

प्रेम पिता का दिखाई नहीं देता

इसमें संदेह नहीं कि एक संतान के जीवन में पिता की अहमियत को किसी पैमाने से मापा नहीं जा सकता। वह केवल उसे रचते ही नहीं गढ़ते भी हैं। तभी तो पिता की उदात्त भूमिका का वर्णन पुराणों से लेकर हिंदी समेत विश्व साहित्य में विस्तार से किया गया है। हालांकि तकनीकी प्रभाव और आधुनिक जीवनशैली से अकसर पिता उपेक्षित से नजर आते हैं। ऐसे में हम सभी का दायित्व है कि उन्हें सम्मान के साथ अपनेपन का अहसास भी अवश्य कराएं।

साहित्य को पढ़ें तो पाएंगे कि उनमें पिता की अनेक छवियां विद्यमान हैं। सिल्विया प्लाथ की कविता 'डायरी' इसका एक उदाहरण है तो मार्क ट्वेन ने भी अपने पिता को आत्मीय संस्मरणों में बांधा है। अपने पिता की कमीज को धोते हुए पोलिश कवयित्री अन्ना स्विर भी जिस मार्मिकता से अपने पिता को याद करती हैं, वह उल्लेखनीय है। वे कहती हैं, 'आखिरी बार मैं धोती हूँ कमीज अपने पिता की, जो गुजर गए, कमीज से पसीने की गंध आती है। ये गंध मुझे बचपन से याद है।'

हिंदी कविता में पिता

पिता को लेकर हिंदी के कवियों ने भी तमाम कविताएं लिखी हैं, जिनसे पता चलता है कि कवि, पिता जैसे रिश्ते को लेकर कितने गंभीर हैं। एक पिता के रूप में हिंदी के ख्यात कवि निराला ने अपनी बेटी सरोज पर जो कविता 'सरोज स्मृति' लिखी, वह हिंदी की अमर और अत्यंत मार्मिक शोक गीतिका बन गई।

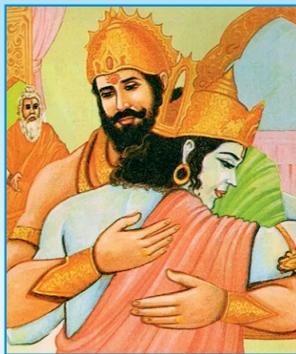
एक कहावत है कि मां का प्रेम दिखाई देता है, जबकि प्रेम पिता भी करता है पर उसका प्रेम दिखाई नहीं देता। इसी आशय के भाव को जाने-माने कवि चंद्रकांत देवताले ने अपनी एक कविता में व्यक्त किया है। वह कहते हैं, तुम्हारी निश्चल आंखें तारों सी चमकती हैं/मेरे अकेलेपन की रात के आकाश में/प्रेम पिता का दिखाई नहीं देता/ईश्वर की तरह होता है। हिंदी के सुधी गीतकार यश मानवीय का पिता पर लिखा यह गीत खासा प्रसिद्ध है- तुम छत से छाये/ जमीन से बिछे, खड़े दीवारों से/तुम घर के आंगन, बादल से घिरे/रहे बौछारों से।

ये तो बानगी भर है। हिंदी के पुराने दौर के सुविख्यात कवियों से लेकर नए दौर के कवियों तक ने पिता पर अपने-अपने नजरिए से अनेक यादगार कविताएं लिखी हैं।

पौराणिक ग्रंथों में पिता की महत्ता

विश्व के प्राचीनतम माने जाने वाले ग्रंथ ऋग्वेद में पिता की महत्ता गाई गई है। उन्हें ही शिशुओं का रक्षक माना गया है। ऋग्वेद में ही पिता को अग्नि के तुल्य माना गया है। इस तरह परिवार में पिता एक मेरुदंड के समान होता है, जो शिशु के प्रति कल्याणकारी भावना रखता है। रामायण में भी यह लिखा गया है-

पिता धर्म पिता कर्म पिता हि परमं तपः
पितरि प्रीतिभाष्यन् प्रीत्यै सर्वं देवताः
पुत्र के प्रति पिता के स्नेह का उदाहरण राजा दशरथ भी हैं, जो राम के वन जाने के प्रसंग से उबर नहीं पाए और अपने प्राण त्याग दिए। महाभारत में भी पिता के प्रति त्याग के अनुभव उदाहरण के रूप में भीष्म को देखा गया है। यक्ष के प्रश्नों के उत्तर में भी युधिष्ठिर ने माता को भूमि से बड़ा तथा पिता को आकाश से ऊंचा बताकर पिता की गरिमा को स्पष्ट किया। शास्त्रों में भी कहा गया है कि पिता का दायित्व है कि संतान को सम्यक शिक्षा दे-
माता शत्रुः पिता वैरी वेन बालो न पादितः।
यानी, जो मां पिता बच्चे को तालीम नहीं दिलाते वह बच्चे के शत्रु समान हैं।



बदलते दौर के साथ बदलती पिता की छवि-भूमिका

भारतीय परंपरा में पिता को देवतुल्य माना गया है। लेकिन समय में बदलाव के साथ पिता की छवि और भूमिका में लगातार बदलाव स्पष्ट तौर पर देखे जा सकते हैं। वक्त के साथ बदलती पिता की भूमिका और छवि पर एक नजर।

{ बदलाव / कल्पना मनोरमा }

बीते दौर के पिता को याद करें तो एक ऐसा व्यक्ति याद आता है, जिसके गंभीर चेहरे पर ऊपर की ओर तनी भ्रू और आंखों के किनारों में आक्रोश का गुबार भरा हुआ दिखाता था। हंसी-मजाक की बात पूछना-करना तो दूर, सीधी बात पूछने में भी बच्चों के आसन ढीले होते थे। फिर भी विगत सदी के परिवारों की रीढ़, पिता ही होते थे। मां सहित बच्चों को भरोसा होता था कि पिता घर लौट आए हैं, अब किसी भी तरह की कमी नहीं रहेगी। जो जिस हैसियत का हुआ, मौन होकर पिता परिवार पर सुख लुटाता था।

