खूबसूरत त्वचा की मल्लिका कैसे बनें
सजग सरस युवा पत्रिका
अप्रैल 2021 ₹ 30.00
मुक्ता
M
नाइट क्रीम
लगाने का सही तरीका
प्यार में जरूरी है
किसिंग
क्या आप भी हैं
टौमबौय लड़की
जिंदगी के लिए
प्यार
सबकुछ नहीं
मोबाइल गेमिंग
का बढ़ता नशा
उड़ान भरती
अंजलि ततरारी
स्टाइल औफ द मंथ

Piramal
टेटमोसोल से रोज़ नहाना मतलब
त्वचा के इन्फेक्शन^ को दूर भगाना!
खुजली
लाल दाने
फोड़े
पपड़ी
से राहत दे
Monosulfiram Medicated Soap
TETMOSOL®
Monosulfiram
Prescribed by Doctors
डॉक्टर का सुझाया
No.1
ब्रैंड#
Monosulfiram Medicated Soap
TETMOSOL®
Monosulfiram
Prescribed by Doctors
नींबू जैसी ताज़ी महक
CMAC - TE/20210125-34
अपने सुझावों तथा सवालों के लिए, हमारे कंस्यूमर केयर अफसर से इस टोल फ्री नंबर 1800 22 9898 पर या consumercare@piramal.com पर सम्पर्क करें।
सूचना: ^खुजली (स्केबीज़) के कणो द्वारा हुए संक्रमण के लिए। स्थिति में सुधार न होने पर, डॉक्टर से सलाह ले। संक्रमन की संभावना तक रोज़ाना स्नान करें।
#खाज और खुजली की दवाइयों की श्रेणी में डॉक्टरों द्वारा निर्धारित किया गया, MAT May 2020 में किये गए IMS प्रिस्क्रिप्शन ऑडिट पर आधारित।
सभी प्रमुख मेडिकल स्टोर्स पर उपलब्ध।

मोबाइल गेमिंग का बढ़ता नशा

एक बार जब कोई व्यक्ति किसी चीज का एडिक्ट हो जाता है तो वह अच्छा महसूस करने के लिए अपना एडिक्शन नहीं दोहराता बल्कि सामान्य महसूस करने के लिए एडिक्शन को दोहराता है.

लेख • शाहनवाज

21 वीं शताब्दी की शुरुआत को टैक्नोलौजी की आमजन तक पहुंच का समय माना जाता है. यह वही समय है जिस के बाद से मोबाइल, कंप्यूटर, लैपटौप जैसी चीजें आमजन भी अफोर्ड कर पाया और अपने जीवन को मुख्यधारा से जोड़ पाया.

शुरुआती समय में लोग मोबाइल का उपयोग सिर्फ एकदूसरे से कम्यूनिकेट करने के लिए किया करते थे लेकिन समय बीतने के साथसाथ मोबाइल की उपयोगिता बढ़ती ही चली गई. पहले साधारण फोन हुआ करते थे, लेकिन एक समय बाद 'स्मार्टफोन' की ईजाद हुई जिस ने लोगों के स्टेटस को बदल कर रख दिया.

स्मार्टफोन, नौर्मल फोन की तुलना में कहीं ज्यादा काम करने में सक्षम हैं. आजकल के समय में लोग मोबाइल सिर्फ एकदूसरे से संपर्क साधने के लिए नहीं खरीदते बल्कि कई तरह के काम करने के लिए खरीदते हैं, जैसे वीडियो देखने के लिए, गाने सुनने के लिए गेम्स खेलने के लिए आदि. वास्तव में आजकल तो स्मार्टफोन का निर्माण ही मोबाइल गेमिंग को ध्यान में रखते हुए किया जा रहा है.

गेम्स खेलना किसे पसंद नहीं होता. हर कोई हलकेफुलके मनोरंजन के लिए थोड़ाबहुत गेम खेल कर दिमाग में चल रही भागदौड़ से खुद को शांत महसूस करता है. जब तक व्यक्ति अपने स्मार्टफोन में गेम्स खेल रहा होता है उस समय तक वह अपनेआप को शेष दुनिया से काट लेता है. कुछ पल के लिए ही सही, लोग अपनी नजरें अपने स्मार्टफोन में गढ़ा कर गेम्स खेल कर मानो सारी चिंताओं से खुद को मुक्त कर लेते हैं. लेकिन गेमिंग तब समस्या बन कर उभरती है जब लोग इस के एडिक्ट हो जाते हैं. गेमिंग का एडिक्शन इतना खतरनाक और इस के परिणाम इतने भयानक हो सकते हैं कि ये इंसान को पागलपन की ओर ले जा सकता है.

ऐसे लगती है लत

दिल्ली के जनकपुरी में रहने वाला 15 वर्षीय हर्षित 10वीं क्लास में पढ़ाई करता है. लौकडाउन के चलते स्कूल बंद हो जाने के कारण वह पिछले साल मार्च से ही अपने घर में कैद हो गया. स्कूल की तरफ से औनलाइन क्लास का प्रबंध किया गया और हर्षित के पेरैंट्स ने उसे औनलाइन क्लास अटैंड करने के लिए एक हलकी रेंज का ठीकठाक स्मार्टफोन खरीद कर दिया. जब तक औनलाइन क्लास होती तब तक तो ठीक, लेकिन उस के बाद हर्षित अपने नए स्मार्टफोन में पबजी गेम खेलने लगता. हर्षित अपनी क्लास में एवरेज मार्क्स लाने वाले स्टूडैंट्स में था. हर्षित के पेरैंट्स भी उसे फोन में गेम्स खेलने से टोकते नहीं थे, सोचते थे कि बच्चा घर बैठे खुद को इसी तरह से ही एंटरटेन कर सकता है.

शुरुआती दिनों में तो हर्षित गेम में अपना हाथ सैट करने के लिए एकाध घंटा ही गेम खेलता था. लेकिन जैसेजैसे वह गेम सीखता जा रहा था और अच्छा परफौर्म करता जा रहा था वैसेवैसे उस की पबजी गेम खेलने की ललक बढ़ती गई. गेम खेलने के दौरान उस के आसपास क्या घट रहा है, उसे किसी बात की सुध न होती. वह बस, अपने फोन में गेमिंग में व्यस्त रहता और मस्त रहता. समय बीता, तो हर्षित के पेरैंट्स उसे ले कर चिंता करने लगे. क्योंकि अब वह गेमिंग के लिए स्कूल की तरफ से चलने वाली अपनी औनलाइन क्लासेज भी मिस करने लगा था. जब कभी उस के मम्मीपापा इस बात पर उसे डांटफटकार लगाते तो वह उसे एक कान से सुन कर दूसरे से निकाल देता. उसे किसी बात का मानो फर्क पड़ना बंद हो गया था.

समय बीतने के साथसाथ हर्षित का पबजी खेलने का समय भी बढ़ता जा रहा था. एक घंटे से शुरुआत करने वाला हर्षित अब एक जगह बैठ कर बिना कुछ खाएपिए 5–6 घंटे गेम में बिता देता था. जब यह सबकुछ ज्यादा होने लगा तो सजा के तौर पर उस के पापा ने उस से एक दिन के लिए उस का फोन छीन लिया. हर्षित की गेमिंग एडिक्शन इतनी खतरनाक स्तर पर पहुंच चुकी थी कि अपने पास फोन न होने पर उस का मन बेचैन होने लगा. वह छोटीछोटी बातों पर चिढ़ने लगा. फोन छीने जाने की वजह से उस का मन इतना विचलित हो गया था कि गुस्से में उस ने खाना ही छोड़ दिया. मजबूरन उस के पिता को उसे फोन लौटाना पड़ा.

यह स्थिति आगे और भी भयावह होने लगी जब हर्षित रात को डिनर करने के बाद सोते वक्त नींद में भी 'इस को मार', 'उस को मार' बड़बड़ाने लगा. सुबह आंख खुलती तो ब्रश करने से पहले गेम खेलता. जहां कहीं भी जाता, अपना फोन हमेशा अपने साथ रखता. घर में अपने पेरैंट्स से छिपछिपा कर गेम खेलने का समय निकालता. टीनएज की इस उम्र में उस की आंखों के नीचे गहरे काले गड्ढे बन गए थे जोकि पूरी नींद न ले पाने की निशानी थी. समय से न खानेपीने से वजन में लगातार गिरावट आने लगी थी. हर्षित का सोशल इंटरैक्शन तो जैसे खत्म ही हो गया था.

हर्षित जैसे कई ऐसे बच्चे और कई ऐसे युवा हैं जो हमारे आसपास दिखाई दे जाएंगे. हो सकता है आप भी किसी ऐसे ही व्यक्ति को जानते हों जो बिलकुल हर्षित जैसा तो नहीं लेकिन गेम्स खेलने को ले कर पागल रहता हो.

मोबाइल मार्केटिंग एसोसिएशन्स पावर की 'मोबाइल गेमिंग इन इंडिया रिपोर्ट' के अनुसार, भारत में हर 4 में से 3 गेमर्स हर दिन कम से कम 2 बार गेम खेलते हैं. रिपोर्ट के अनुसार, ''भारत 250 मिलियन (25 करोड़) मोबाइल गेमर्स के साथ दुनिया में शीर्ष

5 गेमिंग देशों में से एक है.'' इस रिपोर्ट में यह भी कहा गया है कि भारत में नैटफ्लिक्स या अन्य स्ट्रीमिंग प्लेटफौर्म्स से बिंज वौचिंग (वैब सीरीज देखने की आदत) से भी ज्यादा लोग अपने स्मार्टफोन में गेमिंग करना पसंद करते हैं.

2014 की फ्लरी की मोबाइल एनालिटिक रिसर्च के अनुसार, 2014 तक भारत में एक एंड्रोयड गेमर रोजाना औसतन 33.4 मिनट अपने स्मार्टफोन या टेबलैट पर गेम खेलते हुए खर्च करता था. लेकिन 2020 की साइबर मीडिया रिसर्च की रिपोर्ट के अनुसार, यह आंकड़ा बढ़ कर 7 घंटे प्रतिसप्ताह हो चुका है.

भले ही भारत में गेमर्स के आंकड़े आसमान छू रहे हों लेकिन यह चिंता का विषय है. इस में खुद को प्राउड फील करने की जरूरत नहीं है. बच्चों और युवाओं में बढ़ते हुए गेमिंग के इस आंकड़े से यह समझने की जरूरत है कि लोग जानेअनजाने गेमिंग एडिक्शन के जाल में फंसते जा रहे हैं. आखिर क्या कारण है कि लोग गेमिंग एडिक्शन का शिकार हो रहे हैं? क्या सरकार या प्रशासन इस डिजिटल एडिक्शन को एडिक्शन मानता भी है? क्या इस से बचने के लिए सरकार ने कोई उपाय किया है?

क्या होता है एडिक्शन

गेमिंग एडिक्शन को समझने से पहले यह बहुत जरूरी है कि हम पहले एडिक्शन क्या होता है, यह समझें. एडिक्शन मस्तिष्क प्रणाली का एक पुराना रोग है जिस में इनाम, प्रेरणा और मैमोरीज शामिल होती हैं. सीधे शब्दों में इस को बयान करें तो एडिक्शन एक तरह से मस्तिष्क का डिसऔर्डर है जो किसी भी व्यक्ति को हो सकता है.

कनाडा के साइकोलौजिस्ट ब्रूस एलेग्जैंडर

के अनुसार, ''मनुष्य को सहज सामाजिक जुड़ाव की आवश्यकता होती है. जब हम खुश और स्वस्थ होते हैं तो हम अपने आसपास के लोगों के साथ सोशल कनैक्ट होते हैं. लेकिन जब हम खुश नहीं होते, हम अलगथलग हो जाते हैं और जीवन से हार जाते हैं तो हम उस चीज के साथ बंध जाते हैं जिस से हमें कुछ राहत मिलती है.''

एडिक्शन इसी का ही प्रोडक्ट है. ब्रूस एलेग्जेंडर की परिभाषा के अनुसार, कोई भी

व्यक्ति किसी भी पदार्थ या किसी खास व्यवहार का एडिक्ट तब तक नहीं होता जब तक वह खुश है. जब वह दुखी होता है और समाज के लोग उसे उपेक्षित कर देते हैं तो उस से उबरने के लिए वह कुछ पलों की राहत के लिए उन चीजों के साथ जुड़ जाता है जिन से उसे राहत मिलती है. राहत के इन्हीं पलों को एडिक्शन कहते हैं.

यह एडिक्शन सिर्फ नशे के साथ जुड़ने पर ही नहीं होता बल्कि यह किसी भी प्रकार का हो सकता है. उदाहरण के लिए अपने फोन को अनगिनत बार चैक करते रहना, पोर्नोग्राफी देखना, इंटरनैट पर यों ही घंटों बिता देना, शौपिंग का एडिक्शन, बिंज ईटिंग अर्थात फास्ट फूड ईटिंग का एडिक्शन, गैम्बलिंग करना, मास्टरबेशन करना, यहां तक कि रिस्क उठाने का एडिक्शन भी होता है.

दिमाग पर कैसे करता है असर?

जब हम कोई सुखद क्रिया करते हैं तो हमारा दिमाग खुद को पुरस्कृत करता है जिस से हमारे दिमाग को राहत का एहसास होता है. मानव मस्तिष्क में कोई सुखद क्रिया करने पर एक तरह का न्यूरोट्रांसमीटर रिलीज होता है जिसे डोपामिन कहते हैं. इस से न केवल हमें अच्छा महसूस होता है बल्कि यह हमें प्रोत्साहित करता है कि हम जो कर रहे हैं उसे करते रहें.

दरअसल, डोपामिन मस्तिष्क का रिवौर्ड सिस्टम होता है. यह हमारे दिमाग को वही चीज बारबार दोहराना सिखाता है. कुछ समय बाद दिमाग में डोपामिन का इन्टेक बढ़ता जाता है. डोपामिन जितना ज्यादा बढ़ता है व्यक्ति उतना ही अधिक एडिक्शन के जाल में फंसता चला जाता है. एक बार जब कोई व्यक्ति किसी चीज का एडिक्ट हो जाता है तो वह अच्छा महसूस करने के लिए अपना एडिक्शन नहीं दोहराता बल्कि सामान्य महसूस करने के लिए एडिक्शन दोहराता है.

उदाहरण के लिए, जब कोई व्यक्ति दिनभर की भागदौड़ के बाद कुछ पलों के लिए खुद को तसल्ली पहुंचाने या राहत देने के लिए सिगरेट पीता है तो उस के इन्टेक से दिमाग में डोपामिन रिलीज होता है. जिस से व्यक्ति को राहत का एहसास होता है. दिमाग इन राहत के पलों को दोबारा से उपभोग करने के लिए इस व्यवहार को सीख जाता है और फिर दोबारा से सिगरेट पीने के लिए क्रेविंग (लालसा) पैदा करता है. ज्यादा से ज्यादा रिवौर्ड (डोपामिन) प्राप्त करने की लालसा में मानव मस्तिष्क व्यक्ति को और अधिक सिगरेट पीने के लिए प्रोत्साहित करता है. जिसे मानव मस्तिष्क का रिवौर्ड सर्किट कहते हैं. जो अंत में एडिक्शन में बदल जाता है. जिस से बाहर निकलना बेहद मुश्किल हो जाता है.

गंभीर बीमारियों को न्योता

गेमिंग एडिक्शन भी अन्य किसी दूसरे एडिक्शन जितना ही खतरनाक होता है और इस के भयानक परिणाम निकल सकते हैं. अपने स्मार्टफोन में तरहतरह के मल्टीप्लेयर गेम्स खेल कर लोग बेशक एकदूसरे के साथ कनैक्ट तो होते हैं लेकिन उन की यह रुचि कब एडिक्शन में बदल जाती है, उन्हें इस बात का बिलकुल भी अंदाजा नहीं होता. कोई यह जरूर कह सकता है कि कम से कम गेमिंग करने वाले नशेड़ियों और गंजेड़ियों की तरह नशाखोर तो नहीं होते. लेकिन सचाई यह है कि गेम एडिक्ट उन से कम भी नहीं होते हैं. किसी गेम एडिक्ट को कई तरह के कौम्प्लिकेशंस का सामना करना पड़ सकता है.

वीडियो गेमिंग में शामिल फिजिकल ऐक्सरसाइज के न होने की वजह से वजन बढ़ने या घटने और अमेरिका के बच्चों और युवाओं में टाइप–2 मधुमेह के जोखिम के बारे में सार्वजनिक स्वास्थ्य ने चिंताओं को जन्म दिया है. भारत में भी यह हो सकता है यदि स्टडी की जाए तो. चिड़चिड़ापन और शौर्टटैम्पर (तेजी से गुस्सा आना) भी इस में शामिल हैं. गेम्स खेलने में बहुत समय बिताने वाले किताबें पढ़ने में कम दिलचस्पी लेते हैं. सिर्फ किताबें नहीं, जिन कामों के लिए अधिक ध्यान केंद्रित करने या लंबे समय तक ध्यान देने की आवश्यकता होती है, उन कामों को वे नहीं कर पाते हैं. नींद की खासा कमी होने लगती है क्योंकि वे अच्छी नींद से ज्यादा प्राथमिकता गेम में अपने लैवल पार करने को देते हैं. एक जगह पर लंबे समय तक बैठे रहने की वजह से कार्डियक अरैस्ट, जिसे आमभाषा में हार्टअटैक के नाम से जाना जाता है, के खतरे बढ़ जाते हैं.

मई 2019 में मध्य प्रदेश में 16 वर्षीय फुरकान कुरैशी के 6 घंटे लगातार गेम खेलने के कारण हार्टअटैक आने से मृत्यु हो गई. इस लिस्ट में और भी कई कौम्प्लिकेशंस हैं जिन्हें किसी गेम एडिक्ट को झेलना पड़ सकता है.

मल्टीप्लेयर गेम्स और भी खतरनाक

भारत में यदि आज के समय में सब से अधिक कोई गेम बच्चों और युवाओं द्वारा खेला जाता है तो वह पबजी है. यह गेम सभी तरह के स्मार्टफोन में नहीं खेला जा सकता बल्कि इसे खेले जाने के लिए खास स्पेसिफिकेशन का फोन लेना जरूरी है. भारत में सब से ज्यादा पौपुलर गेम पबजी ही है. इसी से मिलताजुलता दूसरा गेम 'फ्री फायर' और 'कौल औफ ड्यूटी' है.

भारत में पबजी गेम की लोकप्रियता को देखते हुए 'कुआट्र्स' और 'जाना' नाम की कंपनी ने 2018 में एक सर्वे किया था, जिस की रिपोर्ट के अनुसार, 73.4 फीसदी लोग पबजी को अपने स्मार्टफोन में खेलते हैं. 24.3 फीसदी लोग सप्ताह में 8 घंटे से अधिक समय पबजी गेम खेलने में व्यर्थ कर देते हैं. 80 फीसदी से अधिक लोग पबजी गेम में चीजें खरीदने के लिए 350 रुपए तक पैसे खर्चते हैं और 10 फीसदी लोग 1,400 रुपए तक पैसे खर्च कर देते हैं. यह तो बात हुई पबजी गेम्स से जुड़े कुछ आंकड़ों की, लेकिन पबजी गेम जितना भारत में लोकप्रिय है, यह उतना ही लोगों के लिए खतरनाक भी है. सिर्फ एडिक्शन को मद्देनजर रखते हुए

स्टोमाफिट®

लिक्विड व टैबलेट

SUNCARE
SURE SAFE SECURE

सुनो जी, कुमार जी की शादी में जा रहे हो हिसाब से खाना, कहीं बाद में न पड़े पछताना।

अरी ठकुराईन, काहे घबरावत हो , अपना स्टोमाफिट है ना!! अब डर को जाओ भूल, लो स्टोमाफिट और रहो कूल!!

बेदू जी और शादी

अपच व ऐसीडिटी से तुरंत आराम

New Pack Coming Soon

450ML, 200ML, 100ML, 90 TABLETS

हेमोक्रॉल

बेहतरीन स्वाद

ग्लूकोज़ से भरपूर आयरन टॉनिक

निम्नलिखित कारणों से हुई कमजोरी को दूर करने में सहायक

गर्भधारण, हुकवार्म, पेट में कीड़े, मासिक धर्म,
साधारण कमजोरी, बीमारी या संक्रमण, बवासीर से एनीमिया,
बच्चों में कमजोरी व थकावट

छोड़ो **थकान** बनो **बलवान**

शहद सा गाढ़ा
संतरे सा स्वादिष्ट

Now Available on 1mg

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें:

सनकेयर फार्मूलेशन्स प्रा. लि.

फोन:8447977889/999, 011-46108735, मेल:info@stomafit.com

फ्री होम डिलीवरी 8447977999

नहीं, बल्कि व्यावहारिक दृष्टि से भी पबजी जैसे गेम्स लोगों की मानसिकता पर बड़ा गहरा प्रभाव डालते हैं.

पबजी गेम में एक बार में 100 लोग औनलाइन गेम को खेलते हैं. यह मरजी प्लेयर की होती है कि वह इसे अकेला खेलना चाहता है या 4 लोगों की टीम के साथ. गेम में प्रवेश करने के बाद एकएक कर हर प्लेयर को मारना होता है. जब सब मर जाते हैं तो आखिरी प्लेयर को 'चिकन डिनर' के खिताब से नवाजा जाता है. यह एक गेम कम से कम 30–40 मिनट तक चलता है और प्लेयर को बिना अपनी पलकें झपकाए व ध्यान भटकाए उसे पार करना होता है. हर किसी का एक ही टारगेट होता है चिकन डिनर हासिल करना. बस, इसी की जद्दोजेहद में लोग लगे रहते हैं.

लेकिन यह सिर्फ एक गेम नहीं है बल्कि इस को खेलने से खेलने वाले के दिमाग में एक तरह की मानसिकता का जन्म हो जाता है. गेम में हथियारों का इस्तेमाल बेहद आम है. बिना हथियारों के इस्तेमाल से इसे खेलना मुमकिन ही नहीं. खेलने वाला जब 30–40 मिनट तक एक गेम में हथियारों का इस्तेमाल करता है तो उस के लिए रियल लाइफ में भी हथियारों का इस्तेमाल आम लगने लगता है.

पबजी जैसे गेम्स न केवल हमारे दिमाग के साथ खेल रहे हैं बल्कि हमारे लिए एक नया ऐसा माहौल भी स्थापित कर रहे हैं जहां हिंसक गतिविधियां या कृत्य सामान्य व प्रभावशाली हैं. यह हमारे माइंडसैट को बदल रहा है जो पूरी तरह से सोशल नौर्म्स (सामाजिक मानदंडों) के खिलाफ है. पबजी जैसे गेम्स आक्रामक व्यवहार, विचारों और

भावनाओं को ट्रिगर करते हैं जो अंत में हिंसा और आत्महत्या जैसी घटनाओं को प्रोत्साहित करते हैं.

लगातार इस तरह की गेमिंग हमारे जीवन की परिस्थितियों में निर्णय लेने की क्षमताओं को भी प्रभावित करता है और हमारी एकाग्रशक्ति को प्रभावित करता है जिस के कारण लोग उन के काम और स्टडीज में दिलचस्पी नहीं ले पाते और नुकसान या विफलता को झेलना पड़ता है. बल्कि, पबजी गेम में रीस्टार्ट करने का बटन लोगों के दिमाग में इतना प्रभाव डालता है कि लोग अपनी असली जिंदगी को भी किसी गेम की तरह ही समझने लगते हैं. जब वे लाइफ में किसी विफलता का सामना करते हैं तो उन से उन की विफलता का बोझ सहन नहीं हो पाता जिस कारण बच्चों और युवाओं को डिप्रैशन का सामना करना पड़ता है.

पबजी जैसे गेम्स खेलने वाले गेम में इतना अधिक ध्यान केंद्रित कर देते हैं कि वे अपने दोस्तों व परिवारों की ओर ध्यान ही नहीं देते. लोग अपने करीबी लोगों से गेम खेलने के बहाने ढूंढ़ने लगते हैं, उन से झूठ बोलने लगते हैं. गेम खेलने से टोकने वाले लोगों से वे खुद को आइसोलेट (अलगथलग) कर लेते हैं. न तो कहना मानते हैं और न ही किसी बात पर गौर करते हैं. इन सभी के साथसाथ फिजिकल प्रौब्लम्स होती हैं, वह अलग है.

कैरियर के लिए गेमिंग

लौकडाउन की वजह से जब लोग अपने घरों में कैद हो गए तो बहुसंख्य बच्चे और युवा अपने घरों में स्मार्टफोन्स के साथ चिपक गए. ऐसे में वे गेम खेलने के साथसाथ इस स्पोर्ट यानी गेम को अपने कैरियर के रूप में भी अपनाने के बारे में विचार कर रहे थे. कइयों ने तो गेम्स खेलने की अपनी वीडियोज को यूट्यूब पर डालना शुरू कर दिया था. कई अपनी गेम की लाइव स्ट्रीमिंग करने लगे. इन सब में कुछ मुट्ठीभर युवाओं को लोकप्रियता हासिल भी हो गई. कुछ गेमर्स कंप्यूटर कंपनियों के ब्रैंड एम्बेसडर बन गए. कुछ को यूट्यूब पर अपनी वीडियोज पर प्रचार आने शुरू हो गए. ऐसे में भारत में एक बड़ी संख्या में युवाओं को यह लगने लगा कि वे भी अपने पैशन को अपना कैरियर बना लेंगे.

लेकिन आखिर किस कीमत पर? अपने पैशन को अपना कैरियर बना लेने का सपना गलत नहीं है. यह भी समझने की जरूरत है कि इस भेड़चाल में केवल कुछ गिनेचुने लोग ही सफल हो पाते हैं. इस के साथसाथ गेमिंग मनोरंजन का साधन जरूर हो सकता है पर समाज में यह अनप्रोडक्टिव कामों में से एक है. गेमिंग से किसी वस्तु का निर्माण नहीं किया जा सकता है. ●

गेमिंग डिसऔर्डर को रोकना है जरूरी

यह तो साफ है कि गेमिंग का बढ़ता नशा भी बच्चों और युवाओं को बरबाद कर सकता है. लेकिन क्या भारत में सरकार ने इस से बचने के उपाय किए? विश्व स्तर पर बात करें तो विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लूएचओ) ने इंटरनैशनल स्टैटिस्टिकल क्लासिफिकेशन औफ डिजीज एंड रिलेटेड हैल्थ प्रौब्लम्स के 11वें संशोधन में वर्ल्ड हैल्थ असैंबली मई 2019 में गेमिंग डिसऔर्डर को अपनी लिस्ट में शामिल कर लिया था.

याद हो तो कनाडा के साइकोलौजिस्ट ब्रूस एलेग्जैंडर ने किसी भी एडिक्शन की जड़ को लोगों की खुशी से जोड़ कर देखा था. उन्होंने कहा था, ''लोग यदि खुश हैं तो वे किसी भी तरह के एडिक्शन का शिकार नहीं बन पाएंगे और यदि वे दुखी हैं तो उन्हें खुद को रिलीफ पहुंचाने के लिए किसी भी एडिक्शन का सहारा लेना पड़ेगा.'' पूरे भारत में जहां एक तरफ केवल समस्याओं का सागर बह रहा हो तो किसी से कोई उम्मीद कैसे लगाई जा सकती है कि वह खुद को उन समस्याओं से कुछ देर मुक्त करने के लिए किसी एडिक्शन का सहारा नहीं लेगा.

लोगों को काम नहीं मिल रहा, बेरोजगारी अपनी चरम पर है, जिन्हें काम मिल भी रहा है तो वे बेहद औनेपौने दामों में काम करने को तैयार हैं. घर की समस्या, रिलेशन की समस्या, दोस्तों की समस्या, पढ़नेलिखने की समस्या, भांतिभांति की समस्याओं का सागर यहांवहां हर समय और हर जगह बहता हुआ नजर आ जाएगा. ऐसे में गेमिंग का एडिक्शन होना युवाओं में बेहद आम बात है. और वैसे भी, भारत में तो मैंटल हैल्थ की समस्याओं को बड़ा माना ही नहीं जाता है. जब तक किसी की जान पर नहीं बन आती, कोई मर नहीं जाता तब तक उसे समस्या माना ही नहीं जाता है. जब तक भारत में मूलभूल सुविधाओं को लोगों के लिए आम नहीं बना दिया जाता, कम से कम तब तक गेमिंग एडिक्शन को समाज से उखाड़ फेंकना मुश्किल है. लेकिन हार मानने की जरूरत नहीं है. अगर आप किसी ऐसे को जानते हैं जो इस का शिकार है तो उसे साइकोलौजिस्ट के पास ले कर जाएं और उन के मैंटल हैल्थ का इलाज करवाएं. क्योंकि, सरकार से इन समस्याओं का निदान तो इस जन्म में नहीं मिलने वाला है और न ही उस से इस की उम्मीद की जा सकती है.

मुक्त विचार

संपादकीय

कोरोना के बाद कोरोना

कोविड-19 जाने का नाम नहीं ले रहा है और अब अलगअलग रूपों में सामने आ रहा है. वैक्सीन बनाने वालों का दावा है कि अब तक कोविड-19 वायरस के जितने म्यूटेंट सामने आए हैं, वैक्सीन सब से निबट सकती है. पर वास्तव में क्या होगा, यह तो कुछ समय बाद ही पता चल पाएगा. इतना जरूर है कि दुनियाभर में लोगों ने कोविड-19 को अब झेल लेने की तैयारी करनी शुरू कर दी है और पूरे लौकडाउनों की बात बंद हो गई है.

