीडिया साक्षरता (मीडिया लिटरेसी) का महत्व बढ़ जाता है। पाठकों और दर्शकों को भी यह समझना होगा कि हर वायरल होने वाली सूचना सत्य नहीं होती। वहीं, मीडिया संस्थानों को भी आत्मनियमन, तथ्य- जांच और नैतिक मानकों को सख्ती से अपनाने की आवश्यकता है।

भविष्य में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई), ऑटोमेशन और डेटा जर्नलिज़्म मीडिया की भूमिका को और बदलेंगे। सवाल यह नहीं है कि तकनीक आएगी या नहीं, बल्कि यह है कि उसका उपयोग किस उद्देश्य से किया जाएगा। डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका तभी सार्थक होगी, जब वह तकनीक और मानव मूल्यों के बीच संतुलन स्थापित कर सके।

उपसंहार

डिजिटल युग में मीडिया की भूमिका बहुआयामी, जटिल और अत्यंत प्रभावशाली हो गई है।

यह सूचना का माध्यम होने के साथ- साथ लोकतंत्र का प्रहरी, सामाजिक परिवर्तन का वाहक और सांस्कृतिक संवाद का मंच भी है। डिजिटल तकनीकों ने मीडिया को अधिक सुलभ, तेज और व्यापक बनाया है, लेकिन इसके साथ जिम्मेदारी, नैतिकता और विवेक की मांग भी बढ़ी है।

आज आवश्यकता इस बात की है कि मीडिया केवल तकनीकी नवाचारों के पीछे न भागे, बल्कि अपने मूल उद्देश्य- सत्य, जनहित और सामाजिक उत्तरदायित्व को केंद्र में रखे। एक जागरूक समाज, जिम्मेदार मीडिया और नैतिक डिजिटल संस्कृति मिलकर ही डिजिटल युग में मीडिया की सकारात्मक और सशक्त भूमिका को सुनिश्चित कर सकते हैं।

❑❑❑

तनाव–सहने में सक्षम विद्यार्थीः शिक्षकों की बदलती भूमिका

डॉ. शान्तनु कुमार साहू
एसोसिएट प्रोफेसर, प्रबंधन विभाग,
एचआईएमसीएस, मथुरा

विद्यार्थियों में तनावः एक बढ़ती हुई चिंता

आज के विद्यार्थी अत्यधिक प्रतिस्पर्धी और चुनौतीपूर्ण वातावरण में जीवन जी रहे हैं। शैक्षणिक कार्यभार, परीक्षा का दबाव, पारिवारिक अपेक्षाएँ, साथियों से तुलना, करियर की अनिश्चितता और असफलता का डर उनके तनाव के प्रमुख कारण बनते जा रहे हैं। कई विद्यार्थी इन दबावों को संभाल लेते हैं, लेकिन कुछ विद्यार्थियों के लिए यह तनाव असहनीय हो जाता है।

जब तनाव एक सीमा से अधिक बढ़ जाता है, तो यह विद्यार्थियों को भावनात्मक, मानसिक और शारीरिक रूप से प्रभावित करता है। इसके कारण चिंता, अवसाद, एकाग्रता की कमी, आत्मविश्वास में गिरावट, पढ़ाई में रुचि कम होना और गंभीर परिस्थितियों में आत्मघाती विचार भी उत्पन्न हो सकते हैं। इसलिए विद्यार्थियों के तनाव को कम करना आज शिक्षण संस्थानों और शिक्षकों के लिए एक गंभीर चुनौती बन चुका है।

शिक्षकः विद्यार्थियों का पहला सहारा

शिक्षक पेशेवर काउंसलर नहीं होते, लेकिन वे विद्यार्थियों से नियमित रूप से जुड़े रहते हैं। विद्यार्थी अपने दिन का बड़ा हिस्सा स्कूलों और कॉलेजों में बिताते हैं। इस कारण शिक्षक उनके व्यवहार, सहभागिता, प्रदर्शन और भावनात्मक स्थिति को नजदीक से समझ सकते हैं।

शिक्षण केवल पाठ्यक्रम पूरा करने तक सीमित नहीं है। शिक्षक कक्षा का वातावरण भी तैयार करते हैं। यदि कक्षा सकारात्मक, सुरक्षित और प्रेरणादायक होती है, तो विद्यार्थी आत्मविश्वास महसूस करते हैं। लेकिन यदि कक्षा का माहौल डराने वाला, कठोर या भ्रमित करने वाला होता है, तो विद्यार्थियों में तनाव और बढ़ सकता है।

इसलिए शिक्षकों की नैतिक और व्यावसायिक जिम्मेदारी है कि वे विद्यार्थियों के समग्र कल्याण को बढ़ावा दें।

संवेदनशील विद्यार्थियों की प्रारंभिक पहचान

विद्यार्थियों के तनाव को कम करने की दिशा में सबसे पहला कदम उन विद्यार्थियों की पहचान करना है जो भावनात्मक या शैक्षणिक रूप से कमजोर स्थिति में हो सकते हैं। कुछ विद्यार्थी भाषा की समस्या, पारिवारिक पृष्ठभूमि, आर्थिक कठिनाइयों, कम आत्मविश्वास, कमजोर शैक्षणिक आधार या नए वातावरण में समायोजन की समस्या के कारण जल्दी तनाव में आ जाते हैं।

उदाहरण के लिए, प्रथम पीढ़ी के शिक्षार्थी या क्षेत्रीय भाषा माध्यम से पढ़े हुए विद्यार्थी जब कॉलेज में प्रवेश लेते हैं, तो वे कई बार असहज महसूस करते हैं। अंग्रेजी संचार, प्रस्तुतियाँ, असाइनमेंट, केस स्टडी, प्रोजेक्ट और परीक्षा प्रणाली उनके लिए शुरुआती दौर में तनाव का कारण बन सकते हैं।

ऐसी स्थिति में शिक्षकों को इन विद्यार्थियों पर ध्यान देना चाहिए और समय रहते उन्हें उचित सहयोग देना चाहिए, ताकि उनका तनाव गंभीर रूप न ले।

ओरिएंटेशनः आत्मविश्वास बढ़ाने का प्रभावी माध्यम

स्कूल से कॉलेज में प्रवेश कई विद्यार्थियों के लिए एक बड़ा परिवर्तन होता है। कॉलेज की शिक्षा पाठ्यक्रम, शिक्षण पद्धति, मूल्यांकन प्रणाली, कक्षा की अपेक्षाओं और स्व-अध्ययन के स्तर पर स्कूल से अलग होती है। यदि यह बदलाव विद्यार्थियों को स्पष्ट रूप से समझाया न जाए, तो वे भ्रमित हो सकते हैं।

एक प्रभावी ओरिएंटेशन कार्यक्रम इस भ्रम को कम कर सकता है। ओरिएंटेशन के दौरान विद्यार्थियों को शैक्षणिक प्रणाली, शिक्षण विधि, परीक्षा प्रक्रिया, असाइनमेंट, प्रोजेक्ट, उपस्थिति नियम, मूल्यांकन पद्धति और विषय की करियर में उपयोगिता के बारे में स्पष्ट जानकारी दी जानी चाहिए।

जब विद्यार्थी यह समझ जाते हैं कि उनसे क्या अपेक्षा की जा रही है, तो वे अधिक सुरक्षित और आत्मविश्वासी महसूस करते हैं। स्पष्टता डर को कम करती है और आत्मविश्वास तनाव को कम करता है।

कक्षा में सुरक्षित और सहयोगी वातावरण बनाना

तनावमुक्त कक्षा की शुरुआत शिक्षक के व्यवहार से होती है। विद्यार्थियों को कक्षा एक सुरक्षित स्थान लगनी चाहिए, जहाँ वे बिना डर के प्रश्न पूछ सकें, अपनी शंकाएँ रख सकें, गलती कर सकें और सीख सकें।

एक सहयोगी कक्षा का वातावरण मित्रतापूर्ण, सम्मानजनक, खुला और समावेशी होना चाहिए। कोई भी विद्यार्थी स्वयं को उपेक्षित महसूस न करे। शिक्षक और विद्यार्थी के बीच भावनात्मक जुड़ाव विद्यार्थी की सहभागिता को बहुत प्रभावित करता है।

शिक्षक को आक्रामक व्यवहार, सार्वजनिक आलोचना, अपमान, डराने-धमकाने या श्रेष्ठता दिखाने वाले रवैये से बचना चाहिए। ''मैं सब जानता हूँ'' वाला दृष्टिकोण शिक्षक और विद्यार्थी के बीच दूरी पैदा करता है। इसके स्थान पर शिक्षक को सहज, शांत, धैर्यवान और संवेदनशील होना चाहिए।

शिक्षण और मूल्यांकन में पारदर्शिता

अनिश्चितता विद्यार्थियों में तनाव का एक बड़ा कारण है। जब विद्यार्थियों को यह नहीं पता होता कि आगे क्या होगा, उनका मूल्यांकन कैसे होगा या शिक्षक उनसे क्या अपेक्षा रखते हैं, तो वे चिंतित हो जाते हैं।

इससे बचने के लिए शिक्षक को पाठ्यक्रम की शुरुआत से ही पारदर्शिता रखनी चाहिए। उन्हें सीखने के उद्देश्य, शिक्षण योजना, असाइनमेंट शेड्यूल, प्रोजेक्ट आवश्यकताएँ, परीक्षा पैटर्न, अंक योजना और मूल्यांकन मानदंड स्पष्ट रूप से बताने चाहिए।

अचानक टेस्ट, निर्देशों में अचानक बदलाव और अंतिम समय पर कक्षा पुनर्निर्धारण से जहाँ तक संभव हो, बचना चाहिए। एक सुव्यवस्थित और पूर्वानुमान योग्य शैक्षणिक वातावरण विद्यार्थियों को अपनी पढ़ाई बेहतर ढंग से प्रबंधित करने में मदद करता है।

सीखने को करियर लक्ष्यों से जोड़ना

कॉलेज स्तर पर अधिकतर विद्यार्थी यह जानना चाहते हैं कि वे जो पढ़ रहे हैं, उसका वास्तविक जीवन या करियर से क्या संबंध है। वे अक्सर पूछते हैं, "यह विषय मेरे करियर में कैसे मदद करेगा?"

