जिंदगी ही नशा है।

नशा एक ऐसा अनुभूति है जो हमें तब महसूस होता है जब हम कुछ करते है जो हमारा मन कहते है। इस अनुभव को नई पीढ़ी के लोग नशीली ~~पदार्थ~~ पदार्थों का उपयोग करके प्राप्त करते है। जन्म और मौत के बीच के क्षणिक समय, जो हमें इस धरती पर रहने को मिलते है, उसे हम जिंदगी कहते है। जिंदगी को सबसे श्रेष्ठ नशा माननेवाला इंसान ही जीवन में सफलता प्राप्त करेगा।

जीवन खुशी एवं संघर्ष से भरे है। इस सच्चाई को पहचाननेवाला ही जिंदगी को न सर्वश्रेष्ठ नशा मान सकेगा। केरल के आदरणीय कवि श्री चंकंपुषा कृष्णपिल्ला के 'सौंदर्यलहरी' नामक कविता में कवि प्रकृतिसौंदर्य को सबसे बड़ा नशा कहते है। इस कविता में

(Note: Graded Items may be published in Schoolwki. So write neatly. Don't fold paper. Don't write overleaf)

कवि प्रकृतिसौंदर्य का वर्णन करते हुए कहते है कि हर दिन देखनेपर भी प्रकृति का सौंदर्य उन्हें आकर्षक लगता है। ऐसे अनेक कवियाँ अनेक भावनाओं का नशा मानते है और उसमें से नशा का अनुभव करते है।

जन्म और मौत के बीच हमें मिलनेवाले इस छोटी-सी जिंदगी को नशा बनाकर, नशीली चीजों से दूर रहकर जीना इस आधुनिक युग में जरूरी है। जीवन में आनंद और हताशा- दोनों होनेवाले समय हमें ईश्वर का याद करना है, अगर हमें खुशी होते है तो यह सोचना चाहिए कि ऐसा कई लोग है जो हमसे ज्यादा खुश है, अगर हम निराशा में है तो यह सोचना है कि ऐसा लाखों लोग है जो हमसे ज्यादा पीड़ा सहते है। इस इन मूल्यों को मन में रखने से हम अहं का भाव, और

(Note: Graded Items may be published in Schoolwki. So write neatly. Don't fold paper. Don't write overleaf)

दःख में शोषित और पराजित होने का भाव अपने आप से हटा सकता है। प्रणय भी एक तरह के नशा है। प्रणय में हम अगर डूब जाते हैं तो फिर और कुछ हमारे ध्यान में नहीं आते हैं। नशा रूपी प्रणय को हम अच्छी तरह से संभाल नहीं सकते तो वह बहुत खतरनाक हो सकता है। किसी और के आश्रय करके नशा प्राप्त करने के अलावा हमें यह बात समझना चाहिए कि "जीवन ही नशा है।" हमारा जीवन हमारे लिए नशा होनी चाहिए। हरेक के जीवन उन्हीं के लिए आसानी से नशा नहीं होता, इसके लिए जीवन में हमें ऐसा कुछ करना है जो हमें बहुत आनंदित करते हैं।

इसका मतलब यह नहीं है कि हम कुछ भी करके हमारे जीवन में खुशी लाकर नशा का अनुभव करें बल्कि हमें, एवं समाज के भलाई करके

आनंद प्राप्त करना चाहिए। इसके अलावा नई ज़माने की तरह नशीली पदार्थों के जंजीरों में फँसकर अनुभव करनेवाला नशा क्षणिक है। उस खुशी जो हम मनुष्यता का भाव यानी मानवीयता का प्रकट करके प्राप्त करते हैं वो हम हमारा जिंदगीभर याद रख सकते हैं और उससे नशा महसूस कर सकते हैं। ऐसे ही जिंदगी नशा बन जाता है। कोविड-19 जैसे बीमारियों की तरह फैलनेवाले नशीली पदार्थ ना केवल समाज को हमें खुद शोषित करेगा। वह सच्ची नशा नहीं। वह मनुष्यों को जानवर बना सकते हैं लेकिन मनुष्यों को अच्छी यादें भविष्य में नहीं दे सकते हैं।

