













## उत्तर-पूर्वी एशिया में स्थित कोरिया के पश्चिम की ओर चीन और पूर्व की ओर जापान स्थित

# कोरियाई आख्यानों में भी यमदेव के समान देवता

उत्तर-पूर्वी एशिया में स्थित कोरिया के पश्चिम की ओर चीन और पूर्व की ओर जापान स्थित है। हालांकि प्राचीन काल से चीन और जापान दोनों ने कोरिया पर कब्जा करने का प्रयास किया, लेकिन कोरिया ने उनका कड़ा प्रतिरोध किया। अपनी स्वतंत्र पहचान स्थापित करने का एक तरीका था अपने पर्वत पर स्थित एक पवित्र पेड़ के नीचे पहुंचे। उनके साथ कई आकाशीय जीव थे जो अपने साथ उन सभी चीजों का ज्ञान लाए थे जो मनुष्यों को सभ्य बना सकते थे: कृषि, मत्स्य पालन, पशुपालन, बुनाई, चिकित्सा और शिक्षा।

इस आख्यान के अनुसार आकाश के देवता ह्वानिन के सबसे छोटे पुत्र ह्वानुंग मनुष्यों को सभ्य बनाने हेतु कोरिया आए। ह्वानुंग के दूसरे भाई पश्चिम की ओर चीन तथा यूरोप और दक्षिण की ओर भारत गए। ह्वानुंग आकाश से टेबेक पर्वत पर स्थित एक पवित्र पेड़ के नीचे पहुंचे। उनके साथ कई आकाशीय जीव थे जो अपने साथ उन सभी चीजों का ज्ञान लाए थे जो मनुष्यों को सभ्य बना सकते थे: कृषि, मत्स्य पालन, पशुपालन, बुनाई, चिकित्सा और शिक्षा।

एक बाघ और एक भालू ने इस आकाशीय राजकुमार से मिलकर मनुष्य बनाए जाने की इच्छा व्यक्त की। राजकुमार ने उन्हें कुछ लहसुन और जड़ी बूटी खाकर सौ दिनों तक सूर्य से दूर रहने के लिए कहा। लेकिन बाघ यह नहीं कर पाया और इसलिए बाघ ही बना रहा। इक्कीसवें दिन पर भालू एक सुंदर महिला में बदल गया। फिर राजकुमार ने इस महिला से विवाह किया, जिसने टेबेक पर्वत पर पेड़ के नीचे द्युंगन नामक पुत्र को जन्म दिया। द्युंगन, जिसके पिता स्वर्ग

से थे और जिसकी मां एक भालू थी, ने गोजोसीऑन में कोरिया का पहला राज्य स्थापित किया। यहाँ आज नार्थ कोरिया की राजधानी प्योंगयांग स्थित है। संपूर्ण कोरिया के लोगों को एकजुट करने के लिए इस कहानी का प्रसार किया गया। लेकिन कोरिया के कई प्रांत हैं, जो पहाड़ों के कारण एक-दूसरे से अलग हैं। प्रत्येक प्रांत के अपने-अपने निराले आख्यान हैं। ऐसे ही एक आख्यान के अनुसार धरती और स्वर्ग एक आकाशीय जीव आदिम पिता के शरीर से उत्पन्न हुए। आदिम माता ने कई जुड़वां संतानों को जन्म दिया और वे स्वर्गीय जीव बन गए। ये स्वर्गीय जीव धरती पर रहने आए। शुरू में वे शुद्ध थे और धरती का दूध पीकर संतुष्ट थे। कुछ समय बाद उनकी संख्या इतनी बढ़ गई कि उनके लिए दूध कम पड़ने लगा।