शिक्षकों को कक्षा में पढ़ाए जा रहे विषयों को वास्तविक जीवन की स्थितियों, करियर के अवसरों, उद्योग की अपेक्षाओं और व्यावसायिक कौशलों से जोड़ना चाहिए। जब विद्यार्थी किसी विषय की व्यावहारिक उपयोगिता समझते हैं, तो उनकी रुचि बढ़ती है और तनाव कम होता है।

इससे विद्यार्थियों में यह सोच भी विकसित होती है कि शिक्षा बोझ नहीं है, बल्कि व्यक्तिगत और व्यावसायिक विकास का अवसर है।

सकारात्मक प्रोत्साहन की शक्ति

सकारात्मक शब्द विद्यार्थियों के जीवन में बड़ा बदलाव ला सकते हैं। शिक्षक की एक उत्साहवर्धक टिप्पणी विद्यार्थी के आत्मविश्वास, प्रेरणा और भावनात्मक मजबूती को बढ़ा सकती है।

हर विद्यार्थी की सीखने की गति अलग होती है। कुछ विद्यार्थी जल्दी सीखते हैं, जबकि कुछ को अधिक समय और सहयोग की आवश्यकता होती है। धीमी गति से सीखने वाले विद्यार्थियों पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए। इसके साथ ही, सहपाठी शिक्षण यानी peer learning को भी अपनाया जा सकता है, जहाँ बेहतर प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थी अपने साथियों को कठिन विषय समझाने में मदद करते हैं।

सकारात्मक प्रोत्साहन आशा पैदा करता है, और आशा तनाव को कम करती है।

कक्षा के बाहर मेंटरिंग की भूमिका

एक अच्छा शिक्षक केवल व्याख्यान तक सीमित नहीं रहता, बल्कि कक्षा के बाहर भी विद्यार्थियों का सहयोग करता है। मेंटरिंग विद्यार्थी विकास का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। विद्यार्थियों को कई बार पढ़ाई, करियर चयन, संचार कौशल,

आत्मविश्वास निर्माण और व्यक्तिगत निर्णयों से जुड़ी मार्गदर्शन की आवश्यकता होती है।

औपचारिक वातावरण में विद्यार्थी खुलकर बात करने में संकोच कर सकते हैं। ऐसे में अनौपचारिक लेकिन व्यावसायिक संवाद उन्हें अपनी चिंताएँ साझा करने में मदद करता है। यदि मामला गंभीर हो, तो शिक्षकों को ध्यानपूर्वक सुनना चाहिए, उचित मार्गदर्शन देना चाहिए और आवश्यकता पड़ने पर विद्यार्थियों को पेशेवर काउंसलर के पास भेजना चाहिए।

कई बार शिक्षक ही विद्यार्थी के लिए पहला सहारा बनते हैं, विशेषकर तब जब वह भावनात्मक परेशानी या जीवन लक्ष्यों को लेकर भ्रम में हो। शिक्षक की सलाहकारी भूमिका विद्यार्थियों के तनाव को कम करने में महत्वपूर्ण योगदान दे सकती है।

गंभीर मामलों में जिम्मेदार हस्तक्षेप

शिक्षकों को अपनी सीमाएँ समझनी चाहिए। वे विद्यार्थियों को प्रेरित कर सकते हैं, मार्गदर्शन दे सकते हैं और भावनात्मक सहयोग कर सकते हैं, लेकिन उन्हें चिकित्सीय या मनोवैज्ञानिक उपचार देने का प्रयास नहीं करना चाहिए।

यदि कोई विद्यार्थी अवसाद, चिंता, आत्म-हानि या आत्मघाती विचारों के गंभीर संकेत दिखाता है, तो इस स्थिति को तुरंत और जिम्मेदारी से संभालना चाहिए। ऐसे मामलों की सूचना संस्थान की काउंसलिंग सेल, मेंटर, विभागाध्यक्ष या संबंधित अधिकारी को देनी चाहिए। संस्थान की नीति के अनुसार माता-पिता या अभिभावकों को भी शामिल किया जा सकता है। समय पर उठाया गया कदम गंभीर परिणामों को रोक सकता है।

आगे की राहः केवल शिक्षण से समग्र विकास तक

आज विद्यार्थी जीवन जटिल, अनिश्चित और अत्यधिक प्रतिस्पर्धी हो गया है। कई विद्यार्थी बाहर से लापरवाह, विचलित या दिशाहीन दिखाई दे सकते हैं, लेकिन वास्तव में वे भीतर ही भीतर दबाव, डर और अनिश्चितता से जूझ रहे होते हैं। उन्हें ऐसे शिक्षकों की आवश्यकता है जो उनकी समस्याओं को समझें और धैर्य के साथ उनका मार्गदर्शन करें।

आज शिक्षकों की भूमिका केवल शैक्षणिक ज्ञान देने तक सीमित नहीं रही। वे मेंटर, प्रेरक, मार्गदर्शक, सहयोगी और भावनात्मक सहारा भी हैं। सकारात्मक कक्षा संस्कृति, पारदर्शिता, संवेदनशील विद्यार्थियों की पहचान, प्रोत्साहन और मेंटरिंग सहयोग विद्यार्थियों के तनाव को कम करने में प्रभावी भूमिका निभाते हैं।

एक अच्छा शिक्षक केवल विषय नहीं पढ़ाता, बल्कि विद्यार्थियों को आत्मविश्वास, संतुलन, लक्ष्य और दृढ़ता खोजने में मदद करता है। इसलिए शिक्षण केवल एक शैक्षणिक जिम्मेदारी नहीं, बल्कि मानसिक रूप से मजबूत और करियर के लिए तैयार विद्यार्थियों के निर्माण में एक महत्वपूर्ण योगदान है।

❑❑❑

महिला सशक्तिकरण–नारे से वास्तविकता तक

डॉ. कीर्तिका यादव
एमएससी., पीएच.डी. (भौतिकी)
लखनऊ विश्वविद्यालय, उ० प्र०
संपादक, आरोहण

आज के आधुनिक युग में महिला सशक्तिकरण एक महत्वपूर्ण और व्यापक चर्चा का विषय बन चुका है। समाज के हर क्षेत्र में महिलाओं की भागीदारी बढ़ रही है और वे अपनी प्रतिभा के दम पर नई ऊंचाइयों को छू रही हैं। लेकिन प्रश्न यह उठता है कि क्या यह सशक्तिकरण वास्तव में धरातल पर दिखाई दे रहा है, या यह केवल नारों और अभियानों तक ही सीमित रह गया है?

निस्संदेह, पिछले कुछ दशकों में महिलाओं की स्थिति में सकारात्मक परिवर्तन आया है। यह परिवर्तन यूँ ही नहीं आयाय बल्कि अनेक लोगों ने लंबे समय से इस दिशा में संघर्ष और निरंतर प्रयास किए हैं, जिसके परिणामस्वरूप आज महिलाएँ शिक्षा, रोजगार और समाज के अनेक क्षेत्रों में अधिक सशक्त होकर आगे बढ़ रही हैं। शिक्षा के क्षेत्र में उनकी भागीदारी बढ़ी है और वे विज्ञान, खेल, राजनीति, प्रशासन जैसे विभिन्न क्षेत्रों में उल्लेखनीय उपलब्धियां हासिल कर रही हैं। सरकार द्वारा भी अनेक योजनाएं चलाई जा रही हैं, जो महिलाओं को आत्मनिर्भर और सशक्त बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम हैं। इन प्रयासों ने महिलाओं के आत्मविश्वास को बढ़ाया है और उन्हें अपने अधिकारों के प्रति जागरूक किया है।

फिर भी, समाज का एक बड़ा वर्ग आज भी ऐसी समस्याओं से जूझ रहा है, जहां महिलाओं को भेदभाव, घरेलू हिंसा, दहेज प्रथा और असुरक्षा का सामना करना पड़ता है। विशेष रूप से बढ़ते यौन अपराध, बलात्कार और छेड़छाड़ की घटनाएं समाज के लिए गंभीर चिंता का विषय हैं। यह स्थिति दर्शाती है कि केवल सशक्तिकरण की बात करना पर्याप्त नहीं, बल्कि महिलाओं की सुरक्षा और सम्मान सुनिश्चित करना भी उतना ही आवश्यक है।

इन समस्याओं के पीछे मुख्य कारण समाज की पुरानी और संकीर्ण सोच, शिक्षा की कमी, कानून के प्रति उदासीनता तथा जागरूकता का अभाव है। जब तक पुरानी पीढ़ी अपनी सोच में बदलाव नहीं लाएगी और नई पीढ़ी पर अपनी पुरानी धारणाएं थोपना बंद नहीं करेगी, तब तक वास्तविक परिवर्तन संभव नहीं है। कई बार युवा वर्ग बदलाव चाहता है, लेकिन पारिवारिक और सामाजिक दबाव के कारण वह पुरानी सोच को अपनाने के लिए मजबूर हो जाता है।

साथ ही, परिवर्तन की शुरुआत घर से ही होनी चाहिए। बच्चों को बचपन से ही लिंग आधारित समानता तथा सम्मान का पाठ पढ़ाया जाना आवश्यक है, ताकि वे बड़े होकर समानता और सम्मान के मूल्यों को अपनाएं। परिवार में जिम्मेदारियों का समान बंटवारा भी उतना ही जरूरी है। जब तक घर और बाहर की जिम्मेदारियां पुरुष और महिला मिलकर नहीं निभाएंगे, तब तक महिलाओं पर दोहरी जिम्मेदारी का बोझ बना रहेगा। यही कारण है कि कई बार महिलाएं अत्यधिक दबाव और थकान के चलते अपने करियर से समझौता करने को मजबूर हो जाती हैं।

इसी के साथ, महिलाओं की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए कानूनों को और अधिक सशक्त एवं प्रभावी बनाना तथा उनका कड़ाई से पालन करना अनिवार्य है। केवल कानून बनाना पर्याप्त नहीं, बल्कि उनका सही और त्वरित क्रियान्वयन भी उतना ही जरूरी है। अपराधियों के प्रति सख्त और शीघ्र कार्रवाई से ही कानून का भय स्थापित होगा और पीड़ितों को न्याय मिल सकेगा। साथ ही, पुलिस और प्रशासन को अधिक संवेदनशील और जिम्मेदार बनाना होगा, ताकि महिलाएं बिना डर के अपनी समस्याएं सामने रख सकें। जब घर में समानता, समाज में जागरूकता और कानून में सख्ती, ये तीनों एक साथ काम करेंगे, तभी महिलाओं की वास्तविक सुरक्षा और सशक्तिकरण सुनिश्चित हो पाएगा।

अंततः, यह कहा जा सकता है कि महिला सशक्तिकरण केवल नारों तक सीमित नहीं रहना चाहिए, बल्कि इसे जीवन के हर क्षेत्र में उतारना होगा। जब समाज की सोच बदलेगी, घर से समानता की शुरुआत होगी और महिलाओं को सुरक्षा, सम्मान तथा समान अवसर प्राप्त होंगे, तभी सशक्तिकरण का उद्देश्य पूर्ण रूप से साकार हो सकेगा।

❑❑❑

III. परिचर्चा

राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२०:
ज्ञान, कौशल और संस्कारों का संगम

प्रो. हितेंद्र त्यागी

इलेक्ट्रॉनिक्स विभाग, आई.आई.एच.एस,
कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र, हरियाणा

'सच्ची शिक्षा वही है जो व्यक्ति को आत्मनिर्भर बनाए, उसे अपने पैरों पर खड़ा होने और जीवन की कठिनाइयों का सामना करने में सक्षम बनाए और अपने ज्ञान व कौशल से सफलता हासिल करने में मदद करे'' **– स्वामी विवेकानंद**

