भावकलश

रामेश्वर काम्बोज 'हिमांशु'
डॉ. भावना कुँअर

भावकलश
रामेश्वर काम्बोज 'हिमांशु', डॉ. भावना कुँअर

भाव-कलश

(29 कवियों के 587 ताँका)

भाव-कलश

(ताँका-संग्रह)

सम्पादक :
रामेश्वर काम्बोज 'हिमांशु'
डॉ. भावना कुँअर

अयन प्रकाशन, महरौली, नई दिल्ली

ISBN : 978-81-7408

अयन प्रकाशन
1/20, महरौली, नई दिल्ली - 110 030
दूरभाष : 2664 5812 / 9818988613
e-mail :Ayanprakashan@rediffmail.com

•

मूल्य : 200.00 रुपये

प्रथम संस्करण 2012 © रचनाकार

BHAV-KALASH (Tanka) Ed.by Rameshwar Kamboj 'Himanshu'
and Dr. Bhawna Kunwar

मुद्रक : विशाल कौशिक प्रिंटर्स, शाहदरा, दिल्ली-110093

भाव-कलश : भावों का अवगाहन

ताँका जापानी काव्य शैली वाका का ही एक रूप है। दसवीं शती के शुरू में वाका का एक ही रूप 'ताँका' ज़्यादा प्रचलित था, चोका बहुत कम लिखा जाता था। तब से वाका को 'ताँका' ही माना जाने लगा। यह प्रगीत काव्य हाइकु से भी पुरातन है। ताँका 1200 साल पुरातन शैली है, जबकि हाइकु 300 साल पुराना। बहुत से बदलावों के बाद ताँका का आज का स्वरूप प्रचलित हुआ; जिसमें क्रमश 5+7+5+7+7 के क्रम में कुल इकतीस वर्ण और पाँच पंक्तियाँ होती हैं। ताँका के दो भाग होते हैं- 5+7+5 को 'कामि-नो-कू' यानी उच्चतर वाक्यांश तथा 7+7 को 'शिमो नो कू' यानी निम्न वाक्यांश कहा जाता है। आठवीं शती का जापान का सबसे पुरातन काव्य संकलन 'मान्योशु' में ताँका शैली में कविताएँ लिखी गईं।

इस काव्य शैली का मुख्य लक्षण है कि इसमें भावनाओं का पूर्ण विस्तार सहज व संश्लिष्ट रूप में किया जाता है। शब्दों की पहुँच से परे की सांकेतिक भाषा का प्रयोग इसे और भी अधिक प्रभावी और अर्थगर्भित बना देता है।

ताँका अनुभव की कविता है, जिसमें उपमान योजना प्रयोग उसे और भी गहन और सम्प्रेषणीय बना देता है। यह हमें संज्ञा के काव्य से क्रिया के काव्य तक ले जाता है, जहाँ स्पष्ट वाणी से व्यक्त किया जाता है। सरल शब्दों में कहा जाए तो यह धागे से कपड़े तक का, बीज से पौधे तक, रेखाओं से रंगदार चित्र तक या स्वरों से संगीत तक का सफ़र है।

डॉ. सुधा गुप्ता जी ने सन् 2000 में ताँका लिखना शुरू किया था। इनके 56 ताँका 'बाबुना जो आएगी'(2004) में तथा 61 ताँका 'कोरी माटी के दिये'

(2009) संग्रह में छपे। जनवरी 2009 में डॉ. उर्मिला अग्रवाल का ताँका संग्रह 'अश्रु नहायी हँसी' (96 ताँका) तथा 2010 में 'यायावर मन' (108 ताँका) प्रकाशित हुआ। इसके बाद 2011 में डॉ. सुधा गुप्ता का स्वतन्त्र ताँका संग्रह 'सात छेद वाली मैं' आया है; जिसमें इनके 153 ताँका संगृहीत हैं। इस क्षेत्र में ये तीनों संग्रह उल्लेखनीय ही नहीं, पठनीय भी हैं। रामेश्वर काम्बोज 'हिमांशु' तथा डॉ. हरदीप कौर सन्धु का ताँका-चोका संग्रह 'मिले किनारे' (2011) और रेखा रोहतगी का ताँका-हाइकु संग्रह 'अथ से इति' (2011) में प्रकाशित हुए हैं। ये सभी संकलन उल्लेखनीय ही नहीं, पठनीय भी हैं। मनोज सोनकर का संग्रह 'ताँका-तरंग' (2011) भी प्रकाशित हुआ है। 'हिन्दी हाइकु' ब्लॉग पर पहले से ही ताँका प्रकाशित किए जा रहे हैं।

काम्बोज जी तथा मैंने सितंबर 2011 में 'त्रिवेणी' ब्लॉग शुरू किया है। इस ब्लॉग पर हिन्दी साहित्य की तीन विधाओं- हाइगा-ताँका-चोका में साहित्य प्रकाशित किया जा रहा है। इसके माध्यम से विश्व भर के रचनाकारों को ताँका से जोड़ने का प्रयास किया गया है जिनमें से 29 कवियों के ताँका का चुनाव कर यह 'भाव-कलश' बना है। हिन्दी में एक साथ इतने रचनाकारों का प्रथम विनम्र प्रयास है यह। हम सबकी यह कोशिश रही है कि सभी के मन-त्रिंजण में लगे भावों के मेले से कुछ भाव लेकर एक ऐसा ताँका संकलन प्रस्तुत किया जाए; जिसे पढ़कर लगे कि ताँका-संग्रह हो तो 'भाव-कलश' जैसा।

मन-त्रिंजण
लगा भावों का मेला
हृदय-चर्खा
रचे संदली ताँका
बना भाव-कलश।

जहाँ तक विषयवस्तु का सवाल था, उस पर कोई पाबंदी नहीं। किसी ने वर्तमान के सच को उजागर किया तो किसी ने अतीत की झलक पेश की। इस संकलन में रचनाओं की प्राप्ति के अनुसार विश्व के 29 कवियों के 587 ताँका सँजोए गए हैं।

ज़िन्दगी में सुख-दु:ख, धूप-छाँव की तरह आते-जाते रहते हैं। मगर

दर्दीले लम्हें हमें ज़्यादा प्रभावित करते हैं। भले ही ये कुछ पलों के हों, हमें ज़्यादा लम्बे लगते हैं; इसीलिए तकरीबन सभी ताँकाकारों की दृष्टि ने इन पलों को ज़िन्दगी के दर्पण में देखा और अपने-अपने ताँका में रूपायित किया।

रामेश्वर काम्बोज 'हिमांशु' और डॉ. भावना कुँअर ने इस संकलन का सम्पादन किया है। दोनों ने नए ताँकाकारों का मनोबल बढ़ाकर उनको और अच्छा लिखने की प्रेरणा दी है।

'हिमांशु' जी का मानना है कि इस जग में बबूल ज़्यादा हैं और चन्दन कम हैं; इसीलिए ओ मेरे मन तू गम न करना-

दु:ख न कर
मेरे पागल मन
यही जीवन
हैं बबूल बहुत
कम यहाँ चन्दन।

बस एक आसान-सा काम तुझे करना है- नफ़रत को विदा कर, ताकि ईद का चाँद तेरे मन-आकाश को प्रतिदिन रौशन करता रहे-

ईद का चाँद
हर रोज़ बढ़े ज्यों,
सुख भी बढ़ें
रोज़ गगन चढ़ें
दिल रौशन करें।

साथ ही जीवन के कटु यथार्थ की ओर इशारा करते हुए शातिर लोगों के शब्दों की मिठास के लेप में छुपे ज़हरीले वार से हमें बचने के लिए सावधान करते हैं-

शातिर लोग
मीठा जब बोलते
याद रखो कि
ज़हर वे घोलते
मुस्कान बिखेरते।

डॉ. भावना कुँअर की संवेदना निराली है। अपने गाँव के नीम के पेड़ की निंबौलियों को वे अपनी यादों के आईने में देखती हैं -

नीम का पेड़
बहुत शरमाए
नटखट-सी
निंबौलियाँ उसको
खूब गुदगुगाएँ।

तो उन्हें कहीं आँगन में खेलती धूप में अनाज सुखाती माँ दिखाई देती है; जिसमें कबूतरी का समावेश उसे मार्मिक बना देता है-

आज फिर माँ
अनाज सुखाएगी
वो कबूतरी
पल भर में सब
चट कर जाएगी।

भावना जी के ताँका का हर एक शब्द पाठक के मर्म को छू लेता है। जीवन भर हर एक व्यक्ति किसी न किसी अभाव से व्यथित रहता है; सम्भवत: यही जीवन का सत्य है-

आँसू-गठरी
खुलकर बिखरी
हर कोशिश
मैं समेटती जाऊँ
पर बाँध न पाऊँ।

इन पंक्तियों की व्यापकता देशकाल की सीमाओं से परे हर इंसान की नब्ज़ पर हाथ रखती है।

◆◆

हिन्दी साहित्य के लिए मन-प्राण से समर्पित, नवोदितों की प्रेरणा-शक्ति, उदारमना वरिष्ठ कवयित्री सुधा गुप्ता जी किसी परिचय की मोहताज नहीं हैं। ताँका लिखने की विधा को आगे लाने में आप निरन्तर प्रयास कर रही हैं। अपनी मार्मिक अनुभूतियों को ताँका में उकेर कर असीम दर्द का वर्णन करते हुए कहती हैं कि सिर टिकाकर रोने के लिए जीवन में सभी को सहारा नहीं मिलता-

न मिला कोई
काँधा रोने के लिए
बेबस आँसू
खाक में गिरते थे
फ़ना होने के लिए।

एकाकी जीवन में बेबस आँसू लिये हमें अपनी सलीब ज़िन्दगी भर ढोनी पड़ती है –

ढोनी पड़ती
अपनी सलीब तो
हर किसी को
सिर्फ़ अपने काँधे
कोई बोझा न बाँटे।

कहीं कवयित्री शहदीले दिनों की गुलाबी साँझ को यादों में ढूँढ़ रही हैं–

कहाँ खो गए
शहदीले वे दिन
साँझ गुलाबी
घोर बियाबान में
भटकती उदासी।

◆◆

हमारी सबसे कम अवस्था की नन्हीं रचनाकार सुप्रीत कौर सन्धु भले ही अभी 13 वर्ष की है, मगर उसकी सोच गगन की ऊँचाई से भी कहीं ऊँची छलाँग लगाती है तो, कहीं सागर सी गहराई लिये हुए है। उसके ताँका पढ़कर कोई उसकी अवस्था का अनुमान नहीं लगा सकता। सुप्रीत ने कहीं पतझर में रंगीन हवा की बात की है –

चली हवाएँ
पतझड़ में पत्ते
उड़ने लगे
रंगीन हुई हवा
चेहरा सहलाए!

तो कहीं अपनी कल्पना में चाँद तराशते हुए हीरों से टिमटिमाते तारे बनाए हैं–

तारे बिखरे
जब चाँद तराशा
ज्यों हीरे-मोती
टूटकर बिखरे
टिम-टिम करते।

वह बिन पंखों के दूर गगन में उड़ने की इच्छुक है और मेरी नज़र में वह कामयाब भी हुई है।

◆◆

प्रोफ़ेसर दविंद्र कौर सिद्धू हिन्दी पाठकों के लिए नया नाम है। इनके ताँका माटी की सुगंध लिये रिश्तों की पावन चाँदनी में पगे हैं। सावन के महीने में लड़कियों को तीजों का चाव होता है और कहीं अपने माही का इंतज़ार भी–

पीपल पींग
चढ़ी है आसमान
तीजों का चाव
सावन हरषाया
ओ माही लेने तो आ।

कवयित्री ने किसान के दर्द को अपनी कलम में बाँधते हुए बताया कि फसल बेचकर तो अभी पिछला कर्ज़ ही उतारा है, उसके घर में अभी भी दु:खों का संताप दूर नहीं हुआ–

फसल कटी
कर्ज़ उतारा गया
हाथ हैं खाली
गोरी गूँथ रही है
दु:ख-भूख का आटा।

◆◆

डॉ. अनीता कपूर ने अतीत के लम्हों को टटोलते कहीं ज़िन्दगी को कराहते देखा तो कहीं उम्र के नभ में दर्दीला इंद्रधनुष देखा। आपने जीवन के ज्वलंत सत्य को ताँका में बाँधा है –

बरसी घटा
पानी-पानी हुई मैं
बरसी घटा
उम्र के नभ खिला
दर्दीला इंद्रधनुष।

◆◆

कमला निखुर्पा की ताँका पिटारी सबसे अलग रंग लिये हुए है। पहाड़ी नदी की सुन्दरता को अपने ताँका में उतारते कभी इसे अल्हड़ किशोरी कहा जो प्रेम से तटों को सींचती हुई अठखेलियाँ करती आँख-मिचौली खेलती है-

तटों से खेले
ये अक्कड़-बक्कड़
छूकर भागे,
तरु को, तिनके को,
आँख मिचौली खेले।

कभी ये बादलों को आईना दिखाती मीलों-मील चलकर थककर चूर हो जाती है, अलकें बिखर जाती हैं, फिर भी अपने प्रियतम सागर के पास पहुँच ही जाती है-

पहाड़ी नदी
पहुँची सिंधु-तट
कदम रखे
सँभल-सँभलके
बिखरी हैं अलकें।

◆◆

डॉ. अमिता कौंडल ने अपने ताँका में बचपन को कागज़ की कश्ती पे सवार कर हमें सितारों तक की सैर करवाई। वाह रे बचपन तू लौटकर क्यों नहीं आता?

