अनसुनी आवाज़ें

A COMPILATION BY:

THE FIRST YEAR STUDENTS OF THE ELEMENTARY EDUCATION DEPARTMENT – BATCH 2021-25

MIRANDA HOUSE
UNIVERSITY OF DELHI

प्रस्तावना

आज इस दौर में, जब भय का आतंक, चारों तरफ फैला हुआ है, इंसान का इंसान के बीच का जो मानवीय संबंध, बोध, रिश्ते हैं उनको जकड़ कर स्वार्थ, लालच, द्वेष हिंसा सबने अंधकार में धकेल दिया है। ऐसे ही बुरे दौर में भी अंतर मन के ज्ञान का रास्ता सदा खुला रहेगा । हिंसा और अहिंसा मनुष्यता और पशुता के बीच यही एक फर्क है। अनेकांतवाद अहिंसा अपरिग्रह मानवता इसको सदा खोजती रहेगी।

जितने मनुष्य उतनी ही रंगशीलता, विचारशीलता, , कर्म शीलता, कल्पना शीलता उत्पन्न होगी बस उसे खुली धूप और साफ शफ़्फ़ाफ़ हवा की जरूरत है। इनसे नए रास्ते खुलेंगे, शायद नए जंगल की विविधता फिर से जन्म लेगी।

ये पुस्तक बी एल एड 2021-22 प्रथम वर्ष की छात्रों का सांझा प्रयास है, मैंने व्यक्तिगत तौर पर सिर्फ हमारे आसपास के सवालों को उठाने और खुलकर लिखने के लिए उकसाया है, बाकी सारा कथ्य, भाषा, बिम्ब, प्रतीक, उद्देश्य, मिथ, शिल्प, शैली, कलात्मकता, इन्हीं छात्रों के अंतर्मन से फूटी है, इसे किसी निर्णय के रूप में ना परखा जाए बल्कि एक प्रोसेस के रूप में इसकी कद्र की जाए यही आशा करता हूं और मैंभविष्य में इन छात्रों की रचनाशीलता के लिए भी यही ख्वाब देखता हूं, ये अंकुर से इनके अंदर के रचनाशीलता को एक संवेदनशील मनुष्य के रूप में जीवित रखने में शिक्षा क्षेत्र में जरुर योगदान देगी। मैं अपने सपने को बल देते हुए यही कहना चाहूंगा 'चुप्पी की संस्कृति को तोड़ने के लिए यह कदम बढ़ते चले जाएंगे। सबको मेरा प्यार और आभार

लोकेश जैन

AASTI 2021/1642

लिख रहीं हूँ बात जो...

लिख रहीं हूं बात जो,

पढ़ूंगी सालो बाद तो लगेगा कल ही था लिखा,

सुना था कल ही रात को ।

कैसे भूलेगा कोई भी उस खौफनाक याद को,

जो कर गई तबाह उसे और बन गई इतिहास जो

मस्त होकर घूम रही थी

वो अधूरी रात को ।

बेखबर सी, बेखौफ सी

थी वो हर एक बात को

पल ही भर में छोड़ गई, जिंदगी उसके साथ को,

भेंट चढ़ गई वो उन

हवस की आग को।

लिख रही हूँ बात जो

पढ़ूंगी सालो बाद तो उठेंगी नम हो आँखें मेरी, जैसे हुआ मेरे साथ हो।

था पूछा किसी ने उससे

था क्या जरूरी उसका जाना अधूरी रात को,

मैं पूछना चाहूंगी फिर अगर नहीं मैं घूम सकती

अपने घर में ही दिन रात को,

तो फिर हमारा ये भारत

महान है किस बात को?

तो फिर हमारा ये भारत

आज़ाद है किस बात को?

जो आंखों से देख गई वो

हमसे सुन्ना भी ना सहा गया। निर्भय तो वो बेशक थी, निर्भया जिसें कहा गया।

पर, वो हिफाज़त की नारे बाजी, वो धरने लाज बचाने के,

वो सारा जंग जो शुरू हुआ,

वो सारा खेल अब कहां गया?

लिख रहीं हूं बात जो, पढ़ूंगी सालो बाद तो लगेगा कल ही था लिखा, सुना था कल ही रात को । कैसे भूलेगा कोई भी उस खौफनाक याद को, जो कर गई तबाह उसे और बन गई इतिहास जो

AAYUSHI ROY 2021/1467

BROKEN DREAMS

She is not only a woman

She is a daughter, a sister and a mother

Then why she always has to suffer?

All she wants is love and respect

But the left her self-esteem wrecked

She has the abilities and all the qualities

But they are crushed beneath responsibilities

Her aspirations are in a man's fist

Where is the equality she was promised ?

She is deprived of opportunities

Because they are scared of what she might become

She carries her broken dreams in her heart

The hopelessness tears her apart

She wants to cry and shout , let it all out

Where is the equality they preach about ?

Her life seem to be in tatters

All her dreams are now scattered

How long she has to sacrifice herself ?

How long she will have to suffer ?

She deserves all the opportunities and all the chances

Because she not only a daughter , a sister and a mother ,

Above all she is a woman.

AISHWARYA PAL 2021/1652

मुमकिन

शुरु हुआ ये सिलसिला हवाओ की तरह
ना हुई थी इसकी ऐसी आशा

जारी हैं अब भी पर क्या करे
की नारी हैं सब पे भारी

ना गवाए ऐसा मौका ये
की ना जान पाए हम इन्हें कभी
दिल और दिमाग लगाए ये अपने सभी

राहें चलना चाहे हमेशा ये अपने ही
और चलके बनाए हर काम को मुमकिन ये ही

हर इंसान को भगवान का दिया है सब कुछ
पर कारनामे हो इनके ही भरपूर

दुख है सब ही की जिंदगी में
पर एक हाथ को दस हाथ मानकर
काम करें ये डटकर सभी के सामने

ना करे शिकायत ना बाते ये उदासी अपने ही
फिर क्यों हम सब सताए इन्हें ही

निभाए ये अपने रूप, धर्म और कर्म ये सभी
तो बने बात जब ये करे हर रास्ते मुमकिन
तो समझो ये दुनिया ना है कुछ एक नारी के बिन
हो इन्ही से हर दिन

समझाए ये हर किसी को ना है
अब ना है कुछ भी मुमकिन।

ANANTAA SHARMA 2021/1634

खामोश थी मैं

खामोश थी मैं अब तक

ना जाने क्यूँ कहीं बंदिशों में

खामोश थी मैं अब तक ना जाने क्यूँ कहीं बंदिशों में,

मर्यादा सम्मान की प्रतिमाएं लिए,

क्यूँ अपना मैं मारे खामोश थी मैं ?

रंगों मे बंटी, कर्मो में बंटी,

खेलों में बंटी, चूल्हे से बंधी

क्यों लड़की हो तुम सुनकर अपना मन मारे खामोश थी मै?

पल पल मै सही, छुप छुप कर हंसी,

चार दीवारी में फँसी, घुट घुट कर जीयी,

क्यूँ बिन पूछे दान में दी हुई, दासी बनी खामोश थी मै?

चूल्हे चौके से तो निकली थी, फिर किन सीमाओं मे रह गई मैं,

शायद अधिकारों की नहीं, उनकी समानताओं की जंग में रह गयी मैं!

लेकिन अब

समझ गयी ही मैं मर्यादा मे बंधी उत्तेजना उस चिरई की उड़ान की,

समझ गयी हूँ मैं भेदों मे बंटी पीढा उस मासूम जा की,

लोग क्या कहेंगे से लेकर कुछ तो लोग कहेंगे का भेद समझ गई हूँ मै,

खामोश थी मै लेकिन अब समझ गई हूँ मैं।

बहुत बट चुकी मैं औरत जात के नाम पर, बहुत सह चुकी मैं औरत जात के नाम पर!

खामोश थी मैं अब तक, अब समझ गयी ही मैं,

बहुत सह चुकी लेकिन अब गूंजूंगी मैं!

ANJALI CHAUDHARY 2021/1911

हो गई उसकी चीखें गुल

हवा में हो गई उसकी चीखें गुल।
सरकार करे विचार, जनता में रोष फूल।।

जनता में रोष फूल बोले न्याय करो न्याय करो।
न्याय रक्षक कहे, नारी संभलकर चलो।।

संभलकर चलो निकलो वहाँ से जहाँ हो सीसीटीवी।
अनजान से बात मत करो तुम हो बहु बेटी बीवी।।

बहु, बेटी बीवी न्याय के लिए कपड़े पहनो पूरे।
पीछे पड़ जायेंगे वहशी यदि पहने अधूरे।।

अधूरी मानसिकता के साथ न्याय पालक दे रहे शिक्षा।
लगता नारी की नहीं बलात्कारियों की कर रहे सुरक्षा।।

सुरक्षा में फेल पुलिस, न्याय का लम्बा चक्र।
घटना पर सर खुजाये पुलिस, रेपिस्ट करे फक्र।।

रेपिस्ट करे फक्र नेता बांटे नारी ज्ञान।
दो दिन सब चिल्लाये फिर मौन हो जाये हिन्दुस्तान।
मौन हो जाये हिन्दुस्तान, मौन हो जाती चीखें।
तरीका बस एक बताते कि बचके रहना सीखें।

बचके रहना सीखे, खौफ में रहने की डालें आदत।
कानून और पुलिस आपकी ना कर सके हिफाजत।।

हिफाजत होगी भगवान भरोसे, जपते रहो नाम।
पुलिस की भी करेगा सुरक्षा आपका राम नाम।

ANSHIKA 2021/1639

‘क्योंकि मैं एक नारी हूं’

मैं एक नारी हूं, काश मैं यह कह पाती इससे मुझे डर लगता नहीं,

मैं इस शरीर से थकती नहीं,

जिन परिस्थितियों से यह गुजरा है वह मुझे डराती नहीं|

क्योंकि मैं एक नारी हूं, मुझे गर्व है इस बात का पर क्यों मुझे कम आका जाता है,

क्यों ऊंचाइयां छूने से रोका जाता है,

क्यों तुम अपनी बात रख पाते हो पर मेरे विचारों पर विराम लगाया जाता है|

क्योंकि मैं एक नारी हूं, मेरी अपनी प्राथमिकताएं हैं,

मैं जो चाहे वह कर सकती हूं, मेरी अपनी क्षमताएं हैं,

बिना किन्ही परिणामों के मैं आजाद उड़ना चाहती हूं, एक नारी हूं शिकार नहीं क्यों खेल समझा जाता है|

क्योंकि मैं एक नारी हूं, नर-नारी में क्या भेदभाव क्या सब इंसान नहीं,

कैसी यह विडंबना है, इंसानियत का कोई मान नहीं,

सब एक समान है, सबको सुरक्षा का अधिकार है, मैं भी एक इंसान हूं, क्या मेरा भी यह अधिकार नहीं|