हमारे प्रधानमंत्री तो एक तरफ मास्क और 2 गज की दूरी के उपदेश देते रहे और दूसरी तरफ तमिलनाडु, केरल, पश्चिम बंगाल व असम के चुनावी सभाओं में गाल से गाल मिला कर बिना मास्क

पहने लोगों को देख कर गदगद होते रहे. यह मानना पड़ेगा कि कोविड–19 की महामारी उन जगहों पर बुरी तरह नहीं फैली जहां चुनाव हो रहे हैं. उस भीड़ में लोग इतने सक्षम थे कि वे कोरोना का कहर झेल सकते थे.

कोविड-19 की लड़ाई लंबी चलेगी. अब देशों ने एक अंतर्राष्ट्रीय समझौते पर बात करने की शुरुआत कर दी है जिस में एक संधि के अनुसार सभी देशों के लिए महामारियों से निबटने के एक से नियम अपनाने को बाध्य होना पड़े. कोई देश अपने आर्थिक कारणों से छूट दे और कोई निकम्मी नौकरशाही के कारण कोरोना को फैलने दे, अब नहीं चलेगा क्योंकि कोरोना वायरस कोई सीमा नहीं जानता.

नक्शों पर खींची रेखाएं असल में अब बेकार साबित हो रही हैं. चीन से शुरू हुआ कोविड इटली पहुंचा और फिर कोई देश नहीं बचा जहां यह पहुंचा न हो. यह वह हवा है जो सीमाओं को नहीं जानती. ग्लोबल वार्मिंग की तरह कोविड महामारी सब को धरती की किसी भी जगह पर बीमार कर सकती है.

भारत में हम ने अपनी सरकार के निकम्मेपन के कारण कोविड से ज्यादा नुकसान सहा है. 24 मार्च, 2019 को हुए अचानक लौकडाउन के समय नरेंद्र मोदी ने 21 दिनों में इस कुरुक्षेत्र के युद्ध में विजय पाने का वादा किया था. अब एक साल हो गया, कोविड का असर भी है और लौकडाउन का भी. करोड़ों लोग भूखे हैं, बेकारी बढ़ रही है, अर्थव्यवस्था चकनाचूर है. मोदीजी जहां जाते हैं चाहे देश में हों या विदेश में, वहां दंगे हो जाते हैं जैसा कि उन के बंगलादेश की राजधानी ढाका पहुंचने पर हुआ.

भारतीय जनता पार्टी का लक्ष्य चुनाव जीतना रह गया है, कोरोना से लड़ना नहीं. अप्रैल में हो रहे 5 विधानसभा चुनावों में उस की आंख सब पर टिकी रही, लेकिन कोरोना पर नहीं. लोग बीमार पड़ रहे हैं, मर रहे हैं या उन के उद्योगव्यापार ठप हो रहे हैं, सरकार को कोई चिंता नहीं है जैसाकि दुनिया की दूसरी सरकारों को अपने नागरिकों के लिए है. सारी सरकारों ने भारी आर्थिक सहायता दी है पर भारत सरकार नियमों को कठोर बनाने व नए कानून बनाने में लगी रही जिन से विवाद पैदा हुए. दुनिया विवादों को हल करने की संधि में लगी है, जबकि भारत सरकार को दिल्ली राज्य सरकार पर भी कब्जा करने के लिए कानून बनाने की जल्दी लगी है.

विश्व स्वास्थ्य संगठन ऐसी संधि पर काम कर रहा है कि इस तरह की महामारी की जानकारी सब को देना हर देश के लिए अनिवार्य हो और वह कुछ भी छिपा न सके. अपनी वैक्सीन या उपचार का लाभ चाहे वह ले ले पर उसे दुनियाभर में उपलब्ध कराने का उत्तरदायित्व हर देश का हो. हर देश में महामारी से निबटने के नियम एक से हों. महामारी से लड़ने में देश आपसी दुश्मनी को आड़े न आने दें, ये संधि की कुछ बातें हो सकती हैं. ग्लोबल वार्मिंग के कारण और महामारियां आ सकती हैं, इस बात का ध्यान रखा जाना चाहिए. अब युद्ध देश का देश से नहीं होगा, दुनिया के देशों का अन्य ताकतों से होगा चाहे वे प्राकृतिक हों या मैनमेड.

गुजरात का वर्चस्व

क्या हमारा पूरा देश गुजरात की कालोनी बनता जा रहा है? ऐसा कुछ दिखने लगा है. जिस तरह भारतीय जनता पार्टी, ज्यूडिशियरी, सरकारी मशीनरी, उद्योगों, धंधों, जमीनों की मिलकीयत पर गुजरातियों की पकड़ मजबूत हो रही है उस से लगता है कि देश में गुजरात सिर्फ राज्य भर नहीं है, वह कालोनी बनाने वाला केंद्र है जहां से तैयार कार्यकर्ता, जज, शिक्षक, प्रबंधक, उद्योग मालिक सारे देश को चलाएंगे.

भारत सरकार ने हाल में अपने यहां नई नियुक्तियां करनी शुरू की हैं, सीधे प्रतियोगिताओं के बिना. इन में गुजरातियों को नहीं भरा जाएगा, इस की क्या गारंटी है? देश में जज वे ज्यादा बन रहे हैं जिन का गुजरात से संबंध है. गुजराती कंपनी का महत्त्व तो पहले से ही था पर अब गुजराती पार्टी, गुजराती मीडिया, गुजराती फिल्ममेकर, गुजराती उद्योगपति, गुजरात के उत्पादन और दिखने लगे हैं.

गुजरात के युवा पढ़ने में तेज नहीं हैं. वे अंधभक्त हैं और तर्क करने की कमी उन में सदियों से है. वे कम ही प्रतियोगी परीक्षाओं में बैठते हैं क्योंकि हर तीसरे घर में तो कोई व्यवसाय चल रहा है. सीधी भरती में इन्हें बड़ा फायदा होगा. यह कालोनियों में हमेशा होता रहा है.

इतने बड़े देश में एक राज्य आगे बढ़ जाए, इस में कोई आपत्ति की बात नहीं है पर जब यह सोचीसमझी चाल की तरह फैलने लगे और जन्म का स्थान व बोली–भाषा ही पूरी तरह इंपोर्टेंट होने लगे तो थोड़ा डर लगने लगता है कि क्या कल को गुजराती न होना एक डिसक्वालिफिकेशन हो जाएगा?

गुजराती मृदुभाषी हैं, लड़ाकू नहीं हैं. वे व्यावहारिक हैं पर चतुर भी हैं. पर इन्हीं गुणों के कारण वे सारा पैसा गुजरात में ले जाएं, यह भी तो सहन नहीं किया जा सकता. जितनी अच्छी सड़कें गुजरात में हैं और कही नहीं पर वे बनाई गई बिहारी मजदूरों के हाथों से हैं. गुजराती मजदूरी करने को क्यों नहीं मजबूर हैं, बिहारी ही क्यों हैं?

आज के युवाओं को सवाल पूछना होगा कि बाकी राज्यों में वैसी ही शिक्षा क्यों न मिले जो गुजरात में मिल रही है? उतनी इनवैस्टमैंट क्यों न हो, जितनी गुजरात में हो रही है? सरदार पटेल में ऐसी क्या खासीयत थी कि उन की मूर्ति गुजरात में ही बने? वह भोपाल और हैदराबाद में भी बनाई जा सकती थी.

बुलेट ट्रेन गुजरात में ही क्यों चले, दिल्ली से पटना के बीच क्यों नहीं? नए पोर्ट गुजरात में ही क्यों बनें, तमिलनाडु और केरल में क्यों नहीं? सारे फैसले एक राज्य के लोग एक राज्य के लोगों के लिए लेंगे तो बाकी देश के युवाओं के भविष्य की तो छोड़िए, वर्तमान का क्या होगा? ●

उपस्थिति से खुशनुमा हो चुका था. महेश की मां के बहुत जोर दे कर बोलने पर भी महेश ने अपने किसी दोस्त को पार्टी में आने का आमंत्रण नहीं दिया था.

टेबल पर केक रख दिया गया था. महेश के पिता ने केक काट कर पहला टुकड़ा अपनी पत्नी रमा को खिलाया, फिर दूसरा टुकड़ा ले कर वे बेटे को खिलाने लगे तो महेश ने उन के हाथ से केक ले लिया और उन्हें खिला दिया.

फिर अपने पिता के पैर छू कर बोला, 'जन्मदिन की बहुतबहुत शुभकामनाएं पिताजी.'

मनमोहन राव ने बेटे को सीने से लगा लिया. महेश की मां रमा यह सब देख कर बहुत खुश हो रही थीं.

बहुत कम ही अवसर होते थे जब बापबेटे का यह स्नेह देखने को मिलता था, नहीं तो विचारों में मतभेद के कारण दोनों में बात करतेकरते बहस शुरू हो जाती थी और बातचीत का सिलसिला कई दिनों तक बंद रहता था.

वेटर स्नैक्स और ड्रिंक्स ले कर घूम रहे थे. अकसर बड़ीबड़ी पार्टियां और समारोहों में ऐसा ही होता है और इस तरह की पार्टियों को ही आधुनिकता का प्रतीक माना जाता है.

इस तरह की पार्टियां महेश ने बचपन से ही अपने घर में देखी थीं. इस के बावजूद वह इस तरह की पार्टियों का आदी नहीं था. ऐसे माहौल में उसे बहुत जल्द घुटन महसूस होने लगती थी.

महेश के पिता ने उस को आवाज दे कर बुलाया, 'महेश, इधर आओ. विजय अंकल से मिलो, कब से तुम्हें पूछ रहे हैं.'

विजय अंकल मनमोहन राव के बहुत करीबी मित्रों में से एक थे और उन का भी लखनऊ में खासा कारोबार फैला था.

महेश ने 'हैलो अंकल' बोल कर उन के पैर छुए तो वे बोलने लगे, 'यार मनमोहन, तुम्हारा बेटा तो हाईफाई जमाने में भी पैर छूता है, आधुनिकता से कितनी दूर है. तुम्हें कितनी बार समझाया था कि इकलौता बेटा है तुम्हारा, इसे अमेरिका भेजो पढ़ाई के लिए, थोड़ा तो आधुनिक हो कर आता.'

महेश चुपचाप मुसकराता हुआ खड़ा था.

विजय अंकल फिर बोलने लगे, 'और बताओ कैसी चल रही है तुम्हारी फोटोग्राफी की नौकरी? अब छोड़ो भी यह सब. क्या मिलता है यह सब कर के? अब अपने पिता के कारोबार की डोर संभालो. जितनी सैलरी तुम्हें मिलती है उतनी तो तुम्हारे पिता घर के नौकरों में बांट देते हैं. अपने पिता की शख्सियत का तो खयाल रखो.'

पिता की शख्सियत की बात सुन कर महेश ने चुप्पी तोड़ने का निर्णय ले लिया था,

बोल पड़ा, 'अंकल, काम को ले कर मेरा नजरिया जरा अलग है. काम कोई भी छोटा या बड़ा नहीं होता और मुझे नहीं लगता कि मैं ने आज तक ऐसा कोई भी काम किया है जिस से मेरे पिताजी की छवि या उन की शख्सियत को कोई हानि पहुंची हो.'

'फोटोग्राफी मेरा शौक है. इस काम को करने से मुझे खुशी मिलती है और रही बात पैसों की, तो ज्यादा पैसों की न तो मुझे जरूरत है और न ही कोई चाह,' बोलतेबोलते महेश की आवाज ने जोर पकड़ लिया था.

मनमोहन राव को महेश का इतने खुले शब्दों में बात करना पसंद नहीं आया.

उन्होंने लगभग चिल्लाने के लहजे में बोला, 'चुप हो जाओ महेश. यह कोई तरीका है बात करने का? अपनी इस बदतमीजी के लिए तुम्हें अभी माफी मांगनी होगी.'

महेश ने साफ इनकार करते हुए कहा, 'माफी किस बात की पिताजी? मैं ने कोई गलती नहीं की है, सिर्फ अपनी बात रखी है. आप ही बताइए कि मैं ने आज तक ऐसा कौन सा काम किया है जिस की वजह से आप को शर्मिंदा होना पड़ा हो?'

मनमोहन राव बोले, 'मैं कुछ नहीं सुनना चाहता महेश, मेरे प्रतिद्वंद्वी भी इस पार्टी में मौजूद हैं. सब के सामने मेरा मजाक मत बनाओ.'

महेश बोला, 'मुझे किसी की परवा नहीं है पिताजी कि कौन देख रहा है और कौन क्या सोच रहा है. मैं सिर्फ इतना चाहता हूं कि आप मुझे समझो. मैं ने जब से होश संभाला है तब से आज तक उस दिन का इंतजार कर रहा हूं जब आप मुझे समझोगे. इंसान बड़ा काम या बड़ा कारोबार कर के ही बड़ा नहीं होता पिताजी. छोटेछोटे काम कर के भी इंसान अपनी एक पहचान बना सकता है. बड़े बनने का सफर भी तो छोटे सफर से ही तय होता है. इस बात का उदाहरण तो आप खुद भी हैं पिताजी, फिर आप क्यों नहीं समझते?'

मनमोहन राव का सब्र खत्म हो चुका था. अब बात उन्हें अपनी प्रतिष्ठा पर चोट पहुंचने जैसी लग रही थी. उन्होंने महेश से कहा, ''तुम या तो विजय अंकल से माफी मांगो या अभी इसी वक्त घर से निकल जाओ.''

महेश की मां रमा जो इतनी देर से दूर खड़े हो कर सब देखसुन रही थीं, सोचने लगीं कि पति की प्रतिष्ठा का खयाल रखना जरूरी है पर बेटे के आत्मसम्मान को चोट पहुंचा कर नहीं.

वे पति से बोलीं, 'यह क्या बोल रहे हो आप? इतनी सी बात के लिए कोई अपनी इकलौती औलाद को घर से जाने के लिए कहता है क्या?'

मनमोहन राव को जब गुस्सा आता था तब वे किसी की भी नहीं सुनते थे. हमेशा की तरह उन्होंने रमा को बोल कर चुप करा दिया था.

महेश बोला, 'मुझे नहीं पता था पिताजी कि आप को अपने बेटे से ज्यादा इन बाहरी लोगों की परवा है जो आज आप के साथ सिर्फ आप की शख्सियत की वजह से हैं. यहां खड़ा हुआ हरेक इंसान आप के लिए अपने दिल में इज्जत लिए नहीं खड़ा है, बल्कि अपने दिमाग में आप से जुड़ा नफा और नुकसान लिए खड़ा है. इस सचाई को आप स्वीकार नहीं करना चाहते.' यह बोल कर महेश मां के पास आया और पैर छू कर बोला, 'चलता हूं मां, तुम अपना खयाल रखना.'

रमा पति से गुहार लगाती रही. मगर मनमोहन राव ने एक नहीं सुनी.

वे चिल्लाते हुए बोले, 'जाओ तुम्हारी हैसियत ही क्या है मेरे बिना. 4 दिनों में वापस आओगे ठोकरें खा कर.'

हंसीखुशीभरे माहौल का अंत इस तरह से होगा, यह किसी ने कल्पना नहीं की थी.

इस घटना को पूरे 5 वर्ष बीत चुके थे, पर न महेश वापस आया था और न ही उस की कोई खबर आई थी. बेटे के जाने के गम में रमा की तबीयत दिनबदिन खराब होती जा रही थी. वे अकसर बीमार रहती थीं. उन की जिंदगी से खुशी और चेहरे से हंसी हमेशा के लिए चली गई थी.

HEMODEX®

आपके सेहत का सच्चा साथी

Hemodex, Growmed उत्पादित आयरन टॉनिक लाल रक्तकण बढ़ाने एवं उत्तम स्वास्थ्य के लिए उपयोगी है। इसमें हैं भरपूर आयरन, फोलिक एसीड, B_{12} तथा सौर्बीटॉल 70%. जो कि चेहरा, जीभ या आँख के पीलापन, चलने पर चक्कर आना या दमफूलना, उम्र से ज्यादा दिखना जैसे गंभीर रोगों में अत्यधिक लाभदायी है।

GROWMED®

STOMAQUAR®

अब छुटकारा पाईये

पेट में गैस, जलन, अपच, खट्टे डकार, पुराना कब्ज, पेप्टिक अल्सर, आँव, सिरदर्द, बेचैनी एवं मुँह में छाले

जैसी सभी तकलीफों से!

Stomaquar पेप्टिक अल्सर, जलन, अपच, हाइपर– एसीडीटी, पेट में ज्यादा गैस का होना, हिचकी आना, कब्ज एवं पेट के अन्य तकलीफों से निजात दिलाने में काफी उपयोगी, साथ ही रक्तचाप को राही रखने में, पुराना आँव (क्रोनिक डीसेंट्री), पुराना कब्ज (कॉन्स्टीपेशन), सिरदर्द एवं बेचैनी तथा मुँह के छाले में इसका नियमित सेवन काफी लाभदायक है।

Manufacturer : Tablet, Capsule, Liquid, Ointment and Injection

ऑनलाईन ऑर्डर के लिए लॉग इन करें:
www.growmed.in

GUJARAT GROWMED MKT. INDIA PVT. LTD.

• CALL : 9431237784, 8987383154

मनमोहन राव को भी बेटे के जाने का बहुत अफसोस था. उस दिन की घटना के लिए उन्होंने अपनेआप को न जाने कितनी बार कोसा था.

एक मां को उस के बेटे से दूर करने का दोषी भी वे खुद को ही मानते थे. अकेले में महेश को याद कर के कई बार वे रो भी लेते थे.

एक मां के लिए उस की औलाद का उस से दूर जाना बहुत बड़े दुख का कारण बन जाता है, वहीं, एक पिता के लिए उस के जवान बेटे का घर छोड़ कर चले जाना किसी सदमे से कम नहीं होता.

रमा और कमजोर न पड़ जाए, इसीलिए उस के सामने मनमोहन राव खुद को कारोबार में व्यस्त रखने का दिखावा करते थे. वे अकसर रमा को यह बोल कर शांत कराते थे कि आज नहीं तो कल, आ ही जाएगा तुम्हारा बेटा.

रमा अपने मन में सोचती कि मैं मां हूं उस की, मुझे पता है वह स्वाभिमानी और दृढ़निश्चयी है. एक बार जो ठान लेता है वह कर के ही शांत होता है.

अचानक एक दिन फोन की घंटी बजी. सुबह के 10 बज रहे थे. रमा दूसरे कमरे में थीं.

नौकर ने फोन उठाया और जोर से चिल्लाया, ''मैडममैडम...''

रमा एकदम से चौंक गईं. दूसरे कमरे से ही नौकर को चिल्लाते हुए बोलीं, ''क्यों चीख रहे हो? किस का फोन है?''

''छोटे साहब का फोन है मैडम,'' नौकर बोला.

रमा को अपने कानों पर यकीन नहीं हो रहा था.

वे फोन की तरफ लपकीं और नौकर के हाथ से फोन लगभग छीनते हुए ले कर बोलीं, ''हैलो, महेश बेटा, कैसे हो बेटे? 5 साल लगा दिए अपनी मां को याद करने में? घर वापस कब आ रहे हो बेटा? तू ठीक तो है न?''

महेश बोला, ''बसबस मां, तुम रुकोगी तब तो कुछ बोल पाऊंगा न मैं. पिताजी कैसे हैं मां? आप दोनों की तबीयत तो ठीक है न? आप दोनों की खबर लेता रहता था मैं, पर आज इतने सालों बाद आप की आवाज सुन कर मन को बहुत तसल्ली हो गई मां. पिताजी से बात कराओ न,'' महेश ने आग्रह किया तो रमा बोलीं, ''वे औफिस में हैं बेटा.

''तू सबकुछ छोड़, पहले बता घर वापस कब आ रहा है? कहां है तू? मैं अभी ड्राइवर को भेजती हूं तुझे लाने के लिए.''

महेश हंसते हुए बोला, ''मैं लंदन में हूं मां.''

''लंदन में...'' आश्चर्य से बोलीं रमा, ''बेटा, वहां क्यों चला गया? तू ठीक तो है न? किसी तकलीफ में तो नहीं है न?''

अकसर जब औलादें अपने मातापिता से दूर हो जाती हैं किसी कारण से तो ऐसी ही चिंताएं उन्हें घेरे रहती हैं कि वे किसी गलत संगत में न पड़ जाएं, अकेले खुद को कैसे संभालेंगे? रमा के बारबार बीमार रहने की वजह भी यही सब चिंताएं थीं.

महेश सोचने लगा कि मां ने 5 साल मेरे बिना कैसे निकाले होंगे, पता नहीं. मां की बातों से उस की फिक्र साफ झलक रही थी.

''मेरी बात सुनो मां,'' महेश बोला, ''घर से निकलने के बाद मैं 2 साल लखनऊ में ही था. जिस मैगजीन के लिए मैं काम करता था, उन्होंने ही मुझे 3 साल पहले एक प्रोजैक्ट के लिए लंदन भेजा था. मेरा प्रोजैक्ट बहुत ही सफल रहा.

''यहां लंदन में मेरे काम को बहुत ही सराहा गया और अगले महीने यहां एक पुरस्कार समारोह का आयोजन है जिस में तुम्हारे बेटे को 'बैस्ट फोटोग्राफर औफ द ईयर' का पुरस्कार मिलने वाला है.

''मां, आप के और पिताजी के आशीष और मेरी इतने सालों की मेहनत का परिणाम मुझे इस पुरस्कार के रूप में मिलने जा रहा है. मेरी बहुत इच्छा है कि इस अवसर पर मेरा परिवार, मेरे मातापिता, मेरे साथ रहें. मेरी जिंदगी की इतनी बड़ी खुशी को बांटने के लिए आज मेरे साथ यहां कोई नहीं है मां,'' बोलतेबोलते महेश का गला भर आया था.

मुक्ता

उधर रमा की आंखों से निकले आंसुओं ने भी उस के आंचल को भिगो दिया था और उन का दिल खुशी से चिल्लाने को कर रहा था कि मेरे बेटे की हैसियत देखने वालो देखो, आज अपनी मेहनत से मेरा बेटा किस मुकाम पर पहुंचा है. दूसरे देश में जा कर दूसरे लोगों के बीच में अपने काम से अपनी पहचान बनाना अपनेआप में बहुत बड़ी जीत का प्रमाण है.

महेश आगे बोला, ''मां, आप के और पिताजी के लिए लंदन के टिकट भेज रहा हूं. पिताजी को ले कर जल्दी यहां आ जाओ मां.''

''हां बेटा, हम जरूर आएंगे,'' रमा ने कहा, ''कौन से मातापिता नहीं चाहेंगे कि दुनिया की नजरों में अपने बेटे के लिए इतना मानसम्मान और इज्जत देखना. तू ने हमें यह अवसर दिया है, हम जरूर आएंगे बेटा, जरूर आएंगे,'' ऐसा कह कर रमा ने फोन रख दिया.

आज रमा को अपनी परवरिश पर बहुत नाज हो रहा था. 5 साल की जुदाई का दर्द आज बेटे की सफलता के आगे उसे बहुत छोटा लग रहा था.

वे बहुत बेसब्री से महेश के पिता के घर वापस आने का इंतजार कर रही थीं. फोन पर इतनी बड़ी खुशखबरी वे नहीं देना चाहती थीं. वे चाह रही थीं कि बेटे की सफलता की खुशी को अपनी आंखों से उस के पिता के चेहरे पर देखें.

दरवाजे की घंटी बजी तो नौकर ने जा कर दरवाजा खोला. महेश के पिता जैसे ही घर के अंदर दाखिल हुए तो उन्होंने जो देखा उस की कल्पना नहीं की थी. रमा अपनी खोई हुई मुसकान चेहरे पर लिए हुए खड़ी थीं.

देखते ही बोले मनमोहन राव, ''इतने साल बाद तुम्हारे चेहरे पर खुशी देख कर बहुत सुकून मिल रहा है. इस की वजह पता चलेगी कि नहीं? तुम्हारा बेटा वापस आ गया क्या?''

रमा बोलीं, ''जी नहीं, बेटा नहीं आया पर आज दोपहर में उस का फोन आया था.''

इस खबर को सुनने का इंतजार वे भी न जाने कब से कर रहे थे.

''अच्छा, कैसा है वह? मेरे बारे में पूछा कि नहीं उस ने? नाराज है क्या अब तक मुद्दा से?'' उन की उत्सुकता बढ़ती ही जा रही थी.

रमा बोलीं, ''बिलकुल नाराज नहीं है और बारबार आप को ही पूछ रहा था. और सुनिए, लंदन में है हमारा बेटा.''

बेटा लंदन में है, सुन कर महेश के पिता सोफे से उठ खड़े हुए थे.

''जी हां, लंदन में और अगले महीने वहां एक बहुत बड़े पुरस्कार से सम्मानित होने जा रहा है आप का बेटा,'' बोलते हुए मिठाई का एक टुकड़ा रमा ने मनमोहन राव के मुंह में डाल दिया था.

उन की खुशी का कोई ठिकाना नहीं था.

''तुम सच कह रही हो न रमा?''

रमा बोलीं, ''जी हां, बिलकुल सच.''

मनमोहन राव ने रमा को सीने से लगा लिया और दोनों अपने आंसुओं को रोक नहीं पाए.

रमा ने खुद को संभालते हुए कहा, ''आगे तो सुनिए, हमारे लिए लंदन के टिकट भेज रहा है. पुरस्कार समारोह में वह हम दोनों के साथ शामिल होना चाहता है.''

मनमोहन राव के आंसुओं का बहाव और तेज हो चुका था. जिस बेटे को 5 साल पहले उन्होंने बोला था कि तुम्हारी हैसियत क्या है मेरे बिना, उस ने अपनी हैसियत से शख्सियत तक का सफर क्या बखूबी पूरा किया था.

आंसुओं ने उन के चेहरे को पूरी तरह से भिगो दिया था और बेटे से मिलने की तड़प में दिल मचल उठा था. ●

गलतियां सभी से होती हैं

कहानी • प्रेमलता यदु

जौनपुर से रोली पढ़ने के लिए दिल्ली तो आ गई पर यहां की चकाचौंध ने उसे उन्मुक्त जीवन जीने को मजबूर कर दिया. होस्टल में रह कर उस के पंख और खुले, वहीं उस की दोस्ती रागिनी से हुई. जैसे ही रागिनी ने होस्टल छोड़ा, तभी रोली भी होस्टल छोड़ डौली आंटी के यहां किराए पर कमरा ले कर रहने लगी. पर डौली आंटी का सख्त रवैया उसे खटकने लगा. उस ने ऐसा कौन सा कदम उठाया कि वह डौली आंटी की चहेती बन गई?

उलहन के जोड़े में सजी रोली बेहद ही खूबसूरत व आकर्षक लग रही थी. वैसे तो रोली प्राकृतिक रूप से ही खूबसूरत थी परंतु आज ब्यूटीपार्लर के ब्राइडल मेकअप ने उस के चेहरे पर चारचांद लगा दिए थे. फिर भी उस के कमनीय चेहरे पर आकुलता थी. उस की नजरें रिसैप्शन में आ रहे मेहमानों पर टिकी थीं. उस की निगाहें बेसब्री से किसी के आने का इंतजार कर रही थीं.

रोली को इस प्रकार परेशान देख वीर उस के हाथों को थामते हुए बोला, ''क्या बात है, आर यू ओके?''

रोली होंठों पर फीकी सी मुसकान लिए बोली, ''यस, आई एम ओके, बस, थोड़ी सी थकान लग रही है.''

यह सुनते ही वीर ने कहा, ''पार्टी तो काफी देर तक चलेगी. तुम चाहो तो कुछ देर रूम में रिलैक्स कर लो.''

वीर के ऐसा कहने पर रोली रूम में चली आई और फौरन मोबाइल फोन निकाल नंबर डायल करने लगी. फोन बजता रहा, लेकिन किसी ने नहीं उठाया. रोली दुखी हो कर वहीं सोफे पर पसर गई.

उसे डौली आंटी याद आने लगीं. आज वह जो भी है, उन्हीं की वजह से है. वरना, वह तो इस महानगरी में गुमनामी की जिंदगी जीने की ओर अग्रसर थी. डौली आंटी ही थीं जिन्होंने वक्त पर उस का हाथ थाम लिया और वह उस गर्त में जाने से बच गई.

आज उस का प्यार वीर उस के साथ है. यह भी डौली आंटी की ही देन है. पर अब तक वे आईं क्यों नहीं? उन्होंने तो वादा किया था कि वे अंकल के साथ उस की शादी में जरूर आएंगी.

यही सब सोचती हुई रोली अतीत में चली गई. अपने परिवार वालों से जिद कर वह एक सफल इंटीरियर डिजाइनर बनने का इरादा मन में ठाने जब अपने छोटे से शहर जौनपुर से दिल्ली आई थी.