ये बचपन
कागज़ की कश्ती में
जिया हमने

तो कभी सारी रात
सितारों में बिताई।

◆◆

डॉ. उमेश महादोषी ने ज़िन्दगी की इबारत को पढ़ने में असमर्थ होने का कारण जीवन का पता-ठिकाना खो जाना माना है-

रहा न पता
डाकिया भटकता
वापस हुआ
पत्र वो पढ़ूँ कैसे
लिखा था ज़िन्दगी ने!

◆◆

डॉ. उर्मिला अग्रवाल हिन्दी साहित्य में जाना-पहचाना नाम है। भारतीय नारी को सीपी का दर्जा देते हुए वह कहती हैं कि नारी उम्र भर आँसू पीकर मोती देती है अथवा ज़िन्दगी को सुखद बनाने वाली नारी ही है -

ज़िन्दगी भर
पीती है आँसू और
देती है मोती
सीपी जैसी है नारी
हमारे भारत की।

◆◆

ऋता शेखर ने अपने साजन का हर आहट पर इंतज़ार करते हुए उसे चाँद से भी सलोना बताया। वह कहती है कि रिश्तों की पौध प्यार की खाद से खिलती है और आशा के दीप जलाकर चलने से दुर्गम पथ आसान हो जाता है -

रिश्तों की पौध
प्यार की खाद मिली
लहलहाई
घोर तूफ़ान में भी
वो हिल नहीं पाई।

◆◆

डॉ. जेन्नी शबनम ईश्वर को संग चलने के लिए प्रार्थना करते हुए कहती हैं कि ज़िन्दगी के दुर्गम पथ पर उसके सहारे के बिना चलना मुश्किल है। ईश्वर ही हमारा भग्य विधाता है, पालनहारा है जो अपने भक्तों की ज़रूर सुनता है और उसी के सहारे ही यह भव सागर पार कर सकते हैं–

तू साथ नहीं
डगर अँधियारा
अब मैं हारी
तू है पालनहारा
फैला दे उजियारा।

◆◆

नीलू गुप्ता ने माँ का गुणगान करते हुए माँ को धूप–छाँव, बहार और प्यार का सागर बताया है। माँ ही दु:ख–दर्द की औषध है, कभी सहेली बन जाती है। माँ का आँचल मन की तपन से राहत दिलाता है –

माँ का आँचल
ममता भरा हुआ
सुख–सागर
हरे मन–तपन
खिले तन–बदन।

◆◆

प्रगीत कुँअर ने तेज रफ़्तार ज़िन्दगी में रंग भरने की कोशिश की तो आँसू की धार ने बेरंग कर दिया –

भरे थे रंग
ज़िन्दगी के चित्र में
खुशी के संग
बही आँसू की धार
हुए सब बेरंग।

इनके ताँका जीवन–संघर्ष की कथा कहते हैं। कहीं वे मेहनत के फल की आस लगाए हैं, कहीं जीवनरूपी ऊँचाई के निर्माण के लिए नींव की

गहराई ज़रूरी बताते हैं –

ऊँचा भवन
गिरा पल भर में
यूँ एकदम
क्या करें नींव की ही
गहराई जब कम।

◆◆

प्रियंका गुप्ता तारों की छाँव में अकेलेपन को साथी मान खामोशी की आवाज़ सुनती हैं। अपनों की बेरुख़ी उन्हें बेज़ार करती है, दर्द देती है, मगर फिर भी सब कुछ सहते हुए वह घास की तरह विनम्र बन जीवन बिताने की सलाह देती हैं –

ठोकर लगे
अपनों की बेरुख़ी
मन को डसे
फिर भी चुप सहें
घास बन के जिए।

◆◆

मंजु मिश्रा ने सृष्टि की कचहरी में सूर्य, चाँद और सितारे पेश किए जहाँ चाँद ने रिपोर्ट लिखवाते हुए सूर्य को चोर बताया जो हर सुबह सितारों की गठरी बाँध ले जाता है। मामला जज को ढूँढ़ने का है। गहन अनुभूति के रंग में रँगी एकदम नई कल्पना –

सूरज चोर
फ़रियादी है चाँद
और चोरी में
गये तारे–सितारे
फ़ैसला करे कौन?

◆◆

डॉ. मिथिलेशकुमारी मिश्र ने खाली मन को शैतानी का घर बताते हुए खुद को व्यस्त रखते अपने आपको सुधारने का सुझाव दिया है। उनका मानना

है कि अगर ऐसा हो जाए तो दुनिया स्वर्ग बन जाए –

खाली जो बैठे
प्राय: बुरा ही सोचे
व्यस्त जो रहे
उसे समय कहाँ
जो बैठ बुरा सोचे।

◆◆

मुमताज टी .एच .ख़ान ने रिश्तों को ख्वाब बताते हुए कहा है कि ये आँख खोलते ही खो जाते हैं। इनके टूटने से मन काँच की तरह टूटकर बिखर जाता है –

बन्धन खुला
रिश्तों का है जब से
टूटा है मन
बिखर गया अब
जैसे टूटा दर्पण।

◆◆

रचना श्रीवास्तव ने ज़ोरदार आवाज़ में शब्दों के बोलने का अहसास करवाया है। शब्दों की फ़रियाद है कि उनको किताबों में ही बन्द न रखो, ऐसा करने से दीमक खा जाएगी। इसीलिए किसी द्वारा कही गई बात को उपयोग में लाना ज़रूरी है –

पन्नों में शब्द
बंद रहे सदियों
घुटती साँसें
दीमक-ग्रास बने
बिखरे आधे होके।

◆◆

डॉ. रमा द्विवेदी जीवन की एक और सचाई को रूपायित करती कहती हैं कि कई बार सात फेरे भी रिश्तों को बचा नहीं पाते; क्योंकि लोग दिए गए वचन के अर्थों को समझने की कोशिश ही नहीं करते–

सात फेरे भी
रिश्ते बचा न पाएँ
व्यर्थ वचन-
प्रणय-अनुबंध
झूठे सब सम्बन्ध।

◆◆

वरिष्ठ कवि डॉ. रमाकान्त श्रीवास्तव जी बिन रुके नदिया जैसे चलने का सुझाव देते हुए कहते हैं कि जियो और जीने दो का रास्ता ही जीवन्तता है। आज 91 वर्ष पूरे करने पर भी आपकी ऊर्जा सबको प्रेरित करती है –

नदिया बहे
रुके न पल भर
कहाँ लक्ष्य है?
ऐसे ही चलना है
हमको बढ़ना है।

◆◆

राजेन्द्र मोहन त्रिवेदी 'बन्धु' कीचड़ में खिले कमल को देखकर हमें भी उससे कुछ सीखने की प्रेरणा देते हैं कि संघर्ष द्वारा खुद को सँवारना चाहिए–

खिला कमल
कीचड़ में रहके
सौन्दर्य पाया,
संघर्ष द्वारा आप
खुद को सँवारिए।

◆◆

रेखा रोहतगी प्रकृति के प्रति अपने अनूठे प्यार को पुनरुज्जीवित करती हुई प्रकृति को अपने ही अन्दाज़ में देखती हैं। कहीं वह पीली चूनर ओढ़े, हरा घाघरा पहने इठला रही है, कहीं श्यामा तुलसी कैक्टस को बैठक में सजता देख आँगन में सहमे हुए है तो कहीं मछली बन चाँद गगन सागर में तैरता है– रूपक का कलात्मक निर्वाह बखूबी किया गया है–

चन्दा-मछरी
गगन- सागर में
तैरती जाए
सूरज-मछेरे को
देखे तो छुप जाए।

◆◆

डॉ. सतीशराज पुष्करणा जीवन का अनोखा नियम बताते हैं कि जब दो के बीच तीसरा आ जाए तो बात बिगड़ सकती है -

दोनों के बीच
आ गया जो तीसरा
बात बिगड़ी
फिर नहीं सँभली
जीवन में कभी भी।

दु:ख के भीतर ही सुख छुपा है मगर हम देखते ही नहीं बल्कि मृगतृष्णा में खोए भटकने के लिए आगे ही निकल जाते हैं -

दु:ख है छिपा
सुख के भीतर ही
कोई जाने न
मृगतृष्णा में खोए
आगे बढ़ते जाते।

◆◆

सुभाष नीरव ने बूढ़े माँ-बाप की लाचारी बयान की है। जब वे अपने ही घर में चुप्पी का संताप भोगते हैं तो और भी अधिक दयनीय हो जाते हैं-

बूढ़े माँ-बाप
अपने ही घर में
भोगते शाप
बेबसी, लाचारी का
अकेले चुपचाप।

◆◆

सुदर्शन रत्नाकर वरिष्ठ कथाकार और कवयित्री हैं। बचपन के दिनों की मधुरता किसी से भी तरह भुलाए नहीं बनती -

नहीं भूलते
बचपन के दिन
खेल-तमाशे
बड़े याद आते हैं
यूँ ही रुला जाते हैं।

सुख-दु:ख का आपका दर्शन ही जीवन की सच्चाई है। जो सुख की कामना करता है, उसे इस रहस्य को समझना चाहिए -

दु:ख होता है
सुख की परछाई
नियति-खेल
घबरा मत साथी
सुख से होगा मेल।

◆◆

डॉ. श्याम सुन्दर 'दीप्ति' शीशे का सच बताते हैं कि इस दुनिया में अकेला यही एक शीशा है; जो कभी झूठ नहीं बोलता। उसके सामने जाकर मैं टूट जाता हूँ। बचपन के महत्त्व को बताते हुए कहते हैं कि यदि जीवन का उल्लास चाहिए तो बचपन की सरलता और उल्लास को बचाए रखना ज़रूरी है-

बचपन को
यूँ ही मत गँवाना
सँजो रखना
अपने उल्लास का
मासूम-सा बहाना।

ताँका शैली से मुझे रामेश्वर काम्बोज 'हिमांशु' जी ने कुछ ही समय पहले जोड़ा, जिसका परिणाम 'मिले-किनारे' ताँका-चोका संग्रह (2011) आपके समक्ष आ चुका है। इस संकलन में भी मेरे 35 ताँका हैं; जिनमें मैंने

अपने मनोभाव आंचलिक शब्दों में पिरोकर इनकी मिठास और इन (आंचलिक) शब्दों को संरक्षित करने का एक छोटा-सा प्रयास किया है। इसमें सफलता कहाँ तक मिल पाई, फ़ैसला आप सभी के हाथ है -

जग - त्रिंजण
रौशन ही रौशन
दीप से दीप
जुड़े पाँत से पाँत
दिल यूँ जुड़ जाएँ।

बनाओ तुम
शब्दों की फुलकारी
स्याही की चिंता
कभी मत करना
पास तेरे मैं हूँ न!

मन-त्रिंजण
काते प्यार किसी का
वो नहीं जाने
दिल चीर दिखाया
बिखरा रेशा-रेशा।

यह संकलन हमारे त्रिवेणी ब्लॉग के साथ-साथ ताँका शैली की विकास यात्रा में एक छोटा-सा प्रयास है। मुझे विश्वास है, पाठक इस संकलन का हृदय से स्वागत करेंगे और 'भावकलश' में प्रस्तुत ताँका आपके हृदय को छूने के प्रयास में सफल होंगे।

19 नवम्बर, 2011

- डॉ. हरदीप कौर सन्धु
सिडनी

समर्पण

समाजसेवी प्रिय अनुज

ब्रजपाल सिंह काम्बोज *को*

जो 14 सितम्बर 2011 को

अचानक हम से बिछुड़ गए!

अनुक्रम

1. डॉ. अनीता कपूर
2. डॉ. अमिता कौण्डल
3. डॉ.उमेश महादोषी
4. डॉ.उर्मिला अग्रवाल
5. ऋता शेखर 'मधु'
6. कमला निखुर्पा
7. डॉ.जेन्नी शबनम
8. दवेन्द्र कौर सिद्धू
9. नीलू गुप्ता
10. प्रगीत कुँअर
11. प्रियंका गुप्ता
12. डॉ. भावना कुँअर
13. मंजु मिश्रा
14. डॉ.मिथिलेश दीक्षित
15. डॉ. मिथिलेशकुमारी मिश्र
16. मुमताज- टी एच खान
17. रचना श्रीवास्तव
18. डॉ. रमा द्विवेदी

19. डॉ. रमाकान्त श्रीवास्तव
20. राजेन्द्र मोहन त्रिवेदी 'बन्धु'
21. रामेश्वर काम्बोज 'हिमांशु'
22. रेखा रोहतगी
23. डॉ. श्याम सुन्दर 'दीप्ति'
24. डॉ. सतीशराज पुष्करणा
25. सुदर्शन रत्नाकर
26. डॉ.सुधा गुप्ता
27. सुप्रीत संधु
28. सुभाष नीरव
29. डॉ. हरदीप कौर संधु

डॉ. अनीता कपूर

डसता रहा
अतीत अब तक
परछाई-सा
कराहती ज़िन्दगी।
फ़साना बन गई।

बिखरा मन
सर्द-सी हुई सोच
बिखरा तन
सर्द-सी हुई देह
आसमान गीला था।

बरसी घटा
पानी-पानी हुई मैं
बरसी घटा
उम्र के नभ खिला
दर्दीला इंद्रधनुष।

मैं उतरन
बनना नहीं चाहूँ
तू तो हवा-सा
तू बदलता रिश्ते
कपड़ों की तरह।

ताजमहल
है रिश्ता यूँ जोड़ता
चूमता माथा
भटकती कथा का
लरजते होंठों से।

टूटी लकीरें
उल्टी-सी इबारतें
ज़ख़्मों की बातें
माथे पड़ी लकीरें
इतिहास दफ़न।

नदी में चाँद
तैरता ही रहता
पी लिया घूँट
नदी का वही चाँद
उतरा हथेली पे।

कोख का कर्ज़
कोख का बहीख़ाता
रिश्ते मुनीम
फिर तो हेरा-फेरी
कराहती ज़िन्दगी।

अरी ज़िन्दगी
किसके लिए काते
मोह का धागा
कच्ची डोर के रिश्ते
बचाऊँ भी मैं कैसे?