इसलिए कुछ स्वर्गीय जीवों को अंगूर खाकर पेट भरना पड़ा। फलस्वरूप उनके दांत उगने लगे। वे जंगल की आवाजें सुनने लगे और स्वर्ग की आवाज सुन नहीं पाए। उनकी त्वचा खुरदरी और पपड़ीदार बन गई। स्वर्ग के राजकुमारों सहित कोरिया के लोगों के पिता ने स्वर्ग स्वर्ग से आकर इन असभ्य लोगों को अपनी स्वर्गीय शुद्धता फिर से खोजने में मदद की। चीनी आख्यानशास्त्र की तरह कोरिया का आख्यानशास्त्र भी मानता है कि स्वर्ग परीपूर्ण है। वह भी देवी राजाओं के आदेशों से उसे धरती पर दोबारा निर्माण करने का प्रयास करता है। वह निसर्ग का सम्मान करता है और मानता है कि विश्व में अच्छी और



बुरी दोनों तरह की आत्माएं होती हैं। उसमें कई दिलचस्प कहानियां हैं - यमदेव के समान देवताओं की जो मृतकों की आत्माएं इकट्ठा करते हैं, कुवारियों, कुमारों और डूबे हुए मछुआरों के भूत बन जाने की और जादुई तथा नटखट पिशाचों की जो तब जन्म लेते हैं जब धरती वस्तुओं पर खून लगाता है। कुछ अन्य कहानियों में तीन पैरों

तमिल व्यापारी समुदायों के संदर्भ में है। लेकिन अब यह कहानी अयोध्या से जुड़ गई है। इन लोककथाओं का प्रभाव हम आधुनिक साउथ कोरिया के शानदार टेलीविजन सीरियल (के-ड्रामा) में देखते हैं। विश्वभर में प्रसिद्ध हुए ये ड्रामा इस बात का प्रमाण हैं कि आख्यानशास्त्र के बिना संस्कृति का निर्माण असंभव है।

# रखना चाहते हैं नैनी तो इन बातों का रखें ध्यान

आजकल की माताएं व्यस्त हैं, नौकरी, घर-परिवार, बच्चे, रिश्ते, सबको संभाल रहीं



आज से करीब दस साल पहले हिंदी सिनेमा में एक फिल्म आई थी- 'शादी के साइड इफेक्ट्स'। इसका एक डायलॉग आज के परिप्रेष्य में बिल्कुल सही जान पड़ता है- आज बच्चे संस्कार भाई और ड्राइवर से सीख रहे हैं। दरअसल, फिल्म में विद्या बालन को अपनी छोटी-सी बच्ची के लिए नैनी की जरूरत थी और इला अरुण (जो नैनी के किरदार में थीं) से बात हो रही थी। जब बात पमेंट पर आई तो उनकी हाई-फाई सैलरी जानकर विद्या उहापोह में पड़ गईं। तब इला अरुण पूरे आत्मविश्वास से उन्हें जवाब देती हैं कि पहले बच्चे संस्कार घर में दादा-दादी और नाना-नानी से सीखते थे, लेकिन आज यह काम उन लोगों पर आ गया है। अगर कोई गलत नैनी आ गईं तो बच्चे चोरी करने और गाली देने के साथ ही गलत आदतें भी सीख जाते हैं।

अच्छी यह बात काफी हद तक सही भी है। आज जब महिलाएं घर से बाहर कदम रख रही हैं, देर शाम घर लौट रही हैं तो ऐसी स्थिति में बच्चों की परवरिश उनकी देखभाल के लिए रखी गईं भाई या अंग्रेजी भाषा में कहें तो नैनी पर आ गई है। देखा जाए तो हमारे देश में नैनी की परंपरा काफी पुरानी रही है। पहले इन्हें 'धना मां' कहकर पुकारा जाता था। राणा साहेब की पत्नी धाय मां तो अपनी कर्तव्य परायणता और त्याग के कारण इतिहास में अमर हो गईं। आज यही धाय मां मॉडर्न 'नैनी' का अवतार ले चुकी है। आम परिवारों में भी नैनी रखने का प्रचलन बढ़ चला है, जिसका एक बड़ा कारण संयुक्त परिवार के ढांचे का बलक एकल परिवार हो जाना है। साथ ही महिलाएं भी काम पर जा रही हैं, ऐसे में बच्चों की देखभाल, उन्हें स्कूल से लाने, ले-जाने जैसे काम नैनी के जिम्मे होते जा रहे हैं। इन हालात में यह बात भी ध्यान देने योग्य है कि आप किसी भरोसेमंद