यहां दिल्ली यूनिवर्सिटी में आ कर उस ने जो देखा, उसे देख वह भौचक्की सी रह गई. यहां सभी लड़केलड़कियों को बिना किसी पाबंदी के उन्मुक्त, बिंदास अंदाज में खुल कर जीता देख रोली खुशी से उछल पड़ी. ऐसा उस ने पहले कभी नहीं देखा था. यहां न तो कोई किसी को रोकने वाला था और न ही कोई टोकने वाला, जैसे चाहो वैसे जियो.

रोली भी अब आजाद पंछी की भांति आकाश में उड़ने को तैयार थी.

वहां जौनपुर में दादी, मम्मीपापा, चाचाचाची, ताऊ यहां तक कि उस का छोटा भाई भी उस पर बंदिशें लगाता. हर छोटीबड़ी बातों के लिए उसे अनुमति लेनी पड़ती, परंतु यहां ऐसा कुछ नहीं था.

यहां रोली स्वयं अपनी मरजी की मालकिन थी. वह वो सब कर सकती थी, जो उस का दिल चाहता.

दिल्ली में आने के पश्चात रोली अपना लक्ष्य भूल यहां की चकाचौंध में खो गई. वह अपनी रूम पार्टनर रागिनी के संग जिंदगी के मजे लूटने लगी.

रागिनी उस से एक साल सीनियर थी और हर मामले में स्मार्ट, रईस लड़कों को अपनी अदाओं से रिझाना, उन्हें फांसना और उन से पैसे खर्च कराना, ये सारे हुनर उसे बखूबी आते थे. लेकिन रोली इन सब बातों से बेखबर, बस, रागिनी की बोल्डनैस और उस के बिंदास जीने के अंदाज की कायल थी.

रोली बिना सोचेसमझे कालेज में दिखावा और खुद को मौडल बताने के चक्कर में पैसे खर्च करने लगी. उसे इस बात का भी खयाल न रहा कि वह एक मध्यवर्गीय संयुक्त परिवार से ताल्लुक रखती है, जहां पैसे हिसाब से खर्च किए जाते हैं.

अपने घर की सारी परिस्थितियों से भलीभांति अवगत होने के बावजूद रोली रागिनी के रंग में रंगने लगी. केवल अब तक वह सिगरेट और शराब से बची हुई थी. लेकिन रागिनी को बिंदास धुआं उड़ाते, कश लगाते और पी कर लहराते देख कभीकभी उस का भी मन करता. लेकिन न जाने कौन सी बात उसे रोक लेती. इस बार पैसे खत्म होने पर जब उस ने घर पर मां को फोन किया, तो मां भरे कंठ से बोलीं, 'रोली, देखो बेटा, हम हर महीने तुम्हें जितने पैसे भेजते हैं, तुम उसी से खर्च चलाने की कोशिश करो वरना तुम्हें यहां वापस आना पड़ेगा.'

मां और भी कुछ कहना चाहती थीं, लेकिन उन के कहने से पहले ही रोली ने फोन काट दिया. होस्टल के कमरे में आई, तो उस ने देखा कि रागिनी अपना सारा सामान समेट कर कहीं जाने की तैयारी में है. यह देख रोली बोली, 'कहां जा रही हो?'

रागिनी हंसते हुए अपने दोनों हाथ रोली के कंधे पर टिकाती हुई बोली, 'ऐश करने, मेरी जान.'

रोली आश्चर्य से रागिनी को देखने लगी. तभी रागनी धुआं उड़ाती हुई बोली, 'नहीं समझी मेरी मोम की भोली गुड़िया, मैं सौरभ के पास जा रही हूं. अब हम दोनों साथ ही रहेंगे. उस के बाप के पास बहुत माल है. उसे उड़ाने के लिए कोई तो चाहिए न, सो मैं जा रही हूं. वैसे भी, सौरभ मुझ पर लट्टू है.'

यह सुनते ही रोली बोली, 'लेकिन...'

रागिनी उसे बीच में ही टोकती हुई बोली, 'लेकिन क्या? माई स्वीटहार्ट, मुझे मालूम है कि मैं क्या कर रही हूं. मेरी मान तो तू भी होस्टल छोड़ कर किसी पीजी में रहने चली जा. फिर बिंदास रहना अपने वीर के साथ, समय पर होस्टल लौटने का कोई लफड़ा नहीं. अच्छा चलती हूं, फिर

मिलते हैं.' यह कह कर रागिनी झूमती हुए चली गई.

रागिनी के होस्टल से चले जाने के पश्चात रोली भी कुछ दिनों में होस्टल छोड़ पीजी में डौली आंटी के यहां आ गई.

यहां आने के बाद उसे पता चला कि यहां रहना इतना आसान नहीं है. लोग डौली आंटी के बारे में तरहतरह की बातें किया करते थे. कोई उन्हें खड़ूस, कोई पागल, तो कोई उन्हें सीसीटीवी कहता, क्योंकि उन की नजरों से कुछ भी छिपना नामुमकिन था. आसपड़ोस की महिलाएं तो उन से बात करने से भी कतरातीं, सब कहतीं कि न जाने कब ये सनकी बुढ़िया किस बात पर सनक जाए.

डौली आंटी की टोकाटाकी की वजह से कोई ज्यादा दिनों तक यहां टिकता भी नहीं था. लेकिन रोली का अब यहां रहना मजबूरी थी क्योंकि वह होस्टल छोड़ चुकी थी और सब से बड़ी बात, डौली आंटी पैसे भी कम ले रही थीं. यहां से कालेज की दूरी भी ज्यादा नहीं थी, जिस की वजह से बस और रिकशा के पैसे भी बच रहे थे. और साथ ही साथ, डौली आंटी के हाथों में वह जादू था कि वे जो भी खाना बनातीं स्वादिष्ठ और लजीज होता. उस में बिलकुल मां के हाथों का स्वाद होता.

सब ठीक था, लेकिन डौली आंटी की टोकाटाकी और जरूरत से ज्यादा हस्तक्षेप रोली को नागवार गुजरने लगा. वह वीर के साथ भी वैसा समय नहीं बिता पा रही थी जैसा उस ने सोचा था.

जब उस ने वीर से इस बारे में बात की, तो वह कहने लगा, 'आंटी स्ट्रिक्ट हैं तो क्या हुआ, वे तुम्हारा भला ही चाहती हैं. 1–2 साल में मेरा प्रमोशन हो जाएगा. कंपनी की ओर से मुझे फ्लैट भी मिल जाएगा और तुम्हारा ग्रेजुएशन भी पूरा हो जाएगा, फिर हम शादी कर साथ रहेंगे.'

वीर से यह सब सुन रोली स्तब्ध रह गई. वह तो उस से शादी करना ही नहीं चाहती. वह तो वीर को बस, अपनी खूबसूरती व मोहपाश के झूठे जाल में केवल पैसों के लिए बांधे रखे थी और वह भी रागिनी के कहने पर. लेकिन अब वीर उस से शादी की सोच रहा है. यह जान कर रोली विचलित हो गई.

अपसैट रोली घर पहुंची, तो उस ने देखा कि डौली आंटी और अंकल कहीं जाने की तैयारी में हैं. उसे देखते ही आंटी बोलीं, 'रोली बेटा, मैं और अंकल एक शादी में जा रहे हैं. कल रात तक लौटेंगे. तुम अपना और घर का खयाल रखना. रात को दरवाजा अच्छी तरह बंद कर लेना.' और वे दोनों चले गए.

परेशान रोली को कुछ सूझ नहीं रहा था कि वह क्या करे. तभी रागिनी का फोन आया.

रोली उसे फोन पर सारी बातें बता कर इस समस्या से बाहर निकलने का हल पूछने लगी, तो रागिनी ने कहा, 'डोंट वरी डियर, आज रात मैं तेरे रूम पर आती हूं. दोनों पार्टी करते हैं और सोचते हैं कि क्या करना है.'

रोली नहीं चाहती थी कि रागिनी आए, लेकिन वह उसे मना न कर सकी. रागिनी शराब, सिगरेट और 2 चीज पिज्जा ले कर पहुंची.

यह सब देख कर रोली चिढ़ती हुई बोली, 'तू यह सब क्या ले कर आई है? आंटी को पता चल गया, तो वे मुझे निकाल देंगी.'

'चिल यार, किसी को कुछ पता नहीं चलेगा. वैसे भी, आंटी तो कल रात तक लौटेंगी?' कहती हुई रागिनी एक गिलास में शराब डालती हुई धुआं उड़ाने लगी.

रोली भी वीर की बातों से परेशान तो थी ही, वह भी सिगरेट सुलगा कर पीने लगी. तभी रागिनी अपने बैग से एक छोटी सी पुड़िया निकाल कर रोली को देती हुई बोली, 'इसे ट्राई कर यह जादू की पुड़िया है. इसे लेते ही तेरी सारी परेशानी उड़नछू हो जाएगी.'

यह सुन कर रोली ने पुड़िया खोल कर एक ही बार में ले ली. पुड़िया लेने के कुछ समय पश्चात वह बेहोश होने लगी. यह देख कर रागिनी उसे उसी हालत में छोड़ भाग गई.

जब रोली को होश आया, तो उस ने स्वयं को अस्पताल के बैड पर लेटा पाया, जहां एक ओर डौली आंटी डबडबाई आंखों से स्टूल पर बैठी थीं और अंकल डाक्टर से कुछ बातें कर रहे थे.

रोली को होश में आया देख आंटी ने रोली का माथा चूम लिया. रोली घबराई हुई डौली आंटी की ओर देखने लगी, तभी आंटी रोली का हाथ अपने हाथों में लेती हुई बोलीं, 'शादी में पहुंचने के बाद मैं ने रात को कई दफा तुम्हें फोन किया, लेकिन कोई जवाब नहीं मिला. किसी अनहोनी के भय से हम उसी वक्त घर लौट आए. यहां आ कर देखा तो बाहर का दरवाजा खुला था और तुम बेहोश पड़ी थीं. पूरे कमरे में शराब की बोतल, सिगरेट और ड्रग्स के पैकेट पड़े थे. हम समझ गए कि आखिर माजरा क्या है.'

फिर आंटी लंबी सांस लेती हुई बोलीं, 'तुम सब यह सोचते हो न कि मैं इतनी खड़ूस, इतनी स्ट्रिक्ट क्यों हूं. मैं ऐसी इसलिए हूं क्योंकि इसी ड्रग्स की वजह से मैं ने अपने एकलौते बेटे को खोया है.

'और मैं नहीं चाहती कि कोई भी मांबाप अपने बच्चे को इस वजह से खोए. मेरा बेटा भी तुम्हारी तरह आंखों में कई सुनहरे सपने लिए बीई की पढ़ाई करने जालंधर गया था. लेकिन वहां जा कर वह बुरी संगत में पड़ ड्रग्स लेने लगा, क्योंकि वहां कोई रोकटोक करने वाला नहीं था और हर कोई बस यही सोचता था कि हमें क्या करना?

'एक बार सप्ताहभर उस ने कोई फोन नहीं किया. हमारे फोन लगाने पर वह फोन भी नहीं उठा रहा था. तब हम परेशान हो कर उस के पास पहुंचे. पता चला कि वह ड्रग्स की ओवरडोज के कारण हफ्तेभर से अपने कमरे में बेहोश पड़ा है. उसे देखने वाला कोई नहीं था. हम उसे उसी हालत में यहां ले आए, लेकिन बचा न सके.'

यह सब कहती हुई डौली आंटी फूटफूट कर रो पड़ीं. रोली की आंखों के कोरों में भी पानी आ गया.

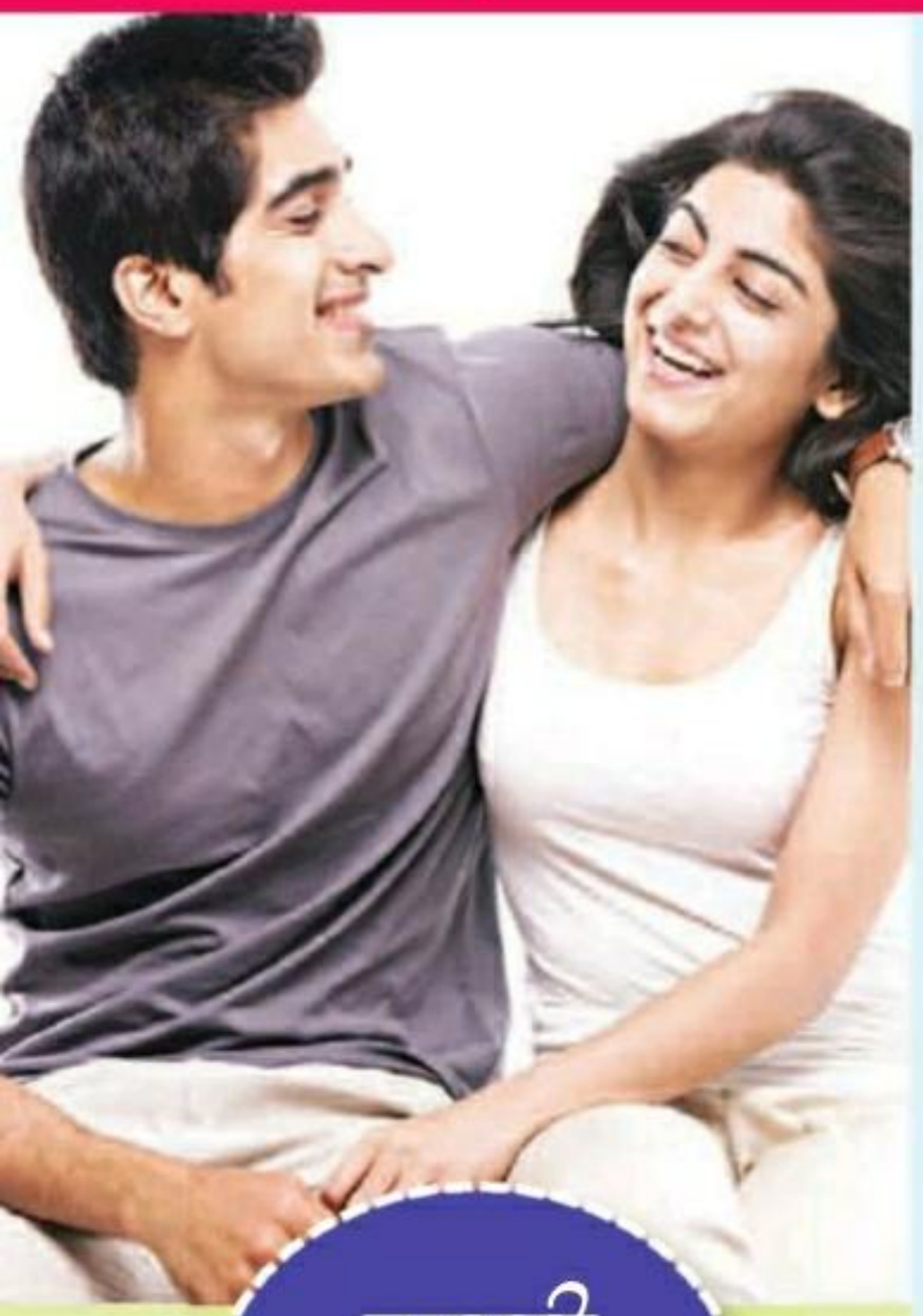
आंटी ने आगे बताया कि तुम भी ड्रग्स की ओवरडोज की वजह से बेहोश पड़ी थीं. आज पूरे 2 दिनों बाद तुम्हें होश आया है.

यह सुन कर रोली की आंखें शर्म से झुक गईं. तभी आंटी बोलीं, 'बेटी, गलतियां तो सभी से होती हैं, लेकिन उन गलतियों से सबक ले कर आगे बढ़ना ही जीवन है. अक्लमंदी और समझदारी इसी में है कि वक्त रहते उन्हें सुधार लिया जाए.'

फिर आंटी मुसकराती हुई बोलीं, 'वीर एक अच्छा लड़का है. तुम्हें बहुत प्यार भी करता है और शायद तुम भी, वरना पिछले डेढ़ साल में रागिनी की तरह तुम भी कई बौयफ्रैंड बदल चुकी होतीं.

'वीर तुम्हें कई बार फोन कर चुका है. मैं ने उस से कहा है कि तुम हमारे साथ शादी में आई हो और अभी काम में व्यस्त हो.'

दरवाजे की खटखट की आवाज से रोली वर्तमान में लौट आई. दरवाजा खोलते ही उस ने देखा कि डौली आंटी और अंकल सामने खड़े थे. उन्हें देखते ही रोली आंटी से लिपट कर रो पड़ी. उसे शांत कराती हुई आंटी बोलीं, ''रोते नहीं बेटा, अब तुम एक सफल इंटीरियर डिजाइनर हो. तुम सफलता के उस शिखर पर हो जहां पहुंचने का सपना लिए तुम इस महानगरी में आई थीं. आज खुशी का दिन है, अब आंसू पोंछो और चलो, वीर तुम्हारा पार्टी में इंतजार कर रहा है.'' ●



खुशी के लमहे

क्या जमाना था,
जब जिंदगी में गुमराह से थे,
हमारी खुशी के लमहे,
पलभर में ही खो जाते हैं.

महफिलें थीं दूर तक,
मिलते हर शख्स अंदाज से,
उन यादों के अंधेरे साए में,
हम भी खो जाते हैं.

हर जर्रा जमाने का हो जाता है,
अजनबी जैसे ही,
फकत याद आते हैं अकेले,
यादों को ढो जाते हैं.

याद कर के तुम्हें हम,
जलजल कर जिंदा हैं अभी,
जिंदा रह कर भी शर्मिंदा,
तेरे ख्वाबों में खो जाते हैं.

याद आते हैं वो लमहे,
और मायूस से हो जाते हैं,
इस तनहाई के दर्द से,
यादों के हम हो जाते हैं.

– मनोज शाह 'मानस' ●

मिलन के गीत

वो हमें हर घड़ी आजमाते रहे,
मीत अपना उन्हें हम बनाते रहे.

दर्द सहते रहे कुछ बताया नहीं,
जान जाती रही गम छिपाते रहे.

चांद ढलता गया रात जाती रही,
गीत तेरे मिलन के ही गाते रहे.

जानते हैं न होंगे हमारे मगर,
बेसबब अश्क अपने बहाते रहे.

बात कुछ भी नहीं पर फसाना बना,
चोट खाते रहे मुसकराते रहे.

अब रहा ही नहीं प्यार का वास्ता,
याद को आप की हम मिटाते रहे.

– अनीता मिश्रा सिद्धि ●

लड़कियों की तुलना नहीं

लड़कियां तुलना नहीं करतीं भाई के
भरे हुए दूध के गिलास से
तुलना नहीं करतीं भाई के नए कपड़ों की
अपने पुराने लिबास से.

वे कभी नहीं कहतीं
कि मेरे कमरे को छोड़
घर के सभी कमरों में
खिड़कियां होती हैं.

वे सब समझती हैं
किंतु कुछ नहीं कहतीं,
वे मौनमुखी होती हैं
अपने को ही समझाती हैं.

लड़कियां अनुशासित होती हैं
वे पिता के, भाई के बाद
सास, ससुर और पति के
अनुशासन को स्वीकारती हैं.

वे चिंतन करती हैं, सोचती हैं
वे विवेकशील भी होती हैं,
सच में लड़कियां बहुत
सहनशील होती हैं.

– श्याम सुंदर श्रीवास्तव 'कोमल' ●

मैं पुरुष हूं

बलात्कार तो किसी के भी साथ हो सकता है, ऐसे में पीड़िता को त्याग देना क्या पौरुषता है? तरुण के माधवी को छोड़ देने की बात ने उस की मां के महिला स्वाभिमान को जगा दिया और फिर...

कहानी • नीरजा कुमार श्रीवास्तव

सुलेखा 20 साल की बेटी आलिया के साथ व्यस्त थीं. वे आज अपनी साड़ियों को अलमारी से बाहर निकाल रही थीं. साड़ियों को एक बार धूप में सुखाने का इरादा था उन का.

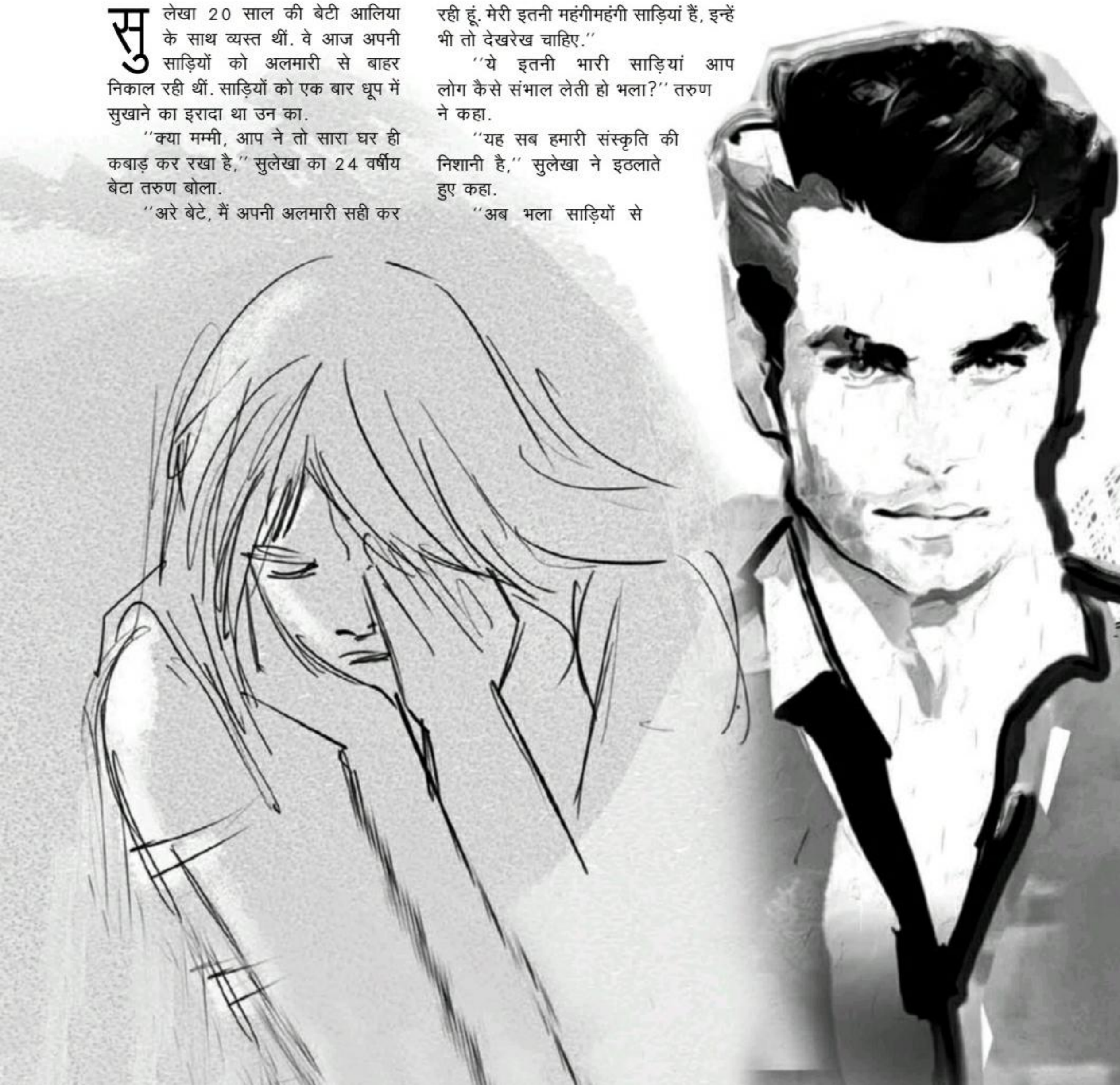
''क्या मम्मी, आप ने तो सारा घर ही कबाड़ कर रखा है,'' सुलेखा का 24 वर्षीय बेटा तरुण बोला.

''अरे बेटे, मैं अपनी अलमारी सही कर रही हूं. मेरी इतनी महंगीमहंगी साड़ियां हैं, इन्हें भी तो देखरेख चाहिए.''

''ये इतनी भारी साड़ियां आप लोग कैसे संभाल लेती हो भला?'' तरुण ने कहा.

''यह सब हमारी संस्कृति की निशानी है,'' सुलेखा ने इठलाते हुए कहा.

''अब भला साड़ियों से



हमारी संस्कृति का क्या लेनादेना मां? एक बदन ढकने के लिए 5 मीटर लंबी साड़ी लपेटने में भला कौन सी संस्कृति साबित होती है?'' तरुण ने चिढ़ते हुए कहा.

''अब तुम्हारे मुंह कौन लगे. जब तेरी घरवाली आएगी तब बात करूंगी तुझ से,'' मां ने हंसते हुए कहा.

तरुण बैंक में कैशियर के पद पर काम कर रहा था और अपनी सहकर्मी माधवी से प्यार करता था. दोनों ने साथ जीनेमरने की कसमें भी खा ली थीं. पर माधवी से शादी को ले कर तरुण हमेशा ही शंकालु रहता था क्योंकि माधवी नए जमाने की लड़की थी जो बिंदास अंदाज में जीती थी. उसे मोटरसाइकिल चलाना पसंद था और अपनी आवाज को बुलंद करना भी उसे अच्छी तरह आता था. उस की यही बात तरुण को संशय में डालती थी कि हो सकता है कि माधवी मां की पसंद पर खरी न उतरे.

''आजकल की लड़कियों को देखो, टौप के अंदर से ब्रा की पट्टी दिखाने से उन्हें कोई परहेज नहीं है. हमारे समय में तो मजाल है कि कोई जान भी पाता कि हम ने अंदर क्या पहन रखा है.''

मां की इस तरह की बातें सुन कर तो तरुण का मन और भी फीका हो जाता था.

माधवी के पापा को लास्ट स्टेज का कैंसर था, इसलिए वे माधवी की शादी जल्द से जल्द कर देना चाहते थे. माधवी भी तरुण पर दबाव बना रही थी कि वह भी घर में अपनी शादी की बात चलाए.

माधवी के बारबार कहने पर एक दिन तरुण ने मां को माधवी के बारे में बताया और माधवी का फोटो भी दिखा दिया.

फोटो देख कर तो मां ने कुछ नहीं कहा पर ऐसा लगा कि माधवी जैसी मौडर्न लड़की को वे अपनी बहू नहीं बनाना चाहती हैं.

''मां, वैसे माधवी घरेलू लड़की ही है. हां, उस के नैननक्श जरूर ऐसे हैं जिन से वह मौडर्न और अकड़ू टाइप की लगती है,'' माधवी की तारीफ का समां बांध दिया था तरुण ने.

तरुण के पिता तो बचपन में ही गुजर गए थे. तब से ले कर आज तक सुलेखा अपना जीवन आलिया और तरुण के लिए ही तो गुजार रही हैं.

तरुण की मां उस की हर पसंद व नापसंद का ध्यान रखती थीं. जवान होते बच्चों की भावनाएं बहुत तीव्र होती हैं और अपनी इच्छाओं को पूरा करने के लिए वे कोई भी कदम उठाने से पीछे नहीं हटते.

मां ने आलिया से सवालिया नजरों में ही पूछ लिया, ''यह लड़की तेरी भाभी के रूप में कैसी लगेगी?'' आलिया ने भी इशारों में ही बता दिया. आलिया के इस खामोश जवाब का मतलब मां अच्छी तरह समझ गई थीं.

आलिया वैसे भी अकसर खामोश ही रहती थी. उस की इस खामोशी को लोग घमंडी की उपमा देते थे.

आलिया की सहज और मूक स्वीकृति पा कर मां ने भी माधवी से तरुण की शादी करने की इच्छा जाहिर की.

तरुण खुशीखुशी 2 दिनों बाद ही माधवी को घर ले आया. माधवी आज पीले रंग के सलवारसूट में थी. उस ने अपने बालों को खुला छोड़ा हुआ था जो बारबार उस के माथे पर गिर जाते थे और जिन्हें बड़ी अदा से सही करती थी वह.

माधवी से सुलेखा ने दोचार सवालजवाब किए और उस के घरेलू हालात के बारे में जानकारी हासिल की. माधवी ने उन्हें बताया कि घर में उस के मांबाप और माधवी ही रहते हैं और पापा कैंसर से पीड़ित हैं, इसलिए घर चलाने का जिम्मा भी उसी पर आ पड़ा है.

इसी प्रकार की औपचारिक बातों के बाद माधवी ने मां और आलिया से विदा ली.

माधवी के जाने के बाद तरुण अपनी मां का निर्णय जानने के लिए मचला जा रहा था. मां ने इस सस्पैंस को थोड़ी देर बनाए रखना उचित समझा. लेकिन तरुण की हालत देख कर उन्होंने हंसते हुए इस रिश्ते के लिए हामी भर दी थी.

तरुण ने तुरंत ही माधवी के मोबाइल पर व्हाट्सऐप मैसेज कर दिया कि मां शादी के लिए तैयार हो गई हैं. अब बस, जल्दी से तारीख तय कर लेते हैं. मैसेज देख कर माधवी भी खुशी से फूली नहीं समा रही थी. उस की शादी से उस के मांबाप के मन से एक बोझ भी हट जाने वाला था.

