अरुणिमा

“संकल्प से सिद्धि”

राष्ट्रीय महिला आयोग

गीत नया गाता हूँ
"टूटे हुए तारों से फूटे वासंती स्वर
पत्थर की छाती में उग आया नव अंकुर
झरे सब पीले पात,
कोयल की कुहुक रात
प्राची में अरुणिमा की रेख देख पाता हूँ,
गीत नया गाता हूँ"

- अटल बिहारी वाजपेयी

राष्ट्रीय महिला आयोग

अरुणिमा

"संकल्प से सिद्धि"

अर्द्धवार्षिक पत्रिका
वर्ष 2024, अंक-2

राष्ट्रीय महिला आयोग द्वारा प्रकाशित

सत्यमेव जयते

अध्यक्ष की कलम से...

मुझे अत्यन्त खुशी है कि राष्ट्रीय महिला आयोग "अरुणिमा" पत्रिका के प्रकाशन की निरन्तरता को बनाए रखते हुए पत्रिका का दूसरा अंक प्रकाशित कर रहा है। प्रत्येक मनुष्य के भीतर एक रचनाकार छुपा होता है, बस आवश्यकता यह करने की होती है कि उस प्रतिभा को सही मंच प्रदान किया जाए। "अरुणिमा" इन प्रतिभाओं की अभिव्यक्ति के लिए एक रचनात्मक पहल है। इस पत्रिका के प्रकाशन का उद्देश्य हिंदी के प्रचार-प्रसार को बढ़ावा देने के साथ-साथ आम जन को जागरुक करना भी है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि अरुणिमा के माध्यम से महिलाओं की आशाओं और आकांक्षाओं को एक नई अभिव्यक्ति मिलेगी। वे अपने अधिकारों को जानकर राष्ट्र निर्माण में अपना महत्वपूर्ण योगदान दे सकेंगी।

आज महिलाएँ सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक रुप से सशक्त बन रही हैं। महिलाओं ने अपने कौशल और प्रतिभा से समाज में अपना एक महत्वपूर्ण स्थान बनाया है। आज हर क्षेत्र में महिलाओं की सिर्फ भागीदारी ही नहीं बढ़ी है, बल्कि महिलाएँ आगे बढ़कर देश का नेतृत्व भी कर रही हैं। महिलाओं की हर क्षेत्र में समान भागीदारी हो, वे घर से लेकर सड़क और सड़क से कार्यस्थल तक, सभी जगहों पर सुरक्षित महसूस करें, यह सरकार और समाज दोनों का दायित्व है। अरुणिमा के माध्यम से आयोग का यह भी प्रयास है कि समाज इस दिशा में अपनी भूमिका समझे और महिला सशक्तिकरण में अपना योगदान दे।

हमारा देश विभिन्न भाषाओं और सांस्कृतिक विविधता से समृद्ध है। भाषा जन सरोकारों और लोक परंपराओं से समृद्ध होती है। कोई भी भाषा तभी जीवित रहती है जब समाज उसका उपयोग करे। हमारी यह जिम्मेदारी है कि हम आने वाली पीढ़ी को अपनी भाषा के प्रति गौरवान्वित महसूस कराएँ। उन्हें यह समझाएँ कि अपनी भाषा के माध्यम से ही समाज की उन्नति संभव है। मेरा मानना है कि इस दिशा में अरुणिमा का प्रकाशन एक सार्थक प्रयास सिद्ध हो रहा है।

हमारी राजभाषा, हमारा देश सदैव उन्नति करे, इन्हीं भावनाओं के साथ, पत्रिका के सफल और नियमित प्रकाशन में अपना अमूल्य सहयोग देने वाले राष्ट्रीय महिला आयोग के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों को मेरी ओर से हार्दिक शुभकामनाएँ।

"अरुणिमा" के माध्यम से महिला सशक्तिकरण से संबंधित विषयों पर लिखित अनेक रचनाकारों के लेख पाठकों तक पहुंच रहे हैं। आशा है "अरुणिमा" का यह अंक भी पिछले अंक की भांति सभी पाठकों के लिए उपयोगी सिद्ध होगा।

- रेखा शर्मा

सदस्य सचिव का संदेश

यह अत्यंत हर्ष का विषय है कि राष्ट्रीय महिला आयोग अपनी अर्द्धवार्षिक पत्रिका "अरुणिमा" का दूसरा अंक प्रकाशित कर रहा है। भाषा और साहित्य किसी भी समाज का न केवल अभिन्न अंग होते हैं, अपितु उस समाज के अस्तित्व को भी पारिभाषित करते हैं। मानव सभ्यता के उदय के साथ ही भाषा ने जन्म लिया और समाज के साथ निरंतर इसका विकास होता रहा। भाषा ही वह माध्यम है जिससे कोई भी समाज अपनी विरासत, ज्ञान और संस्कृति को भावी पीढ़ियों तक पहुँचाता है तथा हमें एक-दूसरे के साथ जोड़ता है। राष्ट्रीय महिला आयोग का अपनी इस हिन्दी पत्रिका "अरुणिमा" के माध्यम से यही प्रयास है कि महिलाओं से संबंधित संवैधानिक अधिकारों, कानूनी प्रक्रियाओं और सामाजिक आदर्शों को समाज के हर वर्ग तक पहुँचाया जाए।

भारत के विकास में महिलाओं की भूमिका सदैव ही प्रशंसनीय रही है। वैदिक काल की गार्गी, मैत्रेयी, लोपामुद्रा जैसी अनेक विदुषी महिलाओं से लेकर आज के युग की महिलाएँ विज्ञान, अर्थशास्त्र, सेना, सुरक्षा, शिक्षा इत्यादि क्षेत्रों का प्रतिनिधित्व करते हुए सशक्त व समृद्ध भारत की नींव रखने में महत्वपूर्ण योगदान दे रही हैं।

पत्रिका में महिलाओं की उपलब्धियों व उनकी समस्याओं पर आधारित लेख पाठकों को नई जानकारी प्रदान करेंगे। "अरुणिमा" के इस अंक को पाठकों को सौंपते हुए मुझे अत्यंत हर्ष हो रहा है।

- मीनाक्षी नेगी
सदस्य सचिव, रा.म.आ.

पाठकों की अनुभूति पत्रों के माध्यम से

राष्ट्रीय महिला आयोग की अरुणिमा पत्रिका का मुख पृष्ठ आकर्षक है। इसकी सामग्री संकलन अत्यधिक उपयोगी एवं ज्ञानवर्धक है। इसमें प्रस्तुत लेखों की सरल और सहज भाषा के प्रयोग ने इस पत्रिका को अनुपम बना दिया है। इसमें दिए गए आलेख कहानियाँ एवं कविताएँ प्रशंसनीय हैं। प्रेरणा- महिला सशक्तिकरण, एक सच्ची कहानी-सौम्या की शीर्षक के अंतर्गत प्रस्तुत कहानी जिंदगी के एक पक्ष को तो उजागर करती ही है, दूसरी ओर सभी पाठकों को एक प्रेरणा भी दे जाती है। मैं ससुराल नहीं जाऊँगी- कहानी महिला सशक्तिकरण की दिशा में एक पहल है कि अगर मन में कुछ करने की ठान लो तो परिवार के लोग भी महिलाओं की इच्छाओं को पूरा करने में एक संबल का काम करते हैं। राष्ट्रीय महिला आयोग द्वारा दी गई सहायता शीर्षक के अंतर्गत आयोग के उल्लेखनीय कार्यों की जानकारी आम जन को प्राप्त हुई, जो कि काफी उपयोगी है। कुल मिलाकर कहा जा सकता है कि अरुणिमा पत्रिका में प्रस्तुत सभी कहानियाँ, रचनाएँ महिला सशक्तिकरण के विभिन्न पहलुओं पर रोशनी डालती हैं।

पत्रिका की उत्तरोत्तर प्रगति के लिए सहृदय शुभकामनाएँ।।

- मृदुला जैन
सदस्य, हिन्दी सलाहकार समिति
महिला एवं बाल विकास मंत्रालय

....

अरुणिमा पत्रिका साझा करने के लिए धन्यवाद, यह बहुत अद्भुत और सर्वग्राह्य पत्रिका है,

सादर धन्यवाद।

- श्री हरगोविंद सचदेव,
महाप्रबंधक, भारतीय स्टेट बैंक (सेवानिवृत्त)

अर्द्धवार्षिक पत्रिका
वर्ष 2024, अंक-2

संरक्षक
श्रीमती रेखा शर्मा, अध्यक्ष, रा.म.आ

संपादन-संयोजक
श्रीमती मीनाक्षी नेगी, सदस्य सचिव
श्री ए.अशोली चलाई, संयुक्त सचिव
डॉ. शिवानी दे, उप सचिव

संपादक - मंडल
सुश्री शालिनी रस्तोगी, अवर सचिव
श्री पंकज पालीवाल, अनुभाग अधिकारी
श्रीमती अरुणा (भारद्वाज) शर्मा,
पूर्व परामर्शदाता (रा.भा.),
श्री जी.के. डावर, सलाहकार (रा.भा.)

सहयोग
सुश्री उषा रानी, डाटा एंट्री ऑपरेटर
सुश्री सुरुचि पुंज, निजी सचिव, रा.म.आ.

चित्रांकन
सुश्री सना के गुप्ता, सलाहकार, मीडिया/सोशल मीडिया
श्री शिवम गर्ग, सलाहकार, मीडिया/सोशल मीडिया

राष्ट्रीय महिला आयोग
प्लॉट नंबर 21, जसोला इंस्टिट्यूशनल एरिया
नई दिल्ली-110025

राष्ट्रीय महिला आयोग द्वारा प्रकाशित पत्रिका में अभिव्यक्ति विचारों से संपादक-मंडल अथवा आयोग की सहमति अनिवार्य नहीं है। रचनाओं की मौलिकता और उनमें प्रस्तुत तथ्यों, आंकड़ों आदि की यथार्थता के लिए भी संबंधित लेखक ही जिम्मेदार हैं।

विषयसूची

कहानी
मेरी कहानी ... 18
क्या मरने के बाद भी भूख लगती है ... 21
एक कहानी मेरे गाँव से ... 23

विवरण
स्थापना दिवस ... 6
तू बोल ... 14
पंचायत से पार्लियामेंट ... 26
विकसित भारत और भारत लोकतंत्र की मातृका ... 29
कच्छ का रण उत्सव 2023-24 ... 31
एक दशक (2014-24) महिला सशक्तिकरण का ... 37

लेख
भारत की दिव्यांग गोल्डन गर्ल ... 9
अपनी क्षमता पहचानें महिलाएँ ... 35
महिला सुरक्षा और राजनीति में महिलाएँ ... 25
चाहत ... 28
26 फरवरी, 2024 जेल की तिनका-तिनका यात्रा ... 39
सम्पूर्ण बना, मेरा मायका ... 33

कविता
संघर्षी महिलाएँ ... 8
न्याय तक पहुँच ... 13
अद्भुत सामंजस्य ... 22
कुछ औरतें ... 22
मेरी माँ ... 21
नारी अब तुम्हारी बारी ... 16
ख़ामोशी ... 32

"संकल्प से सिद्धि"

राष्ट्रीय महिला आयोग का स्थापना दिवस

- प्रस्तुति, शिवम गर्ग, सलाहकार
मीडिया/सोशल मीडिया

31 जनवरी, 2024 को राष्ट्रीय महिला आयोग के स्थापना दिवस "संकल्प से सिद्धि" के विचार को केन्द्र में रखते हुए भारत मंडपम् सभागार, प्रगति मैदान, नई दिल्ली में आयोजित किया गया। महिलाओं के उत्थान एवं सशक्तिकरण में प्रयासरत राष्ट्रीय महिला आयोग ने एक लंबी यात्रा तय की है। स्थापना दिवस का यह खास दिन नई जिम्मेदारियों, नई ऊर्जा के साथ पुनः आगे बढ़ने की याद दिलाता है। आयोग ने स्थापना दिवस के अवसर पर बड़े ही हर्षोल्लास के साथ, नई दिल्ली स्थित भारत मंडपम सभागार में एक भव्य कार्यक्रम का आयोजन किया।

इस कार्यक्रम में चार हजार से भी अधिक विद्यार्थी, अधिवक्ता, न्यायिक अधिकारीगण, राज्य महिला आयोगों के प्रतिनिधिगण, सेना व अर्धसैनिक बलों के अधिकारी, अनेक विश्वविद्यालयों के कुलपति, विभिन्न देशों के राजदूत तथा संसद सदस्य उपस्थित थे।

स्थापना दिवस के अवसर पर एक प्रदर्शनी आयोजित की गई जिसमें देश भर की महिला शिल्पकारों व अन्य कारीगरों ने अपने उत्कृष्ट उत्पादों को प्रदर्शित कर, उनका विक्रय किया। आम जन की सहभागिता और रुचि ने इन शिल्पकारों की प्रतिभाओं को नई उड़ान दी। प्रदर्शनी में राष्ट्रीय महिला आयोग के कर्मचारियों द्वारा एक नुक्कड़ नाटक का मंचन किया गया जिसमें नुक्कड़ नाटक के माध्यम से वर्तमान समय में महिलाओं की स्थिति पर प्रकाश डाला गया।

"संकल्प से सिद्धि" के विचार को केंद्र में रखकर आयोजित किया गया यह स्थापना दिवस कार्यक्रम अनेक अर्थों में विशेष रहा।

कार्यक्रम में कत्थक नृत्य के मशहूर नृत्यकारों ने मातृ शक्ति की प्रतीक, माँ दुर्गा के नौ रुपों को दर्शाते हुए एक आदर्श नृत्य नाटिका प्रस्तुत की। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रुप में उपस्थित माननीय केन्द्रीय मंत्री श्रीमती स्मृति ज़ूबिन इरानी जी ने अपने ओजस्वी संबोधन में देश की प्रगति में महिलाओं की भूमिका को रेखांकित किया। जीडीपी में महिलाओं के महत्वपूर्ण योगदान पर जोर देते हुए उन्होंने कहा कि एक सर्वेक्षण के अनुसार महिलाओं को समान अवसर मिलने से भारत की जीडीपी में 770 बिलियन डॉलर से अधिक की वृद्धि हो सकती है।

इस अवसर पर राष्ट्रीय महिला आयोग की माननीय अध्यक्षा श्रीमती रेखा शर्मा जी ने सभी अतिथियों का स्वागत करते हुए आयोग के गत वर्ष के कार्यों पर प्रकाश डाला। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि आयोग समाज के सभी वर्गों की महिलाओं की स्थिति में सुधार के लिए अनेक प्रयास कर रहा है। आयोग का उद्देश्य एक ओर जहाँ उनकी शिकायतों को दूर करना है वहीं दूसरी ओर उनके लिए सामाजिक, आर्थिक तथा राजनीतिक गतिविधियों में अधिक से अधिक भागीदारी के लिए अनुकूल परिस्थितियों का निर्माण करना है। श्रीमती रेखा शर्मा जी ने बताया कि आज देश की नारी का आत्मविश्वास बढ़ा है। वे अब स्वयं अपने भविष्य का निर्धारण कर रही हैं तथा देश के भविष्य को नई दिशा दे रही हैं। कार्यक्रम के समापन के समय राष्ट्रीय महिला आयोग ने नारी सशक्तिकरण के अपने दायित्वों को पूरी प्रतिबद्धता से निभाने के अपने संकल्प को दोहराया।

संघर्षी महिलाएं

- राम शंकर पाल
डाटा एंट्री ऑपरेटर

बहुत ''हौंसले'' वाली होती हैं

''महिलाओं'' के लिए 'संघर्ष' करती महिलाएँ
खुद के लिये लड़ना ही मुश्किल होता है यहाँ
''महान'' होती हैं जो 'दूसरों' के लिये लड़ती महिलाएँ......

आसान नहीं होता किसी के लिये खड़े रहना
न्याय, समानता, और जागरुकता के लिये अड़े रहना

अपने परिवार को चलाते हुए, दूसरों की मदद करती महिलाएँ
परिवार, समाज, क्षेत्र, गाँव, शहर में युद्धरत महिलाएँ....

कोई क्षेत्र नहीं है शेष, जहाँ इनका योगदान ना हो विशेष,
सरकारी, प्राइवेट, पुलिस, जल-थल-वायु सेना, देश- विदेश,

दुनिया के हर क्षेत्र में अपना परचम लहराती महिलाएँ
शोषण और अन्याय के विरुद्ध खड़ी संकल्पबद्ध महिलाएँ....

बहुत कुछ सुनना और सहना पड़ता है
चलना, गिरना, उठकर फिर से चलना पड़ता है

ट्विटर, फेसबुक, यूट्यूब पर ताने सुनती, सहती महिलाएँ,
फिर भी निडर 'कर्म पथ' पर आगे बढ़ती महिलाएँ.........

