



समय तेजी से बदल रहा है। हर रोज तकनीक नए अवतार में सामने आ रही है। जाहिर है, ऐसे में सर्वाइव करने और गो करने के लिए खुद को लगातार अपडेट करना जरूरी है। अच्छी बात है कि इस बात की महत्ता को समझते हुए आज के युवा अपनी स्किल्स डेवलपमेंट के लिए लगातार प्रयासरत हैं।

## युवा नई स्किल्स सीखकर लगातार हो रहे अपडेट

ही नई परिस्थितियों के लिए खुद को तैयार रखना है। बदलती स्थितियों के साथ आसानी से ढलने की क्षमता जुटाना है। बदलाव के लिए लचीला रख रखना है। तकनीकी दुनिया में एआई से लेकर प्रोफेशनल वर्ल्ड में लोगों से जुड़ाव की राह चुनने तक, पेशेवर दुनिया में नित नया सीखते रहने की प्रवृत्ति आज के समय की जरूरत है। आज टेक्नोलॉजी, इंटरनेट, सर्विस सेक्टर हर फ्रंट पर बदलाव आ रहा है। काम-काजी दुनिया की बदलती अपेक्षाओं के अनुरूप ढलना जरूरी है। स्किल्स और माइंडसेट के मोर्चे पर स्वयं को संवारते रहने से ही अपडेट रहा जा सकता है। सुखद है कि युवा अपनी स्किल को निखारने को प्राथमिकता भी दे रहे हैं।

निखारने से जांब में सुरक्षा मिलती है। किसी क्षेत्र विशेष में पहचान बनाने का अवसर मिलता है। मौजूदा नौकरी में तो आगे बढ़ने के अवसर मिलते ही हैं, करियर के नए दरवाजे भी खुलते हैं। मानसिक रूप से यह स्थिति तनाव से भी दूर रखती है, क्योंकि आने वाले समय के लिए खुद को तैयार करने के प्रयास हर तरह की असुरक्षा से दूर रखते हैं। नई स्किल्स सीखने से हर इंसान को अपने आप के बारे में अच्छी और सकारात्मक अनुभूति होती है। अपनी क्षमता के प्रति बने विश्वास से मन अधिक सशक्त महसूस करता है। काम-काजी दुनिया में इस मन:स्थिति के साथ चुनौतियों का सामना करना और आसान हो जाता है। नए स्किल्स सीखने से नए लक्ष्य बनाने और पाने की भी हिम्मत मिलती है। परिस्थितियों के अनुसार कौशल निखार से मिला आत्मविश्वास अनमोल होता है। ऐसे भरोसे से लबरज मन-मस्तिष्क, हर हाल में कुछ बेहतर करने का मार्ग खोज लेता है। समझना मुश्किल नहीं कि फील्ड चाहे कोई भी हो, योग्यता के मोर्चे पर बेहदारी की ओर बढ़ते जाना कभी व्यर्थ नहीं जाता। \*



### कवर स्टोरी / डॉ. मोनिका शर्मा

तेजी से बदलते इस दौर में नई सोच ही नहीं न्यू एज स्किल्स भी आवश्यक हैं। आज के युवाओं को सेल्फ डेवलपमेंट की सोच में व्यक्तित्व ही नहीं कौशल को भी रखना होगा। वर्ल्ड इकोनॉमिक फोरम का अनुमान है कि 2030 तक 85 फीसदी ऐसी नौकरियां मौजूद होंगी, जो बिल्कुल नए क्षेत्रों से जुड़ी होंगी। यानी, रोजगार के ऐसे फील्ड और अवसर, जो अभी तक अस्तित्व में नहीं हैं। इसलिए युवाओं में एडॉप्टिबिलिटी और नया सीखने की सोच जरूरी है। देखने में आ रहा है कि सरकार और कंपनियों भी निरंतर कौशल विकास की जरूरत पर बल दे रही हैं। असल में तकनीकी तरक्की और कॉर्पोरेट दुनिया के तेजी से बदलते परिवेश में नए लोगों को ही नहीं पहले से जुड़े कर्मचारियों को भी लगातार नई स्किल सीखनी जरूरी है।

