

कवर स्टोरी
डॉ. माणिक अलीम

जलवायु, मौसम और बारिश के पैटर्न को ही नहीं बल्कि ग्लोबल वार्मिंग, हमारी हेल्थ और फिटनेस पर भी अब तेजी से असर डाल रही है। ग्लोबल वार्मिंग ने हमारे पर्यावरण को जिस तरह से प्रभावित किया है, उसे तो हम कई सालों पहले से जान रहे हैं, लेकिन अब हमें अपनी हेल्थ पर भी इसके असर दिखने लगे हैं।

बढ़ते हीट स्ट्रोक

हम सब जानते हैं कि ज्यादा तापमान में व्यायाम करने से शरीर में डिहाइड्रेशन होने और हीट स्ट्रोक का खतरा बढ़ जाता है, इन दिनों ऐसा ही हो रहा है। पिछले दो सालों में यूरोप और अमेरिका में सबसे ज्यादा डिहाइड्रेशन और हीट स्ट्रोक के मामले सामने आए हैं। विशेष रूप से उन क्षेत्रों में, जहाँ पहले कभी हीट वेव नहीं चला करती थी। पेरिस, न्यूयॉर्क और लंदन में भी हाल के सालों में साइकिलिंग के दौरान लोगों में हीट स्ट्रोक के केस 5 से 15 फीसदी तक बढ़े हैं। न्यूयॉर्क में 2023 और 2024 में हीट स्ट्रोक की जितनी घटनाएँ सामने आई हैं, पिछली सदी में उसके 10वें हिस्से के बराबर भी नहीं आई थीं। जाहिर है, ये बढ़ते तापमान का नतीजा है। यही वजह है कि यूरोप और अमेरिका के ज्यादातर शहरों में अब खासतौर पर जम की नई गाइडलाइन में एक्सप्रेसलाइन के लिए शाम और सुबह को प्राथमिकता दी जा रही है।

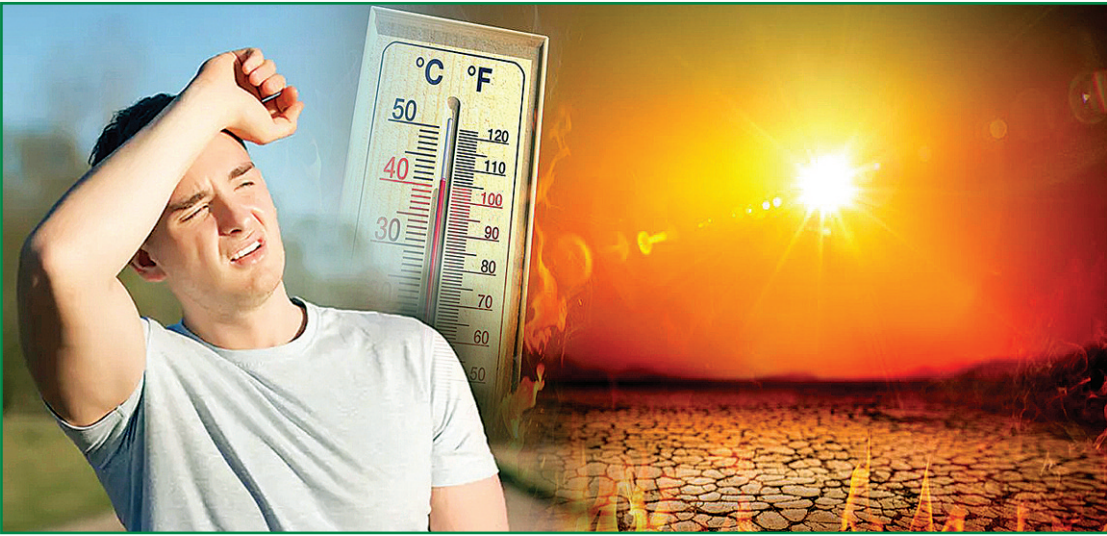
बिगडटी एयर क्वालिटी

दिल्ली और मुंबई समेत देश के कई मेट्रो शहरों में पिछले तीन सालों में वायु प्रदूषण बेहद खराब स्तर का हो गया है। दिल्ली में प्रतिवर्ष हवा की खराब गुणवत्ता के कारण इससे बीमार पड़ने और मरने वाले लोगों की संख्या में 10 हजार से 15 हजार के बीच इजाफा हुआ है। दिल्ली में पिछले पांच सालों से हवा औसतन साल के 300 दिन सामान्य से



बिगडटे पर्यावरण, बदलते जलवायु के कारण धरती के बढ़ते तापमान यानी ग्लोबल वार्मिंग के दुष्प्रभाव दुनिया भर में प्राकृतिक आपदाओं के रूप में दिखने लगे हैं। इसका असर अब हमारी हेल्थ पर भी पड़ने लगा है। कई तरह की शारीरिक और मानसिक समस्याओं से लोग ग्रस्त हो रहे हैं। इनसे कुछ हद तक बचाव के लिए जरूरी सावधानी बरतने के साथ यहां बताई जा रही बातों पर अमल करना जरूरी है।

हमारी हेल्थ को बिगाड़ रही ग्लोबल वार्मिंग



बहुत ज्यादा खराब रहती है। इसीलिए अब दिल्ली में स्वास्थ्य विशेषज्ञ, खासकर फिटनेस के जानकार, बूढ़े लोगों को सुबह के समय घर से बाहर घूमने जाने की सलाह नहीं देते हैं, क्योंकि दिल्ली में हवा इतनी प्रदूषित है

कि घूमने से जो फायदे हो सकते हैं, उससे कहीं ज्यादा हेल्थ के लिए नुकसान होने की आशंका रहती है। दिल्ली जैसे वायु प्रदूषण से ग्रस्त शहर में सुबह के समय दौड़ने या खुली हवा में योग करने से सांस संबंधी बीमारियाँ

बढ़ जाने का खतरा पैदा हो गया है। जिस तरह से ऐसे महानगरों की हवा प्रदूषित है, उससे फेफड़ों की क्षमता प्रभावित हो रही है। यही वजह है कि ऐसे प्रदूषित शहरों में कार्डियो वर्कआउट्स कम प्रभावी हो रहे हैं।

वैज्ञानिक पिछले तीन दशकों से दुनिया भर के लोगों को आगाह कर रहे हैं कि प्रदूषण का स्तर लगातार बढ़ रहा है। बावजूद इसके ग्लोबल वार्मिंग कम करने के लिए जितने उपाय किए जाने चाहिए, वो नहीं हो रहे हैं। इसलिए स्वास्थ्य विशेषज्ञों का मानना है कि प्रदूषण का संकट इतना गहरा हो गया है कि अब इस स्थिति में रातों-रात सुधार नहीं हो सकता है। कहने का मतलब यह है कि अब हमें इसी खराब मौसम और ग्लोबल वार्मिंग के प्रभावों के साथ जीना है। ऐसे में ग्लोबल वार्मिंग के रहते हुए अपनी सेहत और फिटनेस का ध्यान रखने के लिए कुछ बातों पर अमल करना होगा-