भारत की दिव्यांग गोल्डन गर्ल शीतल देवी

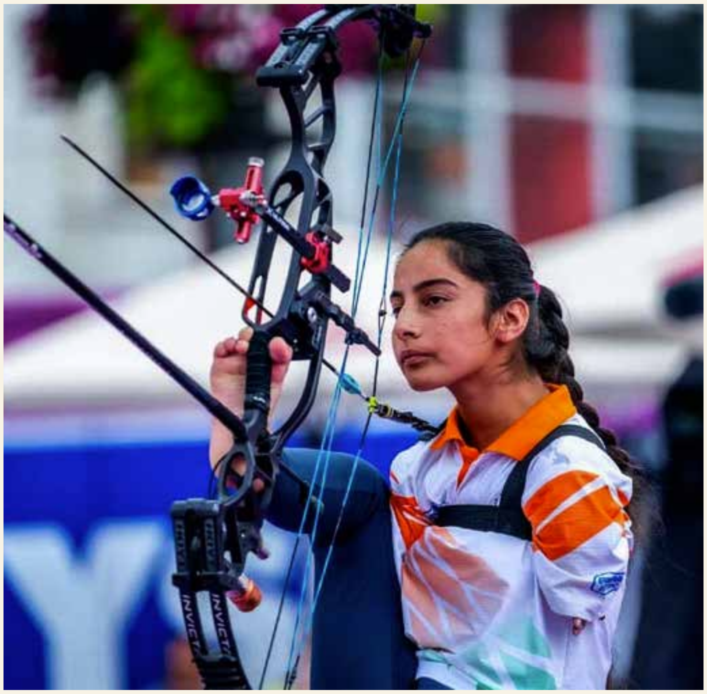
- राजेन्द्र भारद्वाज
पूर्व नाइट एडिटर, नवभारत टाइम्स

यदि जोश, जज़्बा और जुनून हो तो इंसान कुछ भी कर सकता है

भारत की शीर्ष तीरंदाज – शीतल देवी

इसी साल 9 जनवरी को राष्ट्रपति भवन के अशोका हॉल में जब भारत की "गोल्डन गर्ल" शीतल देवी का नाम वर्ष 2023 के "अर्जुन पुरस्कार" के लिए पुकारा गया तो पूरा हॉल तालियों की गड़गड़ाहट से बहुत देर तक गुंजायमान रहा। वहाँ उपस्थित सभी विशिष्ट अतिथि धरती का स्वर्ग कहे जाने वाले कश्मीर की रहने वाली भुजाहीन तीरंदाज शीतल देवी की एक झलक पाने को आतुर थे। उसे देख मन ही मन सभी लोग ये कह रहे थे कि अगर इरादे नेक हों और मनोबल ऊँचा रखो तो मंजिल को पाया जा सकता है।

16 वर्षीय होनहार बालिका शीतल की लग्न और मेहनत का ही नतीजा था कि देश की राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मू उसे सम्मानित कर रही थी। शीतल को यह "अर्जुन पुरस्कार" चीन के हांग झाऊ प्रांत में आयोजित "एशियाई पैरा गेम्स-2023" में आर्चरी के खेल में दो स्वर्ण पदक "व्यक्तिगत कंपाउंड तीरंदाजी प्रतियोगिता" तथा अपने सहयोगी तीरंदाज राकेश कुमार के साथ मिल कर "मिक्स्ड आर्चरी प्रतियोगिता" में व एक रजत पदक प्राप्त करने पर उत्साहवर्धन के लिए दिया जा रहा था। इसके अतिरिक्त, शीतल को सऊदी अरब के रियाद शहर में आयोजित कार्यक्रम में वर्ष



2023 के लिए "एशिया का सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी" का खिताब भी मिला। यह अवार्ड पाने वाली वह पहली भारतीय महिला खिलाड़ी हैं। उसने महिला टीम स्पर्धा में एक रजत पदक भी जीता। उनकी यह विजय उन लोगों के लिए कामयाबी की मिसाल बन गई, जो परिस्थितियों का रोना रोते रहते हैं। जन्म से ही भुजाहीन शीतल देवी ने अपनी छाती के सहारे दांतों व पैर की मदद से निशाना साध कर ये कीर्तिमान स्थापित किए थे।

चीन से लौटने के बाद प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने सभी खिलाड़ियों से भेंट की। श्री मोदी ने विशेष रुप से युवा शीतल के जज़्बे की खूब सराहना की और शीतल के सिर पर हाथ रख कर देश का मान बढ़ाने के लिए बहुत आशीर्वाद दिया। मोदी जी द्वारा शीतल को आशीर्वाद देने की वह तस्वीर सोशल मीडिया पर उन दिनों खूब वायरल हो गई थी। शीतल ने भी इस अवसर पर पत्रकारों से कहा था, "आदरणीय राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू" और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से मिला आशीर्वाद उसे जीवन में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करता रहेगा।

उधर, शीतल देवी के जज़्बे को सलाम करते हुए देश की सुप्रसिद्ध कार निर्माता कंपनी महेन्द्रा एंड महेन्द्रा के मालिक आनंद महिन्द्रा ने सोशल मीडिया पर लिखा था, "आज के बाद मैं अपने जीवन में छोटी-छोटी समस्याओं को लेकर कभी शिकायत नहीं करुँगा," उन्होंने लिखा "शीतल देवी आप हम सभी की शिक्षक हो। आप हमारी कंपनी की कारों के बेड़े में

से कोई भी कार चुन लो, वह कार हम आपको तोहफे में देना चाहते हैं। उसे आपकी जरुरत के अनुरुप (कस्टमाइज़) बना दिया जाएगा।"

शीतल को एक "पैरा आर्चर" के रुप में मिली पहचान का इतिहास बहुत पुराना नहीं है। कश्मीर के किश्तवाड़ जिले के एक छोटे से गाँव लोइधार में एक गरीब किसान के परिवार में जन्मी शीतल देवी जन्म से ही भुजाहीन हैं। उनकी माँ शक्ति

देवी घर में बकरियाँ पालती हैं और पिता मान सिंह खेतीबाड़ी करते हैं। निर्धन परिवार में जन्मी भारत की इस बेटी की कहानी हिम्मत और संघर्ष की जबरदस्त दास्तान है। जन्म से ही "फोकोमिलिया" नामक बीमारी की शिकार शीतल देवी दिल से चाह कर भी ऐसा कोई क्षेत्र नहीं खोज पा रही थी, जिसमें वह अपनी पहचान बना सके। "फोकोमिलिया" एक ऐसी भयंकर बीमारी है, जिसमें व्यक्ति के दोनों हाथ जन्म से ही अविकसित रह जाते हैं और ऐसे में बच्चों के सपने जन्म से ही टूट जाते हैं। शीतल भी अपने अन्य भाई-बहनों और सहेलियों की तरह जिंदगी जीना चाहती थी। उसकी भी इच्छा थी कि वह भी अपने हाथों में मेहंदी रचाए और चूड़ियाँ पहन कर इठलाए लेकिन कुदरत ने उसे यह सौभाग्य ही नहीं दिया। बचपन में उसने अपने पंजों की अंगुलियों में पेन पकड़ कर लिखना शुरु किया और उसमें महारथ हासिल की।

"गरीब माता-पिता ने जैसे-तैसे उसके इलाज के लिए कुछ पैसों का जुगाड़ किया और सन् 2021 में उसके लिए कृत्रिम हाथ भी बनवा दिए और वे उस के लिए चूड़ियाँ भी खरीद लाए। पूरा परिवार उस समय स्पोर्ट्स फिजियोथेरेपिस्ट श्रीकांत अयंगर की रिपोर्ट का इंतजार कर रहा था कि शायद ये कृत्रिम हाथ शीतल देवी को सामान्य जिंदगी जीने में मददगार सिद्ध हो जाएँ। मगर भगवान को ये भी मंजूर नहीं था। कृत्रिम हाथ के 'सॉकेट' उनके शरीर पर फिट नहीं बैठे।" घोर निराशा के उन अंधेरे दिनों ने ही उन्हें जीवन जीने की नई राह दिखाई। फिजियोथेरेपिस्ट श्रीकांत अयंगर ने शीतल के माता-पिता को सलाह दी कि उनकी होनहार बेटी को पैरा तीरंदाजी (आर्चरी) के क्षेत्र में अपनी प्रतिभा का विकास करना चाहिए। यहाँ से शीतल के सपनों ने नया मोड़ ले लिया और एक नया लक्ष्य उसके सामने आ गया। वह तीरंदाजी में नया इतिहास रचने का संकल्प लेकर आगे बढ़ने लगी। तब शीतल ने सपने में भी नहीं सोचा था कि वह बिना हाथों के भी दुनिया भर में अपना और अपने देश का नाम रोशन कर सकती हैं।

हुआ यूँ कि एक बार वह अपने इलाज के लिए बेंगलुरु गई तो वहाँ एक गैर-सरकारी स्वयं सेवी संस्था के वालंटियर की निगाह शीतल देवी पर पड़ी। उन्होंने शीतल देवी को कटरा में श्री माता वैष्णोदेवी स्पोर्ट्स अकादमी के कोचों से मिलवाया। कोच अभिलाष चौधरी व कुलदीप वेदवान ने शीतल देवी के कुछ कर गुज़रने के जज़्बे को देखा तो हैरान हो गए। उन्होंने शीतल को तीरंदाजी के लिए उपयुक्त पाया और उन्हें तीरंदाजी को खेल के रुप में अपनाने की सलाह दी, जिसे शीतल ने तुरंत मान तो लिया लेकिन ये असम्भव सा दिखने वाला काम वह कैसे कर पाएँगी, वह इस सोच में डूब गई। उसने खूब लग्न व मेहनत से तीरंदाजी के खेल को सीखने की कोशिश की।

वैसे तो तीरंदाजी की राह बहुत कठिन थी। लगभग दो साल पहले जम्मू-कश्मीर प्रदेश की ओर से जूनियर लेवल पर चयन होने पर शीतल देवी पहली बार जम्मू से हरियाणा के जींद शहर गई लेकिन शीतल तीरंदाजी के स्कोर बोर्ड पर कोई भी लक्ष्य भेद नहीं पाई और उसका स्कोर शून्य ही रह गया। वह बहुत निराश हो गई। लेकिन फिर शुरु हुआ उसके लिए सोच-विचार और अनुसंधान का दौर।

कोच अभिलाष चौधरी व कुलदीप वेदवान ने दिमाग लगाया और शीतल देवी के लिए एक नई तरह का धनुष बनाने का विचार बनाया और उन्होंने शीतल देवी के लिए एक नए प्रकार का धनुष तैयार करवाया, जिसे चलाने के लिए हाथों की जरुरत ही ना पड़े। इस धनुष को चलाने के लिए शीतल देवी को अपने पैरों और दाँतों का इस्तेमाल करने के लिए प्रेरित किया गया। फिर तो जैसे शीतल के खेल में जादू हो गया। उसी वर्ष हरियाणा के ही सोनीपत शहर में हुई एक प्रतियोगिता में उसे चौथा स्थान मिला। इसके बाद उसने पीछे मुड़ कर नहीं देखा।

कहावत है कि "करत-करत अभ्यास के जड़मति होत सुजान।" शीतल देवी ने इस मुहावरे को जैसे चरितार्थ करने की बात मन में ठान ली थी। शीतल देवी की दिन-रात की मेहनत और लग्न रंग लाई और उसने अपनी एकाग्रता के बल पर "महाभारत के योद्धा अर्जुन" की तरह तीर निशाने पर लगाने की साधना हासिल कर ली। इसी का परिणाम है कि आज शीतल देवी की तीरंदाजी के चर्चे हर जुबान पर हैं।

शीतल देवी जैसे दिव्यांग खिलाड़ियों को मौका ऐसे ही नहीं मिला है। ये हमारे प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की दूरदृष्टि और पैरा एथेलीटों के लिए अग्रिम योजना बनाने का नतीजा है। भारत को खेलों में भी सर्वश्रेष्ठ राष्ट्र बनाने की लिए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की पहल पर सन 2016 में "खेलो इंडिया खेलो" की मुहिम शुरु की गई। देश के कोने-कोने से खिलाड़ियों का चयन किया गया, उनमें से अनेक खिलाड़ी ऐसे भी थे, जिन्होंने विभिन्न खेल प्रतिस्पर्धाओं में भाग लिया था और देश का नाम रोशन भी किया था।

गत वर्ष 32 राज्यों व केंद्र शासित प्रदेशों के 1400 पैरा एथलीटों का दिल्ली में एकत्रित होना वास्तव में महत्वपूर्ण हो गया था। इसी तरह "खेलो इंडिया पैरा गेम्स" के लिए भी दिव्यांग खिलाड़ियों का चयन किया गया था। दिव्यांग खिलाड़ियों के जीवन में अपनी प्रतिभा दिखाने के लिए इस योजना को आरम्भ किया गया है। भारत में पैरा गेम्स को आगे बढ़ाने में "भारतीय पैरालिंपिक गेम्स कमेटी" की अध्यक्ष सुश्री दीपा मलिक की भी बहुत महत्वपूर्ण भूमिका रही है।

दीपा खुद भी एक बहुत बड़ी पैरा एथलीट हैं। उन्होंने ही पैरा एथलीटों को साइंटिफिक तरीके से ट्रेनिंग देने की शुरुआत की और केन्द्र सरकार ने भी उनका साथ दिया। वैसे देखा जाए तो ये पैरा गेम्स इन खिलाड़ियों की प्रतिभा व गरिमा को प्रोत्साहित करने का त्यौहार है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने बिल्कुल सही कहा है, "खेलेगा इंडिया, तभी तो खिलेगा इंडिया।" अब ये सारे पैरा एथलीट "पेरिस पैरा ओलिम्पिक गेम्स" की तैयारी में जी-जान से जुट गए हैं, क्योंकि उन्हें फिर से पेरिस में अपने देश का झंडा फहराना है। शीतल ने भी "पेरिस पैरा ओलम्पिक के लिए क्वालीफाई कर लिया है। आर्चरी में वर्ल्ड रैंकिंग वन प्राप्त कर चुकी भारत की शीर्ष तीरंदाज शीतल की निगाह अब "पेरिस पैरा ओलम्पिक गेम्स" में भी गोल्ड मैडल पर टिकी है।

न्याय तक पहुँच...
माध्यम है राष्ट्रीय महिला आयोग

- चंद्रिका प्रकाश, कनिष्ठ तकनीकी विशेषज्ञ,
उत्तर पूर्वोत्तर प्रकोष्ठ, रा.म.आ.

मेरे साथ जुर्म हुआ है, आज
किसको सुनाऊँ? आप सुनोगे?
पहली बार नहीं हुआ है, हर बार सहती गई,

सोच कर कि अगली बार नहीं होगा।
गंदगी बाहर की हो या अंदर की,
वक्त से साफ ना करो तो वो बढ़ती है, कम नहीं होती।

आज फिर मारा है उसने, कल भी मारा था, कल भी मारेगा,
मेरे बच्चों की आँखों में खौफ देखा है, मैंने।
जब मेरी 7 साल की बेटी ने रोका,
उसके आँसू देख के तय कर लिया,
मैंने कि अब आवाज़ उठाना जरुरी है।

गई रिपोर्ट लिखवाने, ये सवाल वो सवाल,
सुनाना चाहा मैंने....पर देखा ये तो हर घर की कहानी है।
इतनी बार वही किस्सा सुन के वे ऑफिसर सुन तो रहे थे,
पर ना मेरे दर्द की आवाज उन तक पहुँच पाई,
ना उन्होंने रिपोर्ट लिखी मेरी।
पति को लेकर आओ हम बात करेंगे, समझाएँगे
यह कह कर वापस भेज दिया।

तब समझ आया कानून के हाथ लम्बे तो होते हैं
पर न्यायपालिका का सहारा मिलने का रास्ता उठाना है कठिन
मेरी बात कोर्ट सुने उससे पहले बहुत सारे दरवाज़े होते हैं,
आज एक भी दरवाज़ा खुला ही नहीं।
कौन खोलेगा ये दरवाज़ा? अब किसको सुनाऊँ?
कोई है जो सुने?

पड़ोस में मिली एक मैडम से,
महिला आयोग में काम करती है।
वो बोली पुलिस अगर रिपोर्ट ना लिखे
तो आयोग दबाव डालता है,

मैंने सोचा क्या वो सुनेगी मेरी आवाज?
गई मैडम के पास उधर, बोला मैंने सब कुछ।
उनके पास भी मेरे जैसे बहुत लोग थे पर सुना उन्हें,
अच्छे से सुना, तब समझ आया

न्याय के दरवाज़े तक पहुँचना
और खोलने के लिए दबाव डालना
कितना जरुरी होता है
बहुत लंबा है न्यायपालिका तक पहुँचने का रास्ता।
महिला आयोग मेरी जिंदगी में
आशा की किरण बन कर आया।

"तू बोल........"

- शिवम गर्ग, सलाहकार,
मीडिया/सोशल मीडिया, रा.म.आ.

महिलाएँ किसी भी देश की वो आधारशिला होती हैं, जिनके बिना किसी भी परिवार, समाज और राष्ट्र की परिकल्पना ही नहीं की जा सकती। महिलाएँ आज लगभग सभी क्षेत्रों में अपना परचम लहरा रही हैं, वह वे सब काम कर रही हैं जिसकी हमने कभी कल्पना भी नहीं की थी। आज महिलाएँ सामाजिक और आर्थिक रुप से सशक्त बन रही हैं। महिलाओं ने अपने ज्ञान और कठिन परिश्रम के बल पर समाज में एक विशिष्ट स्थान बनाया है। हम "महिलाओं के विकास" से "महिलाओं के नेतृत्व में विकास" की दिशा में आगे बढ़ रहे हैं। हेल्थ सेक्टर में आंगनबाड़ी से लेकर पंचायत स्तर पर देश के प्रत्येक गाँव को सशक्त बनाना हो या मंगल पर मिशन भेजना, ट्रेन चलाना हो या फाइटर प्लेन उड़ाना हो, आज हर क्षेत्र में महिलाएँ आगे बढ़कर देश का नेतृत्व कर रही हैं। वे आत्मनिर्भरता की नई गाथा लिख रही हैं।

महिलाएँ नित नए कीर्तिमान स्थापित करने में सक्षम व समर्थ हैं, बस जरुरत है कि समाज उनके कदमों की रुकावट न बने। महिलाएँ स्वयं अपने सामर्थ्य को पहचानें व समाज में अपनी आवाज़ बुलंद करें। महिलाओं की आवाज़ को नूतन पहचान दिलाने के लिए राष्ट्रीय महिला आयोग ने अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर "तू बोल" कार्यक्रम का आयोजन किया। राष्ट्रीय स्तर पर आयोजित इस कार्यक्रम श्रृंखला में अनेक प्रख्यात महिलाओं ने अपने जीवन से जुड़े संघर्ष और उन संघर्षों से परिपक्व हुई सफलता की कहानियाँ साझा की। 07 मार्च, 2023 को दिल्ली के विज्ञान भवन में आयोजित "तू बोल" कार्यक्रम में ओलंपिक पदक विजेता भारतीय बैडमिंटन खिलाड़ी साइना नेहवाल जी, युवा राजनीतिज्ञ नेहा जोशी जी, आध्यात्मिक गुरु बह्माकुमारी शिवानी जी, एसिड अटैक

सर्वाइवर प्रज्ञा प्रसून सिंह जी व मिशन चंद्रयान-3 की डायरेक्टर "रॉकेट वुमन" ऋतु करिधाल जी की सार्थक उपस्थिति रही।

