हिमगिरि की दिव्य सुगंध

(भूटान, लद्दाख और धर्मशाला का यात्रा वृत्तांत)

सीमा जैन 'भारत'

आर.के. पब्लिकेशन
मुम्बई

Title - Himgiri Ki Divya Sugandh
Writer - Seema Jain `Bharat'
Publisher Name/Address -R. K. Publication
1/12, Paras Dubey Society, Ovari Pada, S. V. Road,
Dahisar (East), Mumbai - 400 068
Printer - Suman DigiTech, Mumbai - 400011
Edition - I (First)
ISBN : 978-93-91458-62-1
Copyright © Writer
Rs. Two Hundred Seventy Five Only.

प्रथम संस्करण : 2023

प्रकाशक :

आर. के. पब्लिकेशन
1/12, पारस दूबे सोसायटी, ओवरी पाढा,
एस. वी. रोड, दहिसर (पूर्व),
मुंबई-400 068

फोन : 9022 521190

Email : publicationrk@gmail.com

www.rkpublication.in

अक्षर संयोजन : सुरेश सिंह

आवरण : अनिरुद्ध शर्मा

मूल्य : ₹ 275/-

मेरी बेटी अदिति को...

अनुक्रम

- भूटान 12
- लद्दाख 77
- धर्मशाला 111

मेरी बात

यात्रा मेरे जीवन में एक नया उत्साह, रंग भर देती है। मैंने देश-विदेश की अनेक यात्राएँ की हैं। कुछ परिवार के साथ, कुछ बड़े समूह में। मैं जब भी किसी यात्रा से लौट रही होती, तो मेरा मन दुःखी हो जाता था। वहाँ से वापस आने का मन ही नहीं होता था।

मेरा मन, उस जगह से कभी नहीं भर पाता था। मैं उस जगह को, उस हरियाली को, प्रकृति को या महलों को कम जी पायी। कुछ छूट गया, कुछ अधूरा रह गया। इस अहसास के साथ मैंने अपने जीवन में कईं सालों तक यात्राएँ की।

जब मेरी बेटी (अदिति) बड़ी हुई तो मुझे यात्राओं से लौटते समय हर बार कहती–''तुम ध्यान से यह सब देखती चलो, फिर मत कहना कि कुछ छूट गया!''

मैं हँसकर कहती–''कितना भी देख लो, मेरा मन नहीं भर पाता है।'' स्वाभाविक भी है। जब हम समूह में यात्रा कर रहे हों तो हमें सबकी पसन्द, जरूरत के हिसाब से ही घूमना होता है।

आप किसी पर्वतमाला पर दो घण्टे बैठना चाहें तो ये कतई जरूरी नहीं कि बाकी सबकी भी यही इच्छा हो। या आज का दिन आप अपने गार्डन में ही बैठकर प्रकृति को निहारना पसंद करें तो इसकी सहमति कभी नहीं मिल सकती है।

सुबह जल्दी उठकर कहीं निकल जाना, हर दिन का सही उपयोग, ज्यादा से ज्यादा स्थान देख लेने की दौड़ ही हमारी यात्राओं में शामिल रही थी। उस जगह से निकलते समय मेरा मन रो उठता था। पर ठहराव के लिए हमारे पास समय नहीं होता था। ज्यादा पर्यटन स्थल देखने के बाद भी मेरा मन खाली ही रह जाता था।

वक्त बदला, बच्चे बड़े हुए, मेरी बेटी अमेरिका में शिक्षा और नौकरी के बाद करीब सत्तर दिन यूरोप घूमकर भारत आई थी। विश्व में एकल यात्रा करने वाले बहुत लोग हैं। हम भी अपने देश में यह देखते हैं। जब विदेशी सैलानी हमें दिखते हैं तो हमें उनका यात्रा के प्रति प्रेम समझ में आता है।

अदिति की यह पहली एकल यात्रा थी। उसकी पहली यात्रा ने मेरे जीवन में मेरी इच्छाओं के नये द्वार खोल दिये।

उसने वहाँ से आने के बाद मुझे कहा–''तुम अकेले घूमने जाओ। तुमको बहुत अच्छा लगेगा। तुम जो कहती थी न कि कुछ छूट गया, कुछ अधूरा रह गया, वैसा नहीं होगा। तुम्हारा मन भर जायेगा।'' उसके अनुभव ने उसे एक ताजगी दी थी, वह चाहती थी कि वही ताज़गी मुझे मिले।

''अकेले कैसे घूमेंगे? कुछ अजीब लग रहा है सोचकर!'' मेरे मन में एक डर की लहर उठी, जिसका जिम्मेदार हमारे देश का आज का माहौल है शायद।

''एक बार घूमकर तो आओ! फिर देखना तुमको कैसा लगता है? सावधानी, समझदारी से घूमने में डर कैसा?'' मेरी बेटी, जो शायद मुझसे ज्यादा, मुझे जानती है, ने कहा था।

मेरी पहली एकल यात्रा धर्मशाला की थी। मैं वहाँ सात दिन रही थी। वो मेरे जीवन का एक ऐसा अनुभव था जिसके लिए मैं कई सालों से बेचैन थी।

दूसरी यात्रा लद्दाख की थी। वहाँ भी मैं सात दिन रही थी। एक बार पहले तीन दिन के लिए मैं और अदिति वहाँ गये थे पर लद्दाख जैसी जगह के लिए तीन दिन कुछ भी नहीं है।

फिर वही बात आती है, जब तक प्रकृति को पिया नहीं, जिया नहीं तो घूमना व्यर्थ-सा ही लगता है। लद्दाख के पर्वत मुझे फिर बुला रहे थे। उस दूसरी यात्रा ने मुझे एक सुकून दिया। वो पर्वतों की शृंखला, नदी का पानी, बौद्ध मठ, भिक्षु सबको देखना, उसे मन भरकर जी लेना अद्भुत था।

मेरी तीसरी यात्रा भूटान की थी, जिसने मुझे यह पुस्तक लिखने को प्रेरित किया। यहाँ यह बताना मेरे लिए जरूरी हो गया कि मेरी पहली दो यात्राएँ एकल थी। इस समय मेरा नज़रिया एक यात्री के साथ-साथ एक लेखक का भी हो गया था।

क्या इन यात्राओं के बारे में बताना जरूरी है कि मैंने ये यात्राएँ अकेले तय कीं?

मेरी नजर में ''यक़ीनन हाँ!''

उसके कई कारण हैं। पहला तो यह कि मैंने जो सुकून पाया उसकी तलाश किसी और को भी हो सकती है। जीवन की इस भागदौड़ में, खुद को सम्हालते, बचाते, आगे बढ़ाते, समझाते हुए हम जीये जा रहे हैं। आँसू पीते, मुस्कान बिखेरते हम कभी-कभी थकने लगते हैं।

वो सब जो प्रकृति को प्यार करते हैं, जो अपने तन्हा लम्हों में हवा, आकाश से बातें करते हैं, वो जानते, महसूस कर सकते हैं कि कुछ वक्त अपने लिए निकालना कैसा लगता है?

हम अपनी जिम्मेदारियों को पूरा करते-करते आज वहाँ आ चुके हैं, जहाँ हम एक चैन की साँस लेने का हक रखते हैं। कितने दूर गये, कौन-से देश गये इसका तो को महत्त्व नहीं है। महत्त्वपूर्ण तो यह है कि हमने अपने लिए वक्त निकाला। खुद को जिंदा रखा।

साँस तो सबकी चलती है, पर कुछ पल चाहिए जब हमारी साँसें उससे जुड़ जाएँ जो हमारे अंदर धड़कता है। मेरे लिए ईश्वर व प्रकृति एक ही हैं। ये महक हमें जीने की एक ऊर्जा देती है। हम अपने आप को जवाब दे सकते हैं कि हमने सबकी ही नहीं, अपने मन की भी सुनी।

भूटान, हमारा पड़ोसी देश, जिसका सौंदर्य, कला, संस्कृति सब कुछ इतनी लुभावनी है कि उस पर कुछ लिखना अपनेआप ही हो गया। मैंने इस देश में बहुत कुछ ऐसा देखा, जो मुझे रोमांचित कर गया।

यहाँ के पर्यावरण को हर नागरिक सम्मान देता है। पेड़ हो या पर्वत, झरने हों या नदी सब मुस्कुराते हुए लगते हैं। कार्बन-डाइऑक्साइड का प्रतिशत भूटान में अन्य देशों की तुलना में सबसे कम है।

शासन व्यवस्था, इसके प्रति बेहद सजग है साथ ही जनता भी अपने

देश के नियमों का सम्मान करती है। अपने पर्यावरण को भूटानी नागरिकों ने बड़े जतन से सहेज कर रखा है। यहाँ की हरियाली सचमुच मुस्कुराती है।

छोटा देश, बड़ी बातें यहाँ के रिश्तों के अनमोल मोतियों को सहेजकर मैं अपने साथ ले आई। यह अनुभव मैं सबसे बाँटना चाहती हूँ। यही इसको लिखने का कारण भी रहा।

भूटान की यात्रा के बारे में लिखने के एक साल बाद लगा कि इसमें अपनी पिछली, पहली और दूसरी यात्रा के बारे में भी लिख देती हूं। इसमें मैंने अपने पिछले अनुभव भी आपसे साझा किए हैं। इस यात्रा में हम तीन, दो और एक के क्रम में चलेंगे। पहले भूटान, जिसके लिए यह पुस्तक लिखी गई है। मेरा पहला अनुभव आपसे साझा करना चाहती हूँ। दूसरा और सबसे अहम कारण मैं अदिति को धन्यवाद देना चाहती हूँ। मैंने वह पाया जिसकी प्यास तो मुझमें थी पर साहस उसने ही भरा। तो उसका शुक्रिया अदा तो करना ही था।

जो हम अपने बच्चों को देते हैं, उसमें तो कुछ नया नहीं है। हमें बच्चों से कुछ नया मिले तो उसकी सराहना, धन्यवाद, प्रचार जरूर होना चाहिए।

वैसे भी मन के धन से बड़ा क्या है? यदि वह मिल जाये तो उस खज़ाने को बाँटने का, लुटाने का मन करता है।

हर किसी के पास अदिति जैसी संवेदनशील बेटी हो, जरूरी तो नहीं। पर उनके पास एक पुस्तक तो है जो यह कह रही है कि आप वह जरूर करें, जो आप अपने मन के लिए करना चाहती हैं। हमारा घर, परिवार हमें हिम्मत, साथ तब ही दे सकते हैं जब हमारे इरादे मजबूत हों। भूटान की इस यात्रा में आप मेरे साथ, मेरा हाथ पकड़कर चलिये।

क्या आप भी किसी यात्रा पर जा सके? क्या आपने भी कुछ पल अपने लिए सहेजें? यदि एक भी हाँ मिले, तो मुझे खुशी होगी। भूटान, लद्दाख और धर्मशाला तीनों जगह में कई समानताएं हैं, जैसे–पर्वतीय इलाके, बर्फ से ढके पर्वत, बौद्ध धर्म के अनुयायी, बौद्ध मठ और भिक्षु हर जगह एक-से ही लगते हैं। कहीं विशाल तो कहीं छोटे मठ हैं। बुद्ध

की प्रतिमा छोटी हो या बड़ी, सोने की हो या तांबे की या फिर पत्थर की, संदेश ... मानवता, प्रेम और शांति का ही देती है।

हां, यह हमारे दृष्टिकोण की बात है कि हम बुद्ध की वैज्ञानिक सोच को, ध्यान को जीवन में कैसे उतारते हैं?

उनका संदेश, एकत्व की बात, देश और दिल की दीवारों से ऊपर है। बुद्ध, मानवता के संदेश की दिव्य सुगंध को फैलाना चाहते थे। उस सुगंध को हम सब महसूस करें और मानवता की पूजा करें... इसी कामना के साथ यह किताब आपको सौंपती हूँ...

आपके जवाब का मुझे इंतजार रहेगा... पता नहीं कब, कौन, किस राह पर आगे बढ़ जाये, यात्राओं से कुछ सुकून पा जाये...

– सीमा जैन 'भारत'
19/9/18
ग्वालियर

भूटान

भूटान दक्षिण एशिया का एक छोटा, खूबसूरत, हमारा पड़ोसी देश है, जो अपने प्राकृतिक सौंदर्य, प्राचीन बौद्ध मठ व विहार के लिए जाना जाता है। वहाँ घूमने जाने का मैं कई सालों से सोच रही थी। अन्ततः उन्नीस सितंबर, दो हजार अठारह को मैंने अपनी यात्रा शुरू की।

मैं उन्नीस की रात को करीब दो बजे ग्वालियर से दिल्ली के लिए ट्रेन से निकली। सुबह सात बजे दिल्ली पहुँच गई।

20/9/18

दिल्ली में महरौली की दादावाड़ी हमारा एक धार्मिक स्थल है। वहाँ ठहरने व खाने-पीने की व्यवस्था भी है। पूरे भारत में अधिकतर हर शहर या कस्बे में ऐसे जैन मन्दिर या दादावाड़ी हैं, जिनमें रहने व खाने-पीने का इंतजाम होता है। वह भी न्यूनतम दर पर। घर जैसा शुद्ध खाना, एक सुरक्षित वातावरण हमारे इन स्थलों की परम्परा है। जो आज भी उतनी ही श्रद्धा व समर्पण से सुचारू रूप से चल रही हैं, जितनी आज से कई सालों पहले चली आ रही थी।

मैंने दादा गुरुदेव, (हमारे सिद्ध साधु पुरुष, जिन्हें हम दादा गुरुदेव कहते हैं, उनके मन्दिर को हम दादावाड़ी कहते हैं। भारत में चार सिद्ध दादावाड़ियाँ हैं। जिनमें से एक महरौली दिल्ली, दूसरी मालपुरा, जयपुर से 130 किमी दूर, तीसरी बिलाड़ा राजस्थान व चौथी अजमेर में है। दादा गुरुदेव, जिन्होंने इन स्थलों पर कभी साक्षात दर्शन दिए थे। जैन समाज में इनका बहुत महत्त्व है।)

नाश्ता करने के बाद मैं कुछ देर मन्दिर में बैठी। बाहर काउंटर पर मुझे अपना पेमेंट करना था। उन्होंने मुझे मेरा डिपॉज़िट मनी पूरा वापस कर दिया। सुबह कुछ घंटे ठहरने का उन्होंने कोई चार्ज नहीं लिया। मैंने

उनको इसके लिए धन्यवाद कहा। यह अपनत्व किसी होटल में नहीं मिल सकता है। मैं मेट्रो तक जाने के लिए काउंटर पर बात कर रही थी कि एक व्यवस्थापक ने प्रतिदिन आने वाले श्रावक (भक्त) से पूछा– ''आप इनको मेट्रो स्टेशन तक छोड़ देंगे क्या?''

''हाँ,मैं आपको छोड़ देता हूँ!'' कहकर उन्होंने अपनी स्वीकृति जताई तो मैं अपने इकलौते केबिन लगेज के साथ गाड़ी में बैठ गई। (यात्रा पर आवश्यक सामान तो जरूर हो, पर सामान का कम होना, हमारे लिए बहुत सुविधाजनक होता है।)

मैं डायबिटिक हूँ। कुछ खाने का सामान अपने साथ हमेशा रखती हूँ। वो खत्म हो जाये तो दूसरा स्थानीय बाजार से ले लेती हूँ। एक साथ ज्यादा सामान के बोझ से राहत तो मिलती ही है और फल व बिस्किट तो हर जगह मिल ही जाते हैं। उन श्रावक ने मुझे कुतुब मेट्रो स्टेशन पर छोड़ा। मैंने उनको धन्यवाद दिया और स्टेशन के अंदर गई।

मैंने कुतुब मेट्रो स्टेशन से एयरपोर्ट जाने का इसलिए सोचा कि एक तो समय कम लगता और पैसे की बचत भी हो जाती।

कुतुब से मेट्रो में बैठने के बाद समझ में आया कि यह ट्रेन पहले नई दिल्ली जाएगी फिर वहाँ से टर्मिनल तीन तक जाएगी। शटल हमें टर्मिनल तीन से एक तक ले जाएगी। टर्मिनल एक जो घरेलू उड़ान का केंद्र है। मेरी उड़ान वहीं से थी।

माना कि मेरे पास समय है फिर भी इस सब में थोड़ा भी कम ज्यादा हुआ और मेरा विमान ही छूट गया तो? ट्रेन में बैठने के बाद लगा यह निर्णय गलत है। अभी दस बज कर तीस मिनट हुए थे।

एक बजकर बीस मिनट पर मेरी फ्लाइट है फिर भी 'दरवाज़े बायीं तरफ खुलेंगे!' (यदि आप मेट्रो में यात्रा कर चुके हैं तो जानते होंगे कि हर स्टेशन पर ट्रेन रुकती है। यह सन्देश हर बार बोला जाता है।) सुन-सुनकर तो मेरी हालत खराब हो जायेगी। और ऐसे में मैं देरी से पहुँची तो? इतने में साकेत स्टेशन आया। मैं साकेत के मेट्रो स्टेशन से बाहर निकल गई।

बाहर निकलकर टैक्सी से विमानतल पर पहुँची। यह सब करते-

करते भी करीब ग्यारह बजकर पचास मिनट हो गया था। मुझे लगा, मैंने सही निर्णय लिया। समय पर एयरपोर्ट पर पहुँचना अपने लिए राहत का काम है।

विमान में बैठना एक चैन की साँस देता है कि अब हम अपनी मंजिल से ज्यादा दूर नहीं है। भूटान, जिसकी सुंदरता मुझे मोहित कर देती थी। जिसके पर्यटन स्थलों के फोटो मुझे अपनी ओर आकर्षित करते रहे, एक दिन बाद मैं उस जमीन पर पैर रख सकूंगी। यह सोचकर मैंने अपनी आंखें बंद कर लीं।

कुछ बातें भूटान के बारे में...

भूटान का राजतंत्र (भोटान्त) हिमालय पर बसा दक्षिण एशिया का एक छोटा और महत्वपूर्ण देश है। यह चीन (तिब्बत) और भारत के बीच स्थित भूमि आबद्ध (Land Lock) देश है। इस देश का स्थानीय नाम ड्रुग युल है, जिसका अर्थ होता है अझदहा का देश। यह देश मुख्यतः पहाड़ियों से घिरा है। केवल दक्षिणी भाग में थोड़ी सी समतल भूमि है। यह सांस्कृतिक और धार्मिक तौर से तिब्बत से जुड़ा है, लेकिन भौगोलिक और राजनीतिक परिस्थितियों के मद्देनजर वर्तमान में यह देश भारत के करीब है।

भूटान का प्राचीन इतिहास मिथकों के रूप में है। अनुमानतः भूटान में 2000 ईसापूर्व बस्तियाँ बसनीं शुरू हुईं। दन्तकथाओं के अनुसार इस पर 7वीं शती ईसापूर्व में कूच बिहार के राजा का अधिकार था। किन्तु 9वीं शताब्दीं में, यहाँ बौद्ध धर्म के आने के पूर्व का इतिहास अधिकांशतः अज्ञात ही है। इस काल में तिब्बत में अशान्ति होने के कारण बहुत से बौद्ध भिक्षु यहाँ आ गये।

12वीं शताब्दी में स्थापित ड्रुक्पा कग्युपा सम्प्रदाय आज भी यहाँ का प्रमुख सम्प्रदाय है। इस देश का राजनीतिक इतिहास, इसके धार्मिक इतिहास से निकट सम्बन्ध रखता है।

सत्रहवीं सदी के अंत में भूटान ने बौद्ध धर्म को अंगीकार किया। 1865 मे ब्रिटेन और भूटान के बीच सिनचुलु संधि पर हस्ताक्षर हुए थे। जिसके तहत भूटान को सीमावर्ती कुछ भूभाग के बदले कुछ वार्षिक

अनुदान के करार किए गये थे। ब्रिटिश प्रभाव के तहत 1907 में वहाँ राजशाही की स्थापना हुई।

तीन साल बाद एक और समझौता हुआ, जिसके तहत ब्रिटिश इस बात पर राजी हुए कि वे भूटान के आंतरिक मामलों में हस्तक्षेप नहीं करेंगे लेकिन भूटान की विदेश नीति इंग्लैंड द्वारा तय की जाएगी। बाद में 1947 के पश्चात् यही भूमिका भारत को मिली। दो साल बाद 1949 में भारत, भूटान समझौते के तहत भारत ने भूटान की वो सारी जमीनें उसे लौटा दी, जो अंग्रेजों के अधीन थीं।

भूटान का धरातल विश्व के सबसे ऊबड़-खाबड़ धरातलों में से एक है। 100 किमी के क्षेत्र में 150 से 7000 मी. की ऊँचाई पायी जाती है। भूटान में पहले भारत, पाकिस्तान, बांग्लादेश तथा मालदीव से कोई प्रवेश कर नहीं सकता था, पर अब यह शुरू कर दिया गया है।

कुछ लोगों के अनुसार भूटान संस्कृत के भू-उत्थान शब्द से बना है जिसका शाब्दिक अर्थ है, ऊंची भूमि। इसके अलावा भी भूटान के कई नाम रहे हैं।

भूटान की राजनीति का केंद्र शोगडू

भूटान का राजप्रमुख राजा अर्थात द्रुक ग्यालपो होता है। हालांकि यह पद वंशानुगत है लेकिन भूटान की संसद शोगडू के दो तिहाई बहुमत द्वारा उसे हटाया जा सकता है। शोगडू में 154 सीटें होती हैं, जिसमें स्थानीय रूप से चुने गये प्रतिनिधि (105), धार्मिक प्रतिनिधि (12) और राजा द्वारा नामांकित प्रतिनिधि (37) होते हैं। और इन सभी का कार्यकाल तीन वर्षों का होता है।

राजा की कार्यकारी शक्तियाँ शोगडू के माध्यम से चुनी गई मंत्रिपरिषद में निहित होती हैं। मंत्रिपरिषद के सदस्यों का चुनाव राजा करता है और इनका कार्यकाल पाँच वर्षों का होता है। सरकार की नीतियों का निर्धारण इस बात को ध्यान में रखकर किया जाता है कि इससे पारंपरिक संस्कृति और मूल्यों का संरक्षण हो सके।

भूटान चारों तरफ से स्थल से घिरा हुआ पर्वतीय क्षेत्र है। उत्तर में पर्वतों की चोटियाँ कहीं-कहीं 7000 मीटर से भी ऊँची हैं। सबसे ऊँची

चोटी कुला कांगरी 7553 मीटर ऊँची है। गांगखर पुएनसुम की ऊँचाई 6896 मीटर है, जिस पर अभी तक मानव के कदम नहीं पहुँचे हैं। इन चोटियों को पवित्र चोटी माना जाता है।

देश का दक्षिणी हिस्सा अपेक्षाकृत कम ऊँचा है, और यहाँ कई उपजाऊ और सघन घाटियाँ हैं, जो ब्रह्मपुत्र की घाटी से मिलती हैं। देश का लगभग 70 प्रतिशत हिस्सा वनों से आच्छादित है। देश की ज्यादातर आबादी देश के मध्यवर्ती हिस्सों में रहती है। भूटान का सबसे बड़ा शहर, राजधानी थिम्पू है, जो देश के पश्चिमी हिस्से में स्थित है। यहाँ की जलवायु मुख्य रूप से उष्णकटिबंधीय है।

विश्व की सबसे छोटी अर्थव्यवस्थाओं में से एक भूटान का आर्थिक ढाँचा मुख्य रूप से कृषि और वन क्षेत्रों और अपने यहाँ निर्मित पनबिजली के विक्रय पर निर्भर है। इसमें भारत का सहयोग मिलता है। ऐसा माना जाता है कि इन तीन चीजों से भूटान की सरकारी आय का 75 प्रतिशत आता है। कृषि यहाँ के लोगों का आधार है, इस पर 90 प्रतिशत से ज्यादा लोग निर्भर हैं।

भूटान का मुख्य आर्थिक सहयोगी भारत है, क्योंकि तिब्बत से लगने वाली भूटान की सीमा बंद है। भूटान की मुद्रा डुल्ट्रम है, जिसका भारतीय रुपया से आसानी से विनिमय किया जा सकता है। यहाँ औद्योगिक उत्पादन लगभग नगण्य है और जो कुछ भी उद्योग हैं, वे कुटीर उद्योग की श्रेणी में आते हैं। ज्यादातर विकास परियोजनाएँ जैसे सड़कों का विकास इत्यादि भारतीय सहयोग से ही होता है।

भूटान की लगभग आधी आबादी भूटान के मूलनिवासी हैं, जिन्हें गांलोप कहा जाता है और इनका निकट का संबंध तिब्बत की कुछ प्रजातियों से है। इसके अलावा अन्य प्रजातियों में नेपाली हैं और इनका सम्बन्ध नेपाल राज्य से है। उसके बाद शरछोगपा और ल्होछमपा हैं। यहाँ की आधिकारिक भाषा जोड़खा है, इसके साथ ही यहाँ कई अन्य भाषाएँ बोली जाती हैं, जिनमें कुछ तो विलुप्त होने के कगार पर हैं।

भूटान में आधिकारिक धर्म बौद्ध धर्म की वज्रयान शाखा है, जिसका अनुपालन देश की लगभग 75% जनता करती है। इसके अतिरिक्त

25% जनसंख्या हिंदू धर्म की अनुयायी है। भूटान के हिंदू धर्मी नेपाली मूल के लोग है, जिन्हे ल्होछमपा भी कहा जाता है।

भूटान दुनिया के उन कुछ देशों में है, जो खुद को शेष संसार से अलग-थलग रखता चला आ रहा है और आज भी काफी हद तक यहाँ विदेशियों का प्रवेश नियंत्रित है। देश की ज्यादातर आबादी छोटे गाँव में रहती है और कृषि पर निर्भर है। भूटान में भी शहरीकरण धीरे-धीरे अपने पाँव जमा रहा है। बौद्ध विचार यहाँ का ज़िंदगी के अहम हिस्सा हैं। तीरंदाजी यहाँ का राष्ट्रीय खेल है।

यहाँ एक ही साथ राजशाही और लोकतांत्रिक व्यवस्था है। यहाँ पहला चुनाव 2008 में करवाया गया था। भूटान दुनिया का अकेला ऐसा देश है, जिसने 2004 से तंबाकू पर पूरी तरह बैन लगा दिया है। यहाँ समलैंगिकता गैरकानूनी है। मगर बहुविवाह प्रतिबंधित नहीं है।

बागडोगरा हवाई अड्डा (सिलीगुड़ी)

सिलीगुड़ी

हम दोनों देशों (भारत और भूटान) के आपसी रिश्तों की मजबूत डोर के कारण हमें भूटान जाने के लिए वीसा की जरूरत नहीं होती है। दिल्ली से बागडोगरा की लगभग दो घण्टे की हवाई यात्रा के बाद मैं करीब चार बजे बागडोगरा पहुँची।

सिलीगुड़ी, पश्चिम बंगाल का एक नगर है, जो दार्जिलिंग तथा जलपाईगुड़ी जिले के समीप स्थित है। रेल और राजमार्ग से जुड़े होने के कारण, यह नगर दार्जिलिंग एवं सिक्किम के व्यापार का केंद्र है। जूट व्यवसाय, नगर का प्रमुख व्यवसाय है।

यह महानन्दा नदी के किनारे हिमालय की तलहटी पर जलपाईगुड़ी से 42 किमी दूरी पर स्थित है। यह उत्तरी बंगाल का प्रमुख वाणिज्यिक, पर्यटक, आवागमन तथा शैक्षिक केन्द्र है। गुवाहाटी के बाद यह पूर्वोत्तर भारत का दूसरा सबसे बड़ा नगर है। अब यह पश्चिम बंगाल का महत्वपूर्ण व्यापार केन्द्र बन चुका है।

इस नगर में लगभग 20 हजार देसी और 15 हजार विदेशी पर्यटक

प्रतिवर्ष आते हैं। नेपाल, भूटान तथा बांग्लादेश आदि पड़ोसी देशों और अन्य पूर्वोत्तर राज्यों के लोगों के लिये भी यह वायु, सड़क तथा रेल यात्रा का पड़ाव बिन्दु है। यह चाय की खेती, आवागमन, पर्यटन तथा इमारती लकड़ी के लिये भी प्रसिद्ध है।

तिस्ता नदी भारत के सिक्किम, पश्चिम बंगाल राज्य तथा बांग्लादेश से होकर बहती है। यह सिक्किम और पश्चिम बंगाल के जलपाईगुड़ी विभाग की मुख्य नदी है। पश्चिम बंगाल में यह दार्जिलिंग जिले में बहती है। तिस्ता नदी को सिक्किम और उत्तरी बंगाल की जीवनरेखा कहा जाता है। सिक्किम और पश्चिम बंगाल से बहती हुई यह बांग्लादेश में प्रवेश करती है और ब्रह्मपुत्र नदी में मिल जाती है।

इस नदी की पूरी लम्बाई 315 किमी है। भारत और बांग्लादेश के बीच संयुक्त रूप से प्रवाहित होने वाली यह नदी भारत के सिक्किम और पश्चिम बंगाल से होते हुए बांग्लादेश में प्रवेश करती है।

बंगाल की खाड़ी में गिरने वाली यह नदी भारत के साथ ही बांग्लादेश की समृद्धि की दृष्टि से बेहद महत्वपूर्ण नदी है। 'तिस्ता' का अर्थ 'त्रि-स्रोता' या 'तीन-प्रवाह' है। चमकीले हरे (Emerald) रंग की यह नदी बांग्लादेश में ब्रह्मपुत्र नदी में मिलने से पूर्व सिक्किम और पश्चिम बंगाल की सीमाओं के रूप में बहती है।

सिलीगुड़ी से मुझे फुनशिलांग जाना था। जो भूटान का एक सीमावर्ती शहर है। मैंने बागडोगरा से फुनशिलांग जाने के लिए एक टैक्सी ली। आज यहाँ से प्री-पेड टैक्सी में कोई भी ले जाने को तैयार नहीं हुआ। मुझे उन्हीं टैक्सी वालों, जो प्री-पेड काउंटर के बाहर खड़े थे, के कहे रेट पर जाना पड़ा। पर इस समय मैंने इस बात को नजरअंदाज किया और एक टैक्सी ले ली। जिसके रेट ठीक लगे साथ ही चालक भी ठीक लगा उसके साथ मैं आगे बढ़ी। किसी के चेहरे पर कुछ नहीं लिखा होता है, फिर भी बातचीत से हम जितना समझ सकें उतनी सावधानी ली जा सकती है।

बागडोगरा से बाहर निकलते ही हरियाली ने हमारा स्वागत किया। हवा में बारिश की नमी थी। शाम बस होने को ही थी। मैं भी थोड़ी

थकान व भूख महसूस कर रही थी। मैंने रास्ते में थोड़ा सा खाने का सामान लिया। हम अपने गंतव्य की ओर बढ़ चले।

सिलीगुड़ी से आगे बढ़ते हुए सड़क के दोनों ओर चाय के बागानों ने हमारा स्वागत किया। तीस्ता नदी के कारण यहाँ एक नहर बनाई गई है, जो शाम के समय बहुत सुंदर लग रही थी।

नहर के आसपास पेड़, रोशनी का सुंदर इंतजाम किया हुआ था। एक लंबा रास्ता बनाया गया है, जहाँ लोग इस दृश्य का आनंद ले सकते हैं। यह स्थल शाम के समय सैलानियों के लिए आकर्षण का केंद्र है।

हम करीब नौ बजे फुनशिलांग पहुँचे। रात का समय कुछ दुकानें बन्द हो चुकी थीं, कुछ खुली हुई थीं। हमने अपने रहने के स्थान को स्थानीय लोगों से समझा। हम फिर भी अपने स्थान को नहीं ढूंढ़ पाये, इतने में भूटानी पुलिस का एक चेक पोस्ट दिखा।

मेरे कार चालक ने बोला –''मैडम, यहाँ की पुलिस बहुत अच्छी है। पूरी सहायता करेगी। साथ ही नियम की भी बहुत पक्की है। हम यहाँ हॉर्न नहीं बजा सकते हैं।''

मैंने कार से उतरकर पुलिसकर्मियों से अपना रास्ता समझा और हम अपने गंतव्य की ओर बढ़ चले।

रास्ते में मेरे चालक ने मुझे बताया–''मैडम, यहाँ यातायात के नियमों का बड़ी सख्ती से पालन करना पड़ता है। जुर्माना पहली बार कम होता है–750 रुपये, उसके बाद तो वो 1750 रुपये होगा, जिसे कोई भी माफ नहीं करवा सकता है।''

यह सुनकर मुझे बहुत अच्छा लगा। एक अनुशासित देश में यात्रा करना बहुत सुकून देता है, जिसकी हर देश के, हर नागरिक को जरूरत है।

मैंने अपने ठहरने के लिए एक घर को बुक किया था। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर एक सेवा है, जो प्रमाणित घरों में ठहरने की जानकारी देती है। घरों में रुकने के कई फायदे हैं, जिनमें से एक तो यह कि हमें घर जैसा माहौल मिलता है। हम अपना खाना खुद बना सकते हैं। मैं अपनी

पिछली दोनों यात्राओं में भी घर पर ही ठहरी थी, जो मेरे लिए एक सुखद अनुभव था।

खैर, अभी मेरा फोन काम नहीं कर रहा था। मेरे चालक के फोन को भी सिग्नल नहीं मिल रहे थे। सिलीगुड़ी के लोगों का फोन कई बार यहाँ तक काम कर जाता है।

मेरा ठहरने का स्थान, जहाँ हम एक जगह जाकर रुक तो गये पर समझ नहीं आ रहा था, उस तक पहुँचना कैसे है? उस जगह बहुत सारी बहुमंजिला इमारतें एक साथ बनी थीं। अब इनमें से मेरा ठहरने का स्थान कौन-सा है यह समझना मुश्किल लग रहा था। पास से गुजरते स्थानीय लोगों से जगह को समझना चाहा तो उन्होंने कहा–''आप अपने होस्ट को फोन लगा लीजिए वे आपको जगह समझा देंगे।''

उन अनजान लोगों ने हमारे लिए फोन लगाया, यह अच्छा लगा। मेरे होस्ट ने कहा कि ''हम सही जगह पर हैं, वे मुझे लेने नीचे आ रही हैं।''

दो मिनिट बाद एक नवयुवती आई। नमस्कार के आदान-प्रदान के बाद हम आगे बढ़ते, उसके पहले मैंने उन अनजान लोगों को शुक्रिया कहा। साथ ही, अपने कार चालक को उनका भुगतान करके उसे उनके सहयोग का धन्यवाद दिया!