रात रौशन
सितारों के है साथ
खिलखिलाती
हँसती दिया-बाती
मना दिवाली साथ।

मिट्टी का दिया
प्रेम की भीगी बाती
लौ ले प्यार की
सजा सुन्दर थाली
खिलखिल दीवाली।

हाथ मिलाए
अँधेरे से उजाला
जलाए दीप
बोला- 'कभी न हारो
दीप माला बना लो।'

फुलझड़ियाँ
गूँथें रिश्ते सरस
हर बरस
अनमोल सौगात
दिवाली हर रात।

मन पुलके
सात सागर पार
दिवाली आई
ख़ुशबू अपनों की
दीपमाला ले आई।

बरसों बाद
हुई है मुलाक़ात
काँपे है मन
हँसी अधूरी नज़्म-
'मुझे पूरा तो करो।'

टुकड़ा धूप
थामकर उँगली
सूरज की वो
सीढ़ियाँ अँधेरे की
फिर उतर गया। ❑

डॉ. अमिता कौण्डल

ये बचपन
कागज़ की कश्ती में
जिया हमने
तो कभी सारी रात
सितारों में बिताई।

संग भैया के
कभी गोलगप्पे खा
मस्त हुए तो
कभी तितलियों पे
मिल गीत बनाए।

वो बचपन
अब यादों में खोया
ख़्वाबों में आया
जी भर के जिया औ'
हर पल मुस्काया।

दर्द ने ढूँढ़ा
हमें हर राह पे
औ' बना साथी
ख़ुशी तो छोड़ गई
मझधार में हमें।

ये दर्द बना
हमसफ़र हमेशा
साथ निभाया
ख़ुशी में भी रहा था
दुबक के ये संग।

निकाला मुझे
हृदय से तुमने
जब प्रीतम
अंधकार छा गया
पूनम की रात में।

प्रेम तुम्हारा-
ज़िन्दगानी थी मेरी
छोड़के मुझे
प्रियवर अलग
दुनिया ही बसा ली।

मेरा ये प्रेम
नैनों में सपने-सा
दबा ही रहा
तुम समझे नहीं
मैं समझा न पाई।

तुम से मिली
पर अधूरी रही
संग तो चली
पर अकेली रही,
मेरी यह किस्मत।

प्रेम की भाषा
मैं समझ न पाई
जब भी बोली
चोट दिल पे खाई
मुझे रास न आई।

पिया-बिछोह
कंटक-सा चुभता
दर्द ही देता
कर देता छलनी
हृदय विरह में।

प्रतीक्षारत
आँखें तरसें, पिया
आओ जो तुम
सर्दी बने बसंत
जेठ में हो बरखा।

जागे हैं नैन
जब से तुम गए
आँखों के मेघ
बरसें दिन रैन
दिल पाए न चैन।

भोर है सूनी
प्रीतम तुम बिन
साँझ का सुर
सुनता नहीं अब
रात भी हुई काली।

चैन भी गया
तुम्हारे संग पिया
व्याकुल मन
तड़पे हर पल
मीन ज्यों बिन जल।

माँ का महत्त्व
माँ बनी तो ही जाना
धन्य हुई मैं!
बनी जब बिटिया,
तभी माँ बन पाई।

माँ ठंडी छाँव
जाने मन की बातें
मुख देख के
और इक मुस्कान
हर दुःख हर ले।

दर्द ने दिया
अपनेपन का ये
मीठा आभास
इस दर्द को अब
अपना बना लिया।

घबराना न
इस दु:ख से कभी
देख दुनिया
दु:खों से भरी हुई
अपना ले इनको।

जग है भरा
दु:खी और दीनों से
जब भी देखूँ
अपना ग़म भूल
जग में ही खो जाऊँ।

देता है बल
यह दु:ख आगे ही
बढ़ जाने को
रुक न जाना मन
घबरा कर नादाँ।

न रहा अच्छा
तो न रहेगा बुरा
वक्त भी, यूँ ही
समय के साथ तू
बहता रह प्राणी।

जी हर दिन
न केवल काट ये
समय-धागा
बीता समय साथी
आए नहीं दुबारा।

आज तू रूठा
चल दिया चुपके
न जाने फिर
तुझको दिखे नहीं
मेरा चेहरा कभी। ❑

डॉ. उमेश महादोषी

पीर जो पली
दिल में थी गहरे
आँख में भली
सम्हाल रे मन तू
दिल की ये गगरी!

रहा न पता
डाकिया भटकता
वापस हुआ
पत्र वो पढ़ूँ कैसे
लिखा था ज़िन्दगी ने!

पाई पिता से
सौंपूँ पुत्र को कैसे
विरासत वो
मैं अनुगामी साया
वो नायक नभ का!

गिद्ध कहता-
हंस का चोला मेरा
कौआ ऐंठता
फड़फड़ाता पंख
देखता चिड़ियों को।

बाज़ उड़ते
आकाश में अनेक
दिखता एक
दुनिया नहीं होगी
बाज़हीन कभी भी! ❑

डॉ. उर्मिला अग्रवाल

बोई मुस्कानें
सींचा अश्रु-जल से
फल ये मिला
अश्रु नहाई हँसी
सागर-सी ज़िन्दगी।

खिली धूप-सी
स्मृतियाँ अतीत की
पैर पसारें
मन के आँगन में
ऊष्मा से भर जाएँ।

ढूँढ़ते रहे
कदमों के निशान
अपनी राह
ख़ुद न बना सके
बेड़ी-जकड़े पाँव।

मन ने किया
उस पर विश्वास
यही कुसूर
अपना हुआ और
वो दग़ा कर गया।

देखते रहे
तुझको रोते हुए
कोशिश तो की
पर चाह के भी न
पी सके तेरे आँसू।

बहाती आती
मुस्कान की मदिरा
शुभ्र चाँदनी
और चाँद पी रहा
चषक भर-भर।

जीवन-तरी
तेरे मन के घाट
जा रुकी और
अब लौटती नहीं
बोलो तो मैं क्या करूँ?

मेरी मुनिया
कैसे बदल डालूँ
तेरी किस्मत
भुगत रही तू भी
नारी होने की सज़ा।

ऐ मेरे दोस्त
कुछ मुश्किल नहीं
प्यार करना
मुश्किल तो होता है
अलविदा कहना।

तुम्हारी यादें
औ' ज़िन्दगी की राहें
हमेशा ही तो
साथ-साथ चलतीं
गलबहियाँ डाल!

एक न मिले
तो दूसरी मंज़िल
तलाश लेना,
अच्छा नहीं है राही
थक के बैठ जाना।

सागर-तीरे
रेत पे लिखा नाम
लहर आई
और लौट भी गई
मिटे सब निशान।

सूख गया है
ख़ुशियों का सागर
दु:ख ही दु:ख
उग आए हैं अब
खर-पतवार-से।

तेरे स्पर्श में
लहराए विषैले
सर्प इतने
कि विषैली हो गई
गंगा मेरे मन की।

वश नहीं था
बिखर जाने पर
और तुमने
समेटा नहीं, किया-
नियति के हवाले।

कभी निष्कम्प
कभी कँपकँपाती
दीपक की लौ
कितनी समानता!
ज़िन्दगी से इसकी।

क्यों ज़रूरी है
ज़िन्दगी में हमेशा
दर्द का होना
जी नहीं सकते क्या
कभी ख़ुशी के साथ?

बहुत दिया
ज़िन्दगी तूने मुझे
मुस्कान भी दी
आँसू भी प्यार भी औ'
कभी नफ़रत भी।

रेत पे लिखा
लहर ने मिटाया
मन पे लिखा
कोई मिटा न पाया
तेरी जफ़ा भी नहीं।

भूला-भटका
एक बादल आया
छिड़का जल
देखके भूमि प्यासी
और रीता हो गया।

धुला-धुला-सा
दिख रहा है चाँद
शायद आज
किसी समन्दर में
नहाके निकला है।

पलता रहा
ऐसा अनाम रिश्ता
हम दोनों में
जिसे आज तक भी
कोई नाम न मिला।

तूफ़ानों का क्या
उठते, मिट जाते
अमर वही,
जो देश के दिल का
चिराग़ बन जाते।

सच की राह
चलोगे यदि तुम
जीवन भर
समृद्धि भले न हो,
आत्मा होगी बेदाग़।

साहिल पर
खड़े होकर नहीं,
गहराई तो
उतर के जानोगे
खारे समन्दर की।

शीत ऋतु में
बाट जोहते सब
अंशुमाली की
आये तो ओढ़े शाल
गुनगुनी धूप के।

सूरज लाया
गठरी भर धूप
हुआ निराश
ख़रीदार न मिला
गर्मी के मौसम में।

काँटों ने कहा-
वफ़ा हमीं करेंगे
सुमन नहीं
वे मुरझा जाएँगे
हम खिले रहेंगे।

छलक उठा
प्रकाश का सागर
आ समेट लें
हम भी कुछ बूँदें
मना लें ज्योति-पर्व।

विश्वास करो
रोशनी ही सच है,
तम तो सिर्फ़
संदेशवाहक है,
भोर के उजाले का।

कभी होगा ये
खो जाएँगे सपने
रीतेगा मन
और लपेट लेंगे
निराशा के कुहासे।

झूला झूलते
चंदन के पलने
राजकुमार
गुदड़ी के पलने
मज़दूर का बेटा।

ज़िन्दगी भर
पीती है आँसू और
देती है मोती
सीपी जैसी है नारी
हमारे भारत की।

संध्या ने कहा-
सहा न जाता ताप
सूर्यदेव का;
इसलिए रहूँगी
मैं अकेली हमेशा।

अमा चाँद ने
करवट बदली
और सो गया
निशा का तारों-जड़ा
आँचल ओढ़कर। ❑

ऋता शेखर 'मधु'

कोयल काली
तुम कितनी प्यारी!
रूप से नहीं,
गुण से जग जीता
स्वर दे मनोहारी।

ओस की बूँद
सिमटी है पँखुड़ी,
ज्यों मीठा स्वर
बस जाता बाँसुरी
और सीपी में मोती।

लाल गुलाब
कहे काँटों के साथ
जीवन-कथा-
"चुभन को झेल लो
खिलना तो न छोड़ो।

झूमती कली
हँसी, कहने लगी-
"मैं खिल उठी
भँवरों का गुंजन
सुन भई बावली।"

रिश्तों की पौध
प्यार की खाद मिली
लहलहाई,
घोर तूफ़ान में भी
वो हिल नहीं पाई।

जग कहता-
भर जाते हैं ज़ख़्म
वक़्त के साथ
मर नहीं सकते
जीते हैं दर्द लिये।

सिसकी छुपी
हृदय के अन्दर
झाँकी बाहर
ओढ़ हँसी-चूनर
लगी सबको प्यारी।

शर-बिंधे हैं
व्याकुल है हिरना
ताके सबको
निरीह अँखियों से
ढूँढ़े कोई सहारा।

छूटा बसेरा
पंछी तड़फड़ाया
नीड़ तो मिला
ज़िन्दा भी रह गया;
निजता तो खो गया।

हाथ जलाते
दीपावली के दीप
मन अँधेरा
रौशन करूँ कैसे!
बुझा खुशी का दीया।

क्या ढूँढ़े मन
भर नैनों में घन
ताके गगन
लेके प्रश्न सघन
मौन, धरे पवन।

ठोकर खाना
पर ना घबराना
सँभल जाना
जला आशा के दीप
राह पे चल देना।

प्रभु ने दिया
जीवन-उपहार
श्रम हमने
लिया नहीं उधार,
फिर क्यों मानें हार।

हाथ से हाथ
मिल, बनें सहारा
जोत से जोत
फैलाते उजियारा
एकता का है नारा।

ओ चन्दा मेरे
करना मुझे माफ़
तू है सलोना
पर तुझे न निहारूँ
प्रियतम हैं पास।

मिली नज़र
गई वह ठहर
नैनों की भाषा
बिल्कुल ही निःशब्द
हो गई अभिव्यक्त।

हर आहट
हर दस्तक पर
उठे नयन
छुप-छुप ये देखें
शायद हैं सजन।

अल्प शब्द भी
कर जाते हैं घाव
लघु है सुई
मगर जो चुभती
देती रक्त-रिसाव।

बिटिया हँसी
फूलों से भर गया
दामन मेरा,
जो हुई वो उदास
रुकने लगी साँस।

कानों में गूँजी
मधुर-सी झंकार
कोई पुकारे,
मुड़कर जो देखा-
थे भइया हमारे। ❑

कमला निखुर्पा

पहाड़ी नदी
है अल्हड़ किशोरी
कभी मचाए
ये धमाचौकड़ी, तो
कभी करे किल्लोल।

पहाड़ी नदी
बनी जीवनधारा
सींचे प्रेम से
तरु की वल्लरियाँ
वन औ' उपवन।

पहाड़ी नदी
है अजब पहेली
कभी डराए
हरहरा कर ये
जड़ें उखाड़ डाले।

तटों से खेले
ये अक्कड़-बक्कड़
छूकर भागे,
तरु को, तिनके को,
आँखमिचौली खेले।

आईना दिखा
बादलों को चिढ़ाए
कूदे पहन
मोतियों का लहँगा
झरना बन जाए।

बहती चली
भोली अल्हड़ नदी
छूटे पहाड़
छूटी घाटियाँ पीछे
सबने दी विदाई।

चंचल नदी
भूली है चपलता
गति मंथर
उड़ गई चूनर
फैला पाट-आँचल।

पहाड़ी नदी
पहुँची सिंधु-तट
कदम रखे
सँभल - सँभलके
बिखरी हैं अलकें।

पहाड़ी नदी
बन जाती भक्तिन
बसाए तीर्थ
तटों पर पावन
भक्त भजन गाएँ।

दीपों से खेले
लहराकर बाँहें
कहे तारों से-
आ जाओ, मिलकर
खेलेंगे होड़ा-होड़ी।

कभी लगती
चिता जो तट पर
बिलख उठे
बहाकर अस्थियाँ
कलकल रव में।

भावों के दीप
यूँ ही जलते रहें
मन-देहरी,
जगमग रौशन
जीवन हो तुम्हारा!