कार्यक्रम में राष्ट्रीय महिला आयोग की अध्यक्ष, श्रीमती रेखा शर्मा जी ने महिलाओं को अन्याय के विरुद्ध आवाज उठाने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि अन्याय चाहे घर पर हो, सड़क पर या कार्यस्थल पर, अगर महिलाएँ चुप रहकर अन्याय को सहती हैं तो इससे अन्याय और अत्याचार बढ़ता है। महिलाएँ अपने साथ हो रहे किसी भी दुर्व्यवहार के खिलाफ आवाज उठाकर ही इसे रोक सकती हैं। कार्यक्रम में महिलाओं की उपलब्धियों को चिन्हित करते हुए साइना नेहवाल जी ने कहा कि भारतीय महिलाएँ विश्व स्तर पर होने वाली प्रतियोगिताओं में लगातार पदक जीत रही हैं। उन्होंने महिलाओं को शारीरिक व मानसिक रुप से सशक्त बनने का आग्रह किया। "रॉकेट वुमन" ऋतु करिधाल जी ने अपने भाषण में मिशन मंगलयान से जुड़ी रोचक जानकारियाँ साझा करते हुए इस मिशन की सफलता के लिए महिला वैज्ञानिकों को समान श्रेय दिया। उन्होंने कहा कि मिशन मंगलयान में पुरुषों व महिलाओं ने समान उत्तरदायित्वों का निर्वहन किया। एसिड अटैक सर्वाइवर व सामाजिक कार्यकर्ता प्रज्ञा प्रसून जी ने महिलाओं को संबोधित करते हुए कहा कि मैं वो नहीं हूँ जो मेरे साथ हुआ, मैं वो हूँ जो मैं अपने आप को बनाऊँगी। युवा राजनीतिज्ञ नेहा जोशी ने महिलाओं को राजनीति में आगे आने व नीति निर्माण में योगदान देने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि महिलाएँ बेहतर ढंग से नीति निर्धारण का कार्य कर सकती हैं। कार्यक्रम में आध्यात्मिक गुरु शिवानी जी ने बताया कि हर समय यहाँ तक कि खाना बनाते समय भी किस प्रकार माँ अपने विचार एवं संस्कार बच्चों तक पहुँचाती है। महिलाओं को मानसिक शांति के महत्व के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि लोग आपके बारे में कुछ भी बोल सकते हैं, लोग हमें मार भी सकते हैं, मगर वे हमारे मन के भीतर घुसकर हमारे संकल्पों को नहीं मार सकते। कोई एक पंक्ति आपके बारे में बोलकर चला जाता है, मगर उसके बाद आपने अपने मन को क्या बोला, यही आत्मशक्ति है। उन्होंने महिलाओं को जागृत करते हुए कहा कि मैं किसी की "करनी" की गुलाम नहीं हूँ, अपनी मालिक मैं स्वयं हूँ। मेरे संकल्पों से मेरी सृष्टि बनती है, मेरे संस्कारों से मेरा संसार बनता है। "तू बोल" सरीखे कार्यक्रम महिलाओं को न सिर्फ अपनी आवाज उठाने के लिए प्रेरित करते हैं, महिलाओं को उनके स्वयं के भविष्य को बेहतर बनाने के लिए भी दृढ़ता से संकल्पित करते हैं। "तू बोल" के माध्यम से राष्ट्रीय महिला आयोग नारी शक्ति की ताकत, साहस और दृढ़ता को सलाम करता है तथा शिक्षा, खेल, अध्यात्म, उद्यमिता, कृषि, प्रौद्योगिकी और अन्य क्षेत्रों में नेतृत्व कर रही महिलाओं की सराहना करता है।

कविता

नारी अब तुम्हारी बारी

- रश्मि बेड़वाल, उप-कमांडेंट, एस.जी., बेंगलुरु

तुमने रची है मानव सृष्टि
निराकार ईश्वर के अलावा
उसने प्राणी रचा था
और फिर रचा था तुम्हें
तुमने उसकी रचना को
आगे बढ़ाया और
प्राणी को बना दिया मानव,
खुद भी मानवी हुई तुम।
निरन्तर चलती रही तुम्हारी रचना
नित सृजन किए तुमने
जो मानव रचा था तुमने
वो मानव बन गया
वो पौरुष के स्वयं की व्याख्या के साथ
हो गया और
असभ्य लगी तुम उसे
पूरी दुनिया में नए-नए रिवाजों
और नई-नई रस्मों से
तुम्हारे रचे हुए मानव ने
लाद दी तुम पर मर्यादाएँ,
संस्कार और संस्कृति जैसे
दो भारी शब्दों का आविष्कार किया उसने
और उसके नीचे दबा दी गई तुम
तुम्हें बता दिया गया कि
मानव समाज, उसकी संस्कृति और संस्कारों
की रक्षक तुम हो
इसकी आड़ में वो उन्मुक्त
घूम-घूमकर युद्ध करता रहा

और करता रहा अपने रचाए
धर्म, सत्य और सभ्यता की स्थापना
और तुम संवारती रही
उसके द्वारा दी गई संस्कार और
संस्कृति को अक्षुण्ण रखने की जिम्मेदारियाँ।
कभी युद्ध में मारा गया वो
कभी युद्धों में मरकर अमर हुआ,
कभी जीता तो सिकंदर हुआ।
कदाचित तुम्हारा नाम भी इतिहास के
पन्नों पर अंकित किया
उसने परन्तु केवल सज्जा हेतु
शीश पर शोभित तिलक की तरह।
जारी रहा तुम्हारा सृजन
बिना वेदना प्रतिवेदित किए
अक्षुण्ण रखा तुमने
उसके बनाए संस्कारों और मूल्यों को।
अब बदलाव की बयार है
बदल रही हो तुम और
बदल रहा है तुम्हारे द्वारा रचित तुम्हारा पुरुष
बदलाव की मशाल जो
तुमने थाम ली है.
उसकी लौ को प्रज्वलित कर
तुम्हारे साथ खड़ा है
तुम्हारे द्वारा रचित तुम्हारा पुरुष।
वह समझदार था पहले ही
अब संवेदनशील हुआ है
तुम्हारे स्पेस को लेकर पहली बार,
अब वह सभ्यता की
समृद्धि एवं विनाश के युद्धों तक सीमित नहीं है,
वह तुम्हारे साथ खड़ा है
तुम्हारे लिए अतीत में
उसके द्वारा गढ़ दी गई परिभाषाओं को
बदलते आयामों में नए मूल्यों और नए संस्कारों से
सींच रहा है और अब
केवल तुम उसकी अर्धांगिनी नहीं हो
वह तुम्हारा अर्धांग है उसने स्वीकार लिया है ।
इन नए बदलावों का,
नए संस्कारों को तुम्हें रखना है बेहतर ख्याल
और भी सचेत होकर
तुम्हें समझना है बहुत जतन से
कि बदलता हुआ तुम्हारा पुरुष
पहले भी तुम्हारा था, अब भी तुम्हारा है
अतीत में छीन लिए गए
तुम्हारे स्पेस को लेकर
प्रतिद्वंद नहीं चाहिए तुम्हें
और न ही प्रतिशोध।
बल्कि तुम्हारे लिए सहभागी बन रहे
तुम्हारे पुरुष के साथ
एक बार फिर तुम्हें अतीत की तरह संजोना है
नए उभरते मूल्यों को
संस्कारों को और समाज को,
बड़ा फर्क है इस बार
तुम्हारे द्वारा रचित तुम्हारा पुरुष
सहभागी है तुम्हारा
नवीन संस्कारों के सृजन में।
तुम्हें तुम्हारा स्पेस देकर
पहली बार तुम्हारा पुरुष
हुआ है और तुम
उसकी तरह धारण
करना सीख रही हो।

संभलकर चलना नारी, अब तुम्हारी बारी।

"मेरी कहानी"

- स्नेहलता उपाध्याय, सहायक पुस्तकालयाध्यक्ष,
केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय My gov

मेरा जन्म उत्तरप्रदेश के पूर्वांचल में मऊनाथ भंजन जिले के एक गाँव में हुआ। तब वहाँ सरकारी विद्यालय भी नहीं था। दो-तीन गाँवों को मिलाकर उनके बीच में एक प्राथमिक विद्यालय होता था। हमारा विद्यालय भी पास के एक गाँव को पारकर दूसरे गाँव अकबरपुर में पड़ता था जोकि अपने गाँव से कम से कम तीन किलोमीटर दूर था। छोटे बच्चों का इतनी दूर रोज पैदल जाना और आना भी कितनी टेढ़ी खीर होती होगी, अंदाजा लगाना मुश्किल है। हम सब संयुक्त परिवार में थे, खेती-किसानी ही जीवन यापन का एकमात्र ज़रिया थी। हम बच्चों की पढ़ने की ललक देखकर पिताजी शहर आ गए। वहाँ पहले उन्होंने एक अर्धसरकारी ग्रामीण विकास की संस्था में नौकरी की। फिर हम बच्चों को भी अपने साथ ले गए। फिर भी, तीसरी कक्षा तक की पढ़ाई मैंने गाँव के प्राथमिक विद्यालय से ही प्राप्त की थी। गाँव में हमारे घर के कुछ बुजुर्ग सदस्य लड़कियों को आठवीं से ज्यादा पढ़ाने के विरुद्ध थे क्योंकि आठवीं तक तो सरकारी विद्यालय था, उसके बाद आगे की पढ़ाई के लिए जिले में जाना पड़ता और पैसा भी खर्च होता। ऐसी सोच थी कि "लड़कियों को जब ब्याह कर दूसरे के घर ही भेजना है तो ज्यादा क्या पढ़ाना-लिखाना। चिट्ठी-पाती लिखना सीख जावें यही बहुत है।" पर मेरी किस्मत अच्छी निकली, पिता जी हमें गाँव से शहर लेकर आ गये और मेरी पढ़ाई करने की इच्छा खूब पूरी करवाई। स्नातक परीक्षा पास करने के बाद आगे गोरखपुर विश्वविद्यालय में जाकर पढ़ने की व छात्रावास में रहकर अध्ययन करने की मेरी इच्छा पर भी उन्होंने सहमति दे दी। जबकि गाँव में इसका विरोध हुआ कि लड़की को घर से बाहर क्यों भेजा, कौन सी नौकरी करवानी है, उसको चूल्हा-चौका ही तो करना है। पर पिताजी ने मेरी इच्छा का मान रखते हुए मुझे छात्रावास में जाकर रहने की अनुमति दे दी। उनके ऐसे निर्णय पर मैंने संकल्प लिया कि पढ़ाई में अच्छी मेहनत करके मैं भी उनका मान बढ़ाऊँगी।

विश्वविद्यालय में पढ़ते समय धीरे-धीरे एक और संकल्प ने मन में जन्म लिया कि यदि मैं पढ़ाई करके कोई अच्छा पद प्राप्त कर लेती हूँ तो गाँव घर की अन्य बालिकाओं के लिए भी आगे पढ़ाई करने का अवरुद्ध पड़ा मार्ग खुल सकता है। ऐसा सोचकर मैं खूब पढ़ाई कर सरकारी सेवा में पद प्राप्त करूँ। इसके लिए जी-तोड़ मेहनत करने लगी, खूब मन लगाकर पढ़ाई करती थी। मैंने पहले प्रथम श्रेणी में इंटरमीडिएट, फिर प्रथम श्रेणी में स्नातक, पुनः प्रथम श्रेणी में एम.ए संस्कृत (परास्नातक) परीक्षा उत्तीर्ण की। यूजीसी नेट की परीक्षा

में सफलता पाई, फिर से शिक्षा शास्त्र में बी.एड किया एवं पुस्तकालय विज्ञान में भी स्नातक एवं परास्नातक कर लिया। किंतु ग्रामीण पृष्ठभूमि का होने के कारण पिताजी पर गाँव समाज के लोग मेरा विवाह कर देने का दबाव बनाने लगे।

मेरी पीएचडी की पढ़ाई अभी पूरी नहीं हो पाई थी कि पिताजी को विवश होकर मेरा विवाह कर देना पड़ा। हमारे गाँव समाज में प्रायः लड़की के विवाह का मतलब - उसके पढ़ने-लिखने कुछ करने, आगे बढ़ने का जीवन समाप्त माना जाता है। मेरे साथ भी ऐसा ही हुआ, पर विवाह हो जाने के बाद भी मैंने अपने संकल्प को नहीं भुलाया और कहीं किसी भी संस्था में कोई पद-प्रतिष्ठा पा जाऊँ, ऐसा प्रयास करती रही। दुर्भाग्य से ससुराल भी ऐसी मिली, जहाँ महिलाओं के पढ़ने और घर से बाहर जाने पर प्रतिबंध था। पढ़ना-लिखना तो पाप सदृश था। मेरी आगे की पढ़ाई बंद हो गई। ऐसा माहौल देखकर, मैं पढ़ाई छूटने का मलाल मन में रखते हुए ही अपना संकल्प पूरा करने के लिए घर से चोरी-छिपे सरकारी संस्थाओं में अपनी शैक्षिक योग्यता के अनुसार रिक्त पदों पर आवेदन करती रही। गुप्त रुप से एक दो जगह परिक्षाएँ भी दे आई। भाग्य से भगवान ने मेरी लग्न और मेहनत का अच्छा परिणाम दिया और मेरी केंद्र की एक सरकारी संस्था में, जो कि संस्कृत का संस्थान था, के पुस्तकालय में नियुक्ति हो गयी, किंतु नियुक्ति का पत्र मध्य प्रदेश के भोपाल में स्थित उस संस्था की एक अन्य शाखा का मिला था।

प्रसन्नता के साथ दुःख भी सामने था क्योंकि जब ये सुनहरा मौका मुझे मिला, तब उस समय मेरी गोद में एक साल की बच्ची थी। सबसे बड़ी बात कि मेरी इस नौकरी करने के इरादे पर ससुराल पक्ष से नाम मात्र का सहयोग मिला, हालाँकि सासु माँ व अन्य पारिवारिक सदस्य चाहते तो बहू के पास सहयोग के लिए आ सकते थे, जिससे मैं अपने संकल्प को उड़ान दे सकती, पर उन्हें मेरा छोटी बच्ची को घर पर छोड़कर बाहर नौकरी पर जाना पसंद नहीं था। अतः उन्होंने सिरे से मेरे इस नये कदम की भर्त्सना की।

मेरे पति अन्वय (बदला हुआ नाम) भी प्राइवेट नौकरी करते थे। वो भी यही चाहते थे कि पत्नी घर से बाहर न जाए क्योंकि फिर पीछे घर कौन संभालेगा, बच्ची को कौन देखेगा। वह स्वयं दिल्ली में एक गैर-सरकारी संस्था में छोटी-सी नौकरी करते थे। परिवार का खर्च उठाना ही भारी था परन्तु विवाह के समय मेरे पिता ने उनसे वचन लिया था कि वह मेरे सरकारी सेवा करने के सपने को पूरा करने देंगे। यह सब याद करके उन्होंने मेरे निर्णय पर विवश होकर हामी भर दी और मन ही मन सोचा कि ऐसे ही इतनी पारिवारिक समस्याएँ हैं, पत्नी के नौकरी करने के रास्ते में कि ये खुद ही नौकरी का कार्यभार उठाने का विचार त्याग देगी और सच में मेरे सामने सबसे बड़ी मुश्किल यही थी कि मैं अपनी बच्ची को कहाँ छोड़ कर सरकारी सेवा करने जाऊँ। चूँकि किसी अन्य प्रदेश से मुझे सरकारी सेवा के लिए पत्र आया है, यह सुनते ही मेरे पतिदेव और सास-ससुर ने सख्त हिदायत दी कि एक वर्ष की बच्ची को शिशु पालन घर (क्रेच) में बिल्कुल नहीं रखना है। तुम खुद ही उसको संभालो और अपनी सेवाएँ संस्था को दो तो ठीक, अन्यथा नौकरी छोड़ दो।

मैंने सासु माँ से कहा कि आप कुछ समय के लिए ही सही, मेरे पास आ जाइए। गुड़िया को घर पर अकेले छोड़कर कार्यालय जाने में परेशानी हो रही है तो उन्होंने सिरे से मुझे ही डांट पिला दी कि "कैसी माँ हो, तुम्हें बेटी को छोड़कर ऑफिस जाने के अरमान पूरे करने की चाहत है। ये सब छोड़कर अपना घर संभालो, इसी में घर की भलाई है। मैंने कहा, माँ जी आपको मेरी मदद नहीं करनी है तो ना सही, पर मैं न नौकरी छोडूँगी, न अपनी बेटी को अकेला छोडूँगी, मैं कुछ न कुछ उपाय ढूंढ लूँगी, आप आराम से प्रयागराज में रहें"।

मैंने मायके में अपनी समस्या बताई तो मेरे बूढ़े माँ-पिताजी मेरी मदद करने के लिए मेरे पास भोपाल आ गए। मेरी पहली नियुक्ति भोपाल में पुस्तकालयाध्यक्ष के पद पर हुई थी, जिसके लिए मैं अकेले अपनी एक साल की बच्ची को लेकर वहाँ इस पद का कार्यभार ग्रहण करने पहुँच गई थी। फिर भी कुछ दिन बाद माँ-पिताजी के आने से बहुत राहत पहुँची।

कोई साल भर तक कभी माँ तो कभी पिता भोपाल में मेरे साथ रहे परन्तु वह भी कितना समय मेरे साथ रहते। स्वास्थ्य खराब हो जाने पर पिताजी वापस गाँव लौट गए परन्तु मेरी नौकरी तो बहुत वर्षों तक चलनी थी और मेरी बच्ची अब दो साल की हो चुकी थी परन्तु समस्या अभी भी यही थी कि मेरे आफिस चले जाने पर बेटी को किसके भरोसे छोडूँ।

हालाँकि, मैं भी अब मायूस हो रही थी। कभी-कभी मुझे भी लगता कि शायद अब नौकरी से त्यागपत्र देना ही पड़ेगा। रोज बच्ची को बहलाकर, अकेले घर पर छोड़कर, कार्यालय आ जाना अथवा उसको सुलाकर कार्यालय आ जाना बहुत मुश्किल था। एक-एक दिन, एक-एक वर्ष की भाँति बीत रहा