► व्यायाम हमेशा सुबह या शाम के समय ही करें। जब तापमान और वायु गुणवत्ता दोनों बेहतर हों।
► आउटडोर एक्सरसाइज से बचें, क्योंकि इन दिनों प्रदूषण की स्थिति काफी बिगड़ी हुई है और ग्लोबल वार्मिंग से मिलकर यह प्रदूषण और भी नुकसान करता है। इसलिए घर के भीतर या जिम में ही व्यायाम को प्राथमिकता दें।

स्वस्थ रहने के लिए इन बातों पर करें अमल



सामग्रियाँ, सब कुछ प्रदूषित, संक्रमित या ग्लोबल वार्मिंग के कारण असामान्य हो गई हैं। ऐसे में व्यायाम करने, खान-पान से लेकर जीवनशैली के तौर-तरीकों पर सजगता बरतनी होगी।

विशेष: पृथ्वी दिवस
22 अप्रैल

बिगडटी मानसिक सेहत

ग्लोबल वार्मिंग के कारण सिर्फ शारीरिक परेशानियाँ ही नहीं बढ़ी बल्कि मानसिक तनाव भी बहुत ज्यादा बढ़ गया है। हमारे



व्यायाम की आदतें बदल गई हैं। ग्लोबल वार्मिंग के कारण बढ़ता हीट स्ट्रोक और तनाव हमारे मानसिक स्वास्थ्य को लगातार प्रभावित कर रहा है। दरअसल, इस ग्लोबल वार्मिंग का असर हमारी फसलों के ऊपर और हमारे पोषण की गुणवत्ता पर भी पड़ा है। ग्लोबल वार्मिंग के कारण कुछ फसलें कम पैदा हो रही हैं, खासकर प्रोटीन और मिनरल्स से भरपूर फ्रूट्स का उत्पादन घटा है और इनकी कीमतें बहुत बढ़ गई हैं। महंगे होने के कारण लोग आसानी से इन्हें नहीं खा पा रहे हैं। इससे भी हमारी मेंटल फिटनेस पर असर पड़ रहा है। ऐसे में स्वस्थ रहने के लिए हमें अपनी लाइफस्टाइल और डाइट का पूरा ध्यान रखना होगा। *

आत्मप्रेरणा
राजयोगी बीके निकुंज जी

यह जानते हुए भी कि धरती के संसाधनों का अति दोहन करने से हम सभी का अस्तित्व संकट में पड़ जाएगा, हम सचेत नहीं हो रहे हैं। अपनी धरती को बचाए रखने के लिए बिना देर किए हम सभी को प्रकृति संरक्षण के प्रभावी प्रयास करने होंगे।

पुकार रही है प्रकृति बचा लें अपनी धरती

सदियों से प्रकृति और यह धरती, कवियों और लेखकों के लिए आराधना और प्रशंसा का विषय रही है। इसीलिए जब हम कश्मीर की सुंदर घाटी को या फिर हिमालय से बहती हुई पावन नदी गंगा के प्रवाह को देखते हैं, तब मन ही मन हमें इस बात का अहसास होने लगता है कि सचमुच ही हम मनुष्य, शक्तिशाली प्रकृति की सामर्थ्य के समक्ष कितने तुच्छ और शक्तिहीन हैं। हम सभी इस तथ्य से परिचित हैं कि धरती माँ, हमारा पालन-पोषण ठीक ऐसे ही करती है, जैसे कोई माता अपनी संतान का। आहार जुटाने से लेकर जीवन के लिए जरूरी अनेक कार्य प्रकृति पूरी तत्परता के साथ निभाती है। मान लीजिए, यदि वह अपने इस नित्य कार्य को करना बंद कर दे, तो फिर हम मनुष्यों का क्या हाल होगा, इसकी कल्पना भी हम नहीं कर सकते हैं।

बढ़ रही प्राकृतिक आपदाएँ: पिछले डेढ़-दो दशक में समस्त संसार में हुई प्राकृतिक आपदाओं की घटनाओं को देखते हुए इस बात से इंकार नहीं किया जा सकता है कि प्रकृति वर्तमान में हम मनुष्यों से बड़ी रह है और अगर हमने अपने आप में परिवर्तन नहीं किया तो उसके भयावह परिणाम सामने आ सकते हैं। हाल ही में भारत के कुछ पर्वतीय क्षेत्रों में बादल फटने की घटनाओं और भारी



बारिश के कारण स्थानीय लोगों को अपना घर छोड़कर सरकारी टेंटों में जाकर रहने की नौबत आई, जिसके चलते उनके मन में प्रकृति के प्रति शिकायत का भाव देखा गया। लेकिन हम इसान अकसर यह भूल जाते हैं कि प्राकृतिक आपदाओं और धरती की बिगडटी मौजूद हालत के जिम्मेदार हम खुद ही हैं।

रोकनी होगी वृक्षों की कटाई: पर्यावरण विशेषज्ञों के मतानुसार बादल फटने की घटना का गहरा संबंध वन की अनियंत्रित कटाई से होता है, जिससे साधारण भाषा में वनोन्मूलन या डिफॉरेस्टेशन कहते हैं। वनस्पति विशेषज्ञों द्वारा किए गए अनुसंधान से यह सिद्ध हुआ है कि पहाड़ी इलाकों में आए दिन होने वाली बादल फटने की घटनाओं और उससे होने वाली तबाही को कम करने के लिए समुद्र तल से 4000 से 8000 फुट की ऊँचाई पर अधिक-से-अधिक वृक्ष लगाए जाने चाहिए। परंतु दुर्भाग्यवश पर्यटन में सुधार करने के लिए हम वृक्ष लगाने के बजाय, वृक्षों को काट रहे हैं और जंगलों का नाश कर रहे हैं, जिसका सीधा असर प्रति वर्ष नदी तटीय इलाकों में बसे गांव या शहरों में होने वाली बाढ़ के रूप में हमें देखने को मिलता है।