साठ और सतर के दशक के पिता लोहे की तरह सख्त और आत्मा से कोमल होते थे। वे अपने हाथों में रिश्तों की खुशबू और मांथें पर जिम्मेदारी की लकीरें लिए मौन फर्ज निभाने में विश्वास करते थे। तब के पिता अपने दुःख बच्चों के आगे इसलिए नहीं कहते थे, क्योंकि उन्हें लगता था कि बाल-सपने कांच की तरह होते हैं, जरा से तनाव में टूट जायेंगे। इसलिए खुद के जीवन

को किनार कर बच्चों के सुख-साधन मुहैया कराने की कोशिश हमेशा बनी रहती थी। यानी, तब पिता का प्यार शब्दों में नहीं, उनके कार्यों में झलकता था। जबकि वे बस्ता टांग कर बच्चों को स्कूल के गेट तक नहीं पहुंचाते थे। न मेल में लेकर जाते थे। न सर्दियों में सुबह सबसे पहले उठ कर बच्चों के लिए पानी गरम करते थे। तब पिता माने अनुशासन। पिता भी अपना होना अनुशासन से ही जानते थे। पहले खुद अनुशासित रहते थे, फिर उसी पगडंडी पर संतान को चलते हुए देखने के अभिलाषी बन जाते थे। तब के पिता जानते थे, बच्चे प्यार से बिगड़ जाते हैं। इसलिए पिता बिन बोले प्रेम की छांव देने में भरोसा करते थे। मंगलेश डबराल अपनी एक कविता में कहते हैं, 'जब मैं छोटा था, मेरे पिता मुझे बड़े होते देख रहे थे। / अब जब वे छोटे हो रहे हैं, मैं उन्हें बड़ा होते देखता हूँ।' यानी, बच्चे जब दुनिया की ओर कदम बढ़ा रहे होते थे, उनके पिता मौन होकर उन्हें देखते रहते थे। और जब पिता दुनिया से बाहर की ओर सरकना शुरू कर देते थे तो उनके बच्चे भी मौन होकर ही, उन्हें देखते रहते थे। और तब कुछ अच्छा होने के बावजूद संवादाहीनता के मारे पिता पीड़ा सहते रहते थे और संतान के रूप में अपनी ही प्रतिकृति अगली पीढ़ी को सौंप जाते थे।

धीरे-धीरे बदलने लगी छवि: कुछ समय और सरकना तो पिता की छवि और भी बदल गई। ये अस्सी-नब्बे का समय होगा, जब गांव, शहर की ओर दौड़ने लगे थे। उच्च वर्गीय पिताओं के तौर-कर्मों से पहले स्वयं से प्रश्न करना चाहते हैं। किसी बिगड़े काम पर बच्चों को डांटने से पहले अपने पर डांट कर सख्त कर लेते हैं। बाबा-बाबा विगत में आवाजही कर खुद से प्रश्न करते हैं कि 'क्या मैं अपने पिता और दादा जितना ठोस और ठस तो नहीं हूँ?' 'क्या मैं अपने बच्चे के मन में जगह बना पाया हूँ?' 'नई सदी के नए पिता, डिजिटल सफर पर भी निकल चुके हैं। बच्चों की 'हेल्दी डाइट' के बाबत यूट्यूब से खाना बनाना भी सीखकर बच्चों समेत उनकी मां को इंफ़ॉर्म करने के फ़िराक में भी रहते हैं। जीवन को सुगम बनाने के टिप्स जहां से मिलें, पिता सीखना चाहते हैं। लेकिन यह नया युग इतना भी सहज नहीं, जितना दिखता है। सूचना और ज्ञान की सहज उपलब्धता पिता-पुत्र को भावशून्य बना रही है। असंवेदनशीलता के इस दौर में चरणस्पर्श जैसी बात रही ही नहीं। अब तो 'हे डूड' 'हाय डैड' ने इनकी जगह ले ली है। आधुनिक पिता अनजाने में सही, अपने बच्चे को सोशल ब्रांड बना रहे हैं।

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

तरीके सीखकर मध्यमवर्गीय पिता भी अपने परिवार को अलग सुगंध से भरने लगे थे। अब पिता बदलते हुए अपने समाज में सहिष्णुता लिए मुखर चेहरा बन रहे थे। पिता के हाथ से संस्कार की डोर थोड़ी सी ढीली पड़ने लगी, लेकिन प्रेम से भरे पिता छलकने को आतुर दिख रहे थे। बच्चे पिता के साथ खेलने, हंसने, बोलने और सोने-जागने लगे। अपनी इच्छा प्रकट करने के लिए बच्चों को मां की आवाज की दरकार मिटने लगी। पिता बेटे-बेटियों के बाल भी संवारने लगे। होमवर्क और प्रोजेक्ट में हाथ बंटाने लगे। बेटे की मनोस्थिति समझने के लिए उसे दूर पर ले जाने लगे तो बेटों के लिए सेनेटरी नैपकिन भी लाकर देने लगे। माने अब पिता सिर्फ कमाने वाली मशीन नहीं, 'भावनात्मक उपस्थिति' भी बनने की चाह लिए आधुनिकता के साथ कदमताल करने की ओर मुखातिब हो गए। उनके संघर्ष अब सिर्फ बाहरी नहीं, खुद को बदलने के लिए भी चल रहे थे। अब पिता खुद से, समाज की अपेक्षाओं से और समय के साथ चलते बच्चों के मनोविज्ञान से रू-बरू होना चाहते थे। अब पिता छलकने में, सुनने में, खले लगाने में