एक बहुत साफ-सुथरा फ्लैट जिसमें दो बेडरूम, एक किचन, एक ड्राइंगरूम था। मेरी होस्ट ने मुझसे कहा–''वे मेरे पास ही वाले फ्लैट में रहती हैं। कोई भी खाने का सामान लेना हो तो अभी दुकान खुली हैं। मैं जाकर ले सकती हूँ।''

मैंने उनसे इंटरनेट का पासवर्ड पूछा और जवाब में कहा –''ठीक है, थोड़ी देर में मैं बाहर जाकर देखती हूँ। कुछ ले आती हूँ।''

अपने कमरे में आकर मैंने सोचा, अब मैं बहुत थक गई हूँ। किचन में कुछ तो होगा ही, वही आज रात के लिए काफी होगा। पहले अपना मोबाइल देखा। घर के कई सन्देश उसमें थे।

पड़ाव तक पहुँच जाने पर सब बातचीत करने का इंतजार कर रहे होते हैं। सकुशल पहुँचने पर फोन तो स्वाभाविक है। मैंने अपने परिवार

में सबसे बात की। कुछ देर लेटने के बाद देखा, घड़ी में करीब साढ़े दस बज गए थे।

सोचा चलो, देखें किचन में क्या है? किचन में कुछ भी नहीं था! न कुछ खाने के लिए न पीने के लिए पानी। अरे, यह तो गड़बड़ हो गई! अब क्या करूँ? इतनी रात अपनी होस्ट को परेशान करना ठीक नहीं लगा।

अचानक मेरी नजर ड्राइंगरूम की सजावट पर व वहाँ लगी तस्वीरों पर गई। भूटान के राजा-रानी की और उनके राजकुमार की तीन तस्वीरें लगी थीं। अपने राजा के प्रति जनता का प्रेम होने पर ही ऐसा हो सकता है। राजा का भय सड़कों पर हो सकता है। घर में और दिलों में तो प्यार ही टिक पाता है।

होमस्टे में होस्ट साथ में हो, यह तो जरूरी नहीं होता है। पर खाने का सामान तो होता ही है। किसी जगह कोई खाना बना कर दे देता है। तो कहीं हम अपना खाना खुद बना लेते हैं। पानी, दूध, कुछ सब्जी व मसाले, तेल के बिना यह पहला घर मुझे मिला था।

अब अफ़सोस करने से कुछ भी नहीं मिल सकता है। मैं अपने कमरे में आई। मेरे बोतल में पर्याप्त पानी था, कुछ बिस्किट वगैरह भी थे। थकान व नींद इतनी थी कि बिना खाये सोने में कोई दिक्कत नहीं आने वाली थी। मैंने जल्द ही अपने आपको नींद के आगोश में सौंप दिया।

21/9/18

फुंतशोलिंग

भूटान गेट : फुंतशोलिंग भूटान के चुखा जिले में इंडिया-भूटान सीमा पर स्थित है। भारतीय सीमा की तरफ जयगांव व भूटान की तरफ फुंतशोलिंग है। इसलिए इसे भूटान गेट कहते हैं। यहाँ से हम भूटान में प्रवेश करते हैं। यहाँ लकड़ी से बना एक शानदार गेट है। यह बागडोगरा हवाई अड्डे से 164 किमी. की दूरी पर है।

फुंतशोलिंग में भारतीय बिना किसी पासपोर्ट या परमिट के रह सकते हैं। वहाँ से आगे जाने के लिए हमको भूटान सरकार से परमिट लेना

पड़ता है।

यह एक साफ़-सुथरा शहर है। ट्रैफिक नियमों का यहाँ पूरी तरह से पालन किया जाता है। जेब्रा क्रासिंग पर पैदल चलने वालों को पूरा सम्मान दिया जाता है। यहाँ के निवासियों का जीवन सादगी भरा है और जीवन की गति यहाँ सामान्य है। भूटान गेट को सशस्त्र सीमा बल (SSB), अर्धसैनिक बल और भूटान पुलिस द्वारा संचालित किया जाता है।

आज मेरी भूटान में यह पहली सुबह थी। करीब छह बजे ही मेरी नींद खुल गई। रात में तो अपने घर को ढूँढ़ने की जल्दी थी। वैसे भी एक अनजान जगह रात में क्या देखती?

सुबह देखा तो नजारा बहुत सुंदर था। मेरे स्टे के आसपास काफी मल्टी स्टोरी बनी थीं। यहाँ सबकी खिड़कियों का पैटर्न एक जैसा था। सामने एक बिल्डिंग के कंस्ट्रक्शन का कार्य चल रहा था। आसपास घने पेड़, दूर पर्वत जो थोड़े बर्फ से ढके थे। बहुत साफ-सुथरे बादल मुस्कुराते हुए अच्छे लग रहे थे। जिस जगह का प्रदूषण का स्तर कम हो वहाँ का आसमान धुला-धुला सा लगता है। ऐसा सिर्फ बारिश के बाद हमें अपने घर के बाहर भी देखने को मिल जाता है।

ऐसा ही धुला आसमान बिंसर (नैनीताल से थोड़ा ऊपर की ओर) में भी देखा था। दूर बर्फ से ढके पर्वत और ऊपर नीला आसमान (ऐसा नीला फिरोजी रंग फिर कहीं नहीं दिखा), एकदम सफ़ेद झक बादल, ऐसा लग रहा था कि यहाँ बादल भी बड़े आराम से सांस ले रहे है। आकाश में तैर रहे हैं। आकाश से निगाह हटाई तो याद आया मैं नीचे कुछ खाने-पीने का सामान देखने आई थी।

अब तो मुझे चाय पीने की इच्छा हो रही थी। आसपास कोई दिखे तो मैं उससे बात करूँ, यह सोच ही रही थी कि एक महिला सुबह की वॉक के लिए मेरे सामने से निकली।

मैंने उससे, "Hello, good morning" के साथ बात आरंभ की।

जवाब में उन्होंने भी रुककर जवाब दिया। मैंने उनसे आसपास किसी चाय की दुकान के लिए पूछा।

उन्होंने कहा–"यहाँ से थोड़ी दूर जाने पर ही कुछ मिल पायेगा पर

अभी तो सात भी नहीं बजे हैं। इतनी जल्दी थोड़ा मुश्किल ही है।''

जहाँ हम बात कर रहे थे। वहीं सामने एक किराने की दुकान थी। वह महिला उस दुकान में गईं। उन्होंने उस महिला से भूटानी में कुछ कहा। फिर मेरी तरफ देखते हुए बोली–''यह आपको चाय बनाकर दे देंगी।''

किसी अनजान के लिए इतना वक्त और सहयोग देना मुझे लुभा गया। वह महिला मेरे धन्यवाद का जवाब, एक मुस्कुराहट के साथ दे कर आगे बढ़ गईं। पर मेरे दिल में उस महिला के लिए जगह बन गई, जो हमेशा रहेगी। साथ ही यह सवाल भी मन में उठा कि क्या मैं किसी अजनबी विदेशी को इतना वक्त दे पाती?

उस किराने की दुकान वाली महिला ने मुझे बड़े स्नेह से चाय बना कर दी। मैंने उनकी दुकान में ही बैठकर चाय पी। कुछ खाने का सामान व फल वगैरह लिए। खाने का सामान देखकर लगा हम भारत की ही किसी किराने की दुकान पर खड़े हैं। बिस्किट, नमकीन खाने के अधिकतर सामान भारतीय ही थे। बस एक अंतर था कि किराने के सामान के साथ फल भी रखे थे।

पहली बार भूटानी मुद्रा मेरे हाथ में आई। भारतीय रुपया और वहाँ की मुद्रा का मूल्य एक ही है। उन लोगों की मुद्रा में दोनों मुद्रा मिली होती है। बदले में वे हमें कुछ भी दे देते हैं।

यहाँ मैं आपसे कुछ बातें कहना चाहूँगी। हमें अंग्रेजी का कम-से-कम कामचलाऊ ज्ञान होना बहुत जरूरी है। बिना भाषा के भी लोग अपना काम तो चला ही लेते हैं पर जानकारी से सुविधा बढ़ती है।

मैंने कल रात से ही इसे महसूस किया था कि यहाँ के लोग हमसे अंग्रेजी में बात करते हैं। हिंदी शायद कुछ लोग समझ जायें पर अंग्रेजी वैश्विक स्तर पर एक जरूरत है। कल से अब तक मैंने सबसे अंग्रेजी में बात की, हमारा बातचीत का माध्यम यही भाषा बनी। भाषा के ज्ञान पर अपना दायरा विस्तृत हो तो यह सुविधाजनक होता है।

अपने कमरे में आकर मैंने नाश्ता किया। कुछ फोन पर बातें की जो मेरा हर दिन का क्रम रहेगा। अपने परिवार से बात करना और यहाँ के

फोटो भेजना। अब मुझे भूटान का परमिट लेना था। जिसके लिए रास्ता पूछते हुए करीब दस मिनट में मैं परमिट ऑफिस पहुँच गई। मेरे साथ मेरा पासपोर्ट, एक फोटो था जिसकी जानकारी मुझे पहले से थी।

आवेदन पत्र भरने के बाद जब उसे जमा करने की पंक्ति में खड़ी हुई तो अधिकारी ने पूछा–"आप अकेली हैं?"

"हाँ!" मैंने जवाब दिया।

"तो आपको एक पत्र लिखकर देना होगा कि आप अपनी जिम्मेदारी पर यहाँ आयी हैं।" यह बात मुझे कुछ अजीब लगी।

मैंने अधिकारी से कहा–"एकल यात्री तो पूरे विश्व से यहाँ आते होंगे तो क्या ये सबके लिए लिखना जरूरी है?" मैं इस बात से थोड़ा विचलित हो गई थी। अकेले होने पर मेरी जिम्मेदारी कैसे हो सकती है?

उनका स्पष्ट जवाब था –"हाँ!"

व्यवस्था के आगे बहस बेकार ही होती है। मैंने पत्र लिखा और मुझे एक घण्टे में परमिट मिल गया। यहाँ परमिट लेने के लिए कोई शुल्क नहीं देना होता है। किसी एजेंट के द्वारा लेने पर वो आपसे 500 रुपये वसूल लें पर सरकार तो इसे मुफ्त में ही देती है।

यहाँ ऑफिस के सारे कर्मचारियों ने घो व किरा (भूटानी पारम्परिक वेशभूषा इसमें महिलाएँ घो और पुरुष किरा पहनते हैं।) पहने हुए थे, जो नियमानुसार जरूरी है। साथ ही अधिकतर लोगों के कपड़ों पर राजा-रानी के फोटो का बेज लगा था।

जो जरूरी नहीं होता है पर अधिकतर लोग प्रेम-वश इसे लगाते हैं। यहाँ महिला व पुरुष कर्मचारी बराबर ही थे। जो आगे भी मुझे हर जगह एक से ही मिले। बहुत शांत, नम्र और मृदुभाषी।

इस ऑफिस से आप चाहें तो भूटानी सिम भी ले सकतें है। 210 रुपये में सिम मिल जाती है। उसे अधिकतर लोग लेना पसंद करते हैं।

जब आप अकेले यात्रा कर रहे हैं तो बेहतर है आप बस या साझा टैक्सी में यात्रा करें। सावधानी, बचत दोनों ही ठीक रहती हैं। वैसे भूटान के लोगों के बारे में कहा जाता है के ये लोग बहुत सज्जन होते हैं। आजतक मेरा भी यही अनुभव रहा।

सड़कों पर चलने वाली गाड़ियों के देखकर लगता है कि हम भारत में ही हैं। अधिकतर वही गाड़ियाँ दिखाई दे रही थीं, जो हम अपने देश में देखते हैं। मगर यातायात के नियम व पुलिस की मुस्तैदी बहुत अलग है। साथ ही नागरिक भी बेहद अनुशासित हैं। एकदम साफ सड़कें, आसपास हरियाली और पारंपरिक सामान से सजी, यहाँ की दुकानें अच्छी लग रही थीं पर मुझे जल्दी थी मुझे पारो पहुँचना था। आज से मेरा कमरा वहीं के लिए मैंने आरक्षित करवा रखा था। मैंने खाने का थोड़ा-सा सामान लिया।

एक जगह कुछ लोग समोसे व जलेबी ले रहे थे। मैंने भी समोसे लिए। साथ ही एक टैक्सी ली। अब मुझे अपना सामान गाड़ी में रखकर अपने आगे की यात्रा पर निकलना था।

मैंने कमरे से अपना सामान उठाया। अपनी होस्ट को घर की चाबी दी। उससे विदा लेकर मैं नीचे आकर अपनी गाड़ी में बैठी। होम स्टे छोड़ते समय कोई कुछ भी नहीं चेक करता है। सब कुछ विश्वास पर ही चलता है। यह मेरे पिछले दोनों अनुभव भी रहे थे।

अपार्टमेंट में एक बात पर मैंने गौर किया कि लोगों के घर के दरवाजे बंद नहीं रहते हैं। वह खुले ही होते हैं। अपने घर में फ्लैट के दरवाजे के खुले रहने का सोचना भी मुझे अजीब लगा। ये लोग किस्मत वाले हैं कि बड़े आराम से रह लेते हैं।

पारोः

पारो जिला भूटान देश के 20 जिलों में से एक है। यह जिला भूटान की ऐतिहासिक घाटी में स्थित है। इस जिले की सभ्यता तिब्बत से प्रभावित है। इस जिले की उत्तरी सीमा तिब्बत से मिलती है। प्रारम्भ में इस घाटी में आकर बसने वाले तिब्बत मूल के लोग ही थे। इस जिले की मुख्या भाषा द्ज़ोंग्ख (भूटानी) है और यही भाषा भूटान की राष्ट्रीय भाषा है।

पारो नगर एक ऐसा स्थान है, जहाँ पर्यटक सदैव आते रहते हैं। यहाँ की सांस्कृतिक छवि पर्यटकों को आकर्षित करती है। भूटान का पारो नगर ही एक ऐसा नगर है, जहाँ भूटानी लोगों का रहन-सहन का

स्तर उच्च है क्योंकि यहाँ पर्यटकों के आवागमन के कारण डॉलर में लोगों की कमाई होती है।

ताक्तशांग भूटान के लोगों का प्रसिद्ध मठ है। इसे 8वीं सदी में गुरु पद्मसंभव ने एक ध्यान गुफा के रूप में स्थापित किया था। भूटान का राष्ट्रीय संग्रहालय होने के कारण पर्यटक यहाँ भूटान की संस्कृति का अध्ययन करने आते हैं। लिटिल बुद्धा मूवी में पारो किले के आस-पास के दृश्य को फिल्माया गया था। भूटान की राष्ट्रीय एयर लाइन्स ड्रक एयर का यहाँ मुख्यालय है।

Chhu का अर्थ है नदी। पारो नदी पश्चिमी भूटान में 24,035 फीट ऊँचे पर्वत जोमोल हारी के दक्षिण भाग से निकलती है और अंत में दक्षिणी भूटान में ब्रह्मपुत्र नदी में जा कर मिल जाती है। इसके निचले हिस्सों में नदी को रैडक के नाम से जाना जाता है। इसमें तिब्बत स्थित हिमालय के ग्लेशियरों से पानी बह कर आता है।

पारो छू, थिम्फू छू से मिलने के बाद वांग छू कहलाती है, और इसमें कई छोटे व बड़े रेपिड्स आते है। इसका कांच की तरह साफ पानी पहाड़ों और गहरी घाटियों से बहता हुआ पारो शहर से गुजरता है। पारो के दो सबसे प्रसिद्ध मठ तक्शांग मठ और पारो दजोंग इस के किनारे पर बने हुए हैं। यहाँ विदेशी पर्यटकों को आने की अनुमति भी कुछ सालों पहले ही मिली है। यहाँ हवा में कार्बन डाइऑक्साइड का अनुपात विश्व की तुलना में न्यूनतम स्तर पर है।

ऑर्गेनिक खेती पर निर्भर यह देश अपनी शुद्ध हवा, खूबसूरत वादियों, लोगों के खुशी से चमकते चेहरों के लिए मशहूर है। यहाँ विकास को मापने के पैमाना महँगी गाड़ियाँ, ऊँची इमारतें नहीं हैं। भूटान अपने देश के विकास को वहाँ के व्यक्ति की खुशी से नापता है। जो एक अनूठी और आज की सबसे बड़ी जरूरत वाली सोच पर निर्भर है। इसे अब विश्व के कई देश सराहने, मानने लगे हैं।

यह पैमाने तो हर देश के होने चाहिए। इनके रहते अपराध, मानसिक बीमारियों की संख्या में कमी तो होगी ही देश के विकास की चाल भी अद्वितीय होगी।

फुंतशोलिंग के बस अड्डे पर पहुँच कर मैंने सोचा था कि पारो के लिए बस मिल जाएगी। पर वह नहीं मिली। बस दिन में एक ही बार जाती है, वह भी सुबह के आठ बजे। अब मेरे पास दो ही रास्ते थे। अकेले टैक्सी ले ली जाये या फिर साझा टैक्सी को देखा जाये।

पारो के लिए 'पारो-पारो' की आवाजें लगाते हुए कई कार चालक घूम रहे थे। किस टैक्सी को साझा करना है यह देख, समझ कर ही मैंने एक टैक्सी तय की।

देश अच्छा, लोग अच्छे फिर भी सजगता में कोई बुराई नहीं है। मैं शहर हो या बाहर एक बात को स्वीकार करके ही आगे बढ़ती हूँ कि मैं एक महिला हूँ, मुझे सजग रहना चाहिए। बाकी अगला पल भी कोई नहीं जानता है कब, क्या हो जाये फिर भी...

अपनी साझा टैक्सी से मैं सन्तुष्ट थी। फुंतशोलिंग से पारो का रास्ता बहुत ही सुंदर है, जिसे शब्दों में बयान करने की मैं कोशिश ही कर सकती हूँ। वो बादल, जो हमारे साथ सड़कों पर दौड़ रहे थे। ठंडी हवा, जो एक अद्‌भुत-सी जीवन शक्ति दे रही थी। धूल के बगैर हरियाली, जो बेहद जीवित, हरी, प्राणमय लग रही थी। मुझे लग रहा था कि यह रास्ता बस यूँ ही चलता रहे, हम इन पलों को जीते, पीते चलें। सब मेरी तरह तो नहीं हो सकते हैं। ड्राइवर ने एक जगह गाड़ी रोकी। साथ के सभी लोग उतरे, कुछ खाने-पीने के लिए। मैंने भी सोचा थोड़ा उतर कर चल लेती हूँ। बैठे-बैठे पैर भी थोड़ा व्यायाम माँग रहे थे।

जलपान की उस छोटी-सी जगह पर अधिकतर महिलाएं ही कार्य कर रही थीं। मैंने भी कॉफी पी। जो बहुत अच्छी थी। मैंने उस युवती को अच्छी कॉफी का शुक्रिया दिया, जिसका जवाब उसने बहुत प्रेम से मुस्कुराकर दिया।

वह जब मुझे पैसे लौटा रही थी तो मैंने गौर किया यह लोग कुछ भी देते समय अपने दोनों हाथों का इस्तेमाल करते हैं। हमारी जो आदत मन्दिर या किसी अति विशिष्ट अतिथि तक सीमित है, वह इनके रोजमर्रा की आदत है। सबका सम्मान!

उस जलपान-गृह के एक कोने में एक महिला पान का स्टॉल लगाए

%

हुए थी। भूटान में पान की खेती बहुत होती है। स्वाभाविक है, लोग उसका सेवन ज्यादा करते हैं।

एक पुड़िया में पाँच पान के आधे पत्ते होते हैं। बीच का डंठल निकाल कर एक पान के दो भाग बना लिए जाते हैं। उनके बीच में अलग-अलग स्वाद का चूना लगा होता है। साथ ही सुपारी के आधे-आधे पाँच टुकड़े होते हैं।

पान का पत्ता तो बहुत ताज़ा व स्वाद से भरा था। पर हमारे बनारसी, मीठे पान की तुलना में वो फीका ही था। कई तरह के पान मसाले, गुलकंद, सुपारी की आदत के कारण मुझे वह अच्छा नहीं लगा। मगर पान को इस तरह से भी खाया जाता है यह जानना, देखना अच्छा लगा। पान लेकर मैं वापस आकर अपनी कार की आगे की सीट पर बैठ गई। एक बार फिर हम आगे बढ़ रहे थे।

अब शाम की शुरुआत होने लगी थी। पहाड़ों पर शाम जल्दी होती है। बारिश भी कभी भी हो जाती है। हवा ठंडी चल रही थी, जो बहुत अच्छी लग रही थी।

हमारे ड्राइवर ने एक बार फिर गाड़ी रोकी। यह जगह तो मुझे बहुत मोहक लगी। एक जगह अस्थायी दुकानें बनी थीं। करीब छह-सात महिलाएं सब्जी, पनीर, दूध, भुट्टे, मशरूम, हरी ताज़ी सब्जियां लेकर बैठी थी।

मेरे ड्राइवर ने कहा–''वह अपने घर के लिए पनीर, सब्जी ले रहे हैं। आप भी कुछ ले लीजिए।''

मैंने भी एक भुट्टा लिया (उबला हुआ) साथ ही तीस रुपये का एक पनीर का टुकड़ा भी लिया। गोल पनीर के टुकड़े, तीस का एक के हिसाब से एक छोटी सी प्लास्टिक में बाँधकर बेचते हैं। तीन सौ के दस मेरे ड्रायवर ने लिए। मैंने सुना था, भूटान में प्लास्टिक की थैलियों पर प्रतिबंध है। अब यहाँ प्लास्टिक को प्रचलन में देखकर दुःख हुआ। व्यवस्था में कोई भी नुकसानदायक वस्तु का प्रवेश तो आसान होता है। पर उसे निकाल फेंकना उतना आसान नहीं होता है।

भुट्टा खाते-खाते पारो आ गया। एक बहुत सुंदर शाम के साथ मैं

पारो पहुँची। पारो के टैक्सी स्टैंड पर पहुँच कर सभी साथी अपने गंतव्य की और बढ़ चले। वह सब स्थानीय लोग थे।

एक महिला सैन्य ठिकाने पर उतरी। उनके साथ उसका छोटा बच्चा था। एक व्यक्ति किसी कंस्ट्रक्शन कंपनी में काम करता था। वह अपनी साइट पर उतरा। एक और व्यक्ति, पारो के शुरू होने से पहले ही उतरा।

जब मैंने अपने ठहरने की जगह का पता बताया तो मेरा ड्राइवर बोला–''आपके ठहरने का स्थान यहाँ से करीब सात किलोमीटर दूर है। मुझे किसी आवश्यक कार्य से घर जाना है। आपको मैं दूसरी टैक्सी करवा देता हूँ। आप उसके साथ चले जाओ!''

इस समय यहाँ हल्की बारिश हो रही थी। पारो का मार्केट रोशनी में नहाया और बारिश में भीगा हुआ, बहुत आकर्षक लग रहा था। किसी भी स्थान को पहली बार देखने पर जो अनूठा-सा खिंचाव उसमें दिखता है वह बाद में फिर कभी नहीं दिखाई देता है। यह कुछ-कुछ पहली निगाह में प्यार के जैसा ही होता है। अगली बार हम उस अहसास के साथ उस जगह को देखते हैं पर वह नवेलापन, वह अनूठापन फिर नहीं मिलता है। भूटान की पारम्परिक शैली में निर्मित एक मंजिल या दो मंजिल मकान व दुकान, रेस्टोरेंट बहुत अच्छे लग रहे थे। पानी से धुली सड़क पर इन इमारतों की रंग-बिरंगी रोशनी का प्रतिबिंब एक अजीब-सा संमा बाँध रहा था। ठंडी बारिश में भीगी हवा मेरा स्वागत कर रही थी।

मैं इस हवा से बातें ही कर रही थी कि अब तक मेरे टैक्सी ड्राइवर ने दूसरे टैक्सी ड्राइवर से बात तय कर ली थी। मैंने अपना पारो तक का किराया टैक्सी ड्राइवर को धन्यवाद के साथ दिया और अपने सामान के साथ दूसरी टैक्सी में बैठी।

कुछ मिनट की ड्राइव के बाद ही शहर की हलचल व बस्ती समाप्त हो गई। अब बाहर एकदम अंधेरा था। गाड़ी में बैठी मैं सोच रही थी कि ऐसे सुनसान, अनजान रास्ते पर मैं पहली बार अकेली किसी टैक्सी में हूं। नया देश, अनजान रास्ता... बारिश में इस सूनी सड़क पर कुछ गाड़ियां आ जा रही थीं। बस उनकी रोशनी की चमक ही रास्ते को

चमका रही थी। जल्दी ही मेरा होमस्टे आ गया। सड़क से अंदर की ओर जाकर थोड़ा कच्चे रास्ते पर आगे बढ़ने के बाद मेरा डेस्टिनेशन आया। मैं अपने होमस्टे पर पहुँच गई।

मेरी होस्ट दरवाजे पर खड़ी मेरा इंतजार कर रही थीं। मेरे ड्राइवर व होस्ट ने एक दूसरे से थोड़ी-सी बातचीत की। वह शायद एक दूसरे को जानते हों या फिर यहाँ कई बार आये हों। मैं अपने सामान के साथ बाहर निकली। मेरी होस्ट मुझसे बहुत प्यार से मिली। अपने घर में कोई मेहमान के आने पर हम जैसा उसका स्वागत करते हैं, यह मुझे कुछ वैसा ही लगा।

मेरी होस्ट मेरा सामान लेकर मेरे साथ पहली मंजिल पर चली। मेरा कमरा... एक साथ कई कमरे एक कतार से बने थे, उनमें से ही एक कमरा मेरा था। वह पहाड़ी घरों की महक लिए हुए था। लकड़ी का फर्श व पारम्परिक खिड़की, सुंदर परदे जो मुझे देखते ही बहुत लुभावने लगे। पलंग के दोनों ओर दो लैंप शेड रखे थे।

पलंग, अलमारी, टेबल सब कुछ लकड़ी का था। बहुत सुंदर व करीने से सजाया हुआ एक कमरा!

कमरा देखते ही मैंने कहा–"यह बहुत सुंदर है!"

"आपको अच्छा लगा?" उन्होंने खुश होकर पूछा।

"आप अभी कुछ पियेंगी या डिनर लेना पसंद करेंगी?"

"पहले मुझे चाय मिल सकती है क्या?"

"हाँ, जरूर, उसके साथ में मैं आपको हमारे ही खेत के चावल से बनी लाई भी लेकर आती हूँ।"

"अरे वाह, जरूर!" मैं बहुत थकान व भूख महसूस कर रही थी।

मेरी होस्ट मेरे लिए चाय व लाई लेकर आई। उन्होंने मुझसे पूछा– "मैं खाना ऊपर ही खाना पसंद करूँगी या नीचे डायनिंग रूम में आना चाहूँगी?"

"मैं थोड़ी देर में नीचे ही आती हूँ!"

"ठीक है! आप आराम से आइये!"

अचानक मुझे याद आया मेरे पास पनीर है। अभी ठंड तो काफी है

फिर भी मैंने होस्ट से पूछा–''मेरे पास यह पनीर है। इसे कमरे में ही रहने दें या फ्रिज में रखना ठीक होगा?''

''आप मुझे दे दो, हम इसे फ्रिज में ही रख देते हैं।''

मसाले वाली चाय बहुत अच्छी थी। साथ ही वो लाई व कुछ बिस्किट मैंने खाये। थोड़ी देर आराम किया। घर में सबसे बात करके मैं नीचे गई।

नीचे हवा ठंडी लग रही थी। खाने में कद्दू का सूप, मिक्स वेज व रोटी थी। सब कुछ बहुत अच्छा था। साथ ही कमरे में भूटानी संगीत चल रहा था। मद्धम रोशनी में वहाँ की पारंपरिक शैली में बना वह डायनिंग रूम बहुत अच्छा लग रहा था। कम ऊंचाई की टेबल और वैसी ही बैठने की व्यवस्था थी। यह भूटान की पारम्परिक स्टाइल की डाइनिंग टेबल थी। जिस पर गहरे महरुन रंग की गद्दियां बहुत अच्छी लग रही थीं। साथ ही आधुनिक शैली की डाइनिंग टेबल भी थी। कमरे में हल्की रोशनी, एक जादुई समां बांध रही थी।

खाना परोसने वाली युवती (उगमे) बहुत नम्र व मृदु भाषी थी। उन्होंने वभी हर चीज हमेशा दोनों हाथों से ही रखी थी। सम्मान, अपनापन दिखाने का एक तरीका है। जो यहाँ बहुत अच्छा लग रहा था।

ऊपर जाते समय मेरी होस्ट मिल गई। वह अपनी पाँच साल की बेटी कुलू के साथ बैठी थी। मैं उनके पास रुककर उनसे बात करने लगी।

''कल सुबह आपको कहाँ जाना है?''

''कल मैं टाइगर नेस्ट जाने का सोच रही हूँ।''

''हाँ, वो तो भूटान का प्रमुख आकर्षण है।''

मैं साझा टैक्सी लेना चाहूँ तो क्या यहाँ कोई एकल महिला है, जो साथ चाहती हो?

आमा, मेरी होस्ट का नाम है। उन्होंने बताया–''अभी जो छः महिलाएँ यहाँ ठहरी हुईं हैं, वो सभी एकल हैं। सुबह मैं आपको बता दूँगी। यदि कोई टाइगर नेस्ट जा रही हों तो आप साथ में चली जाना।''

21/9/18

अगली सुबह मैं सुबह जल्दी उठी, मैंने अपने होमस्टे को देखा जो बहुत सुंदर था। पारंपरिक शैली में बना एक बड़ा घर जिसके पीछे बहुत बड़ा बगीचा व किचन गार्डन था। बिल्ली और श्वान यहाँ आराम से साथ में धूप सेक रहे थे। एक दूसरे के दुश्मन यह दोनों जब साथ में पलते हैं तो दोस्त हो जाते हैं।

वॉटर हार्वेस्टिंग सिस्टम मुझे बहुत अनूठा और सुंदर लगा। आप फोटो देखें, शायद आपको भी अच्छा लगेगा। ऐसा घरेलू यंत्र मैंने पहली बार देखा।

चाय-नाश्ता करके मैं अकेली ही टाइगर नेस्ट के लिए निकल पड़ी। आज कोई भी वहाँ जाने वाला नहीं था।

1. टाइगर नेस्ट

टाइगर नेस्ट, यह भूटान के सबसे पवित्र बौद्ध मठों में से एक है। इस बौद्ध मठ को तक्तसांग मठ (Taktsang Monastery) भी कहा जाता है। पारो घाटी में एक ऊंची पहाड़ी चट्टान पर टंगा-सा दिखाई देता यह मठ, अपने आकर्षण व एक कठिन चढ़ाई के बावजूद सबको अपने पास बुलाता है। यह मठ करीब 3120 मीटर की ऊंचाई पर एक पहाड़ी की कगार पर बना है।

यहाँ पहाड़ पर चढ़ाई के लिए पचास रुपये में एक लाठी मैंने ली। रास्ते से ठीक पहले एक पटरी बाजार है, जहाँ से यादगार के तौर पर टाइगर नेस्ट से जुडी चीजों की खरीदारी की जा सकती है।

आगे बढ़ते ही चीड़ और दूसरे पहाड़ी पेड़ों का जंगल शुरू हो जाता है। घने और शांत जंगल के बीच थोड़ा-सा आगे बढ़ने के बाद पानी का एक झरना है, जिस पर पानी की मदद से घूमने वाले बौद्ध प्रार्थना-चक्र बने हैं।

बौद्ध धर्म में पवित्र मानी जाने वाली रंग-बिरंगी पताकाएँ रास्ते से बहुत सुंदर दिखाई दे रही थीं। आराम से चलते रहें तो थकान कम लगती है। छोटे कदम, लंबे और खड़ी चढ़ाई से भरे रास्ते की जरूरत

है। थोड़ी ऊँचाई से पारो घाटी का खूबसूरत नजारा दिखाई देता है। लगभग आधा सफर तय करने के बाद एक बड़ा प्रार्थना चक्र आता है। यहाँ मुझे पानी पीने की खाली प्लास्टिक बोतलों से बने बहुत से प्रार्थना चक्र भी दिखाई दिए।

पर्यटकों की बढ़ती हुई तादाद से पर्यावरण पर पड़ते प्रभाव को कुछ कम करने का यह अच्छा प्रयास है। अच्छी बात यह है कि पर्यावरण और स्थानीय संस्कृति पर पड़ने वाले प्रभाव को देखते हुए ही भूटान में बहुत देर से और धीर-धीरे देश के इलाकों को पर्यटकों के लिए खोला गया है। आज भी इस देश में पर्यटक के तौर पर आने पर बहुत से नियम और कायदों का पालन करना पड़ता है।

इसी जगह के पास एक रेस्टोरेंट भी बना है, जो मुख्य रास्ते से थोड़ा हट कर है। मुख्य मठ से करीब एक किलोमीटर पहले एक व्यूपांइट है। यह जगह ऊंचाई में मठ के लगभग बराबर और उसके ठीक सामने है। इसलिए यहाँ से मठ की सबसे शानदार तस्वीरें ली जा सकती हैं। इसी वजह से इस जगह को व्यू-पाइंट कहते हैं। सुनहरी छत से बना मठ यहाँ से बेहद शानदार लगता है। यहाँ तक पहुँच कर थोड़ी राहत मिलती है कि अब हम अपनी मंजिल तक पहुँचने ही वाले हैं।

व्यूपाइंट के बाद मठ तक पहुँचने के लिए सीधे घाटी में थोड़ी उतराई शुरू होती है। यहाँ से उतरने के लिए सीढ़ियाँ बनी हैं। सीढ़ियों से उतरते ही एक बड़ा विशाल झरना है, जिसे पुल से पार किया जाता है। इस झरने को पवित्र माना जाता है।

घाटी में उतरने के बाद मठ तक पहुँचने के लिए सीढियां चढ़नी पड़ती हैं। इन सीढ़ियों का सफर तय करके मठ तक पहुँचा जा सकता है।

मठ पर पहुँच कर मैंने जिस अद्‌भुत सौंदर्य, शांति का अनुभव किया वो अनोखी थी। बस, झरने के पानी की गिरने की आवाज सुनाई दे रही थी। प्रकृति खामोश थी। उस खामोशी से जो बातें करते हैं वो जानते हैं कि हमें उसका जवाब भी मिलता है। प्रकृति से बड़ा, सधन कोई संवाद नहीं! मौन से ज्यादा मुखर क्या है?

पहाड़ी की कगार पर बना मठ कई हिस्सों में बना है। कगार से साथ ऊपर उठते कई मंदिरों का समूह है। यहाँ कुल चार मुख्य मंदिर हैं। इनमें सबसे प्रमुख भगवान पद्मसंभव का मंदिर है, जहाँ उन्होंने तपस्या की थी। इस मठ के बनने की कहानी भी भगवान पद्मसंभव से ही जुड़ी है।

टाइगर नेस्ट से जुड़ी कथा :

भूटान की लोककथाओं के अनुसार इसी मठ की जगह पर भगवान पद्मसंभव ने तपस्या की थी। पहाड़ी के कगार पर बनी एक गुफा में रहने वाले राक्षस को मारने के लिए भगवान पद्मसंभव एक बाघिन पर बैठ तिब्बत से यहाँ उड़कर आए थे।

यहाँ आने के बाद उन्होंने राक्षस को हराया और इसी गुफा में तीन साल, तीन महीने, तीन सप्ताह, तीन दिन और तीन घंटे तक तपस्या की। भगवान पद्मसंभव बाघिन पर बैठ कर यहाँ आए थे इसी कारण इस मठ को टाइगर नेस्ट भी कहा जाता है। भगवान पद्मसंभव को स्थानीय भाषा में गुरू रिम्पोचे भी कहा जाता है। यहाँ सबसे पहले वर्ष 1692 में मठ परिसर बनाया गया। उसके बाद समय-समय पर यहाँ निर्माण का काम होता रहा। कुछ वर्ष पहले 19 अप्रैल 1998 के दिन मठ में भयानक आग लगी, जिसके बाद मठ का बड़ा हिस्सा नष्ट हो गया था। उसके बाद इसे फिर से बनाया गया है।

यहाँ कुछ देर बाहर बैठने के बाद मैंने अपनी वापसी की यात्रा शुरू की। उतरना तो अपेक्षाकृत आसान ही होता है। मैंने रेस्टोरेंट में खाना खाया। इतना थककर आने के बाद भोजन स्वादिष्ट ही लगता है। भूटान अपने पर्यावरण के प्रति बेहद सजग है। पर्यटन के दबाव के बावजूद उन्होंने अपने नियमों से समझौता नहीं किया है। साढ़े पाँच किलोमीटर की चढ़ाई के पूरे रास्ते में एक ही रेस्टोरेंट को इजाजत दी गई है।

रास्ते में उतरते समय गाइड ने बताया कि यहाँ के गाइड और लोग मिलकर अक्सर रविवार के दिन चढ़ाई के पूरे रास्ते की सफाई करते हैं। रास्ते में कचरे और प्लास्टिक की बोतलों को एक जगह जमा करके नीचे लाया जाता है।

चढ़ाई आसान नहीं होती है। मैंने दो गलतियाँ भी कर दी थी। एक तो मुझे सुबह जल्दी चढ़ाई शुरू करनी थी। दूसरा मेरे साथ पर्स था। चढ़ाई के समय बैग पैक हो तो ठीक रहता है। चढ़ाई के समय मेरे कपड़े भी मुझे गर्मी दे रहे थे।

करीब पाँच घण्टे बाद जब मैं नीचे आई तो बहुत थक गई थी। आज का दिन इससे ज्यादा घूमने का बूता मुझमें नहीं था। मैं अपने घर आ गई। आज मैं थकान के साथ बुखार की कँपकपी भी महसूस कर रही थी।

मैंने आमा को सन्देश भेजा–''मुझे बुखार जैसा लग रहा है। ठंड भी लग रही है। आपके पास कोई दवा होगी क्या?''