अगले दिन बैंक से निकलने के बाद तरुण और माधवी कैफे में गए और अपने भविष्य की तमाम योजनाओं पर विचार करने लगे. दोनों की आंखों में रोमांस और रोमांच का सागर लहरा रहा था.

वापसी में शाम ज्यादा हो गई थी और अंधेरा घिर आया था. तरुण ने माधवी को खुद ही उस के घर तक छोड़ने का मन बनाया और अपनी बाइक पर उस को बैठा कर चल दिया.

बैंक से माधवी के घर की ओर जाते हुए एक पुलिया पड़ती थी जहां पर आवागमन कुछ कम हो जाता था. वहां पर पहुंचते ही तरुण की बाइक पंक्चर हो गई.

''शिट मैन...पंक्चर हो गई. मेकैनिक देखना पड़ेगा.'' इधरउधर नजर दौड़ाने लगा था तरुण. ठीक उसी समय वहां पर 3–4 मुस्टंडे कहीं से प्रकट हो गए. वे सब शराब के नशे में थे. तरुण चौकन्ना हो गया था कि तभी उस के सिर के पीछे किसी ने डंडे से वार किया. बेहोश होने लगा था तरुण. इसी बीच, बाकी के 2 मुस्टंडों ने माधवी को पकड़ लिया और सड़क के किनारे खड़ी एक कार में ले जा कर जबरन उस के साथ बारीबारी से मुंह काला करने लगे.

तरुण बेहोश था. माधवी उन गुंडों की हवस का शिकार बनती रही और उस के बाद वे गुंडे उन दोनों को उसी अवस्था में सड़क के किनारे छोड़ कर चले गए. जब उसे होश आया, तब तक माधवी का सबकुछ लुट चुका था. आतेजाते लोगों ने उन दोनों पर नजर डाली. कुछ ने उन के वीडियो भी बनाए. पर मदद किसी ने भी नहीं की. उन्हें मदद तब ही मिल पाई जब पुलिस की पैट्रोलिंग जीप वहां से गुजरी.

तमाम सवालात के बाद पुलिस ने माधवी को अस्पताल में भरती कराया और तरुण को प्राथमिक उपचार के बाद घर जाने दिया गया.

तरुण के दिलोदिमाग पर जोरदार झटका लगा था पर 10 दिनों तक घर में रुकने के बाद उस ने पहले की तरह ही अपने काम पर जाना शुरू कर दिया. पर उस ने माधवी की खोजखबर लेना उचित नहीं समझा.

माधवी सदमे में थी. पर घर की जिम्मेदारियां निभाने के लिए वह बैंक भी आने लगी और पहले की तरह ही काम भी संभाल लिया. माधवी ने जिंदगी की पुरानी लय पाने की दिशा में कदम बढ़ाने शुरू कर दिए. पर इस सफर में उसे अब तरुण का साथ नहीं मिल पा रहा था. वह माधवी की तरफ देखता भी नहीं था, बात करना तो बहुत दूर की बात थी.

माधवी के स्त्रीमन ने बहुत जल्दी ताड़ लिया कि तरुण उस के साथ ऐसा रूखा व्यवहार क्यों कर रहा है, पर बेचारी कर क्या सकती थी. वह अब एक बलात्कार पीड़िता थी. चुपचाप अपने को काम में बिजी कर लिया था माधवी ने.

कुछ समय बीता, तो मां ने तरुण से माधवी के बारे में पूछा, ''आजकल तू माधवी की बात नहीं करता. तुम लोगों ने शादी की तारीख फाइनल की या नहीं?''

''कैसी बातें करती हो मां. अब क्या मैं उस के साथ शादी करूंगा? मेरा मतलब है कि उस का बलात्कार हो चुका है. बलात्कार पीड़िता से कहीं कोई शादी भी करता है भला? मैं समाज से कुछ अलग तो नहीं?''

मां के चेहरे पर कई रंग आनेजाने लगे. उन की आंखों में कई सवाल उमड़ आए थे.

''लगता है मेरी परवरिश में ही कुछ कमी रह गई,'' मन ही मन बुदबुदा उठी थी मां. उन की आंखों की कोर नम हो चली थी जिसे उन्होंने तरुण से बड़ी सफाई से छिपा लिया और बिना कुछ कहे अपने कमरे में चली गईं.

''बलात्कार किसी के भी साथ हो सकता है मेरे साथ, आलिया के साथ... तो क्या तब भी तरुण उसे ऐसे ही त्याग देगा जैसे उस ने माधवी को छोड़ दिया है? हां, एक पुरुष ही तो है वह, जो हमेशा ही दूध का धुला होता है.''

कई तरह के सवाल मां के जेहन में उमड़ आए और कुछ कसैली यादें उन के मन को खट्टा करने लगीं.

5 साल पहले की ही तो बात है. उन दिनों तरुण ट्रेनिंग करने के लिए शहर से बाहर गया हुआ था. आलिया को अचानक बुखार आ गया था. डाक्टर को दिखा कर दवा तो ले आई थीं सुलेखा पर आज सुबह से फिर बुखार तेज हो गया था. डाक्टर से फोन पर उन्होंने संपर्क किया तो उस ने एक दूसरी टैबलेट का नाम बताते हुए कहा कि यह टैबलेट आसपास के मैडिकल स्टोर से ले कर खिला दीजिए, आराम मिल जाएगा.

वे नुक्कड़ वाले मैडिकल स्टोर पर दवाई लेने ही तो गई थीं कि पीछे से किसी ने आलिया के कमरे का दरवाजा खटखटाया था. आलिया ने अनमने मन से दरवाजा खोला, तो सामने बगल में रहने वाले 55 साल के अंकल थे. अंकल को यह पता था कि आलिया घर में अकेली है और इसी का लाभ उस ने उठाया, बुखार में तप रही आलिया का बलात्कार कर दिया. जब वे घर पहुंचीं तो आलिया फर्श पर पड़ी हुई थी. बड़ी मुश्किल से ही अपने ऊपर हुए अत्याचार को कह पाई थी आलिया. उन्होंने उसे सीने से लगा लिया और वे दोनों सुबकते रहे थे. पूरे 3 दिन तक फ्लैट का दरवाजा तक नहीं खुला. बदनामी के डर से पुलिस में भी रिपोर्ट नहीं लिखवाई. तरुण से भी नहीं बताया और आननफानन दूसरा फ्लैट तलाश कर लिया था और बगैर तरुण के आने का इंतजार किए ही फ्लैट बदल भी लिया था.

इस राज को अपने सीने में हमेशा के लिए दफन कर लिया था सुलेखा ने. पर आज तरुण की बातें सुन कर उन के घाव हरे हो गए थे और दर्द भी उभर आया था. लेकिन वे चुप नहीं रहेंगी. उन्होंने आंसू पोंछे और तरुण के सामने जा कर खड़ी हो गईं.

''अगर माधवी का रेप हो गया तो क्या वह जूठी हो गई? क्या वह अब माधवी नहीं रही?'' मां तेज सांसें ले रही थीं.

''हां मां, भला मैं अपनेआप को ही किसी की जूठन क्यों खिलाऊं?'' लापरवाही दिखा रहा था तरुण.

''पर भला इस में माधवी का क्या दोष है?''

''हो सकता है मां. पर ये सब बातें फिल्मों में ही अच्छी लगती हैं. मैं जानबूझ कर तो मक्खी नहीं निगल सकता न.''

''पर दोष तो उन लोगों का है जो इस घृणित कृत्य के लिए जिम्मेदार हैं, न कि माधवी का.''

मां और तरुण में बहस जारी थी. मां लगातार तरुण को समझाने की कोशिश कर रही थीं. पर तरुण की अपनी ही दलीलें थीं. काफी देर बाद भी जब तरुण टस से मस न हुआ तब मां ने उसे वह राज बताना जरूरी समझ लिया था जो अभी तक छिपाए रखा था.

''और अगर किसी ने तेरी बहन आलिया का बलात्कार किया हो तो क्या तब भी तेरी बातों में ऐसी ही कड़वाहट रहेगी?''

''क्या मतलब है आप का, मां?''

''मतलब साफ है. आलिया का रेप हमारे फ्लैट के पड़ोस में रहने वाले उस 55 साल के बूढ़े ने किया और तब से आलिया किसी के साथ भी सहज नहीं हो पाती और गुमसुम रहती है. तुम्हें समझ नहीं आता वह इतनी चुप क्यों रहती है? अब क्या इस में आलिया का दोष था? क्या हम आलिया को सिर्फ इस बात के लिए छोड़ दें कि वह किसी पुरुष की वहशी मानसिकता का शिकार हो चुकी है?'' मां लगातार बोलते जा रही थीं. इस समय वे सिर्फ तरुण की मां नहीं थीं बल्कि उन तमाम औरतों का प्रतिनिधित्व कर रही थीं जो बलात्कार का शिकार होती हैं.

तरुण कोने में खड़ी आलिया की तरफ बढ़ा. आलिया की आंखों से आंसू बह रहे थे. तरुण को आता देख वह झट से कमरे में घुस गई और भड़ाक से दरवाजा बंद कर लिया.

तरुण कभी रोती हुई मां की तरफ देखता, तो कभी आलिया के कमरे के बंद दरवाजे की तरफ. उस के दिमाग में माधवी का चेहरा घूमने लगा था.

अगले दिन शाम को बैंक से तरुण का फोन आया, ''मां मुझे आने में देर हो जाएगी. आज मैं और माधवी मैरिज प्लानर के पास जा रहे हैं अपनी शादी की तैयारी के लिए.'' ●

नाइट क्रीम लगाने का सही तरीका

लेख • किरण आहूजा

नाइट क्रीम कई प्रकार की होती हैं. लेकिन बिना सही चुनाव व इस्तेमाल के तरीके से चीजें बिगड़ भी सकती हैं. तो आइए ऐसी क्रीम के चुनाव व इस्तेमाल करने का जानें सही तरीका.

दिन में तो आप ने अपनी त्वचा की देखभाल कर ली लेकिन रात में क्या? बिना नाइट क्रीम लगाए बैड पर जा रही हैं तो आप अपनी त्वचा का ध्यान नहीं रख रही. नाइट क्रीम रात के समय त्वचा की गहराइयों में जा कर त्वचा की धूलमिट्टी और अशुद्धियों को साफ करती है व उसे निखारती है.

बाजार में बहुत सारी नाइट क्रीमें उपलब्ध हैं और उन के अलगअलग फायदे हैं. ऐसी कोई भी नाइट क्रीम नहीं है जिस के अंदर सारे गुण पाए जाते हों. वहीं, हमारी त्वचा भी एक तरह की नहीं होती है. इसलिए अकसर नाइट क्रीम चूज करने में दिक्कत आती है. तो चलिए बताते हैं आप को सही नाइट क्रीम चुनने का तरीका ताकि आप को किसी तरह की कोई दिक्कत न हो.

सूदिंग इफैक्ट के लिए : ज्यादा वक्त के लिए घर से बाहर रहना हो और त्वचा धूप झेलती हो तो आप की स्किन को एक रिलैक्सिंग और सूदिंग इफैक्ट वाली नाइट क्रीम की जरूरत है. ऐसे में एलोवेरा जैल युक्त नाइट क्रीम बैस्ट है. एलोवेरा त्वचा की सूजन कम कर शांत और रिलैक्सिंग एहसास करवाता है.

नैचुरल हाइड्रेशन के लिए : रूखी और ड्राई स्किन के साथ प्रौब्लम होती है कि सोते समय स्किन हाइड्रेशन खो देती है जिस से सुबह उठने पर स्किन में टाइटनैस आ जाती है. ऐसे में ऐसी नाइट क्रीम चुनी जाए जिस में हाइलूरोनिक एसिड शामिल हो क्योंकि यह स्किन के नैचुरल हाइड्रेशन को बूस्टअप करने और उसे मैंटेन रखने में मदद करता है. अगर लंबे समय तक हाइलूरोनिक एसिड का इस्तेमाल किया जाए तो इस में स्किन को हाइड्रेट रखने की इनबिल्ट कैपेसिटी में सुधार होता है.

कोलेजन स्तर को बढ़ाने के लिए : नियासिनमाइड सैगी और थकी हुई स्किन प्रौब्लम के लिए काम आ सकता है. नियासिनमाइड इन्फ्यूल्ड नाइट क्रीम त्वचा के कोलेजन स्तर को बढ़ा सकती है जिस से स्किन अधिक फर्म और ब्यूटीफुल नजर आती है.

स्किन पिगमैंटेशन व डलनैस दूर करने के लिए : स्किन को नैचुरली ब्राइट करने के लिए विटामिन सी युक्त नाइट क्रीम से बहुत लाभ मिलेगा. स्किन की डलनैस और पिगमैंटेशन को दूर कर के उसे ब्राइटन करने में विटामिन सी प्रभावी तरीके से काम करता है.

नाइट क्रीम के उपयोग का सही तरीका

केवल नाइट क्रीम का उपयोग करना ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि इस के उपयोग का सही तरीका जानना भी बहुत जरूरी है.

- नाइट क्रीम लगाने से पहले चेहरा साफ कर लें. चेहरे की सारी धूल और गंदगी साफ होनी चाहिए. थोड़ी मात्रा में नाइट क्रीम लगाएं. ज्यादा मात्रा में क्रीम लगाने से त्वचा के रोमछिद्र बंद हो जाते हैं और इस से त्वचा पर मुंहासे हो सकते हैं.
- जब नाइट क्रीम लगाएं तब ऊपर की ओर, गोलाकार दिशा में मसाज करें ताकि त्वचा को एक अच्छा लिफ्ट मिल सके.
- आंखों के आसपास के भाग में नाइट क्रीम न लगाएं. एक खास बात, देख लें कि नाइट क्रीम पैराबिन मुक्त हो और ऐसी हो जिस में अन्य कोई अतिरिक्त सुगंध न मिलाई गई हो. ●

वैब सीरीज रिव्यू

क्या देखें

माइंडहंटर

प्लेटफौर्म – नैटफ्लिक्स
डायरैक्टर – जोए पेन्हाल
कास्ट – जोनाथन ग्रोफ, होल्ट मक्लेनी, हनाह ग्रोस, काटर स्मिथ व अन्य.
जौनर – क्राइम ड्रामा, साइकोलौजिकल थ्रिलर.

इस सीरीज के केंद्र में 2 एफबीआई एजेंट हैं, एजेंट होल्डन और एजेंट ट्रेंच. जबजब हम न्यूजपेपर में कोई क्राइम रिलेटेड खबर पढ़ते हैं तो हमारे दिमाग में क्राइम सीन की कल्पना के बाद पहला विचार यह आता है कि इस व्यक्ति ने ऐसा क्राइम किया क्यों? आखिर इस के पीछे की वजह क्या थी? फिर जिज्ञासा बढ़ती है उस क्रिमिनल के इस क्राइम को करने के कारण को जानने की.

माइंडहंटर वैब सीरीज में यही चीज दिखती है. यह सीरीज काफी हद तक सच्ची घटना पर आधारित है, जिसे जौन इ डगलस और मार्क ओल्शकर की किताब 'माइंडहंटर : द इलीट सीरियल क्राइम' पर बनाया गया है. यह सीरीज क्राइम आधारित सीरीज के लिए आई ओपनर है. सीरीज में दिखाए गए अपराधियों के कैरेक्टर असल जीवन में भी इसी तरह जीवंत रहे हैं. इस सीरीज में एडकैम्पर, चार्ल्स मेनसन जैसे कुख्यात अपराधियों के पात्रों को दिखाया गया है.

सीरीज में दिखाया गया है कि कैसे दुनिया के सब से खतरनाक क्रिमिनल का अतीत उन्हें इस तरह के अपराध में खींचता है और वे किस तरह इतने खतरनाक अपराध करने की कंडीशन में पहुंचे. इस सीरीज में उन अपराधियों के मनोविज्ञान को टटोला गया है जिसे ये दोनों एजेंट उन से जेलों में जा कर इंटरव्यू के माध्यम से जांचते हैं.

इस सीरीज की खासीयत सभी कैरेक्टर की आपस में होने वाला वार्त्तालाप हैं जो काफी डीप हैं, जिन्हें समझे बगैर सीरीज का लुत्फ नहीं उठाया जा सकता. यह वार्त्तालाप काफी संवेदनशील मानवीय मनोस्थिति को सामने लाता है. पात्रों के बीच हरेक बातचीत का बहुत गहरा मतलब है. कोई अपराधी आखिर अपराधी कैसे बना, वह किस सोचविचार को अपने भीतर पालता है, अपराध करते हुए उस के भीतर कैसे खयाल आते हैं और अपराध होने के बाद उस की मनोस्थिति क्या होती है जैसे कई सवालों की गुत्थी इस सीरीज के माध्यम से सामने आती हैं.

चूंकि यह क्राइम, साइकोथ्रिलर सीरीज है, इसलिए इसे देखते हुए दिमाग का पूरा अटैंशन लगाए जाने की सख्त जरूरत है. किसी भी डायलौग को मिस नहीं किया जा सकता, वरना पूरे सीन से मिस होने का खतरा बना रहता है. यह सीरीज उन लोगों के लिए बढ़िया है जो इंटैंस और वादविवाद वाली चीजों को ज्यादा पसंद करते हैं. इसलिए अगर आप क्राइम के पीछे की वजह ढूंढ़ने में दिलचस्पी रखते हैं तो यह सीरीज काफी अच्छा अनुभव दे सकती है.

बौम्बे बेगम्स

डायरैक्टर – अलंकृता श्रीवास्तव, बोरनिला चटर्जी,
प्लेटफौर्म – नैटफ्लिक्स
कास्ट – पूजा भट्ट, शहाना गोस्वामी, अमृता सुभाष, लाबिता बोरथाकुर, आध्या आनंद व अन्य
जौनर – ड्रामा.

कहानी मुंबई शहर में रह रही 5 महिलाओं की है जिन्हें अपनी लाइफ में अपनी चाहतें, अपने ख्वाब को पूरा करने और अपने तरीके से जिंदगी गुजारने में किस तरह की मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है, यह सब इस सीरीज का मुख्य प्लौट है.

सीरीज महिला दिवस के मौके पर रिलीज की गई थी जो महिलाओं को केंद्र में रखती है. उन की समस्याएं और इच्छाओं का इजहार करती है. सीरीज में कलाकारों की परफौर्मैंस बहुत अच्छी है. इन 5 महिलाओं में एक कौमन बात यह है कि वे बाहर की दुनिया के लिए अलग हैं और खुद उन की जिंदगी काफी हिचकोले खा रही है. सीरीज में दिखाया गया है कि कैसे वे इन चीजों से डील कर रही हैं और खुद को मजबूत पेश कर रही हैं. इस सीरीज को थोड़ाबहुत आंकना हो, तो इसे 'लिपस्टिक अंडर माई बुरका', 'डौली किटी और वो चमकते सितारे', 'मेड इन हैवन' के फ्लैवर से समझा जा सकता है. इन में फिल्माए किरदार की आतीजाती झलकियां इस सीरीज के मुख्य 5 किरदारों में कमोबेश देखी जा सकती हैं.

यह सीरीज उन महिलाओं के लिए है जो खुद अपने दम पर, अपनी शर्तों पर आजाद हो कर अपना जीवन जीना चाहती हैं. जैसे, रानी (पूजा भट्ट) बैंक की सीईओ है. यह काफी टफ कैरेक्टर है जो फैमिली की उलझनों में भी फंसी है और उसे टैकल कर रही है. लिली (अमृता सुभाष) अपनी लड़ाई लड़ रही है. वह बार डांसर है, सैक्सवर्कर है और अपने बच्चे को पढ़ालिखा कर बड़ा आदमी बनाना चाहती है. आयशा (प्लाबिता बोरथाकुर) छोटे शहर की है और बड़े शहर आ कर खुद के सपने साकार करना चाहती है. फातिमा (शहाना गोस्वामी) रानी की एसोसिएट है और काफी एम्बीशियस है. उस का बच्चा नहीं हो रहा और वह इस से जूझ रही है. शाई (आध्या आनंद) टीनएज स्कूलगोइंग गर्ल है जो अपनी क्लास को वह काफी पसंद करती है. अपनी स्टैप मौम (रानी) को नापसंद करती है. और फिलहाल अपने सैक्सुअलिटी को महसूस करना चाहती है.

यह सीरीज इमोशन, सिचुएशन और गहरे मुद्दों से घिरी हुई है. ये महिलाएं उम्र, वर्ग, धर्म से अलग हैं. लेकिन इन के जीवन के अपने संघर्ष हैं, जो वे सब इस पितृसत्ता समाज और सामाजिक बाधाओं से जूझ रही हैं.

सीरीज में 'मी टू', मैंसट्रूशन, मीनोपोज, मदरहुड, सैक्स एडल्ट्री सभी चीजों को महिला परिप्रेक्ष्य से छूने की कोशिश की गई है. सीरीज की कुछ फुलिश चीजों को अगर दरकिनार कर दिया जाए तो देखने वाली बनती है.

चाचा विधायक हैं हमारे

प्लेटफौर्म – एमेजौन प्राइम
डायरैक्टर – शशांत शाह
कास्ट – जाकिर खान, कुमार वरुण, व्योम शर्मा, अभिमन्यु सिंह, सनी हिंदुजा.
जौनर – कौमेडी, ड्रामा.

स्टैंडअप कौमेडियन जाकिर खान की हाल ही में एमेजौन पर वैब सीरीज रिलीज हुई है. 'चाचा विधायक हैं हमारे' का यह दूसरा सीजन अपने पहले सीजन की तरह ही लोगों को देखने के लिए मजबूर करता है. इस के पहले सीजन में जहां हम ने देखा था कि रोनी (जाकिर खान) की कहानी उस के परिवार व उस के दोस्तों के इर्दगिर्द घूमती है. रोनी सब से कहता है कि उस के चाचा विधायक हैं. इस के पीछे एक ही कारण है, उस का सरनेम 'पाठक.' दरअसल, इलाके के विधायक और रोनी का सरनेम 'पाठक' है और रोनी इस बात का फायदा अपना रोब जमाने के लिए करता है. इसी के इर्दगिर्द बुनी वैब सीरीज 'चाचा विधायक हैं हमारे' के पहले सीजन में रोनी अपने इसी तैश को बरकरार रखने की वजह से कई दफा मुश्किलों में भी घिर जाता है.

'चाचा विधायक हैं हमारे' के दूसरे सीजन में रोनी भैया दुनिया के सामने 2 चेहरे ले कर घूमते हैं. एक तो वे सब से झूठ बोलते हैं कि उन के चाचा विधायक हैं और दुनिया के सामने लंबीलंबी फेंकते हैं. उन का दूसरा चेहरा उन की फैमिली के सामने नजर आता है जहां पर उन का एक छोटा सा परिवार है और वे 26 साल के बेरोजगार हैं जो नौकरी के लिए गवर्नमैंट एग्जाम दे रहे हैं. पहले सीजन की तरह इस सीजन में भी उन के 2 दोस्त अनवर (व्योम शर्मा) और क्रांति (कुमार वरुण) ने उन का साथ नहीं छोड़ा है.

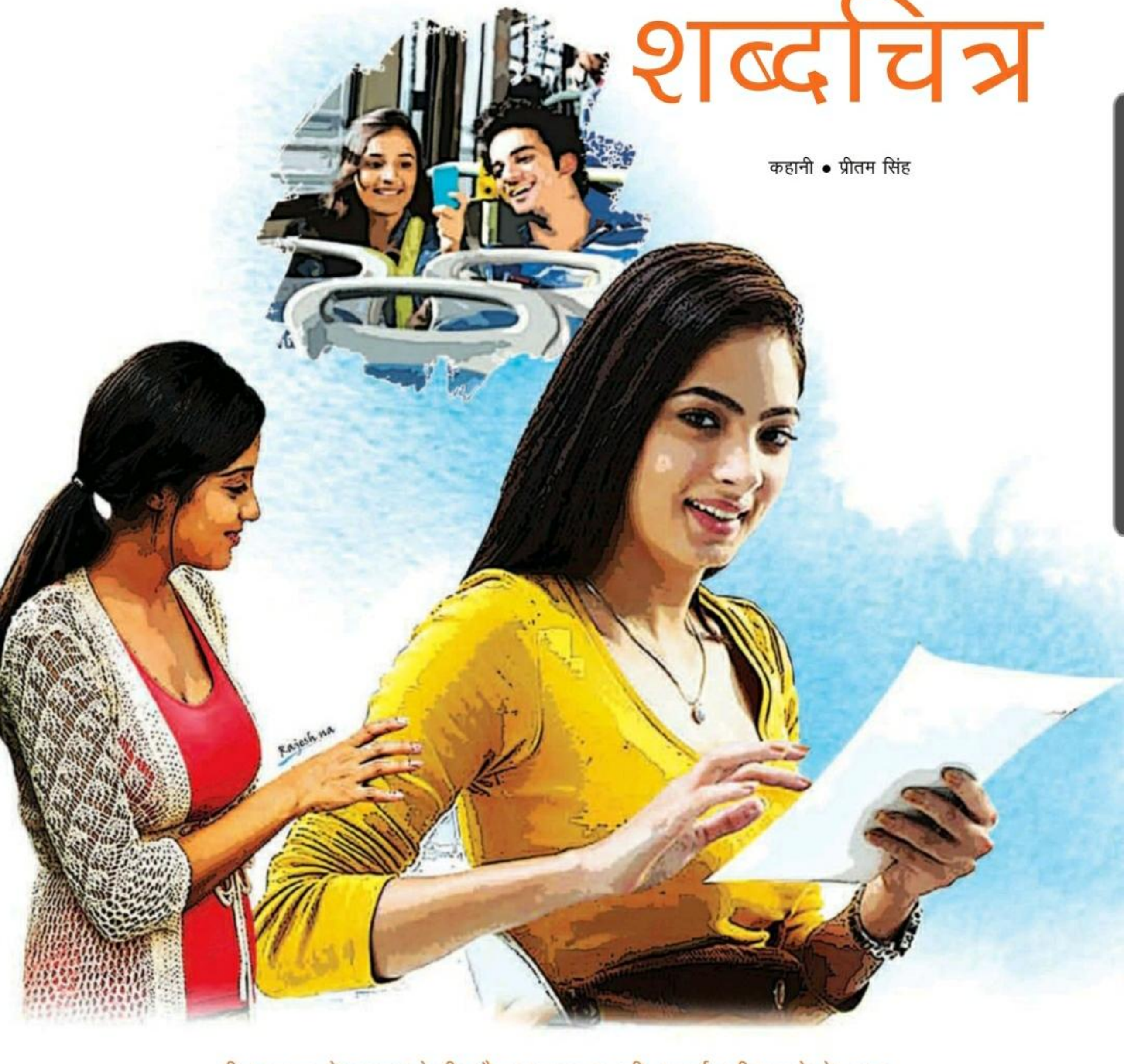
'चाचा विधायक हैं हमारे' के दूसरे सीजन में रोनी भैया का पौलिटिकल कैरियर दिखाने की कोशिश की गई है. जहां पर वे चाचाजी (अभिमन्यु सिंह) और विक्की (सनी हिंदुजा) के पौलिटिकल कैरियर की कैसे बैंड बजाते हैं, यह दिखाया गया है.

इस सीजन में भी 8 एपिसोड्स हैं. पहले सीजन के मुकाबले इस सीजन में कौमेडी इतनी देखने को नहीं मिलती है. जहां तक बात करें स्टोरी की, तो इस की स्टोरी थोड़ी पुरानी ही लगती है. स्टोरी में ट्विस्ट एंड टर्न को कोई भी आम दर्शक देख कर प्रैडिक्ट कर सकता है. सारा फोकस मेन प्रोटेगानिस्ट (जाकिर खान) और उन के दोस्तों पर ही ज्यादा रहता है.

जाकिर खान ने स्टैंडअप कौमेडी से ऐक्टिंग में हाथ मारा है तो एक बार उन्हें देखना तो बनता है. –रोहित ●

शब्दचित्र

कहानी • प्रीतम सिंह



नीतू स्कूल के समय से ही स्कैच बनाया करती. पढ़ाई पूरी करने के बाद जौब भी उसे इसी तरह की मिल गई और उस का स्कैच बनाने का सपना साकार हो गया. पर क्या असल जिंदगी में भी उस का सपना सच हो पाया?

सुबह 6 बजे का अलार्म पूरी ईमानदारी से बज कर बंद हो गया. वह एक सपने या थकान पर कोई असर नहीं छोड़ पाया. ठंडी हवाएं चल रही हैं. पक्षी अपने भोजन की तलाश में निकल पड़े हैं.

तभी मां नीतू के कमरे में घुसते ही बोलीं, ''इसे देखो, 7 बजने को हैं और अभी तक सो रही है. रात को तो बड़ीबड़ी बातें करती है, अलार्म लगा कर सोती हूं. कल तो जल्दी उठ जाऊंगी, मगर रोज सुबह इस की बातें यों ही धरी रह जाती हैं.'' मां बड़बड़ाए जा रही थीं.

अचानक ही मां की नजर नीतू के चेहरे पर पड़ी, यह भी क्या करे, सुबह 9 बजे निकलने के बाद औफिस से आतेआते शाम के 8 बज

जाते हैं. कितना काम करती है. एक पल मां ने यह सब सोचा, फिर नीतू को जगाने लगीं.

''नीतू, ओ नीतू, उठ जा. औफिस नहीं जाना क्या तुझे?''