विश्वास करना चाहते थे लेकिन अदब की एक लकीर पिता-पुत्र के बीच खींची तब भी रहती थी। नई सदी में नए पिता: सदी बदली तो पिता और भी बदल गए। आज के पिता बच्चों से प्रश्न करने से पहले स्वयं से प्रश्न करना चाहते हैं। किसी बिगड़े काम पर बच्चों को डांटने से पहले अपने पर डांट कर सख्त कर लेते हैं। बाबा-बाबा विगत में आवाजही कर खुद से प्रश्न करते हैं कि 'क्या मैं अपने पिता और दादा जितना ठोस और ठस तो नहीं हूँ?' 'क्या मैं अपने बच्चे के मन में जगह बना पाया हूँ?' 'नई सदी के नए पिता, डिजिटल सफर पर भी निकल चुके हैं। बच्चों की 'हेल्दी डाइट' के बाबत यूट्यूब से खाना बनाना भी सीखकर बच्चों समेत उनकी मां को इंफ़ॉर्म करने के फ़िराक में भी रहते हैं। जीवन को सुगम बनाने के टिप्स जहां से मिलें, पिता सीखना चाहते हैं। लेकिन यह नया युग इतना भी सहज नहीं, जितना दिखता है। सूचना और ज्ञान की सहज उपलब्धता पिता-पुत्र को भावशून्य बना रही है। असंवेदनशीलता के इस दौर में चरणस्पर्श जैसी बात रही ही नहीं। अब तो 'हे डूड' 'हाय डैड' ने इनकी जगह ले ली है। आधुनिक पिता अनजाने में सही, अपने बच्चे को सोशल ब्रांड बना रहे हैं।

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

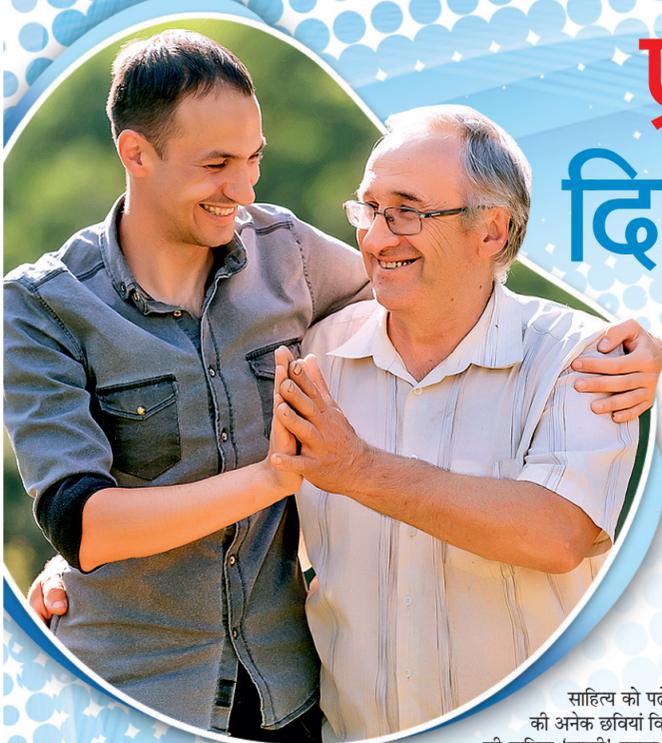
कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *

कहने का सार यही है कि समय कोई भी रहा हो, पिता का अपनी संतान से जुड़ाव में तो कोई अंतर नहीं आया है, लेकिन उनका अभिव्यक्ति और भूमिका में अंतर आता गया, जिसे पिता सहर्ष स्वीकार भी रहे हैं। *



आवरण क्या

डॉ. ओम निरचल

जब-जब जून का तीसरा रविवार आने को होता है, पिता की छवि आंखों में तैर जाती है। पिता जीवित हो या दिवंगत, इससे उनकी अहमियत पर कोई ज्यादा फर्क नहीं पड़ता। हम सबने अपने बचपन में पिता का लाड़-दुलार पाया है और जिनके पिता जीवित नहीं हैं, वे भी यह मानते हैं कि जो कुछ भी ज़िंदगी में बेहतर हुआ है, वह पिता की परवरिश के कारण हुआ है। यद्यपि मां को पृथ्वी का दर्जा दिया गया है और कहा गया है, माता भूमि पुत्रोहम पृथिव्याः। लेकिन इसी तरह यदि मां धरती है तो पिता को आसमान कहा गया है- एक ऐसा साया जिसे हर बच्चा महसूस करता है और जिसे किसी भी उम्र का व्यक्ति भूल नहीं पाता। इस संबंध में शायर मेराज फैजावादी का शेर याद आता है- मुझको थकने नहीं देता ये जरूरत का पहाड़ / मेरे बच्चे मुझे बूढ़ा नहीं होने देते।

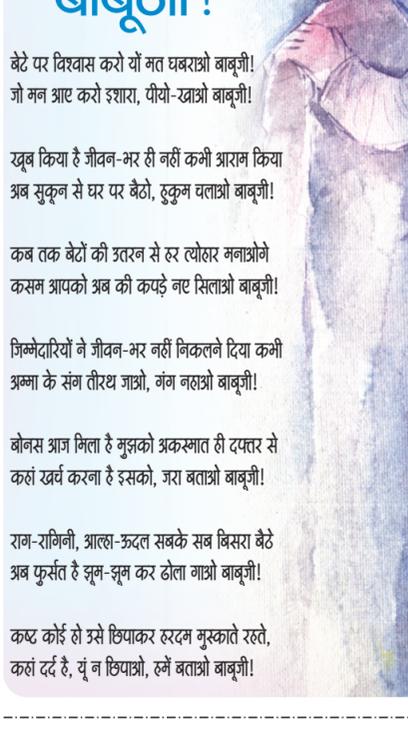
सचमुच बाल-बच्चों से घिरे परिवार में पिता भी बच्चों में ऐसे घुले-मिले रहते हैं कि अपनी उम्र को पीछे छोड़ देते हैं और कभी थका और बूढ़ा नहीं महसूस करते। कम से कम भारतीय परिवेश में पिता और मां की अनिवार्य उपस्थिति अभी परिवार में होती है और उनकी भूमिका भी निर्णायक होती है। यदि बच्चों के लिए मां एक आत्मीय छाया की तरह हैं तो पिता एक दरख्त की तरह। पारिवारिक रिश्ते बहुत जन्जाती होते हैं। कम से कम हिंदुस्तान में आज भी संयुक्त परिवार महफूज है, जहां पिता की सरपरस्ती में बच्चे फूलते-फूलते हैं। बल्कि कहें कि हिंदुस्तान में बच्चे अभी भी पिता, मां और बुजुर्गों के मजबूत संरक्षण में रहते हैं तो अतिशयोक्ति न होगी।