ANSHIKA RAI 2021/1653

अनजान सफ़र

जाना कहीं,
बिन ख्वाहिश बिन मंजिल के
सफ़र बन लापता हो जाए।
जो ये बिखरी है तशखीर की चादर
गुफ्तगू कर समेट ली जाए ।
जाना कही,
बिन ख्वाइश बिन मंजिल के
सफर बन लापता हो जाए।
कुछ मैं तेरी माहताब सी, कुछ तू मेरे आफताब सा।
फिर एक हो कर तस्वीर बन जाए
जाना कही,
बिन ख्वाइश, बिन मंजिल के सफर बन लापता हो जाए।

ANSHITA MISHRA 2021/1632

सौंदर्य: एक अभिशाप

क्यूं अच्छा दिखना पाप है, खूबसूरती क्यूं अभिशाप है।

जैसे जैसे वयस बढ़ा, जैसे जैसे तारुण्य चढ़ा,

एक खतरा यूं मंडराने लगा,

मेरा ये रूप जैसे मुझे ही खाने लगा।

पढ़ती लिखती गाती थी मैं,

कुछ बड़ा बनना चाहती थी मैं।

पर मैं न जी सकी और ना ही मर सकी,

समझ न पाई कैसी थी मैं, मरी हुई पर जिंदा थी मैं।

कॉलेज जाने का जो रस्ता,

मुझे बड़ा ही भाता था।

उन रस्तों का जिक्र भी अब,

मुझे झकझोर जाता था।

वो पेड़, वो रस्ते, वो खुशनुमा पहर,

पल में ही सब बदल गया, बिखर गया कहर।

संसार तो निरंतर गतिमान था,

पर मेरा समय था गया ठहर।

वो लाल आंखें ,वो भयावह मुस्कान,

वो काला साया, वो निष्ठुर हाथ।

वो कठोर स्पर्श, वो ज्यादती संग,

कर गए थे ये, मेरा सतीत्व भंग।

सब कहते हैं, स्त्री संग ऐसा होने में होती स्त्री की ही भूल,

पर क्यूं सच्चाई को कोई करता नहीं कबूल।

या शायद सब सच कहते हैं,

वरदान में मिली रूप ही तो होती है स्त्री की सर्वोच्च भूल।

पर ये कैसा है वरदान,

मैं समझ न पाई इसका भान।

क्यूं देता नहीं कोई मेरे प्रश्नों का जवाब,

क्या सौंदर्य एक वरदान है, या ये है एक अभिशाप??

ANUBHOOTI YADAV 2021/1471

सिसकते सपने

बैठ के एक कोने में देख रही थी दुनिया सारी,

कौन बड़ा? कौन छोटा?

कौन था यहाँ पर

दिग्गज भारी?

सबके नैनों में जो झाँका,

सपने आकाश से बड़े थे

निगाहें चरणों पर पड़ी तो

सब मजबूरी की बेड़ियों के संग खड़े थे

देखे मैंने वो सपने ,जो ईमानदारी के लिए लड़ने चले थे ,

पर वास्तविकता में तो

सर्प के आलिंगनो में,

मौन चन्दन तन पड़े थे

समाज की नारी ने क्या क्या नहीं किया?

बिना अश्रु के उसके नयन रोये यही

घर के यज्ञ की शोभा बना दिया उसको

पर उसकी आहुति का कोई किस्सा नहीं

कचरे की थैली कंधे पर संजोये बच्चे,

कौन बड़ी गाड़ी खरीदेगा पर लड़े थे

हीरे बनने के सपने लिए,

ये कोयले चूल्हों पर चढ़े थे

मीराओं की आँखों से गंगाजल झड़ते,

देखे मैंने फ़कीर सोने के घट से पानी पीते,

देखे मैंने आंसू की कीमत पर मुस्कानो के सौदे होते,

धूमिल होती वो बूँद जिसने मोती बनने के सपने देखे

सोचा मैंने स्वयं के बारे में,

इस दुष्चक्र में खुद को कहाँ पाती हूँ?

विडम्ब्राना है बड़ी,

कश्मकश में रह जाती हूँ

की कौन से सुकर्म करे मैंने,

क्यों होंगे सपने पूर्ण मेरे?

वास्तविकता तो सत्य ही है,

सपने तो हमरे भी है औकात से बड़े

पूर्ण होंगे सपने किसी के कभी?

प्रत्येक बार उत्तरहीन रह जाती हूँ

मजबूरी तले दबे सपने देख

जीवित मुर्दों की सिसकियाँ सुनता खुद को पाती हूँ।

BHUMIKA 2021/1463

नारी बन गई है बेचारी

नारी क्यों बन गई है बेचारी
क्यों नहीं बनी वह अब तक
पुरुषों के समान अपने सपनों की अधिकारी |

है वो जीवन दात्री
ना जाने कितने दर्द है सहती
फिर क्यों कोख में ही जाती है मारी।

पूरा जीवन समर्पण करती
बिना अभिलाषा के वो सारी
करती पूरी अपनी जिम्मेदारी ।

करती पुरुष का वो जीवन गुल्जार
देकर उसको घर-संसार
देती सबको खुशियाँ सारी ।

करती रहती हरदम वो त्याग
अपनी इच्छाओं और भावनाओं का
कहलाने को संस्कारी |

जरूरी नही क्या उसके जीवन में खुशियाँ
और मिलना मान-सम्मान
जिसकी है वो अधिकारी ।

नारी क्यों बन गई है बेचारी
क्यों नहीं बनी वह अब तक
पुरुषों के समान अपने सपनों की अधिकारी ।

CHANDNI 2021/1650

मैं अबला नहीं हू साहब मुझे बनाया गया है

समाज के बेड़ियों को तोड़कर मैं
निकल चुकी थी दुनिया देखने

मगर किसी साजिश के तहत मुझे
हराया गया है

मैं अबला नहीं हू साहब मुझे बनाया
गया है

रोना, धोना , शर्माना, यही आभूषण
है मेरे

समय समय पर यही मुझे पहनाया
गया है

मैं अबला नहीं हूं साहब मुझे बनाया
गया है

मै उठना चाहती थी आसमां के
ऊपर

मगर बार बार मूझे ज़मीन पर लाया
गया है!

मैं अबला नहीं हूं साहब मुझे बनाया
गया है

मैं तो डरती नहीं पर, लड़कियां
डरती हैं

यह बात बता बता कर मुझे डराया
गया है!

मैं अबला नहीं हूं साहब मुझे बनाया
गया है

मैं जब भी आवाज़ उठाना चाहती
थी,अपने हक के लिए

हक से मुझे दबाया गया है

मैं अबला नहीं हूं साहब मुझे बनाया
गया है

मैं रहूं हर वक्त चार दिवारी के अंदर

ऐसा दीवार मेरे घर बनाया गया है

मैं अबला नहीं हूं साहब मुझे बनाया
गया है

DEEPIKA PAL 2021/1470

न जाने कब.....?

मां के आंचल से निकल कर,कब इस जालिम दुनिया की नाव में बह गई ,ना जाने ये आसमान कहां से आ गई।

मुझे भी भगवान नहीं सबके जैसा बनाया, ना जाने क्यों उसको मेहता मुझे नकारा ।

मुझसे क्यों यह दुनिया चुप्पी मांगती और उसे ताकतवर विकास का प्रदर्शन समान के समान जानती ,ना जाने क्यों आगे निकल कर भी मैं पीछे रह गई।

मेरी जरूरतों को नकारा गया और उसकी अयासिया को संवारा गया ।ना जाने कब ये दुनिया मुझे भी समझेगी।

मैंने अपना सब कुछ छोड़कर दूसरे के घर आई थी , इस आस में कि वहां तू मुझे तो दुलार मिलेगा पर वहां कब मेरी बची हुई खुशियां ,दुख का सागर बनि गई ।प्यार की खोज में, ना जाने मैं कब खुद से दूर हो गई।

सोचा था एक औरत दूसरे का दुख समझेगी पर वह तो इस मर्दों से भी ज्यादा जालिम निकली ,क्या इस दुनिया में कोई है अपना ?पूरी जिंदगी दुख के अलावा क्या होगा पूरा कोई सपना? क्या लड़की होना पाप है ?क्या जन्म देने वाली को नहीं ना मानता कोई अपना? आगे बढ़कर भी क्यों पीछे ही रह गई मौ ,गलती उसकी होने के बाद भी क्या मैं ही पछताई???

DEEPSHIKHA CHAUHAN 2021/1468

कठपुतली

खुश थी जिस दिन आंखें खुली
थी अनजान की मैं हूं एक कठपुतली।
क्यों है उलझन आगे पीछे,
जो मुझे अपनी ओर खींचे।
शायद नहीं है ये मेरी मंज़िल ,
कुछ और चाहता है ये दिल।
क्यों हाथ करते है मुझे काबू ,
मैं तो आजाद होकर उड़ना चाहू।
ना बांधो मुझे समाज के बंधन से ,
दूर हो जाऊंगी मैं खुदसे।
ये दुख का अमृत मुझे नही है पीना,
घुट घुट कर मुझे अब नहीं है जीना।
आज फिर से हैं मेरी आंखें खुली,
तोड़ के ये बंधन मैं चली।

DHANYA MISHRA 2021/1449

I Dream A World

A world where I can bloom

And roam the streets at night,

Casual, not a damn to give.

Where I don't need to fight anymore

For I have won already,

So now I lay under the skies azure

And dream about all I can do.

Where I refuse to rely on a man's sword

For I carry my own.

Where I am born the teller of my own tale,

Before none should I kneel

Where I will be the Man

The fearless leader, the alpha type

And could reach anywhere at anytime

Where I won't have to care about them coming at me again

And not worry about what to wear or where or not to go

A world where I can sit and talk however I want

And not worry about them staring

From front and back

That I dream of, my World!

DIKSHA KUMARI 2021/1641

खुद से खो गई

मै कब खुद से खो गई
ढूंढें तो मिले नहीं
देखू तो दिखे नहीं
कहाँ गई कुछ पता नहीं

आदमीयों की इस इज्जत भरी दुनिया में

पिंजरे से घर में कैद होकर रह गई

कब घर की लक्ष्मी, घर में बंद होने पर मजबूर हो गई

मै कब खुद से खो गई

DIVYA YADAV 2021/1466

बौझ :

हँस्ती, खेलती, नाचती, गाती

चांद को जो छू न चाहतीं

सहेलियों के संग करती हसी ठिठोली

मां बाप ने भरदी एक दिन उसकी झोली

बिचौलिए ने ऐसा खेल रचाया

उसके मां बाप को लालच में फसाया

बेटी को समझ तो सब आया

लेकिन उसकी बात पर किसी ने गौर न फरमाया

मां समझती उसे सिंदूर की कीमत, इन्ही सब में है अब तेरा जीवन सीमित,

सिंदूर भरवा अब तुझे पिया घर जाना h, लाडो ये बुहे बारिया तेरे लिए अब सब बेगाना है

दावे करे गए की उसे वहा ठाठ बाट से रखा जाएगा

अब ये तो आने वाला समय ही बताएगा

फेरे हुए, शादी हुई, हुई विदाई

पिता का घर छोड़ अब वो पिया घर आई

कुछ न लाई गरीब घर से आई कह देती सास रोज ताने

मां बाप को बताती तो वो भी उसकी न माने

एक दिन गुस्से में पति ने भी हाथ उठाया

गालियां दी उसे खूब धमकाया

शांत रह और सह ये मां ने उसे समझाया

यह सुन बेटी सुबक सुबक कर रोई

उसके बाद वो चैन से एक रात न सोई

खुद को समझाती के उसे अब अपना जीवन यहीं बिताना है

कही और भी उसका कहा ही ठिकाना है!