घिसता जाए
क्षणभंगुर तन
मन-चंदन
बिखराए सुगंध
पावन है जीवन।

अरे किसान!
तेरे खेत हँसते
मुसकाई हैं
ये धान की बालियाँ
फिर तू क्यों रोया है?

कड़क धूप
जलाती तन-मन
हाड़ कँपाती
ये बैरन सर्दी भी
छत टपक रोती।

कटी फ़सल
अन्न लदा ट्रकों पे
लगी बोलियाँ
किसान के हिस्से में
भूसे का ढेर बचा।

प्यारा था खेत
सींचा था पसीने ने
बहा ले गया
पगलाया बादल
बस एक पल में।

मन-चातक
प्यासा सागर-तीरे
कब बरसे?
स्वाति जल की बूँदें
युगों की प्यास बुझे।

बात अधूरी
गीत हुए न पूरे
साँसें भटकीं
आस रही अधूरी
ये उम्र हुई पूरी।

'ख़ुशी रुक जा
मुझे भी साथ ले ले'
'कैसे ले चलूँ?
पैरों में पहनी है
तूने दु:खों की बेड़ी।

मैं तो चुप थी
फिर क्यों गूँजी चीख ?
मन की घाटी
कैसे हुई वीरान?
पहाड़ क्यों दरके?

चन्दन कुंज
स्वर्ण मंडप तले
मिल विहग
गाएँ मंगल-गान
दूल्हा वसंत आया।

नेह थी स्याही
प्रेरणा थी कलम
चल पड़ी यूँ
मन के कागज़ पे
रचना रच गयी।

भाव-नदिया
गहरी है बहुत
जितना डूबें
मिले किनारे नए
जो डूबे वो ही जाने।

'मैं धन्य हुई
मिला बिछुड़ा भाई'-
कहे बहना-
'जन्मों-जन्मों तलक
संग मेरे रहना।'

ओ मेरे मीत!
मिलना तेरा-मेरा
मिले है जैसे
नदिया का किनारा
मन क्यों घबराया?

पल में मिली
बिछुड़ी युगों तक
सदियाँ बीतीं
गुनगुनाती रही
गीत नेह के। ❑

डॉ. जेन्नी शबनम

बच्चों के बिना
फीका है पकवान
सूना संसार,
बच्चों के लौटते ही
होता पर्व त्योहार!

तोतली बोली
माँ-बाप को पुकारे
वो नौनिहाल,
सुन-सुन के बोली
माँ-बाप हैं निहाल!

घर गुंजित
बच्चे की किलकारी
माँ होती वारी,
दिन सुबह-शाम
बीते बिना विराम!

बच्चों की अम्माँ
व्यस्त रहती सदा
ढेरों हैं काम
मिलता न आराम
पर है ख़ुशहाल!

नन्ही-सी परी
खेले आँखमिचौली,
माँ-बाप हँसे
देखे जो भी सपने
हुए वो सब पूरे!

नाज़ुक, प्यारी
माँ बाप की दुलारी
होती है बेटी,
जाए अपने घर
सूना घर आँगन!

आँखों का तारा
होती हर बिटिया,
माँ-बाप रोए
छोड़े जब अँगना
जाए दूजे अँगना!

घर का दर्जा
देती सब बेटियाँ
दरो-दीवार,
जहाँ जाएँ, ममता
बिछाती हैं बेटियाँ!

बेटी की अम्मा
रहती घबराई
बेटी जो जन्मी,
कैसे घर वो जाए
जो हर सुख पाए!

रोई है आत्मा
तू ही है परमात्मा
कर विचार,
तेरी जोगन हारी
मेरे कृष्ण मुरारी।

चीर-हरण
हर स्त्री की कहानी
बनी द्रौपदी,
कृष्ण, लो अवतार
करो स्त्री का उद्धार।

माखन-चोरी
करते सीनाज़ोरी
कृष्ण कन्हाई,
डाँटे यशोदा मैया
फिर करे बड़ाई।

कर्म ही कर्म
बस ये एक धर्म
तेरा आदेश
चहुँ ओर अधर्म
सब भूले सन्देश।

तू हरजाई
की मुझसे ढिठाई
ओ मोरे कान्हा,
गोपियों संग रास
मुझे माना पराई।

रास रचाया
सबको भरमाया
नन्हा मोहन,
देकर गीता-ज्ञान
किया जग-कल्याण।

तेरी जोगन
तुझ में ही समाई
थी वो बावरी,
सह के सब पीर
बनी मीरा दीवानी।

हूँ पुजारिन
नाथ सिर्फ़ तुम्हारी
क्यों बिसराया
सुध न ली हमारी
क्यों समझा पराया?

ओ रे विधाता
तू क्यों न समझता?
जग की पीर,
आस जब से टूटी
सब हुए अधीर।

गर तू थामे
जो मेरी पतवार,
सागर हारे
भव-सागर पार
पहुँचूँ तेरे पास।

हे मेरे नाथ
कुछ करो निदान
हो जाऊँ पार
जीवन है सागर
है न खेवनहार।

तू साथ नहीं
डगर अँधियारा
अब मैं हारी,
तू है पालनहारा
फैला दे उजियारा

मैं हूँ अकेली
साथ देना ईश्वर
दुर्गम पथ,
अन्तहीन डगर
चल-चल के हारी।

भाग्य विधाता!
तू निर्माता, जग का
पालनहारा,
हे ईश्वर सुन ले
इन भक्तों की व्यथा

ज़िन्दगी चली
बिन सोचे समझे,
किधर मुड़े?
कौन बताए दिशा
मंज़िल मिले जहाँ!

मालूम नहीं
मिलती क्यों ज़िन्दगी।
बेअख़्तियार,
डोर जिसने थामी
उड़ने से वो रोके!

अब तो बढ़
ऐ ठहरी ज़िन्दगी,
किसका रस्ता
तू देखे है निगोड़ी
तू है तन्हा अकेली!

चहकती है
खिली महकती है
ज़िन्दगी प्यारी
जीना ही है जी-भर
बीते सारी उमर!

बनी जो कड़ी
ज़िन्दगी की ये लड़ी
ख़ुशबू फैली,
मन होता बावरा
ख़ुशी जब मिलती!

फिर है खिली
ज़िन्दगी की सुबह
शाम सुहानी,
मन नाचे बारहा
सौगात जब मिली!

कौन है जाने
कौन है पहचाने
राह जो चले
ज़िन्दगी अनजानी
पर नहीं कहानी! ❑

प्रो. दविन्द्र कौर सिद्धू

झरते पत्ते
टूटा जो आशियाना
छोड़ न आशा
फिर आएँ बहारें
घोंसला फिर बने।

फ़सल कटी
कर्ज़ उतारा गया
हाथ हैं खाली
गोरी गूँथ रही है
दु:ख-भूख का आटा।

पीपल-पींग
चढ़ी है आसमान
तीजों का चाव
सावन हरषाया
ओ माही लेने तो आ!

ज़हर बना
मर-मर बहती
नदी पंजाबी
मीठा पानी यहाँ का
ज्यों गुज़री कहानी।

माँ-बाप 'सीस'
दो लफ़्ज हैं बीमार
बाप लाचार
बैठा वृद्धाश्रम में-
बेटे का इंतज़ार।

शब्द ढूँढ़ते
परवाज़ गीत की
नभ के पार
कोयल कूक रही-
साज भी व गान भी।

भेंट दूँ दीए
दूँ शुभकामनाएँ
दीवाली-पर्व
प्रेम-दीपक की लौ
दिल-दहलीज पे।

मीठी कोयल
कूक है लाजवाब
सँभल जा तू
वो गीत लिखा नहीं
जो तेरी परवाज़।

चल दी गाड़ी
स्टेशन हुआ सूना
उदासी छाई
पीछे छोड़ आई है
आँसू भरी अखियाँ।

चाँदी-रंग-सा
चाँद का एक हर्फ़
काव्य पिरोया
रात भी शरमाई
यूँ सितारों के संग।

दर्पण देखूँ
झूठ- फ़रेब- दग़ा
किया ज्यों उल्टा
चेहरा भी फ़रेबी
कहीं वो मैं तो नहीं?

ओस के आँसू
धो दें हर सुबह
फूल गेंदे का
इतराया जी-भर
चटकी कली-कली।

नयन वाले
नयन दें तो देखूँ
मूरत तेरी
हुलसे ये अम्बर
सुन लूँ जो तान मैं।

साँझ दिलों की
तोड़कर सीमाएँ
धड़क उठीं
मन्द-मन्द हवाएँ
सौरभ यूँ बाँटती।

कोयल-कूक
बनी हिज्र की हूक
चर्खा कातती-
'बताना फौजी मेरे
हमारी याद आई?'

हाथ में दीप
शान्ति और प्यार का
तू बढ़ता जा
अज्ञान के तम में
रौशनी जगमगा ! ❑

नीलू गुप्ता

माँ धूप-छाया
माँ शीतल बयार
माँ ही बहार
माँ प्यार का सागर
भर देती गागर।

दु:ख-दर्द में
माँ ही मेरी औषध
माँ उपचार
माँ ही तो है गुलाब
माँ से ही है ख़ुशबू।

माँ है सहेली
माँ ही है हमजोली
माँ मीठी बोली
माँ जब लोरी गाए
कोयल भी लजाए।

माँ वरदान
देती जीवन-दान
माँ तू महान
बिन कहे मन की
बात तू लेती जान।

माँ का आँचल
ममता भरा हुआ
सुख-सागर
हरे मन तपन
खिले तन-बदन।

पंछी करते
कलरव, अपनी
मीठी बोली में
देता है तरु छाया
थकन मिटाने को। ❑

प्रगीत कुँअर

बूँद बन के
अंखियों की झील से
आँसू छलके
बहाकर ले गए
ख़्वाब थे जो कल के।

तेज़ रफ़्तार
ज़िंदगानी की रेल
बिना रुके ही
पटरियों पे दौड़े
मंज़िल पीछे छोड़े।

भरे थे रंग
ज़िन्दगी के चित्र में
ख़ुशी के संग
बही आँसू की धार
हुए सब बेरंग।

शिकायत है
ख़ुद से बस यही-
जीवन भर
बात जो दिल बोला
बस वही क्यों सुनी!