आज के बदलते युग की तेज़ रफ्तार ने शिक्षा की पारंपरिक अवधारणा को पूरी तरह बदल दिया है। आज शिक्षा केवल परीक्षा उत्तीर्ण करने या डिग्री प्राप्त करने का साधन नहीं रह गई है बल्कि यह व्यक्ति के व्यक्तित्व निर्माण और राष्ट्र की प्रगति का प्रमुख आधार बन चुकी है। वैश्वीकरण, डिजिटल क्रांति और बदलते रोजगार के स्वरूप ने यह स्पष्ट कर दिया है कि शिक्षा को समयानुकूल, व्यावहारिक और मूल्यपरक होना चाहिए। इसी संदर्भ में शिक्षा की राष्ट्रीय परिकल्पना एक दूरदर्शी सोच के रूप में उभरकर सामने आती है। भारत की शिक्षा व्यवस्था का मूल उद्देश्य सदैव ज्ञान के साथ संस्कारों का विकास रहा है। बदलते सामाजिक और आर्थिक परिवेश में यह आवश्यक हो गया है कि शिक्षा विद्यार्थियों में नवाचार, तार्किक चिंतन और नैतिक मूल्यों का समावेश करे। राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० इसी विचारधारा को साकार करती है जो भारतीय संस्कृति की जड़ों से जुड़ी हुई आधुनिक शिक्षा प्रणाली का निर्माण करती है। यह नीति शिक्षा को जीवन से जोड़ने, कौशल विकास को बढ़ावा देने और विद्यार्थियों को आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में एक सशक्त प्रयास है। इसी व्यापक सोच और दूरदर्शी दृष्टिकोण के परिणामस्वरूप राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० भारतीय शिक्षा व्यवस्था में एक ऐतिहासिक शैक्षिक सुधार के रूप में स्थापित हुई है। लगभग ३४ वर्षों के बाद लागू की गई यह नीति बदलते समय, वैश्विक चुनौतियों और देश की आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर तैयार की गई है। इसका मुख्य उद्देश्य शिक्षा को केवल ज्ञान अर्जन तक सीमित न रखकर उसे जीवनोपयोगी, कौशल-आधारित और मूल्यपरक बनाना है। यह नीति विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास पर बल देती है और उन्हें भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार करने का मार्ग प्रशस्त करती है। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० के पारंपरिक शिक्षा ढाँचे में भी व्यापक परिवर्तन किए हैं। विद्यालयी शिक्षा में १०+२ की जगह ५+३+३+४ की नई संरचना, मातृभाषा में शिक्षा को प्राथमिकता, रटंत प्रणाली

के स्थान पर समझ आधारित अधिगम और बहुविषयक अध्ययन जैसी अवधारणाएँ इस नीति की प्रमुख विशेषताएँ हैं। वहीं उच्च शिक्षा में लचीलापन, बहु-प्रवेश और बहु-निकास प्रणाली तथा कौशल विकास को बढ़ावा दिया गया है। यह नीति शिक्षा को रोजगार, नवाचार और आत्मनिर्भरता से जोड़ती है। साथ ही यह भारतीय संस्कृति, नैतिक मूल्यों और वैश्विक दृष्टिकोण का संतुलन बनाए रखते हुए एक मजबूत, समावेशी और भविष्य को ध्यान में रखते हुए शिक्षा प्रणाली तैयार करती है ताकि जिससे राष्ट्र निर्माण को नई दिशा मिल सके।

जहाँ राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० ने संरचनात्मक और अकादमिक सुधारों के माध्यम से शिक्षा को नई दिशा दी है वहीं इसका एक अत्यंत महत्वपूर्ण पक्ष संस्कारों की शिक्षा भी है। संस्कारों की शिक्षा भारतीय परंपरा की आत्मा रही है जहाँ ज्ञान के साथ चरित्र निर्माण को सर्वोच्च स्थान दिया गया है। वर्तमान समय में भौतिक प्रगति और तकनीकी विकास के बीच नैतिक मूल्यों में आई गिरावट एक गंभीर चिंता का विषय बन गई है। ऐसे परिवेश में शिक्षा का दायित्व केवल बौद्धिक विकास तक सीमित न रहकर विद्यार्थियों में सत्य, ईमानदारी, अनुशासन और सामाजिक उत्तरदायित्व जैसे संस्कारों का विकास करना भी है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० इसी आवश्यकता को समझते हुए संस्कार आधारित शिक्षा पर विशेष बल देती है। इस उद्देश्य को साकार करने के लिए यह नीति शिक्षा को जीवन से जोड़ते हुए विद्यार्थियों में नैतिक चेतना और मानवीय संवेदनाओं को जाग्रत करने का प्रयास करती है। पाठ्यक्रम में भारतीय संस्कृति, परंपराओं, संविधानिक मूल्यों और सामुदायिक सहभागिता को स्थान देकर विद्यार्थियों को नैतिक रूप से सशक्त बनाने की दिशा में ठोस कदम उठाए गए हैं। इससे छात्र केवल सफल पेशेवर ही नहीं बल्कि समाज के प्रति उत्तरदायी नागरिक बन पाएगे। इससे स्पष्ट है कि जब शिक्षा ज्ञान और कौशल के साथ मूल्यों का संतुलन स्थापित करती है तभी एक आदर्श समाज और सशक्त राष्ट्र का निर्माण संभव हो पाता है। इस दृष्टि से राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० भारतीय शिक्षा को उसकी नैतिक जड़ों से दोबारा जोड़ने का एक सार्थक और दूरदर्शी प्रयास सिद्ध हो रही है। संस्कारों और नैतिक मूल्यों के साथ-साथ शिक्षा को प्रभावी बनाने के लिए भाषा की भूमिका भी अत्यंत महत्वपूर्ण होती है। मातृभाषा में शिक्षा वह मजबूत आधार है जिसके सहारे बच्चे का बौद्धिक, भावनात्मक और सामाजिक विकास सहज रूप से होता है। बालक अपनी मातृभाषा में सहज रूप से सोचता, समझता और उसे अभिव्यक्त करता है जिससे उसकी सीखने की क्षमता स्वाभाविक रूप से विकसित होती है। इसी कारण राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० प्रारंभिक कक्षाओं में मातृभाषा अथवा स्थानीय भाषा में शिक्षा पर विशेष बल देती है। यह व्यवस्था न केवल सीखने को सरल बनाती है बल्कि शिक्षा को संस्कारों और संस्कृति से भी जोड़ती है। मातृभाषा के माध्यम से विद्यार्थी अपनी सांस्कृतिक विरासत, परंपराओं और मूल्यों से गहराई से जुड़ पाते हैं। इससे उनमें आत्मविश्वास, रचनात्मकता और तार्किक सोच का विकास होता है। साथ ही इससे बहुभाषिक क्षमता भी सुदृढ़ होती है जिससे छात्र आगे चलकर अन्य भाषाओं को भी सहजता से सीख सकते हैं। मातृभाषा में शिक्षा राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० की उस दूरदर्शी सोच को दर्शाती है जो शिक्षा को जड़ों से जोड़ते हुए भविष्य की ओर ले जाती है। जब शिक्षा भाषा की सहजता, संस्कारों की गहराई और ज्ञान की स्पष्टता के साथ आगे बढ़ती है तभी एक सशक्त, समावेशी और आत्मविश्वासी राष्ट्र की नींव मजबूत होती है। जब शिक्षा भाषा की सहजता के माध्यम से मजबूत नींव तैयार करती है तब शिक्षा का अगला लक्ष्य विद्यार्थियों के हर पहलू का समग्र विकास करना होता है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 छात्रों के सर्वांगीण विकास पर विशेष बल देती है जिसमें बौद्धिक, शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और नैतिक सभी पहलुओं को समान महत्व दिया गया है। यह नीति शिक्षा को केवल पुस्तकीय ज्ञान तक सीमित न रखकर जीवन से जोड़ने का प्रयास करती है ताकि विद्यार्थी हर स्तर पर संतुलित और सक्षम बन सकें। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए

राष्ट्रीय शिक्षा नीति में खेल, कला, संगीत, योग, व्यावसायिक शिक्षा और कौशल विकास को पाठ्यक्रम का अभिन्न हिस्सा बनाया गया है। इससे विद्यार्थियों में रचनात्मकता, आत्मविश्वास और नेतृत्व क्षमता का विकास होता है। साथ ही आलोचनात्मक सोच और समस्या समाधान जैसे गुण भी सुदृढ़ होते है जो उन्हें भविष्य की चुनौतियों का सामना करने में सक्षम बनाते हैं। छात्रों के सर्वांगीण विकास पर बल देकर राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 एक ऐसी शिक्षा प्रणाली का निर्माण कर रही है जिससे भविष्य में ज्ञान, कौशल और संस्कारों का संतुलित समन्वय प्रस्तुत होगा। जब शिक्षा विद्यार्थी के पूरे व्यक्तित्व को विकसित करती है तभी वह जिम्मेदार नागरिक बनता है और देश के सशक्त निर्माण में योगदान दे पाता है। इसके साथ ही जिस समय शिक्षा विद्यार्थियों के संपूर्ण विकास पर केंद्रित होती है तो शिक्षक की भूमिका केवल ज्ञान देने तक सीमित नहीं रहती। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुसार शिक्षक को अब केवल ज्ञानदाता नहीं बल्कि मार्गदर्शक, प्रेरक और मेंटर के रूप में कार्य करना होगा। शिक्षक को यह सुनिश्चित करना होगा कि वह विद्यार्थियों को सीखने की प्रक्रिया में सहयोग दें व उन्हें सोचने समझने की क्षमता विकसित करने के लिए प्रेरित करें और उनकी रुचियों व प्रतिभाओं के अनुसार मार्गदर्शन प्रदान करें। शिक्षक को पाठ्यक्रम को रोचक, व्यवहारिक और जीवनोपयोगी बनाने के लिए नवाचार और तकनीकी साधनों का उपयोग करना होगा ताकि प्रत्येक विद्यार्थी का समग्र विकास सुनिश्चित किया जा सके। अब शिक्षक को छात्रों को केवल तथ्य और जानकारी देने तक सीमित नहीं रहना होगा बल्कि विद्यार्थियों में रचनात्मकता, आलोचनात्मक सोच और नैतिक मूल्यों का विकास भी करना होगा। इस प्रकार, शिक्षक की नई भूमिका राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० के अंतर्गत विद्यार्थियों के ज्ञान, कौशल और संस्कारों के संतुलित विकास की नींव तैयार करेगी। जिस प्रकार से राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में विद्यार्थियों के संपूर्ण विकास पर जोर दिया गया है वैसे ही इसका एक महत्वपूर्ण उद्देश्य सोचने-समझने वाली पीढ़ी का निर्माण करना भी है। इस नीति के अनुसार शिक्षा का लक्ष्य केवल ज्ञान अर्जन नहीं बल्कि विद्यार्थियों में आलोचनात्मक सोच, समस्या-समाधान की क्षमता और तार्किक निर्णय लेने की योग्यता विकसित करना है। इस नीति में यह सुनिश्चित किया गया है कि पाठ्यक्रम और शिक्षण गतिविधियाँ केवल तथ्य याद कराने तक सीमित न रहें बल्कि विद्यार्थियों को समझने, विश्लेषण करने और स्वतंत्र रूप से विचार व्यक्त करने के अवसर प्रदान करें। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के तहत बहुविषयक अध्ययन, परियोजना आधारित शिक्षण और प्रयोगात्मक गतिविधियों को शामिल किया गया है ताकि विद्यार्थी रचनात्मक और चिंतनशील बनें। साथ ही यह नीति यह भी निर्देशित करती है कि विद्यार्थियों को सहयोगात्मक और टीम आधारित सीखने के अनुभव दिए जाएँ ताकि उनके अंदर सामाजिक और नैतिक कौशल भी विकसित हो सके। जैसे राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 का उद्देश्य विद्यार्थियों की सोचने-समझने वाली पीढ़ी तैयार करना है वैसे ही इसका अगला महत्वपूर्ण लक्ष्य उन्हें आत्मनिर्भर और सक्षम बनाना है। इस नीति के अनुसार शिक्षा केवल पुस्तकीय ज्ञान तक सीमित नहीं रहनी चाहिए बल्कि इसे जीवनोपयोगी, कौशल-आधारित और मूल्यपरक बनाया जाना आवश्यक है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में विद्यार्थियों को ऐसे अवसर प्रदान किए गए हैं जिनके माध्यम से वे अपनी प्रतिभा और कौशल को पहचानें, विकसित करें और उसे वास्तविक जीवन में लागू कर सकें। नीति में परियोजना आधारित शिक्षण, प्रयोगात्मक गतिविधियाँ और बहुविषयक अध्ययन शामिल हैं जिससे विद्यार्थी अपनी रचनात्मक और आलोचनात्मक सोच विकसित कर सकते है। यह नीति इस बात को भी सुनिश्चित करती है कि शिक्षा के माध्यम से विद्यार्थी केवल व्यक्तिगत रूप से सक्षम न बनें बल्कि समाज और राष्ट्र के प्रति उत्तरदायी नागरिक भी बनें। मातृभाषा में शिक्षा, संस्कारों का विकास, तकनीकी सशक्तिकरण और विद्यार्थी-केंद्रित शिक्षण जैसी व्यवस्थाएँ इस दिशा में महत्वपूर्ण योगदान देती हैं। जब विद्यार्थी ज्ञान, कौशल और संस्कारों के संतुलित विकास के साथ तैयार होते हैं तो वे आत्मनिर्भर बनते हैं और हर प्रकार की चुनौती का सामना करने में सक्षम होते हैं।