हम सब करें प्रकृति संरक्षण: श्रीमद् भगवद्गीता के तीसरे अध्याय में कहा गया है-

देवाभ्यामव्यतानेन ते देवा भावयन्तु कः।
परस्परं भावयन्तः श्रेयः परमवापस्यथा॥

अर्थात् तुम सब यज्ञ कर्मों द्वारा देवताओं की उन्नति करो और वे देवता तुम लोगों की उन्नति करेंगे। अब यदि आज के समय में इस श्लोक का भावार्थ किया जाए तो देवताओं को प्रसन्न रखने का अभिप्राय यहां प्रकृति को संतुलित एवं व्यवस्थित रखने से भी है। ऐसा इसलिए क्योंकि प्रकृति, देवीय शक्तियों की क्रीड़ा भूमि है और उसके अनुदानों से विश्व-वसुधारा पुष्पित, पल्लवित होती तथा समुन्नत बनती है। इसलिए हम सभी मनुष्यों के लिए यह अनिवार्य है कि अपने कल्याणार्थ प्रकृति के साथ विवेकसम्मत व्यवहार करें और उसके आशीर्वाद का पात्र बनें न कि श्राप का। अच्छे कर्म का फल अच्छा मिलता है और बुरे का बुरा, यह सर्वविदित है। कहने को तो यह सिद्धांत पुराना पड़ गया है किंतु इसके पीछे छुपा तथ्य सनातन है और यह सिद्धांत सृष्टि के कण-कण में आज भी विद्यमान है। अतः यदि हम धरती माँ के साथ सम्मानजनक व्यवहार करेंगे तो हमें उतना ही प्यार और स्नेह उनसे प्राप्त होगा। लेकिन अगर हम उसके संसाधनों का दुरुपयोग करना जारी रखेंगे, तो फिर हमें भूकंप, बाढ़, अकाल, भूस्खलन जैसे प्राकृतिक प्रकोपों का सामना करना ही पड़ेगा। *

संकट
नरेंद्र शर्मा

हर साल 22 अप्रैल पृथ्वी दिवस के अवसर पर पूरी दुनिया के 190 से ज्यादा देश मिलकर पृथ्वी की दिनों-दिन बिगडती सेहत पर चिंता व्यक्त करते हैं, इसे सुधारने का आह्वान करते हैं, नई-नई नीतियाँ बनाते हैं, लेकिन नतीजा न केवल वही रहता है बल्कि लगातार धीरे-धीरे पृथ्वी की सेहत बंद से बदतर होती जा रही है।

बीत गई आधी सदी: पहली बार 22 अप्रैल 1970 को अमेरिका में दुनिया के कई पर्यावरणविद जुटे थे और उन्होंने चेताया था कि अगर औद्योगिकीकरण के चलते हमारी नदियाँ इसी तरह कचरे से पटती धीं, हवा में जहर इसी तरह घुलता रहा, पेड़ कटते रहे और ग्लेशियरों की बर्फ पिघलती रही, तो जल्द ही यह धरती ईसानी के रहने लायक नहीं बचेगी। जब वैज्ञानिकों ने पहली बार यह सब चेतावनी के तौर पर ऊँचे स्वर में कहा तो एक स्वाभाविक चिंता बनी और दुनिया की करीब-करीब हर सरकार ने पृथ्वी को बचाने के लिए संकल्प लिया। लेकिन इस सबके बाद भी नतीजा सकारात्मक बिल्कुल नहीं रहा। 1970 में वैज्ञानिकों ने पृथ्वी की सेहत को जिस तरह बिगड़ते हुए पाया था, इन 55 सालों में एक बार भी स्थिति उससे बेहतर नहीं हुई, लगातार पृथ्वी की सेहत खराब ही होती जा रही है।

बातें नहीं लेना होगा एक्शन: इस साल पृथ्वी दिवस पर पृथ्वी को बचाने के लिए विशेषज्ञों ने जिस थीम का आह्वान किया है, वह है-हमारी शक्ति, हमारा ग्रह। हमारी

अब समय आ गया है कि हम सब पृथ्वी की बदतर होती स्थिति को लेकर केवल चिंता न प्रकट करें, उसे सुधारने के लिए कारगर कदम भी उठाएं।

चिंता जताने से नहीं सुधरेगी पृथ्वी की सेहत

शक्ति से आशय सरकार, उद्योग या वैज्ञानिकों की शक्ति नहीं है बल्कि इसका भाव यह है कि ये हमारी आदतें, हमारा आचरण और ये हमारा उपभोग ही है, जो अंततः हमारी पृथ्वी की सेहत पर असर डालता है। कुल मिलाकर यह कि यह हमारी चुनाव की शक्ति है कि हमें वास्तव में पृथ्वी को बचाने के लिए कुछ करना है या बड़ी-बड़ी बातें ही करनी हैं। चूंकि पृथ्वी एक भौगोलिक क्षेत्र भर नहीं है, यह एक जीवंत ग्रह है, इसलिए अगर हमने पृथ्वी को बचाने के लिए किसी जीवित इंसान की तरह ईमानदारी से कोशिश नहीं किया तो जल्द ही वह समय आएगा, जब हमारी सारी समझदारी और सारी जानकारी के बावजूद पृथ्वी की हालत सुधरेगी नहीं।



सबसे बड़ा खतरा प्लास्टिक: आज की तारीख में धरती को सबसे ज्यादा खतरा प्लास्टिक से है। प्लास्टिक के खतरे को हम कई दशकों से जानते हैं और लगातार सरकारों प्लास्टिक के कम से कम इस्तेमाल का आह्वान करती रही हैं। भारत जैसे देश में तो हाल के कुछ सालों में कितनी ही बार प्लास्टिक के इस्तेमाल में, तरह-तरह के प्रतिबंध लगे हैं, लेकिन हैरानी की बात

यह है कि प्रकट रूप में प्लास्टिक से बचने के लिए दिन-रात किए जा रहे आह्वानों, प्रतिबंधों और नीतियों के बावजूद प्लास्टिक का इस्तेमाल घटने की बजाय दिन-पर-दिन बढ़ता ही जा रहा है। आज हर साल 40 करोड़ टन से भी ज्यादा प्लास्टिक का उत्पादन होता है और इसमें से 50 फीसदी सिंगल यूज प्लास्टिक होता है, जो पृथ्वी की सेहत



गजल
हबीब कैफ़ी

क्या हुआ जो बात करना रमको आया ही नहीं फिर भी घेरे पर कोई घेरा लगाया ही नहीं

आप तो क्या चीज है पथर पिघल जाते जनाब गीत कोई दिल से अब तक रमने गाया ही नहीं

मुस्कुराया दो भेरे कुछ पछुने पर इस तरह कुछ बताया भी नहीं लेकिन छुपाया ही नहीं

रोज आता है यहां दो रात के पिछले पहर नौद से लेकिन कभी उसने जगाया ही नहीं

क्या डराएंगे कोई साया लम्बे 'कैफ़ी' यहां उसके लंब बंदे हैं साबित जिसका साया ही नहीं

खंगर / सूर्य कुमार पांडेय

आज तो गजब ही हो गया। मास्साब के सारे उसूल टूट गए। मजा मिलने लग जाए, तो उसूल चिटक ही जाते हैं।

मास्साब का डबल मजा



प्युचर आपके हाथ है। उबार लीजिए, चाहे डुबा दीजिए। साथ में एक सी रुपए का कारा नोट नहीं था। मास्साब ने गहरी सांस ली। चतुर्दिक देखा। सहकमी परीक्षक परीक्षार्थियों का भविष्य दुरुस्त करने में तल्लीन

