पुस्तक समीक्षा

कृति :- छगन दोहावली विविधा

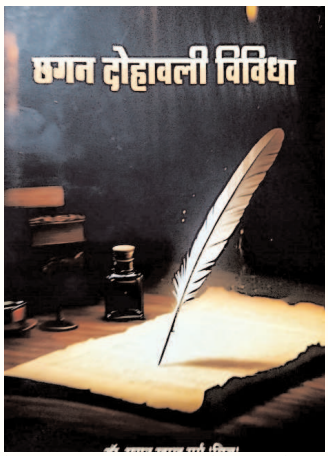
प्रस्तुत कृति छगन दोहावली विविधा छंद मर्मज्ञ छंद गुरु राजस्थान के सिरोही जिले के ख्यातिनाम वरिष्ठ कवि, शिक्षाविद सेवानिवृत प्रधानाचार्य डॉ. छगनलाल गर्ग विज्ञ जी ने लिखी है।

भारतीय साहित्य में दोहा लेखन एक समृद्ध परंपरा रही है जिसमें कई संतों और कवियों ने अमिट छाप छ ो ड . ी है।कबीर,तुलसी,रहीम,दादूदयाल,बिहारी, वृन्द,जायसी के दोहे आज भी पढ़ रहे हैं। दोहा हिन्दी साहित्य का एक अत्यंत लोकप्रिय अर्द्धसम मात्रिक छंद है जिसमें दो पंक्तियां होती है।दोहे की सबसे बड़ी विशेषता इसका संक्षिप्त होना है और दो पंक्तियों में गहरा अर्थ या जीवन का संदेश समेटना होता है।दोहा मुख्य रूप से चार चरणों का मात्रिक छंद है।दोहे में कुल 48 मात्राएं होती है।विषम चरण यानि पहला और तीसरा में 13-13 मात्राएं होती है।सम चरणों में यानि दूसरे व चौथे चरणों मे 11-11 मात्राएं होती है।दोहों में लयात्मकता सर्वोपरि मानी जाती है।दोहा छंद हमारी भाषाई और साहित्यिक विरासत का अमूल्य हिस्सा है।

डॉ. विज्ञ जी ने यह कृति अपने दोहता अंशुमान गर्ग पोता मनन गर्ग व काव्य गर्ग को समर्पित की है। पुस्तक की प्रस्तावना में राजवीर सिंह मंत्र राष्ट्रीय अध्यक्ष साहित्य संगम संस्थान लिखते हैं कि डॉ विद्या छंदों पर काफी अच्छा कार्य कर रहे हैं आगामी 50 सालों में इलेक्ट्रॉनिक हिंदी साहित्य सहित मुद्रित साहित्य में डॉ विजय कबीर और तुलसी की तरह स्मरणीय और वंदनीय रहेंगे विज्ञ जी का दोहा लेखन मानवीय संवेदनाओं से संतुष्ट है। सजग उत्प्रेरित एवं सामान्य जीवन के पक्षधर क्षमता समर्थित व्यक्तित्व की पृष्ठभूमि को साहित्यिक आधार देकर पुष्ट करते हुए दोहे जीवन मूल्यों को प्रतिष्ठित करने में समर्थ हैं।प्राक्कथन में डॉ. ओमप्रकाश मिश्रा मधुव्रत की छन्दाचार्य लिखते हैं कि यह दोहा संग्रह भावनाओं, संवेदनाओं और अभिव्यक्ति का संग्रह है। दोहों में चिंतन और विचारों को सहज सरल तरीके से पेश किया गया है।कवि की कलम से शीर्षक में भूमिका में डॉ. ओम प्रकाश मिश्रा मधु व्रत लिखते हैं कि प्रस्तुत कृति में 23 प्रकार के दोहे हैं जो अनेक विषयों का इनमें वर्णन किया गया है छगन दोहावली विविध विद्वान कवि के छन्दाचार्य दोहा छंद की विविधता नवांकुर साहित्यकारों कवियों और छंद सर्जकों के लिए बहुत कुछ सीखने की प्रेरणा देती है।छगन दोहावली विविधा ऐसी दुर्लभ कृति है जिसमें जन जन का कल्याण करने की क्षमता है ।शुभकामना ज्ञापन के अंतर्गत विजय शंकर मिश्र भास्कर लिखते हैंः- छगन दोहावली छंद गुच्छों की मनोहारी वाटिका है ।छगन दोहावली विविधा कृति में दोहे 23 प्रकार के दोहे निहित है। इस कृति की विशेषता है इसमें नीति के साथ-साथ युगबोध के स्वर भी मुखर हुए हैं नारी और भक्ति का रूपायन हुआ है तो यथार्थ का भान भी है।