दिन बीते, महीने बीते, बीते साल

अब पति ने कर दिया था उसका बुरा हाल

बेटी टूटी, जीवन से रूठी,

हो चली थी अब वो भी परेशान

ये ज़ालिम ज़माना निकला उसके लिए बेईमान।

वो नील, वो निशान वो गालियां बेहिसाब

जिंदगी लगने लगी थी उसको एक अज़ाब।

टूटी बेटी, मानी उसने हार,

ठानी मन में के अब न होने देगी खुद के आत्मसम्मान का व्यापार।

अब उसे ये जुल्म नहीं था सहना,

अब न था उसे इन राक्षसों के बीच रहना।

लगाई फाँसी और कर लिया उसने खुद को खत्म,

गलत किया उसने भी खुद के साथ,

अभी तो उन्हे सबक सिखा भरने थे उसे अपने ज़ख्म।

बेटी बोझ नहीं मां बाप का सम्मान है,

सिर्फ शादी ही नहीं ज़िंदगी पर पूर्णविराम हैं।

पूछती हूं मैं इस खोखले समाज से एक बात

क्यों नहीं देते शादी के बाद बेटी का साथ?

पूछती हूं मैं उनसे जो करते है खुद को मर्द कहने का दावा,

किसी की बेटी को इज्जत देने में तुम्हारा क्या है जाता?

वो भी तो प्यार की हकदार है,

तू ये देख वो तेरे लिए कितनी वफादार है,

जो तेरे लिए अपना घर छोड़ कर आई है,

तेरे लिए को खुद को लाई है,

तू उसे मारे , उस पर अपना गुस्सा उतारे,

अब ये तो कोई इंसाफ नहीं,

तू उसके साथ कुछ करे अब ये भी नहीं लिखा कही!

अब और किस्से न ये दोहराना है,

बेटी पर हो रहे ज़ुल्मो के खिलाफ सबको मिल कर आवाज उठाना है,

मार न फिर कोई बेटी खुद को अब तुम्हे ही उसे इन सबसे से बचाना है, अब तुम्हे ही उसे इन सबसे बचाना है।

GUNJAN SINGH 2021/1450

वाहनों में जाते हुए
रास्तों में चलते हुए
सपनो में दौड़ते हुए
और आपस में बड़बड़ाते हुए
निकल पड़ी दो शहर की ओर
गांव पीछे छूटता हुआ
यादों से मिटता रहा
शहर ही अब सहारा था
जीने का बहाना था

तभी तड़ाके से एक हाथ आया
छूने लगा हाथ लगातार
सहम उठी वो दो लड़कियां
चिल्ला उठी फिर एक बार
लोग लगे गडाने नजर
यादों में आगाये वो निशान फिर एक बार

रोते बिलकते, यादों में उलझ गईं
निशानों की वजह सामने आगई
अपने ही लोगो से शोषित होके
भला इस दुनिया में जिंदा रहे केसे
यह बात अब उन्हें खटकने लगी
आखरी उम्मीद भी छूटने लगी
दूसरो की नजरो से ही खोफ बड़ा था
यहां तो वो दुनियां से लड़ने चली थी

पर अब पीछे मुड़ना संभव नहीं
बनके रहना होगा इस समाज की बेटी

HARNEET KAUR 2021/1635

कब कटेगी यह डोर?

कब कटेगी यह डोर?
घर समय से
वापसी की डोर।

शाम को बाहर
ना जाने की डोर।

खुद का नाम छोड़ के,
दूसरों को अपनाने की डोर।

उसका हाथ उठाने पर
आँसू छुपाने की डोर।

सब सहते हुए
कुछ ना बोलने की डोर।

कब कटेगी यह डोर?
कब कटेगी यह डोर?

परंतु, हैं तो सिर्फ यह एक डोर
सिर्फ आवाज उठाने की हैं देर।

तब कटेगी यह डोर।
तब कटेगी यह डोर।

HARSHITA SHARMA 2021/1462

कांच के फूल

पिता के बाग की कमसिन कली
बेखोफ उसके आंगन में पली
दुसरे के घर की शोभा बन जाती है
ये कांच के फूल है भैया संभाले से संभाली जाती है

जवाब देकर बदतमीज कहलाती है
चुप रहकर बेचारी बन जाती है
यह वह फूल है भैया
जो बाग में खिल कर भी पैरों तले रौंदी जाती हैं
ये कांच के फूल है भैया संभाले से संभाली जाती है

यह इसका घर
वो उसका घर
वो बेघर सी होती है
ये कांच के फूल है भैया संभाले से संभाली जाती है

संस्कार की आड़ में
अत्याचार किये वह जाते हैं
जीवन के इस चक्रव्यूह में
वह जीते जी मर जाती है
ये कांच के फूल है भैया संभाले से संभाली जाती है

वह दुर्गा है वह काली है
यह शब्द धरे रह जाते हैं
बेज्जती के थप्पड़ उसे रेह-रेह सताते हैं
विरोध का अंजाम सोच कर उसके होंठ अधर रह जाते हैं
ये कांच के फूल है भैया संभाले से संभाली जाती है

उसकी प्यारी मुस्कान के पीछे
सौ दर्द छुपाए जाती है
बेटी, मां, पत्नी, बहू बनकर कर्ज़ निभाये जाती है
ये कांच के फूल है भैया संभाले से संभाली जाती है |

HIMANI DEV 2021/1446

खुली किताब या कब्रगाह..

बताइए आप की क्या दर्द नही होता
दर्द छुपा लेने से !
क्या आग नही जलाएगी उसे पानी बुला लेने से

पढ़ना चाहते हो मुझे
या नश्तर से लिखना चाहते हो मुझपर ?
पढ़ना चाहते हो मुझे ,
तो पढ़ कर दिखलाओ उन पन्नों को
जिन्हे फाड़कर फेंक देना चाहती हूं मैं
क्योंकि एक कब्रगाह नही
एक खुली किताब बनना चाहती हूं मैं !
पर मां को सपनो के बारे में बताना चाहा
तो उन्होंने मुंह पर उंगली रखवा दी
फिर पिता से बात करने का साहस भी
उसी समय खो दिया
एक मुस्कान रखी चेहरे पर
और मन ही मन लो लिया

जब देखा किसी पराए ने गंदी नजर से
तो जग ने कहा अपनी नज़र झुका लो
अरे ये संसार तो है ही कठोर
तुम अपने मन को मज़बूत बना लो

लाखों में तोल दिया करते हो
बात इज्जत की आती है मुकर क्यों जाते हो
बोलते हो की बंधन तुझे सजाते हैं
या ये बंधन सज़ा हैं ?
गुनाह? औरत होना बताते हो

ऐ नारी दुनिया के सारे रिश्ते निभाती है तू
तो क्यों उस एक छुअन से सिमट जाती है तू
कांच की गुड़िया नही अकाट्य वार है तू

HIMANSHI 2021/1448

कितना सहन करूँ?

अँधेरे से उजाले में लाने वाली
मेरी माँ मुझे ज़िंदा बनाने वाली
एक सवाल करना है तुझे
कितना सहन करूँ? आज बता दे मुझे।
पैदा हुई तो जश्न मनाया
लक्ष्मी आयी ये शोर मचाया
सबने मिलकर लाड लड़ाया
परियों की तरह मुझे सजाया
फिर एक सवाल ज़हन में आया
"क्यों ये झंझट गले लगाया?"
धीरे धीरे समय ये बीता
एक दूजे के लिए कोई ना जीता
बात बड़ी ये समझ में आई
सबके प्यार का रंग है फीका
भैया पढ़ने लिखने जाए
मुझको घर के काम सिखाए
माँ से पुछा,"मैं भी जाऊँ?
इच्छा मन में कब तक दबाऊँ?
क्यों न पढ़ लिखकर मैं अपना
सुन्दर समर्थ भविष्य बनाऊँ?"
माँ बोली,"ना कर मनमानी,
कल तू दूजे के घर है जानी|"
मैं सोची क्या यही मेरी कहानी
क्या बस इसी से जाऊँगी पहचानी?
क्या कोई परेशानी नहीं इससे तुझे
कितना सहन करूँ? इतना बता दे मुझे।

HIMANSHI KASHYAP 2021/1869

ख्वाबों की बंदिशे

मेरे कदम बाहर होती बारिश को देखने
सहसा दौड़े चले जा रहे थे
एक पल घर के भीतर थी, अगले ही पल
घर की छत पर
गीली मिट्टी की खुशबू, अपने अंदर समेटे
खुशी और उल्लास से बादलों को निहार रही थी
तभी कुछ बारिश की बूंदे मेरे चेहरे और कदमों पर भी पढ़ी
और साथ मेरी नज़र
छत के कोने पर लगे आईने पर अटक गई
जो धूल-मिट्टी व हवा से गंदा हो चुका था
परंतु
मेरा प्रतिबिंब अभी भी साफ दिखाई
दे रहा था उसमे
तभी दिल सहसा धीरे से बोल पड़ा
खुश नजर आती हो!!!
खुश हो?
अचानक ये सवाल मेरे अस्तित्व से
ज्यादा महत्वपूर्ण और बड़ा बन गया
तभी आईने में दोबारा देखा खुदको
इस बार थोड़ा ज्यादा गौर किया
तभी महसूस हुआ..
खुद को देखे, मानो कितना अरसा बीत गया
आखिरी बार याद नही, कब खुद को जाना, पहचाना या सजाया था।
समाज की बंदिशों में यूं उलझ चुके है कदम
की पता ही नहीं चला की
अपने ख्वाबों को कब बेडियो में जकड़कर
खुद को आजाद कहने लगी!
हां, मैंने भी देखे थे अपने हिस्से के ख्वाब
खुश सुन्दर, कुछ अटपटे, कुछ समाज की समझ और बंदिशों से परे…
सपने सजाए थे, खुद को पाया था,
अपने-आपको जाना, पहचाना और सजाया था,
परंतु…
लोगो को यह मंजूर न था
की एक लड़की खुद को जान, पहचान या समझ पाए
फिर क्या
शुरू हुआ बिना हथियार और हिंसा के
किसी को खत्म करने का सफर…
रोज खुद को थोड़ा-थोड़ा भूलना,
अपने ही सामने अपनी पसंद बदलते देखना,
अपने ही हाथो अपने सपने तोड़ना,
अपने आपको धीरे-धीरे खोना।

JAANVI SAGAR 2021/2005

FLUGEL (wings)

I was excited to meet mom and dad

But the news of my advent made everyone sad

I was curious to go to school

But ended up washing tools

I wanted to go out in night

They said only boys can go " for you it's not right "

I wanted to laugh out laud

But this was against the crowd

I wanted to wear the skirt

They said you're a girl have some fear

I had various dreams

But people not let me being

I wanted to fly ,

but no one let me try

I wanted to marry the one I love

But this was too much , everyone made me shut

I don't want to carry the child

But no one cares about me while

I wanted to do a job

Everyone said be at home cook food for bob

I've heard all this all my life

Were my wings not meant for flying ?