था। किसी-किसी दिन मैं बच्ची को गोद में लेकर कार्यालय आ जाती तो सहकर्मियों की फब्तियाँ सुनने को मिलती कि "कुछ लोग तो जैसे पिकनिक मनाने आ जाते हैं कार्यालय में" यह सुनकर मन व्यथित हो जाता था परन्तु गाँव के घरों की लड़कियाँ भी पढ़ाई करके नौकरी कर सकती हैं, यह संदेश उनके बीच पहुँचाना जरुरी था और इसका प्रभाव तुरंत दिखाई भी देने लगा। गाँव में ताऊ जी की पोतियाँ महाविद्यालय में पढ़ने जाने लगी थीं अर्थात् कि उन्हें अब स्नातक की पढ़ाई का अवसर दिया जा चुका था और इधर मेरे ससुराल के खानदान में भी, जहाँ घर के बड़े आठवीं-दसवीं पास करते ही बिटिया के लिए वर ढूँढने लगते थे, अब उनकी सोच बदल रही थी। लड़कियों को पढ़ाया जा सकता है, क्या बुराई है, उनको कोशिश करें तो नौकरी भी मिल सकती है। घर के बड़ों के मन में ऐसा विचार जन्म ले चुका था और यही बात मुझे भी एक बार फिर से हिम्मत दे रही थी। अपनी आगे की पीढ़ी की लड़कियों के लिए मैं इतना तो कर सकती हूँ कि किसी तरह से नौकरी को जारी रखूँ। फिर मुझे एक राह सूझी कि मेरी गुड़िया अब दो-ढाई साल की हो गई है, उसे सुबह 9 बजे से 1 बजे तक पास के किसी प्राथमिक विद्यालय में प्रवेश दिला सकती हूँ और बाद का समय कार्यालय में बिता सकती हूँ।

मैंने शीघ्र ही कार्यालय के पास में स्थित एक शिशु बाल विद्यालय में गुड़िया का दाखिला करवा दिया। अब मैं प्रातः जब कार्यालय जाती तो गुड़िया को भी साथ ले जाती थी। उसे बाल विद्यालय छोड़ने के पश्चात् अपने कार्यालय में आकर काम करती। एक बजे जब मेरे कार्यालय में मध्याह्न भोजन का अवकाश होता तो उस समय मैं गुड़िया को उसके विद्यालय से ले आती। उसको खाना खिलाकर, दो से छः बजे तक अपने साथ कार्यालय में ही रखती थी और आश्चर्य था कि नन्ही-सी-बच्ची भी मेरी मुश्किलें देखकर समझदार बन रही थी।

वह कार्यालय में चुपचाप मेरे पास बैठी अपना गृहकार्य करती या अपनी रंग-बिरंगी किताबें पलटती। पुस्तकालय में अन्य पाठकों के साथ बैठी वह भी कभी क्रेयान्स से चित्रों में रंग भरती, कभी किताबें पढ़ती । इस तरह मैंने कार्यालय में एक साल और पूरा कर लिया। दो साल हो जाने पर कार्यालय में मेरी सेवा की परिवीक्षा अवधि समाप्त हो गई। अब मैं शिशु देखभाल संबंधी अवकाश भी ले सकती थी, जैसा कि सरकारी कार्यालयों में महिला कर्मचारियों को मिलता है। अब मैं निश्चिंत होकर बच्ची के लिए जब भी जरुरत होती, छुट्टी ले लेती थी।

धीरे-धीरे मेरी कार्यालय में सेवा देने की लग्न और घर-परिवार दोनों को संभालने का तालमेल, जज़्बा देखकर मेरे पति ने भी खुलकर मेरी सहायता करनी शुरु कर दी। अब वह अक्सर अपना काम अपने कार्यालय जाकर करने के बजाय काम लेकर घर पर आ जाते और ऑनलाइन काम कर लेते, जिससे गुड़िया को घर पर अकेला नहीं छोड़ना पड़ता था।

दो-तीन सालों में ही हमारे रहन-सहन और घर-गृहस्थी की तरक्की देखकर मेरे सास-ससुर व अन्य परिवार के लोग बहुत खुश हुए। उन्होंने भी आगे बढ़कर मेरी मदद करने की इच्छा जताई और अक्सर जब मेरे कार्यालय में कुछ ज्यादा ही काम आ जाता तो वह मेरे पास रहने आ जाते थे। अपने पूर्व के किए असहयोगी बर्ताव पर उन्होंने अपनी गलती महसूस की, शर्मिंदा हुए और बहू-बेटियों की पढ़ाई को लेकर अपनी सोच बदल दी। इतना ही मेरे लिए पर्याप्त था।

जहाँ मेरी सासु माँ, बहू के घर से बाहर जाकर नौकरी करने के खिलाफ थी, वह अब वह हर परिचित महिला को पढ़ी-लिखी और हो सके तो नौकरी करने वाली बहू घर में लाने की हिदायत देती है। इस तरह कुछ शुरुआती मुश्किलों के दौर सहने के बाद भी मैंने थोड़ी समझ दिखाकर व हिम्मत नहीं हार कर अपने सपनों को इस तरह उड़ान दी और संकल्प को निभाया।

इस बात को अब चौदह साल से भी ज्यादा समय हो चुका है। अब मेरा स्थानांतरण भोपाल से दिल्ली कार्यालय के मुख्यालय में हो चुका है। बच्ची भी बड़ी हो चुकी है। अब वह स्वयं का ध्यान और मेरे पीछे घर का भी ध्यान रख लेती है। मेरा मानना है कि संघर्ष रुपी कीचड़ में सफलता रुपी कमल खिलता है, जो देखने में भी सुंदर होता है और राष्ट्रीय स्तर पर भी पहचाना जाता है।

सत्य है कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती।

मेरी माँ

- डॉ. मीनाक्षी गौड़, पीजीटी,
सेवानिवृत्त

कैसे पहनूँ मैं वह मोजा पैरों में, जिसे माँ ने बुना
अपनी बूढ़ी अंगुलियों से, ठिठुरन भरी सर्दी में
मेरे सुख की आकांक्षा से ...प्रेरित हो............
शीत के प्रकोप से सूजी हुई अंगुलियों से
चमकती उभरी नसों वाले
सुंदर कर्मठ गौर वर्ण हाथों ने
अपने कष्टों को विस्मृत कर
कैसे बुना होगा एक-एक फंदा
अपने स्नेह में डुबोकर.........
उनकी आवश्यकता
मेरे पैरों से कहीं अधिक, हृदय को है
उनमें समायी स्नेह की उष्णता
से युक्त स्पर्श ही काफी है मुझे
हर प्रकार के शीताघात से
भिड़ने के लिए
तुम हो!
तुम हो मेरे लिए
मेरे लिए कुछ कर जाने की
इच्छा लिए
मेरी स्मृति में... सदैव चिरसमर्पित सी
आयु की दहलीज़ पर होने वाली
दस्तकों को अनसुना कर... अनवरत कार्यरत
तुम प्रेरणा स्रोत हो मेरी
आवश्यकता नहीं मुझे
कृत्रिम ऊर्जा व उष्णता की
मेरे भीतर है सुलगती
तुम्हारे स्नेह की सिगड़ी
मंद-मंद हौले-हौले।
सदैव तुम्हारे स्नेह ऋण की
ऋणी बनी रहूँगी।
माँ के स्नेह से किसी को भी वंचित न रखे,
भटके हुओं को राह दिखाए,
संकुचित दायरों से निकाले
सभी माँओं को
मेरी माँ-सा बनाए, सभी माँओं को..........
मेरी माँ-सा बनाए..............।

क्या मरने के बाद भी भूख लगती है

- मृणाल My gov

भिखारियों की भीड़ में मौजूद हैं अब कई मकान वाले। भीख मांगना कुछ हद तक यथार्थ है, लेकिन उसमें भी संदेह है क्योंकि ढोंग और ठगी वहाँ भी डेरा जमा चुकी है। पेट में अन्न नहीं है और घर की डगर भी पता नहीं, लेकिन आलस्य और काम चोरी वहाँ पूर्णतः मौजूद है।

एक कटु सत्य यह भी है कि कुछ लोग सच में भूखे होते हैं और सिर्फ उन्हें रोटी की ही भूख होती है। अचानक एक बच्चे पर नज़र पड़ी, उसके बाल भूरे थे और इतना गंदा कि सूखी लकड़ी की तरह खड़ा हो सकता था। उम्र 6 या 8 हो शायद। हाफ पेंट पहने हुए था जो उसकी एड़ी में जाकर दबा हुआ था और दूसरे हाथ से उसे पकड़ रखा था।

वहीं एक पार्क में खुशहाल परिवार बहुत शौक से मस्ती कर रहे थे। शायद वे थक गए थे मजे करके, इसलिए उन्हें भूख लग गई थी। खाने की खुशबू अब हवाओं में तैरने लग गई थी।

तभी वह बच्चा उनके करीब आकर टुकर-टुकर देखने लग गया। वह कभी पीछे खिसक जाता, कभी अचानक से उन सब के बीच नज़र दौड़ा हरकतें करता। वह हरकतें करता रहा जब तक उस पर किसी का ध्यान नहीं गया।

बच्ची की नज़र उस पर गई, वो उसे अपनी जलेबी देना चाह रही थी...! लेकिन वो कभी खाती, कभी उसे देखती। बच्चे से रहा नहीं गया वो और पास आकर हरकतें करने लगा। उसका एक हाथ उस घर के सबसे बड़े मेंबर की पीठ को छू गया। वो ज़ोर से झटका... पीछे मुड़ा और बड़बड़ाने लगा ... भिखारी ... साले ... भाग यहाँ से...।

बच्चा ज़मीन पर गिर गया... उसके होंठ बिलख़ने लगे..। वो बोलता ही गया.. ऐसा मारुँगा कि मर जाओगे...।।।।

बच्चा बिलख़ते होंठ, थरथराती जुबाँ से धीमी आवाज़ में बोला.........

बाबूजी !! क्या मरने के बाद भी भूख लगती है?

कविता

अद्भुत सामंजस्य

- विक्रम सिंह, अवर सचिव
संसदीय राजभाषा समिति सचिवालय

माँ बेहतर या पत्नी बेहतर
इस द्वंद्व में क्यों समाऊँ मैं
दोनों अपनी-अपनी जगह हैं
क्यों न दोनों के गुण गाऊँ मैं
माँ का आँचल ममता से भरा
और पत्नी का आँचल प्रेम से
दोनों मिलते साथ-साथ
बड़े ही नसीब से
दोनों के बीच अद्भुत सामंजस्य
क्यों कर न बिठाऊँ मैं
माँ बेहतर या पत्नी बेहतर
इस द्वंद्व में क्यों समाऊँ मैं
हर माँ पहले इक पत्नी है
दूजा उसका रुप जननी है
दोनों रुप हैं उसके अद्भुत
दोनों रुपों में दर्शन कर उसके
धन्य क्यों न कहलाऊँ मैं
माँ बेहतर या पत्नी बेहतर
इस द्वंद्व में क्यों समाऊँ मैं
एक के साथ जन्म का नाता
दूजी से जन्मों का नाता
एक की ममता का न कोई अंत
दूजी साथ रहे जीवन पर्यंत
गोद में दोनों की अपना सिर रखते ही
सारे दुख-दर्द भूल जाऊँ मैं
माँ बेहतर या पत्नी बेहतर
इस द्वंद्व में क्यों समाऊँ मैं
इक का गुस्सा ममता से भरा
दूजी का भरा मान से
हैं दोनों रिश्ते अनमोल बड़े
सामंजस्य बिठाऊँ बड़े ध्यान से
दोनों के बीच की मजबूत कड़ी बन
शान से दोनों रिश्ते निभाऊँ मैं
माँ बेहतर या पत्नी बेहतर
इस द्वंद में क्यों समाऊँ मैं
पूरे घर का ध्यान वो रखती
रक्षा उसकी तन-मन से करती
है अन्नपूर्णा वो दोनों रुपों में
उसे गृह-लक्ष्मी क्यों न बताऊँ मैं
माँ बेहतर या पत्नी बेहतर
इस द्वंद्व में क्यों समाऊँ मैं।।

कुछ औरतें

- शालिनी रस्तोगी
अवर सचिव

कुछ औरतें.....
जो पढ़ना चाहती हैं राजनीति,
और इक्नोमिक्स भी,
मगर वो सिमट जाती हैं,
कुकरी किताबों में लिखी रेसिपी में ही.. .
और सुन्दर व्यवहार से घर वालों को खुश
करने की किताबों में....
कुछ औरतें....
जो जाना चाहती हैं अकेले ट्रैवलिंग पर,
या सिर्फ टूरिस्ट बनकर भी,
मगर वो सिमट जाती हैं,
ससुराल से मायके तक की ट्रेन में....
कुछ औरतें...
जो बोलना चाहती हैं
दंगे-फसादों पर,
उठाना चाहती हैं सवाल संस्कारों पर,
मगर सिमट जाती हैं,
छठ, करवाचौथ और वट वृक्षों से लाल धागे
को लपेटने में .....
कुछ औरतें...
जो होना चाहती हैं खड़ी
चौपालों और चाय के खोखों पर भी
करना चाहती हैं बहस
और निकालना चाहती हैं निष्कर्ष
बहुत सी बातें, जो बहुतों की समझ से परे हैं,
मगर सिमट जाती हैं
ड्रेसिंग टेबल में से लिपस्टिक और......
अलमारी में से कपड़ों को,
निकालने में......
कौन हैं ये औरतें?
क्या ये सदियों से ऐसी ही थीं?
या बना दी गईं?
अगर बना दी गईं तो बदलेंगी कैसे?
बदलेंगी... जरुर बदलेंगी ,
मगर सिर्फ तब,
जब वे खुद चाहेंगी बदलना,
सिमटना छोड़कर........

एक कहानी मेरे गाँव से

- मीनाक्षी नेगी, सदस्य सचिव, रा.म.आ.

मेरे गाँव की कई खास बातों में से एक खास बात यह है कि वहाँ एक वानर सेना है और इस वानर सेना का गाँव के कुत्तों से जन्मों का बैर है। इस बैर के चलते दोनों सेनाओं के बीच छोटी-मोटी लड़ाईयाँ तो आम बात है पर कभी-कभी या यूँ कहिए कि साल में दो बार यह छोटी-मोटी लड़ाई घमासान युद्ध का रुप धारण कर लेती है। तब तो यह दृश्य देखने लायक होता है। एक ओर वानर सेना और दूसरी ओर गाँव के बच्चों की टोली और टोली के आगे 'कमांडर' गाँव का वही कुत्ता जिसका वानर सेना से जन्मों का बैर है।

दरअसल उसे कुत्ता कहना, उसके साथ नाइंसाफी होगी क्योंकि बच्चों की टोली की पहली पंक्ति में वह इस खूबी से टोली की बागडोर संभालता है कि किस बच्चे को आगे जाना है और किस बच्चे को पीछे रहना है। वह एक ओर से दूसरी ओर दौड़ लगाकर दर्शाता है और साथ ही साथ बन्दरों पर बाज़ की नज़र रखते हुए यह पक्का कर लेता है कि किसी भी छोर से आगे न बढ़ पाएँ। यही कारण है कि हमने उसे कुत्ता न कहकर 'कमांडर' का खिताब दिया।

पहाड़ी सीढ़ीनुमा खेतों पर जब कोई फसल पकने लगती है, तब सब बन्दर एकजुट हो कर पचास-साठ की संख्या में खेतों पर धावा बोल देते हैं तो बच्चों की टोली को इस धावे का उसी तरह इंतजार रहता है जैसे कि नए बछड़े को अपनी माँ का। गाँव के ऊपर घने जंगल हैं। युद्ध विराम के समय, बंदर अपने घर यानि जंगल में रहते हैं और बच्चे और उनका कमांडर अपने गाँव में। यदि कमांडर घूमता-घामता कभी गलती से भी जंगल में घुस जाए तो बन्दर मिलकर उसे भगा देते हैं। इसके ठीक विपरीत, जब बंदर गाँव में घुसने का प्रयास करते हैं तो कमांडर

अपने पूरे तैश में आकर न सिर्फ उनका डटकर सामना करता है बल्कि भौंक-भौंक कर गाँव वालों को आगाह भी कराता है कि बंदर आ रहे हैं "चलो उन्हें भगाएँ और फसल की रक्षा करें।" इसको आप मनगढ़ंत बात न समझें। कमांडर के पास भौंकने के इतने तरीके हैं वह अपनी सारी बातें भौंक-भौंक कर इस तरह समझाता है कि कब उसे भूख लगी है, कब उसे पानी चाहिए, कब उसको खेलना है तो कब बन्दर आने वाले हैं, सब आराम से समझ जाते थे।

जैसा कि मैंने अपने गाँव के बारे में बताया है कि यह एक पहाड़ी गाँव है और अन्य पहाड़ी गाँवों की तरह यह भी चारों ओर से ऊँची-ऊँची पहाड़ियों से घिरा है। पहाड़ियों की चोटी पर बांस, चिनार, चीड़ व देवदार के जंगल हैं। जंगल की सीमा खत्म होते ही गाँव वालों के खेत शुरु हो जाते हैं। सीढ़ीनुमा खेत, एक के बाद एक सीढ़ी नीचे उतरते जाओ तो सौ-डेढ़-सौ सीढ़ियों के बाद गाँव वालों के घर शुरु होते हैं। पत्थर और मिट्टी के बने घर, स्लेट की ढलान वाली छतें और इन छतों को थामते हुए पूरे-पूरे पेड़ों से बने खंभे। सबसे ऊँची पहाड़ी पर बैठकर देखें तो यह गाँव किसी खिलौने जैसा लगता है।