### बदलते हालातों से तालमेल

बदलाव के प्रति खुला रख और बदलती परिस्थितियों के साथ तालमेल बैठाने की सोच आज के समय में बहुत आवश्यक है। एडॉप्टिबिलिटी से जुड़ा यह भाव वह सांप्टिकल है, जिस पर सीखने-समझने की लगातार चलने वाली प्रक्रिया टिकी होती है। असल में एडॉप्टिबिलिटी का मतलब

### मिलते हैं अनेक फायदे

उम्र के हर पड़ाव पर ही कुछ नया सीखना या सीखते रहना आत्मविश्वास की सीमाएं देता है। बात जब काम-काजी दुनिया में अपनी जमीन पुख्ता करने में जुटे युवाओं की हो तो, यह पहलू और अहम हो जाता है। असल में अपनी स्किल्स

### डेवलप होती है पर्सनैलिटी

फॉर्मल डिग्री के बाद भी कुछ नया सीखते रहना व्यक्तिगत विकास में भी सहायक होता है। नए स्किल्स सीखना अपने ज्ञान को बढ़ाना है। अपनी कार्यक्षमता को बेहतर करना है। समय के साथ चलते रहने की सोच को सही दिशा देना है। खासकर सॉफ्ट स्किल्स को बेहतर करना अच्छी निर्णय क्षमता, प्रभावी कम्युनिकेशन और समस्याओं का समाधान तलाशने में मददगार साबित होता है। ऐसे सभी पहलू व्यक्तिगत विकास से ही जुड़े होते हैं। यही बातें युवाओं की पर्सनैलिटी को इंप्रूव बनाती हैं। अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन के अनुसार, व्यक्ति की पर्सनैलिटी उसके स्थाई व्यवहार, विचार, इमोशनल पैटर्न और क्षमताओं को लिए होती है। कॉन्जिटिव बिहेवियरल थेरेपिस्ट और 'द फील गुड जर्नल' के लेखक लुडोविका कोलेला के मुताबिक व्यक्तिगत, व्यवहार और विचार पैटर्न का एक संयोजन होता है, जो समय के साथ अपेक्षाकृत स्थिर होता जाता है। ऐसे में पर्सनल ग्रोथ और पर्सनैलिटी डेवलपमेंट, दोनों ही सिस्टमेटिक ढंग से कुछ नया सीखते रहने से गहराई से जुड़े हैं। साथ ही खुद को सक्रिय रखने के लिए भी न्यू स्किल्स सीखना आवश्यक है। इस तरह नया स्किल, कठिन फील्ड में तो बेहदारी से जुड़ा ही है, युवाओं के व्यक्तिगत विकास को भी अहम पहलू है।



## अपनी बिजी लाइफ में भी कुछ पल हों दोस्तों के लिए

### रिलेशनशिप / संध्या सिंह

हर रोज सुबह घर से निकलकर पूरा दिन ऑफिस में काम करने के बाद ट्रैफिक और भीड़ की मुश्किलें झेलने के बाद घर पहुंचकर आप अपने कंफर्टबल जॉन में आ जाते हैं। अपने लिए चाय बनाते हैं और किसी किताब को पढ़ने या कोई मनपसंद फिल्म देखने की सोचते हैं। तभी आपको दोस्त का फोन आता है, जिसकी आपके साथ काफी दिनों से मुलाकात नहीं हुई है। वह आपको रात के समय फिल्म देखने के लिए बोलाता है तो आप कहते हैं कि नहीं, अब मेरा कोई मूड नहीं है। लेकिन दोस्त 10-15 मिनट के बाद आपको लेने के लिए आ जाता है। मन नहीं होने के बावजूद आप फिल्म देखने चले जाते हैं। लंबे समय के बाद दोस्त से मिलकर, फिल्म देखकर, उसके साथ वक्त बिताने का बहुत अच्छा लगता है। क्या आपने भी ऐसा महसूस किया है?