दर्शन शीर्षक के अंतर्गत डॉक्टर विज्ञ जी ने भक्ति की चरमावस्था आत्म समर्पण की स्थिति का उल्लेख करते हुए भावमय हो गए हैंः-

'प्यास मिटे प्रभु नाम से,भोर खिली तम त्याग। छांव रहो गुरु चरण में, साधक ध्यानी जाग।। '



दोहे की शब्द शक्ति ही उसका प्राण होती है और डॉ. विज्ञ ने इस शक्ति का प्रयोग सफलतापूर्वक किया है। कवि की कलम शीर्षक से डॉ. विज्ञ लिखते हैं की काव्य लेखन में शिल्प विधान का महत्वपूर्ण स्थान होता है। दोहा विधान में मात्राओं का विधान,कल संयोजन, सूत्रात्मक विधान जिसके अंतर्गत भाव और अर्थ सौंदर्य आता है ।नव साहित्यकार बंधुओं को सिखाने लिखने के लिए प्रेरित करना इस कृति को लिखना मेरा उद्देश्य है। 23 प्रकार के दोहो मे शब्द संयोजन ,सामाजिक बुराइयों के प्रभाव, दूषित सामाजिक परिवेश, महिला अपराध, भ्रष्टाचार, रुढियों में जकड़ी जिंदगी ,दरकती मानवीय सभ्यताएं ,मातृभूमि के सौंदर्य का वर्णन, देश भक्ति का वर्णन इस कृति की विशेषता है इसकी प्रभाव उत्पादकता, मौलिकता, जाने पहचाने

रचनाकारः- डॉ. छगनलाल गर्ग विज्ञ
प्रकाशकः-युगधारा फाउंडेशन ए व प्रकाशन,लखनऊ(उत्तरप्रदेश)
वर्षः-2025
समीक्षकः- डॉ. राजेश कुमार शर्मा पुरोहित

शब्दों का संयोजन, शिल्प सौंदर्य सेहत बिंब विधान का सुंदर प्रयोग चिंतन विचार ,प्रकृति के प्रति प्रेम सहित कई विषयों पर आधारित इसमें दोहे लिखे गए हैं ।दोहों के विभिन्न प्रकारों में

भृमर,सुभृमर,शरभ,श्येन, मण्डूक,मर्कट,करभ,नर,हंस,

गयन्द,पयोधर,बल,पान,त्रिकल, कच्छप,मच्छ,शार्दूल,अहिवर,व्याल,विडाल, उदर,श्वान,सर्प।

भृमर दोहे शीर्षक से आप लिखते हैंः-

'हिंदी भाषा श्रेष्ठ है ,साक्षी देता ज्ञान।

जानो बोलो प्राण से ,ऊंची रख्खो शान।। '

एक सच्चे और अच्छे हिंदी सेवी के रूप में आप जाने जाते हैं आपने हिंदी भाषा को श्रेष्ठ भाषा बताते हुए हिंदी में प्रतिदिन के काम करने की बात है ।हिंदी बोलो हिंदी लिखो और ऊंची रखो इसकी शान ।आपके दोहे में वर्णित है।

आत्मबोध के अंतर्गत लिखा हैः-

'सृजन कृत्य करते रहो ,पुनर्जन्म हो जाए ।

बांटो निश्छल प्रेम को ,भाव मधुर मन भाय।। '

व्यक्ति को सृजन निरंतर करते रहना चाहिए और निश्छल प्रेम बनते रहना चाहिए भाव मधुर होना चाहिए मन निर्मल हो भाव मधुर हो।

सामयिकी के अंतर्गत आप लिखते हैंः-

' नहीं उम्मीद तोड़िए ,जानो वक्त अनंत ।

छूट गई आशा तभी ,घटना घटी दिगंत।। '

मानव को कभी उम्मीद नहीं तोड़ना चाहिए आशा नहीं छोड़नी चाहिए यह समय यह वक्त अनंत है यदि आशा छूट गई तो समझो घटना घट गई इसलिए आशावादी व्यक्ति को बना रहना चाहिए।

नीति शीर्षक में आप लिखते हैंः-

' सागर गहरा देख ले ,पानी का भंडार ।

वाष्प बने वर्षा करें, प्रकृति करें उपकार।। '