अरे, बंदरों के बारे में तो भूल ही गए। बंदर जब पहला कदम जंगल की सीमा से बाहर रखते हैं तो कमांडर सोए-सोए ही गुर्राता है। अगर बंदर और बाहर आए तो कमांडर के कान खड़े हो जाते हैं। पकती हुई फसल का आकर्षण इतना तेज होता है कि बंदर लपक-लपक कर सीढ़ियों से यानि खेतों से नीचे की ओर आने लगते हैं। यह तो कमांडर के लिए युद्ध की घोषणा है - वह गुर्राता है, भौंकता है, फिर कूदते-फांदते बंदरों से बिना नजर हटाए, गाँव के इस छोर से उस छोर की ओर दौड़ता है। यह संकेत है सभी बच्चों को कि "चलो वीर सैनानियों, युद्ध के लिए तैयार हो जाओ।" एक और खास बात यह है कि इस युद्ध में हम सबको बड़े-बूढ़ों का पूरा-पूरा आशीर्वाद रहता है क्योंकि फसल आखिर उन्होंने ही तो बोई थी। नतीजा यह कि शस्त्र क्या? किसी के पास टूटी थाली तो किसी के पास पुराने टीन के डब्बे। जैसे ही बन्दर पहाड़ियों से नीचे गाँव की ओर लपकते हैं, हम सब अपने-अपने शस्त्र उठा लेते हैं। हर सेनानी की एक निश्चित जगह होती है। जैसे कि फुटबाल के मैदान में स्ट्राइकर, डिफेंडर्स, मिडफील्डर्स अलग-अलग जगहों पर खड़े रहते हैं, वैसे ही कमांडर और सभी बच्चे अपनी अपनी जगहों पर तैनात रहते हैं। इसी पद्धति में टुकड़ी नीचे की ओर आते बंदरों का सामना करती। वानर सेना भी तकनीक में कम माहिर न थी। सबसे तगड़ा बन्दर उनका सेनापति होता और उसके बाएँ और दाहिने ओर उसके सबसे अनुभवी सिपाही होते। बीच में बच्चों वाली मादाएँ और अंत में छोटे बच्चे होते। जरा कल्पना कीजिए, वानर सेना ऊपर से नीचे की ओर धीरे-धीरे बढ़ती हुई एक-दूसरे की ओर इस कदर बढ़ते कि अब घमासान युद्ध की भिड़ंत हो जाएगी, लेकिन नौबत कभी घमासान युद्ध तक न आती। दोनों सेनाओं के बीच जब 15-20 मीटर की दूरी रह जाती तो दोनों ओर के लीडर ठिठक कर रुक जाते और उनके पीछे-के सभी सेनानी। तब शुरु होता दोनों यानि लीडर और कमांडर का दिमागी खेल। बन्दरों का लीडर और हमारा कमांडर एक-दूसरे को मन ही मन नापते।

इस बीच, दाईं ओर खड़ा बंदर बगल के खेत से भुट्टा तोड़ लाता। यह पीछे खड़े सेनानियों के लिए संकेत होता जो दौड़कर खड़ी फसल पर धावा बोल देते। तब हम पीछे खड़े सेनानी थाली, गिलास बजा-बजा कर उन्हें डराते। अचानक इतने शोर से बंदरों में भगदड़ मच जाती। इस बीच, शोर सुनकर लीडर पीछे देखता तो कमांडर उसकी ओर झपटता, लीडर कूद कर पास के पेड़ पर चढ़ जाता तो कमांडर पेड़ के नीचे से भौंक-भौंक कर उसे डराता, हम सब थाली, गिलास, कटोरा बजाते और गाँव के बड़े खलिहान से नजारा देखते और बीच-बीच में चिल्ला-चिल्ला कर हमारी हौसला अफ़ज़ाई करते। नतीजा यह होता कि थोड़ी-बहुत फसल बंदर तोड़ कर ले जाते, काफी सारी हम बचा लेते। बंदर थक कर वापस जंगल की ओर कूदते-फांदते चले जाते। लीडर बड़े-बड़े दाँत कमांडर की ओर चमकाता, मानो कि कह रहा हो कि तुझे दूसरे दिन देख लूँगा और अपनी सेना के पीछे-पीछे वापस लौट जाता। हम सब अपने शस्त्र-अस्त्र नीचे रख देते। सब लोग पसीना पोंछते, विश्राम करते और घर लौट जाते। गाँव में घुसते ही बड़े लोग इस तरह स्वागत करते जैसे कि अभी-अभी भारत-पाक सीमा से लौट रहे हों। कमांडर को तो ताजा दूध देकर सम्मानित किया जाता। शाम को अपने-अपने बिस्तर पर लेटे-लेटे हम बच्चे अपनी रणनीतियों का विश्लेषण करते तो इसी निष्कर्ष पर पहुँचते कि हमारा कमांडर बेमिसाल है।

महिला सुरक्षा और राजनीति में महिलाएँ

- राम शंकर पाल, डाटा एंट्री ऑपरेटर, रा.म.आ.

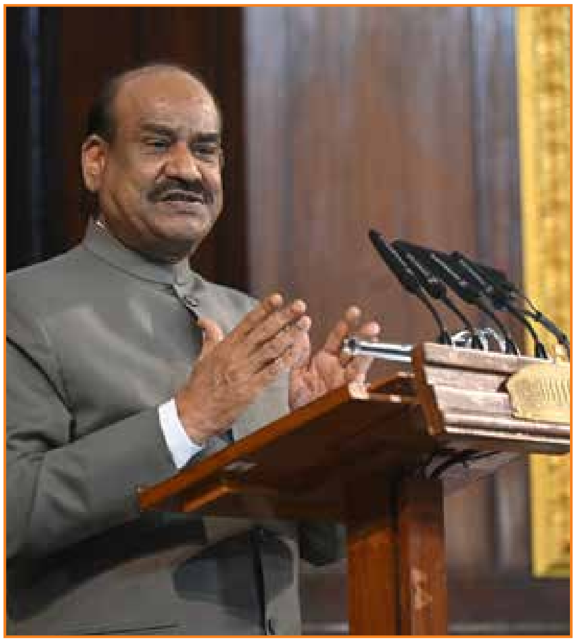
हमेशा से यह प्रयास किया जा रहा है कि समाज में लैंगिक समानता को लागू किया जाए। इसके लिए सरकारी, गैर-सरकारी संस्थान हमेशा से प्रयासरत रहे हैं कि महिलाओं को सामाजिक और सरकारी स्तर पर सुरक्षा, शिक्षा में समानता, नौकरियों में समानता और आर्थिक समानता प्रदान की जाए। यदि विगत 25 वर्षों से भी तुलना की जाए तो वर्तमान परिदृश्य में महिलाओं की स्थिति में बहुत सकारात्मक परिवर्तन आया है लेकिन महिला सुरक्षा आज भी सिर्फ़ भारत में ही नहीं, संपूर्ण विश्व में एक संवेदनशील मुद्दा रहा है। भारत के परिदृश्य में अगर बात की जाए तो आज भी सरकारें और समाज महिला सुरक्षा में चूक जाते हैं। ऐसा नहीं है कि प्रयास नहीं किए जा रहे हैं किन्तु समाज और राजनीति की विकृत मानसिकता या अधूरे प्रयासों के कारण आज भी महिला को संपूर्ण रूप से सुरक्षित करने के लक्ष्य में हम पीछे खड़े नजर आते हैं। राजनीति में यह बहुत बड़ी विडंबना है कि राजनीति में अलग-अलग दलों में महिलाएँ भी समय आने पर शुद्ध राजनीतिक हो जाती हैं। जब भी देश में किसी महिला के साथ कोई घटना हो जाती है तो इनकी आवाज़ भी अपनी पार्टी की जरूरत और सुविधा के हिसाब से उठती है। इस बात का विशेष ध्यान रखा जाता है कि पार्टी पर आंच न आए। अभी हाल में हुई एक बड़े राज्य में महिलाओं के सामूहिक शोषण की एक बहुत ही घृणित घटना सामने आई है परन्तु राजनीति में इसका विरोध या आक्रोश नपा-तुला नजर आ रहा है और विडम्बना तो यह है कि राज्य की मुखिया भी एक महिला है। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि इस तरह की घटनाओं में सभी राजनीतिक दलों की महिलाओं की आवाज एक स्वर में मजबूती के साथ उठनी चाहिए परन्तु ऐसा कुछ होता नजर नहीं आ रहा है। भारतीय राजनीति में महिलाओं का प्रतिनिधित्व आज भी बहुत कम है परन्तु जो महिलाएँ प्रतिनिधित्व कर रही हैं, भारत की आम शिक्षित या अनपढ़ महिलाएँ उनको हमेशा सम्मान की दृष्टि से देखती हैं और उनको लगता है कि यह हमारी आवाज़ हैं और समय आने पर हमारे साथ कुछ अनिष्ट होने पर हमारे साथ खड़ी होंगी, परन्तु जब पीड़ितों को यह बोलना पड़ जाए कि फलां राजनीतिज्ञ भी महिला है, जब वही हमारी पीड़ा नहीं महसूस कर रही है तो कोई और क्या करेगा? तो ये एक गहन विचार का विषय बन जाता है और ये विचार राजनीतिज्ञों को ही करना होगा। हाँ, वो महिला राजनीतिज्ञ बहुत ही सम्मान की पात्र हैं जो ऐसे समय में पीड़ित के साथ खड़े ही नहीं रहती बल्कि मजबूती के साथ संघर्ष में पूर्ण सहयोग प्रदान करती हैं और इस विश्वास को जीवित रखती हैं कि समाज में महिलाओं के प्रति न्याय और समता का लक्ष्य भी एक दिन अवश्य पूर्ण होगा।

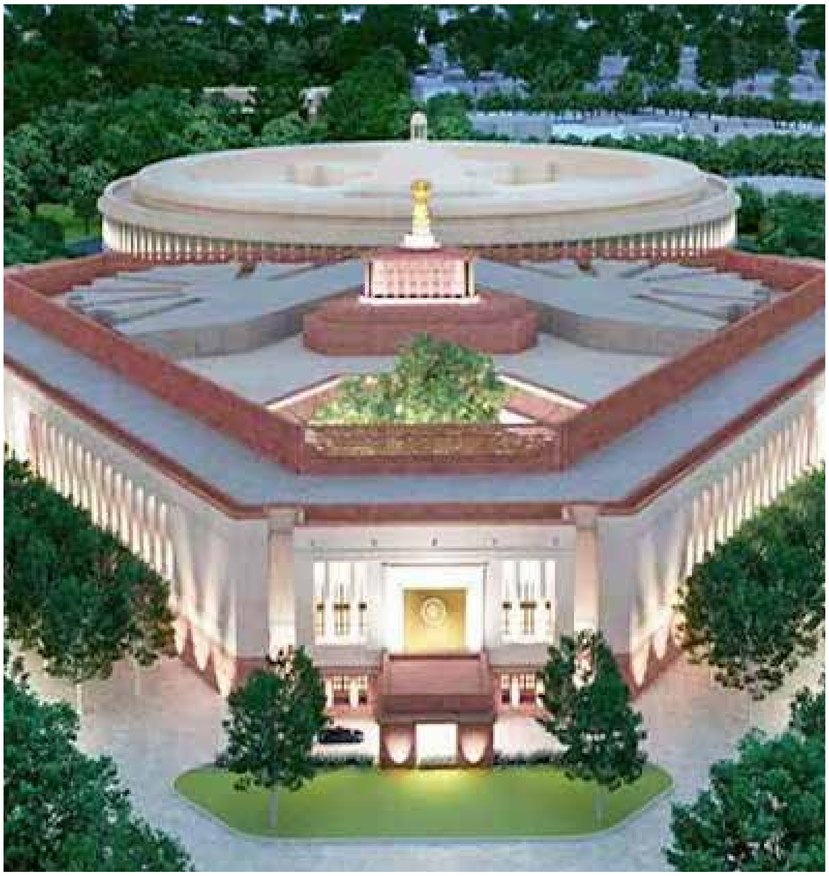
पंचायत से पार्लियामेंट

- शिवम गर्ग, सलाहकार,
मीडिया/सोशल मीडिया, रा.म.आ.

राष्ट्रीय महिला आयोग महिलाओं के सामाजिक, आर्थिक एवं राजनीतिक सशक्तिकरण के लिए दृढ़ संकल्पित है। आयोग द्वारा महिला उत्थान के लिए किए जा रहे कार्यों में यह संकल्प और प्रतिबद्धता स्पष्ट दिखाई देती है। आयोग प्रत्येक वर्ग और क्षेत्र की महिलाओं की समस्याओं को चिन्हित कर, उनके समाधान के लिए कार्यरत है। पंचायत स्तर पर महिला जन-प्रतिनिधि और अधिक सशक्त बनें, वे पंचायती राज संस्थाओं को बेहतर रुप से समझें, इसी उद्देश्य को लेकर राष्ट्रीय महिला आयोग ने 05 जनवरी, 2024 को देश भर की लगभग 500 महिला सरपंचों व नगर निकायों की जन-प्रतिनिधियों के लिए संसद के ऐतिहासिक केन्द्रीय कक्ष में क्षमता निर्माण कार्यक्रम "पंचायत से पार्लियामेंट" का आयोजन किया। संवैधानिक तथा संसदीय अध्ययन संस्थान के सहयोग से आयोजित किए गए इस कार्यक्रम के माध्यम से महिला जन-प्रतिनिधियों को संसद के केंद्रीय कक्ष में बैठकर हमारे प्राचीनतम लोकतंत्र, संसदीय परंपराओं व संवैधानिक आदर्शों को नजदीक से समझने का अवसर मिला। ग्रामीण व शहरी विकास से जुड़ी इन महिलाओं के लिए ऐतिहासिक केंद्रीय कक्ष में अपने अनुभव और बेस्ट प्रेक्टिस साझा करना गौरवशाली अवसर था। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रुप में उपस्थित माननीय लोक सभा अध्यक्ष श्री ओम बिरला जी ने अपने संबोधन में महिलाओं के नेतृत्व में देश के विकास पर चर्चा करते हुए कहा कि "जब महिलाएँ समृद्ध होती हैं तो दुनिया समृद्ध होती है। महिलाओं का आर्थिक सशक्तिकरण विकास को बढ़ावा देता है और शिक्षा तक उनकी पहुँच वैश्विक प्रगति को आगे बढ़ाती है। महिलाओं का नेतृत्व समावेशिता को बढ़ावा देता है और उनकी आवाज सकारात्मक बदलाव को प्रेरित करती है। महिलाओं को सशक्त बनाने का सबसे प्रभावी तरीका महिला-केंद्रित विकास दृष्टिकोण के माध्यम से है और भारत इस दिशा में असीम प्रगति कर रहा है।"

इस अवसर पर राष्ट्रीय महिला आयोग की माननीय अध्यक्षा श्रीमती रेखा शर्मा जी ने महिलाओं से सदैव आगे बढ़ते रहने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि हम सभी के जीवन में ऐसे अवसर भी आते हैं, जब हमें अकेले चलते हुए सफर तय करना होता है, मगर यही संघर्ष





हमें विजयी बनाता है व हमारी नेतृत्व क्षमता का विकास करता है। कार्यक्रम में उपस्थित पंचायती राज राज्य मंत्री श्री कपिल मोरेश्वर पाटिल, संसद सदस्य श्री मनीष तिवारी व श्री संजय भाटिया जी ने पंचायती राज संस्था तथा संवैधानिक मूल्यों पर चर्चा व संवाद किया।

किसी भी देश को सही मायनों में लोकतांत्रिक तभी माना जा सकता है, जब छोटे-छोटे गाँव भी सक्षम, आत्मनिर्भर व विकसित हो। हमारी पंचायतें जितनी मजबूत होंगी, उतना ही लोकतंत्र मजबूत होगा तथा विकास का लाभ आखिरी छोर पर खड़े व्यक्ति तक पहुँचेगा। पंचायत स्तर पर महिला जन-प्रतिनिधियों को सशक्त बनाने के उद्देश्य से आयोजित हुए इस कार्यक्रम का लक्ष्य महिला सरपंचों को उनके अधिकारों व दायित्वों से परिचित कराना था, जिससे ये महिला जन-प्रतिनिधि अपने गाँवों के विकास से लेकर नवभारत के निर्माण में महत्वपूर्ण योगदान दे सकें।

"चाहत"

- डॉ. मदन मोहन स्वामी भूतपूर्व उपायुक्त,
केन्द्रीय विद्यालय संगठन

चाहत एक ऐसा शब्द जो सभी जीवों में क्रिया संचालित करता है। हाँ, मनुष्य विवेक शक्ति का उपयोग करने में समर्थ है और यह जन्म के साथ ही प्रारंभ हो जाती है। बच्चे का जन्म हुआ तो साथ ही माता-पिता की चाहत का जन्म भी यह सोचने के लिए हुआ कि बच्चे को क्या बनने की राह दिखाएँगे। भले ही उनकी चाहत बच्चे की समझ विकसित होने के बाद पूरी न हो या बच्चे की अवसाद व तनावपूर्ण ज़िंदगी के माध्यम से लंबे समय में पूरी हो।

यद्यपि, अब कुछ परिवर्तन देखने को मिल रहा है परंतु अभी-भी बहुत कुछ होना शेष है। यह अत्यंत आवश्यक है कि चाहत पूरी करने से पहले माता-पिता बच्चे की रुचियाँ व दक्षता मनोवैज्ञानिक परीक्षण द्धारा जान लें। बच्चों के ऐसे उदाहरण देखने को मिलते हैं कि पाँच वर्ष का पाठ्यक्रम दस वर्ष में पूरा होता है। सर्वोत्तम स्थिति में बच्चे व माता-पिता सामंजस्य के साथ आगे बढ़े।

जीवन सुचारु रुप में व्यतीत हो, यह चाहत सभी जीवों की होती है। मनुष्यों की तो बात ही क्या, पक्षी भी विपरीत परिस्थितियों में अपना घोंसला बनाते हैं, एक देश से उड़कर दूसरे देश में जाते हैं। बचपन से बच्चे में स्वावलंबन का विकास करना उसके भविष्य के लिए और माता-पिता की सुविधा व सहायता के लिए अत्यंत लाभदायक है परंतु यह बच्चों को केवल उपदेश व आदेश से सिखाना दुष्कर है। माता-पिता को कम से कम अपने दैनिक व्यवहार में यह कार्य स्वयं करके आदर्श प्रस्तुत करना होगा।

सार्थक उद्देश्यों के साथ जीवन-यापन करते हुए जीवन-रक्षा की महत्वपूर्ण भूमिका का महत्व बच्चों को समझाया जा सकता है। अवसाद, तनाव, डाँट, आपसी नोंक-झोंक, संपत्ति विवाद आदि हमारी सोचने व निर्णय करने की शक्ति के लिए घातक हैं जबकि सहयोग, सामंजस्य, सहनशक्ति, त्वरित सार्थक निर्णय साहस बढ़ाते हैं। उत्तराखंड के कई जिलों में महिलाओं का सामना जंगल में भालू व तेंदुए से होना समाचार पत्रों में लगभग प्रतिदिन पढ़ने को मिलता है और साथ-साथ यह साहसिक समाचार भी मिलता है कि साहस व पैठल (दँराती) के बल पर तेंदुए और भालू को हार मानकर भागना पड़ता है।

महिला आयोग की चाहत है कि महिलाओं के साथ न्याय हो और यह न्याय होना भी जरुरी है। आजकल कोई क्षेत्र ऐसा नहीं है जहाँ महिलाओं की उपस्थिति न हो। इससे महिला आयोग का दायित्व अधिक चुनौतीपूर्ण व महत्वपूर्ण बन जाता है। राज्य स्तर पर भी महिला आयोग हैं परंतु मैं सोचता हूँ कि और अधिक विकेंद्रीकरण होना चाहिए। संसाधनों की उपलब्धता को देखते हुए स्टार्ट अप व महिला प्रधान के रुप में सफल महिलाओं को आयोग के साथ जोड़ा जा सकता है।

'विकसित भारत और भारत लोकतंत्र की मातृका'

- अरुणा (भारद्वाज) शर्मा,
परामर्शदाता (रा.भा), रा.म.आ.

