४. मान जा मेरे मन

– रामेश्वर सिंह कश्यप

आसपास

हृदय को छू लेने वाली माता–पिता की स्नेह भरी कोई घटना सुनाइए :–

कृति के लिए आवश्यक सोपान :

● हृदय को छूने वाले प्रसंग के बारे में पूछें । ● उस समय माता–पिता ने क्या किया, बताने के लिए प्रेरित करें ।
● इस प्रसंग के संबंध में विद्यार्थियों की प्रतिक्रिया के बारे में जानें ।

उस रात मुझमें और मेरे मन में ठन गई । अनबन का कारण यह था कि मन मेरी बात ही नहीं सुनता था । बचपन से ही मैंने मन को मनमानी करने की छूट दे दी; अब बुढ़ापे की देहरी पर पाँव देते वक्त जो मैंने इस बेलगाम घोड़े को लगाम देने की कोशिश की तो अड़ गया । यों कई वर्षों से इसे काबू में लाने के फेर में हूँ लेकिन हर बार कन्नी काट जाता है ।

मामला बड़ा संगीन था । मेरे हाथ में स्वयंचलित आदमी तौलने वाली मशीन का टिकट था । जिस पर वजन के साथ टिप्पणी लिखी थी 'आप प्रगतिशील हैं लेकिन गलत दिशा में ।' आधी रात का वक्त था । मैं चारपाई पर उदास बैठा अपने मन को समझाने की कोशिश कर रहा था । मेरा मन रूठा–सा सूने कमरे में चहलकदमी कर रहा था । मैंने कहा–'मन भाई, डॉक्टर कह रहा था कि आदमी का वजन तीन मन से ज्यादा नहीं होता । देखो यह टिकट देख लो, मैं तीन मन से भी सात सेर ज्यादा हो गया हूँ । स्टेशनवाली मशीन पर तुलने के लिए चढ़ा तो टिकट पर कोई वजन ही नहीं आया; लिखा था, 'कृपया एक बार मशीन पर एक ही आदमी चढ़े ।' फिर बाजार गया तो वहाँ की मशीन ने वजन बताया । 'सोचो, जब मुझसे मशीन को इतना कष्ट होता है तब.... ।'

मन ने बात काटकर दृष्टांत दिया, 'तुमने बचपन में बाइस्कोप में देखा होगा । कोलकाता की एक भारी–भरकम महिला थी । उस लिहाज से तुम अभी काफी दुबले–पतले हो ।' मैंने कहा–'मन भाई, मेरी जिंदगी बाइस्कोप होती तो रोग क्या था ? मेरी तकलीफों पर गौर करो । रिक्शेवाले मुझे देखकर ही भाग खड़े होते हैं । दर्जी अकेले मुझे नाप नहीं सका ।'

व्यक्तिगत आक्षेप सुनकर मैं तिलमिला उठा । ऐसी घटना शाम को ही घट चुकी थी । चिढ़कर बोला–'इतने वर्षों से तुम्हें पालता रहा, यही गलती की । मैं क्या जानता था, तुम आस्तीन के साँप निकलोगे ! विद्वानों ने ठीक ही उपदेश दिया है कि 'मन को मारना चाहिए', यह सुनकर मेरा मन अप्रत्याशित ढंग से जैसे और बिसूरने लगा–'इतने दिनों की सेवाओं का यही फल है ! मैं अच्छी तरह जानता हूँ, तुम डॉक्टरों और दुबले आदमियों के साथ मिलकर मेरे विरुद्ध षडयंत्र कर रहे हो । विश्वासघाती ! मैं तुमसे बोलूँगा ही नहीं । व्यक्ति को हमेशा उपकारी वृत्ति रखनी चाहिए ।'

परिचय

जन्म : १२ अगस्त १९२७ सेमरा गाँव । (बिहार) **मृत्यु :** २४ अक्टूबर १९९२ ।

परिचय : रामेश्वर सिंह कश्यप का रेडियो नाटक 'लोहा सिंह' भोजपुरी का पहला सोप ओपेरा है । **प्रमुख कृतियाँ :** रोबोट, किराए का मकान, पंचर, आखिरी रात, लोहा सिंह आदि नाटक ।