तनाव होता है कम: यह सच है कि आज के समय में घर से ऑफिस और ऑफिस से घर की व्यस्त दिनचर्या में आपको दोस्तों से मिलने का ख्याल ही नहीं आता है। थकान और तमाम उलझनों के कारण उनके लिए समय निकालना आपके लिए संभव भी नहीं होता। लेकिन विभिन्न सर्वेक्षण इस बात का दावा करते हैं कि अपनी व्यस्त दिनचर्या में भी दोस्तों के लिए वक्त निकालना, आपको काफी हद तक तनावमुक्त करता है। दोस्तों से मिलना, उनके साथ समय बिताना उस समय और जरूरी हो जाता है, जब आप किसी तरह की समस्या से जूझ रहे होते हैं। जाहिर सी बात है, दोस्त के साथ मिलने पर आप उनके साथ अपनी समस्या शेयर करते हैं। आपका दोस्त अपनी समस्या को ध्यान से सुनता है और उसे नए तरीके से देखने और समझने के लिए आपको बहुत सी नई बातें बताता है, जिससे आपको अपनी वो छोटी सी समस्या जितनी पहले बड़ी लग रही थी, अब और छोटी दिखती है।

ऐसे बिताएं समय: यह जरूरी नहीं कि आप अपने पार्टनर के साथ ही घूमने के लिए जाएं। अपने दोस्तों के साथ भी ट्रिप का प्रोग्राम बना सकते हैं। ऐसी ट्रिप, जिसमें सिर्फ आप अपने दोस्तों और दोस्तों को समय दें। न आपके पास लैपटॉप हो, न ई-मेल चेक करने का इंग्लैंड और अपने स्मार्टफोन को भी आप दिन के समय या कुछ खास अवसर में स्विच ऑफ कर दें केवल दोस्तों के साथ घूमने का आनंद लें, घूमें, फिरे और पार्टी करें। उनके साथ मिलकर मूवी देखें, कॉसप्ले में शिरकत करें। कोई प्ले देखें। इस तरह की गतिविधियों में शिरकत न करने के कारण हम सामाजिक गतिविधियों से दूर हो जाते हैं। ये वही मौके हैं, जिनके द्वारा आप आपने को सोशललाइज्ड कर सकते हैं।

अलग होता है मिलने का आनंद: अगर आपका दोस्त तनाव में है और वह खुद अपने को घर में बंद कर लेता है, अलग-थलग रहकर वह चिड़चिड़ा और तनावग्रस्त हो जाता है तो यही वह समय है, जब आप उसको उसकी बंद दुनिया से बाहर लाकर अपना सहायक दे सकते हैं। भले ही आजकल मोबाइल फोन, व्हाट्सएप कॉल, ई-मेल या एसएमएस के जरिए हम दोस्तों

से कनेक्ट होते हैं, लेकिन वचुअल दुनिया से निकलकर आमने-सामने की बातचीत का कोई विकल्प नहीं होता। मिलने की करें पक्की प्लानिंग: हम अक्सर अपने दोस्तों से मिलने की प्लानिंग तो बहुत करते हैं, लेकिन मिल नहीं पाते। इसके लिए हर बार की मीटिंग के बाद अगली बार मिलने की एक तारीख निर्धारित कर लें और उसके लिए किसी भी सूरत में समय निकालें। जीवन की आप-धापी के बीच दोस्तों के लिए समय जरूर निकालें। तो अगली बार जब आपसे कोई कहे कि चलो मिलते हैं, इसे एक अनिश्चित समय के लिए न टालें। मोबाइल फोन निकालकर कैलेंडर देखकर तुरंत पहले से एक तारीख तय कर लें और अपने शेड्यूल को उसी हिसाब से अडजस्ट करके अगली बार जरूर मिलें। \*