पिता होने का मतलब

पितृ दिवस पर जब हम पिता का स्मरण करते हैं तो यह मान कर चलते हैं कि हर एक के भीतर उसके पिता की स्नेह छाया या उसकी मधुर स्मृतियां मौजूद हैं। पिता एक ऐसी संज्ञा है, जिसकी परवरिश के बिना एक बच्चा बड़ा तो होता है लेकिन समग्रता के साथ परिपक्व नहीं हो सकता। पिता की छाया के बगैर बड़े होने वाले बच्चे, ऐसी संवेदना से वंचित रह जाते हैं, जिसमें पारिवारिकता, प्रेम-स्नेह, संस्कार और अभिभावक तत्व के रंग घुले होते हैं। पिता होना केवल एक जैविक इकाई को जन्म देने का श्रेय लेना भर नहीं है बल्कि उन जिम्मेदारियों से भरा होना भी है, जिन्हें पूरा करते हुए वे एक बच्चे को इंसायनियत की जीवंत धड़कन के रूप में सहजते हैं।

विश्व साहित्य में पिता

अकसर पिता के प्रेम को इस रूप में देखा जाता है, जैसे कि वे मां की तरह प्रेम का दिखावा नहीं कर पाते। इस संबंध में हमारे समय के कवियों ने पिता को लेकर बहुत कुछ लिखा है। दुनिया भर के



गजल अशोक 'अंजुम' बाबूजी!

बेटे पर विश्वास करो यों मत धरनाओ बाबूजी!
जो मन आए करो इशारा, पीयो-खाओ बाबूजी!

खूब किया है जीवन-भर ही नहीं कभी आराम किया
अब सुकून से घर पर बैठो, ठुकुम वलाओ बाबूजी!

कब तक बेटों की उतरन से र त्योहार मनाओगे
कसम आपको अब की कपड़े नए सिलाओ बाबूजी!

जिम्मेदारियों ने जीवन-भर नहीं निकलने दिया कभी
अम्मा के संग तीरथ जाओ, गंग नशारो बाबूजी!

बेबस श्राज गिला है नुसको अकस्मात ही दफतर से
कहां खरव करना है इसको, जरा बताओ बाबूजी!

राग-रागिनी, आल्ला-ऊदल सबके सब बिसरा बेटे
अब फुर्सत है झूम-झूम कर ढोला गाओ बाबूजी!

कष्ट कोई हो उसे छिपाकर हरदम मुस्कते रहते,
कहां दर्द है, यूं न छिपाओ, हमें बताओ बाबूजी!

{ लघुकथाएं }

पिता की चिंता

परीक्षा आठ बजे से ग्यारह बजे तक होनी थी। इतना समय था! रकना व्यर्थ था। घर से बस आधे घंटे का रास्ता था। दोबारा जाया जा सकता था। लेकिन यह क्या! अभी दस भी न बजे थे कि सुमित फिर तैयार हो गए। 'कहां चल दिए?' रजनी ने पूछा। 'शुभम को लेने।' सुमित ने जवाब दिया। रजनी बोली, 'उसे रिक्शे के पैसे दे तो दिए हैं, वो खुद आ जाएगा।' 'अभी तेरह साल का ही तो है। कहीं भटक गया तो?' सुमित ने चिंता जताई। रजनी ने कहा, 'पर अभी तो बहुत समय है।'

भरोसे का पुल

अब क्या होगा पापा?' तकनीक की धोखाधड़ी का शिकार हुई बेटी की आंखों में आंसुओं के साथ भय भी उतर आया। 'होना क्या है, कानूनी कार्रवाई का रास्ता चुनकर फेक वीडियो बनाने वाले को सजा दिलवानी है।' वे बिना किसी उलझन और संदेह के एक सांस में यह बात कह गए। 'यह मैं नहीं हूँ पापा, यह वीडियो मेरा नहीं है। जाने कैसे मेरी तस्वीरें चुराकर यूं अभद्र शब्दों और अपरिचित दृश्यों से जोड़ दिया है किसी ने?' हैरत और पीड़ा का यह मिला-जुला स्वर पिता का मन भेद गया।



'कॉलेज की दूसरी लड़कियों के साथ भी ऐसा हुआ है। आप चाहें तो उनसे पूछ लें।' स्पष्टीकरण देती बिटिया का हाथ पकड़कर पिता बोले, 'किसी से कुछ नहीं पूछना है मुझे। पुरानी पीढ़ी का जरूर हूं पर यह अच्छे से समझता हूँ कि आधुनिक तकनीक ने बहू-बेटियों का जीवन दुश्धार करने वाली आपराधिक मानसिकता और असुरक्षा के नए रास्ते खोल दिए हैं।' फिर थोड़ा संयत होकर कहा, 'तुम अपनी पढ़ाई पर ध्यान दो, बस। हमारे बीच भरोसे का एक मजबूत पुल है मेरी बेटी।' आश्रित भरी यह बात सुनकर भी जीवन की जदोजहद समझने की कच्ची-पक्की उम्र के मोड़ पर खड़ी बिटिया ने चिंतित स्वर में पूछा, 'सब लोग क्या

'तो क्या हुआ। पेपर पहले खत्म करके शुभम बाहर आ गया तो।' सुमित बोले। 'समय से पहले किसी को बाहर नहीं आने दिया जाएगा।' पत्नी ने समझाया, लेकिन सुमित नहीं माने। इधर-उधर की बातें समझाने लगे। अभी तक रजनी ने सुमित को बेटे को डांटते-उपटते ही देखा था। उसे लगता था, सुमित को बेटे की कोई परवाह नहीं रहती। हर समय उसे डांट-फटकार लगाने का बहाना ढूँढते रहते हैं। सुमित के भीतर यह पिता आज पहली बार रजनी ने देखा। खुशी-खुशी बोली, 'अच्छा जाओ, शुभम आपकी राह देख रहा होगा।' पत्नी की सहमत पाते ही सुमित हर्षित मन से बेटे को लेने चल पड़े। *