भारत वर्ष के 75वें गणतंत्र दिवस, "विकसित भारत और लोकतंत्र- मातृका की पहचान" - को देशभर में बड़े धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर भारत की राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू जी ने कर्त्तव्य पथ पर ध्वजारोहण किया और परेड की सलामी ली। इस दौरान राष्ट्रपति को 21 तोपों की सलामी दी गई। गणतंत्र दिवस समारोह में फ्रांस के राष्ट्रपति इनैमुअल मैक्रों मुख्य अतिथि थे। वे कर्त्तव्य पथ पर भारतीय सेनाओं की वीरता, उनके प्रदर्शन एवं झाँकियों में भारतीयता एवं उसके बहुमुखी रुप को समझने और जानने के लिए उत्सुक और आश्चर्यचकित दिखाई दे रहे थे। देसी परंपराओं, नृत्य-गायन एवं अनन्य विरासत को दर्शाती विभिन्न राज्यों की झाँकियों ने सभी विशिष्ट अतिथियों व दर्शकों का मन मोह लिया।

इस बार गणतंत्र दिवस परेड की विशिष्ट बात यह थी कि देश की महिलाओं ने परेड का नेतृत्व किया और साथ ही अपनी आत्मनिर्भरता का प्रदर्शन किया और इसे सार्थक करते हुए विभिन्न प्रदेशों की झाँकियों, उन प्रदेशों की खूबियों और महिलाओं के प्रति उनके सम्मान, उनकी जागृति और कर्तव्यनिष्ठा के प्रदर्शन को जन-जन ने स्वीकार किया।

कर्त्तव्य पथ पर गणतंत्र दिवस के मौके पर 'महिला सशक्तीकरण' पर केंद्रित 26 झाँकियाँ प्रदर्शित की गईं। इन झाँकियों में सामाजिक-आर्थिक गतिविधियों में महिलाओं की भूमिका से लेकर महिला वैज्ञानिकों के योगदान की स्पष्ट झलक दिखाई दे रही थी। रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन की झाँकी भी देखते ही बनती थी।

हरियाणा की झाँकी में सरकारी कार्यक्रम 'मेरा परिवार-मेरी पहचान के जरिए राज्य में महिलाओं के सशक्तिकरण और महिलाओं को डिजिटल उपकरण का इस्तेमाल करते हुए दिखाया गया। वे "डिजिटल इंडिया" पहल के जरिए एक "क्लिक" के साथ सरकारी योजनाओं तक पहुँच सकती हैं।

मध्य प्रदेश की झाँकी में महिला सशक्तिकरण दर्शाती पहली महिला लड़ाकू पायलट, भारतीय वायुसेना (आईएएफ) की अवनी चतुर्वेदी, एक लड़ाकू विमान के मॉडल के साथ खड़ी नज़र आईं।

छत्तीसगढ़ की झाँकी में बस्तर के आदिवासी समुदायों में महिला प्रभुत्व को दिखाया गया। इसके साथ ही राज्य की परंपराओं को दिखाते हुए झाँकी में बेल मेटल और टेराकोटा कलाकृतियों का प्रदर्शन किया गया। गणतंत्र दिवस परेड में अरुणाचल प्रदेश, मणिपुर, ओडिशा, राजस्थान, महाराष्ट्र, आंध्र प्रदेश, लद्दाख, तमिलनाडु, गुजरात, मेघालय, झारखंड, उत्तर प्रदेश और तेलंगाना राज्य की झाँकियाँ भी शामिल हुईं।

कर्त्तव्य पथ पर गणतंत्र दिवस 2024 के मौके पर, बैंड मास्टर सब इंस्पेक्टर रुयांगुनुओ केंसे के नेतृत्व में दिल्ली पुलिस के महिला दस्ते ने पहली बार परेड में भाग लिया। इस दस्ते ने 15 बार बेस्ट मार्चिंग दस्ते का खिताब जीता है।

गणतंत्र दिवस परेड में देश की बेमिसाल ताकत देखने को मिली। इस दौरान मिसाइल, ड्रोन जैमर, निगरानी प्रणाली, वाहन पर लगे मोर्टार और बीएमपी-2 पैदल सेना के लड़ाकू वाहनों जैसे घरेलू हथियारों और अन्य सैन्य उपकरणों का प्रदर्शन किया गया। यह पहला मौका था जब तीनों सेनाओं का महिला दस्ता देश के इस सबसे बड़े समारोह में शामिल हुआ। इसके साथ ही पहली बार महिला ताकत को प्रदर्शित करते हुए लेफ्टिनेंट दीप्ति राणा और प्रियंका सेवदा ने हथियार का पता लगाने वाले 'स्वाति' रडार और पिनाका रॉकेट सिस्टम का परेड में नेतृत्व किया।

विभिन्न राज्यों, सेनाओं, विभागों और संगठनों के सहयोग के साथ परेड से शुरू हुई झाँकी- प्रदर्शन, नृत्य, गायन, वाद्य-यंत्रों, विभिन्न सेनाओं की सैन्य- शक्ति, महिलाओं के विभिन्न रूपों की झंकार में संपूर्ण भारत की एकाग्रता आदि समन्वयन की अटूट परंपरा को दर्शाते हैं। कर्तव्य-पथ की परेड और सभी झाँकियों में भारतीय परंपरा, अदम्य साहस, लोक-गीतों और उनमें समाहित महिला शक्ति, परिधान, लोक-नृत्यों, सौंदर्य, जीवंतता, कलात्मकता तथा भारत के औद्योगिक विकास, कौशल निर्माण, डिजिटल भारत और जाने क्या-क्या समाहित कर दिया गया था....

अदम्य.. अलौकिक.......।।

कच्छ का रण उत्सव 2023-24

- ईश्वर चंद्रा, रेज़िडेंट इंजीनियर, रा.म.आ.

माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी द्वारा कच्छ रण उत्सव की शुरुआत 2006 में की गई। कच्छ का रण गुजरात राज्य में कच्छ जिले के उत्तर तथा पूर्व में फैला हुआ नमकीन दलदल का वीरान स्थल है। यह मौसम में परिवर्तन, मानसून के दौरान दलदली और गर्मियों और सर्दियों के दौरान शानदार सफेद रंग के साथ अलग-अलग रुप धारण करता है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की दृष्टि ने इस खूबसूरती एवं इस क्षेत्र की विशेषताओं को दुनिया के सामने प्रस्तुत करने का विचार किया था। इसके पीछे का विचार गुजरात राज्य को वैश्विक पर्यटन मानचित्र पर एक अलग पहचान प्रदान करना था। इस महोत्सव का उद्देश्य गुजरात की संस्कृति और परंपराओं को दुनिया के सामने प्रदर्शित करना भी था। रण उत्सव में कई आयोजन होते हैं जो इस क्षेत्र की जीवंत संस्कृति को प्रदर्शित करते हैं।

गुजरात के कच्छ जिले के छोटे से गाँव धोरडो को सर्वोत्तम पर्यटन गाँव घोषित किया गया है। संयुक्त राष्ट्र के वर्ल्ड टूरिज्म ऑर्गेनाइजेशन (UNWTO) ने दुनिया के 54 गाँवों में गुजरात के इस गाँव को स्थान दिया है। धोरडो को दुनिया के नक्शे पर लाने का सपना प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बतौर मुख्यमंत्री रहते हुए देखा था। सर्दियों में सफेद नमक के चलते रेगिस्तान में पड़ने वाला यह गाँव अद्भुत सफेदी ओढ़ लेता है। गाँव की इस खूबसूरती को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा दुनिया को दर्शाया गया और अब इस गाँव को विश्व पटल पर चमकने का मौका मिला है। गुजरात सरकार हर साल यहाँ पर रण उत्सव का आयोजन करती है। सालों गुमनाम रहे धोरडो गाँव को रण उत्सव से पहचान मिली। यह कच्छ जिले के उत्तरी हिस्से में स्थित बन्नी क्षेत्र का आखिरी गाँव है। रण उत्सव के आयोजन के बाद यहाँ इस गाँव में जरुरी इंफ्रास्ट्रक्चर का निर्माण हुआ, फिर यह धीरे-धीरे गुजरात के विकास का चेहरा बना। रण उत्सव 10 नवंबर, 2023 से शुरु होकर 25 फरवरी, 2024 तक आयोजित किया जाता है। रण उत्सव कच्छ क्षेत्र में सफेद रण के किनारे स्थापित टेंट सिटी में आयोजित किया जाता है। इस उत्सव को 'व्हाइट डेजर्ट फेस्टिवल' भी कहा जाता है। 7,505 वर्ग किलोमीटर के क्षेत्र में फैला, कच्छ का महान रण थार रेगिस्तान के केंद्र में स्थित है, जो एक तरफ पाकिस्तान के सिंध प्रांत को छूता है। राष्ट्रीय महिला आयोग द्वारा महिलाओं के उज्जवल भविष्य के उद्देश्य से 20 नवम्बर, 2023 से 31 दिसम्बर, 2023 तक जागरुकता रण उत्सव कैंप लगाया गया जिसमें भारत और विश्व के विभिन्न भागों से आए हुए आगन्तुकों को राष्ट्रीय महिला आयोग और उसके कार्यकलापों के बारे मे जागरुकता प्रदान की गई। जागरुकता कैंप का उद्घाटन आयोग की सदस्य श्रीमती ममता कुमारी ने किया। कैंप में राष्ट्रीय महिला आयोग द्वारा चलाए जा रहे विभिन्न कार्यक्रमों जैसे शी इज़ ए चेंजमेकर, राजनीति में महिलाओं की भागीदारी, डेयरी फ़ार्मिंग, महिलाओं के लिए क्षमता निर्माण, डिजिटल शक्ति, जेंडर संवेदनशीलता इत्यादि कार्यक्रमों के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई। साथ ही साथ नुक्कड़ नाटक के द्वारा विभिन्न संवेदी मुद्दों का चित्रण भी किया गया, जो वास्तव में बहुत ही सफल रहा। जागरुकता कैंप में पधारे सभी अतिथियों को राष्ट्रीय महिला आयोग द्वारा चलाए जा रहे विभिन्न कार्यक्रमों के बारे में जानकारी प्रदान की गई जो सभी आगन्तुकों के लिए बहुत ज्ञानवर्धक सिद्ध हुई। साथ ही साथ सभी आगन्तुकों को यह भी बताया गया कि किसी भी विकट परिस्थिति में अपनी शिकायत दर्ज करने के लिए क्यूआर कोड को स्कैन कर के सुगमता के साथ राष्ट्रीय महिला आयोग को अपनी शिकायत दर्ज कराई जा सकती है और 24X7 हेल्पलाइन के माध्यम से किसी भी समय फोन के माध्यम से जुड़ कर अपनी परेशानी साझा की जा सकती है। यह कार्यक्रम बहुत ही ज्ञानवर्धक, उपयोगी एवं सार्थक रहा।

ख़ामोशी

- श्याम किशोर अग्रवाल, सेवानिवृत्त महा प्रबंधक,
स्टेट बैंक ऑफ इंडिया

प्रचंड कोलाहल से मर्माहत, इस क्षिति का,
दर्द हरने आ जाती है, अमृत-सरिता बन, ख़ामोशी ।
ख़ामोशी, गहरी ख़ामोशी, मुझे बहुत अच्छी लगती है,
इसमें तो मुझे जिंदगी की सारी आवाजें सुनाई देती हैं।
और जिंदगी की पूरी तस्वीर भी इसमें दिखाई देती है।
आईना तो, जो उसके सामने है, बस वही दिखाता है,
पर खामोशी में, बीता हुआ कल, आज और
आने वाला कल भी साफ-साफ दिखाई देता है।
वो भीगी शाम, बार-बार खाली होता जाम,
डरावना अँधेरा, दीये का लड़खड़ाता उजाला,
वो गुदगुदाते पल, पलकों से झाँकते दृगजल,
टूटते हुए सपने, मूक दर्शक बन दूर खड़े अपने,
सब इतना साफ-साफ दिखाई देता है,
जैसे वक्त रुका हुआ है, याद दिलाने के लिए,
जिंदगी की सच्चाई बताने के लिए और
आँसुओ के संग मुस्कुराने के लिए।
कल जब सपने आँसू बनकर बह रहे थे,
जिंदगी की राहों में अकेले हम खड़े थे,
मंजिल थी दूर, कदम उठ भी नहीं रहे थे,
पलकें गिरा ली थी मैंने, ख़ामोश हो गया था मैं।
शरमा कर पहली बार जब देखा था उसने,
नैन से नैन मिले थे, चाहत के ढेरों फूल खिले थे
कोशिश तो बहुत की थी कुछ कहने की मैंने,
निःशब्द हो गया था, ख़ामोश हो गया था मैं।
हर इंसान व्यस्त है यहाँ, अपनी बात सुनाने में,
मतलब से, सच को झूठ और झूठ को सच बनाने में ।
पर सुनना कौन चाहता है, वक्त है किसके पास?
इस शोरगुल में कहाँ सुनाई देती है किसी की आवाज,
पर दिल की बातें लोग कह जाते हैं ख़ामोश रहकर,
ख़ामोशी कह जाती है सब कुछ आवाज से बेहतर।
जन्म से आज तक हम तो शोर मचाते ही आए हैं,
पर ख़ामोशी ही अंतिम सत्य है, क्या समझ पाए हैं?
ख़ामोशी मुझे अच्छी इसलिए नहीं लगती,
कि मैं भीड़ से डरता हूँ,
ख़ामोशी मुझे अच्छी इसलिए लगती है
क्योंकि इसमें जिंदगी की सारी भीड़ दिखाई देती है।

सम्पूर्णा बना, मेरा मायका

- डॉ. शोभा विजेन्द्र,
संस्थापक-सम्पूर्णा फाउंडेशन

हमारे देश में घरेलू हिंसा के खिलाफ विभिन्न प्रकार के कानून एवं सख्त नियम होने के बावजूद, घरेलू हिंसा की घटनाएँ आमतौर पर देखने को मिलती हैं। सम्पूर्णा, पिछले 30 वर्षों से परिवार परामर्श का कार्य करती आ रही है। घरेलू हिंसा एक ऐसी समस्या है जिसका समाधान कुछ हद तक हमारे हाथों में है। यदि समस्या के प्रारम्भ में ही पीड़िता, परामर्श के लिए परामर्श केन्द्र पर आती है तो घरेलू हिंसा को काफी हद तक रोका जा सकता है। वार्तालाप का अभाव, घरेलू हिंसा का एक मुख्य कारण है। गलतफहमियाँ और अनजाने मिथक ही दाम्पत्य जीवन में सबसे अधिक कलह और बाद में हिंसा लाते हैं। सम्पूर्णा ने परिवार परामर्श केंद्र द्वारा अभी तक 3000 से ज्यादा मामलों का पंजीकरण करके उनका निस्तारण किया है और लभगभ 70 प्रतिशत परिवार टूटने से बचाए हैं।

जब घरेलू हिंसा की शिकार महिला सम्पूर्णा में आती है तो उसके सामने यह गंभीर प्रश्न उठता है कि अगर उसका पति और परिवार उसे रखने को तैयार नहीं होते तो उसका और उसके बच्चों का क्या होगा? जब तीन बार परामर्श देने के बाद भी घरेलू हिंसा की शिकार महिला का पति और उसका परिवार सहयोग नहीं करते तो पुलिस द्वारा भी सहायता दिलाने का प्रयास किया जाता है। किंतु जब सारे उपाय फेल हो जाते हैं तो पीड़िता और उसके बच्चे अधिकतर मामलों में सड़क पर आ जाते हैं। सम्पूर्णा द्वारा महिला को किसी सरकारी या गैर-सरकारी गृह और आजकल तो सखी- वन स्टॉप सेंटर में भेजा जाता है। सखी- वन स्टॉप सेंटर में भी महिला को केवल पाँच दिनों के लिए ही आश्रय मिलता है और यह आश्रय उसके शारीरिक, सामाजिक, आर्थिक और मानसिक परेशानियों को कम करने के लिए पर्याप्त नहीं होता। इसी के साथ यह भी अनुभव किया गया है कि कई बार पीड़िता शिक्षित नहीं होती और हाथ में पैसा नहीं होता तो मजबूरन उसे हालातों से समझौता करना पड़ता है। कई बार यह भी देखा जाता है कि जब उसे यह पता चलता है कि वह और उसके बच्चे आश्रय मिलने पर अलग-अलग गृहों में रहने को विवश होंगे तो वह तुरंत अपना निर्णय बदल लेती है। कई बार ऐसे मामले भी सामने आते हैं कि पीड़िता और उसके बच्चे न तो पति के घर में और न ही उसके मायके में रह पाते हैं। यह भटकन और विवशता उसको कई बार अंदर तक तोड़ देती है। जैसा कि विदित है कि सरकारी गृहों में केवल 6 वर्ष के बालक या बालिका को ही पीड़िता अपने साथ रख सकती है। ऐसे में वह माँ, जिसके बच्चे इस आयु सीमा में नहीं आते हैं, उस माँ के लिए बच्चों को दूसरे गृह में रखना बहुत मुश्किल होता है। कभी-कभी तो पीड़िता के साथ यह भी समस्या आती है कि उसका एक बच्चा 6 वर्ष से बड़ा होता है और एक बच्चा 6 वर्ष से छोटा और वह पीड़िता अपने एक बच्चे को अपने साथ नहीं रख पाती, तब वह अपने को दोराहे पर खड़ा पाती है और सच कहूँ तो यहाँ पर मायका (माँ का घर) की शुरुआत होती है। मायका में पूरी दिल्ली और दिल्ली के बाहर के प्रदेशों से भी घरेलू हिंसा की शिकार महिलाएँ आती हैं और आश्रय पाती हैं। नजफ़गढ़ में स्थित मायका, घरेलू हिंसा की शिकार माँ और उनके बच्चों को न केवल बुनियादी सुविधाएँ प्रदान करता है बल्कि उनकी इच्छा के अनुसार पढ़ाई-लिखाई, कौशल-प्रशिक्षण और रोजगार दिलवाने में भी मदद करता है। हालाँकि, सम्पूर्णा के परिवार परामर्श की तरह ही मायका में भी पहला कदम पीड़िता और उसके बच्चों को सम्मान के साथ पति के घर में भेजना ही होता है किंतु जब पुनर्वास के सारे रास्ते बंद हो जाते हैं तो मायका, पीड़िता और उसके बच्चों को माँ के घर की भाँति शरण देता है। जैसे-जैसे 21वीं शताब्दी में सामाजिक और आर्थिक परिस्थितियाँ बदल रही हैं, वैसे-वैसे गृहस्थ जीवन में भी बदलाव आ रहा है। पीड़िताएँ स्वयं भी अपने बच्चों के साथ अपनी माँ या भाई के घर नहीं जाना चाहती और कई बार देखा गया है कि घर में भाभी के आने के बाद विवाहित ननद की घर वापसी किसी को भी रास नहीं आती।