### लाइफस्टाइल

#### शैलेंद सिंह

कि सीने में सच ही कहा है, चलती का नाम जिंदगी है। लेकिन कभी-कभी अपनी जिंदगी से बेरियत महसूस होने लगती है। बोर होने का मतलब है रुकावट, थकावट, कल्पनाहीनता वगैरह-वगैरह। सवाल है, ऐसी स्थिति में क्या किया जाए? हमें समझना होगा कि जब तक हम कल्पनाशील नहीं होंगे, बेरियत को दूर करने की चेष्टा नहीं करेंगे, तब तक बेरियत हमें अपने चंगुल में जकड़े रखेगी। बेरियत होने के दौरान हमें कोई भी चीज अच्छी नहीं लगती। दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि बेरियत एक किस्म का डिप्रेशन है। इसलिए जैसे ही आप बेरियत महसूस करें तुरंत समझ जाएं कि आपके साथ कुछ गड़बड़ है।



बेरियत का मतलब: आमतौर पर बेरियत एक जैसी स्थिति से होती है। एक ही तरह के खाने से, एक ही तरह के कपड़ों से, एक ही तरह के काम से, एक ही जगह रहने से, एक जैसी बातों से और एक जैसी रिश्तों से। कुल मिलाकर बेरियत की तह में है एकरसता। अतः

## बेरियत को कहरें बाय-बाय जिंदगी में भरें नई उमंग

जगहें अलग-अलग हो सकती हैं, लेकिन बेरियत की फीलिंग कभी न कभी सभी को होती है। ऐसे में उसकी जगह तलाशें, उसका समाधान करें और जिंदगी को नई उमंग के साथ जीना शुरू करें।

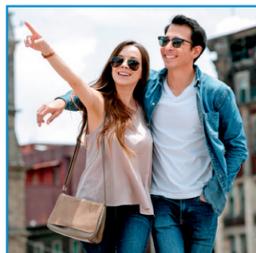
जीवन में एकरसता से बचना चाहिए। क्यों होती है बेरियत: यह कोई बंधा-बंधाया नियम नहीं है कि बेरियत वही महसूस करेगा, जो शादी-शुदा हो। आजकल काम-काजी जीवन से जुड़ा रही युवा लोग भी बेरियत के चंगुल में बहुत जल्दी आ जाते हैं। वे चाहते हुए भी इससे दूर नहीं हो पाते। इसका सीधा सा जवाब है कि उनके पास सोशल होने का समय नहीं होता है। दोस्तों से झगड़ने का समय नहीं है। अपनों से बात करने का

समय नहीं है। पार्टी करने का समय नहीं है। समय के अभाव के चलते बेरियत हमारी जिंदगी में गहरे तक घर कर गई है। बेरियत बड़े पैमाने पर प्रेमियों के संबंधों में देखने को मिलती है। हैरानी की बात यह है मौजूदा समय में बेरियत ने सबसे ज्यादा युवा कपल को ही घेरे रखा है, क्योंकि उनके पास एक-दूसरे के लिए समय नहीं है। इस तरह उनके जीवन में एकरसता बहुत आसानी से आ जाती है। वे ऊब से भर जाते हैं।

ऐसे करें बेरियत दूर: पुरुषों को यह समझना चाहिए कि आमतौर पर हर महिला की जिंदगी में उसका प्यार सबसे ज्यादा मायने रखता है। चाहे उसके पास करने को बहुत कुछ हो, चाहे उसके पास सोचने को बहुत कुछ हो, बावजूद इसके उनके जीवन में अपना पार्टनर सबसे खास होता है। लेकिन जैसे ही उसे महसूस होने लगे कि उसका पार्टनर काम के दबाव के चलते उसे नजरअंदाज कर रहा है तो वह गहरे तक अवसादग्रस्त हो जाती है। वे मनोवैज्ञानिक तौर पर बुरी तरह आहत हो जाती हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं कि मन ही मन कुदना स्वास्थ्य पर बुरा असर

डालता है। इसलिए पुरुषों को चाहिए कि वे अपनी पार्टनर को समय दें और अपने जीवन से बेरियत दूर रखें।