-सरस्वती रमेश

कहेंगे पापा? आस-पड़ोसी और सगे-संबंधी कैसे-कैसे सवाल करेंगे अब?' वे दुधमुंही बच्ची को छोड़कर दुनिया से विदा ले लेने वाली पत्नी की दीवार पर लगाई तस्वीर की ओर देखते हुए बोले, 'कौन करेगा सवाल और क्यों करेगा? किस अधिकार से पूछेगा कोई प्रश्न?' तुम्हारे पालन-पोषण की मुश्किल यात्रा के बीते अठारह वर्ष में जो कुछ पूछने नहीं आए वे किस अधिकार से एक फेक वीडियो को लेकर वास्तविक जीवन से जुड़े प्रश्न पूछ सकेंगे?' बेटे का हाथ थामकर समझाइश देते हुए पिता के रंघे गले की आवाज बेहद स्पष्ट थी। *

-मोनिक्का शर्मा



विशेष: अंतरराष्ट्रीय योग दिवस, 21 जून

सभी पृथ्वीवासी हों स्वस्थ-शांत यही है योग का ध्येय

भारतभूमि से उत्पन्न होने वाले अमूल्य ज्ञान योग की महत्ता आज संपूर्ण विश्व स्वीकार कर रहा है। संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा इसे एक विशेष दिवस के रूप में मान्यता दिए जाने से अंतरराष्ट्रीय स्तर पर योग की ख्याति और स्वीकृति बढ़ रही है। योग किस तरह व्यक्ति ही नहीं संपूर्ण विश्व का कल्याण कर सकता है, इस बारे में आपको पता होना चाहिए।

भारत में प्रति एक हजार व्यक्ति पर डॉक्टरों का अनुपात महज 0.64 प्रतिशत है, जबकि विश्व स्वास्थ्य संगठन की मानें, तो प्रति हजार व्यक्ति पर एक डॉक्टर की उपलब्धता होनी चाहिए। महंगे इलाज के कारण लोग अब सस्ते इलाज का विकल्प ढूँढ रहे हैं।



बीमार होने से बचाव योग

रुग्णता से बचने और अच्छा स्वास्थ्य बनाए रखने, दोनों का सहज मार्ग है-योग। विश्व समुदाय को या यों कहें कि मानवता को भारत की जो मौलिक देन है, योग उनमें से एक है। यह अच्छा है कि इसके प्रति अब दुनिया भर में जागरूकता बढ़ रही है, क्योंकि डॉक्टरों की संख्या हमारी बढ़ती जनसंख्या के अनुपात में कम ही रहेगी। जाहिर है, योग ही विकल्प है। एक अच्छी बात यह है कि अब अपने यहां भी तमाम नामी अस्पतालों के एलोपैथ डॉक्टर योग को अपनाते की सलाह दे रहे हैं। योग हमारी दिनचर्या से जुड़ सके, तो हमारा कायाकल्प हो जाए। लेकिन इसके लिए जरूरी है कि हम इसे स्वस्थ रहते अपनाएं।

होने का माध्यम हो, लेकिन योग वस्तुतः स्वस्थ व्यक्ति के लिए ही है। स्वस्थ व्यक्ति योग को अपनाए, तो उसके रुग्ण होने की संभावना ही न रहे।

योग में निहित है विश्व कल्याण

यह पृथ्वी कैसे जीवन के अनुकूल बनी रहे, यह आज की पीढ़ी के समक्ष एक बड़ी चुनौती है। विश्व-ग्राम की अवधारणा केवल आर्थिक या व्यापारिक नहीं हो सकती, स्वास्थ्य को भी इससे जोड़ना होगा। तभी एक ऐसे सामूहिक जीवन की कल्पना की जा सकेगी, जिसमें स्वस्थ लोग स्वस्थ जीवन और स्वस्थ परंपरा की नींव रख रहे होंगे। योग की पूरी संकल्पना इसी पर आधारित है। इसकी शुरुआत तो शरीर के तल से होगी, लेकिन अभ्यास से आप धीरे-धीरे पाएंगे कि आप शरीर-मात्र नहीं हैं। और इस बोध में कि आप स्थूल काया मात्र नहीं हैं, जीवन के अनेक संघर्षों का समाधान छिपा है। योग व्यक्ति-मात्र तक सीमित नहीं है, इसका संबंध समष्टि से है। समष्टि के साथ एकाकार हो जाने का नाम है योग। हम इसे आसन, व्यायाम या प्राणायाम तक सीमित न समझें। लक्ष्य ध्यान, धारणा और समाधि तक जाने का हो। आज पावर ऑफ मैनफेस्टेशन पर जो कुछ भी कहा-लिखा जा रहा है, वह पतंजलि की 'धारणा' पर ही आधारित है। समाधि में वह धारणा भी मिट जाती है। अद्वैत की यह अवस्था परम स्वास्थ्यदायी तो है ही, इस अवस्था में पूरी सृष्टि के एक होने का बोध भी होता है, जहां सब एक-दूसरे से जुड़े हैं, जहां सबके होने से ही एक-दूसरे का अस्तित्व है। वह बोध ही वास्तविक विश्वग्राम है। शुभता वहीं से शुरू होती है। *

महायोजना

कुमार राधारण

तक कि देवतागणों और ब्रह्म में भी यानी चहुँओर- समस्त विश्व में शांति हो, शांति हो, शांति हो।

अशांति के कारण पनपते हैं रोग

इस वर्ष के योग दिवस का विषय है-योगा फॉर वन अर्थ, वन हेल्थ अर्थात् समष्टि-बोध और परम स्वास्थ्य के लिए योग। हम बचपन से सुनते आए हैं, स्वास्थ्य ही परमधन है। किसी भी प्रकार का अस्वास्थ्य या रोग बाहरी-भीतरी अशांति या अनियमितता के कारण ही होता है। इसलिए ज्ञानियों ने शांति की बात की ताकि हम समय स्वास्थ्य को उपलब्ध हों और वह स्वास्थ्य हमारे लिए उच्चतर ऊर्जा की ओर बढ़ने, चेतना के तल पर ऊपर उठने में सहायक हो। आज अच्छा इलाज करना पाना सबके वश में नहीं है। बढ़ती जनसंख्या के अनुपात में डॉक्टरों की कमी है और जहां अनुपात ठीक है, वहां इलाज बहुत महंगा है।