अंत में निष्कर्ष के रूप में यह कहा जा सकता है कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति २०२० के क्रियान्वयन से एक ऐसी पीढ़ी तैयार होगी जो न केवल सोचने-समझने वाली होगी बल्कि देश की प्रगति, सामाजिक उत्थान और आर्थिक विकास में सक्रिय योगदान देगी। यह नीति विद्यार्थियों को आत्मनिर्भर बनाने के साथ-साथ उन्हें रचनात्मक, जिम्मेदार और नैतिक रूप से सशक्त नागरिक बनाने का मार्ग प्रशस्त करेगी। इस शिक्षा प्रणाली के माध्यम से भारत का निर्माण एक सशक्त, आत्मनिर्भर और जागरूक राष्ट्र के रूप में होगा जहाँ, प्रत्येक नागरिक अपने ज्ञान, कौशल और संस्कारों का उपयोग करके देश की प्रगति में भागीदार बनेगा।

❑❑❑

IV. लघुकथा

कद्र

नन्हे मिश्रा
इण्टरमिडिएट छात्र (आर्ट)
(NIOS) जिला स्कूल, पूर्णिया, बिहार

सुबह 7 बज रहे थे। अमन ऑफिस जाने के लिए तैयार हो रहा था। आज अमन का पहला दिन था ऑफिस में, वो बहुत खुश था, क्योंकि इससे पहले उसने नौकरी लेने की कोशिश की थी, लेकिन कहीं मिली नहीं और ये नौकरी बहुत मुश्किल से मिली थी उसे। जैसे ही वो ऑफिस के लिए निकल रहा था, तो अपनी माँ से आशीर्वाद लिया और ऑफिस के लिए निकल गया।

टैक्सी में बैठकर जैसे ही वो अपने घर से बाहर निकला तो एक बिल्ली ने रास्ता काट दिया, तो उसकी माँ ने उसे रोक दिया, लेकिन अमन को लेट हो रहा था, तो उसने कहा,

''माँ, ये सब अंधविश्वास हैं, मुझे लेट हो रहा है। जाने दो मुझे।''

''भैया, चलिए जल्दी, अहफिस पहुँचना है मुझे।''

तो टैक्सी वाले ने भी आगे बढ़ा दी गाड़ी।

''भैया, जल्दी चलो यार, आज ऑफिस का पहला दिन है, लेट हो जाएगा। तेज चलाओ गाड़ी।''

जैसे ही वो हाइवे पर पहुँचा तो एक एक्सीडेंट हो गया था, तो जाम लग गया था। वहाँ भी अमन को लेट लग रहा था। धीरे-धीरे 8:30 सुबह के हो चले थे। जाम हटते-हटते 9 बज गए थे और वो ऑफिस पहुँचा तो 9:20 हो चुका था।

जैसे ही वो ऑफिस गया तो वहाँ के लोग उसे ही देख रहे थे। सब धीरे-धीरे उसके बारे में बात कर रहे थे-

''देखो भाई साहब, पहले दिन ही लेट ऑफिस आए हैं ये महाशय।''

तभी बहस ने अमन को अपने केबिन में बुलाया और कहा,

''अमन, अगर यहाँ काम करना है तो टाइम पर आना होगा और मेहनत करनी पड़ेगी। ये रोज़ नहीं साइन करूँगा मैं।''

‘‘सर, कल से टाइम पर आऊँगा।’’

बॉस ने एक एम्प्लॉई को बुलाया और कहा, ‘‘इसे काम समझा दो।’’

अमन अपना काम करना चालू किया। पहला दिन था तो अमन को मज़ा आया काम करके। धीरे-धीरे कुछ महीने बीत गए। अब अमन फाइनेंशियली और हर चीज़ से खुश था, और इसी कारण वो बहुत बिज़ी रहने लगा।

सुबह 9 बजे ऑफिस और रात को आने का कोई समय नहीं। इसी कारण ऑफिस के लोग और बह्स बहुत खुश थे।

एक दिन बह्स ने अचानक अमन को अपने केबिन में बुलाया और कहा,

‘‘अमन, तुम बहुत अच्छे एम्प्लॉई हो, लेकिन अब तुम्हें ये जॉब छोड़नी पड़ेगी।’’

‘‘क्यों सर? इसके अलावा मेरे पास कुछ नहीं है।’’

‘‘अरे नहीं अमन, तुम्हें निकाल नहीं रहा हूँ। तुम्हारा प्रमोशन हो रहा है। अब तुम दिल्ली में काम करोगे।’’

‘‘क्या सर?’’

‘‘हाँ अमन, हम तुम्हें दिल्ली भेज रहे हैं।’’

ये सब बोलते-बोलते बॉस ने उसकी पीठ थपथपाई और कहा,

‘‘तुम वहाँ लीडिंग पर्सन हो।’’

अमन ये सुनकर बहुत खुश हो गया। वो सोचने लगा, कब रात हो मैं घर जाऊँ और माँ को ये बताऊँ।

जब वो घर गया तो माँ को बताया। माँ बहुत खुश हुई, लेकिन एक चिंता उसे अंदर ही अंदर खाए जा रही थी।

माँ ने पूछा, ‘‘अमन बेटा, वो नया शहर है, वहाँ कैसे रहोगे?’’

‘‘माँ, मैं रह लूँगा। छोड़ो ये बातें। तुम्हें पता है माँ, ये प्रमोशन कितनी मेहनत से मिला है मुझे।’’

माँ मुस्कुराते हुए बोली, ‘‘बेटा, ये सब तुम्हारी मेहनत का फल है।’’

लेकिन माँ उसे खुद से दूर नहीं जाने देना चाहती थी।

कुछ दिन पहले माँ दिन में चेक कराने गई थीं। डॉक्टर ने कहा था, ‘‘आपको कैंसर है, और वो भी लास्ट स्टेज पर।’’

माँ ने सोचा अमन को बता दूँ, लेकिन उसकी खुशी देखकर कुछ कह न पाई।

कुछ दिन बाद अमन के जाने का समय आ गया। पैकिंग करते-करते, जाने से एक दिन पहले माँ की तबीयत थोड़ी बिगड़ गई। डॉक्टर ने अमन से कहा, ”सिर्फ सर्दी-जुकाम है।“

माँ ने डॉक्टर से कहा, ''अमन को मत बताना।''

अगली सुबह अमन दिल्ली के लिए निकल गया, जाते-जाते माँ का आशीर्वाद लिया।

''ख़याल रखना माँ।''

''हाँ बेटा,'' माँ हँसते हुए बोली।

दिल्ली पहुँचकर नया शहर, नई जगह देखकर अमन दंग रह गया। बड़ी मुश्किल से उसे एक फ्लैट मिला।

उसने माँ को फोन किया-

''माँ, इतना बड़ा रूम है, अगली बार तुम्हें भी साथ लाऊँगा।''

कुछ दिनों बाद ऑफिस में उसकी मुलाकात अनन्या से हुई। दोनों में दोस्ती हो गई।

लेकिन इसी बीच अमन अपनी माँ के फोन बार-बार कट करता रहा।

एक दिन सुबह जब अमन ने देखा माँ के बहुत सारे मिस्ड कॉल थे, उसने घबराकर कॉल किया, लेकिन कोई जवाब नहीं मिला।

पड़ोस से फोन आया-

''अमन, तुम्हारी माँ की तबीयत बहुत खराब है।''

जब अमन घर पहुँचा, माँ जा चुकी थी।

डॉक्टर ने बताया, ''उन्हें कैंसर था, और वो भी लास्ट स्टेज पर। उन्होंने तुम्हारी खुशी के लिए नहीं बताया।''

अमन ज़मीन पर बैठकर रोने लगा-

''माँ, एक बार बता देती.. मैं नहीं जाता..

❑❑❑

अतीत का अवशेषः वह घर जो अब मैं हूँ

रितिक दुबे
बी. फार्मा, साहित्य प्रेमी एवं कवि
मझगुवाँ अमान, रनेह, हटा, दमोह, मध्य प्रदेश

तुम मुझे अपना घर कहती थी, लेकिन तुम जब लौट कर आओगी तो क्या मुझे पहचान पाओगी? मेरा सबसे बड़ा भय यही है।

तुम अपनी आँखों में पुरानी यादों का आईना लेकर आओगी, और सामने पाओगी एक बेजान आकृति। तुम्हारी स्मृतियों का वह रौशन घर अब कहाँ है?