2020 से नजफगढ़ में मायका (माँ का घर) की शुरुआत की गई थी। अभी तक यहाँ पर 181 मामले पंजीकृत और निस्तारित

हुए हैं। यहाँ पर यह भी बताना उचित है कि इन 181 पीड़ित महिलाओं के साथ 114 बच्चों को भी उनके घर भेजा गया है। अब इस समय 61 माँ और बच्चे मायका में सुरक्षित और प्रेमपूर्वक रह रहे हैं। यहाँ पर मैं कुछ पीड़िताओं की आपबीती और उनको रास्ता दिखाने में मायका की भूमिका की चर्चा अवश्य करना चाहूँगी।

पिछले दिनों अनीता मायका में आई। अनीता की शादी उसके माँ-बाप ने 2015 में कर दी थी। शादी के बाद सब ठीक ही चल रहा था कि अचानक डेढ़ महीने बाद अनीता के पति ने उससे प्रतिदिन झगड़ना और फिर शराब पीकर मार-पीट करना शुरु कर दिया। कभी-कभी तो मार-पीट इस स्तर तक पहुँच जाती थी कि अनीता अपने होश में भी न रह पाती थी। अनीता ने एक समय के बाद यह बात जब अपने माँ -बाप को बताई, तब वह 3 बेटियों की माँ थी । अनीता के माता-पिता ने पुलिस में उसके पति के खिलाफ शिकायत भी की लेकिन उसका कोई खास असर होता नहीं दिखा और यह सिलसिला आगे भी चलता रहा। उसके बाद अनीता को अपने माँ-बाप के घर आने के लिए मजबूर होना पड़ा। अनीता 6 महीने अपने माँ-बाप के पास उनके घर में रही किंतु अनीता की तीन बेटियाँ होने के कारण उसके बूढ़े माँ-बाप अनीता और उसके बच्चों का खर्च नहीं उठा सकते थे तो अनीता के पास कोई और विकल्प नहीं था, जिससे वह परेशान हो गई। कई बार उसके मन में आया कि अगर वह अकेली होती तो शायद अपनी जीवन-लीला समाप्त कर लेती लेकिन अपने तीन बच्चों के साथ वह कहाँ जाती? तभी उसे कहीं से मायका के बारे में पता चला और वह तुरंत मायका की ओर बढ़ चली। मायका में पहुँच कर उसने चैन की साँस ली। मायका में उसके साथ-साथ उसकी तीनों बेटियों को भी प्यार, दुलार और सम्मान की जिंदगी मिली, जिसकी वह सही मायनों में हकदार थी।

प्रियंका, जिसकी उम्र 25 साल है। प्रियंका फतेहगंज, बरेली की निवासी है। प्रियंका का एक 3 साल का बेटा है और 4 महीने की बेटी है। जब प्रियंका मायका में आई तो उसकी बेटी की आयु केवल 25 दिन थी। प्रियंका का पति शराब पीकर उसके साथ मार-पीट करता था। कई बार उसको पुनर्वास केंद्र भी भेजा गया पर उसमें कोई सुधार नहीं हुआ। पति के पीछे से प्रियंका की सास भी मार-पीट और गाली-गलौज करती थी। एक दिन उसकी सास ने उसे घर से बेदखल कर दिया। फिर वह सहारा पाने के लिए अपने माता-पिता के घर गई, तब उन्होंने भी उसे रखने से साफ इनकार कर दिया। प्रियंका को तीन रातों तक बेसहारा होकर रेलवे स्टेशन पर ही भटकना पड़ा, तब किसी ने मायका के बारे में बताया और वहाँ जाने की सलाह दी। मायका की परामर्शदाताओं द्वारा मदद की गई और उसे तुरंत मायका के सुरक्षित वातावरण में स्थान दिया गया।

आशा ने अपनी मर्जी से परिवार के खिलाफ जाकर गोपाल से प्रेम विवाह किया। गोपाल ने शादी के बाद से ही उसके साथ दुर्व्यवहार करना शुरु कर दिया। 2 साल बाद आशा के गर्भ में पल रहा 2 महीने का बच्चा गोपाल की प्रताड़ना का शिकार होकर दुनिया में आंखें खोलने से पहले ही चल बसा। आशा अपने दुःख से उबर भी नहीं पाई थी कि गोपाल के दोस्तों द्वारा आशा को बाँझ कहा जाने लगा और गोपाल के द्वारा प्रताड़ना भी धीरे-धीरे बढ़ने लगी। वह बात-बात पर आशा के सिर को पकड़ कर दीवार में मारता था, जिससे कई बार आशा को खून निकला और यह तो उसके पति के लिए आम बात थी। आशा ने पुलिस में शिकायत भी की लेकिन पुलिस से भी उचित मदद नहीं मिल सकी। गोपाल प्रतिदिन उसके साथ प्रताड़ना करता था। कभी-कभी मॉर्टीन (कीटनाशक दवा) जलाकर आशा के गाल पर लगाकर उसको जलाता व उसके बाल नोचता था। कभी आशा के खाने में थूक कर उसे खाने को देता था। दो बार उसने आशा को अपनी चप्पल को चाटने के लिए भी मजबूर किया और धीरे-धीरे उसने सभी सीमाएँ लांघ दी और उसके ऊपर पेशाब करने लगा। गोपाल, आशा पर अपने भाई (आशा का देवर) और अपने पिता (आशा के ससुर) से अवैध संबंध होने का भी आरोप लगाता था। यहाँ पर यह भी बताना उचित है कि आशा के परिवार में मदद करने वाला कोई नहीं था। आशा के भाई और पिता नहीं है। घर में उसकी माँ और उसकी बहन है, जो उससे रिश्ता नहीं रखना चाहते। जीवन के ऐसे मोड़ पर जब पति की प्रताड़ना और पिता का आश्रय न होते हुए भी एक आश्रय है और वह है "मायका" जो सभी प्रताड़ित, शोषित और वंचित बहनों के लिए सदैव तत्पर है।

ऐसा माना जाता है कि मनुष्य सभी प्राणियों में श्रेष्ठ है लेकिन कुछ लोग अपने कृत्य से न सिर्फ मानवता को शर्मसार करते हैं बल्कि अपने अमानवीय व्यवहार व क्रूरता से परिवार में महिलाओं और बच्चों को क्षति पहुँचाकर अपने जीवन व आगामी भविष्य को खराब करते हैं लेकिन इस सामाजिक संस्था (सम्पूर्णा) ने प्रताड़ित पीड़िता को मायका (मां का घर) देकर जीवन जीने की शक्ति दी है।

अपनी क्षमता पहचानें महिलाएँ

- डॉ. शोभा विजेन्द्र,
संस्थापक-सम्पूर्णा फाउंडेशन

हमारे लिए यह समझना आवश्यक है कि आखिर क्यूँ इतनी जागरुकता, इतने सम्मान और समाज, परिवार एवं देश हित में इतनी भागीदारी के बाद भी महिलाएँ अभी भी दूसरे स्थान पर ही गिनी जाती हैं। इसके लिए कौन जिम्मेवार है? चलिए मैं आपको एक कहानी सुनाती हूँ - एक बार एक किसान को चील के घोंसले में एक अंडा मिला। उसने उस अंडे को अपनी मुर्गी के अंडों के साथ रख दिया ताकि मुर्गी उसकी भी देख-रेख अपने अंडों के साथ करे। समय आने पर सभी अंडों से बच्चे निकले और चील का बच्चा भी अपने आपको मुर्गी के बच्चों के बीच वैसा ही समझने लगा। वो जब भी किसी चील को आकाश में उड़ते देखता, सोचता कि काश वो भी उनकी तरह आकाश में ऊँचा उड़ सकता, बिना अपनी ताकत, अपने वजूद को पहचाने हुए। हमारे बीच बहुत-सी महिलाएँ ऐसी हैं, जिन्हें अपनी ताकत और काबिलियत की पहचान ही नहीं है। वो नहीं जानती कि वो क्या कर सकती हैं। वो स्वयं मन में मान लेती हैं कि औरतों के लिए सफलता प्राप्त करना बहुत कठिन है। किसी ने ठीक ही कहा है - "मन के हारे हार है, मन के जीते जीत"। अतः हमें पहले अपने मन में यह विश्वास जगाना होगा कि हम सब कुछ कर सकते हैं, तभी हम सफल होंगे।

सफलता का अर्थ सिर्फ बड़ी सफलता हासिल करना नहीं होता, सिर्फ डॉक्टर, इंजीनियर, प्रोफ़ेसर बनना ही सफलता नहीं है। अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में छोटे-छोटे

काम करने की सफलता भी अपने-आप में बड़ी बात है। जहाँ कल तक औरतें सिर्फ घर के काम-काज करने लायक ही समझी जाती थीं , वहाँ वे बाहर के भी सभी काम करती नजर आ रही हैं। जिन्दगी की छोटी-छोटी जीत, अपने फैसले स्वयं करने की आज़ादी, अपनी जिंदगी अपने तरीके से जीने की आजादी भी हमारे लिए बड़ी सफलता है। हर एक महिला, हर कदम पर कुछ-न-कुछ पाने की कोशिश करती रहती है, संघर्ष करती रहती है और अंततः जब उसे वो मिल जाता है तो यही उसकी सबसे बड़ी सफलता है।

हालाँकि, बिहार में सरकार की मदद से कई महिलाओं ने स्टार्ट-अप शुरु किया है जो कि अपने आप में काफी सराहनीय प्रयास है क्योंकि अक्सर बिहार को एक पिछड़ा हुआ प्रदेश माना जाता है, जहाँ औरतें पर्दे में रहती हैं। ऐसे में ब्रांड रेडिएटर की सी.ई.ओ. हिमानी मिश्रा हो या जेनेसिस कंसल्टिंग की संस्थापक हंसा सिन्हा। इनकी उपलब्धि पूरे भारत को बिहार की महिलाओं की क्षमता का परिचय देती है। चाहे मिथिला की मैथिली ठाकुर हो या साहित्य अकादमी पुरस्कार विजेता शेफालिका वर्मा हो, ये सब जहाँ पहुँची हैं, उसमें उनके अथक परिश्रम के साथ ही अपनी क्षमता पहचानने की शक्ति का भी योगदान है। बिहार से अब कमर्शियल पायलट से लेकर कॉम्बैट पायलट तक में महिलाएँ निकल रही हैं। यह साबित करता है कि बिहार की महिलाओं में कभी-भी क्षमताओं की कमी नहीं थी, बस उन्हें पहचानने और निखारने की जरुरत है। हर घर से और हर गली में कई प्रतिभाशाली महिलाएँ हैं, बशर्ते कि समाज और परिवार आगे बढ़ने में उनका साथ दे।

यहाँ सिर्फ औरतों का ही नहीं , पुरुषों का सहयोग भी उतना ही जरुरी है। हम अपने परिवार के अभिन्न अंग पिता, भाई, पति, बेटे के सहयोग के बिना अपने-आपको सशक्त नहीं कर सकते। उनको भी ये समझाना जरुरी है कि वे औरतों के प्रति अपना नजरिया बदलें। अपने बेटों की परवरिश इस तरह से करें कि वो स्त्रियों को सम्मान दें और उन्हें उसी रुप में स्वीकार करें, जैसी वो हैं। अक्सर ये देखा गया है कि महिलाएँ शिक्षित और सबला होने के बाद भी समाज में उस रुप में स्वीकार नहीं की जाती क्योंकि समाज का औरतों के प्रति नज़रिया नहीं बदला है। हमने अपने बेटों को यह नहीं सिखाया है कि उसकी पत्नी भी उसी की तरह एक इंसान है और बेटियों को ये नहीं सिखाया कि घर की ज़िम्मेदारी सिर्फ उसकी नहीं है। अगर हमें एक न्याय संगत समाज चाहिए तो अपने नज़रिए में यह बदलाव लाना जरुरी है। औरतें समाज और परिवार की नींव हैं परंतु इस नींव के भी कुछ सपने एवं आकांक्षाएँ होती हैं। उनके भीतर अत्यंत भीषण परिस्थितियों में भी आगे बढ़ने का हौसला होता है। बिहार में ऐसी जुझारु महिलाओं के कई उदाहरण मौजूद हैं। वर्दी वाली सात बहनों की कहानी बिहार के बाहर भी लोग जानते हैं। छपरा में आटा चक्की चला कर सात बेटियों को पालने वाले राजकुमार सिंह का सिर उनकी बेटियों ने गर्व से ऊँचा कर दिया। सातों बहनें गहन संघर्ष के बाद आज पुलिस विभाग में अलग-अलग जगहों पर काम कर रही हैं। इसी तरह कभी कृषि का काम नहीं करने वाली मुंगेर की हेमलता ने जब कृषि का कार्य करने का निर्णय लिया तो यह भी उनके लिए आसान नहीं था, परंतु अपने ऑटो रिक्शा चालक पति और दो बच्चों के बेहतर जीवन की कामना से हेमलता ने कृषि के गुर सीखे और उनका इस्तेमाल करके अपनी कृषि की उत्पादकता बढ़ाई। इससे न सिर्फ उन्होंने अपने परिवार का जीवन बेहतर बनाया बल्कि अपने सारे कर्ज भी उतार दिये।

बिहार की महिलाओं का जीवट सिर्फ आज ही नहीं उभर रहा है, बल्कि आजादी की लड़ाई में भी उनका बहुत योगदान रहा है, परंतु इतिहास में उनके योगदान को सही स्थान नहीं मिल पाया। फिर भी हमें प्रभावती देवी नारायण जिन्होंने महिला चरखा समिति की स्थापना की, विंध्यावासिनी देवी जिन्होंने कन्या स्वयं सेविका दल की स्थापना की, रामप्यारी देवी जिन्होंने कॉंग्रेस पार्टी के इलेक्शन में सहजानन्द सरस्वती जैसे नेता को हराया, तारा रानी श्रीवास्तव जिन्होंने स्वतन्त्रता संग्राम में अपने पति के कंधे-से-कंधा मिला कर लड़ाई लड़ी और जाने ऐसी कितनी ही जुझारु महिलाओं की कहानियाँ नहीं भूलनी चाहिए। उनकी विरासत के तौर पर ही बिहार की महिलाओं को अपनी क्षमता को पहचान कर आगे आना चाहिए और सफलता की नई कहानियाँ गढ़नी चाहिए।

एक दशक 2014-2024

महिला सशक्तिकरण का दशक

- सर्वेश कुमार पाण्डेय
परियोजना समन्वयक, रा.म.आ.