JIYA RANI 2021/1648

कोख में कब्र

आखिर क्या गलती थी मेरी
जो मैं जग में आ ना पाई
क्यों आने से पहले ही
दे दी मुझे विदाई गई
मुझको भी हक था जीने का
मैं भी जीना चाहती हुं मां, मैं भी जीना चाहती हुं।
मैं अजन्मी, थी अजन्मी, और अजन्मी ही रह गई।

सावन में ही नन्ही कलि
पेड़ से बिछड गई
अगर लड़की होना गलती है
तो क्यों दुर्गा है क्यों लक्ष्मी है ?
मैं तो बेजुबां थी मां
पर तेरी जुबां क्यों मोन रही
अगर तू मोन ना होती तो
मां की कोख कब्र बनती नही।

KHUSHI BHATIA 2021/1651

पंख मुझे फैलने है
इस खुले आसमान में
जंजीरों को तोड़कर
उम्मीदों के इस जहां में
मुझे कमजोर समझने की भूल
तुम न करना
मुझे बेड़ियों में बांधने की जुर्रत तुम न करना
कारवां मेरी ख्वाइशों का यूंही चलता रहेगा
पंख मुझे फैलने हैं

KUSUM GUPTA 2021/1460

THE DAYS WERE NEVER SAME AFTER SINCE

The days were never
same after

That day when i woke up

With pain in my
abdomen

I woke up terrifying

Questioning am i dying?

That moment i shouted
called mom

After looking at my
crying self she wasn't
calm

She hugged me and told
me

My baby you're growing

Crying out of fear I asked,
why am i bleeding

She caressed me saying,
it's just womanising

the river that keeps
humanity alive

That river is growing
from you

I know the suffering hurt
but

It will fill you with joy
knowing

You could create a new
life

You're strong You're
woman

Be proud You're woman

LAKSHIKA KHATRI 2021/1456

काला गुलाब

रंग न मेरा गुलाबी या लाल,
रंग है मेरा कॉलिक का |
न भाऊँ किसी जन को मैं,
ये मेरे कर्म का काज।
जब तक मानू जन की मान,
न मुझसा कोई गुलाब ।
पर जब मैं चाहू विचित्र बनना,
क्यूँ मुझपर उठे सवाल |
होना मेरा निराला सबसे,
क्यूँ बना दूसरो पर अभिशाप |
अभिलाषा न मुझमें बनने की समान,
मैं तो चाहूँ बनना काला गुलाब ।

समाज की एकता ने तोड़ा मेरा अभिमान,
फिर भी तोड़ न पाए मेरी दुर्लभता का मान।
मैं भी चाहूँ सबको बताना,
न हर कोई होता समान ।
पर सुने कौन मुझ निर्भर की,
आखिर मैं हूँ काला गुलाब |
क्यूँ मेरी पंखुड़ियों से,
की जाती मेरी पहचान |
क्यूँ मेरे कांटों से,
मेरे सम्मान पर सवाल |
क्यूँ चाहे मुझे मिटाना ये,
आखिर मैं भी हूँ एक गुलाब ।
हाँ, न हूँ सबसी मैं, पर मैं भी हूँ एक गुलाब ।

LALITA 2021/1455

नारी और समाज

समाज निःशब्द अंतर्मन में
कोलाहल।

प्रश्न पूछती रोजाना, बीती सदियां

बीते काल कब बदलेगा मेरा
अनागतकाल।।

क्या कम था इतने वर्षों का शोषण?

जो अभी जंजीरों से बांधोगे।

जो बांध होगे तो सारी सीमाएं लांघूंगी

बेड़ी को शस्त्र बनाऊंगी।।

इतने वर्षों तक सहा सभी कुछ,
धर्म-कर्म के नाम पर।

गर, कुछ भिन्न था सभी धर्म में, वो था
पीर, इश्वर और मसीहा।

कुछ मामूली था इन सब में, वो था
मेरा पृथिक्करण।

पूजी गई में मां समान।

पर दमन हुआ मेरा क्षण-क्षण भर।

पर कभी न त्यागा उम्मीदों का
दामन।

कभी वस्त्र से, और कभी चल-चलन
से लक्षण के मापदंड तय होते हैं।

न जाने क्यों मेरे ही अधिकार छिन्न-
भिन्न होते हैं।

क्यों मेरे वजूद को ठुकराया जाता
है?

बस कठपुतली की तरह नचाया
जाता है।

और मुख्तसर जीवन किरदारों से
बंध गया।

बस यही आरज़ू है की एक दिन
ज़माना जागेगा।

नारी के लिए अफसोस नहीं गर्व
करेगा।

LATA PATHAK 2021/1636

अनुमानित सुकन्या

अनुमान ये हे की ये समाज है,

इसके भी अपने नियम, बन्धन ,
बेडियाँ हैं ।

सिखाया गया है कि इन्हें मानो तो
बनोगी प्रेम एवं प्रशंषा के काबिल,

अन्यथा होगी केवल इस समाज कि
बोलियां हासिल।

कहते हैं कि अपना एक ल़क्ष्य
बनालो,

बनना है सुकन्या तम्हें।

चाहे हो ना तुम्हे कोई आजादी,

क्यूंकि इसमे ही है तुम्हारी भलाई।

अनुमान ये है कि मूक बनो बडबोली
नहीं,

अन्यथा कहलाई जाओगी सुकन्या
नहीं ।

समाज की बेडि़यो से बँधकर चलो,

बिना करे अपने टूटते ख्वाबों का
एहसास,

तब ही है तुम्हारी सुकन्या बनने को
आस।

लेकिन प्रश्न है की कब तक बनी रहे
वे एक अनुमानित सुकन्या,

आखिर उसके भी हैं कुछ ख्वाब।

जो मांगते हैं उसकी आजादी,

तोडकर इन समाजिक बंधनो को।।

MANSI 2021/1485

All the seasons flow in an endless cycle,

Your perfect moment will come soon,

It will go through new-old emotions.

From plum trees to the sun kissed ground touching petals to the heavenly rain shower to the restful white,

But soon will stop at your favourite season.

MANSI MEHRA 2021/1480

THE NIGHT

Who am I ?

What is my existence

Is it all depending on what my sex is?

My blood boiled when he came

He flickered me like a flame

Will this happen if I would be a boy?

I closed my eyes screamed out

He comforted me this is all fine, it happens with every child in the night

Made me ashamed when he was guilty

Was this my worth for all these years?

He shattered me like a glass house

Made me lose all hope

I could feel him inside me even now,

Was this all outcomes of my hardships?

He knows who am I

He knows how my face look like

And I know he is free and it is changeless.

Was this all depending on what my sex is?

MENKA KUMARI 2021/1484

मै, मेरे संग।

मै, मेरे संग

खुद अपने ही रंग।

मुझे मेरे हालातो पर छोड़ा दो।

मै बेटी भी, पत्नी भी और मां भी,

मुझे कमजोर समझना छोड़ दो।

जिसने दिया है ,ये जीवन का उपहार,

उसका अपमान करना छोड़ दो।

लड़की हूं मै, ये सोच के मेरे कपड़ों पर बंदिशे लगाना छोड़ दो।

मै खेवैया अपनी कस्ती की, मुझे पिंजरे में रखने की सोच छोड़ दो।

मै जिंदा नारी हू, मुझे वस्तु समझना छोड़ दो।

रिश्तों के नाम पर , मेरी बोली लगाना छोड़ दो।

मै, मेरे संग हू, मुझे मेरे हालातो पर छोड दो।

बैल नहीं, जो खुटे से बांधो, पक्षी हु मै मेरे पंखों को काटना छोड़ दो।

मै, मै हू मुझ पर अपना हुकुम चलाना छोड़ दो।

रात बराबर है, चाहें लड़का हो या लड़की, फिर अंधेरे में निकलो मत, बोलना छोड दो।

मै, मेरे संग हूं, मुझे मेरे हालातो पर छोड दो।

मै आज की नारी हू, मुझे अबला, निर्बल समझना छोड़ दो।

नहीं कर सकते नारी सम्मान तो श्वास लेना छोड़ दो।

MONU SWAMY 2021/1473

बेटियां-

बेटियां नहीं बेटों से कम,
रौनक है इनसे घर में हर दम।
ये भी है कुदरत का उपहार,
जीने का दो इनको भी अधिकार।

बेटियां नहीं होती पराया धन,
ये करती है नाम रोशन।
बेटी बेटों के असमानता से पीड़ित समाज है।
हमारे देश को बदलाव की जरूरत आज है।

इस ज़माने को चलो बदलते हैं,
एक नए दौर की और चलते हैं।
बेटी हो या बेटा दोनों को सहेज के रखते हैं,
पढ़ने लिखने और आगे बढ़ने का मौका दोनों को बराबर देते हैं।

कोमल है कमजोर नहीं,
आसमान भी पड़ जाए, आशाओं पर इनकी किसी का जोर नहीं।
सूरज सी बन रही है बेटियां उन्हें भी चमकने दो,
एक बार पर फैला के उड़ने की मंजूरी इन्हें भी दो।

NAZNEEN AYYUB 2021/2004

मैं और वो

वो द्रोपति है वो पांडवो में बाट दी गई थी।

वो द्रोपति है वो जूए मैं हार दी गई थी।

तारीख गवाह है वो पैदा होते ही मार दी गई थी।

वो सीता है उसकी अग्नि परीक्षा ली गई थी।

वो बिन पंखों की चिड़िया है जो उड़ने से पहले ही बांध दी गई।

वो खुली किताब है जिसके मायने वो बता नहीं सकती।

वो गीत है जिसे वो गा नही सकती।

वो दर्द है मगर वो चिल्ला नही सकती।

वो ख़्वाब तो देखती है लेकिन उन्हें पा नहीं सकती।

वो अग्नि है मगर कुछ जला नहीं सकती।

वो मां,बहन,बेटी के अलावा अपनी पहचान कही से ला नहीं सकती।

वो कोन है,वो ये तुम्हें बता नही सकती।

मैं खामोश थी मगर अब और ना सेह पाऊंगी।

मैं कोन हूं अब ये मैं तुम्हे बताऊंगी।

खेल खेलने अब मैं तुम्हे सिखाऊंगी।

बेड़ियों को तोड़ तुम्हारी सोच को दफनाऊंगी।

अग्नि परीक्षा क्या होती है अब मैं तुम्हे बताऊंगी।

मैं पिंजरों को तोड़ आसमान छू जाऊंगी।

सारे अल्फाजो के मायने अब मैं तुम्हे समझाऊंगी।

मैं हर एक गीत को अब शान से गाऊंगी।

हर एक ख्वाब को अब पूरा कर जाऊंगी।

मैं अपने अंदर की ज्वाला से अब सारे चिरागो को रोशन कर दिखाऊंगी।

अब अपने आप से मैं तुम्हे मिलवाऊंगी।

मैं कोन हूं अब मैं तुम्हें बताऊंगी।

मैं कोन हूं अब मैं तुम्हे बताऊंगी।

NIDHI DAYAL 2021/1475

A BIRD IN A CAGE

People ask me why I didn't step out?