मैं अब वह नहीं रहा; मैं बदल चुका हूँ। क्योंकि घर अब घर नहीं रहा किसी पुराने जर्जर खंडहरों में तब्दील हो चुका है।

मैं अब खंडहर हूँ, जो अतीत की गाथा सुना रहा है।

मैं तुम्हारा इंतज़ार कर रहा हूँ, इस उम्मीद में कि शायद तुम्हारे स्पर्श में वह जादू हो जो इस खंडहर में फिर से जीवन भर दे।

लौट आना मेरी प्रिय, इससे पहले कि मेरा अस्तित्व धूल बनकर हवा में विलीन हो जाए। क्या तुम्हारा प्रेम इस खंडहर को फिर से संवार पाएगा?

कितना कुछ कह जाती हैं ये टूटी-फूटी दीवारें, ये दरकते हुए दरवाज़े !

एक समय था जब यह चारदीवारी हँसी और जीवन से गूँजती थी। यह सिर्फ़ ईंट-पत्थर नहीं था, यह हमारा संसार था-एक ऐसी दुनिया जहाँ हर साँस में तुम्हारा नाम शामिल था। पर अब? अब यह घर तुम्हारी अनुपस्थिति में एक लंबी आह भर रहा है, और इस आहट को सिर्फ़ मैं ही सुन पाता हूँ।

तुम मुझे अपना घर कहती थी, वह घर जो तुम्हारी शरण था, तुम्हारा विश्राम स्थल था। तुम जानती थी कि बाहर की दुनिया से थक-हारकर जब तुम आओगी, तो मैं तुम्हें उसी प्रेम और स्थिरता के साथ गले लगाऊँगा।

लेकिन देखो, समय ने कैसा वार किया है! घर के दरवाज़ों में घुन लग चुकी है,

कभी ये दरवाज़े तुम्हारे स्वागत में खुलते थे, पर अब ये धीरे-धीरे मृत्यु की ओर बढ़ रहे हैं। लकड़ी के रेशे-रेशे में उस कीड़े की कुतरन सुनाई देती है, जो मेरे भीतर के धैर्य को भी खाए जा रही है। हर क्षण ये गुने हुए कीड़े (घुन) उस मीठी याद को लील रहे हैं, जिसे मैंने बरसों से सँजो कर रखा था। ये दरवाज़े अब कसकर बंद नहीं होते, उनमें अनदेखे छेद हैं

दीवारें अब परत दर परत उखाड़ रही हैं-

जो प्लास्टर कभी तुम्हारी पसंदीदा तस्वीरों को थामे हुए था, अब वह कमज़ोर होकर गिर रहा है। वे परतें, जो मेरे भीतर के रंगों और स्मृतियों को छिपाए रखती थीं, अब ढह रही हैं। यह सिर्फ़ प्लास्टर नहीं है; यह मेरे विश्वास की परतें हैं, जो तुम्हारे लौट आने की उम्मीद पर टिकी थीं। हर गिरता टुकड़ा एक प्रश्न छोड़ जाता है-क्या मेरी ये कमज़ोरी तुम्हें दिखाई देगी? क्या तुम इस नंगे और बे-रंग अस्तित्व को भी स्वीकार कर पाओगी?

इनके कोनों में दरार पड़ गई है, और देखो, ये दरारें! ये सिर्फ़ दीवारों के जोड़ों का टूटना नहीं हैं; ये मेरे हृदय की वेदना हैं। उन कोनों में, जहाँ हम बैठकर मीठी बातें किया करते थे, अब एक खामोशी का साम्राज्य है। ये दरारें इतनी गहरी हैं कि मुझे डर लगता है-कहीं ऐसा न हो कि एक दिन ये पूरा ढाँचा ही बिखर जाए, और तुम्हारे आने तक मेरा कोई अस्तित्व ही न बचे। हर दरार तुम्हारे वादे के टूटने का निशान लगती है।

कमरे की भीतरी छत से आसमाँ दिखाई पड़ रहा है-

मेरी सुरक्षा, मेरी छत, जो मुझे ज़माने की धूप-बारिश से बचाती थी, वह अब टूट चुकी है। रात के समय मैं खुली छत से उन तारों को देखता हूँ और सोचता हूँ कि क्या तुम भी उसी आसमाँ के नीचे हो? यह टूटी छत अब किसी का आश्रय नहीं बन सकती। मेरा कमज़ोर और असुरक्षित होना स्पष्ट है, और मेरी यह लाचारी मुझे भीतर तक तोड़ देती है।

पीपल का वृक्ष खिड़की से दिखाई देता था, उसकी जड़ें अब घर के भीतर उग आयी हैं, वह पीपल का वृक्ष, जो दूर खिड़की से सुंदरता का प्रतीक था, अब आक्रामक हो गया है। उसकी जड़ें, जो कभी प्रेम और जीवन का संदेश देती थीं, अब मेरे फर्श को चीरकर भीतर घुस आई हैं। यह समय का अतिक्रमण है, जिसने मेरे भीतर अनियंत्रित रूप से अपनी जगह बना ली है। जैसे इन जड़ों ने मेरी नींव को कमज़ोर कर दिया है, वैसे ही तुम्हारे इंतज़ार ने मेरे आत्म-विश्वास की नींव को हिला दिया है।

अंधेरी गलियों में भटकती एक उम्मीद-

अब जब रात का सन्नाटा इन खंडहरों से टकराता है, तो मुझे तुम्हारे कदमों की आहट का भ्रम होता है। पर वो सिर्फ़ हवा होती है, जो मुझे और अकेला कर जाती है। मैं अब सिर्फ़ मिट्टी का ढेर हूँ, जहाँ कभी रूह बसती थी।

तुम मुझे अपना घर कहती थी, लेकिन तुम जब लौट कर आओगी तो क्या मुझे पहचान पाओगी? मेरा सबसे बड़ा भय यही है।

तुम अपनी आँखों में पुरानी यादों का आईना लेकर आओगी, और सामने पाओगी एक बेजान आकृति। तुम्हारी

स्मृतियों का वह रौशन घर अब कहाँ है?

मैं अब वह नहीं रहा; मैं बदल चुका हूँ। क्योंकि घर अब घर नहीं रहा किसी पुराने जर्जर खंडहरों में तब्दील हो चुका है।

मैं अब खंडहर हूँ, जो अतीत की गाथा सुना रहा है।

मैं तुम्हारा इंतज़ार कर रहा हूँ, इस उम्मीद में कि शायद तुम्हारे स्पर्श में वह जादू हो जो इस खंडहर में फिर से जीवन भर दे।

लौट आना मेरी प्रिय, इससे पहले कि मेरा अस्तित्व धूल बनकर हवा में विलीन हो जाए। क्या तुम्हारा प्रेम इस खंडहर को फिर से संवार पाएगा?

❑❑❑

सफ़ेद पन्ना

ऋतिक सिंह
सिविल इंजीनियर
छपरा, बिहार

अध्याय 1: वापसी

शहर में लौटना कभी आसान नहीं होता। खासकर तब, जब शहर में कोई तुम्हारा इंतज़ार नहीं कर रहा होता सिवाय यादों के। आरव ने स्टेशन पर उतरते ही महसूस कर लिया था कि शहर बदल गया है। पर सच यह था कि शहर नहीं बदला था-वो खुद बदल गया था। दस साल पहले वह यहाँ से गया था। जेब में सपने थे, दिल में एक नाम था,नैना।

अब जेब में टिकट की रसीद थी और दिल में एक खालीपन। घर वैसा ही था। दीवारों पर वही पुरानी दरारें, आँगन में वही नीम का पेड़। बस दरवाज़ा खोलने वाली माँ अब थोड़ी झुकी हुई लगती थीं।

उन्होंने मुस्कुराकर कहा, ''आ गया?''

आरव ने सिर हिला दिया।

कुछ सवाल ऐसे होते हैं जिनके जवाब शब्दों में नहीं दिए जाते। उस रात जब वह अपने पुराने कमरे में गया, तो अलमारी के कोने में रखी एक किताब गिर पड़ी। वही नीली जिल्द वाली किताब जिसमें वह और नैना अपने अधूरे वाक्य लिखा करते थे। किताब खोली तो पहले कुछ पन्नों पर उनकी लिखावट थी। फिर अचानक एक पन्ना बिल्कुल खाली था।

सफेद। निर्मल। अधूरा।

उसी पन्ने पर उनकी आखिरी मुलाकात खत्म हुई थी।

अध्याय 2: वह दोपहर

वह दोपहर अजीब थी। आसमान में बादल थे, पर बारिश नहीं हो रही थी। जैसे रोना चाहता हो, पर खुद को रोक रहा हो।

नैना ने कहा था, ''तुम जाओगे तो लौटोगे ना?''

आरव ने हँसकर कहा था, ''अगर किस्मत ने रोका नहीं तो।''

किस्मत ने रोका नहीं। बस रास्ता बदल दिया। नैना की आँखों में उस दिन एक सवाल था जो उसने कभी पूछा नहीं। और आरव के होंठों पर एक जवाब था जो उसने कभी दिया नहीं।

उन्होंने तय किया था कि अगली बार मिलने पर इस किताब के अगले पन्ने पर अपनी कहानी आगे लिखेंगे। पर अगली बार कभी आया ही नहीं।

अध्याय 3: शहर की खामोशी

शहर में लौटकर आरव ने जाना कि समय सबसे क्रूर लेखक है। वह बिना पूछे कहानी बदल देता है। नीम के पेड़ के नीचे अब एक कार खड़ी होती थी। पुरानी लाइब्रेरी अब कैफे बन चुकी थी। और नैना? वह अब इस शहर में नहीं थी।

किसी ने बताया, ''शादी हो गई उसकी। दूसरे शहर चली गई।''

आरव ने बस सिर हिला दिया। दिल के भीतर जो आवाज़ टूटी, वह बाहर नहीं आई। उस रात उसने वही किताब फिर खोली। सफेद पन्ना उसे घूर रहा था।

उसे लगा जैसे पन्ना पूछ रहा हो, ''अब लिखोगे? या फिर मुझे भी अधूरा छोड़ दोगे?''