हम समझें योग की महत्ता

इस सृष्टि में कुछ भी पृथक नहीं है। सब कुछ परस्पर निर्भर है। किसी भी अर्थ में दुनिया के किसी भी कोने का पिछड़ाना संसार के बाकी हिस्सों के ऊपर उठने में बाधक होता है। स्वास्थ्य हमारा मौलिक अधिकार है, हमारी बुनियादी आवश्यकता है। परिवार में किसी भी व्यक्ति की बीमारी पूरे परिवार पर असर डालती है। योग इस स्थिति से हमें बचाने में सहायक है। एक दिलचस्प पहलू यह है कि जहां जीवन की अधिकतर बुनियादी सुविधाओं के लिए हमारी सरकार पर निर्भरता होती है, लेकिन योग एक ऐसा माध्यम है, जो सरकारी हस्तक्षेप की आवश्यकता के बगैर भी हमारे लिए उपलब्ध है। यह सदियों से हमारे लिए उपलब्ध रहा है, जिसकी कीमत हमने पहचानी होती तो आज हर घर में योगाचार्य होते।

उपयोगी पेड़

वीना गौतम

विटामिन ए, विटामिन सी और एंटीऑक्सिडेंट्स से भरपूर आड़ु जहां एक ओर स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है, वहीं इसकी खेती किसानों के लिए आर्थिक दृष्टि से बेहद फायदेमंद है।

स्वास्थ्यवर्धक-अर्थोपार्जक आड़ु

के साथ ही एंटीऑक्सिडेंट्स भी पाए जाते हैं। किसानों के लिए फायदेमंद: आड़ु जब से मैदानी क्षेत्रों के लिए विकसित हुआ है, तब से पंजाब और हरियाणा के सैकड़ों किसान इसकी सफल खेती करके अपनी आर्थिक बेहती रर रहे हैं। आड़ु का पेड़ उगाना किसानों के लिए फायदे की गारंटी है। आड़ु का एक पेड़ औसतन 25 से 30 किलोग्राम फल एक वर्ष में देता है। अगर सही ढंग से कोई किसान एक एकड़ में आड़ु की बागवानी करता है तो सारे खर्च निकालने के बाद भी उसे 1.5 से 2 लाख रुपए तक का सालाना फायदा हो सकता है।

ऐसे आया भारत: आड़ु जैसे तो चीन का मूल फल है। लेकिन चीन से यह फारस, फारस से यूरोप और इन दोनों जगहों से लगभग 15वीं, 16वीं शताब्दी में भारत पहुंचा है। भारत के पहाड़ी क्षेत्र इसे विशेषतौर पर भाए और कई सदियों तक पहाड़ी क्षेत्रों का एक विशेष फल बन कर रहा। लेकिन अब इसके जीन को डेवलप करके मैदानी क्षेत्रों में भी आकर्षक और स्वादिष्ट आड़ु उगाए जा रहे हैं।



अनुकूल परिस्थितियां: पारंपरिक तौर पर आड़ु का पेड़ 1000 से 2500 मीटर ऊंचाई तक पहाड़ियों में बहूत अच्छी तरह से फलता-फूलता है, क्योंकि इसे 7 डिग्री सेटीग्रेड से

गया। मैंने फिर से डायरेक्टर से यह फिल्म करने की इच्छा जताई और फरहान से माफी भी मांगी। तब फरहान ने कहा यह फिल्म आप ही कर सकते हैं, क्योंकि इस तरह की फिल्मों से आप पहले से जुड़े हुए हैं। बताना चाहूंगा कि 'सितारे जमीन पर', 'तारे जमीन पर' की रिस्पिरचुअल सीक्वल है और इसमें

किया है, फिर चाहे वह 'गजनी' हो या 'लाल सिंह चड्ढा' हो। अगर इस फिल्म की कहानी स्पेनिश या हॉलीवुड से प्रेरित है तो इसमें बुराई क्या है। कितने लोगों ने स्पेनिश, हॉलीवुड फिल्म देखी होगी। मेरा मकसद हमेशा से अच्छी कहानियों पर काम करना रहा है फिर वह रीमेक हो या ओरिजनल, इससे मुझे कोई

इसी हफ्ते आमिर खान की फिल्म 'सितारे जमीन पर' रिलीज हो रही है। इस फिल्म को लेकर आमिर कितने एक्साइटेड है? 'सितारे जमीन पर' की सबसेस ओर लेकर वह कितने कॉन्फिडेंट है? इस फिल्म, करियर और उनकी लव लाइफ से जुड़ी बेबाक बातचीत आमिर खान से।

जब डायरेक्शन करूंगा तो एक्टिंग पूरी तरह छोड़ दूंगा: आमिर खान

खास मुलाकात / आरती सक्सेना

ल गभग तीन साल बाद 20 जून को आमिर खान अपनी नई फिल्म 'सितारे जमीन पर' लेकर आ रहे हैं। यह फुटबॉल पर केंद्रित एक कॉमिक फिल्म है। इस फिल्म में आमिर ने फुटबॉल कोच का किरदार निभाया है, जो खिलाड़ियों द्वारा बहुत परेशान किया जाता है। 'सितारे जमीन पर' की कहानी एक स्पेनिश फिल्म की रीमेक है। इसी कहानी पर हॉलीवुड फिल्म भी बन चुकी है। हाल में ही इस फिल्म से जुड़ी आमिर खान से लंबी बातचीत हुई, पेश है इसके प्रमुख अंश-आजकल ज्यादातर फिल्में फ्लॉप हो रही हैं। ऐसे में अपनी रिलीज हो रही फिल्म 'सितारे जमीन पर' को लेकर कितने एक्साइटेड हैं आप?