Door was open, people helped

But I didn't… why?

I have asked this all the time… why?

Pain i felt, the tears i cried

Are they not valid enough?

Did that sorry, did that love wash it all away?

Did that bandage heal that gap

My heart left after beaten dead

Was that broken glass plate

a good reason to break my heart and bones

Why were those hand which slapped me

My last hope of life

Why were those lip which called me a waste

My last hope of life?

I asked myself this every day, why?

Now that i killed at that last hope

Why my bloody hands didn't quaver?

Why tears didn't fill my eyes?

Was I even in that cage?

NIDHI KUMARI 2021/1638

मैं कौन हूं ? मैं क्या हूं ?

तू देखे जहां, मैं वहां हूं

मैं वो हूं जिसके उड़ने के सपनो से सबको इंकार था

मुझे लगा यही जिंदगी का सार था

मंदिर से लेके स्कूल तक

हर जगह मेरे कदमों की पाबंदी थी

मेरा एक ही स्पर्श अपवित्रता की निशानी थी

मां समझाया करती थी –

मेरे आते ही लोगों की आंखें बंद होंगी

समाज में सबके साथ बैठने की कोई हैसियत न होगी

काबिलियत छोड़ लोग पहले जात पूछेंगे

जो नजर उठा कर भी देखी

तो मेरी पहचान याद दिलाएंगे

फिर कुछ वक्त बिता

इन बातों को पीछे छोड़, मैं चल पड़ा एक नए शहर

यहां हालात जरा बेहतर थे

मंदिर और कॉलेज में जाने की इजाज़त पूरी थी

समाज के साथ कदम से कदम मिलने की न कोई पाबंदी थी

अब नई si कुछ जिंदगी लगी

चार दोस्त जब साथ खड़े हुए

बात चाली अब जात की

तो नई अजमाइश यहां शुरू हुई

तब खबर ये पता चली

के अधिकार तो बहुत साथ चलने के

पर दिल में लोगों के जगह आज भी न बनी

यहां कुछ रिश्ते जुड़ने से पहले ही

जात के नाम पर तोड़ दिए जाते हैं

दो दिल, कुछ ख्वाब मिल भी जाएं

तो समाज के द्वारा वापस खींच लिए जाते हैं

फिर यही लोग खुद को शिक्षित कहलाते हैं

मैं फिर आईने के सामने जा खड़ा हुआ खुदसे ही फिर पूछता –

मैं कौन हूं ? मैं क्या हूं ?

वजीरों की जुबां का पहरा हूं मैं

राज़ थोड़ा गहरा हूं मैं

हां तुम में से ही एक चेहरा हूं मैं

मैं कौन हूं , मैं क्या हूं

तू देखे जहां मैं वहां हूं।

NIHARIKA 2021/1871

मैं ही क्यों!

मेरी उड़ान को ही क्यों रोक दिया जाता है?
मुझे ही हर बात पर क्यों टोक दिया जाता है?
'लड़की हो', ऐसे नियम मुझे दिए हैं,
सिर्फ मुझे ही क्यों समाज की बेड़ियां जकड़े हुए हैं?
यूँ न बैठो, यूँ न चलो,
सलीखा तुम्हे आना चाहिए।
लड़की हो इतना तो समझ जाना चाहिए।
हर दम समाज का पाठ मुझे ही पढ़ाया जाता है,
आखिर मैं ही क्यों, मैं ही क्यों
इसका जवाब मुझे कभी नहीं बताया जाता है।
सवाल पूछना गलत है!
तू लड़की है, तेरा चुप रहने का ही धर्म है।
मेरे सवाल को ही अपना सवाल बना,
मुझसे दुबारा पूछ लिया जाता है,
'में ही गलत हूँ' जवाब में कहकर,
मुझे चुप करा दिया जाता है।

PALAK 2021/1459

गहराईयां

इस समाज की काली गहराईयों मे मैं
डूबी हूं आज

क्या इक्कसवीं सदी में भी है नारी सही
मायने में आज़ाद ।

यूं तो आज हर जगह है नारी
सशक्तिकरण पर ही चर्चा

पर क्या फायदा उस सरकारी पर्चे का

जब महिलाएं नहीं समाज में सुरक्षित
आज।

क्यूं आज भी हर नारी है इतनी कमज़ोर
नहीं चलता उसका अपने घर के मर्दों पर
ज़ोर।

क्यूं आज भी हर महिला लड़ती अपने
हक के लिए

क्या फर्ज़ नहीं उस भाई,बेटे,पती का
अपनी बहन,मां और

पत्नी के लिए।

क्यूं आज भी बेटे के होने की खुशी

और बेटी के होने का मातम मनाया जाता
है।

क्यूं आज भी लडक़ो को कुल का वंश

और लडकियों को बोझ समझा जाता है।

क्यूं लडक़ो को देर रात घर से निकलने
के लिए भी नहीं रोका जाता

पर क्यूं लडकियों के चरित्र का अंदाज़ा
उनके कपड़ों से लगा लिया जाता है

पर क्यूं नहीं लडकों को लडकियों का
पीछा करने, लडकियों पर अभद्र टिपप्डीं
करने पर भी कुछ नहीं कहा जाता।

लेकिन अब बस !

अब वक्त है समय बदलने का

समाज को बताने का आज की नारी नहीं
किसी मर्द से कम

अब ज़रूरत है हर लड़की को अपनी
आवाज़ उठाने की

यह बताने की ज़रूरत नहीं है नारी को
आगे बढ़ने के लिए किसी मर्द की

समाज को बताने की यह आज की नारी
है यह ना तो झुकेगी ना ही अग्नि परिक्षा
देगी

अब वक्त है समाज को अपनी
दकियानुसी सोच बदलने की।

यह वक्त है समाज की बंदिशों को
तोडकर आगे बढ़ने का।

POONAM KUMARI 2021/1645

उड़ान

ये जो खुला आसमान है।
कहता है मुझसे कुछ यूँ
आ ले चलू तुझे
लंबी एक उड़ान पे
ये जो रोकते है तुझे
ये जो तौकते है तुझे
कहदे सब से कुछ यू
ना रोको मुझे, इस ना टेको मुझे
जाना है मुझे खुले आसमान में
लंबी एक उड़ान पे
ये जो तोड़ने चाहते हैं तेरे पंख
चलाते है तुझे अपना बस
कहते हा केवल हमारी सुन
कह दे सब से कुछ यू
ना तोड पाओगे तुम मेरे ये पंख
न चलने दूंगा तुम्हारा मुझपे ये बस
न चाहती हु तुम्हारी सुन्नी अब
जाना है मुझे खुले इस आसमान में
लंबी एक उड़ान पे
ये जो सिखते हैं तुझे
ये पहनो , ये नही
ऐसे खाओ, वेसे नही
ऐसे बेथो , ऐसे नही
ऐसे बोलो, ऐसे नहीं
यह जाओ, यह नहीं
कह दे सब से कुछ यू
ना सिखाऊ मुझे
क्या पहनन है क्या नहीं
कैसे बेटना है, कैसे नहीं
कैसे बोलना है, कैसे नहीं
कहा जाना है, कहा नहीं
पहंुंगी विह जो मुझे पहनना हो
बेटुंगी वैसा जैसे मुझे बेटना है
बोलुंगी वैसा जैसे मुझे बोलना है
जांगी वही जहां मुझे जाना है
एक लंबी उड़ान पे, इस खुले आसमान म
जन्म भी क्यों लेना ज तुम्हारी मर्जी से
शादी भी क्यू कर्णी हा तुम्हारी मर्जी से
सांस भी क्यों लेनी ज तुम्हारी मर्जी से

क्यों समझौता हो भोज हमें

क्यू करनी पडी हा पल पल की रखवाली हमारी

कहना चाहता हूं तुम सब से कुछ यू

भरने दो उड़ान मुझे इस खुले आसमान में

न लेना होगा जन्म तुम्हारी मर्जी से

न लेनी होगी सांस तुम्हारी मर्जी से

ना करनी होगी शादी तुम्हारी मर्जी से

न समझऊगे भोज मुझे

ना करनी होगी रखवाली पल पल के

कहना है तुम सब से यू

सब बंदिशो से दूर

बनते हा अपना एक खुला आसमान

चलो भरते हैं एक लंबी उड़ान

चलो भरते हैं एक लंबी उड़ान

PRAGYA YADAV 2021/1643

चिड़िया

आसमान में उड़ उससे भी दिखाना है
पर उसी भी एक सीमा हैं
लोगों ने उसे आसमान तो दिखाया
पर उसे छूने का रास्ता न बताया

उसके पंखों को हमेशा काट दिया जाता हैं
उससे माँ, बहन, बेटी के रूप में बांट दिया जाता है |

नन्ही सी बिटिया बेचारी उम्र भर अपने हक के लिए लड़ती हैं
क्या उसका गुनाह हैं कि वे लड़की हैं?

एक मौका उससे भी देकर देखो
वह सूरज की किरणें, अपनी सोच में ले आएगी
अपने प्यार की रोशनी दुनिया मे फैलायेगी

नन्ही सी बिटिया तुम्हारी
तुम्हें संसार मे अव्वल आके दिखाएगी

PREETI RAWAT 2021/1453

Wonts & protocols"

Must I not reveal these arms,

For they can effectuate myself some harm

Must I not guffaw wholehearted,

For that might cause unusual attracted

Better that I express deference,

Only then I will be bestowed with reverence

Best I not be schismatic,

Or else I will be cleped a lunatic

For once a wise woman spoke

"A woman is not born, but made"

created for the interests of everyone but herself

Should I ever show defiance,

Which only questions the nature of my subservience

Never should I ever repundiate the hierarchy,

Else I get catapulted into purgatory

I who have nothing but the lack of volition,

I who have nothing but the chains of suffocation

PRIYANKA KAUR 2021/1472

हक.....