कहे बिना ही
हो जातीं कुछ बातें
ख़ुद ही बयाँ
चाहे हो कितने भी
फ़ासले दरमियाँ।

देखे सपने
उड़ते परिंदों के
जागे जो हम
पाया फिर ख़ुद को
रेंगते जमीन पे।

मेहनत का
मिलना था जो फल
आज न मिला
आस लगाए बैठे
शायद मिले कल।

हर तरफ़
फिरते हैं कितने
रूखे चेहरे,
दिलो-दिमाग़ तक
देते ज़ख़्म गहरे।

अंदाज़ा न था
डूबने से पहले
गहराई का
तैर के ऊपर ही
चलता कैसे पता।

बेड़ियाँ डाले
रिश्तों की पैरों में
पड़े हैं छाले
प्यार का मरहम
करेगा दर्द कम।

ऊँचा भवन
गिरा पल भर में
यूँ एकदम
क्या करें नींव की ही
गहराई जब कम।

भागमभाग
रात औ' दिन बस
एक ही राग
सपनों की दुनिया
जिसमें लगी आग।

उसके द्वारे
देते रहे दस्तक
इंतज़ार में
गिरे सूखे पेड़-से
आया न अब तक।

देखो चली है
ठंडी हवा छू मुझे
उनकी गली
पूरे उपवन में
मची है ख़लबली।

जो आए कभी
राह में पत्थर तो
पूजा उनको
समझ भगवान
हुई राह आसान।

थी हसरत
दे दे दुनिया साथ
दूर तलक
मंज़िल खोकर जाना
भरोसा था गलत।

तनहाई में
आ जाते हैं मिलने
उसके ख़्याल
पूछते हैं मुझसे
अनबूझे सवाल।

ढूँढ़ना होगा
अपने ही भीतर
छिपा वो समाँ
जो करे तरोताज़ा
अपना सारा जहाँ।

चाहे लगाओ
तन, मन व धन
मगर सदा
दुनिया ये निर्दय
देती केवल ज़ख़्म।

अनगिनत
तारों के बीच सजा
बैठा है चाँद
अँधेरे की बाधाएँ
चाँदनी आए फाँद।

आशाएँ बैठ
रोशनी के रथ में
जातीं जहाँ से
मिटता निराशा का
अँधियारा वहाँ से।

देती दस्तक
जानी पहचानी-सी
कोई आहट
ख़्यालों के सैलाब से
पहुँचे दिल तक।

निकले जैसे
हथेलियों से रेत
गुज़रा पल
कितना भी बुलाओ
लौटे ना फिर कल।

शोर-शराबा
जब से शहरों की
चुप्पी ले भागा
तब से ही शहर
हर पल है जागा।

दौड़े है मन
छू लेने को गगन
जिधर देखो
राह में काँटे बिछे
साथ न दें कदम।

गहरे होते
चाकू की धार से भी
बातों के वार
बचें कैसे इनसे
जीते जी देते मार।

पर्वत ऊँचे
समुंदर गहरा
देखो बीच में
धरती सकुचाती
छिपाए है चेहरा।

रात व दिन
चाँद और सूरज
जीना मरना
विरोधाभास छोड़
बने कभी पर्याय।

रहने लगे
खुद अपने साए
दूर हमसे
लिखा सच जब से
अपनी कलम से।

ढूँढ़ते रहे
अपनी पहचान
जीवन भर
पहचानी दुनिया
गये जब गुज़र।

जब से हटा
अलगाव-सा
अपने दिलों बीच
देख लेते उनको
सपनों में करीब।

होता है कभी
बर्दाश्त करना भी
अच्छी आदत
प्रभु इम्तिहान में
ख़ुद देता राहत।

देखी ही नहीं
जुगनुओं ने कभी
भोर की बाट
जगमगाएँ ख़ुद
दिवस हो या रात।

फिर से जाना
लगता अब तक
सुखद बड़ा
वो राहें जिनपे था
मेरा कल गुज़रा।

निकला दम
जब गिरे टूट के
शाख से हम
कुचले राहों पर
जब पड़े कदम। ❑

प्रियंका गुप्ता

वो हरा पेड़
डोलता तो कहता-
मैं दोस्त तेरा
काटा मुझे भी तूने
लगा पीठ में छुरा।

पोपला मुँह
दादी बैठी उदास
चूल्हे के पास
लड्डू-मट्ठी बाँधती
पोता ले जाए साथ।

हँसती बेटी
आँगन महकाती
बड़ी हो गई
परदेसी हो गई
बाबुल राह तके।

नीम की छाँव
गर्मी की दोपहरी
गुट्टी खेलना
भाई-बहनों संग
जब अम्मा सो जाती।

बिन बात के
लड़ना-झगड़ना
चिल्ला के रोना
फिर माँ की धौल खा
इकट्ठे बैठ रोना।

भूली न जाएँ
बचपन की बातें
दोस्तों के संग
लड़ना-झगड़ना
फिर एक हो जाना।

बेटी का मन
पराया नहीं होता
न तो पहले,
न शादी के बाद ही
कैसे कहें पराया?

चिड़िया बन
आँगन में फुदके
खिलखिलाए
बहे ठण्डी हवा-सी
दूर देश को जाए।

जब भी दर्द
हद से गुज़रता
और न सहे
मन चीत्कार करे
कोई सुने, न सुने।

ठोकर लगे
अपनों की बेरुख़ी
मन को डसे
फिर भी चुप सहें
घास बन के जिएँ।

ऊँचा पर्वत
है सीना ताने खड़ा
अकड़-भरा
नन्हा पंछी उड़ता
बादलों के भी पार।

चाँदनी रात
छत पे लेटे हुए
तारों की छाँव
सब याद दिलाएँ
मेरा अकेलापन।

दीवाना मन
काहे आस लगाए
तेरे आने की
आवारा बादल तो
जाने कहाँ बरसे।

सुनती रही
ख़ामोशी की आवाज़
अँधियारे में
अकेलापन रहा
हमेशा मेरा साथी।

थके हैं पाँव
मंज़िल अभी दूर
रास्ता न सूझे
ऐसे में मन चाहे-
साथ कोई आ जाए।

जब भी माँगा
उसने सब दिया
फिर भी रोए
रोना किसी कमी का
अहसान न माना। ❑

डॉ. भावना कुँअर

सालता रहा
सदियों तक दु:ख
परछाई-सा
होकर फिर दूर
भागता रहा सुख।

भरे कुलाँचे
निरर्थक प्रयास
बड़ा उदास
बहुत ही सलोना
मासूम मृगछौना।

हो गई भोर
गुनगुनाते पंछी
चारों ही ओर
छिपकर बैठा है
मेरे मन का मोर।

सह न पाया
ये कोमल शरीर
लू के थपेड़े
लगते तन पे ज्यूँ
आग लिपटे कोड़े।

मुश्किल बड़ा
जीवन का सफ़र
मिलता नहीं
जो निभाए साथ, ये
काँटों भरी डगर।

हमेशा दिया
अपनों ने ही धोखा
मैं भी जी गई
उफ़ बिना किए ही
ये जीवन अनोखा।

अभागा मन
है सहारा तलाशे
कितनी दूर
इस जहाँ से भागे
टूटे, नेह के धागे।

अलसाया-सा
मलता था सूरज
उनींदी आँखें
खोल न पाए पंछी
फिर अपनी पाँखें।

छनती रही
रात भर चाँदनी
झूम-झूम के
चाँद और तारे भी
गाते दिखे रागिनी।

पीर की गली
मिला, ओर न छोर
कहाँ मैं जाऊँ
रिसता मन लिये
क्या होगी कभी भोर?

मछली जैसे
तड़पी आजीवन
नहीं हिचके
बींधते हुए तुम
व्यंग्य बाणों से मन।

नहाती रही
अँधेरे में वो रात,
समझी नहीं
कि क्यूँ रूठ बैठा था
वो बेदर्द प्रभात।

कैदी सुबह
बड़ी छटपटाई
मुश्किल से ही
अँधेरे को धकेल
भागती चली आई।

नोंचे किसने
पेड़ों से ये गहने
कैसे आएगी
वो मधुर कोकिला
सुख-दु:ख कहने।

आसमान से
टूट पड़ा झरना
नहाने लगे
बाग और बगीचे
जंगल में हिरना।

वे देते गए
हर पग ठोकर
पगडंडी-सी
मूक सहती गई
मैं ख़ुद को खोकर।

दुष्ट हवा ने
उजाड़ डाले फिर
बसे घरौंदे
बिना ख़ता के पंछी
क्यूँ हैं इसने रौंदे?

नीम का पेड़
बहुत शरमाए
नटखट-सी
निंबौलियाँ उसको
ख़ूब गुदगुदाएँ।

अप्सरा बनी
दूर देश से आईं
ये तितलियाँ
रेशम की ओढ़नी
पहन इतराईं।

गुमसुम है
गा न पाए कोयल
मीठी-सी तान
सदमें में शायद
है भूली पहचान।

मेरा ये मन
हो बन में हिरन
बिन तुम्हारे
या फिर जैसे कोई
पगली-सी पवन।

आकर गिरे
अलकों से टूटके
दो सच्चे मोती
मन की माला में, मैं
हूँ भावों से पिरोती।

रंग बिरंगे
फूलों की ये गठरी
बाँधकर यूँ
कहाँ से हो निकली
ओ! चंचल तितली।

रात्रि समय
चन्द्रमा के हाथ से
मोगरा माला
टूटके बिखरती
वादियाँ लपकतीं।

चारों तरफ
फैला बाढ़ का पानी
सोचे चिड़िया
जुटाऊँ कैसे अब
मैं दाना और पानी।

फूलों से पिएँ
पराग के कणों को
ये तितलियाँ
उड़ेलती ही जाएँ
रंग, पंख सजाएँ।

देखो जुगनू
है फिरता छिपाता
चुरा जो लाया
रोशनी की डिबिया
पर छिपा न पाया।

लगी जो प्रीत
मेरे मन के मीत
भई बावरी
भूल गई जग की
रिवाज़ और रीत।

आँसू गठरी
खुलकर बिखरी
हर कोशिश
मैं समेटती जाऊँ
पर बाँध न पाऊँ।

गई थी धुँध
नदिया में नहाने
बन कन्हैया
दौड़ा आया सूरज
लो कपड़े चुराने।

खूब ही हुई
कोहरे से लड़ाई
गुस्सैल धूप
वो जादू भरी झड़ी
कहती- भूल आई।

अटारी चढ़
धूप, शोर मचाए
कहती जाए
दूँगी न अपनी मैं
चमचमाती छड़ी।

नैन झील में
तैरते रहे मोती
भावों से घिरी
पतवार, लिये मैं
उनको रही खेती।

कोहरा-भरा
सूरज की फ़ैक्टरी
बोले उदास-
बाँटूँगा कैसे अब
मैं गरम लिबास।

आज फिर माँ
अनाज सुखाएगी
वो कबूतरी
पल भर में सब
चट कर जाएगी। ❑

मंजु मिश्रा

ज़िन्दगी यूँ तो
ख़ूबसूरत बहुत
पर जाने क्यूँ
कभी अचानक ये
हो जाती है उदास।

काश! कोई तो
पढ़ पाता दिल की
बंद किताब,
देख पाती दुनिया
सपनों का संसार।

जानता फिर
ये आकाश भी और
धरती भी, कि
वे ही नहीं, होते हैं
सपने भी अनंत।

विस्तार हक
है हर कल्पना का
जो उपजती
और बुनती इक
निराला-सा संसार।

रिश्ते नहीं हैं
कपड़े, जिन्हें जब
चाहें बदलें
चाहें उतार फेंकें
अपने हिसाब से।

रिश्ते, रिश्ते हैं
इन्हें जियो मन से
बाँधो मन से
मानो मन से और
निभाओ भी मन से।

जो रिश्तों में है,
वो धन-दौलत में,
अधिकार के
दंभ में कहाँ? रिश्ते
सब पर भारी हैं।

रिश्ते जोड़ के
पाओगे जीवन में
सारी खुशियाँ
वरना रहो यूँ ही
ख़ाली के ख़ाली हाथ।

थोपने पर,
रिश्ते बन जाते हैं
जब आदत
बहुत सताते हैं
जी भर रुलाते हैं।

मुँडेर पर
अटकी हुई धूप
जब उतरी,
जाते-जाते ले गई
उजालों का भरम।

प्रेम की धारा
तन-मन भिगोती
यादों के मोती
गूँथ-गूँथ, जीवन
माला जैसे पिरोती।

उदास आँखें,
दिल का दर्द थामे
ख़ुद को बस
जैसे-तैसे सँभालें
सिसकी रात भर।

दर्द तो है ही,
पर आँख में आँसू!
बिल्कुल नहीं
शहीद जो ठहरे
ये भला क्यों रोएँगे!

ज़िन्दगी जीना,
एक हुनर-सा है
जो सीख गया
वो ज़िन्दगी की बाज़ी
जीता, नहीं तो हारा।

जाने वाला जो
गया, अपने साथ
जीने की चाह
ले गया सदा के लिए
अब जिएँ तो कैसे!

अलस्सुबह
चाँद ने लिखवाई
रपट और
सूर्य को कर दिया
नामज़द चोरी में।

हर सुबह
सूरज, ले के गया
सब बाँध के
गठरी में सितारे
रात दहाड़ें मारे।

सूरज चोर
फ़रियादी है चाँद
और चोरी में
गये तारे-सितारे
फ़ैसला करे कौन? ❑

डॉ. मिथिलेश कुमारी मिश्र

नारी नहीं है
कोई खेल खिलौना
वो प्रतिष्ठा है
घर-परिवार की
सकल समाज की।

किसी को कोई
सुधारेगा क्या भला
ख़ुद को गर
सुधारे हर कोई
स्वर्ग बने ये न्यारा।

सुख या दु:ख
बाहर से न आते
मन की बातें
जैसे भी समझ लो
महसूस कर लो।

खाली जो बैठें
प्रायः बुरा ही सोचें
व्यस्त जो रहे
उसे समय कहाँ
जो बैठ बुरा सोचे।

माँ तो होती वो
विकल्प न जिसका,
समझें न जो
उसे जीते जी बच्चे
बाद में पछताते। ❑

डॉ. मिथिलेश दीक्षित

मौन बुलावा
आता हमें जगाने
राज़ बताने,
जीवन हमें मिला
ज्यों फूल एक खिला!

बँधी है नौका
भँवर में नाविक
फँसा हुआ है,
बचा जो सकती है
बस, एक दुआ है!

पके हैं डैने
थके नयन अब,
अकेला पंछी
थकित-व्यथित है
उड़ान भर-भर!

जिसे बनाना
बहुत कठिन था,
वही गिरा है
कुछ ही समय में
मकान ढहकर!

तभी तो होगा
सफ़र यह पूरा,
जो था अधूरा,
अगर निछावर
है जान 'उस' पर!

प्रेम है प्रभु
प्रेम से हटकर
नहीं कुछ भी,
प्रेम में पलते हैं
गोचर - अगोचर!

सदा चले हैं
थक न सके हम
आज तक भी,
ऊँचाई चढ़-चढ़
उड़ान भर-भर!

नहीं पता है
है मिलती कहाँ से
साँस मुझको
समझ नहीं पाई
सब समझकर!