आज के दौर में फिल्मों को लेकर कोई भविष्यवाणी करना बहुत मुश्किल है, क्योंकि हमारी कोशिश तो यही रहती है कि हम ऐसी फिल्म बनाएं, जो दर्शकों को पसंद आए। लेकिन कई बार ऐसा होता है कि रिलीज को लेकर हमारी टाइमिंग गलत हो जाती है। जैसे आजकल एक्शन फिल्मों का दौर है, जबकि मेरी फिल्म 'सितारे जमीन पर' की कहानी अलग है, यह कॉमेडी फिल्म है। ऐसे में मैं थोड़ा दुविधा में हूँ कि आज के एक्शन फिल्मों के दौर में क्या मेरी फिल्म 'सितारे जमीन पर' दर्शकों को पसंद आएगी? बहरहाल, अब तो तौर कमान से निकल चुका है। फिल्म की सफलता/असफलता दर्शकों के हाथ में है।

मुझे फिल्म निर्माण में जितनी भी मेहनत करनी थी, वह मैंने की है, आगे भगवान ही मालिक है। सुना है आपने पहले 'सितारे जमीन पर' फिल्म को करने से इंकार कर दिया था, फिर फरहान अख्तर इसे साइन करने वाले थे। लेकिन तभी आपका मन बदला और आपने यह फिल्म करने के लिए हामी भर दी। इस बात में कितनी सच्चाई है?

हां, यह सच है। फिल्म के डायरेक्टर प्रसन्ना जब पहली बार मेरे पास स्क्रिप्ट लेकर आए तो मैंने उनसे कहा कि मैं डिप्रेशन में चल रहा हूँ, इसलिए अभी यह फिल्म नहीं कर पाऊंगा। यह सुनकर वह बहुत निराश हो गए, लिहाजा उन्होंने इस फिल्म के लिए फरहान अख्तर से बात की, वह इसे फाइनल करने ही वाले थे कि तभी मैंने फिर से स्क्रिप्ट पढ़ी और मेरा मन बदल



गौरी के बगैर मैं अधूरा था

हाल ही में आमिर ने अपने प्यार गौरी से मीडिया को मिलवाया। उन्होंने यह साबित कर दिया कि प्यार की कोई उमर नहीं होती, वह कभी भी हो सकता है। इस बारे में आमिर से पूछते पर वह कहते हैं, 'हां यह सच है, मुझे भी नहीं पता चला कब मैं गौरी के प्यार में पड़ गया। वह कहते हैं ना, अपोजिट अट्रैक्ट्स, मेरे साथ भी कुछ ऐसा ही हुआ। हम दोनों पहले अच्छे दोस्त थे। हम दोनों एकदम अलग हैं। वह जितनी शांत है, मैं उतना ही एक्टिव हूँ। मेरे दिमाग में कुछ ना कुछ चलता रहता है, जबकि वह बहुत सुलझी हुई है। उसके साथ रहने के बाद मुझे एहसास हुआ कि मैं उसके बगैर अधूरा था, और आज मैं अपने आपको पूरा और संतुष्ट महसूस करता हूँ।'

इन दिनों युवाओं में साइकिल से ट्रेवेलिंग का ट्रेंड काफी पॉपुलर हो रहा है। अगर आप भी साइकिल पर्यटन की योजना बना रहे हैं तो आपको परफेक्ट डेस्टिनेशन के बारे में पता होने के साथ कुछ बातों का ख्याल रखना भी आवश्यक है।

एडवेंचरस एक्सपीरियंस के लिए करिए साइकिल ट्रेवेलिंग

ट्रेवल टैंड

समीर चौधरी

चा हे अंगूर की बेलों से ढंकी यूरोप की वादियों में कूज करना हो या भारत में मसालों से महकती सड़कों पर सैर करना हो, साइकिलिंग संबंधित जगह से गहरा संपर्क स्थापित कर देती है। सस्टेनेबल पर्यटन और विशिष्ट अनुभव की इच्छा के कारण साइकिलिंग पर्यटन की मांग निरंतर बढ़ती जा रही है, विशेष कर इसलिए कि यह धीमा और मजेदार एडवेंचर है।



बढ़ रहा है क्रेज: इसमें कोई दो राय नहीं है कि किसी भी जगह को बहुत गहराई तक अनुभव करने के लिए साइकिलिंग पर्यटन सबसे अच्छा विकल्प है। एक ट्रेवल कंपनी के अध्यक्ष राजीव काले का कहना है, 'साइकिलिंग आधारित यात्रा में हम दिलचस्पी बढ़ते हुए देख रहे हैं। व्यक्तिगत तौर पर और छोटे-छोटे ग्रुप में लोग अधिक सक्रिय और पर्यावरण सजग कार्यक्रमों की तलाश कर रहे हैं।' आज अधिकतर युवा साइकिल पर्यटन का आनंद ले रहे हैं। यह बात केवल मेट्रो शहरों में ही देखने को नहीं मिल रही है बल्कि 2-3 टियर वाले शहरों में भी यही देखा जा रहा है। कहने का अर्थ यह है कि साइकिलिंग पर्यटन का क्रेज बढ़ता ही जा रहा है।

फेवरेट स्पॉट्स:

भारत विविध लैंडस्केपों का देश है, इसलिए खोजों की अनंत संभावनाएं उपलब्ध हैं। इस समय भारत में जिन जगहों पर साइकिलिंग पर्यटन के लिए अधिक पर्यटक जा रहे हैं वह हैं- कुर्ग के कॉफी प्लांटेशंस, मुन्नार के