जिस प्रकार से सागर कितना गहरा होता है पानी का एक विशाल भंडार होता है लेकिन वही सागर का पानी जब वाष्प बनकर के ऊपर उड़ता है तो बादल बनता है वर्षा करता है और सभी के लिए उपकार करता है भलाई करता है व्यक्ति को भी हमेशा दूसरों के लिए परोपकार की भावना रखने चाहिए

प्रकृति शीर्षक से आप लिखते हैं किः;

' दीप जलाए प्रेम के, मानव निखरे काज।

प्रेरक है कवि लेखनी, सत्य भरी हो आज।। '

व्यक्ति को सद्भाव के दीप प्रेम के दीप जलाए रखना चाहिए जिससे मानव निखर जाता है आपस में प्रेम बढ़ता है भाईचारा बढ़ता है कवि की लेखनी हमेशा प्रेरक होती है सत्य से भरी होती है बढ़ते प्रदूषण पर भी आपने बहुत अच्छा लिखा है किः-

'बढ़ा प्रदूषण जोर है ,पीड़ित प्राणी क्षुब्ध।

वैभव कुंठित नाश में ,मानव मतलब लुब्ध।। '

क्षण बोध शीर्षक से कवि लिखते है-

'विकल धरा सबसे कहे, मत काटो तुम वृक्ष।

ज़िंदा रहना चाहते, सुनो हमारा पक्ष।। '

कवि कहता है की हमे वृक्ष नहीं काटने चाहिए। धरती विकल होकर पुकार रही है, ज़िंदा रहने के लिए ऑक्सीजन की आवश्यकता है, जो वृक्ष के अलावा कोई नहीं दे सकता।

' नारी ' शीर्षक का दोहा देखिए-

' नारी गुण की खान है, सुनो गुनो मन मीत।

कंठ छंद मृदुल मना, निरखत नित नवनीत।। '

कवि कहता है कि नारी गुणों की खान है और हमे नारी का सम्मान करना चाहिए।

इस कृति में भक्ति, विविध, यथार्थ चिंतन , युग बोध आदि शीर्षक से लिखे दोहे भी इस कृति के महत्वपूर्ण दोहे है।

युग बोध में लिखा दोहाः-

'अब मतलब के दौर में, बदतर है सहयोग।

रिश्ते नाते नाम के , दौलत जन उपयोग।। '

आज के जमाने में स्वार्थी लोगो की भीड़ दिखाई देती है। रिश्तों के नाम पर लोग धोखा, फ़रेब कर रहे है। लोग धन का उपयोग करने के बाद रिश्ते नाते तोड़ रहे है।

छगन दोहावली विविधा कृति साहित्य जगत में नवोदित रचनाकारों के लिए एक उपयोगी कृति है। डॉ. विज्ञ को हार्दिक बधाई एवं मंगलमय शुभकामनाएं।

-डॉ. राजेश कुमार शर्मा पुरोहित
समीक्षक,कवि,साहित्यकार
भवानीमंडी जिला झालावाड़ राजस्थान

मेरा प्यारा गाँव भावड़ मेरा गौरव

मनजीत सिंह, कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय कुरुक्षेत्र

भारत को गाँवों का देश कहा जाता है। यहाँ की संस्कृति, सभ्यता, परंपराएँ और सामाजिक जीवन गाँवों में ही सबसे अधिक जीवंत रूप में दिखाई देते हैं। गाँव केवल रहने का स्थान नहीं होता, बल्कि वह व्यक्ति की पहचान, संस्कार और भावनाओं का आधार भी होता है। प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में उसके गाँव का विशेष महत्व होता है। मेरा गाँव भावड़, जो हरियाणा के सोनीपत जिले की गोहाना तहसील में स्थित है, मेरे लिए केवल जन्मभूमि ही नहीं, बल्कि मेरी प्रेरणा, मेरी संस्कृति और मेरे जीवन मूल्यों का स्रोत है। इस गाँव की मिट्टी की सुगंध, यहाँ के लोगों का स्नेह, प्राकृतिक वातावरण और सामाजिक एकता मुझे सदैव अपनी ओर आकर्षित करते हैं।