मुझे है पाना
रहे जो प्रतिक्षण
वही बसेरा,
वही परम घर,
जहाँ हैं प्रभुवर!

मुझे बताना
ऐ, मेरे रहबर,
वही ठिकाना,
जहाँ पहुँचकर
रुकूँ ठहरकर!

एक सन्देसा
मौन क्षितिज पर
टंकित होता,
चलो सँभलकर
सही डगर पर!

नहीं दीखती
अब बाला किशोरी
अल्हड़ गोरी,
पनघट भी सूने
सरिता-तट सूने!

टाँक देती हूँ
क्षितिज पर एक
टाँका रोज़ ही,
जो कढ़ाई हो रही
आँक लेती रोज़ ही!

रंग भरे हैं
ज़िन्दगी की आस ने
हर साँस में,
सब रंगों में 'वह'
सब रूपों में 'वह'!

बिना कर्म के
नहीं लक्ष्य की प्राप्ति
किसी को होती,
सत्कर्मों के बीजों को
चेतनता ही बोती!

मानव-तन
असीम शक्तिमय
प्रत्येक कण,
एक छोर संघर्ष
एक छोर उत्कर्ष! ❑

मुमताज टी. एच. ख़ान

रिश्ते तो आज
बन गये हैं ख़्वाब
बन्द आँखों में
होते हैं वो अपने
खोलने पे सपने।

छुआ था मन
किसी ने सपने में
खुली जो आँख
रह गयी वो छाप
नेह-भरे स्पर्श की।

नेह तेरा है
नील गगन जैसा
नहीं है छोर
न तोड़ सके कोई
बाँधी धरा से डोर।

भावुक मन
रोके नहीं रुकता
तोड़ कर वो
भव-बन्धन सारे
बहने ही लगता।

मिला हमको
ऐसा अपनापन
दुआ रब से
रहे साथ हमारे
हर एक जनम।

कड़ी धूप में
खड़े जब अकेले
शीतल छाया
पड़ी जो गगन से
देखा- थी माँ की छाया।

नेह-पोटली
मिली जब भाग्य से
खुलने पर
बिखरी जीवन में
समेटे न सिमटे।

बंधन खुला
रिश्तों का है जब से
टूटा है मन
बिखर गया अब
जैसे टूटा दर्पण।

रहे रौशन
चिराग़ ख़ुशियों का
आपके द्वार
रिमझिम बरसे
सुखभरी बौछार।

नन्हीं बिटिया
चिड़िया-सी चहके
खिले फूल-सी
ख़ुशबू-सी महके
सबके आँगन में।

संग लाई है
वो किस्मत भी ऐसी
परियों-जैसी
ईश्वर से वो माँगे
सबके लिए सुख। ❑

रचना श्रीवास्तव

वृक्ष पहने
नए से परिधान
हरे रंग के
मौसम बदला तो
सज गई धरती।

धानी चूनर
ओढ़, धरा मुस्काए
सकुचाये वो
शृंगार प्रकृति का
करे मौसम-पिया।

मेरे शब्द थे
सिर्फ़ तुम्हारे लिए
तुम समझे
देर से, अब वक़्त
अंतिम विदाई का।

चाँद से रूठी
घूम रही किरण
बादल-संग
क्या पता था भोर में,
फिरेगा ऊषा-संग।

वक़्त की आँधी
उधेड़ गई रिश्ते
भावनाओं के
तुम समेटा किये
उन्हें सुलझाने को।

बिटिया उठो
सपने भूल जाओ
नारी के लिए
कठोर है जीवन
यथार्थ की तरह।

आती भोर को
देख, डरे चाँद का
रंग था पीला
गुमान हुआ यह
कि लगा है ग्रहण।

छुपा के दर्द
होंठों सजाई हँसी
छलकी आँखें
खोलतीं सारे राज़
जो सीने में बन्द थे।

नोचे थे पंख
ढका सिर जिसने
भक्षक बना
घर की दीवारों में
उगीं नागफनियाँ।

माँ की होंगी
चौखट सटी आँखें
इन्तज़ार में
सूखे नेह-गागर
अब तो घर आ जा।

छुपाती लाज
धोती लगाती गाँठ
धनी बेटों की
देश में दुखिया माँ
वे डॉलर में खेलें।

छुपाए दर्द
मिटाते आँसू भूख
मुस्कुराती वो
सहती दंश सदा ही
अपने स्त्री होने का।

मारना चाहा
मरी नहीं गर्भ में
ऐसा हुआ क्यों?
क्या अभी भी बाकी थी
सहने की परीक्षा।

मन की पीड़ा
अँधेरे में सिसकी
सुनाई न दी
दूसरों की पीड़ा से
दु:खी होता है कौन?

रहे सदा ही
पतझड़ - मौसम
ऐसा जीवन
क्यों दिया भगवन
तुमने नारी जन्म।

सुनता नहीं
शब्दों की फ़रियाद
कोई भी आज
बहरों की दुनिया
फिर क्यों दी आवाज़?

भावों की वर्षा
बंजर जज़्बात में
सूख जाती है
उगती नागफनी
हिना लगे हाथों में।

लोभ-अग्नि में
आहुति दी उसकी
कब तक दे
स्त्री होने का 'कर'
कभी तो अन्त कर।

प्रभु बताओ
क्या स्त्री होना जुर्म है?
न जन्म देना
अग्निपथ जाने को
वेदना सहने को।

शब्द गुनाह
अधिकार न कोई
कर्त्तव्य सदा
मिलेगा अब चैन
चिता में ही जल के।

शब्दों का लावा
आत्मा पर फफोले
घायल मन
पर उफ़ न करे
तो महान है नारी!

शब्दों का शोर
देखता नहीं कोई
रिश्वत चश्मा
चढ़ा है आँखों पर
उतारे, तब दिखे।

पन्नों में शब्द
बंद रहे सदियों
घुटती साँसें
दीमक-ग्रास बने
बिखरे आधे होके।

भीगे थे शब्द
ठिठुरते हुए वो
किताबों छुपे
वेदना समझी न
उन भोले शब्दों की।

सहती रही
बाँझ होने का ताना
धरा-सुन्दरी
हुई ईश्वर-कृपा
तो अंकुरित हुई।

हवाई बाला
या फिर छोटू दोनों
जूठा उठाते
एक को दें आदर
दूसरे को धिक्कार।

भटके शब्द
मिला किनारा उन्हें
आपने थामा
मथा भावनाओं को
काव्य के मोती मिले।

गली में आई
उजाले की किरण
शब्दों को धोया
बही काव्य की धारा,
कविता महक उठी। ❑

डॉ. रमा द्विवेदी

अजब भाषा
बाँच न पाए कोई
झीनी चुनरी
देख सके न आँख
रहें प्रेम में खोई।

पानी-ही पानी
प्यासा समंदर क्यों
ढूँढ़े नदी को
नदी ढूँढ़ती उसे
अजीब रिश्ता यह?

छाई जो चुप्पी
फ़ासला बढ़ गया
बेवजह ही
रिश्ते को डस गया
ग्रहण लग गया।

नग्न शजर
रोता है ज़ार-ज़ार
तलाशता है
हरित परिधान
कब होगा विहान?

फिज़ाएँ गाएँ
हवा गुनगुनाए
संध्या की बेला
पर्वत हो अकेला
बंजारा गाता जाए।

हरे-भरे जो
कल पीले होकर
मिट्टी में मिल
ठूँठ रह जाएँगे
नवांकुर आएँगे।

बूँदें बरसीं
टप-टप टपकीं
अखियाँ रोईं
सुधियाँ उड़ आईं
हर्षित-मन भाईं।

रिश्ते में धोखा
ताउम्र वनवास
मन का त्रास
दिल की चाहत का
ढूँढ़ती समाधान।

सात फेरे भी
रिश्ते बचा न पाएँ
व्यर्थ वचन-
प्रणय-अनुबंध
झूठे सब सम्बन्ध।

खो गया सब
सभ्यता की दौड़ में
सुख-सुकून
दौड़ रहे फिर भी
चुँधियाई आँखों से।

दीप लघु हूँ
अंधकार पीता हूँ
प्रकाश देता
स्वयं जलकर भी
ख़ुशियाँ बाँटता हूँ।

नेह रिश्तों का
डगमगाता नहीं
धूप-छाँव में
तरोताज़ा रहता
खिलता गुलाब-सा।

कहावत है-
अकेले का रुदन
अच्छा न होता
कंधे का सहारा हो
रोना संगीत बने।

उठा न पाएँ
दु:ख का भारी भार
सुख हल्का है
ख़ुश होके उठाएँ
मंद-मंद मुस्काएँ।

मौन का दर्द
समझे नहीं कोई
आँखों की भाषा
पढ़ न पाया कोई
वेदना जब रोई।

मौन हो तुम
मौन हैं अहसास
समझ ली है
बाँच ली है उसने
प्रेम की परिभाषा।

एक लम्हा था
अहसास दे गया
सुकून भरा
जीवन की संतुष्टि
रही न दूजी चाह।

जीने के लिए
खाना-पीने के साथ
प्यार चाहिए
इज़हार चाहिए
मीठी तकरार भी। ❑

डॉ. रमाकान्त श्रीवास्तव

माँ से बढ़कर
देवी कौन, कहाँ है
उसको पूजो
जीवन सुधरेगा
मह-मह महकेगा।

नदिया बहे
रुके न पल भर
कहाँ लक्ष्य है?
ऐसे ही चलना है
हमको बढ़ना है।

व्यथा घोलता
किसे है पुकारता
ये पपीहरा
रो रहा वनान्त है
दु:ख ये नितान्त है।

बड़भागी है
मानव का जीवन
पुण्यों का फल
सतत यह चले
कर्त्तव्य कर भले।

दिन ढलता
वैसा ही है जीवन
झुकती साँझ
यदि निशा आएगी
तो चाँदनी छाएगी।

लूटतन्त्र है
स्वार्थसिक्त राज है
क्रूर ताज है
देश कहाँ जा रहा
भोर क्यों न आ रहा?

मत भटको
गाँधी की राह गहो
जगो - जगाओ
ग्लैमर का अँधेरा
निगलता सवेरा।

जिएँ, जीने दें
मानव बन रहें
नेह में पगें
यही सार्थकता
है यही जीवन्तता।

अरी लतिके!
क्यों लिपटती जाती
प्रेमी तरु से
सौत आँधी आएगी
क्रूरता दिखाएगी।

दु:ख या सुख
समभाव में ढाल
यों जीवन जियो
सार्थकता है यही
यही है मनस्विता।

स्वर्ग है वहाँ
भारत भू है जहाँ
जा बसे कहाँ
विदेश को न भागो
निज देश न त्यागो। ❑

राजेन्द्र मोहन त्रिवेदी 'बन्धु'

स्वार्थ के लिए
पेड़ों को काट डाला
जैसे दुश्मन,
दूषित हुई हवा
बीमार हुए हम।

खिला कमल
कीचड़ में रहके
सौन्दर्य पाया,
संघर्ष द्वारा आप
ख़ुद को सँवारिए।

मन्दिर खोजे
भटके तीर्थ सारे
प्रभु तो नहीं
महन्त मिले सब
माया की चाह लिये।

रात में तारे
जड़े काली साड़ी में
श्वेत सितारे
चन्दा लगे हर्षित
जैसे होगी सगाई।

आम बौराए
पीली सरसों देख
भौंरा मुस्काए
धरा ने ओढ़ लिया
स्वर्णिम पीत पट।

कैसा ज़माना!
बिखर गया घर
बेटा विदेशी
बूढ़े माँ-बाप जिएँ
उम्मीद के सहारे। ❑

रामेश्वर काम्बोज 'हिमांशु'

सहज भाव
तिरती जाती पार
हल्की है नाव
भारी होती डूबती
खा लहरों की मार।

बहता आँसू
होता न सिर्फ़ पानी
पावन गीत
आलोकित मन की
इक कथा पुरानी।

सँभालो इसे
ये नूर की बूँद है
गिरने न दो
धूल में गुम होगी
हथेली पर ले लो।

रब ने दिया
इंसाँ को जब दिल
आँसू भी दिये
ये उजाले मन के
संगी हैं जीवन के।

आँसू के पीछे
इतिहास भी होगा
रुदन होगा
बीती मधु ऋतु का
कुछ हास भी होगा।

बीती उमर
समझौते करते
जीते-मरते
ज़िद उन्होंने ठानी
न समझेंगे कुछ।

जब भी सोचा
अब सुधा मिलेगी,
विष ही मिला
दो-चार बूँद नहीं-
भर-भर गागर।

जितना झुके
न टूटे यह घर
उतने टूटे
बुरी तरह दोनों
हम और घर भी।

दिल दुखाना
अपना या पराया
हमें न भाया
इतने क़ुसूर का
दण्ड मिला सवाया।

इस गाँव में
आना नहीं दुबारा
विष क्यों घोलें
मीठे ही बोल बोलें
ख़ुशी के द्वार खोलें।