रोलिंग टी गार्डस, लेह-लद्दाख के पहाड़ी दर्रे, गोवा के कोस्टल रूट्स, पुडुचेरी के समुद्र तट और प्राकृतिक मार्ग, हिमाचल प्रदेश की स्पीटि वादी, महाराष्ट्र में कास पठार, अरुणाचल प्रदेश की मेचुका वादी, पुणे के निकट वेल्हे पानशेत, असम में माजुली द्वीप, तमिलनाडु में वालपराई पहाड़ी मार्ग, केरल में वायनाड और आंध्रप्रदेश की अरकू वादी। साइकिलिंग पर्यटन के लिए बड़ी संख्या में लोग विदेश भी जा रहे हैं और इस सिलसिले में जो जगह विशेष रूप से पसंद की जा रही हैं वो हैं- एम्स्टर्डम, इसमें 500 किमी से अधिक समर्पित साइकिल लेन हैं, आसानी से साइकिल किराए पर ली जा सकती है और नहरों के किनारे साइकिलिंग मार्ग बने हुए हैं। एम्स्टर्डम सपनों जैसा शहरी साइकिलिंग अनुभव प्रदान करता है। क्योटो का समतल भू-भाग, अनुशासित ट्रैफिक और कॉम्पैक्ट लेआउट साइकिल से पर्यटन को आनंदमय और यादगार बना देता है। लवार वादी लगभग 900 किमी

मजबूत माउंटन बाइक का चयन करें। समतल शहरी मार्गों के लिए या सिटी राइड के लिए हाइब्रिड या टूरिंग बाइक्स का चयन करें, वो आरामदायक होती हैं और उसकी अच्छी क्षमता होती है। अपने रूट की योजना पहले से बनाएं। दूरी को कम न आंके और अपने

स्टैमिना को अधिक न आंके। मार्ग-परिवर्तन, डाउनटाइम और मौसम के बदलते मिजाज के लिए हमेशा गुंजाइश बनाए रखें। स्मार्ट पैकिंग करें, हल्का और कम सामान लेकर चलें। आवश्यक चीजों पर फोकस करें- मौसम के हिसाब के ड्रेस, बेसिक रिपैर किट, हाइड्रेशन गियर और भरोसेमंद पॉवर बैंक। स्थानीय नियमों का पालन करें। साइकिलिंग के स्थानीय नियमों को जानना और उनके पालन से कोई समस्या नहीं किये जा सकता। हाथ के सिग्नल को समझें, हेलमेट लगाएं और हर क्षेत्र के लिए जो लेन इन्समाल करने के नियम हैं, उनका पालन करें। ठहरने की उन जगहों का चयन करें, जो साइकिल सवारों का स्वागत करती हैं। उन जगहों की तलाश करें, जो बाइक-फ्रेंडली हैं, जिनमें पार्किंग की सुरक्षित जगह हो, साइकिल धोने के लिए जगह हो और आपके राइडिंग कार्यक्रम को मैच करते हुए भोजन करने की लचीली टाइमिंग हो। *

कम तापमान की जरूरत होती है। साथ ही इसे कम से कम इस ठंडे तापमान के 300 से 1000 घंटे चाहिए, जो इसके फलने-फूलने के लिए जरूरी होते हैं। लेकिन अब जो आड़ु की नई किस्में वैज्ञानिक ढंग से अलग-अलग मौसमों और मिट्टी के अनुकूल विकसित की गई हैं, उन पर यह नियम लागू नहीं होता।

पारंपरिक रूप से आड़ु के पेड़ के लिए रेंतीली और दोमट मिट्टी अच्छी होती है, जिसमें जल का निकास अच्छा हो। इसके लिए पीएच 6.0 से 7.5 तक उपयुक्त रहता है। एक एकड़ में आड़ु के 250 से 300 पौधे तक लगाए जा सकते हैं। आड़ु के दो पौधों के बीच 6X4 मीटर की दूरी होनी चाहिए। आड़ु के पौधों के रोपण का सही समय दिसंबर से फरवरी का महीना होता है। आड़ु के पेड़ की जहां तक देखभाल की बात है, तो इसे नियमित सिंचाई और उर्वरकों की जरूरत होती है। प्रमुख खाद के रूप में इसे गोबर की खाद, नाइट्रोजन फास्फोरस और पोटाश चाहिए होती है। *

खास फर्क नहीं पड़ता। क्या आप अपनी पिछली फिल्म 'लाल सिंह चड्ढा' की असफलता की वजह से इस रिलीज को लेकर डरे हुए हैं?

जब भी किसी फिल्म में काम करता हूँ या फिल्म बनाता हूँ तो उसे फिल्म के निर्माण से पूरी तरह संतुष्ट रहता हूँ, क्योंकि मैं अपनी फिल्म में 100% मेहनत करता हूँ। इसी तरह जब मैंने 'लाल सिंह चड्ढा' बनाई तो मुझे उस फिल्म से बहुत उम्मीद थी। पर्सनली मुझे 'लाल सिंह चड्ढा' फिल्म बहुत अच्छी लगी थी। लेकिन दर्शकों ने उस फिल्म को नकार दिया तो मुझे लगा कि जितनी गलतियाँ मैंने अपने पूरे करियर में नहीं की, वह एक ही फिल्म में कर दीं। इससे मुझे सीख मिली और मैं भविष्य को लेकर अवेयर भी हो गया। फिल्मों में डायरेक्शन को लेकर प्यूसर में आपकी क्या प्लानिंग है?

जब तक मैं एक्टिंग करूंगा, तब तक डायरेक्शन नहीं करूंगा, और जब डायरेक्शन करूंगा तो एक्टिंग पूरी तरह छोड़ दूंगा। क्योंकि मैं दोनों तरफ एक साथ ध्यान नहीं दे सकता। इसलिए फिलहाल मैं डायरेक्शन में कम दिलचस्पी दिखा रहा हूँ। आज अधिकतर एक्टर भी ओटीटी पर काम कर रहे हैं। क्या भविष्य में आपका भी ओटीटी पर काम करने का इरादा है? नहीं मैं पूरी तरह से थिएटर से जुड़ा हूँ। मुझे सिनेमाघर से प्यार है। मैंने बचपन से सिनेमा के संग ही अपनी जिंदगी बिताई है। इसलिए मैं अगर काम करूंगा तो सिर्फ थिएटर में रिलीज होने वाली फिल्मों के लिए ही काम करूंगा। अभिनय के लिए किसी और माध्यम से नहीं जुड़ूंगा। *