भावड़ एक सुंदर, शांत और प्रगतिशील गाँव है। यह गोहाना क्षेत्र के प्रमुख गाँवों में से एक है। गाँव तक पक्की सड़कों की सुविधा उपलब्ध है, जिससे आसपास के शहरों और कस्बों से आवागमन सुगम हो गया है। आधुनिक विकास के साथ-साथ इस गाँव ने अपनी सांस्कृतिक पहचान और परंपराओं को भी सुरक्षित रखा है। यहाँ की आबादी विभिन्न वर्गों, जातियों , धर्मों, सम्प्रदाय ,पंथ समुदायों आदि से मिलकर बनी है, जो आपसी भाईचारे और सद्भाव के साथ रहते हैं।

मेरे गाँव का प्राकृतिक वातावरण अत्यंत मनमोहक है। चारों ओर फैले हरे-भरे खेत, लहलहाती फसलें, सुबह की ताज़ी हवा और पक्षियों का मधुर कलरव वातावरण को आनंदमय बना देता है। वर्षा ऋतु में गाँव का सौंदर्य और भी बढ़ जाता है। खेतों में हरियाली छा जाती है तथा तालाबों और पेड़ों के आसपास का दृश्य अत्यंत आकर्षक दिखाई देता है।

सुबह के समय जब सूर्य की पहली किरण खेतों पर पड़ती है, तब पूरा वातावरण स्वर्णिम आभा से भर जाता है। गाँव की गलियाँ, चौपाल और खुले मैदान ग्रामीण जीवन की सादगी और आत्मीयता का परिचय देते है?।

भावड़ के अधिकांश लोग कृषि और पशुपालन से जुड़े हुए हैं। यहाँ गेहूँ, धान,तथा अन्य सब्जियां की फसलें उगाई जाती हैं। आधुनिक कृषि तकनीकों और कृषि यंत्रों के प्रयोग से किसानों की उत्पादन क्षमता में वृद्धि हुई है। ट्रैक्टर, हार्वेस्टर, सिंचाई की आधुनिक व्यवस्था तथा वैज्ञानिक खेती ने गाँव के किसानों को आत्मनिर्भर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। गांव में चार तालाब मुंदड़ा, बड़ा बीर , दादा मंदार, बाबा आला व पूजा करने के स्थान दादा मंदार पीर, माता का मंदिर, शिव मंदिर, कबरा गुसाईं, सय्यद पीर, दादा खेड़ा, रविदास मंदिर, वाल्मीकि मंदिर,चौगान्न माता मंदिर आदि सम्मिलित हैं ?।

दुग्ध उत्पादन भी यहाँ की अर्थव्यवस्था का महत्वपूर्ण भाग है। अनेक परिवार गाय और भैंस पालते हैं तथा दूध और दुग्ध उत्पादों का व्यवसाय करते हैं। पशुपालन से किसानों की आय में वृद्धि होती है और ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूती मिलती है। मेरे गाँव में शिक्षा के प्रति लोगों की जागरूकता निरंतर बढ़ रही है। विद्यालयों में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने का प्रयास किया जाता है। गांव में दो सरकारी विद्यालय जिनमें एक बारहवीं तक और एक माध्यमिक विद्यालय है तीन निजी विद्यालय भी हैं एक उप स्वास्थ्य केन्द्र, एक पशु चिकित्सा केन्द्र,एक सोसायटी, खेल का मैदान , दो नहर, जलघर भी हैं। आज गाँव के अनेक विद्यार्थी उच्च शिक्षा प्राप्त कर कवि, कवयित्री , लेखक, गायक, डॉक्टर, इंजीनियर, शिक्षक, प्रशासनिक अधिकारी तथा सेना में अपनी सेवाएँ दे रहे हैं।

विशेष रूप से बालिका शिक्षा को भी बढ़ावा दिया जा रहा है। अभिभावक अपनी बेटियों को भी उच्च शिक्षा दिलाने के लिए प्रेरित कर रहे हैं। यह परिवर्तन गाँव के सामाजिक विकास का सकारात्मक संकेत है। भावड़ की सबसे बड़ी विशेषता यहाँ का सामाजिक सौहार्द और भाईचारा है। गाँव के लोग एक-दूसरे के सुख-दुख में सहभागी बनते हैं। विवाह, जन्मोत्सव, धार्मिक कार्यक्रम और अन्य सामाजिक अवसरों पर पूरा गाँव मिलकर कार्य करता है। गाँव की चौपाल आज भी सामाजिक चर्चा, आपसी संवाद और निर्णय लेने का महत्वपूर्ण केंद्र है। बुजुर्गों का सम्मान तथा बच्चों के प्रति स्नेह गाँव की संस्कृति की पहचान है। मेरे गाँव में धार्मिक वातावरण अत्यंत शांतिपूर्ण और प्रेरणादायक है। विभिन्न मंदिरों और धार्मिक स्थलों पर समय-समय पर पूजा, भजन-कीर्तन और सत्संग का आयोजन होता रहता है। इन आयोजनों से लोगों में नैतिक मूल्यों, सद्भावना और सामाजिक एकता की भावना विकसित होती है।