जान न पाए
हम रहे मूरख
कौन अपना
यहाँ कौन पराया
थी दो पल की छाया।

दु:ख न कर
मेरे पागल मन
यही जीवन
हैं बबूल बहुत
कम यहाँ चन्दन।

कुछ भी छूटे
चाहे जग ये रूठे
भाई-बहन
नित प्रेम बिखेरें
ये बन्धन न टूटे।

आज का दिन
कितना ख़ुशनुमा!
हवा करती
देखो सरगोशियाँ
ख़ुश ज़मीं-आसमाँ।

ईद का चाँद
हर रोज़ बढ़े ज्यों,
सुख भी बढ़ें
रोज़ गगन चढ़ें
दिल रौशन करें।

पास न आए
कभी दु:ख की घड़ी
प्यार मुस्काए
दर पे लहराए
खुशी की फुलझड़ी।

विदा कर दें
नफ़रतें दिल से
प्यार बसाएँ
इस दुनिया को ही
जन्नत-सी बनाएँ।

जो-जो खो गया
कई बरस हुए
कहीं धूल में,
वह मुझको मिला
खिलते हुए फूल में।

फन कुचले
सर्प-सी कामनाएँ
छटपटाएँ
जीना न मुमकिन
मर भी न पाएँ।

सब सोचते -
दु:ख हमको मिला
ख़ुशी और को
पालते हैं भरम
वे कोसते भोर को।

ढलती धूप
गल जाता है रूप
मन-कंचन
लोहा नहीं बनता
चाहे उमर ढले।

बन से लौटे
घर में भी पाया है
घना बीहड़
निर्जन-सा सन्नाटा
कोई नहीं अपना।

सूरज-चाँद
जब नहीं बदले
वे क्यों बदलें
खंजर से खेलें वे
मारने को मचलें।

हँसके जीना
उनको नहीं भाया
वक़्त गँवाया
सब कुछ बीत गया
कुछ हाथ न आया।

दिल में छेद
बन बाँसुरी बहे
दर्द की नदी
समझेगा भी कौन
जीवन बना मौन।

तुमने बाँचा
आखर हर साँचा
जो न पढ़े
समझेगा वो कैसे
गहराई मन की।

रिश्तों के नाम
होते तो हैं अनेक
उगते सभी
प्रेम-उपवन में
भाव-भरे मन में।

हम न होंगे
जब इस जग में
बचा रहेगा
स्पर्श मधुर तेरा
भोर की हवाओं में।

शातिर लोग
मीठा जब बोलते
याद रखो कि
ज़हर वे घोलते
मुस्कान बिखेरते।

थका है मन
दूर अभी मंज़िल
थका जीवन
बाट अभी अधूरी
कैसे होगी ये पूरी?

वक़्त निर्मम
उड़ा ले जाता ख़ुशी
देकर ग़म
कई बरस बीते
नयन नहीं रीते।

व्यथित प्राण-
जीवन-परिभाषा,
मरती आशा
पहचानेगा कौन
अपने भी हैं मौन।

जो भी कामना
मन में हो भावना
सदा हो पूरी
सदा चाँदनी खिले
सिर्फ़ सुख ही मिले!

भौंर-गुंजन
कोकिल की कुहुक
वासन्ती रूप
शीतकाल की धूप
प्यार-सी गुनगुनी।

जेठ की लू में
ममताभरी छाँव
प्रभाती गाता
ज्यों पहाड़ी का गाँव
पथ चूमते पाँव। ❑

रेखा रोहतगी

उपवन में
होते हैं फूल काँटे
सोचो मन में
सुख औ' दु:ख होते
वैसे जीवन में।

मुझे बचाया
गिरने से उसने
जो था पराया
आँधियों का शुक्रिया
अपनों को दिखाया।

दूर हो तुम
तो मेरे मन से भी
हो जाओ गुम
तो मैं चैन से जिऊँ
औ' चैन से मरूँ।

न हुए फेरे
न थे बाहों के घेरे
तुम ना आए
नयन भरे नीर
है अनब्याही पीर।

तन-पिंजरा
पंछी क्या गीत गाए
आज़ाद हो तो
साथियों से जा मिले
और चहचहाए।

सींचा जड़ को
खिल उठी कलियाँ
पत्तियाँ हँसी
भौंरों ने ली हिचकी
शाख-शाख लचकी।

पीली चूनर
ओढ़ इठलाए हैं
छोरी प्रकृति
फूलों का है झूमर
हरी-हरी घाघर।

धूप सेंकती
सर्दी में ठिठुरती
दुपहरिया
आँगन में बैठी हों
ज्यों कुछ लड़कियाँ।

चन्दा मछरी
गगन-सागर में
तैरती जाए
सूरज मछेरे को
देखे तो छुप जाए।

पलाश खड़े
लाल छाता लगाए
गर्मी में जब
जलते सूरज ने
अंगारे बरसाए।

प्रेम की कथा
सुन-सुन अघाई
सच्ची न पाई
दिल पड़े थामना
सच का हो सामना।

खुशी देकर
मैंने दु:ख भगाया
तो सुख पाया
तुझे हँसता देख
मैंने आनन्द पाया।

मन का पंछी
ले तन का पिंजरा
उड़ना चाहे
किन्तु उड़ न पाए
वृथा छटपटाए।

हवा का झोंका
बन के आए ख़ुशी
दे गई धोखा
पहले घबराई
फिर समझ पाई।

दादा का पद
पोता-पोती आके दें
ऊँचा हो कद,
रिश्तों की यह हद
बेहद ख़ूबसूरत!

दूब पे बूँद
नाज़ुक ज़िन्दगी-सी
निकले धूप
जाने खो जाये कहाँ
मिले यहाँ, न वहाँ।

उदासी बने
जब उदासीनता
इससे पूर्व
मन के द्वार खोलो
सुनो! कुछ तो बोलो।

जिनका दावा
सबको पहचाने
जग को जाने
वे निज अस्तित्वार्थ
सबका मुँह ताकें।

अहं अपना
पल-पल पलता
चोट दे के भी
चोट खाने से यह
हर वक़्त डरता।

तारों की छाँव
लाडली डोली चढ़े
अँसुवन के
हरसिंगार झरें
मन सुगन्ध भरें।

श्यामा तुलसी
सहमी आँगन में
देख कैक्टस
सजता बैठक में
झरते सावन में।

फूल-सी बात
महके दिन-रात
शूल-सी बात
तो चुभ-चुभ जाए
जो पीर पहुँचाए।

माने न हार
चोट खाए सर्प-सा
ये अहंकार
हो के लहूलुहान
करता फुफकार।

तेरा प्रसाद
ये जीवन अनूप
कण-कण में
झलके तेरा रूप
चैतन्य तू अरूप।

कुछ भी नहीं
निरपेक्ष सृष्टि में
सभी सापेक्ष
पिता है तो सन्तान
भक्त से भगवान।

मन को भावें
चापलूसी - बतियाँ,
वे बातें जो कि
सच प्रकट करें
वे तो काँटों-सी चुभें। ❑

डॉ. श्याम सुन्दर 'दीप्ति'

अँधेरा घटा
विश्लेषित किया क्या
इस बात को
फिर क्योंकर जले
तेल-बाती रात को।

कहाँ से लाऊँ?
रोज़ नई कहानी
नहीं मिलती
वो जो प्यार सिखाए
तुम से बतियाए।

शीशा न देखूँ
ठीक लगे है सब
टूट जाता हूँ
शीशे को जब कभी
हाल मैं सुनाता हूँ।

पर्वत मिला
दरिया भी था एक
कई कुछ थे
मेरे होने ही से तो
एक बना अनेक।

अध्यापक जी
बच्चे पास तुम्हारे
क्यों हैं उदास
उल्लास की उमर
कहाँ रही कसर।

पढ़ना है तो
ज़िन्दगी की किताब
लिखना है तो
दर्द की तकदीर
पोंछे आँखों का नीर।

समस्या टली
आँखें मूँदने पर
यूँ मत टाल
मानव है तू प्यारे
हालात को सँभाल।

सपना आया
सुख न कभी लाया
अच्छे सपने
लेने ही नहीं आते
काश! तुम सिखाते।

बचपन को
यूँ ही मत गँवाना
सँजो रखना
अपने उल्लास का
मासूम-सा बहाना।

तेरे पास हो
या रहे मेरे पास
पूरी पृथ्वी का
रहे सब के पास
थोड़ा-थोड़ा आकाश।

अध्यापक जी
सौंपी है कोरी तख़्ती
उँगली फेरो
दो जीने की चाहत
मुक्ति ज्ञान बिखेरो।

अध्यापक जी
ये बच्चे चाहें प्यार
नई बहार
डंडा हाथ तुम्हारे
प्यार रहा बुहार।

अध्यापक जी
चेहरे पर क्यों कर
छाई मायूसी
ज्ञान-पुंज हो तुम
अच्छी नहीं ख़ामोशी।

शीशा दिखाएँ
झुर्रियाँ चेहरे की
पर न जानें
कोमलता मन की
सच्चाई जीवन की।

'बेगुनाह हूँ'-
ऐसा कहा उसने
पेट मिला है
रोटी नहीं मिलती
न जान निकलती।

'बेगुनाह हूँ'-
ऐसा कहा उसने
घर कहाँ है
फुटपाथ पे सोया
बिना कन्धों के रोया।

बेगुनाह हूँ
बदतमीज़ भी हूँ
कुंठित हूँ मैं
कोई प्यार दिखाता
मुझे भी अपनाता!

वह बाँस ही
है बनता बाँसुरी
सीने पर जो
करवा कर छेद
छेड़े स्वर माधुरी। ❑

डॉ. सतीशराज पुष्करणा

नदी न पीती
कभी अपना पानी
त्याग सिखाती
आगे बढ़ जाती है
समर्पित होने को।

लोभ में फँसे
इस जग के लोग
सच न जानें
झूठ को अपनाएँ
बहुत पछताएँ।

आत्मा का रिश्ता
सिर्फ़ परमात्मा से
शेष है माया
जिसके चक्कर में
ये जग भरमाया।

चिन्ता न मुझे
जीवित मेरी माँ है
फ़िक्र क्यों करूँ
कवच आशीर्वाद का
जब है मेरे साथ।

मानो न मानो
माँ कभी न मरती
ज़िन्दा रहती
एहसास के साथ
सदैव पास-पास।

ठोकर लगी
गिरने से पहले
जिन्होंने थामा
और कुछ नहीं था
थे हाथ मेरी माँ के।

स्वप्न में आई
आशीर्वाद दे गई
मुझे मेरी माँ
उठकर जो देखा
सुख के फूल खिले।

रात में खिला
चाँद आसमान में
तेरा चेहरा
हँसते गुलाब-सा
नज़र आया मुझे।

ख़ुशी का पता
क्या उसको चलता
झेला ही नहीं
जिसने ग़म कभी
नश्वर जीवन में।

दोस्ती में यारो
मारे गए हम तो
वरना क्या थी
मजाल ज़माने की
जो छू लेता हमको।

अच्छा हो वक़्त
रात भी होती भली
वरन् क्या कहें
दिन भी चुभता है
सुइयों की तरह।

दु:ख है छिपा
सुख के भीतर ही
कोई जाने न
मृगतृष्णा में खोए
आगे बढ़ते जाते।

रात केवल
नहीं देती है तम
देती जन्म ये
उजले सूरज को
नए जीवन हेतु।

दोनों के बीच
आ गया जो तीसरा
बात बिगड़ी
फिर नहीं सँभली
जीवन में कभी भी।

तुम नहीं थे
फिर भी न जाने क्यों
खुली आँखों में
दिखाई दिए तुम
जगह-जगह पे। ❑

सुदर्शन रत्नाकर

पत्तियों पर
मोती-सी शबनम
मोहती मन
सूरज सोख लेता
पर उसका तन।

कमल खिले
भँवरे मँडराए
मिला पराग
सुध-बुध ही खोई
बचता कोई-कोई।

पर्वत पर
बादल मँडराते
दिल हों जैसे
आशाओं के दीपक
जलते ही रहते।

हवा गाती है
पत्तियाँ नाचती हैं
फूल फैलाते
माहौल में ख़ुशबू
मन को महकाते।

एक चिड़िया
उड़ती आकाश में
गीत सुनाती
छूती है ऊँचाइयाँ
इधर-उधर से।

शीतल छाया
पीपल के पेड़ की
खो गई कहीं,
सपनों में रुलाती
बहुत याद आती।

माँ की ममता
पिता का वो दुलार
कहाँ खो गए!
अपनों की भीड़ में
क्यों अकेले हो गए!

सुबह होती
चिड़ियाँ चहकतीं
मन मोहतीं
हवा करती बातें
फूलों से मुलाकातें।

मैं सोती रही
दुनिया जगती थी
क्या पछताना
जहाँ आँख खुलेगी
होगा वहीं उजाला।

कर्म-विहीन
कागज़ के फूल-सा
व्यर्थ जीवन
कब तक कटेगा
ऐसा सुगंधहीन।

मेरी आँखों से
बहे तुम्हारे आँसू
मिटे शिकवे
मिटी सब दूरियाँ
हुए तुम अपने।

शीश महल
पत्थर की दीवार
टूट न जाए
सावधान रहना
आशियाना बचाना।

नहीं भूलते
बचपन के दिन
खेल-तमाशे
बड़े याद आते हैं
यूँ ही रुला जाते हैं।

दु:ख होता है
सुख की परछाई
नियति-खेल
घबरा मत साथी
सुख से होगा मेल।

लम्बी डगर
अभी चलना शेष
थक न राही
दूर तेरी मंज़िल
कहीं खो जाना नहीं।

मन-चौराहा
भटकता रहता
नहीं मानता
कितना समझाया
नहीं है सँभलता।

चारों तरफ
नफ़रत की आँधी
विष है घुला
बढ़ रही दूरियाँ
कैसी मजबूरियाँ।

दीप जलाओ
प्रेम की भावना के
राह दिखाओ
भटकता कोई तो
रास्ता पा ही जाएगा।

पेड़ की छाँव
गोबर-लिपा चौका
माँ की ममता
मैं आगे बढ़ गया
सब पीछे है छूटा।

कितने छूटे?
कितने आन मिले?
जीवन मेला
अपनों की भीड़ में
हर कोई अकेला।

आँखों में जाने
कितने हैं सपने
क्या होंगे पूरे
मंज़िलों को ढूँढ़ते
हम कहाँ खो गए!