थे। मास्साब की नीयत का मोर, मूल्यांकन कक्ष के जंगल में नाच उठा। जैसा कि होता है, जंगल में मोर नाचा, किसने देखा? सो किसी ने नहीं देखा। सौ का वह नोट मोरपंख बनकर मास्साब की जेब में घुस गया। आज की काँपी जंचाई में मास्साब को सचमुच बड़ा मजा आया।

अगली तीन-चार कॉपियां ठीक-ठाक बच्चों की थीं। मास्साब को वे सब घामड़ लगे और महाबोर भी। उन्होंने थोड़े मास्क दे मारे। किंतु पांचवीं काँपी झन्नाटेदार थी। उसमें लिखा हुआ था, 'मुझे संकटमोचक सर या मैडम (क्योंकि मुझे पता नहीं है), जब आप मेरे को भरपूर नंबरों से पास कर दीजिएगा, तब लास्ट पेज खोलिएगा। आपको पांच सी रुपए का एक नोट दिखेगा। मैंने उतीर्ण होने की मनौती मान रखी है। आप भगवान को मेरी तरफ से प्रसाद जरूर चढ़ा दीजिएगा।'

मास्साब ने तत्काल उस विद्यार्थी की काँपी में पूर्ण लब्धांक टांके। मॉडर कौन जाए? उन्होंने चरपरासी को बुलाया और बगल के हलवाई के यहां से दो सी रुपए के लड्डू मंगवाए। सहयोगी शिक्षक-शिक्षिकाओं के मध्य मिश्राने वितरण कराया। बाकी के लड्डू घर के लिए अपने बैग के हवाले किए। आज मास्साब का मजा सचमुच डबल हो चुका था। *

का, खाना तैयार हो गया? सभी मेहमानों को पहले सॉफ्ट ड्रिंक्स और स्नैक्स दीजिएगा। मेहमान भी आते ही होंगे।' हाथ में ब्रेसलेट को लॉक करते हुए मैंने काका से पूछा।

'हो बहू जी! बस अब्बई लगाए दे रहे।' लॉन का चक्कर लगा कर सारी तैयारियाँ देख लीं। रोशनी की झिलमिलती लड़ियाँ भी सभी अपने-अपने स्थान पर जगमगा रही थीं। बेटे बंदू के जन्मदिन को हम खूब धूमधाम से मनाना चाहते हैं आखिर वह हमारा इकलौता बेटा है। अपने दादी-दादी सबका बहुत दुलारा है। उत्सव की सारी तैयारियाँ हो चुकी थीं। मामी जी, पापा जी, रवि सभी रेडी होकर लॉन में लगे चैवर्स पर बैठे अपने-अपने मोबाइल फोन में व्यस्त थे। मुझे भी ऑफिस एक अजैट मेल करना है। सुबह से समय ही नहीं मिला। जल्दी से वह काम भी कर लेती हूँ। बंदू को भी रेडी कर दिया है। मेहमानों के आने तक और कोई काम भी नहीं है। तभी मेरा ध्यान बंदू की ओर गया, झपझपाती लाइटों से चमकमकाते पारिजात के पेड़ के नीचे गुमसुम बैठा हुआ है। 'बंदू बेटा, व्हाट हैप्पेंड? टुडे इज योर बर्थ डे! सो एंजॉय बच्चो।' बंदू के गालों को प्यार से थपथपाते हुए मैंने कहा।

'किसके साथ?' 'सूनी आंखों से मुझे देखते हुए वह धीरे से बोला।

'ओह बंदू! मुझे बताओ आप क्या चाहते हो?' उसे ममाने के अंदाज में मैंने उससे पूछा। 'मामी मैं मोबाइल फोन बनना चाहता हूँ। भगवान जी मुझे मोबाइल फोन बना देते तो मैं...।' 'व्हाट...।' मैं सिर से पैर तक झनझना रही थी। *

लघुकथा / यशोधरा भटनागर

मैं चाहता हूँ



का, खाना तैयार हो गया? सभी मेहमानों को पहले सॉफ्ट ड्रिंक्स और स्नैक्स दीजिएगा। मेहमान भी आते ही होंगे।' हाथ में ब्रेसलेट को लॉक करते हुए मैंने काका से पूछा।

'हो बहू जी! बस अब्बई लगाए दे रहे।' लॉन का चक्कर लगा कर सारी तैयारियाँ देख लीं। रोशनी की झिलमिलती लड़ियाँ भी सभी अपने-अपने स्थान पर जगमगा रही थीं। बेटे बंदू के जन्मदिन को हम खूब धूमधाम से मनाना चाहते हैं आखिर वह हमारा इकलौता बेटा है। अपने दादी-दादी सबका बहुत दुलारा है। उत्सव की सारी तैयारियाँ हो चुकी थीं। मामी जी, पापा जी, रवि सभी रेडी होकर लॉन में लगे चैवर्स पर बैठे अपने-अपने मोबाइल फोन में व्यस्त थे। मुझे भी ऑफिस एक अजैट मेल करना है। सुबह से समय ही नहीं मिला। जल्दी से वह काम भी कर लेती हूँ। बंदू को भी रेडी कर दिया है। मेहमानों के आने तक और कोई काम भी नहीं है। तभी मेरा ध्यान बंदू की ओर गया, झपझपाती लाइटों से चमकमकाते पारिजात के पेड़ के नीचे गुमसुम बैठा हुआ है। 'बंदू बेटा, व्हाट हैप्पेंड? टुडे इज योर बर्थ डे! सो एंजॉय बच्चो।' बंदू के गालों को प्यार से थपथपाते हुए मैंने कहा।

'किसके साथ?' 'सूनी आंखों से मुझे देखते हुए वह धीरे से बोला।

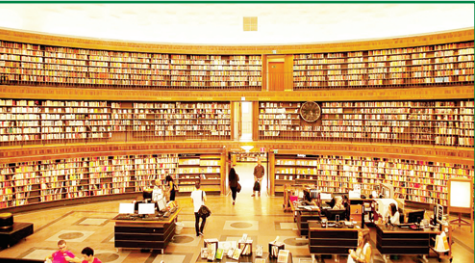
'ओह बंदू! मुझे बताओ आप क्या चाहते हो?' उसे ममाने के अंदाज में मैंने उससे पूछा। 'मामी मैं मोबाइल फोन बनना चाहता हूँ। भगवान जी मुझे मोबाइल फोन बना देते तो मैं...।' 'व्हाट...।' मैं सिर से पैर तक झनझना रही थी। *