अध्याय 4: सफेद पन्ने का अर्थ

अक्सर हम सोचते हैं कि खालीपन दुख है। पर सच यह है कि खालीपन एक अवसर भी होता है। आरव ने पहली बार उस पन्ने को ध्यान से देखा। उस पर कोई धब्बा नहीं था। कोई खरोंच नहीं। जैसे वह इंतज़ार कर रहा हो पर शिकायत किए बिना। उसे समझ आया, नैना कहानी थी, पर जीवन किताब है। अगर एक अध्याय खत्म हो जाए, तो किताब खत्म नहीं होती। उसने पेन उठाया। हाथ काँप रहे थे।

पर उसने लिखा, ''कुछ लोग हमारे जीवन में अंत बनने नहीं आते। वे हमें शुरुआत करना सिखाने आते हैं।''

लिखते ही उसे लगा जैसे भीतर कुछ हल्का हुआ।

अध्याय 5: आगे की ओर

अगली सुबह आरव नीम के पेड़ के नीचे खड़ा था। धूप हल्की थी। हवा शांत।

उसने किताब बंद की और मन ही मन कहा, ''तुम जाओ। जहाँ भी हो, खुश रहो।''

पहली बार यह वाक्य बोझ नहीं लगा। शाम को उसने शहर के स्कूल में नौकरी के लिए आवेदन कर दिया। वह लिखना चाहता था। पढ़ाना चाहता था। जीना चाहता था। उस रात वह सो पाया।

किताब मेज़ पर रखी थी। सफेद पन्ना अब सफेद नहीं था। उस पर स्याही थी। शब्द थे। और एक शुरुआत थी।

कुछ प्रेम कहानियाँ साथ खत्म नहीं होतीं, वे हमें खुद से मिलाकर आगे बढ़ा देती हैं।

विवरण

कुछ कहानियाँ खत्म नहीं होतीं, बस लिखी जाना बंद हो जाती हैं। ''सफ़ेद पन्ना'' एक ऐसे प्रेम की कहानी है जो बिछड़कर भी मिटता नहीं, और एक ऐसे व्यक्ति की यात्रा है जो लौटकर समझता है कि अधूरापन भी एक उत्तर होता है। आरव जब वर्षों बाद अपने शहर लौटता है, तो उसे दीवारों पर दरारें नहीं अपने भीतर की खाली जगहें दिखती हैं। एक पुरानी किताब, एक सफेद पन्ना, और एक नाम२ जो अब केवल स्मृति है। यह कहानी खोए हुए प्रेम की नहीं, बल्कि उस साहस की है जो इंसान को फिर से लिखना सिखाता है। क्योंकि कभी-कभी सबसे कठिन काम किसी को भूलना नहीं, बल्कि उसके बाद भी जीना होता है।

❑❑❑

अतीत

आदित्य बुंदेला
बैचलर ऑफ आर्ट्स,
बांदा, उत्तर प्रदेश

आज भी नहीं खाओगे क्या, पागल हो चले हो क्या आजकल, देखो भईया मैं जा रही हूँ, मन करे तो तुम भी पल भर को आ जाना, उसे बुरा नहीं लगेगा।

मैं आंगन में जाकर सीधे आसमान की ओर आँखें रखकर लेट गया। आकाश भर्राया हुआ था, लेकिन शिथिल भी था, मानो सूर्य से अलग होने का दुःख उससे नहीं संभलेगा। सूरज धीरे-धीरे सूखता जा रहा था, संध्या उसे खींच लेना चाहती थी। मैंने देखा कि एक ऐरोप्लेन सूरज को ठीक-ठीक दो हिस्सों में काटते जा रहा है, मानो वह आकाश और संध्या के बीच न्याय कर रहा हो। वह अपने पीछे आकाश में अपनी पगडंडी बनाते हुए बढ़ रहा था, जो क्षण-क्षण उसी से बड़ी होती जा रही थी। मुझे लगा कि वह उसका अतीत है जो उससे बड़ा हो गया है।

''शायद अतीत हमसे बड़ा ही होता है''

सूरज गिर गया था। आकाश विरह में जलकर काला हो गया था। आकाश को उसी हालत में छोड़कर मैं अपने कमरे में गया तो वहाँ टेबल में मेरी बहन खाना परोस कर रख गई थी। मैंने थाली को अनदेखा किया, एक लिफ़ाफ़े में कुछ गुलाब की पंखुड़ियाँ रखीं और उससे मिलने के लिए चल दिया।

''हैप्पी बर्थड''

''मेरा नाम नहीं लोगे?''

''हैप्पी बर्थडे 'केशनी'।''

मेरी अनुमति के बिना उसने वह लिफ़ाफ़ा मेरी पॉकेट से निकालकर रुमाल के साथ अपनी जीन्स की जेब में ठूँस दिया।

''थैंक्स 'मन्तु'।''

अक्सर वह मुझे इसी नाम से बुलाया करती थी। मैंने उससे नज़रें मिलाने से हिचक रहा था, क्योंकि आज उससे

ठीक-ठीक तीन महीनों के बाद बात कर रहा था। उससे कैसे कहूँ कि वो मुझे माफ़ कर दे सभी पापों के लिए जो मैंने किए हैं। मैं चाहता था कि वह मुझसे पहले की तरह प्रेम करने लगे, जब हम जानते ही नहीं थे कि हममें कोई संबंध भी है।

''भईया ने सुबह से कुछ नहीं खाया, जाने कौन पिशाचनी इसके माथे में घर कर गई है, तुम ही पार लगाओ इसे''।

''चुप, ऐसा नहीं कहते,'' केशिनी ने मेरी बहन से कहा।

मैं जानता हूँ कि मेरी बहन को ठीक-ठीक पता था कि मैं केशिनी की तरफ़ क्यों नहीं देख पा रहा था। ऐसा क्यों है कि बहनें बहुत जल्दी बड़ी हो जाती हैं। मेरी बहन की उम्र मुझसे कुछ एक वर्ष ही छोटी थी, लेकिन उसमें समझदारी मुझसे कई वर्ष ज्यादा की थी। मैने केशिनी की तरफ़ नज़र उठाई और उसका चेहरा मेरी आँखों में रुक गया। मुझे ठीक-ठीक याद है कि जब भी मैं उसे देखता था मुझे हर बार वह कक्षा नवमी का दिन याद आ जाता था, जब उसको पहली बार देखा था, नवम्बर की सर्दियों में।

उस दिन उसने आसमानी रंग का स्वेटर पहना हुआ था, नीले रंग के जूते जिनके निचले हिस्से में सफ़ेद रंग की पट्टी बनी हुई थी। पलकों पर ओस की छोटी-छोटी बूंदें जम गई थीं। ऐसा लग रहा था जैसे पलकों पर बादल आ बसे हों। गाल जुल्फ़ों की रगड़ से गुलाबी हो चले थे, चेहरा ऐसा लगता था जैसे कोई कमल की पंखुड़ी हो जो अनन्त काल तक यूँ ही खिला रहेगा।

वह अभी भी मेरे सामने थी।

''मुझे पता है मैंने क्या किया है। मैं स्वार्थी हूँ। मैं हमेशा से केवल अपनी ही तरफ़ था। जो भी किया सिर्फ़ अपने प्रेम को सिद्ध करने के लिए किया। कभी नहीं समझा कि तुम्हारी मान्यताएँ, तुम्हारा प्रेम क्या है। तुम मुझे माफ़ कर देना, लेकिन सच यह भी है कि मैं तुमसे प्रेम करता हूँ। मेरे व्यक्तित्व का आधा हिस्सा तुमसे मिलकर बना है''।

''चुप, पागल हो तुम आदित्य''।

उसने लिफ़ाफ़े से गुलाब की एक पंखुड़ी निकाली, मेरे हाथ में रखी और मुस्कुराते हुए चली गई। मैं वहीं खड़ा उसे अपने से दूर जाते हुए देखता रहा। मैंने हमेशा से यही किया है। कभी कोशिश नहीं की कि वह मेरे साथ रुक जाए। कभी उसका पक्ष नहीं सुना, कभी कुछ नहीं किया।

अभी भी आकाश काला पड़ा हुआ था। सब कुछ शांत था। अचानक दरवाज़ा खुलने की आवाज़ आई। वो मेरी बहन थी। वह लौट आई थी।

''आप क्यों नहीं आए भईया, और आपने खाना खाया कि नहीं?''

मैं उठकर बैठ गया। ऐसा पहले भी हो चुका था। शायद यह मेरा अतीत ही है जो हमेशा से मुझे भावुक करता आया है।

अभी मैं उससे दूर हूँ।

''ये छोटे रिश्ते हैं, ये कभी ख़त्म नहीं होते, बस जब तक हम इन्हें समझते हैं वे फीके पड़ जाते हैं।''

पूजा के बाद की सच्चाई

मनजीत झारिया
स्नातकोत्तर (हिन्दी साहित्य)
जबलपुर, मध्य प्रदेश

नर्मदा जयंती थी। घाट सजे थे। पोस्टर लगे थे। मंच पर भजन चल रहे थे- ”नर्मदे हर...’’। भीड़ थी, श्रद्धा थी और हर हाथ में मोबाइल।

शर्मा जी भी पहुँचे। नहा-धोकर, पूजा की थाली सजाकर। थाली में सब कुछ था - फूल, धूप, दीप, अगरबत्ती, प्रसाद और साथ में एक पन्नी।

पहले फोटो। फिर स्टेटस - ”माँ नर्मदा के चरणों में“।

फिर आरती।

दीप जला। धूप जली। फूल चढ़े।

और जाते-जाते, बड़ी सहजता से, वही थाली उठी - और पन्नी, मुरझाए फूल, बुझी धूप, अगरबत्ती के पैकेट और बची हुई पूजा-सामग्री सीधे नर्मदा में बहा दी गई।

पास खड़ा एक बच्चा बोला -

‘‘अंकल, इससे तो नदी गंदी हो जाएगी।’’

शर्मा जी ने धर्म का कवच पहन लिया -

‘‘ये कचरा नहीं है, पूजा की चीज़ है। इसे नदी में बहाना पुण्य होता है।’’

बच्चा बोला -

‘‘लेकिन माँ तो गंदी हो जाएँगी ना?’’

शर्मा जी झुंझलाए -

"सब करते हैं। एक से क्या फर्क पड़ता है?"

अगली सुबह अख़बार में खबर थी -

घाटों पर सड़ी मालाएँ, प्लास्टिक, बदबू और गंदगी।

शर्मा जी ने चाय की चुस्की ली और बोले -

"प्रशासन कुछ करता ही नहीं!"

उसी समय वही बच्चा बोला -

"अंकल, क्या माँ को गंदा करने का काम भी प्रशासन ने किया है?"

कप हवा में रुक गया।

शायद पहली बार समझ आया - आरती उन्होंने की नहीं थी। उन्होंने बस भीड़ के साथ मिलकर माँ के आँचल में कचरा डाला था।

हम सब रोज यही करते हैं।

फूल चढ़ाते हैं- और माँ को गंदा करते हैं।

धूप जलाते हैं- और ज़हर बहाते हैं।

फिर कहते हैं- "जय हो नर्मदा मैया की।"

सवाल सीधा है-

नर्मदा माँ हैं या सिर्फ कचरा बहाने की जगह?