और सही महिला को ही अपने बच्चे की देखभाल के लिए नियुक्त करें तो अच्छा है, क्योंकि आधुनिक होते इस जमाने में अपराध भी आधुनिक होते जा रहे हैं।

ऐसे में आपके जिगर के टुकड़े की जिम्मेदारी किसी दूसरे को सौंपना यकीनन आम बात नहीं है। आप बच्चे से दूर रहकर अपने काम पर भी तभी ध्यान दे पाएंगी, जब बच्चे की देखभाल कर रही नैनी से पूरी तरह संतुष्ट होंगी। इसलिए चाहे किसी भी माध्यम से आप नैनी रखने वाली हों, कुछ बातों का ध्यान तो रखना ही होगा। आप अपने बच्चे को यूँ किसी के पास छोड़कर नहीं जा सकतीं। इसलिए किसी भी नैनी को रखने से पहले उसकी पृष्ठभूमि की जांच अवश्य करें। अगर आप एजेंसी से नैनी हायर कर रही हैं तो केवल एजेंसी द्वारा पेश की जा रही जानकारीयों पर भरोसा न करें, बल्कि अपनी ओर से उसके बारे में जानकारी हासिल करने का प्रयास करें। पता करें कि वह पहले कहां काम करती थी। ऐसा करके आप उसके बारे में काफी कुछ जान सकती हैं। साथ ही यह सुनिश्चित करें कि वह भरोसेमंद हो और उसे बच्चे को संभालने का अनुभव हो, विशेष रूप से उस उम्र के बच्चों का, जिस उम्र में आपका बच्चा है। इसके बाद सबसे जरूरी है उसके महत्वपूर्ण दस्तावेजों की सत्यता की जांच करना, जैसे कि आईडेंटिटी कार्ड, वोटर आईडी, पता, फोन नंबर, मेट्रिकल रिपोर्ट कार्ड और बाकी जरूरी दस्तावेज। जब आप सभी चीजों से संतुष्ट हो जाएं तो नैनी के साथ एक लिखित अनुबंध बनाएं, जिसमें उसकी जिम्मेदारियां, समय और वेतन संबंधी सभी बातें स्पष्ट हों। लिखित अनुबंध और उसके सभी दस्तावेजों की एक या दो कॉपी अपने पास सुरक्षित रखें। आप नैनी को बच्चे की जिम्मेदारी सौंपने जा रही है, तो जरूरी है कि आप

यह सुनिश्चित करें कि वह प्राथमिक चिकित्सा और आपातकालीन स्थिति में बच्चे की सुरक्षा के प्रति कितनी सचेत है। क्या वह जरूरत पड़ने पर आपके या अन्य संपर्कों के नंबर पर घर की वस्तुस्थिति से अवगत कर सकती है? अगर बच्चे की लिए पढ़ाई के लिए डिजिटल साधनों के उपयोग की आवश्यकता है तो देखें कि नैनी को उसकी जानकारी है या नहीं। साथ ही छोटे बच्चों के लिए वह कितनी साफ-सफाई बरतती है और खुद किसी बीमारी से पीड़ित तो नहीं है?