क्या मिल पाएंगे मुझे मेरे हक?

कब तक कहूं मै इस जमाने को,

जो हर कदम पर आ जाते है मुझे अज्माने को,

क्यु समझाऊ कि मै भी हू बराबर की हक्दार

क्या वे खुद नही इतने भी समझदार।

ना हसने का ना रोने का ना खाने का ना पीने का

अरे! हक् भी तो नही है मुझे जीने का।

क्या उठाऊ मै सवाल बेटी होने पर?

या देखू उस मां को जो चुप है सारे हक खोने पर।

सोचा किताबो से जोडू अपना नाता

लेकिन इस समाज को काम के सिवा कुछ समझ ना आता

क्या हक नही मेरा पढने का ?

ये सब भेद भाव पीछे छोड़ आगे बढ़ने का।

शादी के बाद भी खुद का घर बेगाना

दुसरा घर भी लगे अंजाना

ना ये घर मेरा ना वो घर मेरा

कोइ तो बता दे कहां है घर मेरा

किस पर जताऊं मै अपना हक

पूछ पूछ अब गयी हू मै थक।

बाहर निकली घर से तो दुनिया करती है शक

क्या ये भी नही अब मेरा हक

उठाती मेरे किरदार पर सवाल

बस करो! जाओ सब मत मचाओ इतना बवाल

इन सब से बाहर निकल अब मुझे मेरी पेह्चान बनानी है

हर अब आज़्माइश अपनानी है

पा कर अपना हक मुझे सबको दिखाना है

दुनिया को बहुत बडा़ सबक सिखाना है।

समाज में महिलाएं अपने जन्म से म्रित्यु तक एक एहम भूमिका निभाती है

फिर भी क्यू समाज की रीतियो मे घुटती मरती रह जाती है?

PRIYANSHI MEENA 2021/1481

आया आज़ादी का नया ज़माना,
अब है अपने सपनो को सच बनाना
चुल्हा - चौका करती हूँ,
पर बहीं तक सीमित नही रहना
बीत गई वो कल की बेला जीती थी मैं घुट - घुट कर,
कुछ न कहती, सब कुछ सहती पीती आंसु छुप छुप कर
बलिदान बताकर रखा है मैं कोमल हूँ कमजोर नही,
तेरी हूँ तुझ पर जोर नही, अबला हूँ नादान नही
मैं चाहू करना नौकरी तो फिर,
हक से है यह कहना मुझे
घर, समाज और देश मे अपनी जगह बनानी है,
ऊचे - ऊचे पद पर बैठू, सम्मान है पाना मुझे
कलियों जैसे खुब खिलूँगी,
सूरज जैसे चमकूँगी
आँगन को महका दूगी,
घर में खुशियाँ भर दूँगी
मैं बोझ नही बनना चाहती,
मैं सोच से आगे जाऊँगी
तुम तोड़ो तो जंजीर मेरी,
मैं जग मे नाम कमाऊँगी
चाहे जितना जोर लगालो,
मैं भी पठने जाऊँगी
फिर कहीं दूर आसमान मे,
अपनी जगह बनाऊँगी
लगा कर पंख, आसमान मे
मैं भी उड़ सकती हूँ
हाँ, मैं एक लडकी हूँ,
मैं भी लड़ सकतती हूँ।

RHYTHM CHOUDHARY 2021/1646

बराबरी

क्या बेटियां बेटों से कम है कया,
यह तो बस कहने भर कि बात है|
उस बेटी से पूछो जिसका हर दिन जंग का मैदान है|

क्या यह समाज सच में बराबरी देने को तैयार है,
या फिर बेटियों को गिराने में इसी समाज का योगदान है|
कहने को तो बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ लेकिन कया उसकी शिक्षा की तरफ किसी का कोई रुझान है?

हमारी बेटी बेटों से कम नहीं है|
लेकिन देर रात बहार भेजें इतना हम में दम नहीं है|

बदलाव हो रहा है इस से हमें कहा इनकार है|
लेकिन कितना हो रहा ये एक सवाल है|

RITIKA 2021/1465

दादी ओ दादी

मैं भी आप की और मेरा भाई भी आपका

ना जाने फिर क्यु नही है प्यार मुझसे

रहते हम दोनों आप के साथ

फिर भी क्यु मै रहती हूँ अकेली

जो आप बोले वो मै करती

ना जाने फिर क्यु नही है प्यार मुझसे

वो बोले तो कुछ नही

मै बोलू तो चुप करो मुझे

ऐसा क्यु है

लड़कियो को बोलने का हक नही

मैं भी लड़की, आप भी लड़की

पर आप क्यु नही समझती मुझे

मै आपको करती प्यार

पर ना जाने फिर क्यु नहीं है प्यार मुझसे

जब मै पूछूँ क्यु नहीं है प्यार मुझसे

तब कहो की लड़की को ऐसे ही जीना सीखना होता है

पर ऐसा क्यु है

मै आपकी पोती हूँ

पर आप भी मुझे ऐसा क्यु बोलो

आप के साथ जो कुछ हुआ

आप वैसा ही क्यु करती है

आप चाहे तो बदल सकती है

पर आप करे ना ऐसा

ना ही करना चाहे

RIYA SAHU 2021/1868

मैं "मैं" हूं ...

हां हूं मैं बेटी, बहन
किसी की पत्नी भी ,
पर पहले मैं मैं हूं!

भले ही जीवनदायिनी हूं ,
पर कमजोर मानी जाती हूं!

सब दर्द सहने की शक्ति रखती हूं,
क्या मैं मेरे लिए काफ़ी नहीं?

हर परिस्थति में ढल सकती हूं
हर दुख को हर सकती हूं!
फिर भी क्या कभी,
पुरूषों की बराबरी कर सकती हूं?

निर्णय लेने की समझ रखती हूं,
फिर भी हर कदम
दूसरो के बनाए रास्ते पर चलती हूं!
क्या काबिल नही की राह खुद चुन सकूं?

मेरे कपड़े मेरा व्यवहार
मेरा भविष्य मेरा संसार ,
सबके पैमाने वो तय करेंगे !

क्या थोड़ी हिस्सेदारी
मैं भी अपने जीवन में ले सकती हूं?

सब जो तुम में हैं वो मुझमें भी समाया है
प्रकृति ने मुझे भी स्वतंत्र बनाया है,
जब मेरे कर्तव्य बड़े हैं
तो सम्मान भी बड़ा मिले मुझे ,
क्योंकि मैं मैं हूं!

RIYA LONGIANY 2021/1633

"I see"

Forget about the wonderland of Alice,

We are in a labyrinth full of malice

I see women fighting and crying,

nothing changes,

But at least they are trying

I see daughters begging for freedom,

but the world will eat them alive with its venom

I've been through hell, as I'm a woman,

So much so,

that I never wish to be born again

The prejudice between man and woman,

Whoever started this won't be forgiven

I see that the revolution has begun,

because why should only boys have the fun?

Different gender or identity,

everyone deserves serenity

I see them slowly learning…

How to live, and how to love

I see them slowly learning…

How to forgive, and how to smile

With every drop of rain

I see their dust wash away

It rejuvenates them,

it motivates them

Life is tough and so are they,

Their courage and bravery will never decay

SAKSHI 2021/1649

रोक

बचपन से मुझे चूल्हा चौका है
सिखाया,

अपने लिए आवाज़ उठाने को भी
हमेशा गलत बताया।

समाज के नियमों से किया मेरा
निर्माण ,

क्योंकि दिया गया है मुझे लड़की का
नाम।।

समाज मेरी ऊंचाइयों पर टोकता है,

मुझे आसमान छूने से हर बार
रोकता है।

रोक- टोंक और बंदिशे हमेशा मुझ
पर लगाई जाती है,

मेरी ही इच्छाएं हमेशा क्यों दबाई
जाती है?

जमाना खराब है कहकर ना जाने
कितने प्रतिबंध लगे हैं,

हर प्रतिबंध पर लड़कियों के नाम ही
क्यों जड़े हैं?

हर बार समाज लड़की की ही गलती
बताता है,

कपड़ों की लंबाई से उसके चरित्र
को सम्मान दिया जाता है।

रात को बाहर जाने पर है मनाई,

लड़की होकर ऐसा काम करते हो
तुम्हें शर्म नहीं आई?

दर्द मुझको भी होता है,

दिल मेरा भी रोता है।

काश मैं लड़का होती मेरा दिमाग
बार-बार यही सोचता है।

ना जाने मुझे हर बात पर क्यों टोका
जाता है,

क्या मैं लड़की हूं इसलिए मुझे रोका
जाता है?

SANJANA KUMARI 2021/1483

ख्वाहिशें

ख्वाहिशें दबाये लिए यूँ फिरती हूँ..न
किसी को ये बयान कर पाती हूँ..

कैसे बताऊँ मेरी भी कुछ चाहते
हैं..!

मेरी भी कुछ ख्वाहिशें हैं..!

न जाने क्यों यहाँ मेरी ख्वाहिशों को
मायने

नहीं दिया जाता है...

ऐसा क्यों हमेशा होता आया है !??

क्यों !? मुझे दुसरो की ख्वाहिशों के
लिए अपनी खुद की

ख्वाहिशों का गाला घोटना पड़ता
है...

क्यों !? मुझे मर्दों के सामने

पल्लू में रहना पड़ता है..

ख्वाहिशें दबाये लिए यूँ फिरती हूँ..न
किसी को ये बयान कर पाती हूँ..

क्यों !??मेरी बातों को दबाया जाता
मेरी ख्वाहिशों को कुचला जाता है
!?

क्यों..? मुझे अपने खुद के फैसले
लेने नहीं दिया जाता

क्यों...?मुझे वो सब नहीं करने दिया
जाता है..

जो सब भईया को करने दिया जाता
है..

क्यों..?मेरी ख्वाहिशें दबाये जाता है..

क्यों..? मैं ये बयान नहीं कर पाती
हूँ..

SATPREET KAUR 2021/1640

YOU TOLD ME

You told me my smile is hideous,

I've stopped smiling since then.

I am used to covering my mouth when I laugh,

I am used to not smiling at all.

You told me my voice is annoying,

I have stopped speaking since then.

I am used to the silence,

I am used to not speaking at all.

You told me my body is scarred,

I've stopped wearing skirts since then.

I am used to covering myself,

I am used to not showing my body at all.

You told me I am not a good company,

I've stopped going out since then.

I am used to the four walls of my room,

I am used to always staying at home.

You told me I am too blunt,

I've stopped voicing my opinions since then.