गाँव में होली, दीपावली, रक्षाबंधन, जन्माष्टमी, नवरात्रि, दशहरा तथा, ईद , हरियाली तीज, अन्य पर्व पूरे उत्साह और हर्षोल्लास के साथ मनाए जाते हैं। इन अवसरों पर लोग एक-दूसरे के घर जाकर शुभकामनाएँ देते हैं तथा प्रेम और भाईचारे का संदेश फैलाते हैं।

पिछले कुछ वर्षों में भावड़ गाँव में उल्लेखनीय विकास हुआ है। पक्की सड़कें, बिजली, स्वच्छ पेयजल, इंटरनेट, मोबाइल नेटवर्क तथा अन्य आधुनिक सुविधाएँ उपलब्ध हैं। सरकारी योजनाओं के माध्यम से स्वच्छता, शिक्षा, स्वास्थ्य और ग्रामीण विकास को बढ़ावा मिला है।

युवाओं में डिजिटल शिक्षा और तकनीकी ज्ञान के प्रति रुचि बढ़ रही है। अनेक युवा प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर रहे हैं तथा विभिन्न क्षेत्रों में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन कर रहे हैं।

गाँव के युवाओं में खेलों के प्रति विशेष उत्साह है। कबड्डी, कुश्ती, , क्रिकेट जैसे खेल लोकप्रिय हैं। हरियाणा की खेल संस्कृति का प्रभाव यहाँ स्पष्ट दिखाई देता है। अनेक युवा सेना, पुलिस और खेल प्रतियोगिताओं में भाग लेकर गाँव का नाम रोशन कर रहे हैं।

यद्यपि गाँव ने काफी विकास किया है, फिर भी कुछ चुनौतियाँ आज भी मौजूद हैं। पर्यावरण संरक्षण, जल संरक्षण, स्वच्छता, बेरोज़गारी तथा बढ़ते प्रदूषण जैसी समस्याओं पर निरंतर कार्य करने की आवश्यकता है। युवाओं को रोजगारोन्मुखी शिक्षा और कौशल विकास के अधिक अवसर उपलब्ध कराने की भी आवश्यकता है।

गाँव के सभी नागरिक यदि मिलकर इन समस्याओं का समाधान करें, तो भावड़ विकास की नई ऊँचाइयों को प्राप्त कर सकता है। मुझे अपने गाँव पर गर्व है। यहाँ की मिट्टी ने मुझे जीवन के संस्कार दिए हैं। गाँव के लोगों का अपनापन, बुजुर्गों का आशीर्वाद, किसानों की मेहनत और बच्चों की मुस्कान मेरे लिए प्रेरणा का स्रोत हैं। जब भी मैं गाँव से दूर जाता हूँ, मुझे इसकी याद सताने लगती है। गाँव की सुबह, खेतों की हरियाली, चौपाल की बातचीत और त्योहारों की रौनक मेरे मन में हमेशा बसी रहती है। मैं चाहता हूँ कि मेरा गाँव शिक्षा, स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण, खेल और तकनीकी विकास के क्षेत्र में निरंतर प्रगति करे तथा पूरे हरियाणा में आदर्श गाँव के रूप में अपनी पहचान बनाई ? अंततः कहा जा सकता है कि मेरा प्यारा गाँव भावड़ (गोहाना, सोनीपत) केवल एक भौगोलिक स्थान नहीं, बल्कि मेरी भावनाओं, संस्कारों और जीवन की जड़ों का प्रतीक है। यहाँ की प्राकृतिक सुंदरता, कृषि प्रधान जीवन, सामाजिक एकता, सांस्कृतिक समृद्धि और विकास की भावना इसे विशेष बनाती है। मुझे विश्वास है कि आने वाले समय में मेरा गाँव शिक्षा, स्वच्छता, आधुनिकता और सामाजिक समरसता के क्षेत्र में नई उपलब्धियाँ प्राप्त करेगा और अपनी समृद्ध परंपराओं को बनाए रखते हुए विकास के पथ पर निरंतर अग्रसर रहेगा।

'जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी'

अर्थात् जन्मभूमि स्वर्ग से भी बढ़कर होती है। यही भावना मेरे गाँव भावड़ के प्रति मेरे हृदय में सदैव बनी रहेगी।

हमारी सकारात्मकता ही हमारे व्यक्तित्व का दर्पण

देश - दुनिया के चल चित्रों से दिमागी सिनेमा रुपहले पर्दे से स्याह पर्दे में निरंतर तब्दील हो रहा है.