परंपरा / शिखर चंद जैन



क्रास्नोयार्स्क पुस्तक संस्कृति मेला रूस

अपनी अनोखी पुस्तक-संबंधी प्रदर्शनियों और प्रतिष्ठानों के लिए प्रसिद्ध रूस का यह मेला साइबेरिया की सांस्कृतिक विरासत को प्रदर्शित करता है और विभिन्न साहित्यिक विधाओं के अन्वेषण को प्रोत्साहित करता है। साइबेरिया के आश्चर्यजनक परिदृश्यों के बीच स्थित, रूस का क्रास्नोयार्स्क पुस्तक संस्कृति मेला, साहित्यिक समारोहों की दुनिया में बहुत महत्व रखता है। यह मेला, न केवल लिखित शब्दों का उत्सव मनाता है, बल्कि क्षेत्र की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत को भी संजोता है। रूसी साहित्य, स्वदेशी कहानी और अंतरराष्ट्रीय प्रभावों के अनूठे मिश्रण के साथ यह मेला पुस्तक प्रेमियों और सांस्कृतिककर्मीयों के लिए एक अनूठा अनुभव प्रदान करता है। विविध पुस्तक स्टालों से भरे व्यस्त बाजारों से लेकर साहित्यिक परिदृश्य पर गहन विचार-विमर्श तक, आगंतुकों को शब्दों की दुनिया में एक गहन यात्रा का आनंद मिलता है। *



पढ़ने के साथ आनंद के पल स्वीडन

स्वीडिश लोग आराम के समय किताबें पढ़ना सबसे अधिक पसंद करते हैं। खासतौर पर सर्दियों की लंबी, अंधेरी रातों में स्वीडिश लोग गर्म पेय के साथ कबल के नीचे दुबके हुए अपनी पसंदीदा किताब पढ़ना खूब पसंद करते हैं। स्वीडन में स्थित अधिकतर पुस्तकालय, अक्सर रीडिंग नाइट्स की मेजबानी करते हैं, जिससे सामुदायिक जुड़ाव और साहित्य के प्रति साझा प्रेम को बढ़ावा मिलता है। *



सक्सेस मंत्रा

अंजू जैन

कई बार मन में सवाल उठता है कि दुनिया में कुछ ही लोग इतने सफल, चर्चित और समृद्ध क्यों होते हैं, जबकि ज्यादातर लोग एक ओस और गुमनाम सा जीवन जीते हैं? इसकी कई वजहें होती हैं, इनमें से कुछ के बारे में यहां जानते हैं।

कर्म को मानते हैं पूजा

वैसे तो दुनिया में लगभग सभी लोग अपनी आजीविका के लिए या नाम कमाने के लिए कुछ न कुछ काम करते हैं। लेकिन कुछ लोग ज्यादातर लोगों से बहुत आगे निकलकर अपने क्षेत्र में, कुछ अपने जिले या राज्य में और कुछ लोग इससे भी आगे बढ़कर देश और दुनिया में अपनी एक अलग पहचान बना लेते हैं। उनके पास नाम, शोहरत, पैसा, सफलता सब कुछ होता है। जानते हैं क्यों? क्योंकि ये उन ज्यादातर लोगों में से नहीं होते, जो बेमन या मजबूरी में अपने काम को करते हैं। ये उन चंचल लोगों में से होते हैं, जो अपने काम में पूरी तमयता से डूबे रहते हैं। दिन-रात उल्लास और उमंग से मेहनत करते हैं और धैर्यपूर्वक अच्छे नतीजे का इंतजार करते हैं। ऐसे लोगों का जीवनमंत्र होता है- कर्म ही पूजा है।

अपने काम से करें प्यार

आज के समय में सुनीता विलियम्स जैसी अंतरिक्ष यात्री हों या विराट कोहली और रोहित शर्मा जैसे खिलाड़ी, अंबानी, टाटा और अडानी जैसे उद्योगपति हों या अमिताभ बच्चन, शाहरुख जैसे एक्टर, इन्हें कौन नहीं जानता! ऐसे कई सारे लोग दुनिया में हैं, जो विश्वविख्यात हैं और सफलता के चरम पर हैं। हर कोई जानता है कि उनकी जिंदगी, काम और राह आसान कभी नहीं थे। इन्होंने अपने जीवन में अभूतपूर्व कठिन और जटिल परिस्थितियों का सामना किया। आर-जीत और आशा-निराशा के भंवर से न जाने कितनी बार जुड़े हैं। कई बार इन्होंने खुद को उल्लास, उमंग, प्रशंसा और सफलता के शिखर पर महसूस किया और कई बार ऐसा भी महसूस किया कि मानो सब कुछ समाप्त हो चुका है और वे इतने नीचे जा चुके हैं कि आगे कुछ भी नहीं बचा। लेकिन इन्होंने कभी यह नहीं कहा कि मुझे यह सब अच्छा नहीं लगता



या काम में मेरा मन नहीं लगता। जानते हैं क्यों? क्योंकि इन्होंने अपने काम से जी भर कर प्यार किया, उसे ही अपना सब कुछ समझा और हमेशा धैर्य बनाए रखा। इसलिए आज सफल और महान लोगों की सूची में इनका नाम है। हाल ही अंतरिक्ष में करीब 9 महीने तक विषम परिस्थितियों में रहकर लौटी सुनीता विलियम्स ने कहा है, 'अगर आप मन लगाएं, दुष्ट संकल्प रखें और कोई रास्ता खोजें तो आप जो करना चाहें कर सकते हैं। आप कभी खुद को किसी चीज में जकड़ा हुआ महसूस ना करें। कुछ ऐसा खोजें जो आपको पसंद है। जैसे ही वह मिल जाए, आप उसे पूरे मन से अच्छी तरह करें, बस यही महत्वपूर्ण है।'

सकारात्मक दृष्टिकोण है जरूरी

सफलता और सुकून सकारात्मकता से ही मिलते हैं। सकारात्मक दृष्टिकोण वाले व्यक्ति अपार सफलता के शिखर हैं और समस्याओं का बेहतर तरीके से समाधान कर पाते हैं तो यह कोई जादू नहीं है बल्कि सीधा सरल विज्ञान है। इसका संबंध हमारे मस्तिष्क की क्षमताओं और इमोशनल इंटीलिजेंस से है। यह नतीजा 30 वर्षों के शोध से प्राप्त हुआ है, जो नॉर्थ कैरोलिना की पॉजिटिव इमोशंस लैबोरेट्री की प्रोफेसर बारबरा फ्रेडरिक के नेतृत्व में हुआ है। ब्रेन न्यूरोस की आवाजाही पर आधारित अध्ययन बताते हैं कि सकारात्मक लोगों के मस्तिष्क का वेंट्रल टेम्पैल एरिया अधिक सक्रिय होता है, जो उन्हें आशावादी

बनाता है। सकारात्मक लोगों के ब्रेन के सर्किट्स उन्हें नए विचारों के लिए खुला बनाते हैं। हमारा सामाजिक व्यवहार कैसा होगा से लेकर हम समस्याओं को कैसे सुलझाते हैं, यह सब ब्रेन सर्किट से ही तय होता है। अपने मस्तिष्क को सकारात्मकता के लिए अधिक सक्षम बनाने के लिए निरंतर सकारात्मक दृष्टिकोण वाली भाषा का इस्तेमाल करना, चीजों के उजले पहलुओं को देखना और ऐसे सवाल पूछना जरूरी है, जो किसी भी परिस्थिति में सर्वश्रेष्ठ हल खोज कर उन्हें बेहतर बनाने पर केंद्रित हों। किसी ने बिल्कुल सही कहा है, परिस्थिति से सोच नहीं बनती बल्कि सोच से परिस्थिति बनती है।