''हाँ है, मैं भिजवा देती हूँ! आप खाना क्या लेंगी?''

''मुझे सिर्फ दूध व कोई एक फल, यदि हो तो भेज दीजिये।''

कुछ ही देर में एक प्लेट में सेबफल, दो गोलियाँ, गर्म पानी (वहाँ लोग साधरणतः गर्म पानी ही पीते हैं। दर्द में ये बेहतर भी होता है।) उगमे के साथ कुलू (आमा की छोटी बेटी) मुझे देने आयी थी। जो एक ही दिन में मुझसे घुलमिल गई थी। उगमे ने यह सब देते हुए कहा– ''आपको कुछ भी जरूरत हो तो आप बता दीजिए।''

''अरे नहीं, ये सब ही बहुत है। अब मुझे कुछ नहीं चाहिए!'' उनको दिल से बहुत सारा शुक्रिया व शुभ रात्रि कहकर खा-पीकर मैं बहुत गहरी नींद सो गई।

22/9/18

सुबह आँख खुली तो देखा आमा के दो सन्देश थे। रात वाला सन्देश, जिसमें वह जरूरत पड़ने पर बात करने को कह रही थीं। सुबह का सन्देश, अब मेरी तबियत कैसी है? किसी होमस्टे में इतना अपनापन मिल सकता है। आपने ऐसा कभी सोचा था क्या?

प्रेम की ऊर्जा जीवन की गति को बढ़ा देती है। कब, किससे, कितना मिला ये महत्वपूर्ण नहीं है। मिलना ही हमारे जीवन में प्रकृति का धन्यवाद है। रिश्तों की दीवार के बाहर भी प्रेम बाँहें पसारे मिल सकता है। नये मित्र मिलते हैं। जो बहुत ख़ुशियाँ, कई मीठी यादें दे सकते हैं।

यहाँ कोई अपना नहीं तो गैर भी नहीं है। हम सब इस मिट्टी के अंश हैं। जो एक तरह से एक ही है। बिल्कुल वैसे ही जैसे ईश्वर एक है। वहाँ दो की जगह नही! हाँ जीवन के दो पहलू जरूर हैं। दिन और रात की तरह जीवन के हर भाव का रंग है। यह है हमारी नजर का फर्क, हैं तो वो एक ही।

आज दूसरा दिन, मैंने पारो के स्थानीय स्थल देखने का मन बनाया।

टैक्सी स्टैंड से मैंने आज जो टैक्सी ली वह अकेले ही तय करनी पड़ी। आज कोई भी मेरे साथ चेले ला पास जाने वाला यात्री नहीं था।

मेरे चालक सोनम ने कहा–''सबसे पहले हम चेले ला पास जाते हैं। फिर शहर के बाकी स्थल देख लेंगे।''

''ठीक है!'' ऊँचाई पर पहले जाना ठीक ही होता है। पहाड़ी रास्तों पर कब बारिश हो जाये पता नही!

2. चेले ला पास

चेले ला पास : चेले ला पास की अधिकतम ऊंचाई समुद्रतल से 3988 मीटर है. चेले ला पास से गुजरता सड़क मार्ग भूटान का सब से ज्यादा ऊंचाई वाला सड़क मार्ग है।

यहाँ पहुँचते ही ठंडी हवा के झोंके न केवल पर्यटकों का स्वागत करते हैं बल्कि शरीर में ठिठुरन भी पैदा कर देते हैं। इन पहाड़ियों में रंगबिरंगी लहराती पताकाएं इस जगह की खूबसूरती में चार चाँद लगाती हैं।

पारो का सौंदर्य, हर जगह, हर कोण से अलग व अद्‌भुत है। शहर से बाहर जब भी आप निकालेंगे, वांगचु नदी साथ में बहती चलेगी। सड़क के साथ बहती नदिया की धारा रास्तों को बहुत जीवंत और सुंदर बना देती है। हल्का हरे रंग का निर्मल जल, जिसमें कोई भी वस्तु प्रवाहित नहीं की जाती है। मन्नतों के धागे हों या पूजा के फूल, यहाँ किसी के लिए भी स्थान नहीं है।

काँच-सा चमकता पानी, जिसमें तल के पत्थर बहुत साफ दिखते हैं। बहुत अच्छे लगते हैं। नदियाँ तो हमारे देश में भी कई हैं। पर उनकी

निर्मलता के बारे में हम सब जानते हैं। क्या करें, वो हमारी दुआओं का बोझ भी उठाती हैं!

नदी से हम पानी लें और उसका सम्मान करें ये आसान नहीं है क्या? प्रदूषित जल का भुगतान कौन करता है? यह समझने से जल की स्वच्छता का स्तर बढ़ने लगेगा। हमारे देश की नदियाँ भी काँच-सी चमकने लगेंगी।

चेले ला पास समुद्र तल से बहुत ऊँचाई पर है। इन रास्तों की ठंडक, हरियाली ऊंचाई के साथ बहुत शांत, नयी-सी लगने लगती है। यहाँ आकर ठंड बढ़ने लगी थी। मुझे रास्तों पर बनी एक और खूबसूरत मोनेस्ट्री दिखाई दी, जो बहुत सुंदर थी।

दूर पर्वतों पर बनी ये मोनेस्ट्री कुछ-कुछ टाइगर नेस्ट जैसी ही दिखाई दे रही थी। यहाँ से भूटान का जो नज़ारा दिखाई दे रहा था, वो प्रकृति का इंसान को दिया एक अद्‌भुत तोहफा ही कहा जा सकता है।

इस ऊंचाई पर सफेद व रंगीन प्रार्थना की पताकाएँ लकड़ी के सहारे लगी लहरा रहीं थीं। सोनम ने मुझे बताया कि 'सफेद पताका दिवंगत परिवार के सदस्यों के लिए दुआ के रूप में लगायी जाती हैं। रंगीन (लाल, पीला, नीला, हरा) अच्छे भाग्य की उम्मीद में लगाई जाती है।' सोनम को याद करते हुए ये फोटो उसके सद्‌व्यवहार, अपनत्व को समर्पित है।

इस ऊंचाई पर भी यहाँ के खाने का सामान तथा भूटानी कलाकृतियाँ खरीदने के लिए एक दुकान थी। ये दोनों दुकानें वाहनों पर ही बना ली गई थीं। इस स्थान से ऊपर जाने पर हमें भूटान का राष्ट्रीय फूल नीला पॉपी (अफ़ीम) का फूल देखने को मिल सकता था, पर मिला नहीं! जिसे देखने की मुझे बहुत इच्छा थी।

हा Haa

एक बहुत ही सुंदर जगह है। जहाँ मैं नहीं गई। आप वहाँ जायें! शायद वहाँ आप भूटान का राष्ट्रीय फूल (पर्पल पॉपी) देख पाएंगे। वहाँ का प्राकृतिक सौंदर्य चेले ला पास से भी ज्यादा मोहक है। उसकी फोटो

देख कर मुझे लग रहा है कि मैंने वहाँ न जाकर गलती की। पर इस ऊंचाई के आगे जाना, बाकी के सारे स्थल को देखने से वंचित रहने जैसा था। साथ ही फूलों का मिलना पक्का भी नहीं था। बस, हमें एक कोशिश करनी थी।

उस ठंडी खूबसूरत जगह कॉफी पीकर हम नीचे की तरफ चल पड़े। एक सज्जन चावल का नमकीन दलिया खा रहे थे। उसे हम खाने की जगह पीना भी कह सकते हैं। क्योंकि उसमें पानी की मात्रा काफी ज्यादा होती है। भूटान में तले हुए खाद्य-पदार्थ कम खाये जाते हैं। उनका भोजन स्वास्थ्य-वर्धक ज्यादा होता है। अपने होमस्टे में भी मैंने यही देखा।

3. राष्ट्रीय संग्रहालय :

इस इमारत का निर्माण 17वीं शताब्दी में रिणपंग जोंग की सुरक्षा हेतु वॉच टावर के रूप में किया गया था। 1967 में इसे भूटान का राष्ट्रीय संग्रहालय घोषित किया गया।

नए भवन में स्थानांतरित राष्ट्रीय संग्रहालय में चार दीर्घाएं-मुखौटा दीर्घा, थंगक दीर्घा, हेरीटेज दीर्घा एवं नैचुरल हिस्ट्री दीर्घा हैं।

गोल आकृति की एक सुंदर इमारत में इसे बनाया गया है। (इस समय इमारत का मरम्मत का कार्य चल रहा था। इसलिए पास ही एक अन्य इमारत में संग्रहालय को स्थानांतरित किया गया था।) मैंने उस इमारत को बाहर से ही देखा। कहते हैं वह इमारत बहुत सुंदर है।

यहाँ एक कमरे में विभिन्न मुखौटे रखे गये हैं, जो यहाँ के पारंपरिक त्यौहारों पर नृत्य के समय इस्तेमाल किये जाते हैं। उन्हें पहनकर ही नृत्य किया जाता है।

ये कईं तरह के हैं, साथ ही इनके रंग, रूप विविधता लिये हुए हैं। भूटान की वन, पशु संपदा और भौगोलिक जानकारी को समेटे यह एक सुंदर संग्रहालय है। इसका एक कमरा भारत को समर्पित है। हमारे देश के लगभग सभी प्रधानमंत्रियों के साथ भूटान नरेश के फोटो हमारे रिश्ते की मजबूत डोर की गवाही देते हैं।

एक कमरे में भूटान की जानकारियों से जुड़ी डॉक्यूमेंट्री चल रही थी, जिसे लोग बड़े चाव से देख रहे थे। यहाँ कैमरा साथ में नहीं ले जा सकते हैं। सारा सामान बाहर एक लॉकर में रखकर जाना होता है।

4. रिनपंग जोंग

एक बहुत विशाल, हरियाली व पर्वतों के सौंदर्य से घिरा आध्यात्मिक स्थल, जो सचमुच शांति के एक खूबसूरत अहसास से भर देता है।

यहाँ कुछ देर बैठकर आप ईश्वर, प्रकृति से बात करेंगे तो जो सुकून आपको मिलेगा वो आपकी ऐसी सम्पदा होगा जिसे कोई चुरा नहीं सकता। हाँ, वो बाँटने से बढ़ने लगेगी।

यह पारो का प्रमुख मठ है। इस का निर्माण 1646 में शबदरूंग नगवांग नामग्याल द्वारा कराया गया। मठ होने के साथ-साथ इसमें जिला प्रशासनिक प्रमुख का कार्यालय एवं जिला न्यायालय भी है।

5. दंगसे लहखांग :

स्तूपनुमा इस बौद्ध मंदिर का निर्माण 1433 में लौहपुल निर्माता थंगटोंग गैलपो द्वारा कराया गया था। इस मंदिर में बने चित्र भूटान की उत्कृष्ट चित्रकला के शानदार नमूने हैं।

आज के दिन जितने स्थल देखने थे, वो मैं देख चुकी थी। साथ ही मुझे कुछ खाना भी था। मैंने एक जगह खाना खाया जो बहुत ही स्वादिष्ट था। यहाँ से शेयरिंग टैक्सी लेकर मैं 30 रुपये में अपने होमस्टे तक पहुँच गई।

यहाँ के टैक्सी चालक बहुत मिलनसार हैं। वे हमसे बातें करना पसंद करते हैं। उनके सवाल– ''हमें उनका देश कैसा लग रहा है? यहाँ के लोग कैसे हैं? मेरे अगले दिन का क्या कार्यक्रम है?'' ये जरूर होते थे।

आख़िरी सवाल का सबसे बड़ा फायदा मुझे ही होता था। वो मेरी अगले दिन की यात्रा से जुड़ी जानकारी को पूरा कर देते या सुधार देते थे। शाम को मैं आमा से बातें करना पसंद करती थी। भूटान के जीवन से जुड़ी बातें जितनी आमा बता सकती हैं उतनी मैं कहीं से भी नहीं जान सकती हूँ।

साथ ही मुझे यह पुस्तक लिखनी है, यह पहले से ही तय था तो ये बातचीत मेरी जरूरत भी थी। आज मुझे आमा ने जो बताया वो चौंकाने वाला था। मुझे इसकी कोई जानकारी नहीं थी। जैसे कि भूटानी व नेपाली लोगों से मिलकर यह देश बना है। आमा के पिता नेपाली व माँ भूटानी हैं। यहाँ शादी के बाद 'वर' अपना घर बदलता है। माने आमा के पति पेमा अब इस घर में आये। (हालांकि वह अब अमेरिका में कार्य करते हैं।) आमा का अपने पति के घर भी नियमित आना-जाना चलता रहता है। सिर्फ त्यौहार पर जा पाते हैं क्या? इसके जवाब में आमा ने मुझे बताया।

जब बेटियाँ ही घर को देखती हैं तो आज़ादी, जिम्मेदारी से जुड़े सारे सवाल खत्म हो जाते हैं। महिलाओं के प्रति सम्मान व बराबरी का, यह देश एक सुंदर उदाहरण है। साथ ही संपत्ति बेटियों में बराबरी में बाँट दी जाती है।

दहेज व पर्दा-प्रथा का यहाँ के लोगों से कोई सरोकार नहीं है। बेटा-बेटी की परवरिश एक-सी ही होती है, जो एक स्वस्थ समाज व देश की मजबूत नींव की सबसे बड़ी जरूरत है।

भूटान में जाति की बात आपस में बिल्कुल भी पसन्द नहीं की जाती है। राजतंत्र की ओर से इसे बढ़ावा नहीं मिलता है। देश को शांति के साथ आगे बढ़ाने की समझ राजा में होना ज़रूरी है। वो चाहे तो अनुशासन से इसे बाँध सकता है और स्वार्थ के चलते तोड़ भी सकता है।

एक खूबसूरत देश को उसके राजा ने बड़े जतन से सम्हाला है। यह बात मुझे आमा से बात करते हुए रोज महसूस होती थी, जब-जब वह मुझे अपने देश के बारे में कुछ बताती थी।

23/9/18

हमारे शेफ़ धनेश ने आज नाश्ता तैयार करके रखा था। वैसे तो वह रोजाना मुझसे पूछते थे कि 'मैं अपना नाश्ता स्वयं बनाऊँगी या वो कुछ बना कर दें?'

आज जो तैयार था, वो था–नमकीन दलिया, जिसमें अदरक, टमाटर, प्याज सब था और वो बहुत स्वादिष्ट था। आज त्यौहार का दिन है और इसे ही खाया जाता है। आज के दिन का नाम है (Blessed rainy day)। आज की सुबह वर्षा ऋतु की समाप्ति व नयी बुवाई का दिन होता है। बौद्ध परम्परा के अनुसार इसको पवित्र दिवस के रूप में मनाया जाता है।

अलसुबह (अधिकतर घरों में बुजुर्ग) उठकर इस परिवर्तन का स्वागत करते हैं। वो घर के बाहर स्नान करते हैं। आज के दिन स्नान का मतलब, वे अपने आपको बीमारियों, नकारात्मकताओं, बाधाओं से बचाने जैसा मानते हैं। यह इनकी नजर में प्रकृति का आशीर्वाद है।

भूटान का राष्ट्रीय खेल तीरंदाजी है। आज तीरंदाजी की जाती है या लकड़ी के बोर्ड पर तीर फेंक कर भी इस रस्म को पूरा किया जाता है।

आज अवकाश का दिन भी है तो चुवांग नदी के किनारे थिम्पू जाते समय मुझे लोग पिकनिक मनाते हुए दिखे। कहीं नदी किनारे लोग खेल रहे थे तो कहीं बैठे धूप व सर्दी की पहली दोपहर का आनंद ले रहे थे।

थिम्पू

आज थिम्पू जाने के लिए मैंने शेयरिंग टैक्सी (रु. 250) ली। यहाँ के मार्केट में मैंने नाश्ता किया। आज दुकानें कम ही खुली थीं। छुट्टी का दिन जो था। एक रेस्टोरेंट में मैंने छोले भटूरे खाए। नाश्ता स्वादिष्ट और वाजिब दाम का था। स्थानीय दर्शनीय स्थल देखने के लिए मैंने एक टैक्सी ली, जिसके लिए मुझे 1400 रुपये देने थे।

भूटान की राजधानी थिंपू है। यह शहर वांगछू नदी के किनारे समुद्रतल से 2,400 मीटर की ऊंचाई पर बसा है। यहाँ यातायात को नियंत्रित करने के लिए सड़क के बीच बनी चौकियाँ बहुत सुंदर हैं। यहाँ मुख्य बाजार, होटल, रेस्तरां, शासकीय कार्यालय, स्टेडियम और खूबसूरत बगीचे हैं।

थिम्पू, भूटान के पश्चिमी मध्य भाग में स्थित है। भूटान की प्राचीन राजधानी पुनाखा थी, जिसे 1961 में बदलकर थिंपू को राजधानी बनाया गया। यह नगर, रैडक नदी द्वारा बनाई गई घाटी के पश्चिमी तट

पर उत्तर-दक्षिण दिशा में फैला हुआ है, जिसे भूटान में 'वांग चू' या 'थिम्पू चू' के रूप में जाना जाता है।

थिम्पू दुनिया में चौथी सबसे ऊँची राजधानी है (2,248 मीटर से 2,648 मीटर तक)। थिम्पू का अपना हवाई अड्डा नहीं है, लेकिन लगभग 54 किलोमीटर दूर पारो हवाई अड्डा है, जो थिम्पू से सड़क से जुड़ा है। थिम्पू वास्तव में एक कस्बे के रूप में तब तक मौजूद नहीं था जब तक कि यह 1961 में भूटान की राजधानी नहीं बन गया। थिम्पू में 1962 में पहला वाहन दिखाई दिया और शहर 1970 के दशक के अन्त तक बहुत कुछ गाँव जैसा था।

1990 के बाद से जनसंख्या बढ़ी है, और अब अनुमानतः 90,000 होने का अनुमान है। यहाँ का ताशी छो दोज़ोंग (पहाड़ी दुर्ग) पारम्परिक दुर्ग और मठ है, जिसे शाही सरकार के कार्यालयों के रूप में उपयोग किया जा रहा है। यह पारम्परिक भूटानी वास्तुकला का श्रेष्ठ नमूना है। शाही महल के आस-पास के खेत कृषि को दी जाने वाली उच्च प्राथमिकता को दर्शाते हैं। इस क्षेत्र की प्रमुख फसलें चावल, मक्का और गेहूँ हैं। 1966 में यहाँ एक जलविद्युत संयंत्र का संचालन शुरू हुआ। शहर में हवाई जहाज उतारने की एक पट्टी है। भारत-भूटान राष्ट्रीय राजमार्ग (1968 को खोला गया) थिम्पू को भारत के भूटान के मुख्य प्रवेश द्वार, फुंतशोलिंग से जोड़ता है।

यहाँ कईं पर्यटन स्थल हैं। एक दिन में पूरा थिम्पू देख पाना सम्भव नहीं है। आज मैं उन जगह को देख लूँगी, जो खुली हुई हैं। बाकी की जगह मैं कल ही देख पाऊँगी।

थिम्पू एक बड़ा शहर है। पारो और थिम्पू में एक बड़ा फर्क नजर आया। वो ये था कि यहाँ की इमारतें आधुनिक हैं। पर उनकी शैली खासकर खिड़कियाँ वैसी ही हैं जैसी पारम्परिक शैली की होती हैं।

मेरे चालक व सहयात्री ने बताया कि यह राजकीय नियम है। खिड़कियों के डिज़ाइन को बदला नहीं जा सकता है। आप मकान आधुनिक शैली का बना सकते हैं, पर कुछ नियम तो मानने पड़ेंगे। यही चीज मैंने फुंतशोलिंग में भी देखी थी। आधुनिक भवन की खिड़कियाँ

एक-सी थीं। जो यहाँ की पहचान है। उसे संजोने का यही एक कड़ा नियम है, जो सही भी है।

मुझे यह बात अच्छी लगी। देश को सुचारू रूप से चलाने के लिए अनुशासन जरूरी है। मेरा पहला दर्शनीय स्थल बहुत दूर से ही दिखाई दे रहा था। बुद्ध की विशाल, मोहक प्रतिमा दूर से भी बहुत सुंदर आकर्षक लग रही थी।

6. बुद्धा डोर्डेमा

ग्रेट बुद्ध डोर्डेमाः भूटान के चौथे राजा जिग्मे सिंगे वांगचुक की 60 वीं वर्षगांठ के अवसर पर विशाल शाक्यमुनि बुद्ध प्रतिमा का निर्माण करवाया गया। यहाँ इस मूर्ति के आसपास एक लाख से अधिक छोटी बुद्ध मूर्तियां हैं। इनमें से प्रत्येक, महान बुद्ध डोर्डेमा की तरह ही, कांस्य से बनाई गई हैं और सोने की परत उन पर चढ़ी है।

ग्रेट बुद्ध डॉर्डेमा, कुरेंस फोडरंग के खंडहर, शेर वांगचुक के महल, तेरहवीं देसी डुक के खंडहर के बीच स्थित है। इसका निर्माण 2006 में शुरू हुआ था। इसके अक्टूबर 2010 में खत्म होने की योजना बनाई गई थी, हालांकि निर्माण 25 सितंबर 2015 तक समाप्त नहीं हुआ था। ये प्रतिमा 54 मीटर (177 फीट) दुनिया में सबसे विशाल, बुद्ध की कुछ प्रतिमाओं में से एक है।

मूर्ति का निर्माण नानजिंग, चीन, सिंगापुर के प्रायोजन से लाखों अमरीकी डालर की लागत से किया गया था। भूटानी राजशाही के शताब्दी के जश्न मनाने के अलावा, इस विशाल मूर्ति के लिए भविष्यवाणी की गई थी कि गुरु पद्मसंभव, बुद्ध या (वज्रकीला) फर्बा की एक बड़ी मूर्ति इस क्षेत्र में दुनिया में आशीर्वाद, शांति और खुशी प्रदान करने के लिए बनाई जाएगी।

इसके अतिरिक्त, वोंग-पारो के बीच क्षेत्र का निर्माण और पद्मनाभस्वामी की प्राचीन काल में निर्मित मूर्ति का उल्लेख किया गया है, जो लगभग छठी शताब्दी से आज तक का समय कहा गया था।

नारी-प्रतिमाएं और अपनी पारंपरिक परिकल्पना में बना भव्य पूजा-गृह देखकर आनन्द द्विगुणित हो उठता है। प्रायोजकों के नाम, ध्यान

हाल में प्रदर्शित किए गए है, जो इस बुद्ध की प्रतिमा आदि के निर्माण में सहयोगी थे। विशाल कुएंसेल फ़ादरांग नामक प्रकृति पार्क जो करीब 943.4 एकड़ वन क्षेत्र में फैला हुआ है, यहाँ से देखा जा सकता है।

सोने से चमकते बुद्ध बहुत शांत, सुंदर दिखाई दे रहे थे। बहुत दूर जाने के बाद भी उस प्रतिमा को देखकर एक लगाव-सा महसूस होता है।

7. टेक्सटाईल म्युजियम

बुनाई की कला को जीवित रखने और के लिए इस म्युजियम की स्थापना की गई थी। यह महास्त्री आस्थी संगे गंगचुक के संरक्षण में बनाई गई गैरसरकारी, गैरलाभकारी संस्था है, जो भूटानी वस्त्र परंपरा की बुनाई कला को संरक्षित करने के उद्देश्य से प्रशिक्षण के लिए, एक शैक्षणिक केन्द्र के रूप में स्थापित है। संग्रहालय में भूटान की आकर्षक ऐतिहासिक चीजों तथा विभिन्न क्षेत्रों की महिलाओं और पुरुषों के खूबसूरत भूटानी वस्त्रों को भी यहाँ प्रदर्शित किया गया है।

8. थिंपू चोरटेन

शहर के दक्षिण-मध्य भाग में स्थापित मेमोरियल स्तूप को थिम्पू चोर्टेन के रूप में भी जाना जाता है। डुक ग्यालपो, जिग्मे दोरोजी वांगचुक को सम्मानित करने के लिए इसकी स्थापना 1974 में तत्कालीन राजमाता के द्वारा की गई थी।

भूटान में मुख्य स्तम्भ और भारतीय सैन्य अस्पताल के निकट शहर के दक्षिणी-मध्य भाग में स्थित दूबूम लैम पर स्थित एक स्तूप (झोंखका चोंने, चेटेन) है। 1974 में तीसरा ड्रुक ग्यालपो, जिग्मे दोरोजी वांगचुक (1928-1972) को सम्मानित करने के लिए बनाया गया था। स्तूप अपने स्वर्ण शिखर और घंटी के साथ अपने पूरे सौंदर्य व गरिमा के साथ खड़ा है। 2008 में इसका पुनर्निर्माण किया गया था।

आज के दिन ये स्थल देखने के बाद मैंने खाना खाया और मैं वापस पारो लौट गई। मेरे पास थिम्पू को देखने के लिए दो दिन थे। आज के दिन यही सब देख कर लौटने का मन हुआ। पारो के टैक्सी

स्टैंड पर पहुँच कर मैंने पारो के मार्केट को देखा। कुछ फल खरीदे। पारो में कई एटीएम हैं। मैं ज्यादा कैश साथ लेकर नहीं चलती। आज पैसे निकालने थे। एक, दो, तीन हर जगह कोशिश की पर पैसे नहीं निकल पाये।

पास खड़े स्थानीय लोगों ने बहुत सहयोग दिया। पहली मशीन पर लोगों ने मेरे साथ कोशिश की कि शायद उनकी सहायता से पैसे निकल आयें। वहाँ से एक महिला मुझे दूसरे एटीएम तक ले गई। शायद यहाँ से पैसे मिल जायें। जब वहाँ पर पैसे नहीं निकले तो एक व्यक्ति ने मुझे बताया कि ''पास ही भूटान की बैंक है। आप वहाँ जाकर बात करें। शायद आप का काम हो जाये!''

मैं भूटान के बैंक में गई। यहाँ बैंक के दरवाजे बंद होते हैं। खटखटाने पर ही दरवाजे खोले जाते हैं। वहाँ के कर्मचारियों को जब मैंने अपनी परेशानी बताई तो उन्होंने मुझे कहा–''आप अपने बैंक के टोल फ्री नंबर पर बात करें। वहीं से कुछ हो पाएगा। यहाँ से हम कुछ नहीं कर पायेंगे। आप चाहे तो मैनेजर से बात कर सकती हैं।'' मैंने उनको उनके सहयोग का धन्यवाद दिया और मैनेजर के पास गई।

उन महिला मैनेजर ने मुझे कहा–''ऐसा कभी-कभी हो जाता है। किसी-किसी बैंक का कार्ड काम नहीं करता है। आप जहाँ ठहरी हुई हैं, उन के किसी अकाउंट में पैसे ट्रांसफर करवा लें। वो ही बेहतर होगा।''

घर आकर जब मैंने आमा को यह बताया तो उन्होंने बड़े आराम से मुझसे कहा–''आप मेरे अकाउंट में पैसे मंगवा लो। तब तक मैं आपको पैसे दे देती हूँ।'' मेरे पैसे बाद में आये पर आमा ने मुझे अगली सुबह पैसे दे दिए। कार्बन-डाइऑक्साइड की कमी ने यहाँ की प्राणवायु को ही नहीं दिलों को भी भरपूर ऑक्सीजन से भर दिया है।

किसी भी स्थान पर हम जब एक जगह रहने लगें तो हर जगह याद हो जाती है। सब कुछ सुलभ लगने लगता है। उस जगह कुछ विशेष अपनापन लगने लगता है, जो अच्छा लगता है। पारो में ही सात दिन ठहरने का यही कारण था। ऐसा हम इस छोटे देश में कर सकते है।

बड़े देश में यह आसान नहीं।

एक बार आगे बढ़ गये तो दोबारा वहाँ नहीं जा सकते हैं। हर दो दिन बाद सामान पैक करने से यह बेहतर है। अब मैं लोकल टैक्सी स्टैंड से टैक्सी लेकर 30 रुपये में बड़े आराम से घर आ जाती थी। अब लोकल टैक्सी रोकना और लांगा (मेरे रुकने की जगह का नाम) बोलना भी मुझे आ गया था। पहले दिन उनको अपना पता समझाया था, जब ड्राइवर ने स्थान को समझा तो बोले 'ओके लांगा' मैंने भी तभी लांगा बोलना सीख लिया था। आज शाम का खाना खाकर मैं जल्दी ही सो गई। अगली सुबह उठ कर फिर थिम्पू के लिए रवाना हुई। आज थिम्पू में मैंने जो स्थल देखे वो हैं...

9. वस्त्र संग्रहालय थिंपू

यह एक राष्ट्रीय कपड़ा संग्रहालय है, जो कि भूटान के राष्ट्रीय पुस्तकालय के पास स्थित है। यह राष्ट्रीय आयोग द्वारा संचालित होता है। 2001 में इसकी स्थापना के बाद संग्रहालय ने राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पहचान बनायी है। प्राचीन कपड़ा और कलाकृतियों को इसमें सहेजकर रखा गया है। इसका उद्देश्य कपड़ा और कला कलाकृतियों को बढ़ावा देने के साथ ही अनुसंधान करना भी है। अध्ययन का केन्द्र बन चुके इस संग्रहालय में बड़ी संख्या में भूटानी लोग पारंगत हो रहे हैं।

10. चांग मानेस्ट्री-

इस बौद्ध मठ की स्थापना 12 वीं शताब्दी में एक ऊँची पहाड़ी पर लामा फ़ाजो रुजौम शिगपो द्वारा की गई थी। मंदिर परिसर से थिम्पू शहर का सुंदर दृश्य दिखाई देता है। मन्दिर के चारों ओर 108 मंत्रों से सुसज्जित, हाथ से घुमाने वाली चकरियाँ देखने को मिली। यह मान्यता है कि इन्हें घुमाने से सारे पापों का अंत हो जाता है। (धर्म को अंधविश्वास से जोड़ने की कला सदियों पुरानी है। इसकी आँच से कोई नहीं बच पाया है।)

11. फ़ोक हेरिटेज म्युजियम

28 जुलाई 2001 में इस संग्रहालय की स्थापना की गई थी। इसमें भूटान की ग्रामीण संस्कृति और जीवन जीने के तरीके संबंधी अनेकानेक सामग्रियों को प्रदर्शित किया है। प्रदर्शनी में घरों की कलाकृतियाँ, उपकरण तथा अनेकानेक वस्तुएँ संग्रहीत की गई हैं। 19वीं शताब्दी के एक तीन मंजिला घर को उसके मूल स्वरुप में ही संरक्षित किया गया है। यह घर मिट्टी एवं लकड़ी से बना है।

12. नेशनल स्टेडियम

शाम होने को थी और हम नेशनल स्टेडियम पहुँचे थे। दिन के समय यहाँ तीरंदाजी और फ़ुटबाल खेल के लिए युवा खिलाड़ियों की अच्छी खासी भीड़ होती है।

13. ताकिन प्राणी संग्रहालय

रॉयल ताकिन संरक्षित वन क्षेत्र-15वीं शताब्दी में ताकिन को भूटान का राष्ट्रीय पशु घोषित किया गया था। ताकिन के अलावा यहाँ पर हिरण, बारहसिंघे भी देखे जा सकते हैं। पूरा वन क्षेत्र मिनिस्ट्री आफ़ एग्रीकल्चर-फ़ारेस्ट के अन्तर्गत आता है।

ये सब देखकर हम वापस पारो की ओर निकल पड़े। आज शाम को जब मैं घर लौट कर आई तो आमा ने कहा–"मैं थोड़ी देर बाद पास के बाज़ार में जाऊँगी। मुझे थोड़ा सामान खरीदना है।"

"मैं भी आपके साथ चलूँगी!"

"आपको क्या लेना है?"

"मुझे थोड़े फल, सब्जियाँ खरीदनी है।"

"उसकी क्या ज़रूरत है वो तो हम पीछे से ही तोड़ लेते हैं।"

आमा मुझे पीछे ले गई। वहाँ के फल, सब्जियाँ देख कर तो मेरा मन प्रसन्न हो गया। मैंने मूली, चेरी टमाटर, बैंगन, हरी मिर्च तोड़ी। आज मैं अपने लिए बैंगन की सब्जी बनाऊँगी। वहाँ भुट्टे भी लगे थे। मैंने एक तोड़ा। उबला हुआ भुट्टा मुझे बहुत अच्छा लगता है।

आमा के किचन गार्डन में कई सब्ज़ियाँ हैं। चेरी टमेटो, हरी मिर्च

जिसकी कई प्रजातियाँ हैं। काली, हरी, लाल, घण्टी के आकार की मिर्च, जो ज्यादा तीखी भी नहीं होती है। उनके किचन गार्डन में खीरा, कद्दू, ब्रोकली, सेवफल, मूली, बैंगन, आलू, बीन्स भी थे। कुछ शायद मैं भूल भी गई हूँ। किसके पास क्या है? इससे ज्यादा महत्वपूर्ण है उसकी देने की इच्छा कितनी है? इसमें आमा से जो अपनापन मिला वो तो हमारे किसी परिवार के सदस्य जैसा ही था।

भूटान की खूबसूरती के साथ आमा का स्नेह मेरे जीवन की एक मीठी याद बनकर हमेशा मेरे साथ रहेगा।

24/9/18

सुबह की चाय के समय मेरी बातें रोज धनेश से होती थी। हम दोनों बाहर बैठकर चाय पीते थे। मेरे बाहर जाने के कार्यक्रम के बारे में मैं उनको सब बताती थी। वह सब सुनकर मुझे बेहतर सलाह जरूर देते थे। जो वाकई काम की होती थी।

आज बातों-बातों में धनेश ने मुझे बताया कि वहाँ जन्मदिन मनाने की प्रथा नहीं है। आजकल के बच्चे अपना जन्मदिन मनाने लगे हैं। पर पहले ये नहीं होता था। भूटान में दूरदर्शन, इंटरनेट सब कुछ सालों पहले ही आया है।

भूटानी लोग दो दिन को ही अपना जन्मदिन मानते हैं या तो एक जनवरी या फिर ग्यारह नवम्बर जब उनके चौथे राजा का जन्मदिन होता है। भूटान में जन्म के समय बच्चे की उम्र एक वर्ष मानी जाती है। वो गर्भ से उसकी उम्र की गणना करते हैं।

मैंने इन दिनों यहाँ दो बातें देखीं, एक तो कहीं भी ट्रैफिक लाइट नहीं है। दूसरी गाड़ियों की नम्बर प्लेट सबकी एक जैसी हैं। इसका गाड़ी के महँगी-सस्ती होने से कोई मतलब नहीं है।

सबके नम्बर साधारण तरीके से लिखे हुए होते हैं। किसी में कोई कलात्मकता नहीं होती है, जो साफ समझ भी आता है। नम्बर के साथ कलात्मकता की जरूरत भी नहीं है। हमारे देश में संख्या को इतना कलात्मक बनाया जाता है कि वह शब्दों जैसी लगती है। ऐसा सब तो

नहीं करते हैं फिर भी एक जैसी लिखावट देखने को नहीं मिलती है। भूटान में यह अनुशासन का एक और सुंदर उदाहरण है।

25/9/18

आज मुझे पुनाखा जाना था। पुनाखा की नदी के किनारे बना मठ मुझे बहुत सुंदर लगता था। आज उसे देखने जाना मेरे लिए रोमांचकारी अनुभव था। इस मठ की कुछ तस्वीरें मैंने पहले देखी थीं। तब से इस स्थान को देखने का बहुत मन हो रहा था। जिस जगह को देखने की बड़ी आस हो, वहाँ जाने पर उल्लास बढ़ जाता है।

सोनम मुझे दो दिन से मेरे होमस्टे से आकर ले जाते थे। उन्हें पता था कि मैं अपनी इस यात्रा के बारे में एक पुस्तक लिखने वाली हूँ। तो वे मुझे यहाँ से जुड़ी कई जानकारियाँ देते रहते थे। आज पुनाखा जाते समय हम पहले थिम्पू रुके। यहाँ से हमें पुनाखा का परमिट लेना था।

साथ ही मुझे पर्यटन विभाग जाना था। जहाँ से मुझे भूटान से जुड़ी हुई ज्यादा जानकारी मिलने की उम्मीद थी। मैं अपने परमिट के लिए आवेदन करने के बाद वहाँ जाना चाह रही थी। मैं परमिट का फॉर्म भर रही थी। एक सुंदर संयोग हुआ कि मेरे साथ चार भारतीय और थे, जो अकेले थे।

अधिकारी ने हमसे वही बात कही कि ''आप अकेले हैं? तो आपको एक पत्र लिखकर देना पड़ेगा।''

मेरे साथ जो युवती थी जब उससे अधिकारी ने पूछा कि ''क्या आप अकेली हैं?''