विगत दस वर्षों को देश की आधी आबादी के सशक्तिकरण का दौर कहें तो सर्वाधिक उचित होगा। भारत सरकार की नीतियों एवं विधानों में महिला सुरक्षा और कल्याण सर्वोपरि है। भारत सरकार ने नारी की गरिमा को सर्वोच्च प्राथमिकता दी। 'बेटी बचाओ - बेटी पढ़ाओ' से लेकर 'नारी शक्ति वंदन अधिनियम' तक में भारत सरकार की महिला सशक्तिकरण विषयक प्रतिबद्धता व्यक्त होती है। यह महिलाओं द्वारा नियति से लड़ते हुए नियंता बनने का दशक है। आजादी के बाद का यह पहला दस वर्षों का कालखंड है, जबकि सरकार के एजेंडे में महिला सशक्तिकरण केंद्र में है। नारी अधिकारों के लिए नए कानून, सुरक्षा व सेवाओं तक आसान पहुँच, बड़ी संख्या में महिलाओ कल्याणकारी और समाज कल्याण की योजनाओं की शुरुआत और इन योजनाओं को ज़मीनी स्तर पर लागू करना सुनिश्चित किया गया, जिसका अधिकाधिक लाभ आज आधी आबादी को मिल रहा है। परिणामस्वरुप, आज महिला के जीवन की दशा और दिशा में बड़ा बदलाव आ रहा है। यह दशक वंचित सामाजिक समूहों के सशक्तिकरण का दशक है। आज भारत के सर्वोच्च संवैधानिक राष्ट्रपति के पद को आदिवासी समाज की महिला महामहिम सुश्री द्रौपदी मुर्मू जी सुशोभित कर रही हैं।

आज महिला सशक्तिकरण सांकेतिक या प्रतीकात्मक रुप से नहीं, बल्कि सच्चे अर्थों में और व्यापक तौर पर किया जा रहा है। कल्याणकारी योजनाओं का लाभ, व्यवस्था में अंतिम पायदान तक वंचित सामाजिक समूहों की महिलाओं को सीधा मिल रहा है। प्रधानमंत्री उज्जवला योजना से गरीबी रेखा के नीचे आने वाले बीपीएल परिवारों को मुफ्त एलपीजी गैस कनेक्शन और सब्सिडी युक्त गैस सिलेंडर ही नहीं मिल रहा, बल्कि स्वच्छ ईंधन के इस्तेमाल से फेफड़ों और श्वास की बीमारियाँ भी कम हो रही हैं। खाना पकाने का समय कम हो जाने से कामकाजी महिलाओं और गृहिणियों का समय बच जाता है, जिसका उपयोग वे आर्थिक अवसरों और अर्थ - उत्पादक कार्यों जैसे- खेती-किसानी, दुकान-रेहड़ी, हाट-बाज़ार, सिलाई-बुनाई आदि काम-धंधों में अथवा हुनर-कौशल सीखने में कर रही हैं।

स्वच्छ भारत मिशन के अन्तर्गत गरीबी रेखा के नीचे आने वाले बीपीएल परिवार, छोटे किसान, भूमिहीन मज़दूर, अनुसूचित जाति (एससी)/अनुसूचित जनजाति (एसटी), दिव्यांग और ऐसे परिवार जिनकी मुखिया महिला है, के घरों में निजी शौचालयों के निर्माण में भारत सरकार प्रोत्साहन राशि दे रही है, जिससे पिछले लगभग दस वर्षों में 11 करोड़ से ज्यादा निजी शौचालय और 2 लाख से ज्यादा सामुदायिक स्वच्छता परिसर बन चुके हैं। यह दुर्भाग्यपूर्ण है कि देश की आजादी के इतने वर्षों तक ग्रामीण क्षेत्र और शहर के स्लम एरिया में लोग खुले में शौच जाने के लिए अभिशप्त रहे। मोदी सरकार द्वारा मानवीय और खासकर महिलाओं की गरिमा को ध्यान में रखकर, स्वच्छ भारत

मिशन आरम्भ किया गया। सरकार के लिए महिलाओं की गरिमा सर्वोच्च प्राथमिकता है। महिलाओं हेतु सार्वजनिक स्थलों - जैसे रेलवे स्टेशन, बस स्टेशन, चौक-चौराहों एवं बाजार में विगत कुछ वर्षों में बहुत बड़ी संख्या में शौचालय बनाए गए हैं और उनका रख-रखाव, साफ-सफाई का प्रबंधन बेहतर हुआ है। आज भारत सरकार "सशक्त नारी-सशक्त भारत" के मूल विचार से राष्ट्र निर्माण और देश के विकास में अनवरत प्रयत्नशील है।

घर एवं परिवार को उचित ढंग से व्यवस्थित करते-करते महिलाएँ जब किसी कारोबार को संभालती हैं तो कारोबार की सफलता सुनिश्चित हो जाती है। अनेक अध्ययनों से यह प्रमाणित हो गया है कि महिलाओं में उच्च प्रबंधकीय प्रतिभा एवं क्षमता है। बहुविध कार्य क्षमता, जिसे प्रबंधन के लिए बहुत जरुरी माना जाता है, महिलाओं में स्वाभाविक रुप से विद्यमान होती है। महिलाएँ तय समय-सीमा में एक साथ विभिन्न कार्यों को कर सकने में सक्षम होती हैं। सरकार ऋण, नेटवर्क और बाज़ारों तक महिलाओं की पहुँच दिलाकर उनको देश के एंटरप्रेन्योर इको सिस्टम में प्रमुख भूमिका देने का प्रयास कर रही है। उद्यमी महिलाएँ अपने सपनों को हकीकत की जमीन पर लाने का काम करने में सक्षम हैं और इनमें सहयोग देने के लिए सरकार तैयार है। भारत सरकार ने सुनिश्चित कर लिया है कि सभी नीतिगत पहल में महिलाओं को समान अवसर उपलब्ध कराने, महिला उद्यमियों का महत्व जानने-पहचानने और देश की प्रगति में उनकी आर्थिक भागीदारी पर विशेष ध्यान केन्द्रित करना आवश्यक है। महिला ई-हाट योजना द्वारा महिला उद्यमियों को डिजिटल बाज़ार उपलब्ध कराया जा रहा है। स्टैंड अप इंडिया, प्रधानमंत्री मुद्रा योजना और विश्वकर्मा योजना द्वारा भारत सरकार उद्यम शुरु करने के लिए ऋण सुविधा दे रही है। इन योजनाओं में महिलाओं को विशेष वरीयता दी जा रही है। ग्रामीण क्षेत्र में महिलाएँ उद्यमी मुद्रा योजना और विश्वकर्मा योजना का बड़ी संख्या में लाभ ले रही हैं और ये योजनाएँ ग्रामीण महिलाओं में काफी लोकप्रिय हो चुकी हैं।

महिलाओं में पोषण की कमी देश की एक बहुत बड़ी चुनौती है। भारत सरकार महिलाओं के बेहतर पोषण और स्वास्थ्य के लिए निरंतर कदम उठा रही है। मिशन पोषण-II महिला और बाल विकास मंत्रालय का एक समन्वित पोषण कार्यक्रम है, जो किशोरियों और माताओं में कुपोषण की समस्या का समाधान कर रहा है। महिलाओं की रक्षा, सुरक्षा और सशक्तिकरण के लिए कई कल्याणकारी योजनाएँ-वन स्टॉप सेंटर, महिला हेल्पलाइन, बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ, कामकाजी महिलाओं के लिए छात्रावास और कामकाजी माताओं के बच्चों के लिए क्रेच योजना और प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजनाएँ संचालित की जा रही है, जिससे महिला अधिकारों की रक्षा और हितों को बढ़ावा दिया जा रहा है। पिछले दस वर्षों में लैंगिक समानता को बढ़ावा देने और महिला अधिकारों की रक्षा के लिए कई कानून बनाए गए जैसे मातृ-स्वास्थ्य की दिशा में मातृत्व लाभ (संशोधन) अधिनियम, 2017 जिससे संगठित क्षेत्र में काम करने वाली महिलाओं के लिए मातृत्व अवकाश 12 सप्ताह से 26 सप्ताह और मुस्लिम महिला (विवाह अधिकार संरक्षण) अधिनियम, 2019 मुस्लिम महिलाओं को तीन तलाक के खिलाफ कानूनी सुरक्षा देता है। अभी हाल ही में पारित नारी शक्ति वंदन अधिनियम, 2023 महिलाओं के राजनीतिक सशक्तिकरण की दिशा में गेम चेंजर सिद्ध होगा।

विगत वर्षों में, सरकार ने महिलाओं के सशक्तिकरण के लिए अथक प्रयास किए हैं और नवाचारी कदम उठाए हैं जिससे महिलाओं, विशेषकर ग्रामीण महिलाओं को सशक्त करने में सरकार आज अत्यंत प्रभावी भूमिका में है।

26 फरवरी, 2024 जेल की तिनका-तिनका यात्रा: शब्द और आवाजें

- डॉ. वर्तिका नन्दा
संस्थापक, तिनका-तिनका फाउंडेशन

यहाँ फूलों की क्यारी नहीं है। खुला आसमान नहीं। पेड़ की छाँव की छुअन नहीं। तारों का दूर तक फैला आंचल नहीं। एक खिड़की है। छोटे-से सुराख हैं उसमें। दरवाजा नहीं है। लोहे का गेट है। उस पर एक बड़ा ताला जड़ा है। रात का एलान शाम 5 बजे हो जाता है। तब बचे-खुचे ख्वाब भी उसी बैरक में बंद हो जाते हैं, जिसमें जगह से कहीं ज्यादा ठूंसे हुए लोग हैं। वे जैसे आपस में करवट तक बदलने की इजाजत लेते हैं। यहाँ सिर के नीचे कोई तकिया नहीं। एक छोटा - सा कपड़ा है। उसके नीचे एक कागज है - किसी का कोई खत। एक याद - कोई सूखा पत्ता।

यादें सहेजने के नाम पर इतना भर ही मुमकिन है यहाँ। बाकी तमाम तस्वीरें जहन में हैं। उसी डोर के आसरे जिंदगी के इन सालों को काटना है।

यह जेल है।

यहाँ सब बंद है लेकिन तब भी मन में बचे रहते हैं - कुछ नर्म अहसास और अंजुरी भर उम्मीदें।

जेलों के इस टापू को समाज तिनके भर की अहमियत देना भी जरुरी नहीं समझता। यही वजह है कि मैंने अपने इस यज्ञ को नाम दिया : तिनका-तिनका।

"सुबह लिखती हूँ, शाम लिखती हूँ, इस चारदीवारी में बैठ बस तेरा ही नाम लिखती हूँ।"

तिहाड़ जेल परिसर की बाहरी दीवारों पर लिखी हुई ये पंक्तियाँ सीमा रघुवंशी की हैं। सीमा, रमा, रिया और आरती। ये चार महिलाएँ 2013 में तिहाड़ की जेल नम्बर 6 में बंद थी। उस समय मन था, इस जेल की महिला बंदियों को जोड़कर एक किताब पर काम करुँ। तिहाड़ की भूल-भुलैया को करीब से देखते-देखते एक शाम यह तय किया कि अब जिंदगी जेलों के नाम ही रहेगी। इस संबंध में जेल महानिदेशक विमला मेहरा से इसकी अनुमति ली। किताब का काम शुरु हुआ। जेल की कई बंदियों ने कई सारी कविताएँ लिखीं लेकिन चयन इन चार महिलाओं का हुआ। बाद में जो किताब बनी उसका नाम था **तिनका-तिनका तिहाड़।**

लेकिन बात किताब से कहीं आगे तक गई और फिर चलती चली गई। किताब के बाद बंदियों का बनाया एक कैलेंडर, एक खास गाना और एक सुंदर दीवार भी सजी। यह दुनिया का अपनी तरह का पहला प्रयास रहा, जिसमें महिला बंदियों को अपनी जिंदगी पर कविताएँ लिखने के लिए कहा गया। बाद में इनमें से चार महिलाओं को चुना गया - रमा, आरती, सीमा और रिया। 2013 में देश के गृह मंत्री ने विज्ञान भवन में जब भारत की तरफ से पहली बार आयोजित की जा रही एशिया - प्रशांत क्षेत्रों की अंतर्राष्ट्रीय कांफ्रेस में इस किताब का विमोचन किया तो भारत के सभ्य समाज में अचरज से कानाफूसी हुई - जेल की महिलाएँ और वो भी कवयित्रियाँ! पर यही सच था। सम्मेलन की शुरुआत तिनका-तिनका से ही हुई। उस सुबह उस विस्तृत मंच पर किताब और सी डी थामे सोचा भी नहीं था कि ठीक 10 साल बाद 2023 में जब इसकी कहानी को लिखने बैठूँगी, तब तक देश भर के कई तिनके इससे जुड़ चुके होंगे।

हिंदी और अंग्रेजी के अलावा इस किताब का अनुवाद चार भारतीय भाषाओं में हुआ और इतालियन में भी। 2018 में इस किताब के मराठी संस्करण का विमोचन महाराष्ट्र की यरावदा जेल में किया गया। उस मौके पर वहाँ के बंदियों ने तिहाड़ की कविताओं पर जबर्दस्त मंचन किया। एक छोटे-से प्रयोग ने देश की जेलों को जोड़ने में अपना एक अंश दिया।

यही किताब 2015 में लिम्का बुक ऑफ रिकार्ड्स में भी शामिल हुई। सुकून मिला कि जेल के सामने से गुजरने वाले अब यह जानने लगे हैं कि अंदर कविता भी पलती है और सपने भी जीते हैं। इसके बाद जेल की चारदीवारी पर एक लंबी म्यूरल पेंटिंग बनी जो देश की सबसे लंबी म्यूरल पेंटिंग थी। इसका विमोचन दिल्ली के उपराज्यपाल ने किया। दीवार पर तस्वीरें थी, रंग थे और थी - किताब से ली गई सीमा की कविता चारदीवारी- सुबह लिखती हूँ, शाम लिखती हूँ, इस चारदीवारी में बैठी बस, तेरा नाम लिखती हूँ। सीमा की शादी में इस प्रयोग का बहुत बड़ा योगदान रहा। किताब की सफलता के बाद उसके परिवार वाले जेल में ही बंद एक दूसरे कैदी से उसकी शादी करवाने को राजी हो गए। जेल में आने से पहले दोनों में प्रेम था। जेल में आने के बाद दोनों के बीच सलाखें थी। इन सलाखों को पिघलाने में बड़ा औज़ार बनी - तिनका-तिनका तिहाड़। 2024 में यह दीवार आज भी उसी अंदाज से सजी है। अगले कई सालों तक तिहाड़ की दीवार ऐसे ही बनी रहेगी और सड़क से गुजरने वालों को जेल के अंदर प्रेम की मौजूदगी की मौन खबर देगी।

दिसंबर, 2013 में इतिहास में पहली बार दिल्ली की विभिन्न अदालतों की विशेष अनुमति से 18 विचाराधीन कैदी बाहर लाए गए। तिनका-तिनका से ली गई दो कविताओं पर गाने और नृत्य की प्रस्तुति की गई। खुले आसमान के नीचे बहुत - से पुलिस और न्यायिक अधिकारियों के सामने इन कैदियों ने मिल कर गाया - तिनका-तिनका तिहाड़।

तिनका-तिनका तिहाड़ की इस लंबी प्रक्रिया ने बहुतों की जिंदगियाँ तेजी से बदलीं। एक-एक जिंदगी का बदलना मीडिया या समाज के लिए खबर नहीं थी। जो उनके लिए राख थी, वही तिनका-तिनका के लिए खुराक थी। तिनके जुड़ते गए। फिज़ा में न दिखने वाले, किसी गिनती में न रखे जाने वाले तिनकों ने आपस में गुंथ कर यह साबित कर दिया कि तिनकों में भी एक शक्ति होती है।

2018 में तिनका-तिनका को देश की 1382 जेलों की अमानवीय स्थिति के संबंध में सुप्रीम कोर्ट में दायर याचिका की सुनवाई का हिस्सा बनने का मौका मिला। जस्टिस एम बी लोकूर और जस्टिस दीपक गुप्ता की बेंच ने जेलों में महिलाओं और बच्चों की स्थिति को आकलन प्रक्रिया में शामिल किया और कुछ सिफारिशों को तरजीह दी। 2019 में मॉरीशस की राजधानी पोर्ट लुइस और 2022 में नार्वे की राजधानी ओस्लो की जेलों को देखने का मौका मिला। महसूस हुआ कि जेलों पर काम करने के लिए एक जीवन नाकाफी है।

तिहाड़ से तिनका-तिनका का जो यज्ञ शुरु हुआ था, अब वो देश भर की जेलों में बंदियों की आवाज बन रहा है। तिहाड़ के बाद यह सफर उत्तर प्रदेश की डासना और आगरा जेल में पहुँचा। फिर 2018 में तिनका-तिनका की आमद मध्य प्रदेश हुई। इसमें 14 बंदियों और एक प्रहरी के साथ जेल के 4 बच्चे भी जुड़े।

अपनी तरह की अनूठी कॉफी टेबल बुक के तौर पर यह जेलों में सपनों के साकार होने का जरिया बनी। तिनका-तिनका देश का इकलौता प्रकाशक है, जो जेलों की किताबों के प्रकाशन को समर्पित है। तिनका-तिनका रिसर्च सेल, जेल की पाठशाला और जेल से चिट्ठी की स्थापना हो चुकी है। तिनका मॉडल ऑफ प्रिज़न रिफार्मस् के तहत जेलों पर कर्म आधारित शोध हो रहा है।

लेकिन यहाँ सभ्य समाज की बात बहुत जरुरी है। इस समाज के लिए जेल नकारात्मकता की जगह है लेकिन उनका क्या, जिनके जिम्मे इंसान को सहेजना है। किताबों के मेलों में ऐसी किताबें नहीं दिखती। संस्थाएँ इनको नहीं खरीदती। जेल को समझने-चलाने का दायित्व लिए अधिकारी भी बंदियों के इन शब्दों को नहीं पढ़ना चाहते। जेल से जुड़े लोग भी जेल के बारे में वही पढ़ना चाहते हैं, जिसका स्वाद चटपटा हो। चटखारे और बाज़ार के इस घालमेल में जेल के सरोकार कौन देखे। ऐसे में जेल का अनदेखे कोनों में सरका हुआ दिखना स्वाभाविक है। इसलिए, मुद्दा जेलों को अतिरिक्त मानवीय बनाने का तो है ही, जेल को सहेजने का भी है। जेल की छवि सुधारने के लिए समाज से ज्यादा उम्मीद लगाए बिना इन संस्थानों को ही खुद को सबल - सक्षम - सुविचारपूर्ण बनाना होगा।

जरुरी नहीं कि जो जेल में है, वह अपराधी ही हैं और जो जेल के बाहर हैं, वह निरपराध। जेल जिंदगी के सबसे बड़े सबक देते हैं। यह बंदी राष्ट्र-निर्माण में भागीदार हो सकते हैं। कोरोना के दौर में मास्क बनाते कई बंदी बाहर की दुनिया के लिए सरोकार को बनाए हुए थे। उन्हें एक बार मौका दीजिए और खुद भी सोचिए कि पूरी जिंदगी में कब हमने किसी बंदी की पीठ उसके किसी भले काम के लिए थपथपाई थी।

राष्ट्रीय महिला आयोग

संकल्प से सिद्धि

राष्ट्रीय महिला आयोग

राष्ट्रीय महिला आयोग, भारत की स्वतंत्रता में सहभागी रही और आज तक अपने देश भारत की परम्परागत सांस्कृतिक और साहित्यिक पराकाष्ठाओं को निरंतर चरम पर पहुँचा रही "हिंदी भाषा" की मान्यता को समझता है।

"अरुणिमा" में प्रकाशित कविताएँ, लेख और कहानियाँ इस बात को चरितार्थ करती हैं।

राष्ट्रीय महिला आयोग • NATIONAL COMMISSION FOR WOMEN

जब महिलाओं की गरिमा, सुरक्षा और अधिकारों की हो बात
तब राष्ट्रीय महिला आयोग देता है सदैव आपका साथ

राष्ट्रीय महिला आयोग की Helpline महिलाओं के लिए सातों दिन, चौबीस घण्टे उपलब्ध है। कॉल करें: 7827170170