नकारात्मक माहौल से बाहर निकलने का स्व प्रयास करते हुए आज हम बात करते हैं सकारात्मक घटनाक्रमों की,जिन्हें आत्मसात करने की आज और अभी से अब हमें बेहद आवश्यकता हैं ।

सबसे जरूरी हमें यह समझना होगा कि आज हमारे लिए परिवार सर्वोपरि और परिवार के लिए हम.सर्वविदित है कि घर में बुजुर्गों की मौजूदगी किसी वटवृक्ष से कम नहीं होती. उनका सभी को सम्मान करना चाहिए. संतोषी जीवन सदा सुखदायी होता है। नकारात्मकता से जीवन में कुछ भी हासिल नहीं।संकीर्ण मानसिकता हमारे हिस्से के सुखों को भी छीन कर हमें कुछ नहीं देती। हमारा कर्म और हमारा व्यवहार दो दशक बाद हमारे बच्चों में दिखाई देगा।लालच और मोह से हमें भले आत्म संतुष्टि मिलती हो लेकिन आपके परिवार से सदस्य आपके इस व्यवहार से कदापि अनभिज्ञ नहीं- सोचिए ,आपकी छवि उनके सामने कैसी बन चुकी हैं अब तक ? अश्लील और भद्दे शब्दों का प्रयोग जो अक्सर आप अपने मित्रों के सामने किया करते है, क्या घर में रहकर भी परिवार के सदस्यों के बीच भी आपके मुख से वो शब्द निकलते है ? अगर हाँ तो फिर आप ....और अगर नहीं तो बस अब आप उन्हें गटक जाइए हमेशा के लिए क्योंकि आपके इस व्यवहार से आपकी पत्नी और बच्चें कई अवसरों पर शर्मिंदा हुए भी हैं परंतु आपको वे कभी बोल नहीं पाएँ बस । फिजूलखर्च क्या होता हैं ? यह आपके अलावा किसी को भी नहीं पता होता ।हमारी कई घड़ियाँ हाथ में सजने के बजाय टेबल पर भी टिक टिक करती रहती है आज कल और हम मोबाइल में भी टाइम देख दिन और रात के समय का अंदाज़ा लगाना सीख गए। घर के किचन के काम में हाथ बटाना क्या हम आज तक शुरू कर पाएँ ?घर में भी बहुत काम होते हैं, क्या हमें पता है?बीमा पॉलिसी, पोस्ट ऑफिस और बैंक डायरियों को क्या हम अपनी मर्जी से देखने के आदि है या सिर्फ जरुरत पड़ने पर ही इन्हें खंगालते है ? हमारी कई ड्रेस, कोट-पेंट - इत्र - पेन को हम खुद कितना सहेजते है? या इनके लिए भी हम परिवार के सदस्यों पर निर्भर है?

घर में मौजूद हमारे बुजुर्गों पर हमारे झल्लाने को पर्दे के पीछे से हमारे बच्चों ने बहुत ध्यान से देख रहे है आज कल।शारीरिक सौंदर्यता ही सब कुछ नहीं होती।भाव से किया गया कर्म और सेवा बाद रात की नींद जीवन की सबसे अच्छी नींद होती है। हमें पता होना चाहिए कि हमारे अंतर्मन में दयाभाव कितना और क्यों हैं। टीवी पर रामायण - महाभारत जैसे धारावाहिक का प्रसारण देखना एक नई दृष्टि और सोच को जन्म देगा, प्रयास करें और परिवार के साथ देखे. घर पर बैठ ध्यान - पूजा पाठ आराम से की जा सकती हैं बिना किसी ताम झाम के। आडंबरों से परे भी सब की अपनी एक दुनिया हैं। स्त्री का अपमान करने वाले कहीं भी सम्मान के हकदार नहीं। रामायण में रावण सेना और महाभारत दुर्योधन की कौरव सेना के हश्र ने साबित किया।कस्तूरी आपके चित्त में हैं और हम बाहर भटक रहे हैं। स्त्री मोह के अलावा उसका कृतित्व-व्यक्तित्व - सतीत्व और स्त्रीत्व सर्वोपरि हैं।