तो उसने बड़ी बुलंद आवाज में कहा– ''यस सर!''

जैसे एक सैनिक कहता है। मुझे उस युवती की आवाज़ की बुलंदी बहुत अच्छी लगी। हम अकेले हैं, तो इसमें घबराने की कोई बात नहीं है। इसको हम बड़े गर्व से स्वीकार कर सकते हैं कि हम अकेले हैं।

मुझे अपनी उस आवाज़ की याद आई, जब मुझसे पूछा गया था तो मैं थोड़ा-सा परेशान-सी हो गई थी। जीवन सीखने का नाम है। हर घटना एक संदेश देती है। बात यह है कि हम उससे कितना समझ पाते

हैं, कितना सीखते हैं।

हम सभी भारतीयों ने मिलकर एक दूसरे से पूछकर अपनी-अपनी अर्जी लिखी। अधिकारी को आवेदन देने के बाद उन्होंने कहा–''तीन घंटे बाद आकर अपना परमिट ले जाएँ!''

अधिकतर लोग जो पूनाखा जाते हैं, रात वहीं ठहरते हैं। पर मैं ऐसी किसी तैयारी से नहीं गई थी। मुझे तो वापस पारो जाना था। एक ही जगह ठहरना मुझे पसन्द है। बार-बार जगह बदलना, सामान पैक करना मुझे थका देता है।

या यूँ कहें कि एक ही जगह से लगाव के साथ रहना मुझे पसन्द है। यही फर्क है अकेले यात्रा करने का कि हम अपने निर्णय आराम से ले सकते हैं। अभी तो सुबह के दस बजे हैं। यदि तीन घंटे बाद परमिट मिलेगा तो शायद मुझे देरी हो जाएगी। मगर फिर वही बात हम व्यवस्था के आगे कुछ नहीं कह सकते। मेरा दूसरा काम, मुझे पर्यटन विभाग जाना था। वहाँ के लिए रास्ता पूछते-पूछते मैं ऑफिस पहुँची।

एक बहुत बड़ा, साफ सुंदर भूटान के पर्यटन स्थलों की तस्वीरों से सजा विभाग मुझे मिला। वहाँ के अधिकारियों से जब मिली और मैंने जब उनसे इस विभाग से जुड़ी पुस्तकों की बात की तो उन्होंने कहा ''अब यहाँ से पुस्तक का प्रकाशन बंद हो चुका है। मगर जो पहले प्रकाशित हुई हैं, उनमें से कुछ पुस्तकें हमारे पास हैं। वह हम आपको दे देते हैं।''

मैं अपने साथ कई सारी पुस्तकें लेकर आई, जो इस पुस्तक के लेखन में मेरी सहयोगी बनीं और मैं भूटान के पर्यटन विभाग को इसका धन्यवाद देती हूँ। मैं पुस्तकें लेकर बाहर निकल ही रही थी कि सोनम का फोन आ गया– ''मैडम, आपका काम हो गया?''

मैंने कहा ''हाँ, यहाँ से पुस्तकें तो मिल गई हैं। मगर परमिट तो वह तीन घंटे बाद देने को कह रहे हैं।''

''मैडम, आप परमिट ऑफिस पहुँचे। मैं भी वहीं पहुँच रहा हूँ। मुझे तीन सवारियाँ मिल गई हैं। जब हम वहाँ ऑफिस में जाकर विनती करेंगे तो आपको परमिट जल्दी मिल सकता है।''

मैं ऑफिस पहुँची। अंदर जाकर परमिट से जुड़ी कोई बात पूछती उससे पहले एक महिला अधिकारी ने कहा–''उस ट्रे में आपके परमिट रखे हैं। आप उन्हें ले सकते हैं।''

मैं बहुत खुश हो गई! अपना परमिट लेकर बाहर निकली। यह काम तो ऐसा हुआ कि मेरा एक पल भी खराब नहीं हुआ।

मुझे धनेश ने कहा था कि ''आप पर्यटक ऑफिस परमिट अप्लाई करने के बाद जाना क्योंकि पूनाखा से लौटते समय थिम्पू में सब कुछ बंद हो चुका होगा।''

धनेश की बात सही निकली। यहाँ फिर वही बात, अपने पूरे दिन का कार्यक्रम जब हम डिस्कस कर लेते हैं तो उसके बहुत फायदे होते हैं।

जब मैं गाड़ी में बैठी तो सोनम ने कहा–''मैडम आप बहुत लकी हैं! आपको परमिट भी जल्दी मिल गया और मुझे तीन सवारियां भी।'' (मैं साझा टैक्सी पसन्द करती थी। अपने पैसों की बचत से मुझे कोई परहेज़ नहीं है।)

थिम्पू से बाहर निकलते ही घने पेड़ों ने हमारा स्वागत करना शुरू किया। पुनाखा के इस रास्ते पर बादल हमारे साथ ही चल रहे थे। अपनी खिड़की से हाथ बाहर निकालकर उन्हें छूना, मुझे बहुत अच्छा लग रहा था। इस ऊंचाई पर आकर बादल कितने हल्के और कितने करीब थे। और हाँ, उनका रूप भी बदल गया था।

जीवन के भाव भी कुछ ऐसे ही हैं, जब नीचे से बादलों को देखो तो वह बहुत घने रुई के पहाड़ लगते हैं। मगर पास जाओ तो ठंडी हवा का एहसास, एक हल्की-सी धुंध जो हमारे साथ ही चल रही है। बस ऐसे ही लगते हैं।

जीवन के सुख-दुःख, हमारी हार-जीत सब कुछ ऐसी ही है। दूर से बहुत बड़ी लगती है। पास जाओ तो बस एक एहसास ही रह जाता है। घनापन खत्म हो जाता है। प्रकृति से बड़ा कोई गुरु नहीं! बात बस, समझने की और उसे महसूस करने की है।

कार अपने वेग से भाग रही थी। पीछे बैठे तीनों साथी, बौद्ध भिक्षु थे। सोनम ने मुझसे कहा–''अगर आप इनसे कुछ पूछना चाहती हैं, तो

पूछ सकती हैं।''

सोनम ने उनको भूटानी में मेरे बारे में बताया। मैंने उनसे कुछ सवाल पूछे–वो कितने समय से मठ से जुड़े हैं? मठ में क्या, कैसे नियम हैं? क्या वह अपने घर मिलने जा सकते हैं? क्या खाने-पीने के निर्धारित समय होते हैं? क्या वह कभी बाजार सामान खरीदने जा सकते हैं?''

उनके जवाब कुछ इस प्रकार थे...

वो तीनों करीब पाँच साल से मठ से जुड़े हैं।

सुबह उठना, अध्ययन करना। हर चीज के नियम हैं।

नहीं, वो अपने घर नहीं जा सकते हैं।

यह नियम तो एकदम पक्के हैं।

हाँ, उन्हें बाजार जाकर अपनी जरूरत का सामना लाने की छूट है।

वह मेरे सवालों के जवाब दे रहे थे मगर बार-बार सोनम को मेरे सवालों को अंग्रेजी से भूटानी में उनको समझाना पड़ रहा था। जो पहाड़ी रास्तों पर एक चालक के लिए ठीक नहीं है। साथ ही सोनम पीछे बार-बार देख रहे थे। यह सब देखकर मैंने उनसे ज्यादा सवाल नहीं पूछे। रास्ते में दोचुला पास आया। यहाँ रुककर हमने कुछ फ़ोटो लिए। मैंने अपने फोटो लेना कभी ज्यादा पसंद नहीं किया है। वैसे भी किसी स्थल का फोटो लेना मुझे ज्यादा अच्छा लगता है। मेरे अधिकतर फोटो सिर्फ उस जगह के ही होंगे।

14. दोचुला पास

थिंपू से पुनाखा के रास्ते पर 25 किलोमीटर दूर दोचूला पास है। समुद्रतल से इस स्थान की ऊंचाई 3,020 मीटर है। यहाँ पहुँचते ही ठंडी हवा के झोंके ने हमारा स्वागत किया।

यहाँ पर बौद्ध मंदिर एवं 108 स्तूपों का समूह देखने लायक है। उल्फा उग्रवादियों से लड़ते हुए वीरगति को प्राप्त 108 सैनिकों की याद में इसका निर्माण किया गया है। यहाँ से हिमालय की बर्फीली चोटियों के शिखर बहुत सुंदर लग रहे थे।

कुछ आगे जाने पर राज परिवार का निजी मन्दिर दिखाई दिया, जो दूर पर्वतों के बीच बहुत सुंदर लग रहा था। रास्ते में मैं सोनम से बात करती रही। उससे मुझे कई जानकारियाँ मिली। यहाँ शिक्षा व स्वास्थ्य सेवा पूर्णतः मुफ़्त में राजतंत्र की ओर से दी जाती है।

स्कूली शिक्षा के बाद यदि किसी प्रतिभावान विद्यार्थी को विदेश पढ़ने जाना है। तो सरकार उसका खर्च भी वहन करती है। हालांकि भूटान में भी कुछ कॉलेज हैं, जहाँ विद्यार्थी अपनी आगे की शिक्षा जारी रखते हैं। स्वास्थ्य सेवाओं के साथ भी यही बात है कि भूटान में जितने अस्पताल हैं, वहाँ के बाद यदि विदेश में इलाज की आवश्यकता है तो सरकारी खर्च पर वह व्यवस्था की जाती है।

शासन से जुड़े यह दो फायदे–शिक्षा व स्वास्थ्य यदि जनता को राजा की तरफ से मिल जाए तो यह एक बहुत बड़ी राहत की बात है। अच्छी सड़कें, साथ ही शासन व्यवस्था जो पूरे अनुशासन से चलती है। आम जनता व देश की प्रगति के लिए यह एक बहुत बड़ी ज़रूरत है।

इससे ज्यादा व्यवस्था से उम्मीद करना ठीक भी नहीं, हमारी जिंदगी की प्रगति हमारे हुनर, हमारी प्रतिभा पर टिकी होती है। यहाँ की व्यवस्था आम जनता को जो दे रही है वह उम्मीद से ज्यादा है। सोनम की तीन बहनें थिम्पू के सरकारी विभाग में कार्यरत हैं। माता-पिता पास ही किसी गाँव में रहते हैं। वो खेती पर निर्भर हैं।

15. पुनाखा द्ज़ोंग

पुनाखा नगर, पुनाखा जिले का प्रशासनिक केंद्र है। वर्ष 1955 तक पुनाखा, भूटान की राजधानी थी। इसके बाद भूटान की राजधानी थिम्पू स्थानांतरित हो गयी। पुनाखा से थिम्पू की दूरी 72 किलोमीटर है।

पुनाखा से थिम्पू कार से जाने में लगभग 3 घंटे समय लगता है। थिम्पू की अपेक्षा पुनाखा में सर्दियों में कम सर्दी और गर्मियों में कम गर्मी रहती है।

भूटान में पुनाखा सफ़ेद और लाल चावल के उत्पादन के लिए प्रसिद्ध है। यहाँ की फ़ोचू (नर) और मोचू (मादा) नदियों की घाटी में ये

दोनों प्रकार के चावल पैदा होते हैं। यह दोनों नदियां भूटान की महत्वपूर्ण नदियां हैं।

रितषा गाँव

इस गाँव के घर की दीवालें तालाब की मिट्टी से बनी हैं, लेकिन इनकी नींव पत्थरों से तैयार की जाती है। मकान दो मंजिले से अधिक नहीं बनाये जाते हैं। घरों के आस-पास गृह उद्यान और चावल की खेती होती है। गृह उद्यानों में सब्जियाँ और फलों के वृक्षों का रोपण किया जाता है। फलों में पपीते और संतरे के पौधों की अधिकता रहती है। सर्दियों में पुनाखा के किले में केंद्रीय भिक्षु संस्था का आवास रहता है।

शाही बौद्ध मठ – पुनाखा जोंग

दोचुला पास से चलने के बाद पुनाखा से पहले गुरुथांग नामक कस्बा आता है। यह मोचू नदी के किनारे है। पुनाखा भूटान की प्राचीन राजधानी थी। यहाँ शहर में बाजार के नाम पर कुछ ज्यादा दिखाई नहीं देता है।

गुरुथांग बाजार से 5 किलोमीटर आगे जाने पर पोचू और मोचू नदियों के संगम पर पुनाखा जोंग दिखाई देता है। यह भूटान का शाही बौद्ध मठ है। वह जोंग नदी के उस पार है। यहाँ जाने के लिए नदी पर पुराना लकड़ी का पुल बना हुआ है। यह पुल बड़ा ही सुंदर है। पुल से नीचे की ओर आवाज़ करता तेज गति बहता हुआ पानी और पानी में मछलियों को देखा जा सकता है।

नर व मादा नदी की बात मैंने पहली बार यहाँ सुनी। जिस नदी का जलप्रवाह तेज है, पाट चौड़े हैं वह नर नदी है। अपेक्षाकृत कम पाट व प्रवाह वाली नदी मादा है। इन दोनों के संगम के बाद इस नदी का वेग व पाट काफी चौड़े हो जाते हैं। द्जोंग को दो नदियों के बीच में बनाने के पीछे सुरक्षा का कारण अहम् रहा था। वह इसे बाहरी आक्रमण से बचाने की सोच पर टिका था।

जोंग में प्रवेश के लिए भारतीय नागरिकों को 300 रुपये का टिकट

लेना अनिवार्य है। साथ ही हमें एक गाइड मिल जाता है, जो अधिकतम दस लोगों को अपने साथ लेकर चलता है। वह बड़े आराम से हमारे सवालों के जवाब देते हैं व हमें द्जोंग की विस्तृत जानकारी भी देते हैं।

टिकट लेकर लकड़ी के सुंदर पुल को पार कर हम पुनाखा जोंग के परिसर में पहुँच गए। कोई 20 सीढ़ियां चढ़ने के बाद मठ का विशाल प्रवेश द्वार है। दोनों तरफ दो विशाल धर्म चक्रों के साथ-साथ दीवारों पर बुद्ध की जीवन कथा से जुड़ी विशाल पेंटिंग बनी थी, जो अपने चटकीले रंगों के कारण बहुत आकर्षक लग रही थी। रंग एक-दूसरे को उभारने का कार्य करते हैं।

इसको देखने के बाद हम विशाल आंगन में पहुँच गए हैं। हमारे गाइड हमें बताते हैं कि इस जोंग के आंतरिक हिस्से में तीन भाग हैं। इसमें हम पूजा स्थल और बौद्ध भिक्षु निवास क्षेत्र में नहीं जा सकते। हम मुख्य मंदिर और उसके आंगन क्षेत्र में घूम सकते हैं।

पुनाखा जोंग का निर्माण 1637-38 में प्रथम रिनपोछे नागवांग नामग्याल द्वारा करवाया गया। यह भूटान का तीसरा सबसे पुराना और दूसरा सबसे बड़ा जोंग माना जाता है।

वास्तव में पुनाखा जोंग भूटान के राजघराने का प्रशासनिक केंद्र (1955) तक हुआ करता था। इसके पास में ही भूटान का पुराना राजमहल स्थित है। 1955 में राजधानी थिम्पू में जाने के बाद भी इस जोंग का महत्व बना हुआ है।

मुख्य मंदिर के अंदर गौतम बुद्ध, आचार्य पद्म संभव और नागवांग नामग्याल की प्रतिमाएं हैं। बड़ी संख्या में थंगक पेंटिंग भी हैं। यहाँ आंतरिक फोटोग्राफी पर प्रतिबंध है। मंदिर की सजावट भव्य है। चटकीले रंगों का अद्भुत प्रयोग इस मंदिर को बहुत सुंदर बना देता है। हाथ की कढ़ाई से बने बुद्ध के रंगीन फोटो के लिए कारीगरों की जितनी प्रशंसा की जाए कम ही है।

नागवांग नामाग्याल को बोरार्ड लामा के रूप में जाना जाता है। वह एक तिब्बती बौद्ध लामा थे। उन्हें एक राष्ट्र राज्य के रूप में भूटान के विकास व समृद्धि के लिए जाना जाता है।

साल 1651 में पुनाखा में ही उनकी मृत्यु हो गई। इस जोंग में उनकी कुछ स्मृतियां संरक्षित हैं, जिन्हें यहाँ बहुत पवित्र माना जाता है। उसे देखने की अनुमति केवल राजा व मुख्य लामा को ही है। साथ ही भूटान की प्रगति व शांति के लिये उनकी स्मृतियों का यहाँ होना भी माना जाता है।

पुनाखा जोंग में करीब 1000 बौद्ध भिक्षु रहते हैं। इनमें बड़ी संख्या में बाल लामा भी हैं। भूटान के हर राजा की शादी पुनाखा के जोंग में ही होती है। साल 2013 में भी जिग्मे खेशर की शाही शादी के लिए राजधानी थिम्पू से 71 किलोमीटर दूर पुनाखा में 17वीं शताब्दी के एक किले को पहले दुल्हन की तरह सजाया गया था।

शाही शादी में करीब 1500 लोग इकट्ठा हुए। शाही शादी 100 बौद्ध भिक्षुओं की विशेष प्रार्थना के साथ आरंभ हुई। शादी सुबह चार बजे से शुरू होकर करीब दो घण्टे तक चली। शादी के बाद नरेश और महारानी ने किले के बाहर एक मैदान में जमा हजारों लोगों के साथ मिलकर नृत्य किया। शादी के जश्न में आए लोगों को भूटान की 20 घाटियों से आए 60 बेहतरीन रसोइयों के हाथों का बना हुआ पारंपरिक भूटानी भोजन परोसा गया।

हमारे गाइड ने हमें बताया कि उन्होंने जो सफेद शॉल पहना है, उसे साधारण व्यक्ति भी पहन सकता है। उसे केबने (Kabney) कहा जाता है। केसरिया पीला वस्त्र राजा व मुख्य लामा ही पहन सकते हैं। राजा लाल रंग का केबने अपने राज्याभिषेक के समय पहनते हैं।

हम जब पुनाखा जा रहे थे और जब लौट रहे थे तो हमें शाही परिवार की गाड़ियाँ दिखीं। उनके सम्मान के रूप में सोनम ने झट से हमारी कार सड़क के एक किनारे कर ली। दो बातें मुझे अच्छी लगी।

एक राजा के लिए सम्मान, दूसरा जो इससे भी बड़ा कारण है कि राजा के लिए यातायात को रोका नहीं जाता है। बस एक पल का सम्मान फिर सब अपनी गति पकड़ लेते हैं।

द्जोंग को देखने के बाद हम सस्पेंशन ब्रिज पहुँचे। तब तक शाम होने को थी। उसे दूर से ही देखकर हम वापस थिम्पू की ओर लौट

चले।

मेरे पास जो किताबें थी उनमें भूटान से जुड़ी बहुत सारी जानकारियाँ थीं। यह कहानी भी भूटान से जुड़ी जानकारियां इकट्ठी करते समय मुझे मिली।

गालिम और सिंगी की प्रेम कहानी

पुनाखा जोंग से गासा रोड पर एक किलोमीटर आगे नदी के किनारे तीन मंजिला मिट्टी का सात सौ साल पुराना घर दिखाई देता है। यह कहानी है, गासी लामा सिंगी और चांगुल बूम गालिम की।

गालिम, पुनाखा के एक अमीर किसान की बेटी थी। नदी के किनारे मिट्टी का एक तीन मंजिला घर उसी का है। अब भूटान सरकार द्वारा इस घर को हेरिटेज साइट का दर्जा दे दिया गया है।

गालिम के घर जैसा तीन मंजिला घर, यह अपने समय के बड़े अमीर किसान का घर हुआ करता था। सिंगी, वह तिब्बत सीमा पर बसे गाँव गासा के एक साधारण परिवार का युवक था।

गालिम और सिंगी में प्यार हो गया। यह एक अमीर और गरीब की प्रेम कहानी थी। कहते हैं गालिम बहुत खूबसूरत थी। गालिम पर इस इलाके के जमींदार, देब का दिल आ गया। उसने गालिम से विवाह करने की इच्छा अपने एक सहायक को बताई। उस सहायक को गालिम और सिंगी के प्रेम के बारे में जानकारी थी। इसलिए उसने सिंगी को गालिम से दूर करने की साजिश रची।

सिंगी को किसी काम से गासा भेज दिया गया। इसके बाद देब ने गालिम से विवाह का प्रस्ताव उनके पिता को भेजा। एक बड़े जमींदार से विवाह का प्रस्ताव पाकर पिता खुश हुए क्योंकि उन्हें गालिम के प्रेम के बारे में पता नहीं था।

पर गालिम ने अपने पिता को सिंगी के प्रति अपने प्रेम की बात बताई। साथ ही इस बात का भी खुलासा किया कि वह गर्भवती है। यह सब कुछ पिता के लिए बहुत दुःख देने वाली बात थी।

नाराज पिता ने गालिम को अपने घर से निकाल दिया। इसके बाद

गालिम मोचू नदी के तट पर असहाय घूमती रही। इस दौरान वह सिंगी के प्रेम में विरह के गीत गाती रहती थी।

साथ ही वह हर आते-जाते लोगों को अपना संदेश गासा में सिंगी तक पहुँचाने के लिए आग्रह करती थी। पर अपनी खराब सेहत और गर्भवती शरीर के कारण गालिम जल्द ही बीमार पड़ गई। कहते हैं कि गालिम के साथ संवेदना जताने के लिए मोचू नदी की धारा भी धीमी पड़ गई।

एक राहगीर ने गालिम की हालत देखने के बाद गासा जाकर सिंगी को उसका संदेश सुनाया। गालिम का यह हाल जानकर सिंगी दौड़ा-दौड़ा पुनाखा की ओर चल पड़ा। पर उस रात गालिम ने एक बुरा सपना देखा।

सिंगी के पुनाखा पहुँचने तक गालिम रोते-रोते दम तोड़ चुकी थी। गालिम के पास पहुँचने के बाद सिंगी ने भी अपनी आखिरी साँस ली। इस तरह दो प्रेमी इस दुनिया में नहीं मिल सके, पर दूसरी दुनिया में मिलन के लिए कूच कर गए।

परन्तु गालिम और सिंगी की प्रेम की दास्तां सुनाता गालिम का घर आज भी अपनी जगह पर मौजूद है। वैसे कई सालों से यह घर खाली है। गालिम के परिवार से जुड़े अगली पीढ़ी के लोग अभी भी इस घर के आसपास के घरों में रहते हैं।

अब भूटान सरकार की योजना गालिम के इस घर को संग्रहालय में तब्दील करने की है। गालिम और सिंगी की प्रेम कहानी पर भूटान में दो बार फिल्में भी बन चुकी हैं। साल 2011 में बनी 'सिंग लेम' नामक भूटानी फिल्म सुपरहिट रही थी।

देश कोई भी हो, हीर-राँझा हो या रोमियो-जूलियट प्रेम की दास्तां तो हर जगह से जुड़ी है। कुछ हम तक पहुँच पाती हैं तो कुछ अंधेरों में गुम हो जाती हैं। प्रेम फिर भी अपनी उज्ज्वलता के साथ चमकता रहता है।

सोनम से बातें करते-करते कब वक्त बीत गया पता ही नहीं चला। रास्ते में ठंड बहुत बढ़ गई थी। शाम के समय बढ़ती ठंडक, बादलों का

सिमटना और जाते सूरज का पर्वतों को एक अलग ही रंग में रंग देना कितना अद्‌भुत था! इसे मेरी आँखें कभी भूल नहीं सकतीं।

मैं आज पहली बार लौटते समय उदास हो गई थी। प्रकृति का यह रूप मुझे बहुत अच्छा लग रहा था। आज शाम के समय प्रकृति का यह रूप अविस्मरणीय था। एक जादू जैसा!

इस समय पूरी घाटी बहुत शांत लग रही थी। वो भी मेरी तरह मेरे जाने से दुःखी लग रही थी। ठंड ने एक अजीब सी ख़ामोशी की चादर ओढ़ ली थी।

हरियाली के कितने रंग होते है?
हर पेड़ के अलग,
हर पत्ती के अलग,
दिन के हर प्रहर में अलग!
सुबह के समय लगता है
पत्तियाँ नाच रही हैं,
झूम रही हैं,
गा रही हैं,
मिल रही हैं,
खिलखिला रही हैं।
जैसे-जैसे दिन ढलान की तरफ जाता है,
लगता है जैसे वो सब खामोश हो जाती हैं,
सूरज से बिछड़ने का दर्द छुपा नहीं पाती हैं,
वो उसे विदा होते देखती हैं,
पर उदास हो जाती हैं,
रात जब आती हैं,
तो कभी पूरे चाँद को ले आती है,
कभी अधूरे से काम चलाती है।
पत्तियाँ सब सह जाती हैं,
चाँदनी रात में वो धीरे-धीरे गुनगुनाती है,
प्रेम के गीत गाती पर जुदाई को न भूल पाती है,

ये चाँद भी कब पूरा होता है?
कई रातों अधूरे से ही काम चलाना पड़ता है।
अमावस के अँधेरे में पत्ते सहम जाते हैं,
एक दूजे का हाथ थाम बस रात काट लेते हैं,
यहाँ सब जुदाई सहते हैं,
पत्ते हों या हम,
सब खामोश हो जाते हैं,
सूरज हो या जंगल,
सबके दुःख अलग-अलग होते हैं।
आज ये पत्ते मुझे अपने जैसे लगने लगे,
खामोश थे, पर मेरे दर्द में शामिल दिख रहे थे,
आज प्रकृति फिर मेरे पास आ गई,
मेरे कानों में अपनी बात कह गई,
हम हरदम मुस्कुरायें ये किसी के बस में नहीं है,
यहाँ जुदाई तो सब सहते हैं,
कभी सूरज को तो कोई पेड़ को अलविदा कहते ...
हम जुदा हो रहे हैं,
पर तुम अफ़सोस मत करना!
हर जगह हम दिखते हैं,
हमें याद करके,
किसी पेड़ से बात कर लेना,
कुछ अहसास तो मिल ही जायेंगे,
जो अगले पड़ाव तक तुम्हें जीवन दे जायेंगे,
एक जादुई समा से हम बाहर निकल रहे थे,
एक बार फिर कुछ छूटा,
कुछ टूटा,
मैंने यादों के पत्तों को समेटा,
अपने खज़ाने को छुआ,
आज उसे कुछ भारी पाया,

एक मुस्कुराहट चेहरे पर आ गई,

मैं एक बार फिर जंगल से बाहर निकल गई...

करीब आठ बजे हम थिम्पू पहुँचे। अभी पारो जाने में एक घण्टा और लग जायेगा। मेरे फोन की घण्टी बजी। देखा तो आमा का फोन था।

वे पूछ रहीं थीं –''मैं कहाँ हूँ? कैसी हूँ? कब घर लौट रही हूँ?''

''मैं अच्छी हूँ! अभी हम थिम्पू से आगे बढ़ रहे हैं, करीब एक घण्टे में पारो पहुँच जायेंगे।''

हमारे अपने ही हमको देरी होने पर फोन करते हैं। आमा भी तो मेरी अपनी ही है। अपनों की चिंता तो स्वाभाविक ही होती है। रोज मैं चार पांच बजे तक घर पहुँच जाती थी। आज पहली बार देरी हो गई थी। अपने सिर्फ़ वो नहीं जो खून, रिश्तों या देश की दीवारों से बंधे हैं। वो सब हमारे अपने हैं, जो हमारे और हम जिनके दिलों में जीते हैं।

प्रेम की कोई दीवार नहीं होती। वही तो प्रेम है, जो कुछ भी न देखे, सिर्फ़ व सिर्फ़ अपनापन देखे। आज रात के समय पारो पहुँचने पर दूर से द्जोंग दिखा। जिसकी रोशनी रंग बदल रही थी। सतरंगी रोशनी में चमकता वो नज़ारा बहुत अच्छा लग रहा था।

उसे देखते ही मैं कह उठी–''ये तो बहुत सुंदर लग रहा है!''

''आपको फोटो लेनी है क्या?'' सोनम ने गाड़ी की रफ्तार कम करते हुए पूछा।

''हाँ, प्लीज गाड़ी रोक लीजिए!''

''आप फोटो ले लेंगे क्या?'' मैं अब थकान महसूस कर रही थी।

''जरूर!'' कहकर सोनम ने मेरे लिए कुछ फोटो लिए।

आज के दिन के साथ का सोनम को धन्यवाद देकर, उन्हें शुभ रात्रि कहकर मैं अपने कमरे की तरफ जा रही थी। एक दिन समाप्त हुआ। कुछ अद्भुत यादों के साथ...

26/9/18

पारो में आज मेरा आखिरी दिन था। आज के दिन मैं कहीं बाहर जाना नहीं चाहती थी। मेरे होमस्टे के पास का नजारा बहुत सुंदर था।

बाहर नदी बहती थी। खूबसूरत गुलाबी फूलों से भरे मैदान थे।

मैं वहाँ पैदल जाना चाहती थी। पारो का मार्केट बहुत सुंदर था। जहाँ से मैं रोज गुजरती थी। मगर मैंने वहाँ से कुछ खरीदा नहीं था। आज मैं आराम से वहाँ घूमना चाहती थी।

आज का दिन इत्मीनान का दिन था। सुबह नाश्ता करके मैं पहले मार्केट गई। पूरे मार्केट को घूमकर देखा जो मुझे बहुत सुंदर लगा। पारंपरिक शैली के भवन में नीचे की दुकानें और ऊपर खाने के लिए रेस्टोरेंट हैं। अधिकतर जगह ऐसा ही है।

आज यहाँ एक रेस्टोरेंट में मैंने भारतीय थालीवाला खाना खाया। जो बहुत स्वादिष्ट था। साथ ही उसकी मात्रा इतनी थी कि उसमें से बचा हुआ आधा, मेरा रात का खाना हो गया। वह थाली 400 रुपये की थी।

एक बार मैंने थिम्पू में पूरी, आलू की सब्जी खाई थी। जो सिर्फ 90 रुपये की थी। उसमें चार भटूरे जितनी बड़ी पूरियाँ थी। मैंने सिर्फ दो खायी थी। बाकी दो शाम को हमारे होमस्टे के श्वान ने खायी थी।

पारो की दुकानों में मुख्यतः हैंडीक्राफ्ट के सामान थे। उसमें कढ़ाई किये हुए पर्स, मफ़लर, बुद्ध की अनगिनत तरह की प्रतिमाएं, सजावटी सामान, जिसमें कुछ लकड़ी पर नक्काशी वाले थे, तो कुछ पेंटिंग किये हुए थे। इन दुकानों में सामान देखना एक तरह से म्यूजियम जाने जैसा ही था। साथ ही यहाँ महिलाओं के लिए आकर्षक ज्वेलरी भी थी।

कुछ जगह भूटान के पारंपरिक खाने का सामान भी मिलता है। महीनों तक रखा जा सकने वाला चीज़ (दो इंच के आयताकार टुकड़े) जो सूखा हुआ, एक माला की तरह यहाँ बिकता है, जिसे हम च्यूंगम की तरह खा सकते हैं। तरह-तरह के नूडल्स, मसाले, बहुत सारी चीजें यहाँ थीं।

मैंने दो पर्स खरीदे। लोग कहते हैं भूटान महंगा है मगर मुझे ऐसा नहीं लगा। हाथ की कढ़ाई का पर्स 400 रुपये में मिला, जो मुझे ठीक लगा। दूसरा पर्स 300 रुपये का था।

यहाँ पर स्टोन ज्वेलरी बहुत सुंदर मिलती है। अचानक मुझे याद आया, मैंने टाइगर नेस्ट के नीचे भी ऐसी कई दुकानें देखी थी, जहाँ

महिलाएं यह सारा सामान एक ओटले (चबूतरे) पर बैठ कर बेचती हैं।

स्वाभाविक है वह थोड़ा सस्ता होगा, पारो के मार्केट में दुकानों पर सामान की कीमत से वहाँ मुझे कुछ तो कम ही मिलेगा। हम पैसे बचाने के लिए कहाँ और कितने पैसे खर्च करते हैं? इसका हिसाब तो हास्यास्पद होगा! मैंने एक टैक्सी ली। टाइगर नेस्ट गई। वहाँ पर मैंने ज्वेलरी खरीदी।

बस, 15 मिनट रुकना था। उतने ही पैसे आने-जाने के टैक्सी वाले को दिए। अपना सामान खरीदा और वापस आ गई। अभी यह हिसाब लगाने की इच्छा नहीं है कि यह सब सस्ता मिला या नहीं? मुझे अच्छा जरूर लगा।

मैंने दो झुमके व एक माला खरीदी जो मुझे बहुत वाज़िब लगी। 150 रुपये के झुमके (एक जोड़ी) और 300 की एक माला।

मैंने अपने कमरे पर आकर वह सामान रखा। कॉफी पी और बाहर टहलने के लिए निकली। हमारे होमस्टे में एक नवविवाहित दंपत्ति आकर ठहरे थे। वो भी वहीं बाहर टहल रहे थे। हम लोगों में 'हेलो' के आदान-प्रदान के साथ बातचीत हुई, तो उन्होंने कहा कि ''वे फूलों के खेतों के पीछे जो नदी बह रही है, वहाँ जाना चाहते हैं।''

मैं भी तो वहीं जाना चाह रही थी। हम एक साथ आगे बढ़े। 3-4 खेतों में से जाने के बाद भी हमें नदी की ओर जाने का रास्ता नहीं मिला।

हमने एक महिला से पूछा ''क्या वह हमें यहाँ का रास्ता समझा सकती हैं?'' (जिन स्थानीय लोगों को अंग्रेजी नहीं आती हैं उन्हें अपनी बात समझाना आसान नहीं होता है।) मैंने आमा को फोन भी लगाया मगर हमें रास्ता नहीं मिला। हर खेत के बाद एक फेंसिंग थी।

एक महिला ने हमें कहा कि ''यदि हमें नदी की तरफ जाना है, तो थोड़ा आगे जाना होगा। वहीं से रास्ता मिलेगा।'' हमसे आगे बड़े, आगे रास्ता तो था, मगर बहुत मुश्किल था।

एक ऊंची पत्थरों की दीवार को पार करके घुटने तक पानी में से चलकर, बहुत सारे पत्थरों के ऊपर चलकर जाने के बाद बहती नदी

मिल पाई। शाम होने को थी। ठंडी हवा, ढलता सूरज और नदी का कलकल करता, बहता पानी एक बहुत ही सुंदर समा बाँध रहे थे। हम वहीं पत्थरों पर थोड़ी देर बैठे।

पत्थरों पर से चलकर, घुटने तक पानी से निकलकर, फिर से उस दीवार को पार करके जब हम बाहर आए, तो हम तीनों ने एक ही बात कही कि ''हमें एक दूसरे का साथ था इसलिए हम वहाँ पहुँच पाये।'' मैं उनके बगैर या वह दोनों भी मेरे बगैर पहुँचने की हिम्मत नहीं करते।

मेरी इस यात्रा में आज किसी का साथ मेरे अंतिम दिन को महका गया। अपनी इस हिम्मत पर हम हँसते-मुस्कुराते वहाँ से बाहर निकले। मैंने उन दोनों से विदा ली और एक लंबी वॉक पर आगे बढ़ चली। रोज रात को जब मैं लौटती थी तो मैं यहाँ पर लोगों को वॉक करते हुए देखती थी। मुझे पैदल चलना बहुत अच्छा लगता है।

यह देश, सुरक्षा और सुंदरता की एक शानदार मिसाल है। यहाँ सड़कों पर लाइट नहीं है। उसके बावजूद कई महिलाएं शाम के समय बड़े आराम से वॉक करती हैं। शायद हम जैसे पर्यटक ही यहाँ शाम के समय घूमना बहुत पसंद करते हैं। मुझे भी आज यहाँ घूमना बहुत अच्छा लग रहा था।

कमरे में आकर मैंने शाम का खाना खाया। आमा और कुलू आज मेरे कमरे में आए। हम दोनों ने बहुत सारी बातें कीं। आज मेरा आखिरी दिन था तो यकीनन बातें तो बहुत सारी होनी ही थीं। हम दोनों ने घर परिवार की और अपने जीवन की बातें कीं।

आज दो महिलाएँ, दो माँ आपस में बात कर रही थीं। आमा अपनी पूरी ऊर्जा के साथ अपना जीवन चला रही हैं। होमस्टे के साथ बेटियों की ज़िम्मेदारी, एक अकेले जीवनसाथी के लिए आसान नहीं होती है। फिर भी जीवन को अपने पूरे समर्पण के साथ जीना, मुस्कुराते हुए आगे बढ़ना हम महिलाओं के व्यक्तित्व का एक हिस्सा ही है।

आज पूरे विश्व में महिलाएँ अपनी घर-बाहर की ज़िम्मेदारियाँ बड़ी लगन, समर्पण से पूरी कर रही हैं। आमा भी उनमें से एक ही है। एकदम भोली, प्यारी, अनूठी!