नशीली चीज़ों का उपयोग करके मानव जानवर बन जाता है और माँ-बहन को न पहचानकर

क्रूर कार्य करते हैं। मानव को जानवर से अलग करनेवाला चीज़ उसका बुद्धि है, लेकिन ज़हरीला नशीली पदार्थों का उपयोग करने से उस बुद्धि जानवरों के तरह बदल जाता है और वह इंसान को मानव के रूप और जानवर के बुद्धि हो जाएगा। इन सब व्यवहारों से मिलनेवाला नशा सच्चा नशा कभी नहीं है। इन चीज़ों का उपयोग करने से स्वास्थ्य बिगड़ जाता है और उस को भविष्य में याद करके नशा अनुभव करने केलिए कुछ भी नहीं होगा।

"मेरा जिंदगी, मेरा संदेश" यह हमारा राष्ट्रपिता श्री महात्मा गाँधीजी के वचन है। उनकी जिंदगी हम सब के लिए नशा है। उनके जीवन को याद करने से हम ऐसा चाहेंगे कि हमारे जीवन में भी कुछ बदलाव लाना

है जिससे हम उनके तरह मानवीयता का स्थाई रूप बन सके। उनके जीवन में उन्होंने बहुत कुछ किया, बहुत लोगों का मदद किया, आम जनता का उद्धारण किया, अंग्रज़ी राज को भारत से भगाया, सादगी का महत्व समझाया आदि। ऐसे महत्वपूर्ण कार्य करने से ही हम जीवन को नशीली बना पाएगा। हम उनके तरह सब कुछ तो नहीं कर सकते है पर कुछ न कुछ तो कर ही सकते है जो ~~हम~~ हमारे ज़िंदगी को नशा बनाने केलिए सहायता करेगा। स्वयं के लिए और समाज के लिए कुछ भी न करनेवाले इंसान ही नशीली चीज़ों का सहारा लेता है और अपने ज़िंदगी और स्वस्थ्य पर ~~बहुत~~ गहरा चोट पहुँचाता है।

जीवन को नशा माननेवाला लोग आज के ज़माने में बहुत कम है।

(Note: Graded Items may be published in Schoolwki. So write neatly. Don't fold paper. Don't write overleaf)

इसका सृजन हमें विद्यालयों से शुरू करवाना है। आज विद्यालयों में यह पढ़ाता है कि ज्ञान प्राप्त करके, काम करके, पैसे कमाकर जिंदगी में सुख प्राप्त करते है। इस व्यवस्था को बदलकर सबके प्रति प्यार एवं मनुष्यता से जिंदगी को ही नशा बुलाने के लिए छात्रों को पढ़ाना जरूरी है। पाठपुस्तकों में तो यह पढ़ाया नहीं जाता लेकिन एन. एस. एस जैसे सामाजिक सेवा संघडना, ~~अपने~~ नशीली पदार्थों के विरुद्ध शुरू करनेवाले जुलूस में इसे नारा बनाता है "जिंदगी की नशा है" ऐसे संघडना के सहायता से हम छोटे बच्चों में यह बात यानी सच्चाई उगा सकते है कि जिंदगी ही नशा है। ~~और~~ कोई भी व्यक्ति, वस्तु या और कुछ हमें हमारे जिंदगी से अधिक नशा नहीं देता है। एन. एस. एस जैसे संघडना

के मदद से हम कई सामाजिक समस्याओं का एक हद तक समाधान कर सकते है।

दूसरों के सहायता करने से हमें नशा मिलते है, बुजुर्गों के अदब करने से हमें नशा मिलते है, ~~मिलते~~ जीवन में गलत रास्ते में जानेवाला इंसान को सुधारने से हमें नशा मिलते है ऐसे जीवन में कई कार्य करने से हमें नशा मिलते है और अंत में, हमारे अंतिम समय में जब हम हमारे पूर्व प्रवृत्तियों का याद करेंगे तब हमें हमारा जीवन ही नशीला लगेगा। प्रसिद्ध कवयित्री सुभद्रा कुमारी चौहान की "मुर्झाया फूल" नामक कविता हमें वह कहती है कि माँ-बाप को उनके अंतिम समय में सेवा करने से अधिक सुख कुछ और करने पर नहीं मिलेगा। नरेंद्र पुंडरीक की "फुल बनी थी माँ"

(**Note**: Graded Items may be published in **Schoolwki.** So write neatly. Don't fold paper. Don't write overleaf)