एक नैनी का स्वभाव धैर्यवान और सहयोगी होना चाहिए। इसलिए आप उसके साथ बातचीत करके उसका व्यवहार और आचरण को समझने की कोशिश करें। आप नैनी को उनकी जिम्मेदारियों के बारे में स्पष्ट रूप से जानकारी दें और यह सुनिश्चित करें कि वह इन सभी जिम्मेदारियों को समझती हो और उन्हें निभाने के लिए तैयार हो। साथ ही नैनी को समय प्रबंधन करना भी बखूबी आना चाहिए। आपको उसकी उपलब्धता और समय की पाबंदी का ध्यान रखना चाहिए। वह अपने दिए गए समय पर आ रही है या नहीं? सब कुछ व्यवस्थित तरीके से करती है या नहीं? वह अन्य कामों के साथ बच्चे का सही से खयाल रख रही है या नहीं? ये सब देखने और आश्चर्य होने के बाद ही आप उसे नियमित करें, वरना बाद में बेवजह की परेशानी हो सकती है। इन सावधानियों के बाद भी आपकी नैनी ठीक से काम कर रही है या नहीं, इसकी खबर रखना आपकी जिम्मेदारी है, क्योंकि आपके पीछे बच्चा और घर उसी के हवाले रहते हैं। बच्चे की देखभाल करने वाले से कुछ रचनात्मक सुझावों का स्वागत करना अच्छी बात है, खासकर तब, जब वह आपके बच्चे के साथ अपना ढेर साग समय बिताती है। लेकिन अगर आपको लगता है कि पोपंग, नौद और सुरक्षा जैसे बुनियादी मुद्दों पर आप दोनों एकमत नहीं हैं और उल्टा यही हर वक्त आपको नसीहत देती रहती है तो हो सकता है कि यह रिश्ता लंबे समय तक न टिक पाए। एक मां अपने बच्चे की नींद और भूख के बारे में सब जानती है, इसलिए कभी आपको लगे कि बच्चा आपके लौटने पर ऐसे खाता है, जैसे उसने पूरे दिन कुछ खाया है न हो या हमेशा थका हुआ दिखे तो यह भी एक गलत संकेत हो सकता है। संभव है कि नैनी आपके बच्चे की देखभाल सही तरह से न कर रही हो। असल में, बच्चों का व्यवहार उनकी मनोदशा के बारे में काफी कुछ कह देता है, इसलिए यदि आप नैनी रखने के बाद अपने बच्चे को डग हुआ, चिंतित, अलग-थलग या उसके व्यवहार में कोई गंभीर परिवर्तन देखें तो सचेत हो जाएं। बच्चे कुछ भी बताने के लिए बहुत छोटे और अंबोध होते हैं, लेकिन उनका बदला हुआ व्यवहार आपके लिए खतरे की घंटी हो सकता है।

### जानकारी

इस बात का ध्यान रखें कि अगर आप अपनी पत्नी से या पार्टनर से मैसेज के जरिए बातचीत कर रहे हैं तो इस तरह के मैसेज कभी नहीं करने चाहिए

## भूल से भी पत्नी को न भेजें इस तरह के मैसेज

रिश्ते में संवाद बहुत जरूरी है। प्रेमी युगल हों या पति-पत्नी, हर कोई अपने पार्टनर के साथ वक्त बिताना चाहता है, बातें करना चाहता है। हालांकि जो कपल एक दूसरे से दूर होते हैं यानी लॉग डिस्टेंस में होते हैं, उनके लिए एक दूसरे के साथ वक्त बिताना कुछ मुश्किल होता है। उनके बीच संवाद ही एक ऐसा जरिया है जो रिश्ते को मजबूत बनाने में सहायक हो सकता है। संवाद के लिए कपल एक दूसरे को कॉल कर सकते हैं, वीडियो कॉल कर सकते हैं या मैसेज भेज सकते हैं।

व्यस्तता या अन्य कारणों से कपल अगर एक दूसरे से फ्रेन पर बात नहीं कर पाते, तो दिनभर में कुछ संदेशों के जरिए पार्टनर को महसूस करा सकते हैं कि वह उनसे दूर नहीं हैं। हालांकि यही मैसेज कभी कभी कपल के बीच विवाद की वजह भी बन जाते हैं, क्योंकि लोगों को पता ही नहीं होता है कि उन्हें अपने साथी को किस तरह के मैसेज भूल से भी नहीं करने चाहिए। मैसेज के जरिए की गई बातचीत में भावनाओं की सही अभिव्यक्ति मुश्किल हो सकती है, ऐसे में इस बात का ध्यान