आमा मेरे लिए तीन उपहार लायी थीं, जिनमें से एक टाइगर नेस्ट वाला मैग्नेट, एक शुभ चिन्हों वाला शो पीस और एक भूटान का हाथ से बुना हुआ कपड़ा, जो अपने चटकीले रंगों के कारण बहुत सुंदर लग रहा था। मेरे जीवन में आमा मेरी पहली होस्ट हैं, जिन्होंने मुझे इतने सुंदर उपहार दिये। इतने प्रेम और सुंदर उपहारों के लिए धन्यवाद तो बहुत छोटा था।

पर हां, फिर भी धन्यवाद तो जीवन के हर पल का, हर उस लम्हें का है; जो हमें खुशी देता है। सुकून देता है। जीवन को जीने की ताकत देता है!

अपनी यादों की पोटली को भूटान के प्राकृतिक, सांस्कृतिक सौंदर्य और आमा के स्नेह से भर कर मैंने जो पाया उसे शब्दों में बयान तो कर रही हूँ। पर पता नहीं कितना कर पाऊँगी? जितना महसूस किया वह सब शब्द समझ सकें, जरूरी नहीं!

आज की सुबह मुझे भूटान से अपनी वापसी शुरू करनी थी। मैंने सुबह नाश्ता किया। आमा को सुबह जल्दी उठा कर विदा लेना ठीक नहीं लगा। उनका दिन बहुत मेहनत से भरा होता है।

मेरे पास भूटान की सिम है, तो मैं थोड़ी देर बाद उनसे बात कर सकती हूँ। धनेश मुझे बाहर तक विदा करने आये। टैक्सी से मैं बस स्टैंड पहुँची। यहाँ से आधे घण्टे बाद मेरी बस फुंतशोलिंग जाएगी। करीब पांच घण्टे का रास्ता होगा।

हमारी बस ठीक समय पर चल दी। ये वही रास्ते हैं, जो मुझे भूटान लाये थे। हमारी बस एक जगह खाने के लिए रुकी। यहाँ शाकाहारी भोजन नहीं था। मैंने एक बिस्किट का पैकेट लिया।

वहीं घूम रही बिल्ली पर नजर गई तो उसकी दोनों आँखों का रंग अलग-अलग था। ऐसा मैं पहली बार देख रही थी। वहाँ अधिकतर घरों में कुत्ता व बिल्ली साथ-साथ रहते हैं।

बचपन से एक साथ पलने के कारण वो आराम से साथ में रह पाते हैं। करीब एक बजे हम फुंतशोलिंग पहुँचे। इस बार यहाँ ठहरने का इंतजाम आमा ने ही करवा दिया था। मैं पहले जिस होमस्टे में ठहरी थी,

वह आज खाली नहीं था।

इस होटल में मैंने फोन लगाया, रास्ता समझने के लिए। उन्होंने मुझे रास्ता समझाया। मैंने उनसे कहा था कि ''मैं दस मिनट में पहुँचने वाली हूँ।'' बस से उतरकर टैक्सी लेने में कुछ समय लग गया।

इतने में होटल से फोन आ गया–''आपको रास्ता ढूंढ़ने में कोई तकलीफ तो नहीं हो रही है?''

''अरे नहीं, हम बस पहुँचने ही वाले हैं।''

होटल के बाहर ही एक युवक मेरे इंतजार में खड़ा था। उसने बड़े स्नेह से मेरा स्वागत किया। एक युवती आई, वे मुझे मेरे कमरे तक ले गयी। साथ ही मुझसे पूछा–''मैं चाय या कॉफी क्या लेना पसंद करूँगी?''

–''मैं पहले थोड़ा आराम करूँगी। फिर खाने का ही ऑर्डर देती हूँ।''

मैंने आराम किया। फिर खाना मंगवाया, जो बहुत अच्छा था। उसके बाद वही युवती रजिस्टर लेकर आयी। मेरे एडमिशन की औपचारिकता पूरी करने। तब मुझे याद आया कि यह सब तो हमेशा रिशेप्शन पर ही हो जाता है। उसके बाद ही हम कमरे में जाते हैं। यहाँ यह अपनापन और सम्मान मुझे अच्छा लगा।

मेरे फोन की घण्टी बजी। आमा का फोन था। ''मैंने उनको सुबह उठाया क्यों नहीं? वह मुझसे मिलकर मुझे विदा करना चाहती थी।'' जिसका हम दोनों को अफसोस रहा। हम दोनों ने कुछ बातें कीं। मुझे पारो की याद आ रही थी। अपना मन मैंने पारो से दूर करने के लिए बाहर जाने का सोचा।

अब शाम का समय भी हो गया था। मैं बस स्टैंड गई, जो हमारी होटल से बहुत पास था। मुश्किल से पाँच मिनट का ही रास्ता था। अगली सुबह मुझे सिलीगुड़ी जाना था, जिसकी बस का समय और टिकट के बारे में मुझे पता करना था।

बस स्टैंड पर जाकर मैंने टिकट ली। मेरी बस अगली सुबह साढ़े सात बजे की थी। बस स्टैंड के पास सब्जी मार्केट था। जहाँ से मैंने कुछ

फल खरीदे और मैं वापस अपने कमरे पर आ गई। आज घूमने का मेरा मन नहीं था।

मेरे पास समय था, मैं चाहती तो फुंतशोलिंग के बाजार को देख सकती थी। पर अब मुझे अपने कमरे में ही जाने का मन था। मैंने शाम का खाना खाया और आराम किया। मैं अगली सुबह जल्दी उठी। अपना सामान पैक किया। होटल के कर्मचारियों से रात को ही बात हो गई थी कि वे सुबह इतनी जल्दी नहीं उठ पाएंगे। यदि मैं किसी को जगाऊँ तो वह मुझे चाय बना कर दे देंगे।

मैंने उन्हें तभी कह दिया था कि ''मैं सुबह चाय बस स्टैंड पर पी लूंगी। आप मेरा बिल वगैरह सब रात को ही क्लियर कर दीजिए। मेरे लिए परेशान न हों!''

सुबह मैं उठी, अपना सामान लेकर होटल से बाहर निकली। आज यहाँ से पैदल ही मैं बस स्टैंड तक पहुँची। बस में बैठी यहाँ से 5 घंटे का सफर करके करीब 1:00 बजे मैं सिलीगुड़ी पहुँच गई।

सिलीगुड़ी से टैक्सी ली और बागडोगरा के हवाई अड्डे पर पहुँच गई। आज यहाँ बहुत गर्मी लग रही थी। मौसम में परिवर्तन कुछ ज्यादा ही था। भूटान बहुत ठंडा और यहाँ बहुत गर्मी लग रही थी।

करीब चालीस मिनट में हम सिलीगुड़ी से बागडोगरा के हवाई अड्डे पर पहुँच गए। हवाई अड्डे पर मैं करीब चार घंटा पहले पहुँच गई थी। मेरी फ्लाइट शाम को साढ़े पांच बजे की थी। मैंने हवाई अड्डे के लाउंज में खाना खाया। पाँच बजे मैंने अपने हवाई जहाज में बोर्ड किया।

करीब साढ़े सात बजे हम दिल्ली आ गये। दिल्ली में टर्मिनल एक पर हमारा विमान उतरा। वहाँ से बाहर निकलते समय मैंने एक सुरक्षाकर्मी से पूछा –''यहाँ से मेट्रो का कोई रास्ता है क्या?''

उसने कहा–''आपको यहाँ से शटल टर्मिनल तीन तक ले जाएगी। वहाँ से आपको मेट्रो मिल जाएगी।''

उसकी बात सुनकर मैंने कहा–''इससे तो बेहतर है, मैं टैक्सी लेकर दिल्ली रेलवे स्टेशन चली जाती हूँ!''

उस कर्मचारी ने बड़े हक व अपनत्व से कहा–''अरे मैडम, टैक्सी

से जाने पर बहुत ज्यादा समय लगेगा। अभी आठ बजे का समय है। इस समय सड़कों पर बहुत ज्यादा भीड़ है। आप मेट्रो से जाओगी, तो बीस मिनट में रेलवे स्टेशन पहुँच जाओगी।''

उसकी बात सही थी। मैंने मुस्कुराकर कहा–''ठीक है! मैं टैक्सी नहीं लेती हूँ। मेट्रो से ही जाती हूँ। मुझे एक बार फिर से बताइये कि मुझे शटल कहाँ से मिलेगी? मुझे किस तरफ जाना है?''

उन्होंने मुझे दोबारा पूरे धैर्य से पूरा रास्ता समझाया। (जहाँ भीड़ ज्यादा हो वहाँ किसी का अपनत्व भरा सहयोग एक धन्यवाद का भाव लाता है।) दिल्ली रेलवे स्टेशन पहुँचकर मैंने खाना खाया और अपनी ट्रेन पर पहुँच गई। रात को करीब एक बजे मैं ग्वालियर वापस आ गई।

भूटान एक सुंदर, अनुशासित, स्नेह से भरा देश है। जो अपने पर्यटकों का दिल खोलकर स्वागत करता है। जिसके पास उद्योग, कारखाने न के बराबर हैं। जो अपनी ऑर्गेनिक खेती, हाइड्रो पावर (जो भारत के सहयोग से चलता है), हैंडीक्राफ्ट और पर्यटन के बल पर अपनी अर्थव्यवस्था को आगे ले जा रहा है।

भूटान, भारत के छोटे भाई जैसा ही है। आकार, उद्योग उसके पास सब कुछ कम ही है। बड़ा है तो उसका दिल, देश प्रेम जो वहाँ के लोगों के व्यवहार में दिखता है और जो हमें उनसे मिलता है। काश! हम भी अपने देश में आये पर्यटकों को ऐसा ही प्रेम और स्वच्छ देश दे पायें। यह उम्मीद तो हम अपने आप से कर ही सकते हैं!

भारत एक ऐसा देश, जिसमें हर प्रदेश की सांस्कृतिक विविधता तो समायी ही है साथ ही हर प्रदेश का रंग परस्पर इतना घुल-मिल गया है कि उनको अब हमारी जीवनशैली से अलग कर पाना असंभव है।

कश्मीर की कढ़ाई हो या दक्षिण व बनारस का सिल्क, लखनवी चिकन हो या चंदेरी की साड़ियाँ, महाराष्ट्र की पावभाजी हो या गुजराती फाफड़े, डोसा हो या बिरयानी सब हर जगह अपने आपको स्थापित कर चुके हैं।

हमने भी करवाचौथ हो या होली किसी को एक जगह से बाँधकर रखना भी कब चाहा? लोहड़ी पर पूरी कॉलोनी के लोग आग के आगे

नृत्य करते और खाना खाते हैं। उस समय हम अपनी दीवारों को याद करना पसंद नहीं करते हैं।

क्रिसमस हो या केक हमारे बच्चे सब पसन्द करते हैं। अब महाराष्ट्र की दुल्हन राजस्थानी चनिया-चोली ज्यादा पसंद करती है। ऐसा देश, जो कुछ नया बहुत जल्दी स्वीकार करता और सीखता है। वो क्या पर्यावरण से प्रेम करते हुए पर्यटकों को एक साफ, अनुशासित माहौल नहीं दे सकता है?

यकीनन, हाँ! बस जरूरत है एक बार कमर कस लेने की, अपने लक्ष्य निर्धारित करने की फिर हमें कोई भी पीछे नहीं छोड़ सकता।

कारगिल युद्ध के समय दान-दाताओं की अंतहीन कतारों ने ये साबित किया था। हम अपने देश, सैनिकों के लिए बहुत कुछ कर सकते हैं। आज वो जुनून एक बार फिर जाग जाये।

हमारा भारत, जिसे प्रकृति का आशीर्वाद उसके पर्वतों, सागर, रेगिस्तान, मैदानों, नदियों, झीलों, झरनों, असंख्य वनस्पतियों के रूप में मिला है, वो भारत आज अपने पर्यटन स्थलों को, पर्यावरण को संजोने लगे।

जैसे हम अमीर हो या गरीब अपना घर बहुत लगन से सजाते हैं वैसे ही हम अपने देश की अमूल्य धरोहरों को भी सम्मान दें। वसुन्धरा को सम्मान देने पर, उसकी कद्र करने पर, वो हमारा कर्ज़ नहीं रखती है। अपने अनन्त हाथों से हम पर आशीर्वाद ही बरसाती है, जिससे हमारे लिए सुख और समृद्धि के कई रास्ते भी खुलते हैं।

पर्पल पॉपी को अपना राष्ट्रीय फूल मानने वाला देश, अपनी अनंत हरियाली के बावजूद जन्मदिन पर पेड़ का तोहफा देने की परम्परा को निभाता है।

पूरे विश्व में पर्यावरण को संरक्षित करने के कई अभियान चल रहे हैं। ऐसे में भूटान इन समस्याओं से जूझने से पहले ही हरियाली को सम्मान देकर अपने आप को सुरक्षित करके पर्यटकों को लुभाता है। अपने इस पड़ोसी से हमारे कई तरह के लेन-देन चलते हैं। हम भी उनसे कुछ सीख सकते हैं, वो है प्रकृति का सम्मान!

भूटान की यात्रा मेरे लिए एक कैनवास पर बने अद्‌भुत चित्र को

देखकर अपने साथ ले आने जैसी ही रही। वो 'मुस्कुराती हरियाली' की पेंटिग हमेशा मेरे साथ ही रहेगी। मेरी यादों को महकाती, मुझे फिर अपने पास बुलाती... कुछ और नए स्थान देखने के लिए, प्रकृति को कुछ और जीने के लिए...

❋❋❋

और अब कितनी प्यारी

चेले ला पास पर मैं

चेले ला पास (सोनम मेरे ड्राइवर)

गाड़ी का नंबर प्लेट

बुद्ध डोर्डेमा में एक भिक्षु के साथ

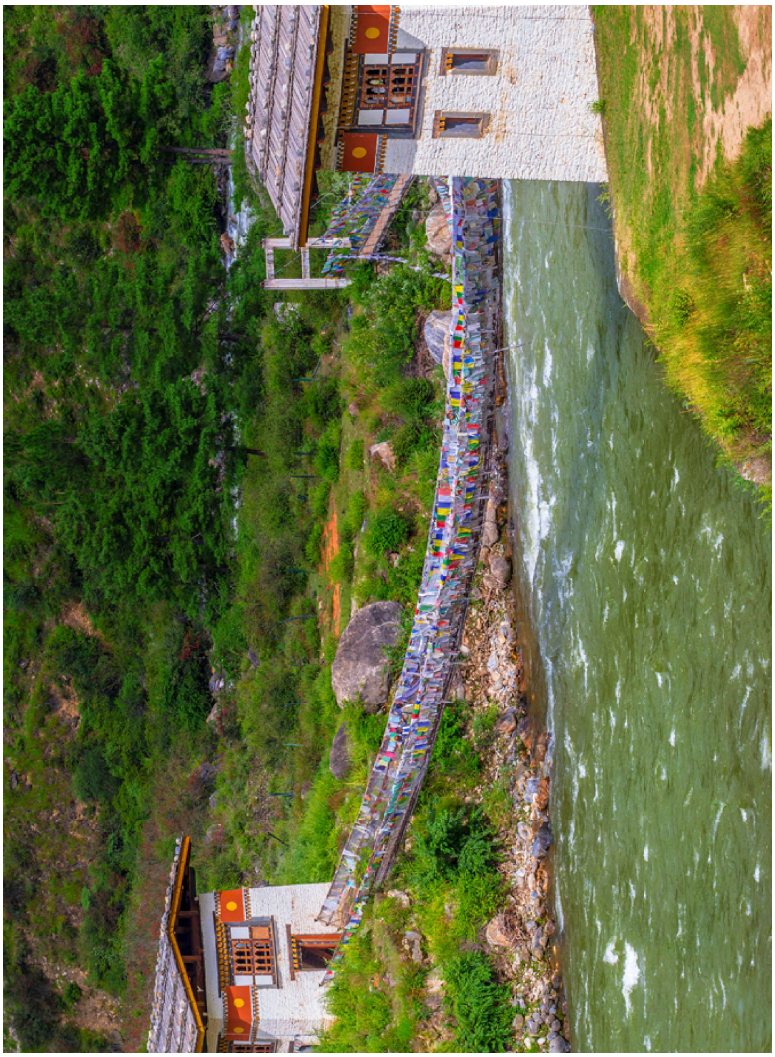
बुद्ध डोर्डेमा

मेरे नन्हें भिक्षु साथी

पुनाखा जाते समय रास्ते में

आमा ... एक प्यारी माँ और होस्ट

घरेलू वॉटर हार्वेस्टिंग



लद्दाख

मेरी यात्रा में अब हम एक कदम पीछे चलेंगे... लेह-लद्दाख की ओर। यही मेरी दूसरी यात्रा थी।

लद्दाख के लिए मुझे दिल्ली से फ्लाइट लेनी थी। इस समय अदिति नोएडा में ही रह रही थी। मैं एक दिन पहले ही दिल्ली पहुँच गई थी। मैंने अदिति के साथ पूरा दिन एंजॉय किया। हमने बर्मीज खाना खाया। चांदनी चौक से मेरे बुटीक के लिए शॉपिंग की। सुबह 5:00 बजे मेरी फ्लाइट थी। रात में पहनने के लिए मैंने क्या डिसाइड किया, यह तो मुझे याद नहीं है। मगर मेरी जींस और टीशर्ट अदिति ने मुझे निकाल कर दिये और जब मैं वे कपड़े पहन कर खड़ी हुई तो उसने मुझे बिल्कुल छोटे बच्चे की तरह चेक किया और कहा–''ठीक है।''

यह वह एहसास है, जो बहुत किस्मत वालों को ही मिलता है। हमारे बच्चे एक उम्र के बाद हमें पेरेंट्स की तरह ट्रीट करते हैं। यह अहसास मेरे जीवन का सबसे बड़ा धन है खैर... अदिति को याद करते या उसके बारे में बोलते हुए मेरे शब्द भीगने लगते हैं।

एयरपोर्ट के लिए हमनें शेयरिंग कैब बुक की थी। अपने साथ की सवारियों को छोड़ते हुए जब हम टर्मिनल तीन के रास्ते तक जाते, उसके ठीक पहले ही मेरे कैब ड्राइवर ने कैब रोकते हुए कहा कि ''आपकी बुकिंग तो यहीं तक की है।''

''यह कैसे हो सकता है?''

''मैडम, इसके आगे जाना हो तो पैसे एक्स्ट्रा लगेंगे।'' कहकर उसने गाड़ी बन्द कर दी। उस समय उस ड्राइवर से बहस का कोई मतलब नहीं था। यह बात उसके बात करने के लहज़े से ही समझ में आ गई थी। मैंने कैब के हेल्प लाइन नंबर पर बात की मुझे ऑपरेटर से

उम्मीद थी कि वह मेरी बात समझेगा।

मगर उसने कहा कि ''मैडम रात का समय, आप अकेली हो। आपका फ्लाइट मिस हो जाए इससे बेहतर है कि आप इसको एक्स्ट्रा 150 रुपए दे दीजिए।'' क्या मैंने कैब यहीं तक के लिए बुक की थी और टर्मिनल तीन यहाँ से कितनी दूर है? उसने मेरे इन दोनों सवालों के जवाब नहीं दिए। मैं इससे संतुष्ट नहीं थी। मगर अब कोई रास्ता नहीं बचा था इसलिए मैंने कैब वाले को 150 रुपये दिए और मैं टर्मिनल तीन पर करीब एक मिनट में ही पहुँच गई।

यह कहना कि रात का समय है और मैं अकेली हूँ और मुझे बहस नहीं करना चाहिए। मुझे बहुत बुरा लगा था क्योंकि बात सही और गलत की थी और मैं मेरे हिसाब से कहीं भी गलत नहीं थी। बुकिंग के समय हमने डेस्टिनेशन टर्मिनल-तीन ही डाला था। उसके बावजूद लद्दाख से लौटकर आने के बाद मैंने कैब की कंपनी को अपनी यह पूरी शिकायत बताई। ऑपरेटर के व्यवहार के बारे में और उस ड्राइवर के बारे में भी बताया।

पहली बात, जो उनकी तरफ से कही गयी कि ''जब, आपकी कोई शिकायत है, तो वह 36 घंटे के अंदर आपको रजिस्टर करनी होती है। आपने 36 घंटे के अंदर यदि शिकायत दर्ज नहीं की है तो हम आपकी शिकायत पर गौर कैसे करें?''

जब मैंने उनको बताया कि लद्दाख में नेटवर्क काम नहीं करता है। (वहाँ सिर्फ पोस्ट-पेड सिम ही काम करती है, जो देश की सुरक्षा के कारणों से उचित भी है।) और यदि मुझे शिकायत दर्ज करनी है तो लद्दाख से लौटने के बाद ही कर सकती थी। इसीलिए अब मैं 8 दिन बाद अपनी शिकायत दर्ज करवा रही हूँ।

कंपनी ने मेरी पूरी शिकायत सुनी, मुझे रिफंड वापस मिला। इसकी मुझे बहुत खुशी हुई। साथ ही मैंने उनको यह फीडबैक भी दिया कि ''जब कोई व्यक्ति ऑपरेटर से सहायता माँगे तो, उसे 'आप महिला हैं और रात के समय अकेली हैं। सो ड्राइवर की बात मान लीजिए' कहकर, गलत व्यक्ति का साथ नहीं देना चाहिए।'' उन्होंने मेरी बात के साथ अपनी

सहमति जताई, जो मुझे पसंद आई।

कैब का किस्सा एयरपोर्ट में जाने के बाद मैं भूल गई। फ्लाइट से जुड़ी सारी फॉर्मेलिटी पूरी करने के बाद, मैं खिड़की वाली अपनी सीट पर बैठ गई।

कुछ सालों पहले मैंने खिड़की से लेह का जो नज़ारा देखा था, उसी का मुझे इंतजार था। थोड़ी ही देर में चट्टानों के विविध रंगों से सजे पर्वत दिख रहे थे। मैंने कई देशों के पर्वत देखे हैं। पर लेह के पर्वतों में मैं एक अजीब-सा आकर्षण महसूस करती हूँ। बहुत बड़े, चौड़े, जमीन पर पसरे हुए पर्वत मुझे किसी वनराज जैसे लगते हैं। गर्वीले, विशाल और शानदार!

लगता है कि चट्टानों के ये टुकड़े अपने आप पर गर्व करते हैं। मुझे ये पर्वत बोलते से लगते हैं। कुछ चंद सेकेंड के बाद बर्फ़ के पहाड़ दिखने लगे। ओहो, इस नैसर्गिक सौंदर्य का कैसे बखान करूँ? बर्फ़ के पर्वत तो ऐसे लग रहे थे जैसे किसी ने इन पर आइसिंग शुगर लगाकर इन्हें सजा दिया हो। जैसे कि हर एक को बहुत जतन से संवारा गया है। और ये पर्वत भी बड़े आराम से इस शृंगार को अपने ऊपर सजाए एकदम शांत और संतुष्ट दिख रहे थे। संतुष्टि और गर्व, यह हम सबके जीवन की भी जरूरत है। अब इसकी कितनी मात्रा हमारे भीतर है, वही हमारी पहचान है। रूप से ज्यादा भाव हमें परिभाषित करते हैं और परिभाषा तो सोच से ही बनती है।

पर्वत पीछे छूट गए थे। अब शहर के मकान, मोनेस्ट्रिज और संगम दिखाई दे रहे थे। इतनी ऊपर से नदी, एक महीन लकीर जैसी ही दिख रही थी। जिसका रंग, हरे काँच जैसा था। उस बालू की जमीन पर वह ऐसी लग रही थी जैसे किसी ने हाथ से उस जमीन पर एक सुंदर घुमाव देकर नदी बना दी हो। प्रकृति से बड़ा चित्रकार कोई नहीं है। हम सब इस प्रकृति से ही पेंटिग सीखते हैं। फिर भी इसके जैसे रंग और घुमाव बनाने की मात्र कोशिश ही करते हैं।

जीवन को बड़े कैनवास पर देखो तो हम ख़ुद, बहुत छोटे हो जाते हैं और हमसे विशाल, सुंदर दूसरी कई चीजें नज़र आने लगती हैं। यहाँ

सब कुछ आगे बढ़ता है। वो जो हमें पसंद है या नापसंद है। फ्लाइट ने लेंड किया हम लेह की जमीन पर आ गए।

मैंने अपने हॉस्टल का एड्रेस टैक्सी वाले को बताया और एक प्री - पेड टैक्सी लेकर मैं अपने स्टे पर जा पहुँची। लद्दाख की सुबह, इतनी ताज़ी, हल्की और खुशनुमा लग रही थी कि उसे शब्दों में बयान करना थोड़ा मुश्किल ही होगा। अब हम हवा की ताजगी को लिखकर कैसे बता सकते हैं? सामने धुले हुए बादल, आकाश, पर्वत सब एकदम नये, मुस्कुराते हुए लग रहे थे।

हमारे हॉस्टल के पास की जमीन पर किसी का खेत था। सुबह-सुबह किसान खेत में बुवाई कर रहा था। किसान हल चला रहा था। वो हल में वहाँ के बहुत ताकतवर चौपाये याक को जोतते हैं। एक महिला लद्दाखी वस्त्र पहने किसान के साथ में चल रही थी। उसने एक लंबा कोट जैसा कुछ पहन रखा था। उस कोट की जेब में से वह बीज बिखेरती जा रही थी।

इस जगह जहाँ हमें चलने में भी थकान लगती है, वह पुरुष कोई गीत गा रहा था, बहुत ऊँचे, मीठे स्वर में। मुझे लगा प्रकृति ही मुझे यह गीत सुना रही है। मेरा स्वागत कर रही है। मेहनत के साथ, बुनियादी सुविधाओं के साथ भी जीवन कितना मधुर हो सकता है?

कमरे में अपना सामान रखने के बाद जब मैं बाहर आई तो मैंने रिसेप्शन पर कहा कि ''आप बाहर एक कुर्सी लगवा सकते हैं क्या? मैं बाहर बैठकर चाय पीना पसंद करूंगी!''

''जी मैं, करवा देती हूं!'' रिसेप्शनिस्ट ने कहा।

मेरे कमरे में दो बंक बेड थे, जो इस समय खाली थे। मेरे रूम पार्टनर घूमने निकल गए थे। जब मैं चाय पीने के लिए बाहर आई तो एक बड़े ही सुंदर अंब्रेला के नीचे कुछ कुर्सियों और एक टेबल को देखकर बहुत अच्छा लगा। मैंने तो सिर्फ एक कुर्सी मांगी थी और उन्होंने एक अच्छी सेटिंग ही कर दी, जो आगे के आठ दिन सिर्फ मुझे ही नहीं बाकी के लोगों के लिए भी उपयोगी रही।

मैंने अपनी साथियों के साथ वहाँ बैठकर कई बार बातें कीं, हमने

साथ में चाय-नाश्ता भी किया। उनको तो मैंने सिर्फ धन्यवाद दिया पर मन में जो भाव आया वो इससे कहीं ज्यादा था। अनजान जगह, अनजान व्यक्ति भी हमारी भावनाओं की कितनी कद्र कर सकता है। यह एक ऐसा अनुभव है जो हमारी यादों के खज़ाने में हमेशा मुस्कुराता रहता है।

खैर, आज का दिन मुझे लोकल मार्केट तक जाना है। बाकी का दिन यहीं, अपने हॉस्टल में बिताना है। मुझे आज कोई जल्दी नहीं थी। लद्दाख में ऑक्सीजन की कमी के कारण पहला दिन आसपास में ही घूमने की सलाह दी जाती है। यहाँ से भी ज्यादा ऊँचाई पर जाने पर साँस लेने में तकलीफ हो सकती है।

करीब दस साल पहले (जब मैं अदिति के साथ यहाँ आई थी।)

होटल में नाश्ते के दौरान होटल के स्टॉफ ने कहा था कि ''आज का दिन हम ऊंचाई पर न जाएं!''

''हम बहुत कंफर्टेबल हैं। हमको अभी भी कोई दिक्कत नहीं हो रही है इसलिए हमको तो अभी ही जाना है।'' हम माँ-बेटी का उत्साह से भरा जवाब था। कार में बैठने के बाद हम जर्मन बेकरी गए। अदिति को वहाँ जाने की बहुत इच्छा थी। बेकरी के कई तरह के बिस्किट, कुकीज़ और केक यहाँ थे। अदिति ने अपनी पसंद की कुछ चीजों को लिया और हम आगे बढ़े। होटल से ही हमने टैक्सी ली थी।

रास्ते तक तो सब ठीक था। हम उन सुन्दर रास्तों को एंज्वॉय करते हुए आगे बढ़ रहे थे। पर जैसे ही मैं खारदुंगला पास आने पर गाड़ी से उतरकर थोड़ा आगे बढ़ी, मुझे साँस लेने में दिक्कत आई। इतना भारीपन महसूस हुआ कि वापस गाड़ी में आकर बैठने में भी मैं थक गई। ऑक्सीजन की कमी की भयावहता से मैं पहली बार परिचित हुई थी।

लौटते समय मैं पूरे रास्ते गाड़ी में अदिति की गोदी में सर रखकर लेटी हुई ही वापस आई थी। मुझे लग रहा था कि मेरे शरीर से पूरी ऊर्जा किसी ने निचोड़ ली हो। अपनी जिद पर हम चले तो गए। पर जब लौट कर आने के बाद मैं कमरे में निढाल होकर सो गई थी।

जब आँख खुली तो मैंने देखा अदिति मेरे सामने कुर्सी लगाकर बैठी हुई थी। वह बहुत चिंतित थी। मुझसे बोली ''अब हम कल कहीं भी

घूमने नहीं जायेंगे। तुम्हारे होंठ रास्ते में नीले लगने लगे थे।''

''अब मैं काफ़ी अच्छा महसूस कर रही हूँ। हम नीचे चलकर डिनर लेते हैं।'' मैंने उसे समझाते हुए कहा। उसका डर मैं समझ रही थी। उसके लिए मुझे स्वस्थ देखना बहुत जरूरी था।

होटल का स्टाफ बहुत ही मिलनसार था। उन्होंने हमसे पूछा ''हमारी दिन भर की यात्रा कैसी रही?''

अदिति ने उन्हें वह सब बताया, जो हुआ था। उस फाइव स्टार होटल में हमारे स्टे से लेकर टैक्सी तक सब कुछ बुक था। हमें बुफे लेना था। पर जब उन्हें मेरी खराब तबीयत की बात पता चली तो उन्होंने मुझे ग्रीन गार्लिक सूप लाकर दिया। साथ ही वो खाने के लिए कुछ चीजें अलग से लेकर आये थे।

वहाँ के मैनेजर ने मेरे लिए कोई टेबलेट भी मंगवाकर दी। उन लोगों की मदद हमारे लिए एक यादगार है। उस रात मुझे नींद अच्छी आई। सुबह अदिति को मैंने विश्वास दिलाया कि ''अब हम घूमने जा सकते हैं।''

पैंगोंग लेक तक का रास्ता और वहाँ की खूबसूरती मेरे मन में ऐसी बसी थी, कि मुझे उसे दोबारा देखने के लिए लद्दाख जाना पड़ा।

होटल में हमारा ऑनलाइन पेमेंट पहले ही हो चुका था। कुछ एक्स्ट्रा पेमेंट देने के लिए मैंने उन्हें अपना कार्ड दिया। मेरा कार्ड नहीं चला। मेरे पास कैश इतना नहीं था कि बचे हुए होटल के पैसों का मैं पेमेंट कर पाती।

मैंने मैनेजर से कहा ''अब क्या करें?''

मैनेजर ने कहा ''आप बिल्कुल परेशान ना हो! यदि आपको पैसों की जरूरत है तो आप मुझसे ले लीजिए!'' मैनेजर के ये शब्द मेरे लिए एक बहुत बड़ी सांत्वना थे कि उनका मुझ पर विश्वास था। साथ ही सम्मान जो उन्होंने अनजान पर्यटकों को दिया था। मैंने उनसे पैसे तो खैर नहीं लिए और दिल्ली आते ही उनका पेमेंट भी किया था। साथ ही उनको धन्यवाद का मेल भी किया था।

दिल्ली एयरपोर्ट पर पति हमें मिलने वाले थे। लद्दाख में बिताए हुए

ये दिन वहाँ की खूबसूरती ही नहीं, वहाँ के होटल के स्टाफ की सहृदयता और अपनापन हमारी यादों का हिस्सा थी। जो हम कभी नहीं भूल सकते हैं। यह आज के करीब 10-12 साल पहले की बात है। हमारी पहली यात्रा ने हमें बहुत सुखद यादें दी थीं। वे हमारे मन को आज भी ताजा कर देती हैं।

अकेले लद्दाख में (दस साल बाद) पहला दिन–

इन सालों में उम्र के प्रभाव के कारण सावधानी जरूरी थी। फिर मुझे कोई जल्दी भी नहीं थी। आज मैं नाश्ता करके पैदल ही घूमने निकली। सोचा आसपास आगे कोई दर्शनीय स्थल देखने जाना चाहूँगी तो चली जाऊँगी।

अपने होटल से पैदल बाहर निकलकर इन पतली सड़कों पर चलना अच्छा लग रहा था। प्रकृति का साथ कितना हसीन हो सकता है। चारों तरफ पर्वत या पेड़ दिख रहे हैं। हम शहरों में रहने वाले लोगों के लिए यह सुकून कितना जरूरी है! ठंडी हवा, गुनगुनी धूप में अकेले चलने का सुखद अहसास मेरे तन-मन को एक नयी ऊर्जा से भर रहा था।

पहाड़ी लोगों की आँखों में हम अनजान पर्यटकों के लिए एक अजीब-सा स्नेह, स्वागत भाव दिखता है। जो बहुत अच्छा लगता है। वो रास्ता बताने को, कुछ भी समझाने को तत्पर रहते हैं। पर्यटकों पर आश्रित जगह पर यह उदार बर्ताव अच्छा लगता है। हर घर के बाहर बहुत सारे पेड़, पीछे पृष्ठभूमि में पर्वत, मेरे साथ चलते बादल, इससे ज्यादा हमारी क्या जरूरत हो सकती है?

मुझे प्रकृति से बातें करना बहुत अच्छा लगता है। मैं ऐसे ही बातें करते-करते बाजार में आ गई। सड़क के दोनों तरफ खाने-पीने की दुकानें, साथ ही हाथ से बुने ऊनी सामान, लद्दाख की मोनस्ट्रीज की सुंदर पेंटिंग, चांदी और स्टोन के आभूषण और भी न जाने क्या-क्या दिख रहा था। कश्मीरी सामान भी यहाँ के बाजार में था।

आगे चौक में चारों तरफ दुकानें थीं। बीच में बैठने के लिए लम्बी बेंचें लगी हुई थी। एक बेंच पर बैठ कर मैं आराम से आते-जाते लोगों को देख रही थी। ये भी कितना सुकून भरा समय है। कहीं जाने की जल्दी नहीं,

कोई काम नहीं, कोई आवाज नहीं, कोई दख़ल नहीं। यहाँ सिर्फ हम हैं, अपनी पूरी शांति के साथ। ये शांति हममें कितनी ताकत भर देती है?