'''हुं... सोने दो न मां,'' नीतू ने करवट बदलते हुए कहा.

''अरे नीतू बेटा, उठ ना... देख 7 बज चुके हैं,'' मां ने फिर से उठाने का प्रयास किया.

''क्या...7 बज गए?'' यह कहती वह जल्दी से उठी और आश्चर्य से पूछने लगी, ''उस ने तो सुबह 6 बजे का अलार्म लगाया था?''

''अब यह सब छोड़ और जा, जा कर तैयार हो ले,'' मां ने नीतू का बिस्तर समेटते हुए जवाब दिया.

नीतू को आज भी औफिस पहुंचने में देर हो गई थी. सब की नजरों से बच कर वह अपनी डैस्क पर जा पहुंची. मगर रीता ने उसे देख ही लिया. 5 मिनट बाद वह उस के सामने आ धमकी. कहानियों से भरे पत्र उस की डैस्क पर पटक कर कहने लगी, ''ये ले, इन 5 लैटर्स के स्कैच बनाने हैं आज तुझे लंच तक. मैम ने मुझ से कहा था कि मैं तुझे बता दूं.''

''पर यार, आधे दिन में 5 स्कैच कैसे कंप्लीट कर पाऊंगी मैं?''

''यह तेरी सिरदर्दी है. इस में मैं क्या कर सकती हूं. और, वैसे भी मैम का हुक्म है,'' कह कर रीता अपनी डैस्क पर चली गई.

बचपन से ही अपनी आंखों में पेंटर बनने का सपना लिए नीतू अब जा कर उसे पूरा कर पाई है. जब वह स्कूल में थी, तब कौपियों के पीछे के पन्नों पर ड्राइंग किया करती थी, मगर अब एक मैगजीन में हिंदी कहानियों के चित्रांकन का काम करती है.

अपनी चेयर को आगे खिसका कर वह आराम से बैठी और बुझेमन से एक पत्र उठा कर पढ़ने लगी. वह जब भी चित्रांकन करती, उस से पहले कहानी को अच्छी तरह पढ़ती थी ताकि पात्रों में जान डाल सके.

2 कहानियों के पढ़ने में ही घड़ी ने एक बजा दिया. जब उस की नजर घड़ी पर पड़ी, तो वह थोड़ी परेशान हो गई.

वह सोचने लगी, अरे, लंच होने में सिर्फ एक घंटा ही बचा है और अभी तक 2 ही कहानियां पूरी हुई हैं. कैसे भी 3 तो पूरी कर ही लेगी. और वह फिर से अपने काम में लग गई.

लंच भी हो गया. उस ने 3 कहानियों का चित्रांकन कर दिया था. वह खाना खाती जा रही थी और सोचती जा रही थी कि बाकी दोनों भी 4 बजे तक पूरा कर देगी. साथ ही, उस के मन में यह डर था कि कहीं मैम पांचों स्कैच अभी न मांग लें.

खाना खा कर नीतू मैम को देखने उन के केबिन की ओर गई, परंतु उसे मैम न दिखीं.

रीता से पूछने पर पता चला कि मैम किसी जरूरी काम से अपने घर गई हैं.

इतना सुनते ही उस की जान में जान आई. लंच समाप्त हो गया.

नीतू अपनी डैस्क पर जा पहुंची. अगली कहानी छोटी होने की वजह से उस ने जल्दी ही निबटा दी. अब आखिरी कहानी बची है, यह सोचते हुए उस ने 5वां पत्र उठाया और पढ़ने लगी.

'प्रशांत शर्मा' इतना पढ़ते ही उस के मन से काम का बोझ मानो गायब हो गया. वह अपने हाथ की उंगलियों के पोर पत्र पर लिखे नाम पर घुमाने लगी. उस की आंखें, बस, नाम पर ही टिकी रहीं. देखते ही देखते वह अतीत में खोने लगी.

तब उस की उम्र 15 साल की रही होगी. 9वीं क्लास में थी. घर से स्कूल जाते हुए वह इतना खुश हो कर जाती थी जैसे आसमान में उड़ने जा रही हो.

मम्मीपापा की इकलौती बेटी थी वह. सो, मुरादें पूरी होना लाजिमी थीं. पढ़ने में होशियार होने के साथसाथ वह क्लास की प्रतिनिधि भी थी.

दूसरी ओर प्रशांत था. नाम के एकदम विपरीत. कभी न शांत रहने वाला लड़का. क्लास में शोर होने का कारण और मुख्य जड़ था वह ही. पढ़ाई तो वह नाममात्र ही करता था. क्या यह वही प्रशांत है?

दिल की धड़कन जोरों से धड़कने लगी. तुरंत उस ने पत्र को पलटा और ध्यान से हैंडराइटिंग को देखने लगी. बस, चंद सैकंड में ही उस ने पता लगा लिया कि यह उस की ही हैंडराइटिंग है.

फिर से अतीत में लौट गई वह. सालभर पहले तो गुस्सा आता था उसे, पर न जाने क्यों धीरेधीरे यह गुस्सा कम होने लगा था उस के प्रति. जब भी वह इंटरवल में खाना खा कर चित्र बनाती, तो अचानक ही पीछे से आ कर वह उस की कौपी ले भागता था. कभी मन करता था कि 2 घूंसे मुंह पर टिका दे, मगर हर बार वह मन मार कर रह जाती.

रोज की तरह एक दिन इंटरवल में वह चित्र बना रही थी, तभी क्लास के बाहर से भागता हुआ प्रशांत उस के पास आया. वह समझ गई कि कोई न कोई शरारत कर के भाग आया है, तभी उस के पीछे दिनेश, जो उस की ही क्लास में पढ़ता था, वह भी वहां आ पहुंचा और उस ने लकड़ी वाला डस्टर उठा कर प्रशांत की ओर फेंकना चाहा. उस ने वह डस्टर प्रशांत को निशाना बना कर फेंका. उस ने आव देखा न ताव, प्रशांत को बचाने के लिए अपनी कौपी सीधे डस्टर की दिशा में फेंकी, जो डस्टर से जा टकराई. प्रशांत को बचा कर वह दिनेश को पीटने गई, पर वह भाग गया.

'अरे, आज तू ने मुझे बचाया, मुझे...' प्रशांत आश्चर्य से बोला.

'हां, तो क्या हो गया?' उस ने जवाब दिया.

अचानक प्रशांत मुड़ा और अपने बैग से एक नया विज्ञान का रजिस्टर ला कर उसे देते हुए बोला, 'यह ले, आज से तू चित्र इस में बनाना. वैसे भी, मुझे बचाते हुए तेरी कौपी घायल हो गई है.'

उस ने रजिस्टर लेने से मना कर दिया.

'अरे ले ले, पहले भी तो मैं तुझे कई बार परेशान कर चुका हूं, पर अब से नहीं करूंगा.'

जब उस ने ज्यादा जोर दिया, तो उस ने रजिस्टर ले लिया, जो आज भी उस के पास रखा है.

ऐसे ही एक दिन जब उसे स्कूल में बुखार आ गया, तो तुरंत वह टीचर के पास गया और उसे घर ले जाने की अनुमति मांग आया.

टीचर के हामी भरते ही वह उस का बैग उठा कर घर तक छोड़ने गया.

वहीं, शाम को वह उस का हाल जानने उस के घर फिर चला आया. उस की इतनी परवा करता है वह, यह देख कर उस का उस से लगाव बढ़ गया था. साथ ही, वह यह भी समझ गई थी कि कहीं न कहीं वह भी उसे पसंद करता है.

पर 10 सालों में वह एक बार भी उस से नहीं मिला. दिल्ली जैसे बड़े शहर में न जाने कहां खो गया.

''रीता, इस की एक कौपी कर के मेरे कैबिन में भिजवाओ जल्दी,'' अचला मैम की आवाज कानों में पड़ने से उस की तंद्रा टूटी.

मैम आ गई थीं. अपने कैबिन में जातेजाते मैम ने उसे देखा और पूछ बैठीं, ''हां, वो पांचों कहानियों के स्कैचेज तैयार कर लिए तुम ने?''

''बस, एक बाकी है मैम,'' उस ने चेयर से उठते हुए जवाब दिया.

''गुड, वह भी जल्दी से तैयार कर के मेरे पास भिजवा देना. ओके.''

''ओके मैम,'' कह कर नीतू चेयर पर बैठी और फटाफट प्रशांत की लिखी कहानी पढ़ने लगी.

10 मिनट पढ़ने के बाद जल्दी से उस ने स्कैच बनाया और मैम को दे आई.

औफिस का टाइम भी लगभग पूरा हो चला था. शाम 6 बजे औफिस से निकल कर नीतू बस का इंतजार करने लगी. कुछ ही देर में बस भी आ गई. वह बस में चढ़ी, इधरउधर

नजर घुमाई तो देखा कि बस में ज्यादा भीड़ नहीं थी. गिनेचुने लोग ही थे.

कंडक्टर से टिकट ले कर वह खिड़की वाली सीट पर जा बैठी और बाहर की ओर दुकानों को निहारने लगी.

अचानक बस अगले स्टौप पर रुकी, फिर चल दी.

''हां भाई, बताइए?''

बस के इंजन के नीचे दबी कंडक्टर की आवाज मेरे कानों में पड़ी.

''करोल बाग एक,'' पीछे से किसी ने जवाब दिया.

लगभग एक घंटा तो लगेगा. अभी इतना सोच कर वह पर्स से मोबाइल और इयरफोन निकालने लगी कि अचानक कोई आ कर उस की बगल में बैठ गया.

उसे देखने के लिए उस ने अपनी गरदन घुमाई, तो बस देखती ही रह गई. वह खुशी से चिल्लाती हुई बोली, ''प्रशांत, तुम!''

प्रशांत ने घबरा कर उस की ओर देखा. ''अरे, नीतू, इतने सालों बाद. कैसी हो?'' और वह सवाल पर सवाल करने लगा.

''मैं अच्छी हूं. तुम कैसे हो?'' नीतू ने जवाब दे कर प्रश्न किया. उसे इतनी खुशी हो रही थी कि वह सोचने लगी कि अब यह बस 2 घंटे भी ले ले, तो भी कोई बात नहीं.

''मैं ठीक हूं. और बताओ, क्या करती हो आजकल?''

''वही, जो स्कूल के इंटरवल में करती थी.''

''अच्छा, वह चित्रों की दुनिया.''

''हां, चित्रों की दुनिया ही मेरा सपना. और मैं ने अपना वही सपना अब पूरा कर लिया है.''

''सपना, कौन सा? अच्छी स्कैचिंग करने का.''

''हां, स्कैचिंग करतेकरते मैं एक दिन अलंकार मैगजीन में इंटरव्यू दे आई थी. बस, उन्होंने रख लिया मुझे.''

''बधाई हो, कोई तो सफल हुआ.''

''और तुम क्या करते हो? जौब लगी या नहीं?''

''जौब तो नहीं लगी, हां, एक प्राइवेट कंपनी में जाता हूं.''

तभी प्रशांत को कुछ याद आता है, ''एक मिनट, क्या बताया तुम ने, अभी कौन सी मैगजीन?''

''अलंकार मैगजीन,'' नीतू ने बताया.

''अरे, उस में तो...''

नीतू उस की बात बीच में ही काटती हुई बोली, ''कहानी भेजी थी. और संयोग से वह कहानी मैं आज ही पढ़ कर आई हूं, स्कैच बनाने के साथसाथ.''

''पर, तुम्हें कैसे पता चला कि वह कहानी मैं ने ही भेजी थी. नाम तो कइयों के मिलते हैं.''

''सिंपल, तुम्हारी हैंडराइटिंग से.''

''क्या? मेरी हैंडराइटिंग से, तो क्या तुम्हें मेरी हैंडराइटिंग भी याद है अब तक.''

''हां, मिस्टर प्रशांत.''

''ओह, फिर तो अब तुम पूरे दिन चित्र बनाती होगी और कोई डिस्टर्ब भी न करता होगा मेरी तरह. है न?''

''हां, वह तो है.''

''देख ले, सब जनता हूं न मैं?''

''लेकिन, तुम एक बात नहीं जानते प्रशांत.''

''कौन सी बात?''

बारबार मुझे स्कूल की बातें याद आ रही थीं. मैं ने सोचा कि बता देती हूं. क्या पता, फिर ऊपर वाला ऐसा मौका दे या न दे, यह सोच कर नीतू बोल पड़ी, ''प्रशांत, मैं तुम्हें पसंद करती हूं.''

''क्या...?'' प्रशांत ऐसे चौंका जैसे उसे कुछ पता ही न हो.

''तब से जब हम स्कूल में पढ़ते थे और मैं यह भी जानती हूं कि तुम भी मुझे पसंद करते हो. करते हो न?''

प्रशांत ने शरमाते हुए हां में अपनी गरदन हिलाई.

तभी बस एक स्टाप पर रुकी. हम खामोश हो कर एकदूसरे को देखने लगे.

''तेरी शादी नहीं हुई अभी तक?'' प्रशांत ने प्रश्न किया.

''नहीं. और तुम्हारी?''

''नहीं.''

न जाने क्यों मेरा मन भर आया और मैं ने बोलना बंद कर दिया.

''क्या हुआ नीतू? तुम चुप क्यों हो गईं?''

''प्रशांत, शायद मेरी जिंदगी में तुम हो ही नहीं, क्योंकि कल मेरी एंगेजमैंट है और तुम इतने सालों बाद आज मिले हो.''

इतना सुनते ही प्रशांत का गला भर आया. वह बस, इतना ही बोला, ''क्या, कल ही.''

दोनों एक झटके में ही उदास हो गए.

कुछ देर खामोशी छाई रही.

''कोई बात नहीं नीतू. प्यार का रंग कहीं न कहीं मौजूद रहता है हमेशा,'' प्रशांत ने रुंधे मन से कहा.

''मतलब?'' नीतू ने पूछा.

''मतलब यह कि हम चाहे साथ रहें न रहें, तुम्हारे चित्र और मेरे शब्द तो साथ रहेंगे न हमेशा कहीं न कहीं,'' प्रशांत हलकी सी मुसकान भरते हुए बोला.

''मुझे नहीं पता था प्रशांत कि तुम इतने समझदार भी हो सकते हो.''

तभी कंडक्टर की आवाज सुनाई दी, ''पंजाबी बाग.''

''ओके प्रशांत, मेरा स्टौप आ गया है. अब चलती हूं. बायबाय.''

''बाय,'' प्रशांत ने भी अलविदा कहा.

वह बस से उतरी और जब तक आंखों से ओझल न हो गए, तब तक दोनों एकदूसरे को देखते रहे. ●

मेरा, मेरी बैस्ट फ्रैंड के घर बहुत आनाजाना है. पता नहीं कैसे मुझे उस के भाई से प्रेम हो गया है. वह

मुझे बहुत अच्छा लगने लगा है. उस की बातें मुझे भाने लगी हैं. उस की बातों से लगने लगा है कि वह भी मुझे पसंद करने लगा है. अब मैं किसी और लड़के के बारे में सोचना भी नहीं चाहती. समझ नहीं पा रही कि क्या करूं? क्या मुझे सहेली को अपनी फीलिंग्स बतानी चाहिए. डरती हूं कि मेरी बात सुन कर हमारी फ्रैंडशिप न टूट जाए या उस के भाई से अपने दिल की बात कह दूं. आप ही मुझे राह सुझाएं.

दिल तो दिल है, किसी पर भी आ सकता है. आप का अपनी सहेली के भाई पर दिल आ गया तो कोई परेशानी की बात नहीं.

आप अपनी सहेली को अपनी फीलिंग्स के बारे में बता सकती हैं. यदि सहेली को आप की बात पसंद न आए, वह तनाव में आ जाए और आप से नाराज या गुस्सा हो जाए तो आप अपना धैर्य न खोएं. उस के गुस्से का बुरा न मानें क्योंकि बहनें अकसर अपने भाई को ले कर पजेसिव होती हैं.

वैसे आजकल जमाना काफी बदल गया है, यंगस्टर की सोच काफी खुली हुई है. बहनें अपने भाई को प्यार, शादी के मामलों में काफी सपोर्ट करती हैं. हो सकता है कि आप की सहेली आप को अपनी भाभी के रूप में जीवनभर आप का साथ पाने की बात से खुश हो जाए.

आप को लेकिन यह भी शक है कि सहेली का भाई भी आप से प्रेम करता है या नहीं, तो यह काम भी आप सहेली पर छोड़ दें. हां या न, वही बता देगी. आगे आप खुद समझदार हैं कि जबरदस्ती तो किसी से प्यार करवाया नहीं जा सकता. इसलिए ज्यादा मत सोचें और सहेली से बात कीजिए.

मैं ने अपनी 12वीं की पढ़ाई पूरी कर ली है. मैं अपनी क्लास के एक लड़के से प्यार करती हूं. वह भी मुझे चाहता है. मगर मैं चाहती हूं कि हमारे प्यार का असर मेरी पढ़ाई पर न पड़े. क्या यह संभव है? क्या मुझे अभी प्यारव्यार के चक्कर में पड़ना चाहिए? मेरे मातापिता को मुझ से बहुत उम्मीदें हैं. वे मुझे एक ऊंचे मुकाम पर देखना चाहते हैं. मातापिता की उम्मीदें तभी पूरी कर पाऊंगी जब मेरा ध्यान पूरी तरह पढ़ाई में होगा. लेकिन मैं उस लड़के को खोना नहीं चाहती. कैसे क्या करूं कुछ समझ नहीं आ रहा.

उम्र के जिस दौर से आप गुजर रही हैं उस में विपरीत सैक्स के प्रति आकर्षण होता ही है. यह अच्छी बात है कि आप समझ रही हैं कि प्यार का असर आप की पढ़ाई पर पड़ेगा. यह समय आप के लिए और उस लड़के के लिए भी सुनहरा भविष्य बनाने का है. यह वक्त चला गया, तो लौट कर नहीं आएगा.

यदि आप दोनों अपने प्यार को ले कर गंभीर हैं तो एकदूसरे से वादा करें कि 'दोनों में प्यार रहेगा लेकिन फोकस कैरियर पर रहेगा, अपनी मर्यादा में रहेंगे'. आप दोनों अपनेअपने परिवारों को विश्वास में ले कर सारी बातें स्पष्ट करें. पहले बेहतर जीवन की राह चुनें. प्यार सच्चा होगा तो हर परिस्थिति में साथ बना रहेगा.

मैं 23 वर्षीय युवती हूं. शिमला में पलीबढ़ी. आगे की पढ़ाई के लिए मैं दिल्ली आ गई. यहां अपने ही साथ पढ़ने वाले लड़के से मेरी दोस्ती हो गई. हम साथ पढ़ते, घूमतेफिरते, कई विषयों पर चर्चा करते. मैं उस पर बहुत ज्यादा भरोसा करने लगी.

पिछले साल लौकडाउन में सबकुछ बंद होने से हम दोनों ही अपने घर नहीं जा सके. किराया बचाने के चक्कर में उस ने मुझ से कहा कि एक ही किराए के मकान में रह लेते हैं. मैं ने हां कह दी. साथ रहते हुए हमारे सैक्सुअल रिलेशन बन गए.

मैं उसे दिल से चाहने लगी थी, इसलिए मुझे रिलेशन बनाने में एतराज न था क्योंकि मुझे लगता था कि वह भी मुझे उतना चाहता है जितना कि मैं उसे. लेकिन मैं गलत थी, लौकडाउन खत्म हुआ तो वह यह कह कर, 'मां बीमार है, जाना जरूरी है,' अपने घर अलमोड़ा चला गया. कभी हफ्ते में एक बार फोन कर लेता, 'बिजी हूं इसलिए कौल नहीं कर पाया', 'घर के हालात ठीक नहीं चल रहे.' जैसी बातें बोलबोल कर उस के धीरेधीरे फोन, फिर मैसेज भी आने बंद हो गए. मैं फोन करती तो उस का मोबाइल स्विचऔफ आता.

अब हालत यह है कि मैं उस के बारे में सोचसोच कर डिप्रैस्ड हो रही हूं. कहीं मन नहीं लगता. न पढ़ाई होती है न भूख लगती है. उसे भूलने की कोशिश करती हूं, लेकिन दिमाग से नहीं निकलता वह. जी करता है जहर खा लूं. फिर मम्मीपापा का खयाल आता है तो थोड़ा अपने को संभालती हूं. क्या करूं आप ही कुछ बताइए?

सब से पहले तो मरने या जहर खाने की बात जेहन से निकाल दीजिए. लोग जिंदगी बचाने के लिए क्याक्या नहीं करते. आप को जिंदगी मिली है, तो शुक्रगुजार होइए. रही बात उस लड़के की, तो उसे आप के साथ ऐसा नहीं करना चाहिए था.

यदि वहां घर में उस के पारिवारिक हालात ठीक नहीं चल रहे और वह आप से बात नहीं कर पा रहा या दिल्ली नहीं आ सकता तो आप को इन्फौर्म उसे करना चाहिए था. ऐसा लगता है, उसे आप की फिक्र नहीं.

आप कब तक उस का इंतजार करती रहेंगी. अगर उसे आप की परवा नहीं तो आप क्यों उस के पीछे अपनी जिंदगी बरबाद करने में लगी हैं.

पढ़ाई में ध्यान लगाइए. थोड़े दिनों के लिए अपने घर से यदि मां, बहन कोई हैं तो बुला लीजिए. किसी अपने का साथ दिल को सुकून देता है, नहीं तो खुद थोड़े दिनों के लिए अपने घर चली जाइए.

उस लड़के के साथ आप के जो भी रिलेशन रहे हैं, भूलने की कोशिश तो करनी ही पड़ेगी. अभी आप की उम्र ही क्या है. लाइफ में मस्त रहना सीखें. घूमेंफिरें, दोस्तों से बातें कीजिए, अपने को बिजी रखिए.

हो सकता है वह लड़का देरसवेर आप से कौन्टैक्ट करे, तब उसे माफ करना है या नहीं, आप की मरजी है. फिलहाल, वर्तमान में अपनी लाइफ पर फोकस कीजिए. अपना भविष्य सुनहरा बनाने की कोशिश करें. अच्छीअच्छी पुस्तकें व पत्रिकाएं पढ़ें जिस से आप बिजी भी रहेंगी और उस की याद भी नहीं सताएगी. किसी के पीछे अपनी जिंदगी तबाह करना समझदारी नहीं. ●

SMS/WHATSAPP +918527666772

आप अपनी प्रेम समस्याएं, संपादकीय विभाग, मुक्ता, दिल्ली प्रैस भवन, ई–8, रानी झांसी मार्ग, झंडेवाला एस्टेट, नई दिल्ली–110055 पर भेजें. SMS/Whatsapp से भी भेज सकते हैं. ईमेल द्वारा mukta@delhipress.in पर भेजें. नाम गुप्त रखा जाएगा.

नौटी सुम्बुल का अंदाज

सुम्बुल तौकीर खान सिर्फ 18 साल की हैं और टैलीविजन शो 'इमली' के लीड किरदार को बखूबी अंजाम दे रही हैं. चुलबुली और मजाकिया इमली को दर्शकों का भरपूर प्यार मिल रहा है.

अपना कैरियर बनाने के लिए सुम्बुल ने एक लंबा सफर तय किया है. अपने टीवी कैरियर की शुरुआत उन्होंने 2011 में 'चंद्रगुप्त मौर्य' में शुभदा की महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा कर की. 2015 में टीवी रियलिटी शो 'डांस इंडिया डांस : लिटिल मास्टर शो में प्रतिभागी रहीं. फिर सुम्बुल 'इशारों इशारों में' सोनी चैनल के शोज का हिस्सा रही हैं. उन्हें आयुष्मान खुराना की फिल्म 'आर्टिकल 15' में भी सपोर्टिंग रोल निभाते देखा गया है. 2019 में शौर्ट मूवी 'ज्योति' में आईं.

एक्टिंग और डांस का शौक सुम्बुल को बचपन से रहा है. सुम्बुल के इंस्टाग्राम पर 77 हजार 900 फौलोअर्स हैं. ये अपने फैंस के लिए अपनी फोटोज पोस्ट करती रहती हैं. ●

OF THE MONTH

क्या आप भी टौमबौय लड़की हैं

एक समय में टौमबौय लड़कियों को झल्ली, बेढंगी और अजीब समझा जाता था. उन के रहनसहन और बातव्यवहार पर सवाल किए जाते थे. लेकिन समय बदलने के साथ अब ये लड़कियां बिंदास लगने लगी हैं.

लेख • गरिमा पंकज

2 भाइयों की बहन नेहा बचपन से दूसरी लड़कियों से कुछ अलग स्वभाव की थी. वह भाइयों के साथ फुटबौल, क्रिकेट और बैडमिंटन खेलने की शौकीन थी. उसे गुड्डेगुड़ियों के खेल या घरघर खेलना बिलकुल भी पसंद नहीं था. उस के कपड़े भी लड़कों वाले होते.

उसे जींस, टीशर्ट, कार्गो पैंट्स और शौर्ट्स आदि पसंद थे. वह मिडी के बजाय ट्रैक सूट पहनना पसंद करती. सलवारसूट और दुपट्टा देखते ही नाकभौं सिकोड़ने लगती. मां उस के लिए खूबसूरत गाउन या फ्रौक खरीद कर लाती तो वह उन्हें एक तरफ सरका कर जींस और टीशर्ट पहन लेती. इसी तरह वह खूबसूरत सैंडल्स या हाईहील्स की तरफ देखती भी नहीं, बल्कि स्नीकर्स पहन कर जगहजगह घूम आती.

उस के लिए स्टाइल के बजाय कम्फर्ट महत्त्वपूर्ण था. वह वही पहनती जो कम्फर्टेबल लगता. यहां तक कि दूसरी लड़कियों की तरह उसे लंबे बाल रखने का भी कोई शौक नहीं था.

मां कहती, ''नेहा, बाल जरा लंबे कर ले. मत कटवा. तेरे ऊपर लंबे बाल बहुत प्यारे लगेंगे.''

तब वह हंस कर जवाब देती, ''मौम, उन बालों को संभालेगा कौन? मेरे पास उतना फालतू वक्त नहीं. मुझे तो छोटे बाल पसंद हैं. बिंदास लगते हैं. संवारने में समय भी नहीं लगता.''

मां गुस्से से कहती, ''थोड़ा तो लड़कियों वाले गुण पैदा कर, वरना कौन करेगा तुझ से शादी?''

समय के साथ नेहा कालेज जाने लगी. बहुत से लड़कों से दोस्ती हुई. मगर कभी किसी के साथ प्यार वाला एंगल नहीं रहा. लड़के उसे अपने जैसा समझते और बिंदास हर तरह की बातें करते. किसी भी लड़के ने नेहा को कभी उस नजर से नहीं देखा. खुद नेहा भी इन बातों से दूर रहती थी. कालेज में दूसरी लड़कियां उसे टौमबौय कह कर छेड़ा करतीं. मगर उसे कभी इस बात का बुरा नहीं लगा. वह इसे पौजिटिव ढंग से लेती. वह खुद को किसी और के लिए बदलना नहीं चाहती थी. अपनी पसंद की चीजें करने से वह खुश रहती थी.

समाज में हमेशा से स्त्रीपुरुष को अलगअलग मापदंडों पर मापा जाता रहा है. उन के स्वभाव, रहनसहन और जीने के तरीकों में भी विभाजन की स्पष्ट रेखा खींच दी गई है. लड़कियों से हमारा समाज स्त्री सुलभ व्यवहार और तौरतरीकों की अपेक्षा रखता है. उन्हें कपड़े भी लड़कों की अपेक्षा बिलकुल अलग तरह के पहनने होते हैं ताकि

वे शर्महया के बंधन में बंधी रहें. मगर कुछ लड़कियां इन बंधनों से आजाद रहना पसंद करती हैं. वे अपने अंदाज में जीती हैं और काफीकुछ लड़कों जैसा बिहेव करती हैं. हमारे समाज में ऐसी लड़कियों को टौमबौय कह कर पुकारा जाता है.

कैसे समझें कि आप भी टौमबौय हैं और बेबाकी से जीना पसंद करती हैं.

ट्रैंड के ऊपर कंफर्ट : टौमबौय लड़कियां ट्रैंड के साथ नहीं चलतीं. उन के लिए फैशन से ज्यादा महत्त्वपूर्ण कंफर्ट होता है. वे जींस या शौट्र्स के साथ हुडी या चैक वाली शर्ट पहन कर पूरा दिन निकाल सकती हैं. उन को इस बात की टैंशन नहीं रहती कि ट्रैंड में क्या है. उन्हें बस, आराम से वास्ता होता है. वे दुपट्टा संभालने या स्कर्ट पहन कर केयरफुली बैठने का झंझट मोल नहीं लेतीं. उन्हें तो पौकेट वाले शौट्र्स पहनना पसंद आता है.

हाई हील्स से परहेज : पार्टी हो या कालेज, ऐसी लड़कियों के लिए हाई हील्स पहनना भी एक बड़ा झंझट है. उन्हें तो बस, स्नीकर्स या जूते पहन कर आराम से लड़कों के कंधों से कंधा मिला कर चलने की आदत होती है.