I am used to agreeing with everyone,

I am used to making others happy at all costs.

You told me I am too open,

I've stopped sharing my thoughts since then.

I am used to keeping everything inside me,

I am used to being okay with it.

I have adjusted and moulded and shaped myself,

again and again, only to please you.

Now, don't you tell me, “it's all in my head."

I will not stop and I will not regret.

I am starting to make my own choices now,

And don't you dare ask me “How?"

SHAGUN DUBEY 2021/1637

मैं नारी हूं

मुझे कम ना समझ
ना मैं तेरे से कम हूं
ना तू मेरे से कम है
फिर क्यों ये समाज हमें
बांटता हैं

जहां में घर पर बैठ खाना
बना रही हूं
वहीं तू घर से बाहर जा रहा
है
क्यों कि समाज ने हमें यही
सिखाया है

पर वहीं अगर मैं बाहर जाऊं
और तू घर खाना बनाए
तो यही समाज कहें "हाए
हाए"

इन बंधनों को तोड़ना होगा
हमें आगे बढ़ना होगा

इन लोगो का नज़रिया
बदलेंगे
सबको साथ लेकर हम चलेंगे

बस इसी सोच को लेकर
आगे बढ़ रही हूं
अपने सपनों को साकार
करने की आस कर रही हूं

शायद एक दिन ये समाज भी
बदलेगा
नारी पुरुष को सामान
समझेगा

SHIKHA KUMARI 2020/2021

इज्जत

मुझे अकेले घूमने से मत रोको

खुली हवा का अहसास लेने से भी मत रोको|

मेरी भी कुछ ख्वाहिश है तुम्हारी तरह

बेवजह अपनी हवस को

मुझ पर मत थोपो..

अरमान मेरी जिंदगी में भी है..

तुम्हारी तरह, कुछ बनने के

कुछ कर दिखाने के

बंद हो घर के दरवाजों में

तुम्हारी गंदी सोच के कारण |

मुझे भी खुलकर अपने बातों को

रखने से मत रोको

किरण बेदी, सुषमा स्वराज

बन सकते हो मैं

संभाल सकती हूं..

तुमको और अपने देश को यकीन

नहीं होता तो एक बार,

आजमा कर तो देखो

मैं हूं भारत की नारी,

मैं भी हूं काबिल

पर अब बन रही बेचारी

आप से ही उम्मीद है मुझको,

करो औरत की इज्जत

कर दो यह फरमान जारी।

SHIKHA KAPOOR 2021/1631

अरमान

कई अरमान थे उसके
जो वो करना चाहती थी पूरे
लेकिन रह गाए अधूरे
देखे थे उसने बहुत से सपने
बदलना चाहती थी वह जीवन को अपने
कामनाएं तो बड़ी थी उसकी लेकिन
शायद समाज की सोच रह गई छोटी
जो रोक दिया उसके कदमों को
और वह आशाओं से भरी लड़की कभी न लौटी
आजकल जब सुनती है वो नारीवाद के नारे
करती है वो अपने अतीत को किनारे
जागती है एक आशा की किरण उसके मन में
अब से शायद नहीं रोका जाएगा किसी लड़की को बचपन में

SHIVANI 2021/1647

"रोक - टोक"

बेटी कैसे कपड़े पहनती हो
शर्म लाज नहीं है तुममें
जीन्स क्यूं पहनती हो?
संस्कार नहीं है तुममें

यूं रात को बाहर क्यूं
निकलती हो?
घर पर पैर नहीं टिकते
तुम्हारे
लड़कों से दोस्ती करती हो
लड़कियां दोस्त नहीं बन
सकती तुम्हारे

क्यों रोकते हो सिर्फ हमको
रोको उन दरिंदों को
हमको भी समझें वो अपनी
माँ बहन या बेटी
इंसानियत को ना मरने दो
हम लोगो को कमज़ोर ना
समझो

बदलो परिस्थिति रहे सुरक्षित
चाहे पहने सूट साड़ी या
जीन्स
बनाओ सबको बराबर न
बनाओ आरक्षित
सबको ना का मतलब
समझाओ

SIMRAN YADAV 2021/1469

मैं ही क्यों?

आवाज को मेरी उठने ना दिया,
जन्म लेने से पहले ही मार दिया गया।

जन्म ले भी लिया तो,
घर में रोका गया,
बात-बात पर टोका गया,
सिर्फ इसलिए कि ,मैं एक लड़की हूँ ।

हाँ मैं डरती हूँ,
मेरी एक गलती, मेरे पिता की पगड़ी ना गिरादे
मेरी एक खुशी, उनसे उनकी सारी खुशियाँ ना छीन ले
मैं इसलिए डरती हूँ ,क्युकि मैं एक लड़की हूँ।

ज़माना खराब है कह कर कर लेते हैं कैद,
जमाना खराब है, मैं तो नहीं ,
क्या है कोई कहीं
जो समझ से मेरी भावना
क्यों है ये इतनी बड़ी विडंबना |

अपनी ज़िन्दगी के फैसले किसी और को कैसे लेने हूँ,
सिर्फ इसलिए कि मैं एक लड़की हूँ ।

क्या लड़कियाँ इन्सान नहीं होती,
उनकी कोई ख्वाइशें, उनकी कोई चाहते नहीं होती,
क्या पढ़ने का अधिकार सिर्फ लड़कों को ही है,
आखिर मैं ही क्यों हूँ, इस समाज की नाइन्साफी का शिकार,
क्यों मुझे नहीं है खुल के साँस लेने का अधिकार।

आखिर में ही क्यों ,
क्योंकि मैं एक लड़की हूँ ।।

SNEHA JADLY 2021/1445

I look at the mirror

I look at the mirror and all I see are fragments of the person I am.

The eldest daughter who was a second mother.

The gifted child who ended up becoming a burned out disappointment.

The little girl who was told to not cry and just adjust.

The wife who became a robot in her own house, moulding herself to the wish and wants of everyone else but herself.

The mother who had to be perfect all the time.

I look at the mirror and all I see is the reflection of the person someone I never wanted to turn into.

I did what they wanted and wrapped myself around these fragments as they pierced me.

I did everything except the things I wanted.

In the end, all I am is what this society wanted me to be.

SOUMYA CHOUDHARY 2021/1451

बंदिशें

कहाँ मंज़ूर है कुरबत लोगों को इंसानों की,

न मुसलामानों को हिन्दू की, न हिन्दू को मुसलमानों की।

हुज़ूर चाहे दो चाहने वालों की जान ही क्यों न निकल जाए,

पर फिर भी कहाँ रहमत है सितम ढाने वालों की।

मुसलसल जुस्तजू रहती है कि कभी तो उनकी मोहब्ब़त मुक्क़मल होगी,

लेकिन लोगों की धर्म - मज़हब को लेकर कहाँ नफ़रत कम होगी।

कश्मीर की खूबसूरती सिफ़र के तरफ ढलती जा रही है,

लोगों की मोहब्ब़त में अकीदाह्-ए-ईमान की ज़ेहर घुलती जा रही है।

क्यों होता है अक्सर ऐसा की इंसान का मज़हब उसकी इनायत का गवाह बन जाता है,

चाहे वो कितना भी मासूम हो, उसका मज़हब ही सब कुछ कह जाता है।

इमरोज़ शाहकार लिखने की मशिय्यत हो रही है,

मेहरम के आब़ - दीदा नर्गिस में अपनी क़ायनात दिख रही है।

ऐ ख़ुदा, कुछ ऐसा मो'जिज़ा दिखला दे,

उसके चेहरे पर तबस्सुम ला दे और मुझे वज़ह बना दे।

हर दिन उसके रुख़सार की नूर ढलती जा रही है,

मेरी इस दुनिया से अदावत बढ़ती जा रही है।

कहाँ समझते हैं लोग ज़ियाँ का ग़म,

जब तक अपनी मोहब्बत से हिज्र न हो जाते हैं।

इतनी मोज़बीन हैं नहीं दास्तां - ए - इश्क़ में,

फ़कत लोगों की सोच ने सबकुछ तबाह कर दिया है।

मज़हब का जो फ़ितूर चढ़ा है हवास पर,

इंसान को इंसानियत से ही जुदा करदिया है।

कितना आराम - दा होता है औरत को ज़लील करना,

उनको उनकी कब्र से निकाल कर जबरन - हासिल करने का ख़याल करना।

लेकिन क्या करे वो इज़्तिरार स्त्री भी जनाब,

उसका गुनाह था बिंदी के जगह हिजाब को मुंतखिब करना।

सबके ज़ुबां पर रहती है लैला-मजनू की मोहब्ब़त - ई - दास्तां,

कैसे उनकी मोहब्ब़त शिकस्त हो कर भी ला-ज़वाल हो गई।

जो किस्सा जीत - ए - जी मुक्क़मल ना हो पाया,

वो उनके रोहानी - मौत के बाद बेमिसा़ल हो गई।

जनाब अल्लाह ने प्यार का सम्त दिखलाया चलने को,

हमने अपना रहनुमा खुद चुन लिया।

कंही अली ने गौरी को हमराह माना,

तो कंही कबीर ने ज़ोया का आफ़रीं किया।

पर मसर्रत कहाँ है ज़माने को,

दो आशिकों की मोहब्बत को तकमील होता देख।

वो क्या तबाह करेंगे इश्क़ करने वालों को,

मुर्शिद;

आशिक तो अपने प्यार के नर्गिस-ए-नाज़ में अपना अक्स देख कर रोज़ाना फ़नाह् होता है।

मैं ने क़ुर्बान किया अपनी मोहब्बत को ईन लोगों के ख़ातिर,

अब नदामत होती है।

जितना मसरूर वो कुछ सालों में कर गया मुझे,

इस बेज़ार ज़माने पर अफ़सोस होता है।

अब मद-हुक कह लो या मुज़तार,

ऐतबार है लोगों पर की ऐतमाद तोड़ेंगे ये।

मोहब्बत करके देख लो चाहे किसी से भी,

आख़िर में ईमान - बिल - ग़ैब ही देखेंगे ये।

काश एक दफ़ा मज़ारत मांग सकती मैं अपने मेहबूब से,

इशतियाक़ तो नहीं है की मुआ़फी मिलेगी।

बेशख़ लगा था जिंदा बसर कर लूँगी उसके बग़ैर,

कमबख्त तग़ाफ़ुल में रहने के असरात ख़ुद - कशी़ के मुमासिल बना देंगे,

नहीं जानती थी उसकी क़िल्लत इतनी खलेगी।

SUNIDHI SHARMA 2021/1457

मोहताज

किसकी मोहताज हूँ मैं ?
किसकी मोहताज हूँ मैं ?

परों में उम्मीद लिए,
जब उड़ना चाहूँ मैं,
पर काटने को दौड़े मेरे,
मर्द सारे जाहान के

किसकी मोहताज हूँ मैं ?
किसकी मोहताज हूँ मैं ?