कुछ देर वहाँ बैठने के बाद मुझे लगा अब खाना खाकर वापस हॉस्टल चलते हैं। जर्मन बेकरी लद्दाख में काफी प्रसिद्ध है। जहाँ से हमने पहले कुकीज़ लिए थे, उस जगह को तो मैं भूल गई। अब सब कुछ बहुत बदला हुआ और ज्यादा विकसित लग रहा है। यहाँ खाना खाकर मैं बहुत आराम से चलते हुए, रास्तों की सुंदरता को देखते हुए आगे बढ़ रही थी। एक फल व सब्जी की दुकान से मैंने कुछ सलाद का सामान व फल लिये।

मैंने सोचा शाम को मैं अपने लिए इनमें से ही कुछ पका कर खा लूंगी। जब अपने हॉस्टल में आई तो मैं कुछ देर बाहर बैठी। वहीं बैठकर मैंने शाम की चाय पी। अब इस समय सुबह घूमने को निकले लोग वापस आ रहे थे। कुछ लोगों से एक स्माइल के साथ हैलो अपने आप ही हो जाती है तो कुछ अपनी धुन में मगन आगे बढ़ जाते हैं। दोनों ही स्वाभाविक क्रियाएँ हैं। जीवन को हम जितना, सही-गलत या अच्छा -बुरा से बाहर रख सकें उतना ही शांत रह पाते हैं।

अब शाम होने लगी थी। हवा एकदम ठंडी लग रही थी और तेजी से बहने लगी थी। कुछ देर पहले मैं बढ़े आराम से ढलती धूप का आनंद ले रही थी पर अब मुझे ठंड लगने लगी। नींद की आगोश में समाते गहराते बादल, दूर से काली चादर ओढ़े पर्वत देखकर लग रहा था अब ये सब अपने आराम की तैयारी में जुटे हैं।

इस गहरी शाम के, गहरे रंग को अपनी आंखों में गहरे तक जमा कर मैंने अपने कमरे की तरफ रुख़ किया। इस समय किचन में कुछ लोग अपनी कुकिंग कर रहे थे। मैंने सोचा थोड़ी देर कमरे में आराम करती हूँ। उसके बाद किचन में जाकर देखती हूँ कि मुझे क्या खाना पकाना है। शाम के समय हॉस्टल की यह रौनक अच्छी लग रही थी।

मेरे कमरे में एक भारतीय युवती थी। हम दोनों ने आपस में अपने परिचय का आदान-प्रदान किया। वह लखनऊ की एक बैंक में मैनेजर, अविवाहित, साथ ही ट्रेवलिंग की बेहद शौकीन युवती थी। वह साल में

दो बार ऐसे ही घूमने निकलती हैं। वह देश-विदेश में कई जगह घूम चुकी थी।

सुबह उसके घूमने का क्या प्रोग्राम है? यह बात हमने रात में ही की थी। लद्दाख में सुरक्षा कारणों से मोबाइल के नेटवर्क की थोड़ी परेशानी है। मुझे सुबह जल्दी उठना था। पहाड़ों पर घूमने के लिए जल्दी निकलना ही ठीक होता है क्योंकि वहाँ शाम जल्दी होती है। पांच बजे के बाद ठंड एकदम से बढ़ जाती है।

दूसरा दिन

आज का पूरा दिन शिखा के साथ बहुत अच्छा रहा। हमने कुछ जगह को देखा। साथ में दोपहर का खाना खाया था और लौटते समय जर्मन बेकरी से शिखा ने अपने घर के लिए कुछ बिस्किट्स लिए थे। वह लेते हुए हम हॉस्टल वापस आए थे। आज के दिन हमने जिन स्थानों को देखा उनका साथ ही हर दिन देखे गए स्थानों का ब्यौरा एक साथ दे रही हूँ। किसी जगह का आनंद सिर्फ वहाँ के दर्शनीय स्थलों में नहीं होता है, वहाँ के रास्तों में भी होता है।

या कहें, तो वह पूरी जगह ही एक अजीब-सी महक लिए होती है। उस खुशबू को हम सिर्फ पर्यटन स्थलों पर नहीं, पूरे रास्ते महसूस कर सकते हैं। लद्दाख के साथ भी कुछ ऐसा ही है। एकदम शांत रास्ते, आसपास जहाँ भी नजर जाए वहाँ वनराज की तरह गर्व से विराजे पर्वत। रास्ते में बने हुए छोटे-छोटे गोंपा।

बहुत साफ आकाश, निर्मल हवा, प्रदूषण के निम्न स्तर पर यह स्थान हम पर्यटकों की गाड़ियों की आवाजाही के कारण ही गुलज़ार है। एक गोंपा से दूसरे गोंपा तक भिक्षु अधिकतर पैदल चलते हुए ही दिखाई देते हैं। लद्दाख में सड़कें बहुत अच्छी हैं। जहाँ सेना की छावनी हो, वहाँ सड़कों का मेंटेनेंस बहुत अच्छा होता है। यह यहाँ हर सड़क पर देखने को मिला।

- **हॉल ऑफ फेम**

लद्दाख में भारतीय सेना की वीरता व कुर्बानियों का इतिहास समेटने

वाले हॉल ऑफ फेम को एशिया के सर्वश्रेष्ठ 25 संग्रहालयों की सूची में शामिल किया गया है। यह संग्रहालय देश के पांच संग्रहालयों में सबसे ऊपर है।

यह लद्दाख में आने वाले सभी पर्यटकों को अपनी ओर आकर्षित करता है। हर साल करीब डेढ़ लाख पर्यटक हॉल ऑफ फेम को आकर देखते हैं कि भारतीय सेना ने लद्दाख में देश की सरहदों की रक्षा के लिए क्या-क्या कुर्बानियाँ दी हैं। हॉल ऑफ फेम का निर्माण लेह में 1986 में हुआ था।

इसमें लद्दाख में सियाचिन ग्लेशियर व कारगिल में पाकिस्तान से हुए युद्धों के साथ अन्य सैन्य अभियानों में भारतीय सेना की उपलब्धियों के साथ इस क्षेत्र की कला व संस्कृति को भी संजोया गया है।

यह संग्रहालय लोगों में देशभक्ति की भावना को बढ़ावा देता है। पिछले तीन दशकों के दौरान हॉल ऑफ फेम, पर्यटकों का एक प्रमुख केंद्र बनकर पर्यटन को बढ़ावा दे रहा है।

देश के साथ विदेश से भी पर्यटक गर्मियों के महीने में यहाँ आकर भारतीय सेना की वीरता के कायल होते हैं। हाल ही में यहाँ हॉल ऑफ कांपलेक्स को भी विकसित किया गया है।

इसमें युद्ध स्मारक के साथ वार सीमेट्री, एडवेंचर पार्क बनाकर लोगों को समर्पित किया गया है। इस पूरे हाल ऑफ फेम को देखने के लिए कम से कम दो-तीन घंटे का समय लग जाता है। यदि हम हर कमरे में रखी व लिखी गई सूचनाओं को ध्यान से देखें और पढ़ें तो उससे भी ज्यादा समय लगेगा। यह संग्रहालय हमें युद्ध के समय से जुड़ी कई जानकारियां देता है। हम जान पाते हैं कि हमारे वीर सैनिक विपरीत परिस्थितियों में कैसे अपने काम को अंजाम देते हैं!

• ड्रूक पदमा कारपो स्कूल

थ्री ईडियट्स फिल्म के बाद यह दीवार इतनी फेमस हुई कि लद्दाख आने वाले टूरिस्ट इस स्पॉट को देखने जरूर आते हैं। इस वजह से इस स्कूल के बच्चों की पढ़ाई प्रभावित होने लगी थी। कैंपस में गंदगी भी फैलने लगी। इसी वजह से स्कूल प्रबंधन ने इस दीवार

को अब गिरा दिया है।

कैंपस में टूरिस्ट्स की एंट्री भी अब बैन कर दी गई है। स्कूल की प्रिंसिपल स्तंजिन कुंजग ने बताया कि स्कूल के कैंपस में प्लास्टिक की बोतल या बैग पूरी तरह से बैन है। लेकिन टूरिस्ट की भीड़ बढ़ने से यहाँ गंदगी फैलने लगी थी। इसी वजह से यह फैसला लिया गया। फिल्म से जुड़ी कई चीजों को स्कूल से हटाया जा रहा है। गिराई गई दीवार के जैसी ही एक दीवार कैंपस के बाहर बनाकर उसे टूरिस्ट के लिए एक स्पॉट बना दिया गया है।

जब मैं लद्दाख गई थी तो हम स्कूल के अंदर जा सके थे। उस समय बच्चों के स्कूल बन्द थे। यह बोर्डिंग स्कूल मेरे जीवन का सबसे लुभावना बोर्डिंग स्कूल था। स्कूल के अंदर जाने से पहले एक पर्मीशन हमारे पूरे ग्रुप के लिए ली गई थी। हम सब एक कतार में चल रहे थे। आगे हमारी जो गाइड थीं, उनके कहे रास्ते पर ही हम जा सकते थे। आगे-पीछे या इधर-उधर बिल्कुल भी नहीं। हमें कितना अनुशासन सीखना पड़ता है, यह जिम्मेदारी हमारे अंदर स्वतः ही क्यों नहीं है? यह एक ऐसा सवाल है जो हम सबको अपने आपसे जरूर करना चाहिए। स्कूल प्रबंधन ने टूरिस्ट से परेशान होकर क्या-क्या किया? विद्यालय के प्रति सम्मान हमारी प्राथमिकता भी तो हो सकती थी।

डुक पदमा कारपो स्कूल की स्थापना 2001 में हेमिस मॉनेस्टरी के 12वें गुरू ग्यालवंड डूकपा रिंपोंछे ने की थी। लेह-मनाली रोड पर 400 कनाल में यह स्कूल बना हुआ है। फिल्म के बाद यह स्कूल इतना पॉपुलर हुआ कि लोग असली नाम के बजाय इसे रैंचो का स्कूल ही बुलाने लगे। प्रिंसिपल कहती हैं –''यह उस फिल्मी स्कूल से 100 गुना बेहतर है। इसे 8 राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय अवॉर्ड मिल चुके हैं।''

यहाँ की कुछ विशेषताएं

1. लाइफ स्किलः हॉस्टल मैस में बच्चों को लाइफ स्किल की ट्रेनिंग दी जाती है। यहाँ सब्जी काटना, बर्तन धोना, स्टोर से सामान भी बच्चे ही लाते हैं।

2. नेटिव डेः लद्दाख के ट्रेडिशनल फूड के कल्चर को मेंटेन

रखने के लिए हर बुधवार को स्कूल में नेटिव डे मनाया जाता है। इस दिन हॉस्टल की मैस में लद्दाख का ट्रेडिशनल खाना ही बनता है।

3. आर्ट रूमः स्कूल में जो भी वेस्ट मैटिरियल होता है उसे रिसाइकल कर आर्ट रूम में यूज करते हैं।

4. मैथ्स लैबः मैथ्स के सवालों को बच्चे एक्टिविटी से सीखते हैं। मैथ्स लैब की दीवारों पर कई इक्वेशन बनाई गई हैं। बच्चे जिससे सवाल हल करते हैं।

• मंजुश्री मंदिर

इस मंदिर में मंजुश्री देवी की चार अलग-अलग मूर्तियाँ हैं, जो चार रंग–स्वर्ण, केसरी, नीला और हरे रंग से सुशोभित, एक दूसरे की ओर पीठ किए हैं। इस मंदिर की छत पर विभिन्न प्रकार के नमूने बने हैं, जो कपड़ों पर बने चित्र की तरह लगते हैं। इनमें शिकार के दृश्य बिखरे पड़े हैं। जो विभिन्न प्राणी जैसे बाघ, घोड़ा तथा विभिन्न अस्त्र जैसे धनुष-बाण आदि को रेखांकित करते हैं। आल्ची मठ में मैंने पहली बार चित्रकारी के लिए काले और सफ़ेद रंग का प्रयोग होते देखा, वरना अक्सर ये रंग पट्टिका से गायब होते हैं, या फिर इनका प्रयोग जरूरत पड़ने पर ही किया जाता है।

• हेमीस मठ

अपने शोख रंगों से सजा यह हेमिस मठ या हेमिस गोम्पा जम्मू और कश्मीर राज्य में लेह के दक्षिण-पूर्व दिशा में लगभग 45 किमी. की दूरी पर स्थित है। यह एक बौद्ध मठ है, जो लद्दाख के सभी मठों से आकर्षक और ख़ूबसूरत है। यह मठ लगभग 12000 फुट की ऊँचाई पर सिन्धु नदी के पश्चिमी किनारे पर स्थित है। इस मठ का निर्माण 1630 ई में स्टेग्संग रास्पा नंवाग ग्यात्सो ने करवाया था।

1972 में राजा सेंज नामपार ग्वालवा ने मठ का पुनर्निर्माण करवाया। हेमिस मठ धार्मिक विद्यालय धर्म की शिक्षा को बढ़ावा देने के उद्देश्य से स्थापित किया गया था। तिब्बती स्थापत्य शैली में बना यह मठ बौद्ध जीवन और संस्कृति को प्रदर्शित करता है। मठ के कोने-कोने

में कुछ न कुछ विशिष्ट है और कई तीर्थ भी हैं, लेकिन पूरे मठ का आकर्षण बिंदु ताँबे की धातु में ढली भगवान बुद्ध की प्रतिमा है।

भगवान बुद्ध, बौद्ध धर्म के संस्थापक थे, जिन्होंने इस धर्म की नींव रखी थी और अपने उपदेशों से जनता में शांति का संदेश फैलाया था। मठ की दीवारों पर जीवन के चक्र को दर्शाते कालचक्र को भी लगाया गया है। मठ के दो मुख्य भाग हैं, जिन्हें दुखांग और शोंगखांग कहा जाता है।

वर्तमान में इस मठ की देखरेख द्रुकपा संप्रदाय के लोग किया करते है। ये लोग बौद्ध धर्म के ही अनुयायी हैं। मठ में जून के आखिर में या शुरुआत जुलाई के महीने में भारी संख्या में लोग आते हैं और गुरू पद्मसंभव के लिए वार्षिक उत्सव का आयोजन करते हैं। गुरू पद्मसंभव तिब्बती बौद्ध धर्म की परिचित हस्ती हैं। यहाँ मैंने और शिखा ने कई फोटो लिए थे। साथ ही नाश्ता भी किया था।

• लद्दाख शांति स्तूप

लद्दाख शांति स्तूप, लेह के चंग्स्पा के कृषि उपनगर के ऊपर स्थित है, जिसका निर्माण शांति संप्रदाय के जापानी बौद्धों ने कराया था। यहाँ महात्मा बुद्ध की अनुपम प्रतिमा स्थापित है। लेह आने वाले पर्यटक इस स्थान तक जीप और टैक्सियों के माध्यम से पहुँच सकते हैं। साथ ही यहाँ से लद्दाख शहर का नज़ारा बहुत सुंदर लगता है।

तीसरा दिन

आज मुझे अकेले ही कुछ और दर्शनीय स्थल देखने जाना था। शिखा लखनऊ वापस जा रही थी। मैं नाश्ता कर रही थी तब श्री (हमारी Receptionist) ने मुझे कहा कि ''यदि चाहो तो आप मैक्स, जो जर्मनी से आया हुआ है उसके साथ लोकल साइट सीन के लिए जा सकते हो। वह आपके साथ जाना पसंद करेगा। जिन स्थानों पर आप जा रही हो, वे जगह उसने भी नहीं देखी है।''

सोलो ट्रेवलर हर रोज कहीं जाएं, यह जरूरी नहीं। साथ ही वो पैसों की बचत की भी चिंता करते हैं। उन्हें जब, जैसा साथ मिलता है,

उसके साथ जाना पसंद करते हैं। हॉस्टल में रहने का यही फायदा है। ये लोग हिचहाइकिंग भी पसंद करते हैं और अपना पैसा बचा लेते हैं। मैक्स का साथ मेरे लिए अच्छा ही रहा, मुझे कंपनी व पैसों का सहयोग भी मिल गया।

मैंने कहा ''बहुत अच्छी बात है। उनका स्वागत है।''

मैक्स ने मुझसे बहुत ही सहजता से बातचीत शुरू की, जो मुझे बहुत अच्छी लगी। वह साइंस में ग्रेजुएशन कर चुके थे। अपनी एक साल की जॉब के बाद वह ट्रैवल पर निकले थे। इससे पहले वह ईराक में एक महीने रहे थे। उनके माता-पिता दोनों डॉक्टर हैं। इंडिया भी वह दो महीने के लिए आए थे।

अभी करीब पंद्रह दिन से वह लद्दाख में हैं। मुझे विदेशी पर्यटकों की ट्रैवल करने की एक बात बहुत अच्छी लगी कि ये बड़े इत्मीनान से किसी जगह रहते हैं। उस जगह का स्वाद लेते हैं। उसे जीते हैं। हर रोज सुबह उठकर भागते हुए अधिकतम पर्यटक स्थल देखने की हमारी दौड़ से बेहतर यह तरीका है। एक बहुत ही रिलेक्स सोच के साथ घूमना, मुझे भी बहुत पसंद है।

कितनी जगह गए, इससे ज्यादा महत्व है, हम कितना ठहरे, रुके और उस जगह को अपने अंदर जमा कर सके। यही तो वह धन है, जो अकेले में अपनी यादों के साथ जीने की ताकत बनता है। मैक्स के साथ बातें करते हुए हम अपने पहले डेस्टिनेशन पर पहुँच गए। संगम का पानी और उस जगह की ठंडी हवा, मैं आज भी महसूस कर सकती हूं।

मैक्स ने मुझे बताया कि ''वह अपने घर में रोज़ाना बर्तन साफ करते हैं।'' उनकी मॉम ने उन्हें चॉइस दी थी कि या तो वह खाना बनाएँ या बर्तन साफ करें। मैक्स ने बर्तन साफ करना पसंद किया था।

वह मुझसे बोले–''जब मैं हॉस्टल में खाना बनाने वाले को बर्तन साफ करते हुए देखता हूँ तो मुझे बहुत दुःख होता है। सब लोग अपने बर्तन खुद साफ क्यों नहीं करते?'' यह उनका सवाल था।

उस दिन के बाद मैं जब तक वहाँ रही, मैंने अपने बर्तन खुद ही साफ किए। श्री मुझसे कहती थी ''आप क्यों साफ कर रहे हो? विजय

है ना, वह कर देगा।''

मैंने उसे सिर्फ इतना ही कहा ''एक प्लेट और एक कुकर साफ करने में कितनी देर लगती है?'' मैक्स के सवाल का जवाब तो हमारी अर्थव्यवस्था का जवाब है, जहाँ रोजगार के अवसर के रूप में बिहार से लोग यहाँ आकर, यह सारे काम कर रहे हैं।

संगम, नदी जो मुझे ऊपर हवाई जहाज से बहुत महीन सुंदर दिख रही थी। यहाँ अपनी मस्ती में झूमती, बहती हुई बहुत आकर्षक लग रही थी। नदी ही तो हमें सिखाती है, बहते रहना, जो साथ रखने लायक नहीं है, उसे किनारों पर छोड़ते हुए आगे बढ़ने का नाम ही जीवन है!

लौटते समय हम गुरुद्वारे में दर्शन के लिए रूके। मैक्स को चाय और बूंदी तो अच्छी नहीं लगी। जब गुरू नानक जी के दर्शन करके बाहर निकल रहे थे तो हमें हलवा मिला। वो मैक्स को बहुत अच्छा लगा। मैंने अपने पास का हलवा भी मैक्स को देना चाहा तो वह बोले ''यह तो बहुत अच्छा है आप खाइए!''

मैंने कहा, ''यह हलवा हम अपने घर में भी बना लेते हैं पर तुम्हारे लिए यह नई चीज है, तुम इसे ले लो।''

उन्होंने बड़ी खुशी से हलवा खा लिया। अब याद करती हूं, तो लगता है मैंने एक गलती कर दी। मैं हॉस्टल में मैक्स के लिए हलवा बना सकती थी। साथ ही वह भी हलवा बनाना सीख जाते। विकसित देशों के बच्चों की आत्मनिर्भरता मुझे अच्छी लगती है। अपना हर काम खुद कर लेने वाले बच्चे, हमारे परिवारों में कम ही मिलते हैं। बेटा या बेटी के भेद के बगैर बच्चों में आत्मनिर्भरता होनी चाहिए। ये अनुशासन जीवन की कई समस्याओं का समाधान हो सकता है।

जब हम घूमकर वापस आए तो मुझे मैक्स को एक रेस्टोरेंट दिखाना था, जहाँ से कल रात मैंने पास्ता खाया था। 80 रुपये की एक प्लेट में इतना पास्ता था कि मेरा लंच व डिनर दोनों हो गया था। किचन में जब मैं उसे रात के समय गर्म कर रही थी तो श्री ने पूछा था ''यह आप कहाँ से लाए?''

मैंने जब जगह का नाम और कीमत बताई तो किचन में काम कर रहे या खाना खा रहे साथियों के कान खड़े हो गए थे। सब उस जगह का पता जानना चाहते थे। मैंने वो पास्ता मैक्स और मुंबई से आयी एक महिला यात्री के साथ शेयर किया था।

मैक्स से मैंने पूछा ''क्या वह अभी यहाँ से कुछ लेना पसंद करेंगे?''

''नहीं, मुझे आज शाम के खाने के लिए बाहर से कुछ लेने की जरूरत नहीं है। मैं अपनी तैयारी करके आया हूँ।'' यह कितना अनुशासित और ध्यान से आगे बढ़ने वाला युवक है.. मेरे मन में आया।

पैसों की बचत व एक बजट के साथ ही आप इतनी छोटी उम्र में सीमित कमाई में यात्रा कर सकते हैं। यही मेरी सोच भी है, जो परिवार के साथ या समूह में घूमने पर बिल्कुल नहीं हो सकता है। हमारा कोई साथी, कभी सोच भी नहीं सकता कि दिन भर घूमकर आने के बाद वो अपना खाना खुद बनायेगा। यहाँ फिर वही बात आती है कि खाना तो सिर्फ महिला ही बनायेगी। पति या परिवार साथ में किचन में समय दें, ये मुमकिन नहीं है।

ख़ैर, हम सबके जीवन में कुछ न कुछ है, जो हम एक दूसरे से सीख सकते हैं। एक रात जब मैं, श्री, टीना और मैक्सिको से आईं क्रिस्टीन के साथ बातें कर रहे थे तब यही बात क्रिस्टीन ने कही कि ''भारतीय परिवारों का आपसी तालमेल उसे बहुत अच्छा लगता है। जो उसने अपने बचपन में ही खो दिया था।'' कहते हुए उनकी आंखों में आँसू आ गए थे, जो मुझे विचलित कर गए थे।

ये हम सबके जीवन का सच भी है। किसी का जीवन पूर्ण नहीं है। कहीं न कहीं कुछ न कुछ कम तो है ही। शायद इसलिए प्रकृति ने अपने विविध रूप और रंगों के साथ इस धरा को सजाया है। कहीं बर्फ तो कहीं पर्वत, कहीं मैदान तो कहीं गहरी खाई और झरने, रेगिस्तान हो या उपजाऊ भूमि... सबको फूल दिए, साथ ही कांटे भी दिए।

और ये धरा हमारे लिए एक अध्ययनशाला का काम करती है। सबके जीवन की कमियों को प्रकृति अपने सौंदर्य से पूरा करती है। बस

उसे देखने की निगाह हो तो हमारा नजरिया बदल सकता है। टीना और श्री के जीवन में भी अलग-अलग समस्याएं थीं। श्री ने अपनी मर्जी से विवाह किया, लड़का योग्य नहीं था। माता-पिता ने समझाया पर वो वक़्त उनकी बात मानने का नहीं, उन्हें अपना दुश्मन समझने का था।

शादी के एक महीने बाद ही श्री को समझ आ गया था कि वह एक भयंकर भूल कर चुकी है। शादी के बाद भी पिता, श्री से बात करते थे। माँ ने बातचीत बन्द कर दी थी। एक दिन श्री ने पिता को अपने पति के बारे में कुछ शब्द ही कहे कि एक अनुभवी, अपनी बेटी से प्यार करने वाले पिता, श्री के हालात समझ गए। श्री ट्रेन में घर से भागी थी। उसके पति ने उसे जान से मारने की तैयारी कर ली थी।

शादी एक हादसा भी हो सकती है। इसके लिए घर के लोगों की बात को सुनने, समझने की जगह जरूर होनी चाहिए। अब श्री की मां चाहती हैं कि उसकी दूसरी शादी कर दी जाए। पर श्री अब अपना एक हॉस्टल डेवलप करना चाहती है किसी हिल स्टेशन पर, जिसके लिए उसके पिता पूरी तरह से उसके साथ हैं। एक रात और कितनी बातें, कितनी कहानियाँ, कितने पात्र! देश या शहर कोई भी हो, सबके जीवन से जुड़े संघर्ष और अनुभव एक से ही लगते हैं।

अदिति की बात सच ही थी कि ऐसे अनुभव सोलो ट्रेवलर को ही मिल सकते हैं। साथ ही एक लेखक के लिए तो यह एक बहुत बड़ी उपलब्धि भी है। हमारे अनुभव से, दोस्ती और जीवन को देखने के नजरिए में एक बड़ा रूपांतरण हो सकता है, जब हम इन रास्तों से गुजरते हैं।

अगली सुबह टीना को पैंगोंग लेक और क्रिस्टीन को दिल्ली जाना था। करीब रात के तीन बजे हम सब अपने-अपने कमरे में गए। क्रिस्टीन की एक बात आज भी याद आती है। जब उसने कहा था कि ''मैं बस में राजस्थान घूम रही थी। मेरे पीछे जो कपल बैठा था, वो मुझे बहुत अच्छा लग रहा था। धोती-कुर्ता, रंगीन पगड़ी और बड़ी मूंछ वाला वह व्यक्ति मेरी जिंदगी का सबसे हैंडसम व्यक्ति था। मैंने उसके साथ अपना फोटो लिया था। यह बात उससे कही भी थी, जिसका जवाब उसने एक

ऐसी मुस्कुराहट से दिया था, जो आज भी मुझे रोमांचित कर जाती है।''

ये यात्राएं हमारे जीवन को, हमारी यादों को कितना कुछ दे जाती हैं। ये आने वाले समय की ताकत बन कर हमारे साथ चलती हैं। हर दिन एक नया अनुभव, कुछ नये लोग, नयी बातें मेरी इस यात्रा का यही धन रहा, जो मेरे लिए अनमोल है।

मेरे कमरे में दो वियतनामी महिलाएं थीं। उनसे मेरी अभी तक कोई खास बातचीत नहीं हुई थी। आज सुबह कमरे में हम तीनों ही थे। शायद उन्हें भी आज कहीं जाने की जल्दी नहीं थी। हम लोगों ने बातें कीं। उनको हमारे देश के बारे में बहुत कुछ पता था। त्यौहार, खान-पान, पहनावा उन्होंने मुझसे इन सबसे जुड़े कई सवाल किए। उनकी जिज्ञासा मुझे बहुत अच्छी लगी। साथ ही लगा कि मैं वियतनाम के बारे में कुछ भी नहीं जानती हूँ।

यदि हम कहीं घूमने जाएं तो वहाँ से जुड़ी जानकारी हमारे पास होनी चाहिए। यात्रा के साथ उससे जुड़ी जानकारी की बात करें तो अदिति ने जर्मनी जाने से पहले सेकंड वर्ल्ड वार से जुड़ी कुछ किताबें पढ़ी थीं। साथ ही कुछ डॉक्यूमेंट्री भी देखी थीं। पर उसकी यात्रा को ज्यादा रोचक सच कहें, तो जर्मनी की यात्रा को रोचक कहना जरा मुश्किल ही होगा, क्योंकि जहाँ-जहाँ हिटलर के निशान हैं, वो हर जगह मार्मिक है। उस जगह जाकर उन्हें देखना, मानवता के इतिहास के एक ऐसे दौर को देखना है, जिसे हम देखते तो हैं पर वो हमारे मन को भिगो देता है। वहाँ से बाहर निकलकर मन में यह बात नहीं आती है कि हमने कोई दर्शनीय स्थल देखा है, बल्कि यह बात मन में आती है कि मानव ने कभी इतनी वेदना भी सही थी! यह सोचकर मन उदास ही हो जाता है।

• सेरज़ंग मंदिर

यह मंदिर17वीं शताब्दी में बनाया गया था। यह लद्दाख से 40 किमी की दूरी पर स्थित है। मंदिर की अनूठी विशेषताओं में से एक यह है कि इसके निर्माण में सोने और तांबे का उपयोग बड़े पैमाने पर किया गया है।

मैत्रेय बुद्धा की एक 30 फीट लंबी खड़ी प्रतिमा, जिसे भविष्य के बुद्ध के नाम से भी जाना जाता है, मंदिर में विराजमान है। टिलोपा,

मार्पा, मिल रास्पा और नरोपा जैसी कुछ शानदार पेंटिंग्स हैं, जिन्हें मंदिर में रखा गया है। बुद्ध और रेड हैट संप्रदाय से संबंधित लोगों के चित्र मंदिर की दीवारों पर चित्रित किए गए हैं।

सेरज़ंग एक पांडुलिपि है, जो तिब्बती बौद्ध कैनन की एक प्रतिलिपि है। यह तिब्बती बौद्ध धर्म के विभिन्न संप्रदायों की पहचान कराने वाले सभी पवित्र ग्रंथों को सूचीबद्ध करती है। यह चांदी, सोने और तांबे के पत्रों पर लिखी गई हैं और वर्षों से इस मंदिर में रखी हुई है।

• काली मंदिर

काली मंदिर को स्पितुक गोम्पा के नाम से भी जाना जाता है। यहाँ माँ काली के साथ देवता 'जिगजित' की मूर्ति स्थापित है।

• गुरुद्वारा पत्थर साहब

गुरुद्वारा पत्थर साहब, लेह के आकर्षक दर्शनीय स्थलों में से एक है। इस रास्ते से गुजरने वाले यात्री यहाँ माथा टेकने के लिए जरूर रुकते हैं। गुरूद्वारे का अनुशासित संचालन हर गुरूद्वारे जैसा ही है। यहाँ एक शिला पर मानव आकृति उभरी हुई है। ऐसा माना जाता है कि यह आकृति सिखों के प्रथम गुरु नानकदेव जी की है।

कारगिल, लद्दाख का दूसरा सबसे बड़ा क़स्बा है। कारगिल को अगास की भूमि के नाम से भी जाना जाता है। कारगिल, अपने मठों, खूबसूरत घाटियों और छोटे टाउन के लिए लोकप्रिय है। इस स्थान पर कुछ महत्वपूर्ण पर्यटन आकर्षण और बौद्ध धर्म के धार्मिक केंद्र जैसे सनी मठ, मुलबेख मठ और शरगोल मठ स्थित हैं।

सर्दियों में लद्दाख की यात्रा के नाम पर अधिकतर चादर ट्रैक ही प्रसिद्ध है जो कि बर्फ जमी जांस्कर नदी पर किया जाता है और इस ट्रैकिंग को दुनिया में सबसे मुश्किल ट्रैक माना जाता है। जो लोग इसे कर सकते हैं वो इन दिनों यहाँ आना पसंद करते हैं।

जो बर्फ से ढके लद्दाख के सौंदर्य को देखना पसंद करते हैं वो भी सर्दियों में यहाँ आते हैं। उस समय एक रिस्क लेकर हम वहाँ जाएं, तो हो सकता है हम घूम सकें या माईनस टेंप्रेचर इतना गिर जाए कि हम

अपने कमरे से बाहर न निकल सकें। कुछ होटल व गेस्ट हाउस ख़ास इन दिनों की मेजबानी करने के लिए खुले होते हैं।

• चुंबकीय पहाड़ी और चिल्लिंग गाँव

चिल्लिंग, प्रसिद्ध चादर यात्रा का प्रारंभ बिंदु है। यह यात्रा सर्दियों के दिनों में जांस्कर नदी पर की जाती है, जब इस नदी का पानी पूरी तरह से जम जाता है। यात्री इस जमी हुई नदी पर चलकर यह यात्रा करते हैं। अगर आप अधिक सर्दियों में लद्दाख की नदियों और पर्वतों के नज़ारे देखने में रुचि रखते हैं, तो आपको चिल्लिंग की यात्रा जरूर करनी चाहिए। इस यात्रा के दौरान हमको जमी हुई जांस्कर नदी देखने का मौका मिलता है।

चिल्लिंग जाते समय हमको चुंबकीय पहाड़ी से गुजरते हुए जाना पड़ता है। ऐसा कहा जाता है की लद्दाख की कई पहाड़ियों में से कुछ एक की चुम्बकीय शक्ति अति प्रबल है। गाड़ियाँ इनकी ओर स्वतः ही खिंची चली जाती हैं।

सच तो यह है कि ये पहाड़ लौह के अयस्कों से भरे हैं। इसलिए यह हो सकता है कि बाकी की पहाड़ियों से अधिक चुंबकीय आकर्षण इस पहाड़ी पर महसूस होता है और लोहे के बने विशाल वाहनों पर इसका असर ज्यादा होता हो। सब वहाँ रुककर पीछे आती गाड़ी को देखते जरूर हैं।

• जांस्कर नदी और सिंधु नदी का संगम स्थल

इस यात्रा के दौरान जांस्कर नदी और सिंधु नदी का संगम बिंदु सबसे विहंगम दृश्य है। यह महीन-सी रेखा मुझे प्लेन से भी बहुत आकर्षित करती है। यह सबसे सुंदर और अद्‌भुत संगम है, जो मैंने आजतक देखा है। मैले से हरे रंग की सिंधु नदी, लेह से बहती हुई प्राचीन नदी जांस्कर से जाकर मिलती है।

संगम बिन्दु के इस भाग से थोड़ी दूरी तक इन दोनों नदियों का पानी समानांतर बहता है। ऐसा लगता है जैसे ये दोनों नदियां एक दूसरे से बंधी साथ तो चलती हैं, पर अपनेआप में दोनों स्वतंत्र हैं। इन दोनों नदियों के

हरे-नीले पानी के स्वतंत्र संगम का यह नज़ारा देखने लायक है।

जनवरी के महीने में यहाँ की नदियों के किनारे जमने लगते हैं और इस जमे हुए बर्फ के टुकड़े नदी में तैरते हुए दिखाई देते हैं। जैसे-जैसे हम जांस्कर नदी से गुजरते हुए चिल्लिंग की ओर बढ़ते हैं, बर्फीले किनारों से घिरा हुआ नदी का नीला पानी हमको मंत्रमुग्ध कर देता है।

कुछ जगहों पर नदी का पानी थोड़ा-बहुत जम जाता है और नदी पर बर्फ की पतली-सी परत चढ़ने लगती है, जिसके नीचे से बहते हुए पानी की सिर्फ आवाज़ सुनाई देती है। तो कुछ जगहों पर यह जमी हुई बर्फ ओले के समान प्रतीत होती है, जिसके विभिन्न आकार-प्रकार हमको अचंभित कर देते हैं। हमारे साथ हमारे टैक्सी ड्राइवर भी एक तरह से गाइड का कार्य करते हैं। वे हमें बहुत सी जानकारियां देते हैं, जो स्थानीय लोगों द्वारा ही संभव है।

चौथा दिन

आज का दिन मुझे आराम करना था। अपने हॉस्टल के बाहर बैठकर किताब पढ़ने की इच्छा थी। उस हॉस्टल में कई किताबें रखीं थीं। वहाँ आने वाले अपनी पसंद की किताब पढ़ते हैं और अपनी कोई पढ़ी हुई किताब वहाँ छोड़ जाते हैं। उसे किताबों के एक्सचेंज का यह एक खूबसूरत तरीका लगा।

आज जर्मनी से आए हुए कुछ लोग भी धूप में बैठे थे। उनमें से एक युवती ड्राइंग कर रही थी और उनका साथी पढ़ रहा था। उस अंब्रेला के नीचे लगी कुर्सियों का भरपूर इस्तेमाल होता था। कोई अपनी कुर्सी उठाकर, एक कोने में बैठकर संगीत का आनंद ले रहा होता, तो कोई कुछ देख रहा होता था।

पाँचवां दिन

मेरी वियतनामी मित्रों के साथ हमनें अपनी एक दिन की यात्रा का प्लॉन बनाया। अगली सुबह मेरे दोनों साथी मेरा इंतजार करते हुए मिले। हमने साथ में नाश्ता किया और हम टैक्सी में बैठ निकल पड़े अपने पहले गंतव्य की ओर...