मेकअप कभी नहीं : टौमबौय गर्ल्स के लिए मेकअप टाइम की बरबादी मात्र है. उन्हें सहज, सरल और ओरिजनल रहना पसंद आता है. सच तो यह है कि उन्हें मेकअप करना आता भी नहीं और न ही इस में उन का कोई इंटरैस्ट ही होता है.

असली मजा तो खुल कर हंसने में है : ये बिंदास जिंदगी जीती हैं. ये शरमाना, हिचकिचाना या किसी भी तरह की झिझक से दूर खुल कर हंसतीखिलखिलाती हैं. बात करना हो तो बेबाकी के साथ कुछ भी कह देना इन का सहज स्वभाव होता है.

जमीन से जुड़ाव : इन्हें हर तरह के दौड़भाग वाले खेल खेलने बहुत पसंद होते हैं. इस दौरान हाथपैर गंदे भी हो गए तो भी ये मस्त रहती हैं. इन्हें लड़कों के साथ क्रिकेट, फुटबौल, बास्केटबौल जैसे खेल खेलना, खेलते हुए धूलमिट्टी से नहाना, पतंग उड़ाना, बाइक चलाना जैसे काम पसंद आते हैं.

पंगे लेने वालों को मुंहतोड़ जवाब : बातचीत के दौरान छींटाकशी और कटाक्ष को हैल्दी तरीके से लेते हुए सामने वाले पर उलटा प्रहार करना और हर बात को हंसी में उड़ाना ये बखूबी जानती हैं. सामान्यतया इन के दोस्त इन से पंगा लेने से बचते हैं.

कितनी अलग टौमबौय लड़कियां : अकसर फिल्मों में भी टौमबौय के किरदार दिखाए जाते हैं. करण जौहर जैसे फिल्म निर्माताओं ने अपनी फिल्मों में टौमबौय लड़कियों की एक अलग ही इमेज बनाई है. 16 अक्तूबर, 1998 को रिलीज हुई फिल्म 'कुछकुछ होता है' में करण ने लड़कियों को 2 कैटेगरियों में बांटा था. पहली, लंबे बालों और सजनेसंवरने वाली अदाएं बिखेरने में माहिर, सूट या स्कर्ट पहनने वाली प्रौपर गर्ली टाइप लड़कियां. दूसरी कैटेगरी में छोटे बाल, लूज टीशर्ट, पैंट और जूते पहनने वाली बेतकल्लुफ सी टौमबौय टाइप लड़कियां.

फिल्म में दिखाया गया था कि कैसे टौमबौय लड़कियों को कपड़े पहनने का सलीका या ड्रैसिंग सैंस नहीं होता. उन्हें सजनासंवरना, शरमाना और लड़कों को अट्रैक्ट करना नहीं आता. एक शब्द में कहा जाए तो वे 'झल्ली टाइप' होती हैं.

'कुछकुछ होता है' के अलावा 'मैं हूं न' और 'जाने तू या जाने न' जैसी फिल्मों में भी टौमबौय लड़कियों को उसी तरह पेश किया गया. इन फिल्मों में टौमबौय टाइप लड़कियों को हीरो तब तक प्यार के काबिल नहीं समझता जब तक वे परफैक्ट गर्ल न बन जाएं.

पर आजकल देखा जाए तो लड़कों को 'लड़कों जैसी यानी टौमबौय लड़कियां' पसंद आने लगी हैं. उन्हें ऐसी लड़की चाहिए होती है जो एक साथी से कहीं बढ़ कर हो. जिसे उन की जिंदगी जीने के ढंग में दिलचस्पी हो और जो उन के साथ जिंदगी में काफी आगे बढ़ना चाहती हो. ऐसी लड़कियों में लड़कियों के सारे गुण मौजूद होते हैं पर इन के काम करने और सोचने का तरीका, रहनसहन, बातव्यवहार और पहनावा लड़कों के जैसा होता है. लड़कों की तरह ही इन लड़कियों को आउटडोर ऐक्टिविटीज में काफी रुचि होती है. इन के साथ लड़कों की ट्यूनिंग काफी अच्छी बनती है. ऐसी लड़कियां थोड़ी अलग होती हैं, पर मजेदार होती हैं. ●

टौमबौय लड़कियां क्यों बन सकती हैं बेहतर पार्टनर

- टौमबौय लड़की टिपिकल लड़कियों जैसा बिहेव नहीं करती. उसे हर वक्त का अटैंशन नहीं चाहिए होता है और न ही वह हर समय नखरे दिखा कर लड़कों को परेशान करती है. वह खुल कर जीना चाहती है और ज्यादा डिमांडिंग भी नहीं होती.
- वह अपने बौयफ्रैंड के एडवैंचर में उस का साथ भी देगी और उस से दिल से प्यार भी करेगी.
- टौमबौय लड़कियों को समय की पूरी कद्र होती है. एक सामान्य लड़की 5 मिनट के लिए तैयार होने को जाती है तो संवरने में घंटाभर लगा देती है. ऐसे में लड़के उन का इंतजार कर परेशान हो जाते हैं. लेकिन 'लड़कों जैसी लड़की' के साथ यह स्थिति नहीं होती है. वह सिर्फ 5 मिनट में तैयार हो सकती है. उसे मेकअप में ज्यादा समय नहीं लगता क्योंकि वह बिना मेकअप के भी आकर्षक व मस्त दिखती है.
- ज्यादातर लड़के ऐसी ही लड़कियों को पसंद करते हैं जो उन की भाषा में बात करती हों और उन की बातों को उन्हीं के अंदाज में समझती हों. कोई भी लड़का ऐसी लड़की को पसंद नहीं करता जो उस की सिंपल बात का भी गलत मतलब निकाले. 'लड़कों जैसी लड़कियां' सीधे और सरल शब्दों में बात रखना जानती भी हैं और समझती भी हैं.
- ऐसी लड़कियों के साथ यदि लड़के अंतरंग बातें करते हैं तो उन का रिऐक्शन कभी नैगेटिव नहीं होता और न ही उन्हें ऐसी बातों से परहेज होता है. वे अपनी बात को भी अलग ढंग से शेयर करती हैं और संवाद को रोचक बनाना जानती हैं. इस तरह की खुली मानसिकता के साथ कैमिस्ट्री अच्छी बनती है.

प्यार सबकुछ नहीं जिंदगी के लिए

लेख • शैलेंद्र सिंह

प्यार को ही जिंदगी समझ कर उस के पीछे मरमिटने की चाहत ठीक नहीं होती है. प्यार में समझदारी बहुत जरूरी होती है. कई बार प्यार में त्याग कर के भी खुश रहा जा सकता है. प्यार से भी जरूरी कई काम हैं, प्यार सबकुछ नहीं जिंदगी के लिए.

उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ के आईटी चौराहे पर रैड सिग्नल होने से ट्रैफिक रुक गया. हमारी बाइक यानी मोटरसाइकिल के ठीक बगल में एक दूसरी बाइक आ कर रुकती है. नए जमाने के स्टाइल वाली बाइक पर एक लड़का अपने पीछे एक लड़की को बैठाए है. दोनों आपस में बात करते हैं. लड़का समझाते हुए कहता है कि यह आईटी चौराहा है. दाहिनी तरफ आईटी कालेज है. लड़का आईटी चौराहे से कपूरथला की तरफ जाने वाला था. वहां कई रैस्तरां हैं. लड़की को ले कर उसे वहां जाना रहा होगा. यह अंदाजा लड़की को लग जाता है. शायद वह पहले कभी उधर गई होगी. वह लड़के के कान में कहती है, 'उधर आज नहीं जाना. वहां भीड़ बहुत होती है. भीड़भाड़ वाली जगह हमें पसंद नहीं आती.' वह कहता है, 'कोई नहीं, आज सीतापुर रोड की तरफ चलते हैं. वहां अच्छी जगहें हैं.'

इसी बीच चौराहे का ट्रैफिक सिगनल ग्रीन हो जाता है. लड़का अपनी बाइक सीतापुर रोड की तरफ मोड़ देता है. दोनों को देख कर यह लग रहा था कि वे एकांत में कुछ समय गुजारना चाहते थे. ऐसे लोगों को प्यार करने वाला कपल कहा जाता है. जब प्यार की बात होती है तो ऐसे ही कपल की चर्चा सब से ज्यादा होती है. इन की दोस्ती, इन का प्यार छोटीछोटी वजहों से टूट जाता है. हर दोस्ती को प्यार की नजर से नहीं देखना चाहिए. हर कपल को प्यार करने वाला कपल नहीं माना जा सकता. यह जरूर है कि दोस्ती में सैक्स और प्यार दोनों आगे बढ़ जाते हैं. प्यार और सैक्स के बीच दूरी बनाए रखना जरूरी है. जहां यह दूरी नहीं होती वहां प्यार बदनाम हो जाता है. प्यार के ऐसे ही रास्ते से घर, परिवार और समाज को डर लगता है. यही डर पाबंदी का भी रूप ले लेता है.

प्यार के अलग फलसफे

प्यार को ले कर दिल और समाज में अलगअलग फलसफे हैं. कहीं कहा जाता है कि 'प्यार ही जिंदगी है' तो कहीं कहा

जाता है कि 'प्यार सबकुछ नहीं जिंदगी के लिए.' यह सच है कि प्यार से खूबसूरत चीज दूसरी दुनिया में नहीं है. प्यार उम्र, जाति और दूरी के बंधन को भी नहीं मानता है. आज जिस प्यार की बात हम करने जा रहे हैं वह 'टीनएज लव' या 'युवावस्था में होने वाला प्यार' है. यह प्यार उम्र के उस दौर में होता है जब सब से अधिक जरूरत युवाओं को अपने कैरियर पर ध्यान देने की होती है. ऐसे युवाओं को ही समझाने के लिए कहा जाता है, 'प्यार से भी जरूरी कई काम हैं, प्यार सबकुछ नहीं जिंदगी के लिए'.

क्लीनिकल साइकोलौजिस्ट डाक्टर मधु पाठक कहती हैं, ''किशोरावस्था में शरीर में हारमोनल चेंज आते हैं. ऐसे में लड़के और लड़कियों के बीच आपस में एकदूसरे के प्रति आकर्षण बढ़ता है. यह आकर्षण पहले दोस्ती, फिर प्यार, फिर शादी तक भी पहुंच जाता है. समाज की नजरों से देखें तो इस को सफल प्यार कहा जाता है. जो प्यार शादी तक नहीं पहुंच पाता उस को असफल प्यार की श्रेणी में रख दिया जाता है. प्यार की कुछ कहानियां पहले आकर्षण के बाद खत्म हो जाती हैं. कुछ एकतरफा हो कर ही रह जाती हैं, कुछ दोस्ती से आगे नहीं बढ़ पातीं और कुछ तो शादी के बाद भी टूट जाती हैं.''

डा. मधु पाठक

अलगअलग है प्यार और सैक्स

प्यार के अलगअलग दौर होते हैं. हर दौर की अपनी मुश्किलें होती हैं. प्यार का सब से अलग दौर वह होता है जब उस में सैक्स की चाहत पनप जाती है. असल में लड़कालड़की के बीच जो आकर्षण प्यार की तरह से दिखता है उस में सैक्स का अहम रोल होता है. प्यार और सैक्स के बीच में एक बहुत ही पतली विभाजन रेखा होती है. यह इतनी पतली होती है कि इस में अंतर कर पाना समाज और देखने वालों के लिए मुश्किल होता है. समाज का एक बड़ा वर्ग प्यार को सैक्स का आकर्षण समझता है. सैक्स को ले कर लड़कियों के व्यवहार के प्रति समाज का नजरिया बेहद संकीर्ण होता है. इस की वजह यह है कि समाज उन लड़कियों को सही नहीं मानता जो शादी से पहले सैक्स कर लेती हैं. शादी के पहले सैक्स के प्रति इसी सोच के कारण मातापिता और समाज प्यार करने वालों को सही नहीं मानते. उन के बीच दूरियां डालने का काम करते हैं.

प्यार और सैक्स में घट रही दूरियों के कारण ही प्यार की चुनौतियां बढ़ रही हैं. समाज और परिवार का मानना होता है कि

किशोरावस्था से ले कर युवावस्था तक का समय कैरियर बनाने व अपने भविष्य की मजबूत नींव रखने के लिए होता है. ऐसे में प्यार का होना उन को रास्ते से भटकाने का काम करता है, जिस से प्यार के चक्कर में पड़ कर लड़के हों या लड़कियां, अपने भविष्य से खिलवाड़ करते हैं. यहीं पर यह धारणा जन्म लेती है कि प्यार सबकुछ नहीं जिंदगी के लिए.

प्यार में नासमझी खतरनाक

हमारे समाज में सब से गलत धारणा यह है कि प्यार पहली नजर में हो जाता है. प्यार अंधा होता है, प्यार सोचसमझ कर नहीं किया जाता और प्यार में अमीरीगरीबी नहीं देखी जाती. ये बातें किताबी होती हैं. प्यार जब वास्तविकता के धरातल पर उतरता है तो ये सारी बातें बेमानी हो जाती हैं. और तब जातिधर्म, अमीरीगरीबी, रूपरंग सभी कुछ माने रखने लगते हैं. पहली नजर के आकर्षण में होने वाले प्यार के समय मानसिक स्तर के तालमेल को भी महत्त्व नहीं दिया जाता है. जबकि, सचाई यह होती है कि जिन लोगों के विचार आपस में नहीं मिलते उन के बीच दूरियां बनी रहती हैं. वे प्यार, मोहब्बत और शादी के बंधन में भी तालमेल नहीं बना पाते हैं. जो युवा प्यार में नासमझी करते हैं वे कभी प्यार में सफल नहीं हो सकते.

लखनऊ में घर से भाग कर शादी करने वाले लड़केलड़कियों के जिन मामलों में पुलिस में रिपोर्टें दर्ज हुईं, पुलिस ने कुछ लड़केलड़कियों को पकड़ कर कोर्ट में पेश किया, तो ज्यादातर लड़कियां कम उम्र की थीं. वे अपने पिता के घर जाने को तैयार नहीं थीं. ऐसे में उन को 'बालिका गृह' भेजा गया. वहां जांच में पता चला कि आधे से अधिक लड़कियां गर्भवती निकलीं. प्यार में घर से विद्रोह कर लड़के के साथ भाग जाना और फिर गर्भवती होना प्यार के लिए बेहद खतरनाक हो जाता है. ऐसे मामलों में ही घरपरिवार और समाज का डर भी पैदा हो जाता है जो आपराधिक गतिविधियों को जन्म दे देता है. इस वजह से ऐसे कपल कई बार आत्महत्या करने जैसे आत्मघाती कदम उठा लेते हैं. कई बार समाज इन के प्रति हिंसक हो जाता है. प्यार में नासमझी भारी पड़ती है.

समझदारी और सूझबूझ से सफल होता है प्यार

समाज में तमाम ऐसे उदाहरण भी हैं जो जातिधर्म या दूसरे बंधनों से अलग हो कर भी प्यार, शादी, परिवार और समाज के लिए उदाहरण या रोल मौडल माने जाते हैं. ऐसे लोगों के गुणों को देखें तो पता चलता है कि ये प्यार और सैक्स के बीच दूरी को बना कर रखने वाले थे. इन्होंने अपने कैरियर को प्राथमिकता दी. जब आत्मनिर्भर हो गए तब शादी व सैक्स के फैसले किए. जिस के बाद इन के प्यार पर किसी भी तरह की उंगली न उठी. ऐसे ही प्यार में शादी करने वाली शबाना खंडेलवाल ने गैरधर्म में शादी की थी. शबाना कहती हैं, ''हमारा प्यार जब आगे बढ़ा तब हम ने यह फैसला किया था कि जब हम अपने पैरों पर खड़े हो जाएंगे तभी शादी का फैसला लेंगे. यही हुआ. हम ने अलग रहने का फैसला भले ही लिया पर एकदूसरे के परिवार के सुखदुख में हिस्सा लेते रहे. दोनों ही परिवारों ने हमें स्वीकार किया.''

शबाना आगे कहती हैं, ''अगर हम ने केवल प्यार के युवा आकर्षण में पड़ कर ऐसा कदम उठाया होता तो हम सफल नहीं होते. प्यार का विरोध करने वाले यह सोचते हैं कि केवल आकर्षण में ऐसे कदम उठाने वालों में जिम्मेदारी का भाव नहीं होता है. इस कारण वे प्यार का विरोध करते हैं. जिन लोगों में जहां प्यार का आकर्षण और जिम्मेदारी का भाव दोनों होता है वहां पर प्यार के सफल होने के अवसर बढ़ जाते हैं. समाज ऐसे लोगों को स्वीकार कर लेता है.''

डाक्टर मधु पाठक कहती हैं, ''रिश्तों की सफलता व असफलता की तमाम वजहें होती हैं. ऐसे में प्यार में टूटने वालों को अपने जीवन से खिलवाड़ नहीं करना चाहिए. जिंदगी की जो तमाम वजहें होती हैं, प्यार उन में से एक है. प्यार सबकुछ नहीं जिंदगी के लिए, ऐसे में एक वजह के लिए पूरी जिंदगी को दांव पर लगाना उचित नहीं होता.''

युवाओं से केवल घर व परिवार को ही नहीं, देश व समाज को भी उम्मीदें होती हैं. युवाशक्ति देश के विकास में अहम रोल अदा करती है. प्यार के लिए जिंदगी को दांव पर लगाना ठीक नहीं है. प्यार से भी जरूरी कई काम हैं. ●

“मैं ने अभिनय में कोई ट्रेनिंग नहीं ली है”

-अंजलि ततरारी

अंजलि ततरारी देश के ऐसे इलाके से हैं जहां ऐक्टर बनना दिमाग के किसी कोने में बमुश्किल ही रहता है. बचपन से डांस की शौकीन अंजलि काफी क्रिएटिव रहीं. सीए बन कर भी अंजलि कैसे ऐक्टर के तौर पर उभरीं व ऐक्टर बनने में उन का कैसा संघर्ष रहा, उन्हीं से जानिए.

बातचीत • सोमा घोष

धारावाहिक 'मेरे डैड की दुलहन' में निया शर्मा की भूमिका निभा कर चर्चित हुईं 24 वर्षीया अभिनेत्री अंजलि ततरारी का जन्म उत्तराखंड के पिथौरागढ़ में हुआ. जब वे केवल 4 साल की थीं, उन के पिता की एक ऐक्सीडैंट में मृत्यु हो गई. इस के बाद उन की मां मोना ततरारी ने मुंबई आ कर हिंदी व संस्कृत की अध्यापिका बन अंजलि की परवरिश की. अंजलि पढ़ाई के साथसाथ फैशन ब्लौगर व कई विज्ञापनों में भी काम करती रहीं. उन्हें औडिशन द्वारा अभिनय करने का मौका मिला. अभी अंजलि सोनी टीवी पर शो 'सरगम की साढ़ेसाती' में सरगम की मुख्य भूमिका निभा रही हैं जिस में इमोशन के साथसाथ कौमेडी भी है. अंजलि के लिए यह भूमिका किसी चुनौती से कम नहीं. चुलबुली और हंसमुख स्वभाव की अंजलि से बात करना रोचक था. आइए जानें क्या कहती हैं वे अपने बारे में.

टीवी शो 'सरगम की साढ़ेसाती' में सरगम के चरित्र ने आप को कैसे प्रेरित किया?

पहली वजह यह थी कि यह एक कौमेडी शो है. मैं ने पहले कभी किया नहीं है. बहुत कम अवसर होता है जब किसी कलाकार को अलगअलग भूमिका निभाने का मौका मिलता है. इस के अलावा यह शो एक प्रोग्रैसिव विचारों वाला है जो मुझे पसंद है. साथ ही, इस का कौन्सैप्ट और कहानी दोनों फ्रैश हैं. साढ़ेसाती से यहां परिवार के साढ़ेसात सदस्यों से है.

यह भूमिका आप के स्वभाव से अलग है, इस को निभाने के लिए आप को कितनी तैयारी करनी पड़ी?

यह वास्तव में मुझ से अलग भूमिका है क्योंकि रियल लाइफ में मैं ने कभी भी इतने बड़े परिवार की जिम्मेदारी नहीं ली है क्योंकि अभी मैं छोटी हूं. सो, मुझे पर्सनैलिटी और रिलेशनशिप पर काम करना पड़ा. इस में दद्दू, ससुर, देवर, पति आदि सब के साथ एक अलग संबंध दिखाया गया है जो मुश्किल रहा. इस के अलावा कौमेडी में टाइमिंग और स्पेस का सही होना जरूरी होता है जो मैं अनुभव के साथ ही अच्छा कर पा रही हूं. कुछ लोगों को लगता है कि कौमेडी आसान है, लेकिन मेरी समझ से यह सब से अधिक कठिन है. एक दृश्य को बारबार रीटेक करने पर उस की पंचलाइन के चले जाने का डर रहता है.

उत्तराखंड से मुंबई कैसे आना हुआ?

काफी पर्सनल बातें हैं जिन्हें मैं शेयर करने में कंफर्टेबल नहीं हूं. पारिवारिक समस्या के चलते मुझे और मेरी मां को मुंबई आना पड़ा. लेकिन अब लगता है कि अभिनय ही मेरी डैस्टिनी रहा है. क्योंकि, मुझे बचपन में डांस बहुत पसंद था. स्कूल की सारी एक्टिविटीज में

मैं हमेशा भाग लेती थी. वहां रह कर मेरी क्रिएटिविटी का सपना कभी पूरा नहीं हो पाता. मुंबई आने का कोई प्लान नहीं था. मुंबई में मैं अपने अंकल के पास आई और पढ़ाई पूरी करती रही. सीए की परीक्षा दी पर मुझे वह करना पसंद नहीं था. मैं ने औडिशन देना शुरू कर दिया. मुझे कैमरे के आगे औडिशन देने में भी बहुत मजा आता था और रिजैक्शन होने से भी मुझे कोई फर्क नहीं पड़ता था. तब मुझे लगा कि कैमरे के सामने मुझे रहना अच्छा लगता है और यही मेरे काम करने का फील्ड है.

पहला ब्रेक कब और कैसे मिला?

मैं ने अभिनय में कोई ट्रेनिंग नहीं ली है. मुझे अपना प्रोफाइल बनाना भी नहीं आता था. सब से पूछ कर मैं ने अपना प्रोफाइल बनाया और हर रिजैक्शन से मैं ने अभिनय सीखा है. शुरुआत मैं ने कई बड़ेबड़े विज्ञापनों से की, लेकिन टीवी पर काम करने से जितना एक्सपोजर मिलता है उतना किसी दूसरे माध्यम में नहीं मिलता. मैं ने टीवी शो से पहले एक अच्छे वैब शो में भी काम किया लेकिन लोगों ने मुझे शो 'मेरी डैड की दुलहन' की निया के चरित्र से पहचानना शुरू किया. यह चरित्र मेरे दिल के पास हमेशा रहेगा क्योंकि इस में कई सारे इमोशन जुड़े हुए हैं. निया के चरित्र में मुझे 2–3 दिनों बाद ग्लिसरीन प्रयोग करने की जरूरत नहीं पड़ी.

मुख्य भूमिका होने पर कितना प्रैशर रहता है?

मुख्य भूमिका हो या आंशिक, ईमानदारी और नर्वसनैस काम के प्रति हमेशा रहती है. यह जरूरी भी है क्योंकि जिस काम के लिए दर्शक इतना प्यार देते हैं, शो को देखते हैं उसे मैं हलके में नहीं ले सकती.

आप के यहां तक पहुंचने में परिवार का सहयोग कितना रहा?

मैं उत्तराखंड राज्य के एक छोटे हिल स्टेशन पिथौरागढ़ से हूं जहां के किसी ने भी इस क्षेत्र को देखा नहीं है. उन सब का मुझे हमेशा सहयोग देना बड़ी बात रही है. सिंगल पेरैंट होने के बाद भी मेरी मां ने मुझे किसी चीज की कमी नहीं होने दी. उन्होंने अपने जीवन में बहुत संघर्ष किया है. जितनी कठिन उन की जर्नी थी, उतनी ही सहज उन्होंने मेरी जर्नी बनाई है. आगे मैं उन के लिए एक स्मूथ जीवन बनाना चाहती हूं. मां की सादगी और सब से मेलमिलाप बनाए रखने को मैं अपने जीवन में उतरना चाहती हूं.

कितना संघर्ष रहा? क्या कभी कास्टिंग काउच का सामना करना पड़ा?

संघर्ष से ही मैं ने ऐक्टिंग सीखी है. मैं उसे संघर्ष से अधिक चुनौती और हार्डवर्क कहना चाहती हूं. यह चुनौती हर क्षेत्र में होती है. शुरू में बहुत रिजैक्शन मिला क्योंकि मुझे कैमरे को फेस करना, लाइटिंग की जानकारी, अभिनय कुछ भी नहीं आता था. सो, मैं संघर्ष को ग्रूमिंग मानती हूं.

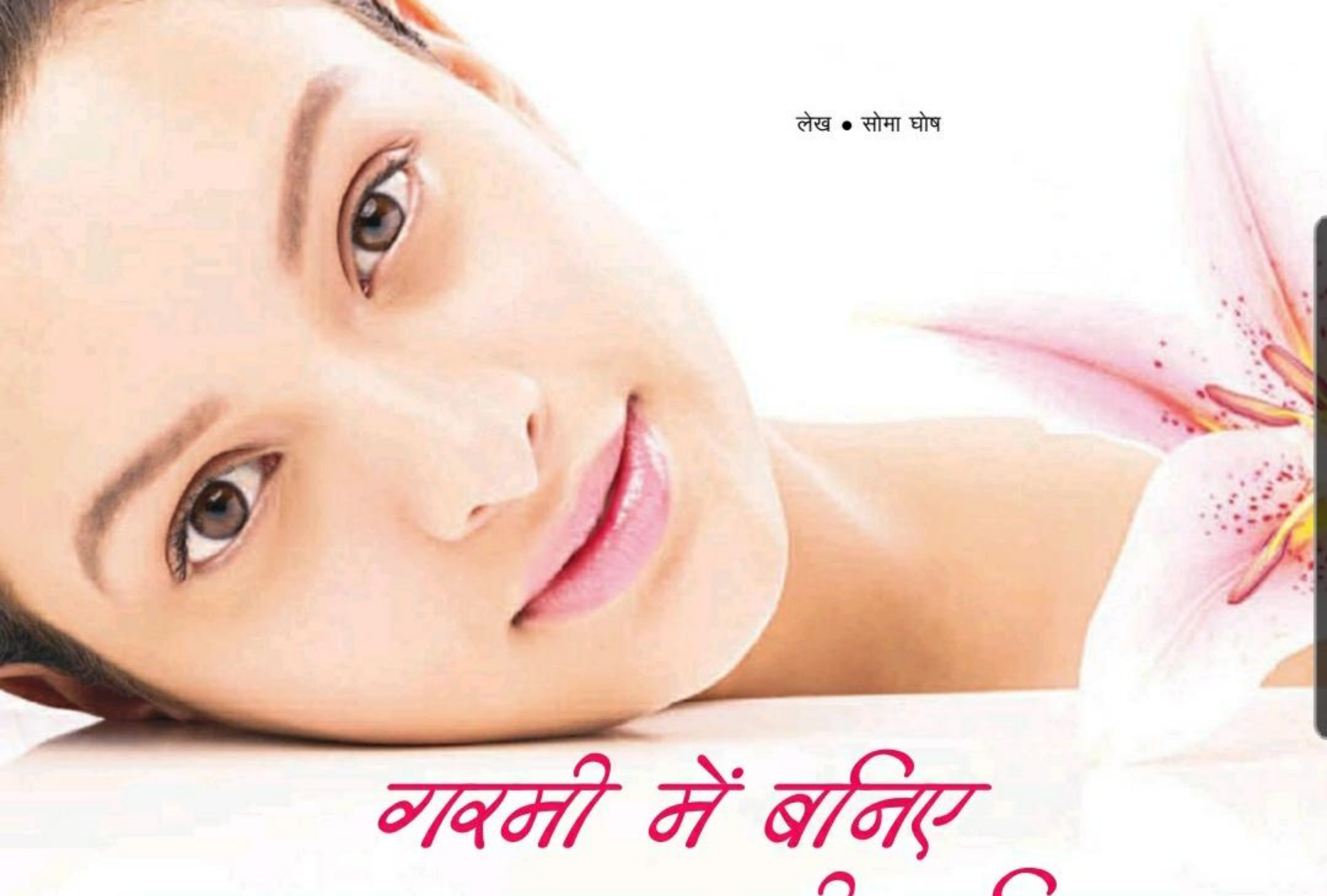
ऐसे काफी लोग मनोरंजन की दुनिया में मिलते हैं जिन का इरादा कुछ और होता है. शुरूशुरू में कई बार लोग बुला लेते थे और घंटों कौफीहाउस में बैठ कर फिल्म व शो के बारे में चर्चा करते थे. मुझे समझ में आ गया कि यहां समय नष्ट करने के बजाय कई घंटे लाइन में खड़े हो कर औडिशन देने में ही भलाई है.

क्या हिंदी फिल्मों में आने की इच्छा रखती हैं?