गद्य संबंधी

हास्य–व्यंग्यात्मक निबंध : किसी विषय का तार्किक, बौद्धिक विवेचनापूर्ण लेख निबंध है । हास्य–व्यंग्य में उपहास का प्राधान्य होता है ।

प्रस्तुत निबंध में लेखक ने मन पर नियंत्रण न रख पाने की कमजोरी पर करारा व्यंग्य किया है तथा वास्तविकता की पहचान कराई है ।

मेरा मन मुँह मोड़कर सिसकने लगा । मुझे लेने के देने पड़ गए । मैं भी निराश होकर आर्त स्वर में भजन गाने लगा–'जा दिन मन पंछी उड़ि जैहैं ।' मेरी आवाज से दीवार पर टँगे कैलेंडर डोलने लगे, किताबों से लदी टेबल काँपने लगी; चाय के प्याले में पड़ा चम्मच घुँघरू जैसा बोलने लगा पर मेरा मन न माना, भिनका तक नहीं । भजन विफल होता देख मैंने दादरे का सुर लगाया–'मनवाँ मानत नाहीं हमार रे ।' दादरा सुनकर मेरे मन ने आँसू पोंछ लिए, मगर बोला नहीं । मैं सीधा नए काट के कंठ संगीत पर उतर आया–

'मान जा मेरे मन, चाँद तू मैं गगन
फूल तू मैं चमन, मेरी तुझमें लगन
मान जा मेरे मन ।'

आखिर मन साहब मुस्कराने लगे । बोले–'तुम चाहते क्या हो ।' मैंने डॉक्टर का पुर्जा सामने रखते हुए कहा– 'सहयोग, तुम्हारा सहयोग' मेरे मन ने नाक-भौं सिकोड़ते हुए कहा– 'पिछले तेरह साल से इसी तरह के पुर्जों ने तुम्हारा दिमाग खराब कर रखा है । भला यह भी कोई भले आदमी का काम है । लिखता है, खाना छोड़ दो...।' मैंने एक खट्‌टी डकार लेकर कहा–'तुम साथ देते तो मैं कभी का खाना छोड़ देता । एक तुम्हारे कारण मेरा शरीर चरबी का महासागर बना जा रहा है । ठीक ही कहा गया है कि एक मछली पूरे तालाब को गंदा कर देती है ।' मेरे मन ने उपेक्षापूर्वक कागज पढ़ते हुए कहा–'लिखता है, कसरत करो ।' मैंने मुलायम तकिये पर कुहनी टेककर जम्हाई लेते हुए कहा – 'कसरत करो । कसरत का सब सामान तो है ही अपने पास । सब, शुरू कर देना है । वकील साहब पिछले साल सुर्खी कूटने के लिए मेरा मुग्दर माँगकर ले गए थे, कल ही मँगा लूँगा ।'

मैंने रुआँसा होकर कहा–'तुम साथ दो तो यह भी कुछ मुश्किल नहीं है । सच पूछो तो आज तक मैंने देखा ही नहीं कि यह सूरज निकलता किधर से है ।' मन ने बिलकुल घबराकर कहा–'लेकिन दौड़ोगे कैसे ?' मैंने लापरवाही से जवाब दिया–'दोनों पैरों से । ओस से भीगा मैदान, दौड़ता हुआ मैं, उगता हुआ सूरज । आह, कितना सुंदर दृश्य होगा । सुबह उठकर सभी को दौड़ना चाहिए । सुबह उठते ही औरतें चूल्हा जला देती हैं । आँख खुलते ही भुक्खड़ों की तरह खाने की फिक्र में लग जाना बहुत बुरी बात है । सुबह उठना तो बहुत आसान बात है । दोनों आँखें खोलकर चारपाई से उतरे ढाई-तीन हजार दंड-बैठकें निकाली, मैदान में पंद्रह-बीस चक्कर दौड़े, फिर लौटकर मुग्दर हिलाना शुरू कर दिया ।' मेरा मन यह सब सुनकर हँसने लगा । मैंने रोककर कहा– 'देखो यार हँसने से काम नहीं चलेगा । सुबह खूब सबेरे जागना पड़ेगा ।' मन ने कहा–'अच्छा अब सो जाओ ।' आँख लगते ही मैं सपना देखने लगा कि मैदान में तेजी से दौड़ रहा हूँ, कुत्ते भौंक रहे हैं,

श्रवणीय

मन और बुद्‌धि के महत्त्व को सुनकर आप किसकी बात मानोगे सकारण सोचिए ?