हक से रोकने को
जब अपनी ही बहन आती है,
मशाल जलती हुई
अचानक बुझ जाती है।

किसकी मोहताज हूँ मैं ?
किसकी मोहताज हूँ मैं ?

आखों के सामने बस, अंधेरा ही अंधेरा दिखता है.
हर रोशनी भी फीकी पड़ जाती है
दिल में उमीद का साज नहीं रहता है
जब जिन्दगी किसी गैर को मोहताज हो जाती है।

किसकी मोहताज हूँ मैं ?
किसकी मोहताज हूँ मैं ?

चुप्पी साध ली है हमने,
ऐसा नहीं की अब सवाल नहीं।
बस अब समाज में,
समानता की आस नहीं ।

SUPRIYA PRIYADARSHINI 2021/1476

मुझे, खाने लगी है अंदर अंदर
मेरी ही खामोशी यूँ,
है पूछ रहा ये दिल मेरा,
थी अब तक मैं खामोश क्यूँ?

पिता कहते हैं तुझे पढना क्यूँ?
पढ़ने को बेटे काफी हैं,
पर मेरे भी तो कुछ सपने हैं,
जो पूरे करने बाकी हैं।

लड़का जब चाहे बाहर जाए
या देर रात को वापस आए,
क्यूँ उसको लोग कुछ कहते नहीं,
मेरी बारी क्यूँ रोक लगाए?

माँ, तुमने भी तो भाइयों को
दुनिया से लड़ना सिखाया था
तो मुझको हि क्यूँ बचपन् से,
बात बात पर चुप कराया था?

"छोटे कपड़े मत पहनो तुम
लोगों कि नियत खराब है"
ऐसे, कितनी ही बंदिशे लगायीं,
क्या उसका कोई हिसाब है?

घर के कामों मे हाथ बटाना
क्यूँ मेरी हि मज़बूरी है
वो लड़के हैं तो उनके लिए,
क्यूँ ये सब नहीं .जरूरी है?

जब चाँद पर दुनिया पहुंच गयी,

हम कैद हैं क्यों बंद दरवाजों में ?

क्यों चाहते हो बोली धीमी हो,

और मधुरता हो हमारी आवाजों में?

लडकीयां घर कि इज़्ज़त है

ये हमे ही क्यों बताते हो ?

जो लड़के रपे कर जाते हैं,

क्यों उनको नहीं सिखाते हो?

लड़को के लिए हैं नियम अलग

लड़कियों के लिए अलग बनाते हो,

क्यों करते हो इतना भेद भाव,

क्यों मन पर घाव लगाते हो?

छोटे कपड़े पहनने से,

घर देर रात को आने से,

नहीं बिगडेगा ये चरित्र मेरा

क्यूँ डरु मैं फिर ज़माने से?

मुझे पढ़ना है, आगे बढ़ना है,

दर- दर पर नहीं भटकना है,

फिर क्यूँ काट रहे हो पंख मेरे,

दी मेरे हक में ख़ामोशी क्यूँ?

दी मेरे हक में ख़ामोशी क्यूँ??

SWATI 2021/1478

Boundless

Flying with colours, I was free,

Untill they cut my wings painfully.

I fell too far away from my soul,

And niw I'm bounded, never will be whole.

Once you are bounded by this society,

Its hard to break the chain and find your identity.

Break it anyways and be free.

Why is it that women still have to fear?

About wearing whatever they want to wear.

Don't tell girls what clothes to use,

Boys will be boys is a lame excuse.

To all the men who thinks girls are weak,

Try bleeding for a weak and still nhi shriek.

From now on, putting an end to this patriarchal society,

Girls of this generation will live like royalty.

The times gave changed and the woman will not stay quiet,

They will stand up and fight for what is right.

TANNU RANI 2021/1967

समानता

दुनिया में हो समानता
है मेरा ऐसा चहाना
ना हो भेदभाव लड़का और लड़की में
है मेरा ऐसा मानना
भेदभाव करना भी तो हमने खुद ही सीखा है
लड़का है तो सही लड़की का गलत हर तरीका है।
ऐसी सोच रखने वालों जरा सी ही शर्म रख लो
वो भी श्वास लेती है ,हर सुख दुःख को सहती है।
छोड़ के अपना घर वह एक नए घर आती है
मां,बहन ,पत्नी ,बेटी
कितने रिश्ते निभाती है
सोती है वो आखिर में
और सबसे पहले जगती है
होती है वह पीड़ा में
फिर भी देखो हंसती है
कुछ तो स्वाभिमान रखो उसका
क्योंकि उसमें भी एक जान है।
हमें ये भेद भाव खत्म कर एक जुट करके रहना है
अन्याय किसी के साथ भी हो ,हमें बिल्कुल नहीं सहना है भीड़ से निकलकर कोई तो सामने आए
और कहे कि समानता तब होगी
जब भारत वासी हूं मैं यही सबका कहना होगा

TANUSHREE MEHTA 2021/1644

"आखिर क्यों"

आखिर क्यों बैठ जाता है मन
कुछ चंद सवाल सोचते हुए
रोक टोक, ताने, बंधन की
बेड़ियां लगी रहती है पांव में ,
समुद्र को पार कर नाव में
होगी एक खूबसूरत दुनिया ,
पर आखिर क्यों मंडराती है इनकी दुनिया
इस कुएं में
पुरुष करे तो नादानी और
स्त्री करें तो लापरवाही ।
आखिर क्यों स्त्री करें तो सज़ा
और पुरुष करे तो महज़ मज़ा
सुनोगे अगर कभी ,
स्त्री की कहानी
तब एहसास होगा कि कैसे
हर स्त्री है एक वीरांगना
हर सवाल ठहर जाता है
इस 'क्यों' पर आकर।
समाज के बेड़ियों से
कुछ यू सहम जाता है दिल
जवाब के पास पहुंचते-पहुंचते
' आखिर क्यों' पर ठहर जाता है दिल।

TIKSHA 2021/1474

हवा में गुम चीखें

जिस दिन रास्ता था सुनसान ..

वह थी इस बात से अनजान की बैठे थे वहां कुछ हैवान ..

उसके कपड़ों को उसकी दशा बताई ,

पहने थे छोटे कपड़े इसलिए सबक सिखाने के लिए उसकी यह हालत बनाई।

बाप उसका बेचैनी की नींद सोया होगा

जब उसकी बच्ची के साथ खिलवाड़ हुआ होगा ..

रूह उस मां ,बेटी, बहन की सिहर गई होगी,

धड़कन उसकी सहन गई होगी ,

जालिम ने जब उसे छुआ होगा ..

दिल उस प्यारी सी बच्ची का भी रोया होगा ।

कर ना पाए कुछ क्योंकि निहती थी वह मां बेटी बहन,

कोई ना मिला सुनने को इसलिए खुद ही को करना पड़ा सहन ।

उस जालिम का दीन ईमान धर्म नहीं होता ,

नहीं होता दुष्कर्म तो उस बच्ची का बाप भी चैन की नींद सोता ..

लाचार थी वो बेचारी.. मन ही मन रोई होगी,

न जाने कैसे उन अंधेरी काली रातों में घुट घुट के सोई होगी।

सुखचैन छीन गया होगा ..

जब वो उसकी तरफ बड़ा होगा ..

जब लड़की ने उसके खिलाफ आवाज उठाई होगी ,

पैसे देकर आवाज उसकी दबाए गई होगी ।

लड़की के हक में फैसला नहीं आना था क्योंकि फैसला करने वालों को तो अपना घर भरना था।

गुस्सा उसे बहुत आया होगा जब समाज ने उसे छोड़ दुष्कर्मयो का साथ निभाया होगा।

VASHVI CHOUDHARY 2021/1447

लज्जा

अगर कर लूं मैं यह फरियाद

की जी लूं जरा मैं आजाद

जो लग जाए मेरे सपनों को पंख

मचता है पाखंडी यों के मन में भूकंप

कहती है लज्जा नहीं आती।

हां आती है लज्जा , जहां में दुर्गा, काली, सरस्वती के रूप में पूजी जाती हूं ,

वही मैं कमजोर अबला कहलाती हूं।

हां आती है लज्जा , की जहां में जगत जननी मानी जाती हूं,

वही मैं बांज कहकर सम्मानित की जाती हूं।

हां आती है लज्जा, कि जहां मेरे भाइयों को अपनी मर्दानगी पर गर्व है,

वही अपने आगे जुल्म होते देख कर भी बैठे खामोश, इनकी ऐसी नपुंसकता पर मुझे लज्जा आती है।

हां आती है लज्जा , जब अपनी मां बहन बेटी होने पर मेरे सम्मान की रक्षा करते हैं पर मैं अब भी किसी की मां बहन बेटी हूं यह भेड़िए दरिंदे भूल जाते हैं।

हां आती है लज्जा, की जिस घर में मैं लक्ष्मी स्वरुप बनकर जाती हूं,

वही अपने द्वारा प्रताड़ित की जाती हूं।

हां पर अब नहीं आएगी मुझे लज्जा

क्या हुआ जो मैं लड़की हूं,

क्या मैं अपने मां-बाप का अंश नहीं

तो फिर क्यों मुझसे उनका वंश नहीं?

बहुत हुई समानता की झूठी बातें

लज्जा आनी चाहिए पाखंडी समाज को,

जिसने छीना मेरा समानता का अधिकार

अब होगा उस समाज की संकीर्ण मानसिकता का बहिष्कार।

YASHI 2021/1458

जंजीर

तोड़ दो इन जंजीरों को तोड़ दो इन जंजीरों को

जो लड़कियों के आत्मसम्मान को ठेस पहुँचाए और लड़के-लड़की में भेदभाव फैलाए ||

करों इस भेद-भाव को खत्म करो इस भेद-भाव को खत्म आओ हम सब मिलकर एक नव युग चलाए ॥

तोड़ दो इन जंजीरों को तोड़ दो इन जंजीरों को जो हमारे समाज को पिछड़ा बनाए आओ मिलाकर कंधे -से- कंधा हम एक दूसरे की ताकत बने और जगत की बुलंदियाँ धुएँ ॥

तोड़ दो इन जंजीरों को जो हमारे समाज को पिछड़ा बनाए । जब लेते दोनों एक ही माँ की कौक से जन्म - 2 तो फिर इतना भेद-भाव क्यों ? क्या लड़का और क्या लड़की "क्यों नहीं दोनों के हकों में सम्मानता "। क्यों हर समय ही लड़की झूकें क्यों हर समय उसके आत्मसम्मान को ठेस पहुँचे ।

आओ हम सब मिलकर एक नव दौर चलाए और इन अस्म्मानता की बंदिशों को नष्ट करें।

तोड़ दो इन जंजिरो को जो लड़कियों को दुर्बल समझें।