मुझे फिल्मों से अधिक वैब सीरीज में काम करने की इच्छा है. लेकिन मैं ने अभी 2 साल टीवी में रहने का निर्णय लिया है. टीवी में पैसे के अलावा प्रसिद्धि भी मिलती है. मैं अभी थोड़ा स्टैबलिश होने के बाद आगे एक्सप्लोर करूंगी. मेरी इरफान खान के साथ काम करने की इच्छा थी पर वे अब नहीं रहे. मुझे निर्देशक इम्तियाज अली के निर्देशन में फिल्म करने का बहुत मन है. उन की सारी फिल्में मैं ने देखी हैं.

क्या यूथ को कोई मैसेज देना चाहती हैं?

मैं यूथ को कहना चाहती हूं कि सभी लड़के और लड़कियां कोरोना से बचने के लिए दी गई गाइडलाइंस को फौलो करें क्योंकि फिर से इस का संक्रमण बहुत बढ़ गया है. इस के अलावा अगर आप में प्रतिभा है तो आप को किसी गौडफादर की जरूरत नहीं. मैं ने घंटों लाइन में खड़े हो कर औडिशन दिया है और तब यहां पहुंची हूं. मेहनत और धीरज से ही आप को सबकुछ मिल सकता है. ●



लेख • सोमा घोष

गरमी में बनिए खूबसूरत त्वचा की मल्लिका

खूबसूरत चेहरा कौन नहीं चाहता. लेकिन गरमी के मौसम में धूप, पसीने और हीट से स्किन पर कई तरह की समस्याएं आने लगती हैं. सो, ऐसे तरीके अपनाएं जो इन समस्याओं से आप की स्किन को बचाए रखें.

गरमी के मौसम में चेहरे पर पसीना, त्वचा का बेजान हो जाना, स्किन का टैन होना, हीट रैशेस आदि कई समस्याएं दिखाई पड़ती हैं. ऐसे में नियमित स्किन की देखभाल बहुत जरूरी है. कई बार सुबह शीशे के सामने खड़ी हो कर आप को लगता है कि आप ने अपनी त्वचा पर अधिक ध्यान नहीं दिया है और इस कारण चेहरे पर मुंहासे, ब्लैकहैड, टैनिंग आदि दिख रहे हैं.

आईटीसी चार्मिस की स्किन एक्सपर्ट डा. अपर्णा संथानम कहती हैं, ''त्वचा हमारे शरीर का सब से बड़ा और्गन है जिसे पूरे साल गरमी, मौनसून और ठंडे मौसम को सहना पड़ता है. ऐसे में स्किन की सही देखभाल, संतुलित भोजन, वर्कआउट आदि करने की जरूरत है. यह काम मुश्किल नहीं. इस के लिए पहले सही प्लानिंग करनी पड़ती है जिस में त्वचा के अनुसार ब्रैंडेड उत्पाद का चुनना, उस का स्किन पर असर को देखना और बजट का ध्यान रखना जरूरी होता है. कुछ सुझाव आप अपना सकते हैं :

रहें व्यवस्थित

त्वचा की जो भी समस्याएं है, उन की सूची बना लें. मसलन, पिग्मैंटेशन, डार्क स्पौट, एक्ने, स्किन टाइप आदि. इस के बाद अपनी स्किन को समझना पड़ता है ताकि उस के हिसाब से प्रोडक्ट का प्रयोग किया जा सके. विटामिन सी युक्त प्रोडक्ट को चुनना अधिक सुरक्षित रहता है. ये प्रोडक्ट दागधब्बे और रूखेपन को दूर कर त्वचा को ईवन टोन बना देते हैं. साथ ही, ये बेजान त्वचा को नई चमक देते हैं.

समझें स्किन की जरूरतें

त्वचा के प्रकार जानने के बाद सही उत्पाद को आप आसानी से खरीद सकते हैं. यह एक आसान तरीका है जिसे आप घर बैठे कर सकते हैं. सुबह सो कर उठने के बाद आप की स्किन को टच करने के बाद कैसा महसूस होता है, इसे पहचानें. हलके हाइड्रेट वाले उत्पाद, जो नौन स्टिकी हों, उन्हें इस मौसम में चुन सकती हैं. इन में सीरम एक बेहतर विकल्प है. जिन्हें एक्ने की समस्या है उन्हें सैलिसिलिक एसिड से युक्त प्रोडक्ट चुनने चाहिए. सूखी त्वचा के लिए हाइड्रोलिक एसिड युक्त उत्पाद फायदेमंद होता है.

चुनें मल्टीपर्पज प्रोडक्ट

कुछ उत्पाद केवल एक ही उद्देश्य को पूरा करते हैं, जबकि स्किन संबंधी प्रोडक्ट औलराउंडर होने चाहिए. मसलन, मौइस्चराइजर की जगह सीरम खरीदें. सीरम

औलराउंडर उत्पाद है जो स्किन को हाइड्रेट और जवां बनाने के साथसाथ कोमल भी बनाता है. सीरम में मौजूद छोटे मौलिक्यूल्स त्वचा की गहराई में समा जाते हैं जहां तक कोई फेशियल क्रीम या मौस्चराइजर पहुंच नहीं सकता.

रखें ध्यान बजट का

जब आप त्वचा के लिए कोई प्रोडक्ट खरीदने जाती हैं तो हमेशा अपने बजट का ध्यान रखें. कम कीमत में अच्छा प्रोडक्ट अपनी स्किन के अनुसार खरीदें. इस के लिए आप औनलाइन सर्च कर भी पता लगा सकती हैं. प्रीमियम और प्रभावी स्किन केयर क्रीम इस मौसम में खरीदना जरूरी होता है.

रखें सकारात्मक सोच

त्वचा को अच्छा पोषण तभी मिलता है जब आप तनावमुक्त और खुश रहें. स्किन की बाहरी सुंदरता अंदर से आती है. इसलिए सकारात्मक सोच हमेशा बनाए रखें और संतुलित भोजन, जिस में मौसमी फल और सब्जियां खास हों, लें. पानी या तरल पदार्थ का सेवन गरमी में अधिक से अधिक करना जरूरी होता है क्योंकि गरमी में पसीने की वजह से शरीर का पानी बाहर निकल जाता है जबकि एयरकंडीशनर में अधिक समय तक रहने से ठंडी हवा शरीर की नमी को जल्दी सोख लेती है जिस से शरीर में पानी की मात्रा कम होने लगती है और त्वचा पर झुर्रियां जल्दी आने लगती हैं.

घरेलू उपाय

गरमी में स्किन केयर बाकी मौसम से काफी ज्यादा करना पड़ता है. इसलिए कुछ घरेलू उपाय निम्न हैं –

- ऐसा देखा गया है कि गरमी में जो फल या सब्जी आप खाते हैं उस का पैक हमारे चेहरे के लिए सब से अच्छा होता है. मसलन, पके पपीते का पैक, जिस में आधा कप पपीते के गूदे को मसल कर एक छोटा चम्मच नीबू का रस, एक छोटा चम्मच शहद और एक छोटा चम्मच मुल्तानी मिट्टी का पाउडर मिला लें और उसे चेहरे पर 15 से 20 मिनट तक लगा कर रखें, बाद में गुनगुने पानी से धो लें.
- टमाटर का पैक लगाना भी गरमी में काफी अच्छा होता है. टमाटर में फौलिक एसिड और विटामिन सी होने की वजह से त्वचा में निखार के अलावा एक्ने, दागधब्बे, झुर्रियां आदि भी कम हो जाती है. इस पैक के लिए टमाटर के 2 टेबल स्पून गूदे, 2 टी स्पून दही और 2 छोटे चम्मच नीबू का रस मिला कर पेस्ट बना लें. इसे चेहरे पर 20 मिनट तक लगाए रखें और बाद में धो लें. चेहरे की रंगत खिल उठेगी. ●

दिल्ली प्रैस कार्यालय फोन नं. : 011-41398888, एक्सटेंशन नं. : 221, 119, टोल फ्री फोन नं. : 1800-103-8880,
ईमेल - subscription@delhipress.in / circulation@delhipressgroup.com

प्यार में जरूरी है किसिंग

लेख • पूनम पांडे

किसी से भी प्यार का इजहार करने के लिए किस सब से बेहतर तरीका है. इस से आप बिना कुछ कहे सामने वाले को अपना प्यार बयां कर सकते हैं.

संसार भर के सारे चिकित्सकों, मनोवैज्ञानिकों और दार्शनिकों का यह मानना है कि एक प्यारभरा किस दिल को फिर से जवान बना देता है और 2 लोगों के बीच की दूरियों को मिटा देता है. प्यार में मिठास घोलनी है तो किस करना भी जरूरी है. यदि किसी उदास मन को एक पल का स्नेहिल प्यारभरा किस दिया जाए तो यह उस की मनोदशा को भी सुधार सकता है. एक अध्ययन में कहा गया है, जो युगल नियमित रूप से एकदूसरे को प्यार से किस कर अपना प्रेम जाहिर करते हैं. वे औरों से अधिक आत्मविश्वास से भरे रहते हैं. इस के अलावा स्वास्थ्य की दृष्टि से भी किस का बहुत महत्त्व है. चुंबन युवा होने का प्रतीक है, इसी कारण प्यार को सशक्त बनाने में इस की लोकप्रियता बहुत ज्यादा है.

यों किसिंग करना तो एक क्षणिक घटना है पर इस का स्रोत कोई निरंतर बहता प्रेम झरना है जो 2 जीवों के साथ झरझर कर बह रहा है. कुछ पलों के बाद जब किस करने का यह दस्तूर पूरा हो जाता है तब भी वह प्रेम तो वहां रह ही जाता है जैसे हवा कभी खिले फूल को छू कर गुजर जाती है तो आगे जाने पर भी उस की बदलीबदली महक में वह फूल देर तक रहता है. किस करने के बाद भी जो बचा रह जाएगा वह है अनुभूति. यह एहसास सर्वव्यापी है.

प्रेम को समझने के लिए जरूरी है किस को समझना. भंवरे का हौले से फूल को छू लेना, हवा का समंदर की सतह चूम कर लहर पैदा करना, बूंद का धरा को अभिवादन और धरा का बूंद को अपने आंचल में जगह देना यह सब इतने सुंदर प्रतीक हैं कि प्रेमिल नजरें रखने वाले इन्हें न केवल देख सकते बल्कि महसूस भी कर सकते हैं.

मनोवैज्ञानिक कहते हैं कि कुछ सैकंड ही सही, लवेबल किस के लेनदेन के दौरान जब आप की आंखें बंद होती हैं तो उस अंधकार में आप के सभी अनुभव और ज्यादा गहरे हो जाते हैं क्योंकि बंद आंखों से यह संपूर्ण अनुभव और बढ़ जाता है. आंखें बंद कर के जोड़े खुद के ज्यादा करीब आ जाते हैं. बंद आंखों से एकाग्रता बढ़ जाती है, दूसरी चीजों में ध्यान नहीं बंटता. खुली आंखों की अपेक्षा बंद आंखों में आप अपने प्रेमी की आंतरिक ऊर्जा के थोड़े ज्यादा नजदीक होते हैं. व्यक्ति अगर लिप किस करता है तो निश्चित है कि अब उस से आगे भी वह जाएगा. तो किस एक शुरुआत होती है और आंखें बंद कर दोनों व्यक्ति आगे का इमेजिनेशन कर रहे होते हैं. अगर आंखें बंद न हों तो यह कन्फर्म है कि उस पल का कोई मजा नहीं ले सकता.

किसिंग केवल प्रेम करने की कला नहीं, बल्कि यह विशुद्ध विज्ञान भी है. एक किस के दौरान शरीर की लगभग डेढ़ सौ मांसपेशियां सक्रिय होती हैं. तो, किस एक तरह का व्यायाम भी है. इस संदर्भ में कितने ही शोध हुए हैं. उन में ये बातें सामने आईं कि जिन के दांपत्य जीवन में नियमित किस की जगह होती

है वे दूसरों के मुकाबले ज्यादा खुश व सेहतमंद रहते हैं. ऐसे प्रेमी जोड़े तनाव से भी बचे रहते हैं. यह तो सिद्ध हो चुका है कि किस करने से दिमाग में तनाव के लिए जिम्मेदार कोरटिसोल हार्मोन कम होता है और सिरोटोनिन का स्तर बढ़ता है. यह थकान को दूर करता है. यों किस का मतलब समर्पण है, फिर भी इस के कई दूसरे फायदे भी हैं :

मिलती है आंतरिक खुशी

प्यार में किस करने से रक्तप्रवाह अच्छा हो जाता है. साथ ही, यह अच्छा महसूस कराने वाले हार्मोन इंडोर्फिन को बढ़ाता है. इस से प्रेमी कुछ ही पलों के बाद अच्छा महसूस करने लगते हैं. यह एक स्ट्रैस बस्टर है. अपने पार्टनर को बांहों में भरें और उन्हें प्यार से किस करें, देखिए आप का तनाव कैसे गायब होता है.

स्वस्थ रहने के लिए जरूरी

यह शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है. इस से आप का शरीर आसानी से संक्रमण की चपेट में नहीं आता. किस करने से दांतों में होने वाली कैविटी भी धीरेधीरे ठीक हो जाती है क्योंकि किस के दौरान मुंह की लार तेजी से बनती है जो दांतों की कैविटी को ठीक करती है.

प्यार के हार्मोन को बढ़ाए

किस करने से शरीर में प्यार के लिए जरूरी माने जाने वाला हार्मोन औक्सिटोसिन के स्तर में इजाफा होता है. इस के अलावा इस से शरीर में होने वाले दर्द में भी राहत मिलती है. किस के दौरान आप के मुंह में बनने वाली लार से दर्द को कम करने वाली एनस्थिटिक मिलती है. वहीं आप को आनंद प्रदान करने वाला डोपेमाइन तत्त्व भी सक्रिय हो जाता है.

रिश्ते में नजदीकियां

किस प्यार करने वालों को एकदूसरे के करीब लाती है और आपसी नजदीकियां बढ़ने लगती हैं. यह दोनों के रिश्ते को भी बहुत गहरा व मजबूत बनाता है और दोनों के बीच की हर तरह की दूरी को कम करता है.

हिंदी फिल्मों में तो किस करना छाया हुआ है. मिसाल के तौर पर, गीतों के ये मुखड़े कि–

''तेरे चुंबन में च्यवनप्राश है...''

''जुम्मा चुम्मा दे दे...''

''होंठों से छू लो तुम...''

''छू लेने दो नाजुक होंठों को...''

''एक चुम्मा तू हम को उधार दे दे...''

सौ फीसदी सच ही है कि हर किस अश्लील नहीं होता. यह प्रेम प्रदर्शित करने का खूबसूरत माध्यम है. कई बार तो सार्वजनिक रूप से लिया गया स्नेहिल किस भी अशिष्ट नहीं होता.

सहज किस एक अनोखी खुशी

किसी अच्छी और सुहाती सी बात पर अचानक गाल या माथे पर लिया और दिया किस माहौल को खुशनुमा बना देता है.

परंपरा के लिए किया गया किस

संसारभर के अनगिनत आदिवासी समाजों में ऐसी प्रथा है जहां पर युवक को सब के सामने अपनी मंगेतर को किस करना होता है. अगर यह अभद्रता होती तो अनगिनत कबीले इस को आज तक क्यों निभाते? बस्तर के आदिवासी इलाके में जा कर देखिए और जानिए कि युवकयुवतियों में किस एक अभिव्यक्ति है. वहां अश्लील और ओछापन कहीं नहीं दिखता. बस, एक स्नेहिल अभिवादन किस के माध्यम से प्रकट किया जाता है.

भावनात्मक लगाव

किसी रिश्ते की शुरुआत करने के लिए आप माथे पर एक किस कर सकते हैं. किसी से दोस्ती होने पर ही इस तरह से प्रेम अभिव्यक्त किया जाता है. यह किस सच्चे रिश्ते के प्रति प्रेमी जोड़ों की अच्छी भावनाओं को दिखाता है.

हाथों पर किस

साथी के हाथ की हथेली के पीछे वाले हिस्से पर किस करना बेहद ही खास होता है. यह आपसी रिश्ते में छिपी इंटीमेसी को दिखाता है.

गालों पर किस

गालों पर किसिंग मतलब है कि सामने वाला आप से बेहद प्यार करता है. अभिभावक भी अपने बच्चों को इस तरह से किस कर के अपने स्नेह की अंतरंगता व रिश्तों की गर्माहट को दिखाते हैं. पतिपत्नी के बीच यह किस रोमांस को बढ़ा देता है.

बंद आंखों पर किस

एकदूसरे की बंद आंखों पर किसिंग असुरक्षा से मुक्ति दिला कर सच्चा भरोसा उत्पन्न करता है. अपने प्यार को जताने का यह एक बेहद ही कारगर तरीका है. मां भी तो अकसर अपने बच्चों के सो जाने पर उन को इस तरह चूमा करती है.

प्यार जाहिर करने का बेहतरीन तरीका

जिंदगी रिचार्ज करता हुआ किस कहता है कि मुबारक हो प्यार और जुड़ाव. किस करना जरूरी है क्योंकि इस से प्यार करने वालों का रिश्ता मजबूत होता है. किस केवल दो होंठों का ही मिलन नहीं बल्कि यह दो दिलों का मिलन है. ●

बौलीवुड buzz

बौलीवुड में ईशा की वापसी

मशहूर अभिनेत्री व सांसद हेमा मालिनी की बेटी व अभिनेत्री ईशा देओल तख्तानी ने विवाह रचाने के बाद अभिनय से दूरी बना ली थी. राम कमल मुखर्जी द्वारा निर्देशित हिंदी फिल्म 'काकवाक' उन की आखिरी फिल्म थी जिस ने कई राष्ट्रीय व अंतर्राष्ट्रीय फिल्म समारोहों में उन्हें प्रशंसा व सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री का पुरस्कार दिलाया था. अब तो वे 2 बेटियों की मां भी बन चुकी हैं. मगर अब एक बार फिर वे अभिनय में वापसी करने के लिए एकदम फिट हो चुकी हैं.

जानीमानी अदाकारा, नृत्यांगना और लेखिका (मातृत्व पर अत्यधिक प्रशंसित पुस्तक 'अम्मा मिया' की लेखक) ईशा देओल इन दिनों अपनी आगामी परियोजनाओं की घोषणा करने के लिए उत्सुक हैं. वे कहती हैं, ''इन दिनों मुझे बेहतरीन फिल्मों में अच्छे किरदार निभाने के प्रस्ताव मिल रहे हैं. मैं फिर कैमरे का सामना करने के लिए तैयार हूं. इसी के साथ फिट रहना मेरे लिए हमेशा सर्वोच्च प्राथमिकता रही है, इसलिए मैं ने अपना काफी वजन कम कर लिया है और अपने टोंड सैल्फ में वापस आ गई हूं. मैं कई स्क्रिप्ट पढ़ रही हूं.''

ईशा देओल तख्तानी आगे कहती हैं, ''मैं पहले ही एक फिल्म में अभिनय कर चुकी हूं और फिलहाल मैं अपने अगले काम के साथ व्यस्त हूं जो इस साल के मध्य तक शुरू हो जाएगा. मैं वास्तव में बहुत उत्साहित हूं, सच कह रही हूं. मैं ने हाल ही में एक हिंदी फिल्म में अभिनय किया जोकि मेरे दिल के बहुत करीब है. पर मैं इस फिल्म को ले कर फिलहाल चुप हूं. मैं चाहती हूं कि इस फिल्म की आधिकारिक घोषणा निर्माता की तरफ से हो जाए, उस के बाद मैं उस पर बात करूं.''

इस हिंदी फिल्म के संदर्भ मे ईशा कहती हैं, ''जब मुझे पटकथा के साथ संपर्क किया गया तो मुझे लगा कि यह एक ऐसी कहानी है जिसे लोगों तक पहुंचाया जाना चाहिए. मुझे पूरा यकीन है कि हर महिला इस फिल्म से खुद को रिलेट कर सकेगी. इस में एक खूबसूरत संदेश भी है.''

ईशा देओल तख्तानी अपनी बेटियों राध्या और मिराया के साथ काफी समय बिताती हैं. उन्होंने अपनी किताब 'अम्मा मिया' को टौडलर्स के लिए मां की रैसिपी बुक लिख कर और जारी कर के लौकडाउन अवधि का उपयोग किया. इस पुस्तक को पाठकों ने खूब सराहा, तो वहीं अब वे सैल्युलाइड और डिजिटल प्लेटफौर्म के लिए विभिन्न पात्रों को अपने अभिनय से संवारने के लिए तत्पर हैं.

मूलतया अफगानी मगर सलमान खान निर्मित फिल्म 'लव यात्री' से बौलीवुड में कदम रख कर बौलीवुड अदाकारा के रूप में अपनी पहचान बना चुकी वरीना हुसैन हाल ही में हैदराबाद में अफगानी परंपरागत पोशाक पहन कर रैंप पर वाक करते नजर आईं. वास्तव में वरीना हुसैन को हैदराबाद में अफगानी दूतावास द्वारा 10 दिनों तक चलने वाले 'अफगानिस्तान फूड फैस्टिवल' के उद्घाटन के लिए आमंत्रित किया गया था. यह फैस्टिवल भारत और अफगानिस्तान के द्विपक्षीय संबंधों की पहचान के रूप में आयोजित किया गया है. सांस्कृतिक उत्सव होने के चलते इस फैस्टिवल में अफगानिस्तान के हैंडलूम, हैंडीक्राफ्ट, फैशन और फाइन आर्ट्स का प्रदर्शन किया जा रहा है.

इस मौके पर वरीना हुसैन अफगानी पारंपरिक पोशाक में नजर आईं जो अफगान की परंपरा और संस्कृति को दर्शाती है. वरीना इस खास मौके पर मुख्य अतिथि के तौर पर शामिल हुई थीं और शो स्टौपर बन कर फैस्टिवल की शुरुआत की. अभिनेत्री वरीना हुसैन ने रैंप पर चल कर अपनी अदाओं से सभी को अपनी ओर आकर्षित किया. वरीना ने अफगान की पारंपरिक पोशाक के रूप में मशहूर फिराक पार्टुग को मैजेंटा पिंक और पारंपरिक अफगानी कुची आभूषण के साथ पहन कर रैंपवाक किया, जिसे तसवीर और वीडियो द्वारा उन्होंने सोशल मीडिया पर साझा किया है.

जहां तक वरीना हुसैन के कैरियर का सवाल है, तो वे फिल्म 'द इंकम्प्लीट मैन' की शूटिंग खत्म कर चुकी हैं. अब दक्षिण भारत में कल्याण राम के साथ फिल्म करने वाली हैं. बौलीवुड में फिल्म 'लव यात्री' के बाद सलमान खान के साथ फिल्म 'दबंग 3' में 'मुन्ना बदनाम हुआ..' गाने में थिरकती हुई नजर आई थीं.

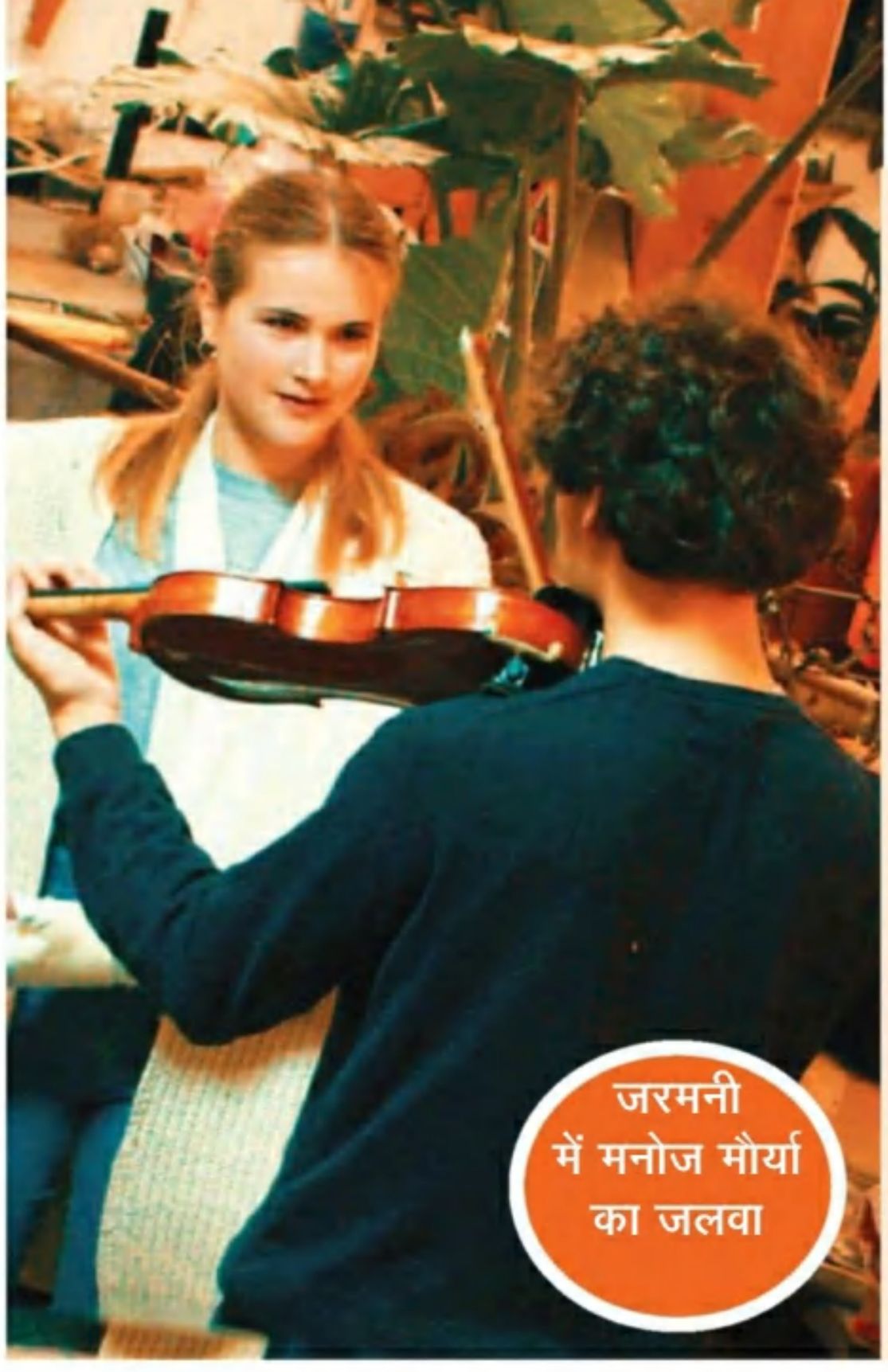
वरीना हुसैन का अफगानी पोशाक में रैंपवौक

धर्मेंद्र की तीसरी पीढ़ी और ताराचंद बड़जात्या की चौथी पीढ़ी साथसाथ

अभिनेता सनी देओल के एक और बेटे व करण देओल के छोटे भाई राजवीर देओल ने भी अभिनय के क्षेत्र में कदम रख दिया है. बौलीवुड में पिछले 74 वर्षों से सक्रिय राजश्री प्रोडक्शन के ताराचंद बड़जात्या की चौथी पीढ़ी के सदस्य तथा 'प्रेम रतन धन पायो' जैसी सफलतम फिल्म के निर्देशक सूरज बड़जात्या के बेटे अवनीश बड़जात्या अब फिल्म निर्देशक बन गए हैं और वे अपनी पहली फिल्म में राजवीर देओल को निर्देशित करेंगे. मालूम हो कि राजवीर देओल, अभिनेता सनी देओल के छोटे बेटे और अभिनेता धर्मेंद्र के पोते हैं. राजश्री प्रोडक्शन के बैनर तले बन रही इस 59वीं फिल्म का लेखन भी अवनीश बड़जात्या ने ही किया है.

इंग्लैंड के यूके फिल्म इंस्टिट्यूट से अभिनय की ट्रेनिंग हासिल करने के बाद राजवीर देओल ने बतौर सहायक निर्देशक काम किया. राजवीर ने रंगमंच के चर्चित निर्देशक फिरोज अब्बास खान से भी प्रशिक्षण हासिल किया.

ताराचंद बड़जात्या के पड़पोते, राजकुमार बड़जात्या के पोते और सूरज बड़जात्या के बेटे अवनीश बड़जात्या कहते हैं, ''हम कोई रिकौर्ड नहीं बना रहे हैं. राजवीर एक बेहतरीन अभिनेता हैं. वे अपनी आंखों से बहुतकुछ बयां कर जाते हैं. हम जैसेजैसे इस फिल्म के संबंध में राजवीर से बात करते चले गए, हमें एहसास होता गया कि हमारी फिल्म के नायक के लिए उन से बेहतर कोई और नहीं हो सकता. हमारी फिल्म एक आधुनिक प्रेम कहानी है. इस में रिश्तों को समझाने का प्रयास है. फिलहाल हीरोइन का चयन नहीं हुआ है.'' इस फिल्म की शूटिंग जुलाई माह में शुरू करने की योजना है और इसे 2022 में सिनेमाघरों में प्रदर्शित किया जाएगा.