मेहनत के साथ समर्पण जरूरी

जिन लोगों ने इस दुनिया में सफलता, नाम, दौलत और शोहरत पाई है, उन्होंने अपने काम को जी-जान से चाहा है। उस्ताद बिरिमल्लाह खान हों या अल्वर्ट आइंस्टीन, रतन टाटा हों या स्टीव जॉब्स, ये सभी अपने काम के प्रति पूर्ण समर्पित थे। ये सभी अपने काम को जुनून की हद तक चाहते थे। आपको यह मान कर चलना चाहिए कि आपको मेहनत और आपका जीवन ईश्वर का अनमोल उपहार है। परफेक्शन और अच्छा नतीजा निरंतर एक्शन और समर्पण से ही आता है। अपना काम जोजिए और बाकी ईश्वर पर छोड़ दीजिए। यही महान धर्म ग्रंथ 'गीता' में भी कहा गया है। *

दुनिया के सफलतम लोगों की जीवनयात्रा पर निगाह डालें तो पाएंगे कि उन सभी में अपने काम के प्रति भरपूर प्यार रहा है। सफलता पाने के लिए लगन और समर्पण कितना मायने रखता है, आप जरूर जानना चाहेंगे।

काम से करें प्यार तो सफलता मिले अपार



बनाता है। सकारात्मक लोगों के ब्रेन के सर्किट्स उन्हें नए विचारों के लिए खुला बनाते हैं। हमारा सामाजिक व्यवहार कैसा होगा से लेकर हम समस्याओं को कैसे सुलझाते हैं, यह सब ब्रेन सर्किट से ही तय होता है। अपने मस्तिष्क को सकारात्मकता के लिए अधिक सक्षम बनाने के लिए निरंतर सकारात्मक दृष्टिकोण वाली भाषा का इस्तेमाल करना, चीजों के उजले पहलुओं को देखना और ऐसे सवाल पूछना जरूरी है, जो किसी भी परिस्थिति में सर्वश्रेष्ठ हल खोज कर उन्हें बेहतर बनाने पर केंद्रित हों। किसी ने बिल्कुल सही कहा है, परिस्थिति से सोच नहीं बनती बल्कि सोच से परिस्थिति बनती है।

मेहनत के साथ समर्पण जरूरी

जिन लोगों ने इस दुनिया में सफलता, नाम, दौलत और शोहरत पाई है, उन्होंने अपने काम को जी-जान से चाहा है। उस्ताद बिरिमल्लाह खान हों या अल्वर्ट आइंस्टीन, रतन टाटा हों या स्टीव जॉब्स, ये सभी अपने काम के प्रति पूर्ण समर्पित थे। ये सभी अपने काम को जुनून की हद तक चाहते थे। आपको यह मान कर चलना चाहिए कि आपको मेहनत और आपका जीवन ईश्वर का अनमोल उपहार है। परफेक्शन और अच्छा नतीजा निरंतर एक्शन और समर्पण से ही आता है। अपना काम जोजिए और बाकी ईश्वर पर छोड़ दीजिए। यही महान धर्म ग्रंथ 'गीता' में भी कहा गया है। *

विशेष: विश्व पुस्तक दिवस, 23 अप्रैल

दुनिया भर के अनेक लोग पुस्तकें पढ़ने का शौक रखते हैं। पुस्तक पढ़ने की प्रवृत्ति को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न देशों में कुछ अनोखी और आकर्षक साहित्यिक परंपराएं निर्माई जाती हैं। आइए जानते हैं कुछ ऐसी परंपराओं के बारे में।



जोला बोका प्लड आइसलैंड

आइसलैंड के अधिकांश लोग नियमित रूप से किताबें पढ़ते हैं। वे किताबें लिखने में भी आगे रहते हैं। जोला बोका प्लड के नाम से मशहूर 'क्रिसमस बुक प्लड' समारोह साल के अंत में एक हफ्ते तक आयोजित होता है, जिसमें आइसलैंड के नागरिक एक-दूसरे को किताबें उपहार में देते हैं। अक्सर क्रिसमस की पूर्व संध्या पर, इन पुस्तकों का आदान-प्रदान किया जाता है और फिर तुरंत पढ़ा जाता है। जोला बोका प्लड, वाक्यांश खरीदी गई नई पुस्तकों की 'बाढ़' को भी संदर्भित करता है। आइसलैंडवासी कहते हैं, 'एड गंगा मेड बोक आई मैगनम', जिसका भावार्थ होता है 'हर किसी के अंदर एक किताब होती है।' *



पाठकों की पुस्तक परियां इटली

इटली निवासी अपनी पढ़ी हुई किसी किताब को अपने पास डेप नहीं करते हैं। जब वे अपनी खरीदी हुई पुस्तक पढ़कर समाप्त करते हैं तो पुस्तक को वापस शेल्व पर रखने के बजाय, वे इसे विशेष स्टिकर और हरा रिबन लगाकर किसी और के लिए सार्वजनिक स्थल पर छोड़ देते हैं। इन किताबों को ट्रेन स्टेशनों, कॉफी की दुकानों, पार्क की बेंचों और अन्य जगहों पर छोड़ दिया जाता है ताकि कोई दूसरा पाठक इन्हें पाकर पढ़ सके। इन्हें पुस्तक परियां कहते हैं। कुछ लोग अपनी किताबों को पार्क की बेंचों के नीचे, स्टोर के साइन बोर्ड के पीछे या बस स्टेशनों में छिपाकर रखना पसंद करते हैं। ताकि उस किताब का दीवाना कोई पाठक उसे पाकर पढ़ सके। पढ़ने के बाद वह फिर से रिबन को लपेटकर अन्य पाठक के लिए दूसरी जगह रख सकता है या पुस्तक को अपने निजी पुस्तकालय के लिए सहेज सकता है। *

नैनोविमो, संयुक्त राज्य अमेरिका

नैनोविमो आयोजन के तहत लोगों को 30 दिनों में 50,000 शब्दों का उपन्यास लिखने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। 1999 में एक पर्सनल डेवलपमेंट चैलेंज के रूप में शुरू हुआ यह कार्यक्रम इंटरनेट पर एक पॉपुलर इवेंट बन गया है। आधिकारिक तौर पर नैनोविमो, एक गैर-लाभकारी संगठन है, जो पूरे देश और दुनिया के लेखकों को मजेदार कार्यशालाओं, युक्तियों और ऑनलाइन फोरम के माध्यम से जोड़ता है। यह फोरम उपयोगकर्ताओं को अन्य लेखकों से प्रश्न पूछने, टिप्पणियाँ करने और कार्यशालाओं के लिए साइन अप करने की अनुमति देते हैं। कोई भी व्यक्ति, चाहे वह शेफ हो या मैकेनिक, घर पर रहने वाले माता-पिता या शिक्षक, इसमें भाग ले सकते हैं। *