आज हमनें दिन भर क्या किया,रात्रि विश्राम से पहले चिंतन से आप स्वयं खुद का मूल्यांकन अब कर पाएँगे।

सामर्थ्य स्वरूप साधना ईश्वरीय आराधना हैं।जीवन के इतने बसंत निकलने के बाद आज अगर आपको लगता हैं कि आपका जीवन निरर्थक ही हैं आज तो फिर शुरू कीजिए एक नई पारी अच्छे विचारों के साथ। दिखावटीपन आज घर के दरवाजे के पीछे खूंटी पर टंगा हैं।ईश्वर का हमेशा धन्यवाद करना सीखिए किया, मन ही मन अच्छी ज़िन्दगी के लिए । बच्चें अगर घर में कुछ बना हैं ,खा रहे हैं । मदद करवा रहे हैं घर के कामों में...आज यही सही परिवर्तन है, बस आप बदलाव महसूस कीजिए।शादी समारोह में जितने आमंत्रित होते है, क्या सच में हमारी खुशियों का हिस्सा होते है? मरघट पर भी अब संवेदना शून्य हंसी ठिठोली...? क्या सब कुछ मजबूरीवश ही चल रहा था ? पता चल रहा है धीरे धीरे। संवेदनाएँ और शुभकामनाएं ....सिर्फ वाट्सअप पर, यह सब क्या है? अपना - पराए का फ़र्क - आज कल चंद दिनों में ही पता चल रहा है? और हो रहा दूध का दूध और पानी का पानी भी....। जीवन क्या हैं ? इसकी थ्योरी आज क्यों समझ आ रही हैं ? खुद से ही पूछ रहे हैं सब । जवाब किसी के पास नहीं शायद ।दौड़ती - भागती ज़िन्दगी से परे ये भी अब साफ हो रहा हैं कि हम क्या कर रहे है और क्यों कर रहे है?

हमारे हर कार्य के साथ स्वयं के भाग्य विधाता और निर्माता हम ही हैं। दूसरों को दोष देने की जरूरत नहीं हैं। हमारे जीवन चरित्र का दर्पण हम स्वयं हैं। अब आपको स्वयं की छवि दर्पण में कैसे और कब देखनी हैं ? ये अब आप पर निर्भर हैं। आपकी वैचारिक और व्यवहारिक कुदृष्टि आपको एक दिन भस्मासुर बना कर ही रहेगी।अच्छे और बुरे विचार मानस में आना स्वाभाविक हैं। निर्णय आपको लेना हैं हंस की तरह...कि आप मोती चुगेंगे या पत्थर। इस दिनों नवरात्रि पर बेटियाँ ही नहीं मिल रही, घर पर कन्या भोज- पैर पूजन और तिलक लगवाने के लिए...पता हैं क्यों ?

क्योंकि कामुकता- वासना- संकीर्णता और वहशीपन इन नन्ही देवीय रूपों पर भी हावी हो रही हैं आज कल ।आपका व्यक्तित्व आपके बच्चें आत्मसात कर रहे हैं रोज...ओर बहुत ध्यान से देख रहे है देखा हैं इन दिनों आपको। संभल जाइए - सुधर जाइए। अभी भी वक़्त हैं।अगर आप किसी भी प्रकार का व्यसन कर रहे हैं और अपनी व्यसनतृप्ति के लिए अपने बच्चों की मदद लेते हैं तो यक़ीनन तो आज से एक दशक बाद जब आपके बच्चें व्यसनग्रस्त होंगे तो आपको फिर उन्हें मना करने का अधिकार नहीं होगा,क्योंकि दोषी आप ही हैं।हमारी हर सांस और हर काम का लेखाजोखा आसमानी सी सी टी वी कैमरे की निगरानी में हैं फिर भी पता नहीं हम क्यों खुद को आज भी सिकंदर से कम आंकलन नहीं कर पाते ? स्त्री सम्मान का भाव अगर मन में नहीं हैं तो फिर घर में मौजूद बहन - बेटियों- पत्नी और माँ की मौजूदगी में देवी प्रतिमा के समक्ष ' ज्योत ' प्रज्ज्वलित करने की कोशिश बेकार ही हैं।