बुद्ध की मोनेस्ट्रिस कला, आस्था का एक अनुपम उदाहरण है। चटकीले रंगों से बनी खूबसूरत पेंटिंग और बुद्ध की प्रतिमा को भी बहुत सुंदर रंगों से सजाया था। उनके आसपास की दीवारें बहुत अच्छी लग रही थी। दीये की अखण्ड जोत ईश्वर से एक कामना ही होगी, दिल में प्रेम, विश्वास को जलाये रखने की।

मन्दिर, मेरी नजर में एक जगह है, ख़ुद से बात करने की, अपने आपको देखने, समझने की। जितना हम खुद को जानते है उतना ही अपने करीब होते जाते हैं। एक नयी ताकत महसूस करते हैं।

लद्दाख के रास्ते, वहाँ की मोनस्ट्रीज से शहर का नज़ारा, यह सब बहुत अद्‌भुत है। मेरे जैसे कईं होंगे जिनके लिये प्रकृति एक राहत का काम करती है। ईश्वर ने हमारे लिए कितना कुछ बनाया है! अपने दायरों से बाहर निकलें, तो दुनिया बहुत लुभावनी लगती है, जिसमें हम छोटे हो जाते हैं। बाकी सब बहुत विस्तृत लगने लगता है।

अपने नए साथियों के साथ मेरा आज का दिन बहुत अच्छा रहा। लौटते समय हमनें बाहर ही खाना खाया। वो भारतीय खाना बहुत चाव से खा रही थीं। उनको खाने से जुड़ी जानकारी जब मैंने दी तो वो बहुत खुश हुईं। हम भारतीय अपने देश को कितना घूम पाते हैं पता नहीं? पर ये विदेशी पर्यटक हमारे देश के बारे में कई जानकारियों के साथ, बिना हिंदी जाने बड़े आराम से यहाँ का आनंद लेते हैं। संस्कृति, सभ्यता से जुड़ी इनकी जिज्ञासा मुझे लुभा गई।

• लामायुरू

लामायुरु या लमवु जैसा कि उसे कहा जाता है, लद्दाख का सबसे प्राचीन मठ एवं मठों का शहर है। इस यात्रा की विशेष बात थी यहाँ के जमे हुए झरने। हमको रास्ते में इस प्रकार के बहुत से छोटे-बड़े जमे हुए झरने देखने को मिले। जी हाँ, आप इन्हें चादर यात्रा किए बिना भी देख सकते हैं। ये जमे हुए झरने लद्दाख के दृश्यों को अत्यधिक प्रसिद्ध बनाते हैं।

स्पीति घाटी में स्थित धनकर मठ की भाँति, पहाड़ी के शिखर पर बसा हुआ लमयुरु मठ यहाँ के पूरे परिदृश्य को और भी सुरम्य बनाता

है। दीमक पहाड़ी जैसे दिखनेवाली इन हल्की फूली-सी चट्टानों पर स्थित यह पूरा मठ, या दरअसल यह गाँव ही किसी शानदार दृश्य की तरह दिखाई देता है।

कुछ सदियों पहले नौ लामाओं ने आकर इस मठ की स्थापना की थी और तब से यह मठ इसी ढलान पर स्थित है। सैकड़ों लामाओं को अपनी छत्र-छाया प्रदान करनेवाला यह विशाल मठ बहुत ही साधारण है, जिसकी बाहरी दीवारें रंगी हुई हैं। आंतरिक सजावट भी साधारण-सी है। पहाड़ी की चोटी पर स्थित बाकी मठों की तरह यह मठ भी अपने आस-पास के परिदृश्यों को देखने के लिए आगंतुकों को सुविधाजनक स्थान प्रदान करता है।

• मूनस्केप

चाँद की सतह से मिलता जुलता परिदृश्य-लद्दाख से लमयुरु पहुँचने से ठीक पहले बेतरतीब-सा भूदृश्य दिखाई देता है, जिसे मूनस्केप या ऐसी जमीन जो चंद्रमा की सतह के जैसी दिखाई देती है, कहते हैं। यानि एक प्रकार से यह चंद्रमा की सैर करने जैसा ही है। मुझे यह जगह बहुत ही अनुपम लगी।

चाँदनी रात में इस जगह को देखना एक अद्‌भुत अनुभव होता, जिसे मैं नहीं देख पाई। पर इन चट्टानों की खूबसूरती ने मुझे मोहित किया। यहाँ एक मोनेस्ट्री भी है, जो श्रीनगर से आने वाले लोगों के लिए सबसे पहला पर्यटक स्थल है। मैं इस मोनेस्ट्री के अंदर नहीं गई। मगर होगी तो ये भी बुद्ध की मूर्ति और रंगों से सजी हुई। वह एक शांति का अहसास देती है।

• आल्ची मठ

लद्दाख में प्रत्येक गाँव का अपना मठ है, जिसे आमतौर पर उसी गाँव के नाम से जाना जाता है। आल्ची मठ इन्हीं में से एक है जहाँ तक पहुँचने के लिए हमको लमयुरु की यात्रा को कुछ समय के लिए स्थगित कर थोड़ा सा विमार्ग होना पड़ता है। अगर आप भित्ति-चित्रों को देखना पसंद करते हैं, तो आपको इस सुंदर से मठ की विशेष यात्रा जरूर

करनी चाहिए।

मठ की चित्रित दीवारों और उन पर की गई विशाल दस्तकारी का अवलोकन करते समय मुझे एक सुखद अनुभव हुआ। कला ने जीवन को कितना सुंदर बनाया है! कलाकार, चाहे वो किसी भी देश या क्षेत्र के हों, उनका एक विशेष योगदान रहा है, जिसे आगे की अनगिनत पीढ़ियां देखतीं और अपनी धरोहर पर गर्व करती हैं।

इसे हिमालय का अजंता भी कहा जाता है। यहाँ के भित्ति-चित्र बहुत ही सुंदर हैं, लेकिन जो चीज इस मठ को और ज्यादा खास बनाती है, वह है इस मठ के पाँच-छः कमरों में खड़ी बोधिसत्त्व की विशाल मूर्तियां। ये मूर्तियां 2-3 मंजिल की ऊंचाई की हैं। जो उज्ज्वलित रंगों से रंगी इन मंजिलों और छतों से ऊपर उठती हुई स्थिर खड़ी हैं।

इस क्षेत्र का सबसे पहला मंदिर, जिसे लोटसा मंदिर कहा जाता है, जिसकी दीवारें बुद्ध के छोटे-छोटे हजारों चित्रों से भरी हुई दिखाई देती हैं। इस मंदिर में बुद्ध के हज़ार से भी अधिक चित्र चित्रित किए गए हैं। इसी के पास स्थित वैरोकना मंदिर के मंडल रंगे हुए हैं, जो बौद्ध मठों में अक्सर पाया जाता है। इस मठ के मंडल की खासियत है, उस पर की गई उभरी हुई कारीगरी जो उसे चौखट का स्वरूप देती है।

कुछ जगहों पर मुझे लगा जैसे यह कीमती रत्न और पत्थरों को रखने के लिए कोई खास जगह है, पर मैं इसके बारे में ज्यादा जानकारी प्राप्त नहीं कर सकी। मिट्टी से बने होने के कारण और अच्छी मरम्मत न हो पाने की वजह से कई जगहों पर चित्र धुँधले से पड़ते जा रहे हैं, तो कहीं पर टुकड़ों-टुकड़ों में मरम्मत का काम नज़र आता है।

आल्ची की चित्रकला शैली स्पष्ट रूप से कश्मीरी है। सिर्फ कश्मीरी चित्रकार ही लद्दाख के इस सख्त वातावरण में काम कर सकते थे। इन चित्रों में बहुत सी पारसी विशेषताएं नज़र आती हैं, जो आपको याद दिलाती हैं कि लद्दाख रेशम मार्ग का भाग रहा है, जिसने पूर्व और पश्चिम की अनेकों संततियों को यहाँ से गुजरते हुए देखा है।

मठ के आँगन में अद्वितीय स्तूप है, जिसके भीतर हम जा भी सकते हैं। इसे भी भीतर से प्रचुरता में रंगा गया है।

यह मठ 10वीं सदी की समाप्ति और 11वीं सदी की शुरुआत के दौरान बनवाया गया था। यह उन 108 मठों में से एक माना जाता है, जो महान अनुवादक रींचेन जंगपो द्वारा बनवाए गए थे। उनके द्वारा बनवाए गए कुछ मठ लमयुरु, तबो और नाको में भी देखे जा सकते हैं।

छठा व सातवां दिन

लद्दाख की कई जगह घूमने के बाद हम बहुत थक गए थे। कल मुझे अकेले ही पैंगोंग झील देखने जाना था। रात को वहीं टेंट में रुकने का इंतजाम मैंने करवा लिया था। अगले दिन मैं नुब्रा वेली को देखती हुई वापस आऊँगी।

पाँच घण्टे के रास्ते को तय करके हम पैंगोंग झील तक पहुँचे। दूर पर्वतों के बीच में से उस झील की एक झलक दिख रही थी। पर्वतों ने अपनी दोनों हथेलियों में किसी प्यारे बच्चे की तरह उस झील को सम्हाल कर रखा है। बिल्कुल वैसे ही जैसे हमारी हथेलियों में फूल भरे हों या हम जल अर्पण कर रहे हों। मुझे तो कुछ ऐसा ही लग रहा था। झील भी एक मासूम, शांत बच्चे की तरह अपने सात रंगों के साथ अपनी मस्ती में गुनगुना रही थी।

पंच तत्व से बना हमारा ज़िस्म, जिसमें पानी का प्रतिशत सबसे ज्यादा होता है। शायद इसीलिए कईं लोगों को पानी बहुत मोहित करता है। इंसान के जीवन की शुरुआत, माँ के गर्भ के खारे पानी से ही तो होती है। गर्भ से लेकर सागर तक का पानी एक-सा ही तो है। माँ के गर्भ से निकलकर हम दुनिया के गर्भ में बढ़ते हैं।

बहुत ठंडी बर्फ़ीली हवा, झील का किनारा, पर्वतों के दायरे इससे ज्यादा प्रकृति हमें क्या दे सकती है? ये नज़ारा मेरी आँखों से अब कभी दूर नहीं हो पायेगा। जब भी अपनी यादों की खिड़की खोलूँगी, मुझे यह झील दिखाई देगी, जिसने इस दुनिया को, हमको बनाया है, उसे याद करके आँखों में आँसू आ गए।

एक धन्यवाद, एक शुक्रिया! कितना दिया है तुमने? क्या हम इसे समझ पाये? अपनी शिकायतों के आगे कुछ देख पाये? मुझे आज इस जगत का रचयिता बहुत भोला, मासूम लगा। वो कैसे इतना कुछ देकर

भी हमारी शिकायतें सुनता है? कभी कहता नहीं कि एक नजर उस ओर तो करो जहाँ तुम खत्म होते हो! तुमसे आगे, तुम्हारे दर्द के आगे भी एक दुनिया है।

यहाँ सबके आँचल में कोई न कोई दाग तो है ही। इसका मतलब यह कतई नहीं है कि ईश्वर ने हमारा साथ या हाथ छोड़ दिया है। हर कमी के बावजूद वो हमारे साथ है। पूर्णता की ओर का ये रास्ता हम उसकी उँगली थामकर तय कर सकते हैं।

रचनाकार कभी भी अपनी रचना को भूलता नहीं है। जैसे ही हम उसकी ओर हाथ बढ़ाते हैं वो हमें थाम लेता है।

झील के किनारे, रात का समय, आसमान में सितारे, एक इंसान को कवि, लेखक, दार्शनिक क्या नहीं बना सकते हैं! आज ऐसा लग रहा था कि इस रात यहीं ठहर जायें। कुछ पल जीवन को कितना जीवंत कर सकते हैं, यह मैंने आज जाना।

रात की गहराई के साथ ठंड इतनी बढ़ गई थी कि मुझे अपने टेंट में जाना पड़ा। अपनी खिड़की से आसमान को देखते-देखते कब आँख लग गई पता नहीं! सुबह जब आँख खुली तो मंद, ठंडी हवा हौले से मेरे पास आई, मुझे जगाने के लिए।

नुब्रा वेली को देखते हुए मैं अपने होटल में आ गई। मेरा मन थोड़ा उदास था। प्रकृति से दूरी कभी-कभी मुझे बहुत बेचैन कर देती है। वो जगह मेरे मन से हटती ही नहीं। एक खालीपन मेरे अंदर भर गया।

यहाँ से लौटना आसान नहीं था। गाड़ी में बैठते हुए भी लगा, कुछ देर और ठहर जाऊँ। पर जीवन, आगे बढ़ने का नाम है।

• थिकसे और चेमरे मठ

ये दोनों मठ लद्दाख की प्रसिद्ध झील पैंगोंग, तक जानेवाले मार्ग पर ही स्थित हैं। अगर हम पैंगोंग तक नहीं पहुँच पाये तो आप इस मार्ग की आधी सैर भी कर सकते हैं, जहाँ पर देखने लायक बहुत-सी सुंदर चीजें हैं।

थिकसे तक जानेवाली राह से पहले आपको लंबे समय तक राष्ट्रीय महामार्ग की सवारी करनी पड़ती है, जिसके समानांतर सिंधु नदी बहती है। थिकसे मठ पास से देखने में जितना सुंदर है, दूर से देखने में उतना ही आकर्षक लगता है। चेमरे मठ तक जाने के लिए हमें छोटे-छोटे रस्तों से गुजरते हुए जाना पड़ा जो ऊंची-ऊंची बंजर झाड़ियों से घिरे हुए हैं।

• खरडूंगला दर्रा

खरडूंगला दर्रा लद्दाख क्षेत्र का एक और प्रसिद्ध दर्रा है। सर्दियों के मौसम में जब हम लद्दाख दौरे पर आते हैं तो यह दर्रा बन्द रहता। शांति स्तूप, जो खरडूंगला दर्रे के रास्ते में, लेह की सरहद पर बसा हुआ है, अधिकतर लद्दाख यात्राओं का भाग भी है।

लद्दाख सीमा पर यह दर्रा लेह के उत्तर तथा श्योक और नुब्रा घाटियों के प्रवेशद्वार पर है। 1976 में निर्मित इसे 1988 में सार्वजनिक मोटर वाहनों के लिए खोला गया था। सीमा सड़क संगठन द्वारा अनुरक्षित यह दर्रा भारत के लिए रणनीतिक रूप से महत्वपूर्ण है, क्योंकि इसका उपयोग सियाचिन हिमनद में आपूर्ति करने के लिए किया जाता है। खारडूंगला की ऊँचाई 5,359 मीटर (17,582 फीट) है। यह दुनिया का सबसे ऊँचा यांत्रिक (मोटरेबल) दर्रा (पास) है।

• पैंगोंग लेक

पैंगोंग झील को विश्व की सबसे ऊंची, गहरी और लम्बी झील कहा जाता है। समुद्र तल से 14,000 फुट की ऊंचाई पर लेह से 980 कि.मी. दूर लद्दाख पर्वत श्रृंखला के आंचल में खारे पानी की झील है।

पैंगोंग झील 150 कि.मी. लम्बी और 700 फुट से लेकर चार कि.मी. चौड़ी है। एक तरह से यह पहाड़ी समुद्र की तरह ही है। इसकी गहराई 120 से लेकर 200 फुट तक है। इस झील के पानी का कहीं निकास नहीं है, इसलिए इसके किनारे पर नमक की तह भी देखी जा सकती है।

इस खारी झील में पहाड़ों से गिरने वाली बर्फ के कारण अनेकों खनिज पदार्थ जमा हो गये हैं, जिससे इसका तल ऊपर उठता जा रहा है। वर्ष के तीन माह यह झील जमी रहती है, जिस पर जीप चलाई जा सकती है। सूर्य की किरणों के बदलने के साथ इस झील का पानी भी रंग बदलता रहता है।

- **नुब्रा वेली**

हरियाली से युक्त एक रमणीक स्थल, जो चारों ओर से विशाल पहाड़ों से घिरा हुआ है, जहाँ भूरे रंग का हर वर्ण दृष्टिगोचर होता है। लद्दाख की गहरी नुब्रा घाटी प्रकृति के किसी जादू से कम नहीं है। सबसे अलग, फिर भी आश्चर्यजनक, शुष्क रेत के टीलों, प्राचीन खंडहरों और शांत बौद्ध मठों के विशाल फैलावों के साथ, नुब्रा एक लोकप्रिय पर्यटन स्थल है। लेह शहर से लगभग 150 किमी की दूरी पर स्थित, घाटी रिओ श्योक और सियाचिन नामक नदियों के संगम पर स्थित है।

ठंडे रेगिस्तान को चिन्हित करते हुए, लहराते हुए रेत के टीलों के साथ, यहाँ दो कूबड़ों वाले अद्वितीय बैक्ट्रियन ऊंटों को देखा जा सकता है। घाटी में प्रसिद्ध पश्मीना बकरी का निवास भी है। सियाचिन ग्लेशियर के पास बसा हुआ पनामिक गांव, एक शानदार पड़ाव है। दिस्कित मठ, यारब त्सो झील, मैत्रेय बुद्ध, सम्स्तान्लिंग मठ और खार्दूंग ला दर्रा यहाँ के कुछ अन्य प्रमुख आकर्षण हैं।

आठवां अंतिम दिन

आज का दिन मुझे सिर्फ अपने हॉस्टल और लेह के रास्तों के साथ बिताना था। हॉस्टल में मुझे कई मित्र मिले। इन दो वियतनामी मित्रों में से एक से मेरी दोस्ती अभी तक कायम है। एक दिन हम तीनों साथ में घूमे थे। उनके साथ घूमने का अनुभव, अपनी पुरानी मित्रों के साथ घूमने जैसा ही था।

रिश्तों की क्या चाहत होती है? प्रेम! एक दूसरे की भावनाओं का सम्मान! यही सब मैंने इन दोनों के साथ महसूस किया। रात के समय जब हमको अपने कमरे में बहुत ठंड लग रही थी, तो दुओंग ने मेरी

टीशर्ट के अंदर की तरफ एक पैड लगाया। मेरी पीठ की ओर उसे लगाते ही मुझे गर्मी का एहसास हुआ। करीब 6X6 का वह पैड मैंने पहली बार देखा था। ठंड से राहत का यह एक अंदरुनी उपाय मुझे बहुत पसंद आया।

आज का दिन लद्दाख में मेरा आखिरी दिन था। मैं अब अपने कमरे में अकेली थी। मेरे पुराने सभी साथी जा चुके थे। कुछ नए लोग आए थे, पर वो दूसरे कमरों में ठहरे थे। पाँच लड़कियाँ गोवा से आई थीं। अब भारतीय लड़कियाँ भी अकेले या ग्रुप में काफी आने लगी हैं, मुझे श्री ने बताया।

पूरा दिन बाहर धूप में बैठे- बैठे किताब पढ़ते, मार्केट का एक चक्कर लगाते, उसी रेस्टोरेंट से पास्ता खाते बीत गया। आज का दिन मुझे सबसे छोटा लगा। आज मैं दूसरी बार लद्दाख आई। अब तीसरी बार आ सकूंगी या नहीं, पता नहीं। बढ़ती उम्र के साथ मेरी सांसें कितना मेरा साथ देंगी यह तो वक्त ही बताएगा, पर एक बार और, मुझे इस जगह आना है।

अगली सुबह सात बजे मेरी फ्लाइट है। सुबह पाँच बजे की टैक्सी मैंने बुक की थी। पर जब कमरे से निकली तो मेरे साथ दो साथी और थे। उन्हें भी एयरपोर्ट जाना था। हॉस्टल में साथ मिल ही जाता है। यह सोचकर मन मुस्कुरा उठा।

श्री से मैंने कल दिन में कई बार कहा ''मेरे खाने का पेमेंट ले लें।''

''अभी बिल देती हूँ।'' कहकर वह भूल ही गई।

सुबह मैंने फिर कहा ''श्री पेमेंट!''

''आपको याद है क्या आपने क्या-क्या लिया था?''

''आपने नोट नहीं किया क्या?''

''सबका करती हूँ, पर आपका नहीं कर पाई। आपको जो भी याद हो वही दे दीजिए।'' उसने तो अपनी बात कह दी जब मैंने उसकी आंखों में झांका तो वह मुस्कुरा दी। हॉस्टल में ठहरने का अमाउंट तो ऑनलाइन ही जमा होता है। खाने का कुछ तय नहीं होता कि हम बाहर खायेंगे, अपना सामान लेकर खुद बना लेंगे या हॉस्टल के राशन में से कुछ लेंगे। फिर भी चाय तो दिन में दो बार मैंने वहीं पी थी।

पेमेंट तो मैंने किया। पर श्री का अपनापन मेरा मन भिगो गया। उससे गले मिलते समय लगा मैं अपने किसी पुराने दोस्त से जुदा हो रही हूँ। कैसे हैं ये रिश्ते?

मेरी पिछली लद्दाख यात्रा की तरह यह यात्रा भी प्रेम, अपनेपन और मानवता के मीठे अहसास के साथ पूरी हुई। इस हॉस्टल में मुझे कई मित्र मिले, जो एक सुखद अहसास है। एक मीठी याद है।

हमारे जीवन में जन्म का निर्णय हमारे पिछले जन्म के कर्म करते हैं। (आस्तिकता इसी पर टिकी है।) जीवन महज एक संयोग है। (यह नास्तिकता की बुनियाद है।) हमारी सोच किस ओर झुकी है इसका ख़ास महत्व नहीं है।

महत्व इस प्रेम का है, जो हमें उन अनजान लोगों से मिल जाता है। देखा जाए तो उनके लिए हमने क्या किया? यदि ये सवाल हम अपनेआप से करें तो जवाब सिर्फ इतना ही होगा कि यह समझाया नहीं जा सकता है। इसका हमारे लेनदेन से कोई मतलब नहीं है। जब दिल की दिल से बात हो जाती है। प्रेम की परिभाषा का दायरा लैला-मजनू के दायरे से बाहर लाना होगा। प्रेम सिर्फ दो इंसानों के बीच की बात है। इसमें एक बार मिले या कई बार, दोनों स्त्री या पुरुष थे, कितना समय, कितनी बातें उनके बीच हुई, किसी का भी मतलब नहीं है।

जो मुझे अपनी यात्रा में मिला, वो प्रेम का एक ऐसा अहसास है, जो कुछ कहता नहीं, बस खामोश हमारे साथ रहता और धड़कता है। लद्दाख से मुझे कुछ ऐसा लगाव है जो मैंने विश्व के किसी भी पर्वतीय क्षेत्र में महसूस नहीं किया।

लद्दाख के प्रमुख उत्सव

लद्दाख के प्रमुख उत्सवों में गोल्डन नमछोट, बुद्ध पूर्णिमा, दोसमोचे और लोसर नामक त्यौहार पूरे लद्दाख में बड़ी धूम-धाम से मनाए जाते हैं। इस दौरान यहाँ पर्यटकों की भीड़ उमड़ पड़ती है। दोसमोचे नामक त्यौहार दो दिनों तक चलता है, जिसमें बौद्ध भिक्षु नृत्य करते हैं, प्रार्थनाएँ करते हैं और क्षेत्र से दुर्भाग्य और बुरी आत्माओं को दूर रखने

के लिए अनुष्ठान करते हैं।

तिब्बती बौद्ध धर्म के सबसे महत्वपूर्ण त्यौहारों में से एक है, 'साका दावा' जिसमें गौतम बुद्ध का जन्मदिन, बुद्धत्व और उनके नश्वर शरीर के पंचतत्व में विलीन होने का जश्न मनाया जाता है। इसे तिब्बती कैलेंडर के चौथे महीने में, सामान्यतः मई या जून में मनाया जाता है, जो पूरे एक महीने तक चलता है।

❋❋❋

लद्दाख

जांस्कर नदी और सिन्धु नदी का संगम

मून स्केप

डूक पद्मा कारपो स्कूल

हॉल ऑफ फेम

धर्मशाला

धर्मशाला, भारत के हिमाचल प्रदेश का एक महत्वपूर्ण शहर है, जो अपनी प्राकृतिक सुंदरता के अलावा बौद्ध मठों के लिए जाना जाता है। यहाँ बर्फ से ढका हिमालय, नदियां और यहाँ की मनमोहक वादियां हमारा मन मोह लेती है। यह एक बहुत ही छोटा शहर है। वैसे यह दो हिस्सों में बंटा हुआ है। पहला हिस्सा लोअर धर्मशाला है, जिसे हम धर्मशाला के नाम से जानते हैं। दूसरा हिस्सा अपर धर्मशाला है, जिसे हम मैक्लोडगंज के नाम से जानते हैं। धर्मशाला से मैक्लोडगंज की दूरी करीब 10 किलोमीटर है।

धर्मशाला की ऊँचाई 1,250 मीटर (4,400 फीट) और 2,000 मीटर (6,460 फीट) के बीच है। यहाँ पाइन के ऊँचे पेड़, चाय के बागान और इमारती लकड़ी पैदा करने वाले बड़े वृक्ष हैं। वर्ष 1960 से, जब से दलाई लामा ने अपना अस्थायी मुख्यालय यहाँ बनाया, धर्मशाला की अंतरराष्ट्रीय ख्याति भारत के छोटे ल्हासा के रूप में बढ़ गई है। ल्हासा, तिब्बत की राजधानी है, जहाँ दलाई लामा रहते थे।

पहला दिन

धर्मशाला मेरी पहली सोलो यात्रा थी। उस याद करूँ तो अपने डरपोक मन पर हँसी आती है। मुझे ग्वालियर से दिल्ली-पठानकोट-धर्मशाला जाना था। ग्वालियर से दिल्ली तो कोई चिंता नहीं थी। अदिति के पास ही जाना था। मगर उससे आगे पठानकोट की ट्रेन रात की दस बजे और सुबह पाँच बजे पठानकोट, फिर वहाँ से धर्मशाला के लिए बस लेनी थी। आज तक मैंने इंदौर और दिल्ली तक की यात्रा ही अकेले की थी। इंदौर मायका और दिल्ली अपने व्यवसाय के लिए जाने में कभी टेंशन नहीं हुई।

मगर अब सब कुछ अकेले...एक बार तो मन में आया कि सारी बुकिंग ही कैंसिल कर देती हूं। कैसे अकेले यह सब कर पाऊँगी। मैंने अदिति को अपना डर बताया भी तो वह बोली–''डरने की कोई जरूरत नहीं है। सब ठीक होगा। तुम ध्यान से हर काम करना।''

अब उसके आगे कुछ नहीं कह पाई। जब दिल्ली में अदिति मुझे पुरानी दिल्ली के रेलवे स्टेशन पर छोड़ कर गई तो मैं स्टेशन के वेटिंग रूम में जाकर बैठ गई। मेरे पास मेरे धर्मशाला के होम स्टे के होस्ट के मैसेज थे। मैं किस समय वहाँ पहुँचने वाली हूँ? कैसे आ रही हूँ? मेरे स्टे का मैप उन्होंने शेयर किया था।

साथ ही कोई परेशानी हो तो बात करने को भी कहा था। मैंने मेरे होस्ट, देवेश को उनके सारे सवालों के जवाब दिए। अब मन में डर जैसी कोई बात नहीं लग रही थी। ट्रेन टाइम पर थी। मेरे आसपास की सीटों पर एक कपल और उनके साथ उनके परिवार का एक व्यक्ति था। उस महिला के पति की कोई सर्जरी हुई थी और उन्हें आराम की जरूरत थी। मैंने अपनी लोअर बर्थ उनको दे दी ताकि पति-पत्नी आमने -सामने रह पाए।

उन्होंने मेरी इस सहायता का इतना लिहाज किया कि जब हम सुबह पांच बजे पठानकोट उतरे तो वह महिला बोली ''अब आप इस समय कैसे धर्मशाला जाओगी? आप हमारे घर चलो। सुबह आराम से चले जाना।''

''मैंने उनको शुक्रिया के साथ मना किया कि मुझे अभी जाने में कोई परेशानी नहीं होगी।''

पठानकोट रेलवे स्टेशन से शेयरिंग ऑटो, बस स्टैंड तक जाते हैं। जो सुबह के समय के लिए सुरक्षित भी है। पर उसकी भीड़ देखकर मैंने अकेले एक ऑटो लिया और बस स्टैंड पहुँच गई। मेरे साथ रास्ते में दूसरे ऑटो भी चल रहे थे, तो मुझे ठीक लगा। सुबह भी होने को ही थी।

बस स्टैंड की रौनक ने मन को सुकून दिया। मैं चाय पीकर धर्मशाला जानेवाली बस में बैठ गई। बस एकदम खाली थी। 6 बजे बस सिर्फ चार यात्रियों को लेकर निकल पड़ी। मैंने मन में सोचा इतना घाटा उठाकर भी समय से बस चलाना तो बड़ी बात है। पर मैं गलत साबित हुई।

बस शहर से बाहर निकलते ही हर पाँच-दस मिनट बाद रूक जाती और अधिकतर स्टूडेंट उसमें बैठते जा रहे थे। मेरे गंतव्य तक पहुँचने से पहले ही पूरी भर चुकी बस खाली भी हो गई थी। सरकारी बस का फायदा मुझे आज समझ में आया। बहुत सस्ता और सुलभ।

यदि मैं टैक्सी लेती तो शायद तीन हजार रुपये तो देने ही होते। उसकी जगह सिर्फ साठ रुपये में यात्रा करना मुझे आश्चर्य और खुशी दे गया। मैंने कंडक्टर को अपने स्टे की जगह का नाम बताकर पूछा कि "मुझे कहां उतरना है?"

वह मुझे मेरी जगह के हिसाब से बोला, "यहाँ आप उतर जाइए। यहाँ आपको चिलघारी सबसे पास पड़ेगा।"

मैं बस से उतरकर वहाँ आसपास बैठे, कुछ कश्मीरी लोगों में से एक व्यक्ति से अपने स्थान के बारे में पूछा तो उसने कहा, "इस जगह को तो मैं जानता हूं। आप चाहे तो हम पैदल ही चलते हैं। पास ही है। आपका लगेज मैं उठा लेता हूँ।"

मैंने कहा–"ठीक है।"

और उस व्यक्ति के साथ मैं चल पड़ी। एक जगह बस्ती आने पर उसने कहा, "यह आपकी जगह है। अब जहाँ जाना है वहाँ फोन लगा लीजिए। वह आपको समझा देंगे कि हम कौन से रास्ते से आगे बढ़ें।"

मैंने देवेश को फोन लगाया। उन्होंने मुझे रास्ता समझाया। वैसे भी मेरे व्हाट्सएप पर देवेश ने जो मैप शेयर किया था, उसे मैंने फॉलो किया था। पर हम एक पॉइंट पर पहुँचकर रुक गए। मैंने देवेश को दोबारा फोन लगाया।

मैंने कहा–"मुझे रास्ता समझ नहीं आ रहा है। यहाँ से कहाँ जाऊँ?"

"आप वहीं रुकें। मैं बाहर आता हूँ।"

हम जहाँ खड़े थे, उसके पीछे के एक मकान से निकलकर देवेश बाहर आए। मतलब हम ठीक जगह ही खड़े थे, पर उस घर तक पहुँचने का रास्ता समझ नहीं आ रहा था। क्योंकि उस घर में जाने के लिए इसी घर के अंदर से ही रास्ता था, दूसरी तरफ जाने के लिए।

कश्मीरी व्यक्ति को पैसे देकर मैं अपने होमस्टे में अंदर आई। वह एक सुंदर-सा बंगला था... ड्राइंग रूम एकदम साफ व व्यवस्थित... एक सोफ़ा, कुछ किताबें, राइटिंग टेबल... उसके आगे डायनिंग रूम और उसके अंदर एक किचन... मेरा कमरा डायनिंग रूम के सामने ही था। देवेश ने मुझे मेरा कमरा दिखाते हुए कहा–''यह रहा आपका कमरा।''

''अच्छा है!'' कहकर मैंने अपना इकलौता बैग उसमें रखा।

देवेश ने कहा–''आप चाय लेंगी या कॉफी?''

''कुछ भी चलेगा!''

देवेश ने हमारे लिए कॉफ़ी बनाई। साथ ही मुझे बिस्किट भी दिए। बहुत प्रेम व आदर के साथ सब एक ट्रे में रखकर।

होमस्टे के बारे में मेरी सोच थी कि यहाँ होस्ट न हो तो कोई सर्वेंट होते होंगे। मगर यहाँ ऐसा कुछ नहीं था। एक चार बेडरूम वाला बंगला, जिसमें सिर्फ दो कमरे ही गेस्ट के लिए थे। एक में देवेश, जो यहाँ करीब एक साल से रह रहे हैं। गवर्मेंट के स्टेटिस्टिक्स विभाग में काम करते हैं और यूपीएससी की तैयारी भी कर रहे हैं। कोई भी गेस्ट आए तो वे ही सब सम्हाल लेते हैं। वैसे भी होमस्टे में स्टे का पैसा तो पहले ही दे दिया जाता है।

उन्होंने मेरे लिए अपना नीचे वाला कमरा खाली किया और ऊपर शिफ्ट हो गए थे। इस बार मेरी बुकिंग अदिति ने करवाई थी तो उसने रूम तभी फाइनल किया जब ओनर की ओर से नीचे वाले कमरे की सहमति मिली थी। लगातार सीढ़ियाँ चढ़ने पर मुझे पैरों में तकलीफ होती है। देवेश की शिफ्टिंग का कारण मुझे अब समझ में आया।

मुझे कॉफी देकर देवेश अपने कमरे में चले गए। मैंने थोड़ा आराम किया, फिर बाहर जाने के लिए तैयार होना शुरू किया। मैंने अदिति से बात की कि ''सुबह यहाँ पर देवेश ने मुझे कॉफी दी और यहाँ कोई भी सर्वेंट नहीं है। खाना भी देवेश का पर्सनल ही है।''

इस पर अदिति ने कहा कि, ''पहली चाय तो उसने दे दी तो ठीक है। अब आप अपना खाने का सारा सामान बाहर से ले आना।'' होमस्टे में अधिकतर लोग अपना खाना खुद ही अरेंज करते हैं। लेकिन कभी

होस्ट होता है तो वह अपनी तरफ से दे देता है या वह एक सर्वेंट भी रख देता है। पर यहाँ कुछ भी नहीं था। सब खुद ही करना होगा। पर देवेश भी गेस्ट हैं तो उससे कुछ लेना ठीक नहीं होगा।

मैं तैयार हो ही रही थी कि देवेश ने मेरे कमरे में नॉक किया। जब मैंने दरवाजा खोला तो उसने कहा, ''मैं ऑफिस जा रहा हूं। आप चाहें तो मैं आपको बाहर तक छोड़ देता हूँ!''

मैं बाहर निकली तो देवेश बोले, ''आप कुछ नाश्ता ले लीजिए।''

उन्होंने मुझे किचन में रखी खाने की हर चीज बताई। साथ ही कहा ''आप अपने लिये कुछ बना लीजिए।'' मैंने ब्रेड को सेंक कर खा लिया। सोचा इस समय कुछ खा कर निकलना ही ठीक होगा।

''वैसे आप का आज का प्रोग्राम क्या है? आपने कोई लिस्ट बनाई है क्या?''