इन पर भी करें अमल: कपल्स के लिए यह भी जरूरी है कि हमेशा रोमांटिक बने रहें। चाहे स्थितियां कैसी भी क्यों न हो, अपने पार्टनर का सम्मान करें और उसे अपना पूरा समय दें। खासतौर पर पुरुषों को चाहिए कि वे अपनी पार्टनर को जरा भी नजरअंदाज न करें। बेरियत से बचने के लिए हमेशा खुद में नए-नए बदलाव करते रहें। कभी-कभी घर को भी नया लुक देकर बेरियत से दूर हुआ जा सकता है। लड़कियों के लिए खुद को सजाना हमेशा



दिलचस्पी भरा होता है। बेरियत घेर रही हो तो खुद को संवारें। यही नहीं रोमांसपूर्ण आकर्षण बनाए रखने के लिए कोशिश करें कि वही ड्रेस पहनें जो एक-दूसरे को अच्छे लगे। अचानक का स्पर्श भी आकर्षण बढ़ाता है, इसलिए मौका वे मौका एक-दूसरे को चुपके से छुएं जब दूसरा किसी और काम में खोया हो। इस तरह से दोनों के बीच लगाव बना रहेगा, जो बेरियत से दूर रखती है। जो लोग सिंगल है, वे अपने दोस्तों के साथ आउटिंग और हैंगआउट कर सकते हैं। बोर शब्द बेहद सामान्य प्रतीत होता है और लगता है कि कुछ घंटों में ही हम सामान्य हो जाएंगे। लेकिन ऐसा नहीं हो पाता, क्योंकि बेरियत दीमक की तरह है जो धीरे-धीरे अंदर की जीवंतता को निचोड़ लेती है। इसलिए अपने आस-पास के माहौल में भी निरंतर नब्दीलियां करें और रिश्तों में हमेशा गर्मजोशी बनाए रखें। \*

### पुस्तक चर्चा / विज्ञान भूषण

#### शोधपरक-संग्रहणीय पुस्तक

हिंदी पत्रकारिता के इतिहास का विधिवत विवरण वर्ष 1826 से मिलता है, जब 'उदंत मार्टेड' साप्ताहिक समाचार पत्र के माध्यम से जुगल किशोर शुक्ल ने इसकी शुरुआत की। इसके लगभग 50-55 वर्ष के बाद ही वर्ष 1882 में हिंदी बाल पत्रकारिता की भी नींव पड़ी। उसके बाद से लेकर इक्कीसवीं सदी के तीसरे दशक तक पहुंचने की अपनी यात्रा में बाल पत्रकारिता, किन-किन सोपानों से होकर गुजरी, किन विधुभूतियों ने बाल पत्रकारिता को दिशा देने में महत्वपूर्ण योगदान दिया और किन प्रमुख बाल पत्रिकाओं ने बाल पाठकों को आकर्षित करने में महती भूमिका निभाई, इन तमाम पक्षों पर विस्तार से और पूरी प्रामाणिकता के साथ ब्योरा प्रस्तुत करती है, कुछ समय पूर्व छपकर आई पुस्तक-हिंदी बाल पत्रकारिता का इतिहास। इसे सुप्रसिद्ध बाल साहित्यकार डॉ. सुरेंद्र विक्रम ने लिखा है। इस किताब को कुल पांच अध्यायों में बांटा गया है। पहले अध्याय में वर्ष 1882 से 1947 तक, दूसरे अध्याय में 1948 से 1960 तक, तीसरे अध्याय में 1961 से 2000 तक, चौथे अध्याय में 2001 से अब तक की बाल पत्रकारिता पर विहंगम दृष्टि डाली गई है। पांचवें अध्याय में हस्तलिखित बाल पत्रिकाओं का दुर्लभ विवरण दिया गया है। परिशिष्ट में सौ से अधिक बाल पत्रिकाओं के मुख पृष्ठ का संकलन लेखक के समर्पण और अथक परिश्रम को सिद्ध करता है। कुल मिलाकर यह एक शोधपरक-संग्रहणीय किताब है। \*

पुस्तक: हिंदी बाल पत्रकारिता का इतिहास, लेखक: डॉ. सुरेंद्र विक्रम, मूल्य: 600 रुपए, प्रकाशक: भावना प्रकाशन, दिल्ली