क्योंकि अगर माँ हैं, तो उनका सम्मान आरती से नहीं, उन्हें साफ रखने से होगा।

❑❑❑

कागज का पुल

अमृता सिंह
स्नातकोत्तर (हिन्दी)
सतीशचन्द्र कॉलेज, बलिया, उत्तर प्रदेश

बुंदेलखंड के एक छोटे से गाँव 'धुरगाँव' में अर्जुन रहता था।

उसका उम्र 17 वर्ष था, लेकिन चेहरे पर 40 साल का बोझ दिखता था।

पिता खेती के लिए कर्ज लेकर मर गए। और माँ हमेशा बीमार रहती थी। उसकी एक छोटी बहन थी रिया, जो 9 साल की थी ।

गाँव वाले कहते थे,'अर्जुन, स्कूल छोड़ दो और खेती में मां का हाथ बटा।'

इस पर अर्जुन चुप रहता। उसके पास सिर्फ एक चीज थी उसकी पुरानी कॉपियाँ और पेन। जिससे वह रात को लालटेन की रोशनी में वो कविता लिखता।

एक दिन मास्टर जी ने उसकी कॉपी देख ली और उसकी कविता पढ़ी। वे बोले, 'अर्जुन, तुम्हारे शब्दों में पुल है। जो टूटे दिलों को जोड़ सकता है।' और आगे बढ़ने का रास्ता दिखा सकता है।

अर्जुन 12वीं का रिजल्ट आया और उसने 12वीं पास कर ली। उसने 87% नंबर पाए थे । उसको आगे पढ़ने का बहुत मन था, पर कॉलेज की फीस 20 हजार थी। जो उसके लिए बहुत ज्यादा थी, इस पर उसकी माँ ने अपने पास रखा आखरी गहना भी बेच दिया और बोली, 'बेटा, ये कागज का पुल तुझे शहर ले जाएगा।'

शहर में अर्जुन हॉस्टल के बाहर अखबार बेचता था और वह दिन में पढ़ाई करता था ।

कॉलेज में सब अमीर घर के लड़के थे। जो हर वक्त उसका मजाक उड़ाते रहते, 'ये देहाती कवि बना है।' उनकी बातों को सुनकर अर्जुन हँस देता।

एक दिन कॉलेज में कविता प्रतियोगिता हुई। कविता का विषय था - 'मेरा भारत'।

अर्जुन ने उसे प्रतियोगिता में भाग लिया और स्टेज पर खड़े होकर पढ़ा-

'मेरे गाँव में नदी नहीं, पर आँखें बहती हैं,

मेरे शहर में मेट्रो है, पर रिश्ते थकते हैं।
कागज पर मैंने जो पुल बनाया है,
उसी पर मेरा भारत चलता है।'

कविता सुनकर हॉल में सन्नाटा छा गया। फिर थोड़ी देर बाद तालियाँ बजने लगी।

जिसने सबसे पहले ताली बजाई थीं, वह थी नेहा मेहता, दिल्ली की मशहूर लेखिका।

उन्होंने अर्जुन से कहा, 'तुम्हारे शब्दों में मिट्टी की खुशबू है।' तुम बहुत आगे तक जाओगे।

नेहा ने अर्जुन को अपनी किताब के लिए असिस्टेंट रख लिया।

धीरे-धीरे अर्जुन की कविताएँ अखबार और पत्रिकाओं में छपने लगीं। अभी अर्जुन के साथ सब ठीक ही हो रहा था की गाँव से खबर आई कि माँ नहीं रही। अर्जुन की तो दुनिया ही खत्म हो गई।

अर्जुन रात भर स्टेशन पर बैठा रोता रहा।

जब नेहा ने उससे पूछा, 'अब क्या करोगे? वापस गाँव जाओगे?'

तब अर्जुन बोला, 'मैम, गाँव गया तो रिया की पढ़ाई छूट जाएगी। और यहाँ रुका रहा तो माँ का सपना टूटेगा।' मुझे कुछ समझ नहीं आ रहा है।

नेहा ने अर्जुन को समझाया और कहा, 'अर्जुन, पुल दो किनारों को जोड़ता है। तुम भी दोनों किनारो को जोड़ो।;

उसके बाद अर्जुन गांव लौट आया गांव आकर अर्जुन ने अपनी कमाई से गाँव में एक छोटा लाइब्रेरी खोल दिया। और उसका नाम रखा, 'माँ का आँगन'। उसने रिया का पूरा ख्याल रखा और बाद में रिया को शहर भेजकर पढ़ाया।

5 साल बाद, अर्जुन की पहली किताब छपी जिसका नाम था

'कागज का पुल'

अर्जुन के उस किताब में गाँव, शहर, माँ, रिया, सब सब के बारे में लिखा था। वह किताब बेस्टसेलर बनी।

उसी साल अर्जुन को राष्ट्रीय साहित्य में पुरस्कार मिला। जब अर्जुन को पुरस्कार देने के लिए बुलाया गया तब स्टेज पर आकर उसने कहा, कि 'मैंने कभी सोचा नहीं था कि मेरी टूटी हुई कॉपी पर लिखी हुई कविता मेरे लिए एक दिन पुल बनेगी। और मुझे यहां तक लाएगी, मैं सबको बताना चाहता हूं कि जब इरादा सच्चा हो, तो कागज का पुल भी पत्थर के पुल से ज्यादा मजबूत हो जाता है।ष

आज धुरगाँव में हर बच्चा अर्जुन की किताब पढ़ता है।

गाँव के बाहर बोर्ड लगा हुआ है कि 'यहाँ से कागज का पुल शुरू होता है।;

❑❑❑

V. कविताएँ

संघर्षरत लड़कियाँ

वैभव श्री तिवारी
स्नातकोत्तर, दिल्ली विश्वविद्यालय
रीवा, मध्य प्रदेश

वक्त कितना कुछ छीन लेता है न?
वही लड़की, जो कल तक किसी से कम नहीं थी।
हँसती, मुस्कुराती, उम्मीद से भरी।
वक्त के साथ सब बदले।
खुद को औरों की तरह न पाकर,
तुलना के कुचक्र में पड़कर,
उसने अपने शरीर और मन को इतना घुला दिया
कि अब जो उसमें बचा, वह
हड्डियों का ढाँचा मात्र था।
जिसके अंदर एक बेचौन.सी आत्मा रहती होगी,
जो खुद को उड़ान की ओर उन्मुख करना चाहती होगी।

लेकिन ये दुनिया उसके बाहरी परिवेश और रूप-रंग को देखकर
मन की अलौकिक सुंदरता, भावों और विचारों
को या तो देखना नहीं चाहती,

या वह खुद इसे प्रकट करने में असमर्थ है,
जिसकी छटपटाहट उसे वक्त-बेवक्त कुरेदती है।
मैं पूछती हूँ-
बिन उम्र ढले जाने,
आभा-पूरित मुख की दयुति को
यूँ कांतीहीन होते जाने,

हृदय वेदना से परिपूर्ण होकर,
अधरों पर झूठी मुस्कान फैलाना-
कहाँ से आते हैं इतने हौसले,
सच-सच बतलाना।।

कभी-कभी तुम्हें देखकर मुझे तरस आता है कि
दुनिया की भागदौड़ में,
जहाँ सब एक-दूसरे से बेहतर साबित
करने में लगे हैं,
वहाँ तुम कैसे खुद को दिलासा दोगी?
बताओ, क्या तुम बदलोगी?

❑❑❑

अविराम

हिमांशु त्रिपाठी
शोधार्थी, लखनऊ विश्वविद्यालय
प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

अपूर्ण ख्वाहिशें लिए,
जीवन मैं जीता जा रहा।
वाम क्या, ईश्वर का है,
कर्मों का फल मुझे मिल रहा।
ठहरने की आशा लिए,
पर न जिंदगी में विराम है।
चलना हमारा काम है।
जीवन की कठिनाइयों पर मैं,
व्यर्थ क्यों चिंता करूँ?
संघर्ष की आशा लिए,
मैं आगे की ओर बढ़ता चलूँ।
यही समय और यही काल है,
न जिंदगी में विराम है।
चलना हमारा काम है।
किंचित भी न चिंतित रहूँ,
अविराम चाल चलता रहूँ।
मंजिल नहीं, तब दूर है,
विधाता का यही दस्तूर है।
कुछ राह, कुछ साथ चले,
कुछ दूर बाद अलगाव है।
अलगाव से मैं क्यों डरूँ,

यह सिर्फ एक पड़ाव है।
अविराम चाल चलता रहूँ,
न जिंदगी में विराम है।
चलना हमारा काम है।
दिनकर की किरणों के साथ,
नित दिन प्रातः उठकर।
कर्म मैं करता रहूँ मैं,
लक्ष्य की ओर बढ़ता रहूँ।
साँझ का सूरज ढल जाए पर,
न जिंदगी में विराम है।
चलना हमारा काम है।
ईर्ष्या मन में लिए क्यों,
पथ से मैं भटकता रहूँ?

ईश्वर को मैं सब सौंप कर,
मैं लक्ष्य की ओर बढ़ता रहूँ।
कंटक हों राहों में भी जो,
उनपर नित बढ़ता रहूँ।
जिस साँझ थक जाऊँ भी तो,
न जिंदगी में विराम हो।
चलना हमारा काम हो।

❑❑❑

प्रिय आगमन

घृतादित्य गौतम सैनी
एम.ए. अंग्रेजी, राजस्थान विश्वविद्यालय
दौसा, राजस्थान

चैत्र की इस तेज़ प्यास में
जैसे सौम्य सोमरस लाई हो
या पतझड़ के मौसम में
जैसे बनके बहार तुम छाई हो
ज्वलंत पवनों से बेहाल वक्त में
तुम जैसे कोई शीतलहर सी आई हो।

तुम आई हो आती हो जैसे
मुरझाए चेहरे पर अनायास मुस्कान
निर्जन वन भी हुआ हो जैसे
पक्षी, भंवरों के स्वर से गुंजायमान
या जड़ में भी चेतन फूटा हो,
करने लगा हो हलचल भी निष्प्राण।
मेरे हृदय पर तुम जैसे कोई
सुवासित एक लता सी छाई हो
किसी प्रेम के राही ने जैसे
सारी प्रीत एक साथ ही पाई हो
तुम्हारे आने से हुए सकल मनोरथ पूरे
मेरा तन मन सारा महका है
तुम पुष्पों की राह से आई हो।

❑❑❑

मुक्ति' का दण्ड

पीयूष 'आश'
गोंडा, उत्तर प्रदेश

सुबह आई तो सब वैसा ही रहा,
बस एक नाम था जो घर में नहीं रहा।
मैंने आवाज़ दी दीवार ने सुनी,
पर मेरा सवाल मेरे साथ ही रहा।

लोग कहते हैं वक़्त भर देगा कमी,
पर तुम्हारे जाने के बाद, सब खाली ही रहा।
अगर दुख बोझ था, मुझे दे देते आधा,
तुम्हारे दुःखो का हिस्सा आखिर मैं क्यों नहीं रहा?

वह पंखा, वह द्वार, वह एकांत की अंतिम घड़ी,
क्या वहाँ मृत्यु जीवन से थी अधिक सरल और बड़ी?
कहते थे तुम संसार मृगतृष्णा है, बस एक छलावा है,
पर उस छलावे में मेरा पीछे रह जाना, क्या सबसे बड़ा दिखावा है?