स्टोन सूप हैप्पी रीडिंग एलार्स चीन

चीनी प्राथमिक विद्यालयों में बेहतर साहित्यिक निर्देश और संस्कृति के प्रचार-प्रसार के लिए 2007 में स्थापित, स्टोन सूप हैप्पी रीडिंग एलार्स का मिशन है 'पढ़ने को वैसा बनाना है जैसा कि होना चाहिए-खुशहाल, मुफ्त और स्वेच्छिक।' छात्र अपनी पसंद की विशिष्ट सामग्री चुनने के लिए स्वतंत्र हैं। किताबों की गाड़ियां कक्षाओं



से पुस्तकालयों तक लाई जाती हैं और शिक्षक अक्सर अपने छात्रों को रोचक पुस्तकें खुद पढ़कर सुनाते हैं। इच्छुक छात्र उन किताबों से प्रेरित होकर नाटक या नाटकीय व्याख्याएं लिखते हैं और उन पर अभिनय भी करते हैं, जो उन्होंने पढ़ी होती है। *

बड़ा पर्दा

हेमंत पाल

भगवान की भक्ति के लिए गीत या भजन गाना और सुनना बहुत लोकप्रिय है। फिल्मों में अक्सर दिखाया जाता है कि किस तरह एक भजन सारे बुरे हालात बदल देता है। खास बात यह भी कि धार्मिक फिल्मों में ही भक्ति गीत हों, यह जरूरी नहीं। कई मल्टीस्टार एक्शन और रोमांटिक फिल्मों में भी ऐसे कई भक्ति गीत फिल्माए गए, जो लोकप्रिय हुए और आज भी इन्हें सुना जाता है।

शुरुआती दौर से जारी है सिलसिला: फिल्म इतिहास के पन्ने पलटें जाएं, तो हम पाते हैं कि ब्लैक एंड व्हाइट फिल्मों के जमाने से ही भक्ति गीतों को फिल्मों में शामिल किया जाता रहा है। उस दौर की कुछ फिल्मों के भक्ति गीत और भजन आज भी इतने लोकप्रिय हैं कि तीन-चोहार पर ये बजते सुनाई देते हैं। फिल्मों ने ऐसे कई भजन और भक्ति गीत दिए हैं, जिन्हें सुनकर और गाकर कुछ पलों के लिए हम अपने दुःख भूल जाते हैं। ऐसी स्थिति में मन में विश्वास की एक ज्योति जल उठती है।

भरपूर सफल हुई 'जय संतोषी मां'

धार्मिक फिल्मों और उसके प्रसिद्ध भक्ति गीतों की बात करें, तो 'जय संतोषी मां' को एक मिसाल के तौर पर देखा जा सकता है। 1975 में आई कम बजट की फिल्म 'जय संतोषी मां' को अपार सफलता मिली थी। इस फिल्म की गिनती अब तक की श्रेष्ठ ब्लॉकबस्टर फिल्मों में होती है। फिल्म की अपार सफलता में इस फिल्म के सभी गीतों का भी बड़ा योगदान था। उषा मंगेशकर, महेंद्र कपूर और मन्ना डे ने कवि प्रदीप के लिखे भक्ति गीत गाए थे। 'करती हूं तुम्हारा व्रत मैं स्वीकार करों मां', 'यहां-वहां जहां-तहां मत पूछो कहाँ-कहां', 'मैं तो आती उतारू



तुलसीदास

निबाने वाली एक्ट्रेस अनीता गुहा को लोग पूजने लगे थे। 'जय संतोषी मां' में अभिनय करने वाले महिपाल ने भी अपने जीवन काल में 'संपूर्ण रामायण', 'वीर भीमसेन', 'वीर हनुमान', 'हनुमान पाताल विजय', जैसी सफल धार्मिक फिल्मों में काम किया। उन्होंने अपने करियर में भगवान राम, कृष्ण, गणेश और विष्णु का किरदार इतनी बार निभाया कि असल जिंदगी में भी लोग इन्हें पूजने लगे थे। 'सुहाग' का यादगार भक्ति गीत: 1979 में अमिताभ बच्चन

पुस्तक प्रेमियों की सबसे पसंदीदा जगह होती है, पुस्तकालय, जहां जाकर वे मनचाही किताबें पढ़ते हैं। यहां हम आपको एक ऐसी लाइब्रेरी के बारे में बता रहे हैं, जो अपने पाठकों तक खुद पहुंचती है। जानिए, उत्तराखंड की अनोखी घोड़ा लाइब्रेरी के बारे में।

दूर-दराज तक किताबें पहुंचाती घोड़ा लाइब्रेरी

अनोखी पहल

डॉ. दीपक कोहली

लाइब्रेरी, यानी पुस्तकालय। एक ऐसी जगह, जहां ज्ञान-विज्ञान, साहित्य, कला, दर्शन आदि अनेक विषयों से संबंधित पुस्तकों को सहेजकर रखा जाता है। वैसे तो दुनिया में एक से बढ़कर एक पुस्तकालय हैं। लेकिन आज हम आपको एक ऐसे चलते-फिरते पुस्तकालय के बारे में बता रहे हैं, जो अपने अनुष्ठेपन के कारण पुस्तक प्रेमियों के बीच बहुत चर्चित है।

कहां है घोड़ा लाइब्रेरी: उत्तराखंड के नैनीताल की 'घोड़ा लाइब्रेरी' अपने अनूठे शिक्षा अभियान विस्तार कार्यक्रम के लिए लोगों के बीच चर्चित हो रही है। वैसे तो यह मुख्य रूप से बच्चों के लिए शुरू की गई लाइब्रेरी है, लेकिन अपने अनोखेपन के कारण बड़ों के बीच भी कौतुक का विषय बना हुआ है। बच्चों के साथ-साथ बड़े भी इस लाइब्रेरी का लाभ उठाते हैं। ऐसे नाम पड़ा: इस पुस्तकालय का नाम घोड़ा लाइब्रेरी इसलिए पड़ा क्योंकि एक घोड़ा अपनी पीठ पर किताबों की गोदरी लेकर नैनीताल के कई गांवों में घूमता रहता है। घोड़ों के जरिए सड़क से दूर बसे दुर्गम गांवों के बच्चों के लिए किताबें पहुंचाई जा रही हैं। इनमें