संभाषणीय

'मानवीय भावनाएँ मन से जुड़ी होती हैं,' इस पर गुट में चर्चा कीजिए ।

मौलिक सृजन

'मन चंगा तो कठौती में गंगा' इस उक्ति पर कविता/विचार लिखिए ।

गायें रँभा रही हैं, मुर्गे बाँग दे रहे हैं । अचानक एक विलायती किस्म का कुत्ता मेरे दाहिने पैर से लिपट गया । मैंने पाँव को जोरों से झटका कि आँख खुल गई । देखता क्या हूँ कि मैं फर्श पर पड़ा हूँ । टेबल मेरे ऊपर है और सारा परिवार चीख-चीखकर मुझे टेबल के नीचे से निकाल रहा है । खैर, किसी तरह लँगड़ाता हुआ चारपाई पर गया कि याद आया, मुझे तो व्यायाम करना है । मन ने कहा-'व्यायाम करने वालों के लिए गहरी नींद बहुत जरूरी है । तुम्हें चोट भी काफी आ गई है । सो जाओ ।'

मैंने कहा-'लेकिन शायद दूर बाग में चिड़ियों ने चहचहाना शुरू कर दिया है ।' मन ने समझाया-'ये चिड़ियाँ नहीं; बगलवाले कमरे में तुम्हारी पत्नी की चूड़ियाँ बोल रही हैं । उन्होंने करवट बदली होगी ।'

मैंने नींद की ओर कदम बढ़ाते हुए अनुभव किया, मन व्यंग्यपूर्वक हँस रहा था । मन बड़ा दुस्साहसी था ।

हर रोज की तरह सुबह साढ़े नौ बजे आँखें खुली । नाश्ते की टेबल पर मैंने ऐलान किया-'सुन लो कान खोलकर-पाँव की मोच ठीक होते ही मैं मोटापे के खिलाफ लड़ाई शुरू करूँगा; खाना बंद, दौड़ना और कसरत चालू ।' किसी पर मेरी धमकी का असर न हुआ । पत्नी ने तीसरी बार हलवे से पूरा प्लेट भरते हुए कहा-'घर में परहेज करते हो तो होटल में डटा लेते हो ।' मैंने कहा-'इस बार मैंने संकल्प किया है । जिस तरह ऋषि सिर्फ हवा-पानी से रहते हैं उसी तरह मैं भी रहूँगा ।' पत्नी ने मुस्कुराते हुए कहा-'खैर, जब तक मोच है तब तक खाओगे न ?' मैंने चौथी बार हलवा लेते हुए कहा- 'छोड़ने के पहले मैं भोजनानंद को चरम सीमा पर पहुँचा देना चाहता हूँ । इतना खा लूँ कि खाने की इच्छा ही न रह जाए । यह वाममार्गी कायदा है ।' उस रात नींद में मैंने पता नहीं कितने जोर से टेबल में ठोकर मारी थी कि पाँच महीने बीत गए पर मोच ठीक नहीं हुई । यों चलने-फिरने में कोई कष्ट न था मगर ज्यों ही खाना कम करने या व्यायाम करने का विचार मन में आता, बाएँ पैर के अँगूठे में टीस उठने लगती ।