### लंघ्य / रमेश सैनी

मलाल बहुत सहनशील सहिष्णु लंबी सोच वाले व्यक्ति हैं। उनकी सोच बहुत उदारवादी है। जीना ऐसा ना कोई से दोस्ती ना काहू से बैर। जहां काम पड़े अपना, अपना लो भले हो गैर। यह उनके जीवन का फलसफा है। वे रोज सुबह चाय-पान के बाद अखबार पढ़ते हैं। उसमें भी सबसे पहले सिटी पेज में साहित्यिक, धार्मिक, सामाजिक और राजनीतिक कार्यक्रमों की सूचना पढ़ते हैं। लंबे अनुभव ने उन्हें सिखा दिया है कि किस आयोजन में स्वरुचि भोजन को व्यवस्था है। अनेक बार यह संयोग हो जाता है कि एक ही दिन में दो-चार आयोजन स्वरुचि भोजन वाले की संभावना होती है। तब यह कयास लगाते हैं कि सबसे अच्छा भोजन कहां पर होगा? तब वे उस आयोजन में टाउट-बाट के साथ सम्मिलित हो जाते हैं। वे साहित्यिक, धार्मिक और राजनीतिक आयोजनों के हिसाब से ड्रेस का चयन करते हैं। रामलाल जी अभिनय कला में मास्टर हैं। जहां जैसी जरूरत पड़ी, वैसा अपने को ढाल लेते हैं।

वे कुछ दिन पहले एक साहित्यिक आयोजन में मिल गए। आजकल आयोजन में भी भौड़ जुटाने के लिए स्वरुचि भोजन रख लेते हैं। ऐसे में आयोजक को लगता है कि काफी भौड़ जुटी है और आयोजन सफल हो गया है। आयोजक भी श्रोताओं की सहनशक्ति, धैर्य और विश्वास की परीक्षा लेते हैं, उन्हें लगता है अगर शुरूआत में ही भोजन रख दिया तो लोग खाकर आयोजन से निकल लेंगे। इस वजह से कार्यक्रम के बाद भोजन रखते हैं। पर आयोजक डार-डार और श्रोता पात-पात। कुछ लोग समूह

## भूखे भजन न होय गोपाला

अब सब लोग गोला बनाकर खड़े हो गए और एक-दूसरे का सामान आपस में बांटने लगे। फिर सबने खाना शुरू किया। खाते-खाते बात करने लगे, 'आज खाने में बहुत मशवकत हुई। इसे कह सकते हैं कि हम लोग मेहनत करते ही खाते हैं।'



बनाकर आयोजन को सफल बनाने में योगदान देते हैं। ऐसे समूह में जो चतुर-चालाक और समझदार किस्म के लोग होते हैं, उन्हें आयोजन में शुरूआत में भेज देते हैं। उन्हें अकल होती है कि आयोजन कब खत्म होगा उसका अनुमान लगा लेते हैं। फिर वे कार्यक्रम खत्म होने के आधा-पौन घंटा पहले फोन कर देते हैं। तब उनके लोग भोजन प्रारंभ होने के पहले भोजन स्थल पर पहुंच जाते हैं। रामलाल जी इसी तरह वर्षों से आयोजन को सफल बनाने में अपना योगदान दे रहे हैं।

उस रोज भी आयोजन समाप्त होने पर, जैसे ही स्वरुचि भोजन आरंभ हुआ वहां उपस्थित अधिकांश लोग हमलावर के रूप में भोजन के स्टॉल पर टूट पड़े। मैं भी भौड़ में लग गया और सबके साथ धक्के खाकर भोजन के स्टॉल तक पहुंच गया। फिर धक्के से आगे बढ़ा तो सलाद, अचार और पापड़ के पास पहुंचा। मेरे आगे खड़े सज्जन मेरी दयनीय स्थिति को देखकर द्रवित हो गए और टमाटर के आठ-दस टुकड़े, दस-बारह पापड़ के टुकड़े मेरी प्लेट में रख दिए। फिर उन्होंने मुझे भर अचार के टुकड़े मेरी प्लेट पर पटक दिए। मैं वहाँ रुककर उन्हें कातर निरीह नजरों से देखने लगा। पर भौड़ को मेरा इस तरह रुककर देखा पसंद नहीं आया और मुझे धक्का मार कर लाइन से अलग कर दिया। फिर मैंने अपनी नजरें चारों ओर दौड़ाई, शायद कोई पहचान वाला मिल जाए। तब देखा रामलाल आगे बढ़ने की कोशिश कर रहे हैं। काफी कशमकश के बाद वे हार मान गए और