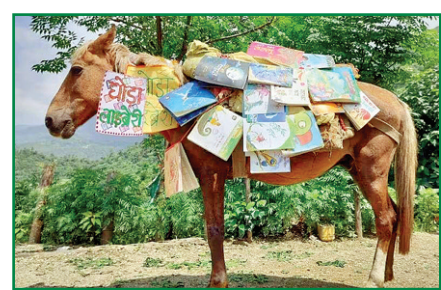


घोड़ा लाइब्रेरी से अपनी मनपसंद किताबें चुनते युवा पाठक

के शिक्षकों और स्वयंसेवकों के साथ बच्चों से मिलकर पहले उनकी रुचि समझते हैं और उसी के अनुसार किताबें लेकर आते हैं। घोड़ा लाइब्रेरी का घोड़ा कई गांवों में उन लोगों के लिए रुकता है, जो पढ़ने के इच्छुक हैं। साप्ताहिक ट्रिप के माध्यम से एक ट्रिप में बच्चों को किताबें भेजी जाती हैं और अगले ट्रिप में दी गई किताबें वापस ले ली जाती हैं और नई किताबें उन्हें उपलब्ध कराई जाती हैं।

सुदूरवर्ती गांवों तक है पहुंच: आज उत्तराखंड के नैनीताल में सुदूर ग्रामीण क्षेत्रों में इस लाइब्रेरी का भरपूर लाभ उठाया जा रहा है। हर वर्ग के छात्र और उनके अभिभावक भी इस अद्वितीय पोर्टल लाइब्रेरी का उपयोग कर रहे हैं। गांवों में बच्चों को अब पुस्तकें और अन्य अध्ययन सामग्री मिलने लगी है।

मिसाल है यह प्रयास: शहरी क्षेत्रों की बात करें, तो वहां लोगों को अपना ज्ञान बढ़ाने के लिए तमाम साधन उपलब्ध होते हैं, जैसे- टीवी,



विशाल पुस्तकालय, कार्यशालाएं, प्रशिक्षण संस्थान इत्यादि। इनके माध्यम से शहरी निवासियों को तमाम जानकारी आसानी से मिल जाती है। लेकिन सुदूरवर्ती ग्रामीण इलाकों में रहने वाले बच्चों और बड़ों के लिए इन सुविधाओं की उपलब्धता मुश्किल है। अभी भी सैकड़ों दूर-दराज के गांव ऐसे हैं, जो इंटरनेट से नहीं जुड़े हैं। अभी भी लाखों बच्चे हैं, जो बाहरी दुनिया के बारे में जानने के लिए उत्सुक हैं। ऐसे में उत्तराखंड के सुदूरवर्ती गांव के लोगों के हाथ में अच्छी किताबों का आना, किताबें पढ़ने का मौका मिलना एक सपने के सच होने जैसा है।

शिक्षा के प्रचार-प्रसार और पढ़ने की आदत विकसित करने की दिशा में शुभम बधानी की 'घोड़ा लाइब्रेरी' अत्यंत महत्वपूर्ण और उपयोगी है। बच्चों के माता-पिता और अन्य ग्रामीणों की भागीदारी की वजह से यह अभियान दिनों-दिन सफल हो रहा है। *

भक्ति के अनेक तरीकों में से एक है भक्ति गीतों यानी भजन के माध्यम से ईश्वर को याद करना। अनेक हिंदी फिल्मों में फिल्माए गए भक्ति गीतों को लोग आज भी नहीं भूल पाए हैं। घरों और मंदिरों में ये गीत श्रद्धा-भक्ति के साथ सुने-सुनाए जाते हैं। भक्ति गीतों से सजी ऐसी ही कुछ फिल्मों पर एक नजर।

भक्ति-गीतों से सजी यादगार हिंदी फिल्मों



आज भी लोकप्रिय है फिल्म 'सुहाग' का भक्ति गीत

दर्शकों को खूब पसंद आई फिल्म 'जय संतोषी मां'

रे', 'मदद करो संतोषी माता', 'जय संतोषी मां', 'मत रो मत रो आज राधिके', फिल्म के सभी गीत उन दिनों तो खूब प्रचलित हुए ही, आज भी सुने जाते हैं। लोगों में इस फिल्म एवं इसके कलाकारों के प्रति भक्ति-भाव का ये आलम था कि फिल्म में माता संतोषी का किरदार

और शशि कपूर की फिल्म 'सुहाग' आई थी, जिसमें मां दुर्गा की भक्ति पर गाया गया भजन 'नाम रे सबसे बड़ा तेरा नाम ओ शोरीबाली' काफी लोकप्रिय हुआ था। फिल्म के इस भक्ति-गीत में अमिताभ और रेखा ने गरबा भी किया था। आशा भोसले और मोहम्मद रफी की आवाज ने इस गीत को यादगार बना दिया। आज भी नवरात्र और देवी पूजन के अन्य अवसरों पर यह गीत सुनाई देता है।

किरदार इतनी बार निभाया कि असल जिंदगी में भी लोग इन्हें पूजने लगे थे।



बात करें, तो भक्ति गीतों से सजी हिंदी फिल्मों की लंबी फेहरिस्त है। याद किया जाए तो ऐसे कालजयी भक्ति गीतों में 1965 में आई फिल्म 'खानदान' के गीत 'बड़ी देर भई नंदलाला तेरी राह तक बुजबाला' को रखा जा सकता है। इस भजन को सुनील दत्त पर फिल्माया गया था। राजेंद्र कृष्ण के लिखे इस

भजन को मोहम्मद रफी ने गाया था। जसनाथमी के अवसर पर अभी भी ये गीत गूंजता है। उससे पहले 1952 में आई फिल्म 'बैजू बावरा' का गीत मोहम्मद रफी की हिंदू भजनों के प्रति लगाव का सबसे बेहतर प्रमाण कहा जा सकता है। 'ओ दुनिया के रखवाले, सुन दर्द भरे मेरे नाले' के बोल आज भी किसी दुखी व्यक्ति का चेहरा सामने ले आते हैं। शकील बदायूनी के लिखे इस गीत में नैशाद ने संगीत दिया था। 1954 में आई फिल्म 'तुलसीदास' के गीत 'मुझे अपनी शरण में ले लो राम' को भी मोहम्मद रफी ने अपनी आवाज दी और बोले जमाने के विख्यात संगीतकार चित्रगुप्त ने इसे संगीत से सजाया था। गीत में राम को आराध्य

मानकर अपना सब कुछ अर्पण करने की बात कही गई है। ये तो बस कुछ उदाहरण मात्र हैं। ऐसे कितने ही भक्ति गीत हैं, जिसने फिल्म की सफलता में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका तो निभाई ही, आस्थावान दर्शकों एवं भक्तों के हृदय में भक्ति-भाव को भी प्रखल किया। *

मानकर अपना सब कुछ अर्पण करने की बात कही गई है। ये तो बस कुछ उदाहरण मात्र हैं। ऐसे कितने ही भक्ति गीत हैं, जिसने फिल्म की सफलता में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका तो निभाई ही, आस्थावान दर्शकों एवं भक्तों के हृदय में भक्ति-भाव को भी प्रखल किया। *