कैसे थे दिन
मस्ती का था आलम
न कोई चिंता
नहीं था कोई ग़म
कितने ख़ुश थे हम।

मैं इस पार
तुम हो उस पार
नदी किनारे
कभी नहीं हैं मिले
करते नहीं हैं गिले।

रहते एक
मंज़िल भी है एक
जीवन - पानी
देता उन्हें रवानी
भूल जाते दूरियाँ। ❑

डॉ. सुधा गुप्ता

आया आश्विन
बदल गए दिन
मेघ विदाई
धूप हठीली हुई
चुभती जैसे सुई।

चाँद जो आया
धूमिल हुए तारे
सारे बेचारे
कोई न पूछे बात
सब चाँद निहारे।

पूनो की रात
शामियाना तना है
दूध-उजला
हरी-हरी जाजम
धरती ने बिछा दी।

धन्य गुलाब
रंग और ख़ुशबू
दोनों हैं पास
जीने न देते काँटे
यही सोच उदास।

भोर को देख
बुझता दीया काँपा
नींद आती है
करवट बदल
सो गया वो अचल।

फूटे हैं छाले
रिस रहे हैं ज़ख़्म
रोती धरती
कोई मुझे बचाए
मरहम लगाए।

कोकिल लाया
बसन्त का सन्देसा
झूमी बगिया
हवा नाचती फिरे
भँवरे गुंजारते।

भोर वेला में
दुखा दिया हियरा
पूछे पपीहा -
कहाँ गए रे पिया?
सदा भटके जिया।

शैशव-मधु
तरुणाई तिलिस्म
बुढ़ापा ठूँठ
काठ व पत्थर का
नीरस-सा पुतला।

सावन-भादों
जैसे बरसे नैन
माँ है अधीर
बेटा बसा बिदेस
साथ ले गया चैन।

होठों पे ताले
सिसकती दीवारें
सन्देश बिन
करवटें लेती रातें
जाले-लटके दिन।

काग-भगोड़ा
नेताओं जैसी धज
खेत में खड़ा
अकड़ा, तना, ऐंठा
सिर पे कौआ बैठा।

न मिला कोई
काँधा रोने के लिए
बेबस आँसू
खाक में गिरते थे
फ़ना होने के लिए।

ढोनी पड़ती
अपनी सलीब तो
हर किसी को
सिर्फ़ अपने काँधे
कोई बोझा न बाँटे।

ख़ुश है रात
बहुत दिन बाद
आया है चाँद
दर्पण देख, हँसे
लजाए, गले लगे।

तुलसी-चौरा
घर के आँगन में
अनूठी शोभा
मह-मह ख़ुशबू
सबका मन मोहा।

प्रातः होते ही
नहा धो गृह लक्ष्मी
आँचल माथ
अर्घ्य चढ़ाती और
कुशल थी मनाती।

गोधूलि-वेला
घी का दीपक जला
वे हासोज्ज्वला
कन्याएँ आ घिरतीं
गातीं संझा-आरती।

मुदित होतीं
तुलसी महारानी
हरे 'दलों' से
आशीष थीं 'लुटाती
हरि की पटरानी'।

कहाँ खो गए
शहदीले वे दिन
साँझ गुलाबी
घोर बियाबान में
भटकती उदासी।

डिब्बी-से घर
कंक्रीट-जंगल में
गुम तुलसी
दो दल कृष्णार्पण
को, मीरा है तरसी।

निराले खेल
प्रकृति सरजती
फूल, तितली
भौंरे की गुन-गुन
सब की राम-धुन।

वर्षा से धुली
घास है हरी-भरी
फुदका टिड्डा
रंग में रंग मिला
आँख झँपी, खो गया।

शैशव-खेल
पीपल के पत्ते को
गोल मोड़ के
बनाते 'पिपीहरी'
बजती है सुरीली।

हाथों से थाप
बना रही बालिका
रेत-घरौंदा
फूल-पत्ती से सजा
लगाएगी पताका।

लुढ़के पड़े
आकाश के बिछौने
तारों के छौने
रात माँ दुलारती
लोरी दे के सुलाती।

आकाश-गंगा
मोतियों-भरी माँग
निशा रानी की
अलकें लीं सँवार
अभिनव शृंगार।

वासन्ती रात
चाँद सफ़र पर
साथ न कोई
निकला है अकेला
वो अलमस्त मौला।

आठैं का चाँद
चमका इतराया
शोख निशा ने
उचक, तोड़ लिया
बालों में खोंस लिया।

तोतों की डार
मानती नहीं हार
कच्चे हैं फल
कुतर, काट गिरा
आगे धावा मारती।

हरे हैं चोंगे
गले में कण्ठीमाला
एक पेड़ पे
पचासों मिल बैठे
भजें - हरि गोपाला।

वन-तीतर
जंगल का डाकिया
बड़ा ही व्यस्त
रहता पुकारता
फिरे डाक बाँटता।

जल-कुक्कुटी
पानी से शरारत
बड़ी ही भाती
छपाछप करती
नाश्ता हड़प जाती।

भोर हुई तो
'अलख निरंजन'
गाते खंजन
चंचल शोख़ अदा
बड़ी मन-रंजन।

उगे जो पंख
उड़ गए चौंगले
नीड़ वीरान
बूढ़ी सूजी पलकें
ताकती आसमान। ❑

सुप्रीत कौर सन्धु

तारे बिखरे
जब चाँद तराशा
ज्यों हीरे मोती
टूटकर बिखरे
टिम-टिम करते।

सिर झुकाए
लाल फूल लगाए
ख़्यालों में खोई
वहाँ खड़ी देखूँ मैं
बरसात बारूदी।

गर्म हवाएँ
हमको यूँ सताएँ
गर्मी की रातें
मच्छर तान छेड़ें
सारी रात जगाएँ।

आँखें चमकें
हीरे-मोतियों-जैसी
सूर्य-ज्योति में
कर रही उजाला
नन्ही खिली बगिया।

आँखें थीं दोषी
वह धोखा खा गईं
मुखौटा लगा,
देखा जब चेहरा
मासूम था लगता।

घायल हुई
बनी थी चोट ज़ख़्म
मन-अंगारे
बन पंख ले उड़े
कहीं दूर गगन।

उड़ना चाहूँ
दूर ऊँचे गगन
पाखी के जैसे
बिन पंख लगाए
असम्भव-सम्भव।

चली हवाएँ
पतझड़ में पत्ते
उड़ने लगे
रंगीन हुई हवा
चेहरा सहलाए!

जख़्म मिलते
सोचा यह क्यों होता
याद दिलाते
बीते हुए कल की
उठ सँभलने की ।

भोली अँखियाँ
कर रही उजाला
गाल गुलाबी
नन्हीं हाथ थामे यूँ
चलती बेखबर। ❑

सुभाष नीरव

बरसे मेघ
मन मयूर नाचा
हुआ विभोर
पुलकित हवाएँ
आनन्द गीत गाएँ।

तृप्त हो मन
मिटती भूख सारी
बिठा के पास
जब अम्मा परोसे
अपने हाथ रोटी।

बोल न पाए
हँस के जतलाए
अपनी खुशी
बच्चे की किलकारी
लगे बहुत प्यारी।

गिरना तो है
उठने का अभ्यास
न हो उदास
गिर के उठते जो
शिखरों को छूते वो।

श्रम के बल
कामयाबी के ध्वज
जो फहराते
नई इबारत वो
जग में लिख जाते।

पी लिये आँसू
सह लीं तकलीफें
उफ़ नहीं की
बूढ़े माँ-बाप आज
कितने लाचार हैं!

बनी जब से
पीर परबत -सी
सुप्त हो गई
अहसास की भूमि
दु:ख लगे न सुख।

दूर भागते
रहे सुख हमसे
दु:ख लेकिन
संग- संग चलते
अपने-से लगते।

सोए न भूखे
इक दिन भी हम
अम्मा के होते
खुद न खाकर जो
रहीं हमें खिलातीं।

बूढ़े माँ-बाप
अपने ही घर में
भोगते शाप
बेबसी, लाचारी का
अकेले चुपचाप।

तितलियों -सी
मन की कामनाएँ
अपने पीछे
हरदम दौड़ाएँ
बाज कभी न आएँ।

कह न पाए
कभी दिल की बात
जिसे अधर
नयन कह गए
अबोले बह गए। ❑

डॉ. हरदीप कौर सन्धु

बीते वो पल
उड़ते छींटों-जैसे
भिगोते रहे
कभी ये तन्हा मन
कभी मेरा दामन।

जब तू चाहे
साँस लेने के साथ
जीने भी लगे
हो जाता शुरू जीना
जब तू शुरू करे।

एक दिल में
प्रेम व नफ़रत
यूँ साथ-साथ
बना अपना घर
कभी नहीं बसते।

ख़ामोश लम्हें
माला में पिरोकर
जब पहने,
बनकर गहने
देने लगे सुकून।

सवेरा होते
जगा देता है मुर्गा
देकर बाँग,
बाँग देने से कभी
नहीं होता सवेरा।

जग-त्रिंजण
रौशन ही रौशन
दीप से दीप
जुड़े पाँत से पाँत
दिल यूँ जुड़ जाएँ।

प्यार - खिलौना
बिके नहीं बाज़ार
दिल में बसे
माँगने जो निकले
नहीं मिलता प्यार।

नम थीं आँखें
दर्द भीगता गया
आँसू में डूब
नाज़ुक दिल टूटा
बिना आहट किए।

व्याकुल मन
दर्द सहता गया
बिन बताए
बेवक्त - बेमौसम
ग़म भी चले आए।

नई डगर
दिल हमसफ़र
तन्हा नहीं मैं
राहों में काँटे सही
निगाहों में तारे हैं।

ये आँसू तेरे
ओस की बूँदों जैसे
छलक गए
गिरते दामन पे
मोती बनते गए।

चंचल मन
पलकों पे सपने
सजाकर तू
पाखी बन उड़ जा
विशाल अम्बर में।

चाहो अगर
कर लेना हासिल
किसी का प्यार,
नदिया-सा अर्पण
सदा करें स्वयं को।

दिखे कभी न
यूँ ख़ुशबू मगर
फूल ले चला
मेरे संग जो आया
तेरी यादों का मेला।

यूँ चलते ही
अगर कोई बने
मन का मीत
लगे मधुर गीत
गुनगुनाते रहो।

सहज भाव
बहे जब मन में
मोह-नदिया
जीवन की नैया को
मिल जाए किनारा।

चाहे अगर
तू रब से मिलना
कर इतना
कर इंसाँ से प्यार
तू हो सके जितना।

असमय तू
जब यूँ चला गया
जीवन-पथ
पहले था कठिन,
दूना दुर्गम हुआ।

होता बहुत
जीना ओ मेरे यारो
एक दिवस
जब जी भर जिएँ
अमृत रस पिएँ।

धरा नहीं मैं
नहीं कोई दीपक
सूरज हूँ मैं
द्वार-द्वार बिछाऊँ
ये किरणों के हार।

मेरी कलम
चलती है लेकर
स्याही उधार
बिखेरे जो आपने
शब्द-मोती चुने हैं।

टपकी बूँदें
रुनझुन पायल
मन में बाजे
तन है पुलकित
मन है प्रमुदित।

जब भी कोई
न पास होता मेरे
अकेला मन
क्यों ढूँढ़ता संदेसे
पागल हवाओं में।

बनाओ तुम
शब्दों की फुलकारी
स्याही की चिंता
कभी मत करना

पास तेरे मैं हूँ न!
जादू-भरा है
आखर-आखर में
कायल हुए
शब्दों से बुनी ऐसे
फुलकारी हो जैसे!

मेरी ख़ुशियाँ
आईं तेरे घर से
नाचती-गाती
एक तू ही तो गाता
झूम मेरी ख़ुशी में।

हुआ सवेरा
लो उड़ गए पाखी
भरी उड़ान
दूर ऊँचे गगन
पहले ही मुझसे।
चाँद-चाँदनी
करें मुझसे बातें
मेरी तन्हाई
ख़ामोश अँधेरे के
छुप-छुप आँचल।

दिल चाहता
रहे करीब कोई
मैं रूठ जाऊँ
जग रूठा ज्यों लगे
वो मुझको मनाए।

वो रूठा ऐसे
मैं ही रही मनाती
वो नहीं माना
सपनों में बताऊँ
उसे मन की बातें।
मन-त्रिंजण
काते प्यार किसी का
वो नहीं जाने
दिल चीर दिखाया
बिखरा रेशा-रेशा।

बसता है तू
मेरे मन-मन्दिर
मेरा है भाग्य
दिल-हथेली पर
खींचे जीवन-रेखा।
कुछ देना ही
है प्रेम कहलाता
नहीं ये लेता
अनमोल मोती ये
किस्मत से मिलता।

चला गया वो
अनजाने ही देश
यादों में बसे
मधुर शब्द बन
देता जीवन-प्राण।

जब-जब ये
उदासी मेघ बन
छाई मन में
देते दुआ में प्यार
अपने याद आए।

❑❑❑