दर्शन कहता है आत्मा अजर है, अमर है, अविनाशी है,
पर जो रूँध गया गले में, वह सिसकी तो बस इसी पल की प्यासी है।
ईश्वर की बातें अब मुझे अक्सर समझाई जाती हैं,
जो होता है अच्छे के लिए होता है ये सौगात दिलाई जाती है।
अगर साथ रहना संभव न था,
तो विदा कहना तो सिखा जाते।
मैं अबोध जिज्ञासाओं को पीना सीख गया हूँ,
पर काश मुझे अकेला छोड़ने से पहले जीना भी सिखा जाते।

मैंने खिलौनों से पहले श्मशान को देख लिया,
लोरी की जगह, सन्नाटे को ही अपना मीत किया।
वो जिस बोझ को उतार कर चले गए अंधेरों में,
उसी बोझ को अब मैंने अपनी नियति का गीत किया।

लोग कहते हैं जो गया, वह मुक्त हुआ,
मैं सोचता हूँ तो मैं किससे बँध गया?
लोग कहते है मैं समय से कुछ पहले हुआ बड़ा ,
पर सच तो यह है, कि आज भी मैं हूँ उसी मोड़ पर खड़ा।

मुक्ति अगर यही है कि अपनों को विलाप में छोड़ जाना,
कायरता और वैराग्य में, ज़रा अंतर तो बताना।
अब मैं हर रोज तुम्हारी उस मुक्ति का दंड भरता हूँ,
तुम्हारे भेंट किए इस शून्य में निरूस्वर मैं, हर रात बिखरता हूँ।

पर क्या मोक्ष इतना स्वार्थी होता है,
एक चिराग बुझाकर, सारा घर अंधकार में सोता है?
ईश्वर के दरबार में जब तुम हिसाब दोगे,
मेरी अधूरी परवरिश का क्या जवाब दोगे?

अब मैं न ईश्वर को मानता हूँ, न प्रारब्ध को,
मैं बस ढोता हूँ तुम्हारे विदा से पहले के उन शब्द को।
जो तुमने आखिरी बार बिना कहे, हवा में छोड़ दिया,
जिसने मेरे मासूम बचपन का रुख ही मोड़ दिया।

तुम मुक्त हुए या नहीं, यह प्रश्न तुम्हारा रहे,
मेरे हिस्से तुम्हारी चुप्पी का उत्तर सारा रहे।
तुम मृत्यु चुन गए थे अपनी ही शर्तों पर,
मैं चुनूँ साकार अस्तित्व, यही इस जीवन सिंधु का किनारा रहे।

❑❑❑

मैं अपना संसार लेकर निकला था

अनिशा भार्गव
बी.ए., बी.एड., एम.ए. 'संस्कृत'
चूरु, राजस्थान
(ताइक्वांडो खिलाड़ी)

पैसों की इस दुनिया में, मैं जज़्बात लेकर निकला था।
मतलब की इस दुनिया में, मैं विश्वास लेकर निकला था।
आखिर क्यों सहा मैंने अपमान
क्यों मेरी इच्छाएँ दबाई गई
फिर याद आया उसूलों की इस दुनिया में,
मैं भाव लेकर निकला था।

दूर से ही कर देता सलाम तो बहुत अच्छा होता मैं
दूर से ही कर देता सलाम तो बहुत अच्छा होता मैं
लेकिन मेरी हिम्मत तो देखो नक़ाब की इस दुनिया में,
मैं ख़्वाब लेकर निकला था।

खुद को फ़िर संभाला मैंने
खुद को फ़िर संभाला मैंने
सराहा अपनी कोशिशों को
परंतु थका फिर मैं इस बात से
दिखावे की इस दुनिया में,
मैं एक तलाश लेकर निकला था।
वाकिफ़ नहीं था मैं दुनिया से
फितरत नहीं समझी मैंने

सूखे से एक गाँव में,
मैं क्यों एक नाव लेकर निकला था।
हाँ सत्य यही निकला अंत में
कुटिल लोगों के बीच,
मैं सच्चा इंसान बनकर निकला था।।

❑❑❑

दिशाहीन समाज

नरेन्द्र कुमावत 'अक्षर'
बैचलर ऑफ आर्ट्स, आर.पी.एस.सी. अभ्यर्थी
कुचामन सिटी, राजस्थान

संस्कार ज़ख्मी हो रहे हैं,
नग्नता और अभद्रता से,
फल फूल रहा है समाज।

हल्की लोकप्रियता
पाने के चक्कर में,
मर्यादाएँ भूल रहा है समाज।

समता से नाता तोड़,
ऊंच नीच के भाव से,
दो धड़ों में झूल रहा है समाज।

शिक्षा के बाजारों में,
डिग्रियां प्रतीक प्रतिभा का,
मेहनत को भूल रहा है समाज।

सब जन की कमियां गिनकर,
खुद से पर्दा करता है ,
खुद आइने को भूल रहा है समाज।

चमक-दमक से अलंकृत,
संस्कारो की जड़े काट,
मूल अपना भूल रहा है समाज।

❑❑❑

जात चली गई

प्रशांत
बी.टेक (द्वितीय वर्ष)–आई.आई.टी., पटना
बांदा, उत्तर प्रदेश

जात चली गई– सच में?
जात चली गई, कहाँ ?
पता नहीं , पर चली गई
गाँव में थोड़ी सी होगी;
पर पढ़े–लिखो में नहीं
जैसे मेरे कलम में नहीं
शायद कहीं छिप गई होगी
कहाँ ? छिप गई होगी
किसी शिक्षक के घड़े में?
जरूर छिपी होगी
नहीं वो तो पढ़ा–लिखा है
वहाँ से भी चली गई होगी?
फिर कहाँ गई होगी ?
क्या पता सरकारी दफ्तर में
दूर धरी कुर्सी में बैठी हो,
उधर से भी भगा दी गई होगी?
अब कहाँ जाएगी, बेचारी।
नेता की रैली के पीछे चल दी होगी
बगल में बैठी होगी?
नहीं धरती में बैठी थी
वहाँ से भी दुत्कार दिया होगा
मतलब, उधर भी नहीं?
तो, किसी मंदिर में घुस गई होगी
बड़ी ढीठ है, कहीं भी जाती है
मस्जिद भला क्यों जाए
कहीं उधर भी सुननी पड़े, कि
तुम्हारे, तुम्हारे न हुए तो
यहाँ आ गई,
कहीं तो छिपी होगी
धोबी के कपड़ों में ?
कुम्हार के बर्तन में ?
चमार के जूतों में ?
या फिर तेली के घानी में ?

❑❑❑

गुड़िया

सत्येंद्र कुमार मौर्य (एसटीडी)
लेखक, कवि, उच्च माध्यमिक अध्ययनरत (अंक शात्र)
बड़वारा, कटनी, मध्य प्रदेश

तुम मिली मुझे साँसों की तरह,
मेरी रूह छू गुजर गई।
रोकना तो चाहा हमने तुझे,
मगर पहले अरमान को पूरा करना था।
तुम्हें रोकता तो उम्र भी गुजर सकती थी,
मगर तेरे चेहरे पर मुस्कान देखना चाहता था।

तेरे शब्द मुझे भा गए,
मेरी रूह में बस गए थे।
तुम भिन्न थी, तुम दयालु थी,
इसलिए तुम धड़कन थी।

तुम्हारी जुल्फें रेशम की तरह,
आँखों में जादू था तुम्हारे,
जो मुझे यूँ ही भा गया।
तुम्हारे अंदर करुणा और प्रेम का सागर था,
चेहरे पर जादुई चमक,
हर बाग में दीप जलता था।
मैं नहीं जानता छल या दिखावा,
जो भी मेरे साथ किया, वह सबसे प्यारा।
तुमसे मेरे शब्द रंगीन हो गए,
दुनिया में महक बिखर गई।
तुम्हारा नाम श्गुड़ियाश यूँ ही मेरा दिल छू जाता था,
मैं फूलों का गुलदस्ता था,
तुम उस गुलदस्ते में भी महक डाल गई।
तुम मिलीं, मगर तुम साँसों की तरह गुजर गईं।

❑❑❑

सच बताओ

सुभांशु श्रीवास्तव
इलेक्ट्रिकल इंजीनियर
सुल्तानपुर, उत्तर प्रदेश

सच बताओ, पुरुषों...
क्या तुमने कभी कोई औरत नहीं मारी?
किसी की बेटी नहीं मारी,
या किसी की बहन नहीं मारी?
राह चलते उसे घूरकर देखा,
तब उसकी आबरू नहीं मारी?
उसके सजने-सँवरने पर उंगली उठाई,
उसके आगे बढ़ने पर आपत्ति जताई,
कभी उसके सपने नहीं मारे?
या उसकी चाहत नहीं मारी?
फिर क्यों झूठ कहते हो, पुरुषों,
कि तुमने कभी औरत नहीं मारी?

❑❑❑

जीवन के चार अनुयुक्त

दुर्गेश जायसवाल 'चमन'
(लेखक, कवि)
स्नातकोत्तर, हिन्दी साहित्य
राजापुर फूलबेहड़, लखीमपुर खीरी, उ०प्र०

जीवन के अनुयुक्त चार हैं,
उसमें भी गंदे विचार हैं।

पठित कला उनकी लहराई,
लंबी यात्रा उनकी आई।

घर में चोरी और मरोड़ी,
बाहर करते सीना-जोरी।

गली-गली में लातें खाएँ,
कभी-कभी वह थाने जाएँ।

गाँव-गली करते मनमानी,
थोड़ी उनकी भी अजमानी।

मनमानी में लाठी खाएँ,
गली-गली खामोशी पाएँ।

हुआ नहीं उनका परिवर्तन,
करते रहें वही अपवर्तन।

भिन्न-भिन्न वह कला दिखाएँ,
खामोशी कभी थाने जाएँ।

❑❑❑

VI. प्रेरणा कोना

प्रेरणा कोना

हर्षित कुमार
रिपोर्टर (यूपी पुलिस मॉनीटर मैग्जीन)
स्टूडेंट (डीएलएड चतुर्थ सेमेस्टर)
बरेली, उत्तर प्रदेश

मां-बाप पेड़ की तरह हम-तुमको सींचते हैं, पर समाज को छांव कैसे देनी है ये हमारे गुरु ही बतलाते हैं।

गुरु हमारे मार्गदर्शक होते हैं, कठिनाइयों से कैसे लड़ना है मंजिल तक पहुंचने में हमारा साथ देते हैं। मार्ग में आयी सारी बाधाओं को झेलते हुए, मार्ग में क्या-क्या बाधाएं रहती हैं, ये बताते हुए, शिष्यों को मंजिल तक पहुंचाने के लिए, गुरु इक सरल मार्ग बनाते हैं। गुरु हमें जीना सिखाते हैं और जिन्दगी जीने का, अच्छा तरीका बतलाते हैं।

❑❑❑