जरमनी में मनोज मौर्या का जलवा

मशहूर पेंटर, विज्ञापन फिल्म निर्माता व निर्देशक, प्रयोगधर्मी फिल्मकार और अंतर्राष्ट्रीय ख्यातिप्राप्त दर्जनभर लघु फिल्मों के सर्जक मनोज मौर्या ने सिनेमा के विश्व पटल पर अब एक नया रिकौर्ड स्थापित किया है. भारतीय फिल्मकार होते हुए भी उन्होंने बतौर लेखक, निर्माता व निर्देशक जरमन भाषा में जरमनभाषी कलाकारों व वहीं के तकनीशियनों के साथ जरमनी में ही जा कर एक फिल्म 'कोन अनिमा' का निर्माण किया है, जोकि बहुत जल्द पूरे यूरोप व भारत में भी प्रदर्शित होगी.

मनोज मौर्या कहते हैं, ''यूरोप में स्थापित म्यूजिकल ड्रामा वाली फिल्म 'कोन अनिमा' को फिल्माने के लिए मुझे जरमनी ही बेहतरीन देश समझ में आया. फिल्म का नाम 'कोन निमा' है, यह इटालियन शब्द है जो संगीत के लिए प्रयोग किया जाता है. इस फिल्म को हम ने जरमन भाषा में ही बनाया है.''

फिल्म की कहानी का जिक्र करते हुए वे कहते हैं, ''फिल्म में एक ऐसी लड़की की कहानी को दिखाया गया है जोकि सोलविस्ट है. सोलविस्ट वह होता है जो और्केस्ट्रा में सिंगल प्ले करता है और उसी को पूरा और्केस्ट्रा फौलो करता है. फिल्म में एक कंडक्टर का और्केस्ट्रा है. हेमा एक सोलविस्ट है जो इस में वायलिन बजा रही है. हेमा का टकराव एक ऐसे लड़के से हो जाता है जो 'प्रोडगी' है यानी कि जिस के रगरग में संगीत है जबकि उस ने कहीं से संगीत सीखा नहीं है. ऐसे में वह चाहती है कि यह मेरी जगह ले, तो अच्छी बात होगी. मगर उस लड़के को किसी भी सिम्फनी और्केस्ट्रा में बजाने में कोई रुचि नहीं है. वह कैसे उस लड़के को उस मुकाम तक ले कर जाती है, उसी की कहानी है. तो यह कहानी है अपनेआप को प्रतिस्पर्धा से बाहर कर के वास्तविक कलाकार को जगह देने की. यह बहुत ही भावुक फिल्म है.''

विद्या बालन ने क्यों पहना वैस्टर्न गाउन

बौलीवुड अभिनेत्री विद्या बालन हमेशा साड़ी में ही नजर आती हैं. इसी के चलते उन्हें सोशल मीडिया पर काफी ट्रोल किया जा रहा था और लोग कह रहे थे कि वे सिर्फ साड़ी जैसी परंपरागत भारतीय पोशाक ही पहन सकती हैं और ऐसे परिधानों में ही वे खूबसूरत लग सकती हैं. पश्चिमी वेशभूषा पहनना उन के बस की बात नहीं है. अब तक इस तरह की ट्रोलिंग पर चुप्पी साध रखी विद्या बालन ने हाल ही में सोशल मीडिया पर एक वीडियो पोस्ट कर ट्रोलर्स को जवाब दिया था. उक्त वीडियो में विद्या ने चुटकियों में पश्चिमी परिधान पहन अपना रूप बदल कर सभी की बोलती बंद कर दी.

विद्या बालन यहीं पर नहीं रुकीं. अब उन्होंने एक नया वीडियो शूट कर इस बात का इशारा किया है कि कोई कुछ भी सोचे, वे जितनी खूबसूरत भारतीय परंपरागत कपड़ों में जंचती हैं उतनी ही नाजुक वैस्टर्न गाउन पहन कर दिखती हैं. इस वीडियो को भी उन्होंने सोशल मीडिया पर साझा कर दिया है. विद्या का यह शूट और ग्रीन सीक्विन गाउन के फोटोज कहर बरपा रहे हैं.

सोशल मीडिया पर अपनी फोटो साझा करते हुए विद्या बालन ने लिखा है, ''अच्छे कपड़े पहन कर घर पर ही बैठो.'' यानी कि कोरोना के बढ़ते आंकड़े को देख कर विद्या खुद भी घर पर फोटो शूट कर रही हैं और अपने फैंस से यही आग्रह कर रही हैं कि कपड़े अच्छे पहनो, लेकिन घर पर ही बैठो.

मौडलिंग, नाटक, म्यूजिक वीडियो, टीवी सीरियलों में अभिनय करते हुए हेरंब त्रिपाठी ने फिल्मों तक की लंबी यात्रा तय की है. इन दिनों वे राम गोपाल वर्मा निर्देशित फिल्म 'डी कंपनी 2' को ले कर काफी उत्साहित हैं. पर कोरोना महामारी का काफी बड़ा खमियाजा उन्हें भुगतना पड़ा है. 2019 में बतौर हीरो उन की फिल्म 'खमियाजा : जर्नी औफ एकामन मैन' ने खासी सफलता बटोरी थी और इस फिल्म को देखने के बाद लोगों को एहसास हुआ था कि अब हेरंब त्रिपाठी के कैरियर की गाड़ी सरपट दौड़ने लगेगी. मगर ऐसा नहीं हुआ.

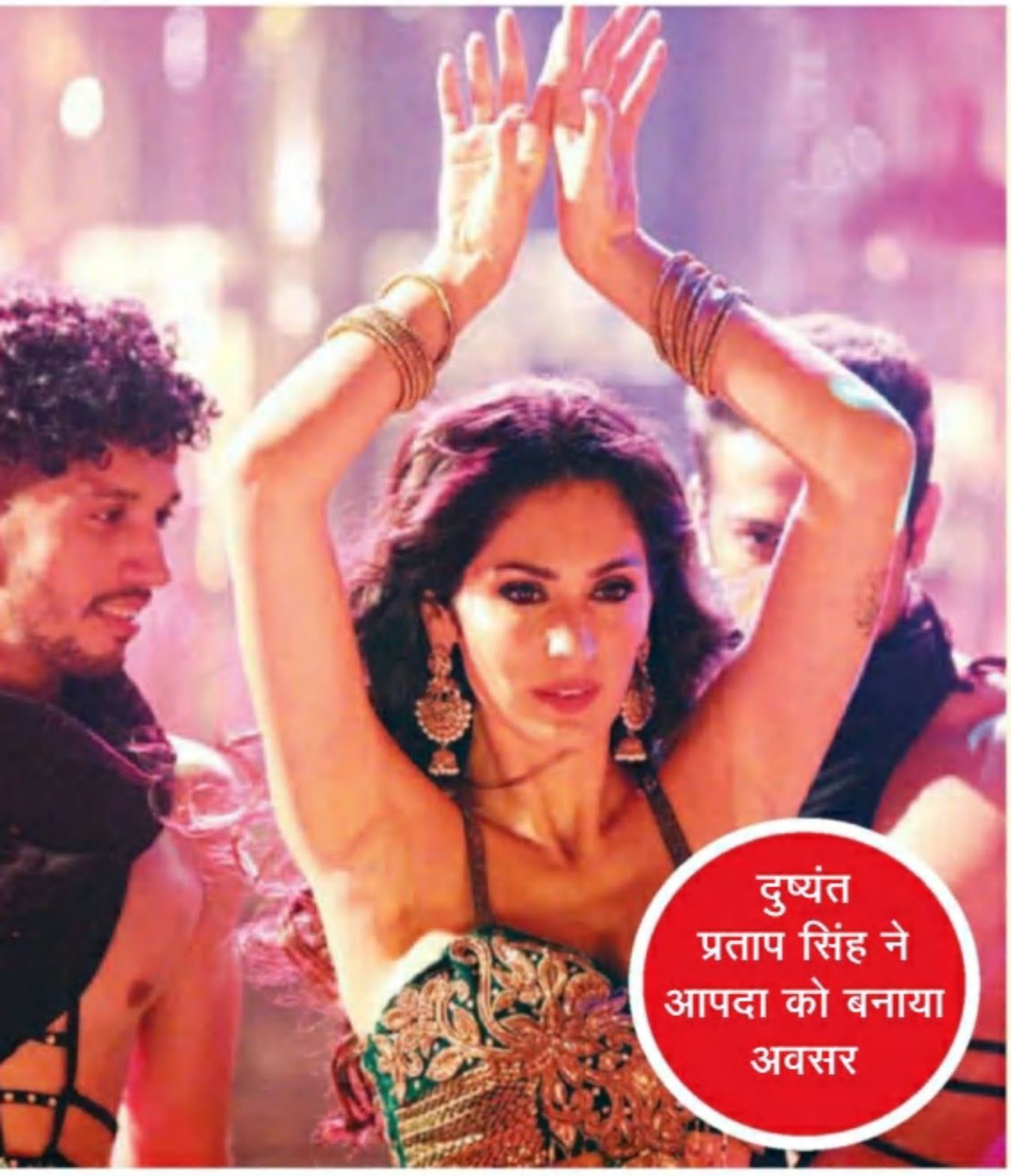
इस संबंध में हेरंब त्रिपाठी बताते हैं, ''मुझे कोरोना महामारी के चलते खमियाजा भुगतना पड़ रहा है. अन्यथा मैं तो काम करता आ रहा हूं. 2019 में बतौर हीरो मेरी फिल्म 'खमियाजा' रिलीज हुई थी जिसे काफी पसंद किया गया था. मेरा हौसला भी बढ़ा था. मुझे बतौर हीरो ही फिल्म 'बंदा नवाज' भी मिली थी. मैं ने उस की शूटिंग भी की, मगर कोरोना व लौकडाउन की वजह से वह फिल्म अटक गई. कोरोना की वजह से सबकुछ गड़बड़ा गया. कई दूसरी फिल्में शुरू होतेहोते रह गईं. पर अब काफी काम कर रहा हूं. 2 बड़ी फिल्में की हैं जिन का जिक्र मैं अभी नहीं कर सकता. रामगोपाल वर्मा के साथ मैं ने हिंदी के अलावा 5 भाषाओं में बनी फिल्म 'डी कंपनी 2' की है जोकि 26 मार्च को सिनेमाघरों में पहुंचने वाली थी मगर कोरोना के बढ़ते प्रकोप के चलते अंतिम समय में इस का प्रदर्शन स्थगित कर दिया गया. इस फिल्म में मैं ने गैंगस्टर अमीरजादा का अति महत्त्वपूर्ण किरदार निभाया है.''

कोरोना की मार झेल रहे हैं हेरंब त्रिपाठी

गायक, संगीतकार, अभिनेता व फिल्म निर्देशक दुष्यंत प्रताप सिंह के कदम रुकने का नाम नहीं ले रहे. फरवरी 2020 में बतौर निर्देशक उन की पहली फिल्म 'द हंड्रेड बक्स' ने बौक्सऔफिस पर तहलका मचाया था. उस के बाद बौलीवुड का हर फिल्मकार कोरोना महामारी व लौकडाउन के चलते अपनेअपने घरों में दुबक कर बैठ गया. जबकि अपने घर की चारदीवारी में कैद होते हुए भी दुष्यंत प्रताप सिंह चुप नहीं बैठे. वे एक तरफ म्यूजिक वीडियो बनाते रहे, तो वहीं 2 फिल्मों 'शतरंज' और 'त्राहिमाम' की पटकथा को अंतिमरूप देने में व्यस्त रहे. फिर जैसे ही लौकडाउन खत्म हुआ तो दुष्यंत ने मुंबई पहुंच कर अपनी इन दोनों फिल्मों की शूटिंग पूरी कर डाली. अब उन की ये दोनों फिल्में प्रदर्शन के लिए तैयार हैं.

दुष्यंत प्रताप सिंह कहते हैं, ''मैं आपदा को अवसर में बदलने में यकीन करता हूं. हम ठहरे रचनात्मक इंसान. लौकडाउन के समय मैं घर पर आपदा यानी कि कोरोना को कोसने के बजाय रचनात्मक काम करता रहा, इस से मेरी सेहत भी अच्छी रही.''

अपनी नई फिल्मों की चर्चा करते हुए उन्होंने कहा, ''हमारी फिल्म 'त्राहिमाम' सत्य घटनाओं पर आधारित है. हम ने फिल्म में ऐसे किस्से दिखाए हैं जिन से हर दर्शक रिलेट कर सकेगा. आज लोगों की जिंदगी में भावनाओं का अकाल पड़ गया है. हमारी फिल्म 'त्राहिमाम' दर्शकों को मानवता का भाव सिखाएगी. यह हार्ड कोर कमर्शियल फिल्म है. इस की कहानी के केंद्र में माफिया की जिंदगी है. इस में पंकज बेरी, मुश्ताक खान, कविता त्रिपाठी, एकता जैन, अर्शी खान, आदि ईरानी, अनुराग, हितेन तेजवानी जैसे बेहतरीन कलाकारों ने अभिनय किया है. जबकि, 'शतंरज' एक प्रयोगात्मक व संदेशपरक कलात्मक फिल्म है.''



दुष्यंत प्रताप सिंह ने आपदा को बनाया अवसर

'आंटी जी' (शबाना आजमी), 'बातें' (सुप्रिया पिलगांवकर, शिवानी रघुवंशी), दफन (नीना कुलकर्णी, एहसास चन्ना) जैसी लघु फिल्मों और लोकप्रिय वैब सीरीज 'ये क्रैजी दिल' (जोआ मोरानी, लीला दुबे) का निर्माण करने वाली 'मैडमिडास फिल्म्स' संस्था अब एक अनाम क्राइम प्रधान वैब सीरीज का निर्माण करने जा रही हैं. इस के लिए उस ने देहरादून निवासी अभिनेत्री तेजस्वी सिंह को मुख्य किरदार निभाने के लिए चुना है. मजेदार बात यह है कि 8 माह तक लगातार सघन तलाश के बाद निर्माता ने तेजस्वी सिंह का चयन किया है. इस बीच, पूरे देश में करीबन 600 लड़कियों के औडिशन लिए गए.

निर्माता और निर्देशक अदीब रईस कहते हैं, ''हम एक युवा, ताजा और चंचल व्यक्तित्व चाहते थे लेकिन सब से ऊपर और उस से परे एक उम्दा कलाकार. तेजस्वी की स्क्रीन उपस्थिति में एक सुंदरता है जो आप का ध्यान आकर्षित करती है. वे प्रतिभाशाली व गुनी अदाकारा हैं. उन का चयन कर मैं वास्तव में उत्साहित हूं व गर्व महसूस कर रहा हूं कि 'मैडमिडास फिल्म्स' एक बेहतरीन प्रतिभा को दुनिया के सामने ला रही है. हम एक प्रोडक्शन हाउस के रूप में कई युवा प्रतिभाशाली अभिनेताओं और फिल्म निर्माताओं को प्लेटफौर्म देना चाहते हैं.''

अदीब ने आगे कहा, ''तेजस्वी को पूर्व में यशराज फिल्म्स की फिल्म 'मर्दानी 2' में एक महत्त्वपूर्ण भूमिका में देखा गया था. हमारी लघु फिल्म 'आंटी जी' में भी उन्होंने एक कैमियो की भूमिका निभाई थी. बिडंबना यह है कि हम पूरे देश में जिस तरह की अदाकारा की तलाश कर रहे थे, पता चला कि वह हमारे सब से करीब थी. खैर, मैं अपनी पसंद के बारे में खुश और आश्वस्त हूं. उन्होंने अपने पात्र को बखूबी निभाया है. मुझे यह भी विश्वास है कि वे अपने प्रदर्शन के साथ बहुत सारी वाहवाही लूटने वाली हैं.''

तेजस्वी अपने चरित्र का वर्णन करते हुए कहती हैं, ''इस अपराध प्रधान वैब सीरीज में मैं सिया का किरदार निभा रही हूं जोकि काफी रोमांचक हैं. क्योंकि दुनिया भले ही उस के फैसलों को बेवकूफी करार दे लेकिन वास्तव में नियमितरूप से वह किशोरों की तरह निर्दोष है. एक मुक्तआत्मा और एक शुद्ध दिल की मालकिन वह किरदार संवेदनशील है. वह खुद को साहसपूर्वक व्यक्त करती है. अपरिपक्वता व खामियों के साथ वह अभी भी बहुत प्यारी है. मैं ने उस के होने का हर पल मजा लिया और मेरी इच्छा का एक हिस्सा है कि मैं उस के समान मुक्त व उत्साही बन सकूं.''

अदीब इस वैब सीरीज के संदर्भ में बताते हैं, ''हम ने इस वैब सीरीज के पहले शैड्यूल की शूटिंग खत्म कर ली है और जिस तरह से यह सीरीज बन रही है उस से मैं काफी उत्साहित हूं. यह एक यथार्थवादी, भरोसेमंद और युवा अपराध की कहानी है.''

कई टीवी सीरियल और फिल्मों में अपने अभिनय का जलवा दिखा चुकी अभिनेत्री एकता जैन की सोशल मीडिया पर काफी लंबी फैन फौलोइंग है. एकता ने हाल ही में लिबास ब्रैंड के लिए हौट फोटोशूट करवाया. इस फोटोशूट के पीछे उन का मकसद फैंस को अपने नए और अलग अवतार को दिखाना रहा. इस फोटोशूट के लिए मेकअप और हेयर स्टाइल रिमा नंदी ने किया था तथा इस की शूटिंग ठाणे के बाइक सूरज प्लाजा में की गई.

फोटोशूट के बारे में बात करते हुए एकता जैन ने बताया, ''मैं हमेशा से ही अपने फैंस के साथ क्लोज रही हूं और उन से लगातार बातचीत करती रहती हूं. काफी समय से मेरे सोशल मीडिया पर मेरे फैंस मुझ से मेरे नए लुक की डिमांड कर रहे थे. इसलिए मैं ने इस फोटोशूट को करने का फैसला लिया.''

''मैं ने अपनी टीम के साथ मिल कर डिसाइड किया कि इस फोटोशूट को हम थीम के हिसाब से करेंगे. हम ने इस के लिए मोनोक्रोम और गोथिक लुक अपनाया.''

जब उन से पूछा गया कि फिल्म इंडस्ट्री में सर्वाइव करने के लिए क्या जरूरी है, फैंस या गौडफादर? उन्होंने कहा, ''मेरे हिसाब से आप जो हो, आप के फैंस की वजह से होते हो. गौडफादर होना भी अच्छा होता है, लेकिन जब मैं इस इंडस्ट्री में आई थी, मेरा कोई गौडफादर नहीं था. हमेशा से ही मेरे फैंस का सपोर्ट मुझे प्रोत्साहित करता रहा है और यहां तक ले कर आया है.''

–शांतिस्वरूप त्रिपाठी ●

दिल्ली प्रैस

वार्षिक ग्राहक बनें!

अब निश्चित डिलीवरी रजिस्टर्ड डाक से कहीं भी

भारत की सर्वाधिक पढ़ी जाने वाली महिलाओं की हिंदी पत्रिका

विश्वसनीय, निर्भीक, सुखद, सदा युवा पत्रिका

आफर क्रमांक	पत्रिका	प्रतियों की संख्या	अंक	अवधि	प्रति मूल्य	वार्षिक मूल्य	सब्सक्रिप्शन आफर (रजिस्टर्ड डाक)*	विहित करें
1.	गृहशोभा	1	पाक्षिक	1 वर्ष	45.00	1080.00	950.00	☐
2.	सरिता	1	पाक्षिक	1 वर्ष	50.00	1200.00	999.00	☐

यह फार्म अपने चैक / डी.डी. के साथ भेजें

नामः ..... जन्मतिथिः DD MM YY

पताः .....

..... पिनः

मोबाइल नं.: फोन नं.: ई–मेलः Yes No

चैक / डी.डी. नं.: तिथि :

DELHI PRAKASHAN VITRAN PRIVATE LIMITED के पक्ष में देय होगा.

क्रैडिट कार्डः अमेक्स वीसा मास्टर कार्ड अंतिम तिथि: MM YY

जारी करने वाले बैंक का नामः

हस्ताक्षर तिथि

नियम व शर्तें : कृपया इस फार्म को चेक/डीडी के साथ इस पते पर भेजें-

DELHI PRAKASHAN VITRAN PVT. LTD. ई-**8**, झन्डेवालान एस्टेट, ग्राउंड फ्लोर, रानी झांसी मार्ग, नई दिल्ली - **110055** चेक/डीडी का भुगतान भारत में मान्य हो. यह विशेष योजना कुछ समय के लिए ही है. पत्रिका डिलीवरी के लिए कृपया **4-5** हफ्तों का समय दें. पत्रिका की प्रति आपको रजिस्टर डाक के द्वारा प्राप्त होगी. समस्त विवाद केवल दिल्ली न्यायपालिका के अधिकार क्षेत्र के अधिन है. अधिक जानकारी के लिए दिल्ली प्रैस के सब्सक्रिप्शन विभाग से संपर्क करें: फोन-टोल फ्री नबंर **1800 103 8880** फोन नबंर **41398888** (सभी लैंडलाइन और मोबाइल द्वारा मान्य, सोमवार से शनिवार सुबह **10:00** से शाम **6:00** तक) ईमेल : **subscription@delhipress.in,** आप औनलाइन **http://www.delhipress.in/subscribe** पर भी सब्सक्राइब कर सकते है.

Small Screen

एजाज ने बढ़ाई एजाज की मुश्किलें

ड्रग्स मामले में एनसीबी ने 30 मार्च को ऐक्टर एजाज खान को मुंबई एयरपोर्ट से गिरफ्तार किया. ड्रग पैडलर शादाब बटाटा की गिरफ्तारी के बाद ऐक्टर एजाज खान का नाम सामने आया था. लंबी पूछताछ के बाद नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो यानी एनसीबी ने उसे गिरफ्तार कर लिया.

इधर एक एजाज गिरफ्तार हुए, उधर दूसरे एजाज को बुरी तरह से ट्रोल होना पड़ गया. दरअसल, गिरफ्तार किए गए एजाज और ट्रोल हुए एजाज दोनों कलाकार हैं. गिरफ्तार हुआ एजाज 'रक्तचरित्र', 'अल्लाह के बंदे' इत्यादि फिल्मों में अभिनय कर चुका है और बिगबौस 7 का कंटैस्टैंट रहा है. वहीं उस की वजह से जिन एजाज को ट्रोल होना पड़ गया वे टीवी इंडस्ट्री के जानेपहचाने चेहरे हैं. बिग बौस 14 में वे कंटैस्टैंट रहे और दर्शकों का उन्हें खूब प्यार मिला. लोगों को यह कंफ्यूजन उन दोनों के एकजैसे नाम के कारण हुआ. यह प्रौब्लम इतनी बढ़ी कि एजाज खान को सोशल मीडिया पर आ कर लोगों को सफाई देनी पड़ी. उन्होंने ट्वीट करते लिखा, ''यह मैं नहीं था. मैं इस से तंग आ चुका हूं.'' उन्होंने फिर एक और ट्वीट किया और अपने नाम की स्पैलिंग बड़ेबड़े कैपिटल लैटर्स में लिखी, साथ में अपने फेस की पिक्चर पोस्ट की. उन्होंने लिखा, 'अब मैं साफ दिख रहा हूं, ताकि यूजर्स भेद कर सकें.'

श्वेता और अभिनव के बीच आरोपप्रत्यारोप

'कसौटी जिंदगी की' में प्रेरणा बन कर घरघर में पहचान बनाने वाली श्वेता अपनी निजी जिंदगी को ले कर विवादों में रही हैं. छोटे परदे की मशहूर अदाकरा श्वेता तिवारी की प्रोफैशनल लाइफ जितनी शानदार रही है उतनी ही उलझी निजी जिंदगी. फिलहाल श्वेता और उन के पति अभिनव कोहली के बीच इस समय आरोपप्रत्यारोप का सिलसिला जारी है.

कुछ समय पहले श्वेता ने अपने साथ हुई घरेलू हिंसा व अपने निजी जीवन को ले कर कई बातें कही थीं. श्वेता ने कहा, ''2 लोग लिवइन में रहने के बाद एकदूसरे से अलग हो जाते हैं तो उन्हें कोई कुछ नहीं कहता. लेकिन अगर मैं ने गलत शादी से बाहर आने का फैसला किया तो मुझ से इतने सवाल पूछे जाने लगे.'' साथ ही, अपने साथ हुई मारपीट को ले कर भी श्वेता ने बात कही. वहीं अब एक इंटरव्यू में अभिनव (श्वेता के पति) ने श्वेता पर ही उन से मारपीट करने के आरोप लगाए हैं.

अभिनव ने साथ ही उन आरोपों को खारिज भी किया जो श्वेता ने उन पर लगाए थे. अभिनव ने कहा, ''मैं ने श्वेता को कभी नहीं पीटा, सिवा एक थप्पड़ के, जिस का जिक्र पलक (श्वेता की बेटी) ने एक ओपन लैटर में किया था.'' अभिनव ने साथ ही यह कहा कि उन्होंने इस के लिए माफी मांगी थी. वे कहते हैं, ''श्वेता ने मुझ पर मारपीट का आरोप लगाया जबकि वह खुद मुझे छड़ी से पीटा करती थी.'' अभिनव ने श्वेता को अमानवीय और गलत बताया.

बता दें, दरअसल श्वेता की 2 शादियां असफल हो चुकी हैं. श्वेता तिवारी ने सब से पहले राजा चौधरी से शादी की थी. इस शादी से उन्हें एक बेटी हुई पलक. साल 2007 में घेरलू हिंसा का शिकार होने पर उन्होंने राजा से तलाक ले लिया. इस के बाद उन्होंने साल 2013 में अभिनेता अभिनव कोहली से शादी की. लेकिन उन के साथ भी उन के रिश्ते अच्छे नहीं रहे और दोनों अलग हो गए. इस शादी से उन्हें एक बेटा भी है जिस का नाम रेयांश है. श्वेता अपने दोनों बच्चों के साथ खुशीखुशी अपनी जिंदगी बिता रही हैं.

अशनूर कौर का टीवी इंडस्ट्री से ब्रेक, देंगी 12वीं बोर्ड का एग्जाम

अशनूर कौर टैलीविजन जगत की जानीमानी ऐक्ट्रैस हैं. पहले बतौर चाइल्ड स्टार और बाद में कई टीवी सीरियलों में लीड रोल निभाने के बाद अशनूर कौर अब घरघर जानापहचाना नाम हैं. वे इस समय 17 साल की हैं और मई माह में उन के 12वीं की बोर्ड परीक्षाएं हैं. हालांकि टीवी सीरियल 'पटियाला बेब्स' के बाद अशनूर कौर ने कोई अन्य टीवी प्रोजैक्ट नहीं किया है. इस के बजाय अभिनेत्री अब म्यूजिक वीडियोज की शूटिंग में बिजी हो गई हैं. अब टीवी शोज से ब्रेक लेने के पीछे के कारण का अशनूर कौर ने खुलासा किया है.

अशनूर कौर ने बताया, ''शो के औफ एयर होने के बाद मैं कोई नया टीवी प्रोजैक्ट नहीं लेना चाहती थी. मैं इस साल मई में होने वाली अपनी 12वीं की बोर्ड परीक्षा की तैयारी कर रही हूं. मैं अपनी पढ़ाई पर ध्यान देना चाहती थी. डेली सोप की शूटिंग बेहद समय लेने वाली होती है. जहां तक म्यूजिक वीडियो की बात है, 'पटियाला बेब्स' के बाद मुझे म्यूजिक वीडियो के लिए बहुत सारे औफर मिल रहे थे. मैं ने सिर्फ यह सोच कर शौट दिया कि मैं कुछ नया करूंगी जो मैं ने किया भी. डेली सोप की तुलना में म्यूजिक वीडियो की शूटिंग के लिए ज्यादा समय की आवश्यकता नहीं होती. यह एक शौर्ट प्रोजैक्ट होता है.''

अशनूर कौर ने 5 साल की उम्र में चाइल्ड ऐक्ट्रैस के तौर पर 'झांसी की रानी' में प्राची नाम के किरदार से टीवी डैब्यू किया था. उस के बाद 'यह रिश्ता क्या कहलाता है' में नाइरा सिंघानिया का बचपन का किरदार निभा कर वे फेमस हुई थीं. जिस के बाद वे मिनी खुराना के किरदार में बतौर लीड 'पटियाला बेब्स' में नजर आईं. –प्रतिनिधि ●

ZEE LABORATORIES

करोड़ो लोगो का आज़माया

झुर्रियां | काले घेरे | छाईया

MYFAIR

रूप संवारे, त्वचा निखारे

- क्रीम
- साबुन
- फेस वाश
- सन स्क्रीन

सम्पूर्ण कॉस्मेटिक रेंज
हर प्रमुख दवा विक्रेता के यहां उपलब्ध
9896134500

A Product of
ZEE LABORATORIES LTD.

Online Shopping:
www.myfair.in

रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाए

MultipreX™

कैप्सूल, सिरप,
ओरल ड्राप्स, पाउडर

Multivitamin, Multiminerals & Antioxidants

Advanced Formula For
Strong Immunity

रोजाना सेवन करे
9896134500
हर प्रमुख दवा विक्रेता के यहां उपलब्ध

प्रतिरक्षा में सुधार, विटामिन और मिनरल की कमी को पूरा कर रोगों से बचाए

(REGISTERED) RNI 6502/60 DL(c)-14/1090/2021-23 WPP U(c) 149/18/2021-23 P.O. SRT Nagar, ND-55 Posting Dt. 14 to 20 Published on 20/03/2021, Pgs. 48