''मुझे आज कांगड़ा जाना है। यदि पब्लिक ट्रांसपोर्ट मिलता है तो मैं वहीं लेना पसंद करूंगी।''

''सामने जो सड़क दिखाई दे रही है, वहीं से आपको बस मिल जाएगी।''

देवेश ने मुझे डाइनिंग रूम से बाहर की तरफ एक दरवाजा खुलता था, वहाँ से सड़क दिखाई।

''यह तो अच्छा है। मुझे बस से ही जाना है।'' आज का मेरा बस का अनुभव अच्छा था। मैंने सोचा आज बस में जाकर देखते हैं। यदि अच्छा लगा तो रोज़ बस से ही घूमना ठीक रहेगा।

घर के पीछे की इस जगह से बहुत सुंदर नजारा दिखता था। साथ ही सड़क भी दिखाई देती थी। उसी दरवाजे पर रोज़ाना जब मैं शाम के समय बैठी रहती तो एक ब्राउन पोमेरियन आने लगा था। अपनी कुं-कुं की आवाज से मुझे लगा वह खाना मांग रहा है।

मैंने उसे दो ब्रेड दी। वह उसने नहीं खाई। बाद में देवेश ने बताया कि वह आगे वाले घर का ब्राउनी है। और इस घर से उसे रोज ब्रेड अंडे के साथ मिलती है, जो उसकी आदत बन चुकी है। इसीलिए उसने सिर्फ ब्रेड नहीं खाई थी। एक दिन मैं बाहर जा रही थी तो आगे वाले अंकल

ने मुझसे कहा, ''आज नवमी की पूजा है। शाम को भंडारा होगा। जिसमें आप भी आइए।''

मैंने कहा ''जरूर आती हूँ।'' पर उस दिन मैं पालमपुर से लौटने में लेट हो गई थी। मंदिर में भंडारा खत्म हो चुका था।

आज पहले दिन मैं बस से कांगड़ा गई। पब्लिक ट्रांसपोर्ट को लेना पर्यावरण की दृष्टि से बहुत अच्छा है।

उस बंगले की दो चाबियां थीं। एक देवेश ने मुझे दी और मुझे बस स्टॉप तक छोड़ दिया। साथ ही मुझे रास्ता भी समझाया। उस रास्ते से हम घर से निकले उसे याद करवाते हुए। उन्होंने मुझे बस स्टॉप पर ड्रॉप किया।

मुझे दो मिनट ही खड़े रहना पड़ा होगा कि कांगड़ा के लिए बस मिल गई। मेरे साथ कुछ स्थानीय लोग भी शामिल थे। पब्लिक ट्रांसपोर्ट में मैं बहुत समय बाद बैठी थी। शादी के बाद मैंने कोई भी यात्रा कभी बस में नहीं की थी। हमारी अधिकतर यात्राएं कार से ही हुई थीं।

बचपन में एक बार कार में बैठने के लिए मैंने बाबूजी से कहा था। वो एक शादी में दूल्हे के साथ कार में बैठने की मेरी पहली अनुभूति होती, मगर हमारे रिश्तेदार ने बाबूजी को मना कर दिया कि इसमें उनकी बेटी बैठ रही है और अब जगह नहीं है। बाबूजी का वह उतरा हुआ चेहरा मुझे आज भी याद है।

हमारे रिश्तों की समीपता खून से नहीं, पैसे से ही होती है। ये जीवन का बहुत पुराना सबक है, जो मैंने अपने बचपन में हमेशा महसूस किया था। साफ मन नहीं, भरी जेब ही रिश्तों की पूंजी होती है। नहीं तो दुनिया उपयोग करके भूल जाती है। किसी की अच्छाई, उसकी गरीबी के कारण या कोई मजबूरी होती है, अधिकतर यही सोच होती है।

यात्रा, सड़क या नदी के दो किनारों जैसी ही होती है। इनमें से एक भीतर और दूसरा बाहर साथ-साथ चलते हैं। फ़र्क सिर्फ़ इतना ही होता है कि नदी के दो किनारे या सड़क के किनारे कभी नहीं मिलते पर यात्रा में दो किनारे साथ-साथ ही चलते हैं। ये दोनों हमेशा मिलकर ही यात्रा को पूरा करते हैं।

वक़्त बदला, आज मैं कार को अपनी मर्ज़ी से पीछे छोड़कर, बस में बहुत सुकून महसूस कर रही हूँ। बस में बैठने के मेरे पिछले दिन के अच्छे अनुभव ने ही मुझे आज के लिए भी प्रेरित किया था। आज पर्यावरण की दृष्टि से भी यह ठीक ही है कि जब एक ही दिशा में जाना हो तो अलग-अलग दस कारों की जगह एक बस में जाना प्रदूषण को कम करने के साथ पैसों की एक बहुत बड़ी बचत भी है।

हिमाचल की बात करें तो यहाँ के लोगों के दिल में पर्यटकों के प्रति एक सम्मान है। यहाँ मैंने हर बार बस ही ली। बस में लोगों के साथ उनकी सज्जनता और शांति के साथ बैठना मुझे बहुत अच्छा लगा।

आज मैंने कांगड़ा में माता का मंदिर और किला देखा। यहाँ एक जैन मन्दिर भी है, जो किले के रास्ते में ही है। मैंने उसके दर्शन किए। लौटते समय कांगड़ा में एक पिज्जा खाया। एक पिज्जा साथ में लिया। शाम को घर लौटते समय रास्ते में किराने की दुकान से मैंने फल और सब्जी सब कुछ खरीदा। दूध का पैकेट भी लिया। मुझे याद था कि मुझे अपने खाने का इंतजाम खुद ही करना है।

मैंने घर जाकर अपना खाना बनाया और डाइनिंग रूम के बाहर की तरफ वाले दरवाजे को खोलकर बैठ गई। यह जगह मुझे भा गई थी। बाहर ही चीड़ के घने पेड़, हरियाली और ठंडक का अहसास, एक तरफ से पर्वत की चोटी दिखाई देती थी। नदी तो मेरे आने के दो दिन पहले बारिश के कारण बर्फ से ढक गई थी। वह पर्वतीय शिखर यहाँ से सुंदर लगता था। घर बैठकर इतने सुन्दर नजारे देखने को मिल जाएं इससे सुंदर घर क्या होगा? ऐसे ही घर की चाहत मुझे भी है, जहाँ प्रकृति का साथ भरपूर हो।

इस होमस्टे में अधिकतर वही लोग आते हैं, जो यहाँ एक-दो महीने रहते हैं। एक इत्मीनान और सुकून का समय बहुत लोगों की जरूरत होता है।

देवेश ने बताया, ''यहाँ लंबे समय तक ठहरने वालों में विदेशी ही होते हैं। कोई भी भारतीय एक जगह इतने समय रहना पसंद नहीं करता है।''

कांगड़ा किला :

धर्मशाला से 18 किलोमीटर दूर कांगड़ा में स्थित ऐतिहासिक

कांगड़ा किला, इतिहास में अमर है। यह एक ऐसा किला है, जिसको जीतने के लिए कई मुगल राजाओं ने यहाँ हमला किया था। इसे दुनिया के सबसे पुराने किलों में से एक माना जाता है।

मां ब्रजेश्वरी देवी मंदिर, कांगड़ा :

यह स्थान धर्मशाला से 18 किलोमीटर दूर है। यह 51 शक्तिपीठों में से एक है। माँ के इस शक्तिपीठ में ही उनके परम भक्त, ध्यानु ने अपना शीश अर्पित किया था। इसलिए मां के वे भक्त, जो ध्यानु के अनुयायी भी हैं, वे पीले रंग के वस्त्र धारण कर मंदिर में आते हैं।

धर्मशाला में खाने का स्वादः

तिब्बती संस्कृति का रंग यहाँ के खानपान में भी मिलता है, पर यदि आप कांगड़ा घाटी के इस शहर का स्थानीय स्वाद लेना चाहते हैं तो यह आपको मिलेगा यहाँ के खास व्यंजन 'धाम' में। चना मधरा, चने की दाल, तेलिया माह के साथ धाम को लोग खूब पसंद करते हैं। यहाँ पर तिब्बती लोगों द्वारा बनाए गए मोमोज भी खूब पसंद किए जाते हैं, जो लगभग हर पहाड़ी जगह पर मिलते हैं। उबला हुआ भोजन बेहतर व अच्छा भी होता है।

दूसरे दिन पालमपुर

सुबह अपना नाश्ता करने के बाद मैं पालमपुर के लिए निकली। देवेश जो यहाँ एक साल से रह रहे थे, मुझसे रोज सुबह पूछ ही लेते थे कि मैं आज कहाँ जाने वाली हूँ? उस जगह से जुड़ी जानकारी वे मुझे जरूर देते। आज मुझे बस किसी दूसरी तरफ से लेनी थी। साथ ही यदि मुझे कोई जरूरत हो तो देवेश के मित्र वहाँ हैं, मैं उनसे कोई सहायता ले सकती हूँ। उन्होंने मुझे बताया।

पालमपुर पहुँचकर पहले मैंने बैजनाथ का शिवा मन्दिर देखा। कल दशहरा था।। मन्दिर में अनुष्ठान हुआ था। साथ ही मन्दिर को बहुत ही सुंदर गेंदे के फूलों सजाया गया था। आज के मार्बल के बने नए मन्दिरों में वो महक नहीं मिलती है, जो इन प्राचीन पत्थरों से बने मन्दिरों में मिलती है।

साथ ही गेंदे के फूलों से सजाया गया मन्दिर भीतर व बाहर से महक रहा था। पृष्ठभूमि में पर्वतों के साथ हरियाली हो तो नजारा अद्‌भुत ही होगा। वहाँ कुछ देर बैठ कर आसपास के नज़ारे का मैंने आनंद लिया। उसके बाद मुझे पालमपुर की मोनस्ट्री और कुछ जगह भी जाना था, जो करीब एक घंटे का रास्ता था।

पालमपुर शहर

पालमपुर समुद्र तल से 1400 मीटर की ऊँचाई पर बसा एक खुबसूरत शहर और हिल स्टेशन है। पालमपुर का नाम स्थानीय पुलुम शब्द से बना है जिसका अर्थ होता है 'बहुत सा पानी'। पालमपुर अपने सुहावने मौसम, बर्फीली पहाड़ियों, हरी भरी घाटियों, और मीलों फैले चाय बागानों की सुंदरता से हमको आकर्षित करता है। किसी समय में यह स्थल अंग्रेजों की प्रमुख सैरगाह हुआ करता था।

सन् 1905 में आए भीषण भूकंप से यहाँ जान-माल की काफी क्षति हुई थी। इसलिए अंग्रेजों का इस स्थान से मोहभंग हो गया था। इस घटना के बाद से वे अपने बागों को स्थानीय लोगों को सस्ते दामों में बेचकर अपने मुल्क रवाना हो गए थे। आज लगभग कई हजार हेक्टेयर जमीन में फैले यह चाय के बागान पालमपुर की शान है। इन्हीं विशाल बागों के कारण पालमपुर 'टी सिटी' के नाम से विश्व भर में प्रसिद्ध है।

पालमपुर का खाना

पालमपुर की यात्रा के दौरान आप हिमाचली खाने के साथ साथ पंजाबी खाना, साउथ इंडियन खाना आदि का भी स्वाद ले सकते हैं।

पालमपुर का मौसम

पहाड़ी क्षेत्र होने तथा हिमालय की गोद में बसा होने के कारण पालमपुर का मौसम साल भर ठंडा रहता है। गर्मियों में पालमपुर का तापमान 15^0C से 29^0C तक रहता है। सर्दियों के मौसम में अत्यधिक ठंडा हो जाता है। सर्दियों में पालमपुर का तापमान 18^0C से -2^0C तक गिर जाता है। बर्फबारी का आनंद लेने वाले पर्यटक यहाँ सर्दियों में दिसंबर और जनवरी में जा सकते हैं। वर्षा ऋतु में भी यहाँ अधिक बारिश होती है।

न्यूगल पार्क

यह पार्क न्यूगल नदी के 150 मीटर ऊपर एक पहाड़ी टीले पर स्थित है। यहाँ छोटी सी हिमानी नहर के साथ घास का लॉन भी है। अपनी प्राकृतिक सुंदरता के कारण यह स्थल दूर से ही आकर्षित करता है। पालमपुर पर्यटन स्थल सूची में यह स्थान प्रमुख स्थान रखता है।

विंध्यवासिनी मंदिर

यह भव्य मंदिर न्यूगल पार्क से 2 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। इस मंदिर तक पहुँचने के लिए बस एवं टैक्सी की सुविधा उपलब्ध है। यहाँ का वातावरण बेहद शांत व मनोरम है। मुंबई के कई फिल्म निर्माता यहाँ के शांत वातावरण में फिल्मांकन करना पसंद करते थे। यह मंदिर पालमपुर के पर्यटन स्थल में धार्मिक दृष्टि से महत्वपूर्ण माना जाता है।

घुघुर

यह स्थल पालमपुर से एक किलोमीटर की दूरी पर है। यहा संतोषी माता, काली माता और रामकृष्ण के मंदिर दर्शनीय है।

लांघा

लांघा एक रमणीक स्थल है। समुद्र तल से इसकी ऊँचाई 7000 फुट है। यहा जखणी माता का एक मंदिर है, जो देखने योग्य है। मंदिर के साथ एक गोलाकार मैदान है। यहाँ दूर-दूर से आये पर्यटक पिकनिक मनाना पसंद करते हैं। यहाँ से प्रकृति के दृश्य बड़े ही मनोरम दिखाई पड़ते हैं। मंदिर के नीचे बहती नीले पानी की नदी में चमकते पत्थर बड़े आकर्षक दिखाई देते हैं।

गोपालपुर

यह पालमपुर के पर्यटन स्थलों में से सबसे सुंदर रमणीक स्थल है। यहाँ एक चिड़ियाघर है, जहाँ आप शेर, भालू, हिरण, खरगोश, याक, बारहसिंघा, जंगली बिल्ली आदि वन्य जीवों के साथ- साथ अनेक प्रकार के वन्य प्राणियों को बेहद करीब से देख सकते हैं।

आर्ट गैलरी

इस आर्ट गैलरी को देखने विश्व भर से लोग आते हैं। यहाँ शोभा सिंह के बनाए चित्र में सोहनी-महिवाल, कांगड़ा दुल्हन तथा गुरूनानक देव के चित्रों ने अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर ख्याति प्राप्त की है।

पालमपुर का प्रसिद्ध त्यौहार होली

रंगों के त्योहार होली को पालमपुर में राज्यस्तरीय दर्जा प्राप्त है। पालमपुर की होली विश्व भर में प्रसिद्ध है। यहाँ इस त्यौहार को देखने के लिए देश-विदेश से सैलानी आते हैं। इन दिनों यह शहर दुल्हन की तरह सजाया जाता है। देर रात तक होने वाले सांस्कृतिक कार्यक्रमों से यहाँ का खूबसूरत वातावरण बेहद संगीतमय हो जाता है। इन दिनों पालमपुर के सभी होटल, गेस्ट हाउस व धर्मशालाएं सैलानियों से भरे रहते है।

पालमपुर हिमाचल प्रदेश राज्य में काँगड़ा जिले के अंतर्गत आता है। पालमपुर, धौलापुर पर्वत श्रृंखला से घिरा हुआ है। पालमपुर से धौलापुर पर्वत श्रृंखला की बर्फ से ढकी चोटियां दिखाई पड़ती हैं। पालमपुर में आप चाय फैक्ट्री में चाय को बनते हुए देख सकते हैं। चाय फैक्ट्री में भ्रमण के लिए फैक्ट्री प्रशासन से अनुमति लेनी पड़ती है। पालमपुर से लगभग 30 किलोमीटर की दूरी पर दलाई लामा का निवास स्थान है।

खरीदारी

पालमपुर की सैर के दौरान आप यहाँ विभिन्न प्रकार की चाय के अलावा हिमाचली हस्तकला व तिब्बती हस्तकला से निर्मित विभिन्न प्रकार के सामानों की खरीदारी यादगार के तौर पर कर सकते हैं।

ताशिजिंग मोनेस्ट्री

यह मोनस्ट्री बहुत सुंदर थी। बुद्ध के मन्दिर उसने रंगों के कारण बहुत लुभावने लगते हैं। बुद्ध की मूर्ति तो हर जगह एक-सी ही लगती है। बस आसपास का सौंदर्य उनको एक अलग पहचान दे देता है। यहाँ चारों दिशाएं इस जगह के सौंदर्य को बढ़ा रही थीं। हर दिशा में पर्वत,

क्रिसमस ट्री, खुला-धुला आकाश, निर्मल बादल इस जगह को एक अजीब-सी शांति और आनंद से भर रहे थे।

आज मुझे लौटने में देरी हो गई। मैंने एक दुकान से चाय खरीदी थी। अब पालमपुर के चाय बागान से वहाँ की चाय तो लेनी ही थी। बस में बैठकर मैंने ढलते सूरज का आनंद लिया। पर्वतों से विदा लेता सूरज बहुत सुंदर लग रहा था। वैसे भी पर्वतीय इलाकों के सन सेट पॉइंट जरूर होता है। जहाँ से डूबते सूरज को देखने लोग जाते हैं। उसकी विदाई और रंगों के खेल को देखना सब पसंद करते हैं।

धर्मशाला में अपने स्टॉप पर उतरते समय रास्ते का अंधेरा मुझे थोड़ा चिंतित कर गया। रास्ते पर स्ट्रीट लाइट तो थी पर सड़क सुनसान ही थी। पहाड़ों पर सूरज ढलते ही जीवन की रफ्तार धीमी हो जाती है।

मैंने देवेश को फोन लगाया कि ''मैं घर के सामने वाले रास्ते से आ जाऊँ या आगे पेट्रोल पंप वाले रास्ते से घर आऊँ?''

''आप वहीं रुकें, मैं आपको लेने आ रहा हूँ।'' बस कुछ मिनट ही बीते कि देवेश मुझे लेने आ गए। कोई इतनी आत्मीयता से सहयोग दे तो अच्छा लगता है। यह अनजाने साथी, जो कुछ पल का सुकून देते हैं, ये यादें हमारे जीवन की महक बन जाती हैं। जब लद्दाख में क्रिस्टीन ने मेरे पहले सोलो ट्रेवलिंग के अनुभव को सुना, तो वह पूछ बैठी– ''उसने आपकी इतनी सहायता क्यों की?''

''क्योंकि वे जानते थे कि यह यह मेरी पहली सोलो यात्रा है।'' मेरे मुंह से सहज ही यह जवाब निकला।

क्रिस्टीन ने शरारत भरे अंदाज में कहा, ''ऐसा लगता तो नहीं है।''

हम चारों बहुत जोर से हंसे। वक़्त पीछे जा चुका था और मेरी नज़र तो उस समय अपने आप में और प्रकृति में ही गुम थी। पता नहीं... उसने क्या सोचा था। जो घटित नहीं हुआ उसके बारे में क्या सोचना, वैसे भी प्रेम का एक रूप जिसने मानव मन को सबसे ज्यादा दुःख दिया है, वो हीर- रांझा का प्रेम ही था। बाकी के रूप में तो मानवता में ही प्रेम बसता है। वही हम सबके जीवन की जरूरत है। कदम -कदम पर मानवता मिल जाए, तो रास्ता आसान लगने लगता है।

तीसरे दिन – मैक्लोडगंज

धर्मशाला से मैक्लोडगंज बहुत पास है। सिर्फ दस किलोमीटर, कुछ लोग तो वहाँ पैदल भी जाते हैं। देवेश भी वहाँ कई बार पैदल जा चुके हैं। मैंने आज भी जाने के लिए बस ही पसंद की थी। हाँ, वहाँ जाकर आसपास की जगह देखने के लिए टैक्सी ले ली थी। मैक्लोडगंज में बौद्ध धर्मगुरु दलाई लामा का सेंटर है। वहाँ पर विश्व के हर कोने से लोग आते हैं।

यह मैक्लोडगंज के एक छोर पर स्थित है। यहाँ दलाईलामा का आवास भी है। बौद्ध धर्म से संबंधित सैकड़ों पांडुलिपियाँ भी यहाँ देखी जा सकती हैं। इसके साथ ही तिब्बती संग्रहालय भी देखने लायक है।

मोनस्ट्री की ओर जाने का रास्ता बड़ा ही खूबसूरत है। एक पतली सी सड़क जिस पर एक कार तो जा सकती है। उसके दोनों तरफ छोटी-छोटी दुकानें हैं। उन पर हाथ से बने रंग-बिरंगे ऊनी सामान व बुद्ध की मूर्तियाँ व कई तरह के आकर्षक सामान बिक्री के लिए उपलब्ध रहता है। पहाड़ी महिलाएं अपनी दुकान पर सामान भी बेचतीं, साथ ही बुनाई भी करती रहती हैं। अपने काम के प्रति समर्पण व सरलता पहाड़ियों की पहचान है।

आज यहाँ से कुछ मोजे, टोपी मैंने भी खरीदे। वाजिब कीमत और रंगों को चुनने की एक बड़ी रेंज, किस रंग को लें और किसे छोड़ दें, यह मेरी मुश्किल रही थी। हर दिन करीब चार बजे मैं अपने स्टे पर पहुँच जाती थी। खाने का सामान लेकर।

मेरा सामान देखकर देवेश मुझे कहते थे –''आपको घर आने के लिए बहुत पैदल चलना पड़ता है आप खाने का सामान क्यों लाते हो? जो चाहिए मुझे कह दीजिए मैं लेकर आ जाऊँगा। वैसे भी खाने का सामान जो भी रखा है आप ले लीजिए।'' किचन में जितना भी खाने का सामान फ्रीजर, फ्रिज या कहीं भी रखा था उन्होंने मुझे सब दिखाया था। यह उनका अपनापन था। अब वो सब याद करती हूँ तो लगता है, मुझे अपनी हर यात्रा में सहयोग ज्यादा ही मिला।

नद्दी गसँव

मैक्लोडगंजसे थोड़ा ऊपर जाने पर यह बर्फीली चोटी हमें दिखाई देती है। यह शिखर हमारे स्टे से भी दिखाई देता था। इसे पास से देखकर बहुत अच्छा लगा। यहाँ भी स्थानीय सामान की दुकानें, कुछ खाने-पीने की दुकानें थीं। स्थानीय लोगों का यही रोजगार का साधन है।

भागसूनाग : यह मैक्लोडगंज से दो किलोमीटर आगे है। यहाँ एक पौराणिक मंदिर है। इस मंदिर में पहाड़ों से बहकर पानी आता है। पर्यटक मंदिर के इस शीतल पानी में स्नान करके आनंद का अनुभव करते हैं। भागसूनाग में भी एक अच्छा मार्केट है।

सेंट जॉन चर्च :

इस चर्च का निर्माण वर्ष 1863 में हुआ था। यह घने पेड़ों से घिरा हुआ खूबसूरत और प्राचीन चर्च है, जो पर्यटक मैक्लोडगंज आते हैं वो इस चर्च में भी जरूर आते होंगे। यह एक छोटा-सा, चारों ओर से देवदार के वृक्षों से घिरा यह एक खूबसूरत पिकनिक स्थल भी है।

ट्रेकिंग का लुत्फ

धर्मशाला में हम ट्रैकिंग का आनंद ले सकते हैं। यहाँ त्रियूंड और करेरी प्रमुख है। त्रियूंड मैक्लोडगंज से करीब नौ किलोमीटर दूर करीब 2,082 मीटर की ऊँचाई पर स्थित है। यहाँ से धौलाधार की विशाल पर्वत श्रृंखला बहुत करीब दिखाई देती है। पर्यटक रात को यहाँ कैंपिंग का भी आनंद उठाते हैं।

भारत का राज्य हिमाचल प्रदेश बेहद खूबसूरत राज्यों में से एक है। हिमाचल का शाब्दिक अर्थ है 'हिमालय की गोद में' हकीकत में भी यह राज्य हिमालय की उत्तर पश्चिमी गोद में बसा है।

चौथे दिन ज्वालामुखी

एक बात मैंने हर दिन महसूस की कि हम अपनी यात्रा के खर्च को कितने तरीके से कम कर सकते हैं तो पब्लिक बस के टिकिट ने तो हर दिन मुझे बहुत खुशी दी। बस की भीड़, कैसे-कैसे लोग, अपनी साफ

अलग टैक्सी इन सब गलतफहमियों से मैं बाहर आई।

बचपन रोडवेज की बस से बदनावर और रामपुरा जाकर बीता था। पर वो दौर कम जनसंख्या, कम प्रदूषण का दौर था। ग्लोबल वार्मिग, सन बर्न इन शब्दों से हम अनजान थे।

मैं ऑफ सीजन में घूमना ज्यादा पसंद करती हूं। सीजन शुरू होने के ठीक दस-पंद्रह दिन पहले। उस समय भी भीड़ तो काफी ही होती है। मुझे भीड़ से घबराहट होती है। आज का ऑफ सीज़न कल का पीक ही है। इस समय धर्मशाला का ऑफ सीजन था। अगले महीने से ये हाल होगा कि सड़क पर जाम लगते रहेंगे। जो वहाँ के स्थानीय लोगों के लिए एक मुश्किल है। मगर यात्री और रोजगार के अवसर के चलते इसका कोई रास्ता नहीं है। सड़कों को चौड़ा करना पहाड़ी रास्तों के लिए आसान नहीं है। एक बार जो बन गया, वह रास्ता अब जनसंख्या के दबाव को नहीं झेल पा रहा है।

ज्वाला रूप में माँ सती

विश्व प्रसिद्ध शक्तिपीठ ज्वालामुखी मंदिर जिला कांगड़ा का सबसे बड़ा शक्तिपीठ है। यहाँ हर रोज ज्योति रूप में विराजमान माँ सती के दर्शन के लिए श्रद्धालुओं का तांता लगा रहता है। नवरात्र के दौरान हर रोज हजारों श्रद्धालु माँ के दर पर शीश नवाकर आशीर्वाद प्राप्त करते हैं।

इतिहास :

ज्वालामुखी मंदिर को ज्वालाजी के रूप में जाना जाता है। यह जिला काँगड़ा में काँगड़ा शहर के दक्षिण में 30 किलोमीटर की दूरी पर है। यह मंदिर हिंदू देवी ज्वालामुखी को समर्पित है। इनके मुख से अग्नि का प्रवाह होता है। मंदिर में अलग-अलग सात ज्योतियां (आग की लपटें) हैं। जो अलग-अलग देवियों को समर्पित हैं। जैसे महाकाली अन्नपूर्णा, चंडी, हिंगलाज, बिंध्यावासनी, महालक्ष्मी सरस्वती, अंबिका और अंजी देवी।

पौराणिक मान्यताओं के अनुसार यह मंदिर सती के कारण बना था। मंदिर काफी पुराना है, लेकिन इसकी शैली में लगातार बदलाव हुआ है।

मां सती की यहाँ जीभ गिरी थी। ऐसे में यहाँ ज्वाला, माँ के रूप में निकलती है। अकबर को अपने शासन के समय जब इस मंदिर के बारे में पता चला था तो उसने माँ की ज्योतियों यानी आग की लपटों को बुझाने के लिए मंदिर के ऊपर एक नहर बनाकर पानी छोड़ दिया था, फिर भी यह ज्योतियाँ नहीं बुझी थीं। उसके बाद अकबर ने इन्हें लोहे के बड़े ढक्कन (तवा) से बुझाने का भी प्रयास किया था, लेकिन यह उसे फाड़कर भी बाहर आई थीं। उसके बाद अकबर यहाँ नंगे पैर आया था और माँ से माफी माँगते हुए यहाँ सोने का छत्र अर्पित किया था।

पाँचवें दिन लोकल साइट

आज का दिन मैं आराम से अपने घर से बाहर निकली। कुछ लोकल जगह देखना, बाकी का समय अपने घर के पीछे बैठना ही मेरा प्रोग्राम था। एक दिन बाद वापस जाना है तो अब मुझे अपने वक़्त को सुकून के साथ जीना है।

वार मेमोरियल

हिमाचल प्रदेश के काँगड़ा जिले के धर्मशाला में एक लोकप्रिय शहीदों की याद में बनाया गया युद्ध स्मारक है। जिसे वार मेमोरियल नाम दिया गया है। हिमाचल को वीरों की भूमि के नाम से भी जाना जाता है। जिस का अहम कारण यह है, की बहुत से हिमाचल के वीरों ने रणभूमि में दुश्मनों को अपने साहस और बहादुरी पराजित किया है। फिर चाहे वो 1962 का चीन-भारतीय युद्ध हो, 1965 भारत का पाकिस्तान के खिलाफ युद्ध हो, या फिर 1971 का युद्ध, या 1999 में हुआ कारगिल का युद्ध हो, हिमाचल के वीरों से ने हर युद्ध में अपना अदम्य साहस और अपनी वीरता का बहुत ही अच्छा प्रदर्शन किया है।

हिमाचल के वीरों की बात की जाए तो बहुत से वीर भारत के लिए शहीद हुए हैं। एक ऐसे ही वीर जिन्होंने हिमाचल की देव भूमि में जन्म लिया, जो बल्कि हिमाचल के ही नहीं सम्पूर्ण भारत के पहले वीर हैं। जिन्हे परमवीर चक्र से सम्मानित किया गया। इनका नाम है, मेजर

सोमनाथ शर्मा। इन्हें भारत सरकार के द्वारा मरणोपरान्त परमवीर-चक्र से सम्मानित किया गया था। परमवीर-चक्र पाने वाले वे भारत के प्रथम व्यक्ति हैं। ऐसे ही बहुत से हिमाचल के वीरों ने देश के लिए अपना बलिदान दिया है, जिन को श्रद्धांजलि देने के लिए इस स्मारक का निर्माण हुआ।

यहाँ एक बहुत बड़ी दीवार है,जिसके ऊपर बहुत ही खूबसूरती से नक्काशी की गई है। इस शिलालेख पर देश के महान वीरों के नाम कलाकृति के साथ लिखे गए हैं। यह स्मारक धर्मशाला शहर में स्थित है। मेरे स्टे से बाहर निकलते समय बस स्टॉप के बीच के रास्ते पर यह पड़ता था। जिसे मैं रोज ही देखती थी। घने पेड़ों से घिरा हुआ यह स्मारक अपने भव्य आकार और बेहद साफ व अपनी सजावट के कारण मुझे बहुत अच्छा लगा। यह स्थान यहाँ आये पर्यटकों का पसंदीदा स्थान है। यह स्थान धर्मशाला की चहल पहल के बीच में शांति और सुकून भरा भी है। धर्मशाला में युद्ध स्मारक काले पत्थर के तीन विशाल पैनलों से बना हुआ एक कलाकृति का रूप है। प्रत्येक पैनल की ऊँचाई 24 फीट है।

अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट स्टेडियम :

यहाँ देश का सबसे सुंदर, पर्वतों से घिरा और सजा अंतरराष्ट्रीय स्तर का स्टेडियम मौजूद है। यह भारत का सबसे ऊँचाई पर स्थित स्टेडियम है। वर्ष 2005 में बनकर तैयार हुए इस स्टेडियम में आईपीएल, टेस्ट व वनडे मैचों का आयोजन हो चुका है। यहाँ दर्शकों के बैठने की क्षमता 25 हजार है।

छठा दिन घर पर आराम

आज मुझे दोपहर में यहाँ से निकल जाना है। पठानकोट से मेरी ट्रेन रात के दस बजे थी। पर रात में स्टेशन पहुँचने की जगह मैं शाम तक ही जाना पसंद करूंगी। धर्मशाला से आखिरी बस शाम के पांच बजे चलती है। समय का मार्जिन लेकर मैं हमेशा चलती हूँ। आखिरी समय की भागदौड़, 'जब वी मेट' वाला हाल मुझे पसंद नहीं है। वैसे भी

करीना को तो शाहिद का हाथ मिल गया था। यहाँ हमारे लिए कौन परेशान होगा या ट्रेन ही छूट जायेगी। वैसे भी असली जिंदगी फिल्मी कैसे हो सकती है? यह रिस्क मैं अपनी तरफ से कभी नहीं लेती हूँ।

कल रात को देवेश अपने घर चले गए थे। आज का दिन मैं घर में अकेली थी। मुझे घर की चाबी किसी पड़ोसी को देकर जाना था। कल एक नए गेस्ट आने वाले थे। अब वह भी मेरी तरह इस घर को खुद ही खोलकर आराम से रह लेंगे। विश्वास की एक कड़ी, जिससे सब अनजान जुड़े हैं और ये कड़ी कई सालों से इसी तरह आगे बढ़ रही है।

देवेश करीब एक सप्ताह बाद वापस आयेंगे। आज इस घर को बन्द करके, चाबी पड़ोसी को देकर मैं पैदल बस स्टॉप के लिए निकली। इस खूबसूरत घर को, इसके पीछे के चिनार के पेड़ों को, नदी के शिखर को, इन ठंडी हवाओं को, अपने दिल, अपनी आँखों में एक बार फिर जी भरकर देखकर, अपनी यादों में बसाकर मैं घर से बाहर निकली।

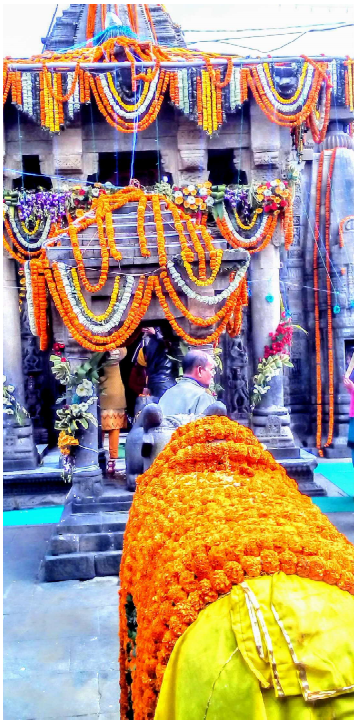
गद्य की कोई भी विधा हो, यदि आत्मकथा को छोड़ दिया जाए तो कहानी, उपन्यास या लघुकथा ही क्यों न हो सबमें आधी हकीकत आधा फ़साना ही होता हैं। कुछ लेखक ने देखा, भोगा, कुछ जोड़ दिया। कोई संदेश दिया, कोई सुधार चाहा, जीवन को बेहतर बनाने की एक प्रक्रिया का नाम ही लेखन है, जो समाज और मन को शांति देने की कोशिश करता है, साथ ही साहित्य को समृद्ध करता है। साहित्य जीवन को दिशा देता है और आत्मा को तृप्त करता है।

यात्रा-वृतांत कुछ-कुछ जीवित कहानियों या आत्मकथ्य जैसे ही होते हैं। सब कुछ देखा, भोगा और यादों में बसा लिया, कागज के पन्नों पर उतार दिया... कुछ परिवर्तन नहीं किया। मेरी भी ये तीन जीवित कहानियां हैं, जिनके सारे पात्र व स्थान वास्तविक हैं, जिन्होंने मेरे मन और जीवन को सुकून से भर दिया। आशा करती हूँ, यात्रा आपके मन को भी वही सुकून दे जो मैंने पाया... यह ऊर्जा आगे की यात्राओं को सींचने का काम करेंगी...

आज मेरी पहली सोलो यात्रा पूरी हुई। अदिति की बात सच ही साबित हुई। अकेले घूमने पर जो सुकून मिलता है, वो कुछ अलग ही होता है। हम सिर्फ प्रकृति से ही नहीं जुड़ते हैं, हमें मानवता भी हँसती-मुस्कुराती हुई मिलती है, बिल्कुल मुस्कुराती हरियाली की तरह...।

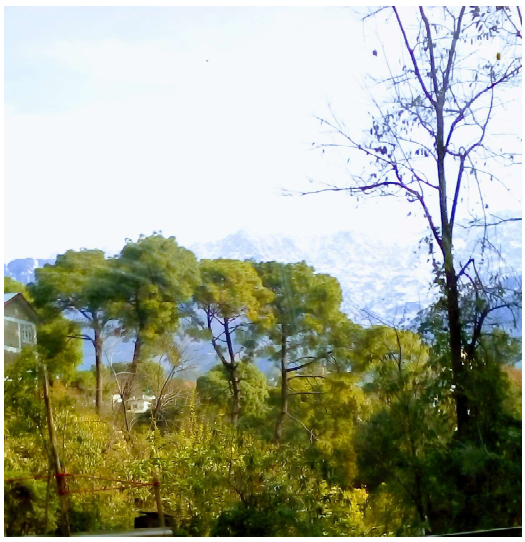
❋❋❋

पालमपुर की मोनेस्ट्री



बैजनाथ मंदिर

बैजनाथ मंदिर



मेरे होम स्टे से बाहर का दृश्य