एक दिन रिक्शे पर बाजार जा रहा था । देखा, फुटपाथ पर एक बूढ़ा वजन की मशीन सामने रखे, घंटी बजाकर लोगों का ध्यान आकृष्ट कर रहा है । रिक्शा रोककर ज्यों ही मैंने मशीन पर एक पाँव रखा, तोल का काँटा पूरा चक्कर लगा कर अंतिम सीमा पर थरथराने लगा । मानो अपमानित कर रहा हो । बूढ़ा आतंकित होकर हाथ जोड़कर खड़ा हो गया। बोला-'दूसरा पाँव न रखिएगा महाराज ! इसी मशीन से पूरे परिवार की रोजी चलती है । आसपास के राहगीर हँस पड़े । मैंने पाँव पीछे खींच लिया ।'

मैंने मन से बिगड़कर कहा-'मन साहब, सारी शरारत तुम्हारी है । तुममें दृढ़ता है ही नहीं । तुम साथ देते तो मोटापा दूर करने का मेरा संकल्प अधूरा न रहता ।' मन ने कहा-'भाई जी, मन तो शरीर के अनुसार होता है । मुझमें तुम दृढ़ता की आशा ही क्यों करते हो ?'

पठनीय

कवि रामावतार त्यागी की कविता 'प्रश्न किया है मेरे मन के मीत ने' पढ़िए ।

लेखनीय

मन और लेखक के बीच हुए किसी एक संवाद को संक्षिप्त में लिखिए ।

पाठ से आगे

'मन की एकाग्रता' के लिए आप क्या करते हैं; बताइए ।

शब्द संसार

चहल-कदमी (क्रि.) = घूमना-फिरना, टहलना
लिहाज (पुं.अ.) = आदर, लज्जा, शर्म
फीता (सं.फा.) = लंबाई नापने का साधन
विफल (वि.) = व्यर्थ, असफल
भुक्खड़ (पुं.) = हमेशा खाने वाला
मुग्दर (पुं.सं.) = कसरत का एक साधन

मुहावरे

कन्नी काटना = बचकर/ छुपकर निकलना
तिलमिला उठना = क्रोधित होना
सुर्खी कूटना = अपना महत्त्व बढ़ाना ।
नाक-भौं सिकोड़ना = अरुचि/अप्रसन्नता प्रकट करना
टीस उठना = दर्द का अनुभव होना
आस्तीन का साँप = अपनों में छिपा शत्रु

कहावतें

एक मछली पूरे तालाब को गंदा कर देती है = एक दुर्गुणी व्यक्ति पूरे वातावरण को दूषित करता है ।

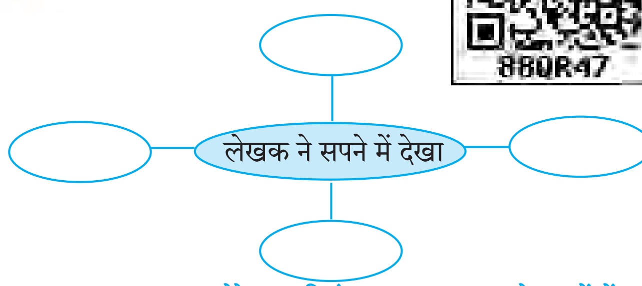
पाठ के आँगन में

8BQR47

(१) सूची तैयार कीजिए :-

पाठ में प्रयुक्त अंग्रेजी शब्द

(२) संजाल पूर्ण कीजिए :-



(३) 'मान जा मेरे मन' निबंध का आशय अपने शब्दों में प्रस्तुत कीजिए ।

भाषा बिंदु

रेखांकित शब्द से उपसर्ग और प्रत्यय अलग करके लिखिए : उपसर्ग-प्रत्यय

☞ मन बड़ा दुस्साहसी था ।

उपसर्ग	मूलशब्द	प्रत्यय
दुः	साहस	ई

☞ गर्मी के कारण बेचैनी हो रही है ।

उपसर्ग	मूलशब्द	प्रत्यय

☞ असामाजिक गतिविधियों के कारण वह दंडित हुआ ।

☞ व्यक्ति को हमेशा परोपकारी वृत्ति रखनी चाहिए ।

☞ स्वाभिमानी व्यक्ति समाज में ऊँचा स्थान पाते हैं ।

☞ मानो मुझे अपमानित कर रहा हो ।

रचना बोध

....
....
....