61st Kerala State School Kalolsavam - Jan 03 To 07, 2023
Kozhikode

Item Code: 948 Participant Code: 114

नामक कविता में भी यही बात कहते है। रफीक अहमद की "अम्मत्तोट्टिल" नामक मलयालम कविता भी इसी आशय प्रस्तुत करता है। हिंदी के प्रसिद्ध्ध कवि सुमित्रानंदन पंत कहा है कि सुख-दुख के मधुर मिलन से ही जीवन परिपूर्ण हो जाता है। फादर डामियन, मदर तेरेसा, आदि व्यक्तियाँ दुसरों के भलाई करने से खुद के जीवन को नशा बनाया। ओस्कार वैल्ड से लिखी गई "द नैटिंगेल एंड द रोस" नाम कहानी में कहानीकार प्रणय और मनुष्यता को नशा माननेवाली एक साधारण पक्षी को हुई हात्सा का वर्णन करता है। ऐसे कई भाषाओं में, कई साहित्कारों ने यह साबित करने का प्रयास किया है कि जीवन में हम करनेवाले अच्छा काम ही जीवन को नशा बनाता है।

(Note: Graded Items may be published in Schoolwki. So write neatly. Don't fold paper. Don't write overleaf)

61st Kerala State School Kalolsavam - Jan 03 To 07, 2023
Kozhikode

Item Code: 948 Participant Code: 114

हमें ज़िंदगी को ज़हरीला नशा नहीं बल्कि शुद्धता से, शुद्ध मन में सृजन होनेवाली नशे से भर देना चाहिए। ऐसे हम सब के जीवन में एक नई बदलाव लाना ज़रूरी है। प्रशस्त अमेरिकन कवि रोबर्ट फ्रोस्ट की कविता 'द रोड़ नोट टेकण' में एक पंक्ति है "आंड़ दाट मैंड आल द डिफरन्स", ऐसे जीवन में कुछ बदलाव लाने से ~~जीवन~~ ज़िंदगी बदल जाता है। ऐसे बदलने से हमें एक ऐसा ज़िंदगी मिलेगा जो नशीला है, जो हम चाहता था।

एक व्यक्ति बदलने से उसकी परिवार बदलेगा, एक परिवार बदलने से एक समाज बदलेगा। इसलिए हमें यह सोचकर घर में नहीं बैठना चाहिए कि एक व्यक्ति से इस दुनिया में कोई बदलाव नहीं ला सकेगा।

(**Note**: Graded Items may be published in **Schoolwki.** So write neatly. Don't fold paper. Don't write overleaf)

हमें बाहर जाकर हमारे आनेवाले पीढ़ियों को नशीली चीज़ों के जंजीरों में न फँसने देकर उन सबको यह समझाना चाहिए कि असली नशा ज़िंदगी ही है, ज़िंदगी हमसे किए गए कार्य है, हमारे अच्छे यादें है, हम मन में संभालके रखनेवाला मूल्यों है। एंटन चेखोव ने कहा है "उस ज्ञान से कोई लाभ नहीं जिसे आप काम में नहीं लाते"। ऐसे सिर्फ यह मन में रखना नहीं चाहिए कि ज़िंदगी ही नशा है बल्कि सब जगह इस बात को फैलाना ज़रूरी है और यह समझाना चाहिए कि ज़िंदगी कैसे नशा बनती है। जहरीला नशा एवं जीवन रूपी नशे में बड़ा अंतर है। इस अंतर को समझना और दूसरों को समझाना आवश्यक है। "अपने आप को पहचानने वाला ही सच्चा ज्ञानी

है। यह श्री कबीरदास की एक दोहे का आशय है।

ऐसा प्यार, मनुष्यता, सामाजिक सेवा, आदि के साथ जीकर दूसरों के भलाई करके अपना जीवन नशा बनाना चाहिए। नशीली चीज़ों के खिलाफ़ खड़े होकर "ज़िंदगी ही नशा है" यह वाक्य को नारा बनाना है। सबके भलाई करो, जीभर के जियो, खुशी से लहराओ, सपनों का साक्षात्कार करो, मा-बाप की सेवा करो, मनुष्यता के प्रवर्तक हो जाओ, और ऐसे अपने ज़िंदगी को नशा बनाओ। "ज़िंदगी ही नशा है"।

जीवन ही नशा है

ज़िंदगी का सदुपयोग कीजिए

ज्ञान का दुरुपयोग न करो

(Note: Graded Items may be published in Schoolwki. So write neatly. Don't fold paper. Don't write overleaf)

61st Kerala State School Kalolsavam - Jan 03 To 07, 2023
Kozhikode

Item Code: 948 Participant Code: 114

सबको खुशी दे दो

मन में प्यार, मनुष्यता
का भाव रख लो।

जिंदगी को नशा बनाओ

————————

(**Note**: Graded Items may be published in **Schoolwki.** So write neatly. Don't fold paper. Don't write overleaf)