अच्छे कामों की सराहना करना सीखिए। किसी की मजबूरी और लाचारी का फायदा उठाकर उसका मानसिक-दैहिक शोषण अक्षम्य हैं।आपके द्वारा किसी के लिए बोले गए मीठे बोल कई बार सामने वाले का हीमोग्लोबीन बढ़ाने का काम कर जाते हैं। घर के आसपास काम करने वाले कर्मचारियों को कभी ठंडा पानी पिलाकर या चाय बनाकर देने से आपका तो सिर्फ थोड़ा वक़्त ही लगेगा लेकिन उनके मन में आपका मानवीय चेहरा अमिट बन जाएगा। चिड़ियों का दाना,चींटियों के लिए उनके उदरपूर्ति की व्यवस्था कर देना। घर के आस पास मूक पक्षियों के लिए पानी के लिए परिंडे बना देना भी आपके मानवीय जीवन का सबसे सकारात्मक पहलू हो सकता हैं।

किसी के लिए किए गए हमारे प्रयासों से उसके मन में खुशी जाग्रत हो शर्मिंदगी नहीं। तभी हमारे प्रयास को ईश्वर भी स्वीकार कर पाएँगे।आपका कोई भी कार्य आपका उपहास भी करवा सकता हैं और सराहना भी ।आपको अगर किसी का उपहास उड़ाना बहुत अच्छी तरह आता भी हैं तो पता कीजिए इससे आपको क्या हासिल हुआ ? आपकी ऊर्जा व्यर्थ चली गई जो आप किसी अन्य कार्य में बहुत अच्छी तरह ख़र्च कर अपने उस दिन को सार्थक कर सकते थे।

आपको क्या लगता हैं,आप किसी के लिए कुछ भी सही या गलत कर रहे हैं,वह उसे पता नहीं चलता होगा। सच तो यह हैं कि उसे सब पता होता हैं - बस वह आपके कृत्यों से आपको नज़रों से गिरते और चढ़ते हुए अब रोज देखता हैं।किसी के लिए आपकी प्रतिष्ठा मायने रखती हो या न रखती हो परंतु आपके लिए आपकी प्रतिष्ठा ही आपकी असल बैंक बैलेंस हैं। इसे मेंटेन करके रखिए। स्वयं का सम्मान कीजिए। मैले विचारों के साथ शेष ज़िन्दगी को बोझिल मत बनाइए। धो दीजिए इन कुत्सित विचारों को।

जीवन में गलती होना स्वाभाविक हैं। प्रायश्चित करना सीखिए। गलती को स्वीकार करना सीखिए।क्षमावान बनिए और आगे बढ़िए। आत्मग्लानि से बाहर आइए।

सात्विक विचारों के साथ अपने आस पास के माहौल को संरक्षित कीजिए। उस परिवेश के अभिभावक बनिए फिर देखिए आपके यहीं विचार अंकुरित होते हुए एक दिन छायादार पेड़ बन जाएँगे और आप कहलायेंगे उस पुलकिल और पल्लवित बगिया के माली। किसी को कभी भी छोटा मत समझिए..अगर आपकी यह प्रवृत्ति हैं तो आपके भीतर संवेदनाएँ मुरझाई हुई हैं । सिंचित कीजिए उन्हें। हमेशा अपनी लाइन बड़ी करने में विश्वास कीजिए। आपके लिए कौन क्या सोचता हैं ? यह आपके सोचने का विषय नहीं हैं । जो सोच रहा हैं उसे सोचने दीजिए क्योंकि वह सिर्फ सोचने के लिए ही बना हैं। आपने जीवन में अब तक क्या खोया- क्या पाया ? यह सोचने में अब समय व्यर्थ मत कीजिए। जो हैं उसे सहर्ष शिरोधार्य कीजिए। स्वार्थपरक रिश्तों के भँवर जाल से बाहर निकल जाइए। यह आपके लिए कभी न कभी दम घोंटू साबित होंगे।' यह ज़िन्दगी न मिलेगी दुबारा ' यह जीवन मंत्र हमेशा याद रख कर अपनी ज़िंदगी को खूब आनंद से जीने का प्रयास करें। आपके जीवन में होने वाली हर घटना सुनिश्चित हैं। ईश्वरीय स्वीकृति मान सहर्ष स्वीकार कीजिए। हमारे जीवन में जो भी हुआ - जो भी हो रहा हैं और आगे जो भी होगा । सब हमारे जन्म के साथ ही जुड़ा हुआ हैं । यह स्वीकार करें और आगे बढ़े और शीतल झरने की तरह अनवरत बहते रहे,कल - कल करते हुए।।

डॉ सुरेन्द्र मीणा