लाइन से बाहर आ गए। मैंने दूर से उन्हें इशारा किया, यहाँ कैसे? मेरे पास आकर बोले, 'भाई साहब ने बुलाया था, तो मजबूरन आना पड़ा।' यह उनका तर्किया कलाम है। मैंने देखा उनकी प्लेट में सिर्फ दाल ही दाल दिख रही थी। मैंने पूछा, 'यह क्या, सिर्फ दाल! किसी वैद्य ने कहा है?' इस पर मुस्करा कर बोले, 'सिर्फ दाल ही ले पाया। आगे बढ़ने से पहले ही भौड़ के धक्के ने इस शरीर आदमी को समुद्र की लहर की भांति बाहर कर दिया।' यह कहकर वे एक किनारे खड़े हो चारों तरफ देखने लगे। उनकी नजर लाइन में लगे लोगों से टकराई। एक इशारा आया। उन्होंने संकेत भाषा में उत्तर दिया। तब वह आदमी दो कदम आगे बढ़ा। चार-छः कटोरी प्लेट में रखी और उनमें रावता भरकर बाहर आ

गया। मुझे आश्चर्य हुआ। एक ही जगह से बाहर कैसे आ गया? उस आदमी ने आगे खड़े दो-तीन लोगों को संकेत किया। उन्होंने भी संकेत में अपना अभिप्राय बताया, फिर वे लोग एक-एक कर बाहर आकर खड़े हो गए। मैंने देखा एक की कटोरियों में पनीर की सब्जी भरी है और साथ में दस-पंद्रह रोटियां। दूसरे की कटोरियों में रसगुल्ले ही भर पड़े हैं और तीसरे की प्लेट में चावल था उसे पुलाव कहा जाए पूरी तरह लबालब भर हुआ है। चौथे कटोरी की प्लेट में आठ-दस कटोरियों में खीर थी। अब सब लोग गोला बनाकर खड़े हो गए और एक-दूसरे का सामान आपस में बांटने लगे। फिर सबने खाना शुरू किया। खाते-खाते बात करने लगे, 'आज खाने में बहुत मशवकत हुई। इसे कह सकते हैं कि हम लोग मेहनत करके ही खाते हैं।' मैं भी उनके साथ खड़ा था। उन्होंने मुझ पर दया कर कुछ चीजें मेरी प्लेट में रख दीं।

अब सबके साथ मैं भी खाते लगा पर धीरे-धीरे। तब उनमें से एक ने कहा, 'भाई साहब, संकोच मत करिए, दिल खोलकर खाइए। हम मेहनत का खा रहे हैं। आप तो निश्चित होकर खाए। इस स्वरुचि भोजन को हम लोग सहभागी भोजन बनाकर एक पिकनिक सा आनंद लेते हैं।' तब मैंने उनसे कहा, 'आज का कार्यक्रम बहुत अच्छा रहा।' उनमें से दूसरा बोला, 'कार्यक्रम! हमें तो समझ में नहीं आया, हमारा पूरा ध्यान कार्यक्रम के बाद भोजन में ही रहा। भोजन अच्छा, तो कार्यक्रम अच्छा। अन्यथा सब बेकार है। आखिर हम लोग खाना खाने के लिए ही तो जीते हैं और जीने के लिए ही खाते हैं। हमारे यहाँ कहावत है-भूखे भजन न होय गोपाला।' यह कह वे चुप होकर मुझे देखने लगे और मैं उन्हें। \*