रखें कि अगर आप अपनी पत्नी से या पार्टनर से मैसेज के जरिए बातचीत कर रहे हैं तो इस तरह के मैसेज कभी नहीं करने चाहिए। अपनी पत्नी या पार्टनर के मैसेज का जवाब एक शब्द में देना या सिर्फ इमोजी भेजना उनके दिल को ठेस पहुंचा सकता है। पत्नी बार-बार मैसेज कर रही है तो इसका मतलब है कि वह आपको याद कर रही हैं या उनका आपसे बात करने का मन है लेकिन आप उन्हें इमोजी या एक शब्द में उत्तर देते हैं तो

बाते भले ही आप बिना सोचे समझे कह देते हैं लेकिन आपके शब्द पार्टनर के दिल को चोट पहुंचा सकते हैं। जिससे रिश्ते में दरार आ सकती है। इसलिए अगर गुस्सा आए तो कुछ देर के लिए फोन दूर रख दें और खुद को शांत करें। पार्टनर से शांति से ही बात करें और उन्हें अपनी भावनाएं समझाएं। मैसेज के दौरान ये पता नहीं होता कि पार्टनर का मूड कैसा है। कई बार पति अपनी पत्नी को लगातार मैसेज करते रहते हैं, जिसका पार्टनर जवाब नहीं

दे पाती। हो सकता है कि आपकी पति किसी काम में व्यस्त हों, या उनका मूड ठीक न हो या वो दफ्तर में किसी मीटिंग में हों। ऐसी स्थिति में उनके देर से जवाब देने या आपके मैसेज का रिप्लाई न देने पर आप उन्हें लगातार मैसेज करते हैं तो ये भी पत्नी को परेशान करने जैसा हो सकता है। इससे पत्नी नागज हो सकती है या इर्रिटेट होने लगती हैं। उनके रिप्लाई का इंतजार करें। बार बार मैसेज करके परेशान न हों और न उन्हें करें। अगर फिर वो रही है तो कॉल करके पता कर लें कि पत्नी किसी परेशानी में तो नहीं। किसी जरूरी बातचीत को आप कॉल पर या आमने सामने होकर सुलझाएं। मैसेज के जरिए लंबी वार्तालाप या पत्नी से सवाल जवाब न करें। इससे उन्हें आपकी भावना समझने में दिक्कत आ सकती है और वह आपके सवाल जवाब से परेशान हो सकती हैं। जैसे बार बार पत्नी से ये पूछना कि वह क्या कर रही हैं, घर कब तक लौटेंगी, उन्हें फरला काम किया या नहीं, नहीं तो क्यों नहीं? आदि। सवाल जवाब से अधिक आपकी फिक्र उन्हें पसंद आएगी।



दिलजीत दोसांझ इन दिनों देशभर में शो कर रहे हैं, और इनके शो हाउसफुल ही चल रहे हैं। पैसा कमाने के उद्देश्य को उन्होंने कैसे अपने जीवन से अलग किया, उन्हीं की जुबानी...

बचपन में मुझे अक्सर मां बोलती थीं कि हमारा बेहद सामान्य परिवार है, सरकारी नौकरी वाले लोग हैं, लेकिन तुम सोच बड़ी रखो। खूब काम करो और खूब पैसा बनाओ। उस वक्त से ही मेरे मन में यह बात बैठ गई कि पैसा तो बनाना है क्योंकि यह बहुत जरूरी है और इसके बिना जीवन नहीं है। 2020 तक मेरी यही सोच रही कि खूब पैसा कमाना है। मैं पैसे के पीछे भागता रहा। जो भी शो आया, मैंने मना नहीं किया। शादियों में भी खूब गया। 18 साल की उम्र में पहली एलबम आई और तब से 30 साल की उम्र तक मैं केवल शो के पीछे भागता रहा।

2020 में समझा कि पैसा बनाना जिदगी नहीं है। पैसा कमाना कामयाबी नहीं है। मैं कभी पैसे के पीछे भागने वालों में से था ही नहीं। यह अहसास मुझे 2020 में हुआ। मैं शायद घरवालों की सीख के कारण ऐसा कर रहा था। उस वक्त मैंने खुद से सवाल किया कि आखिर कितना पैसा कमाकर मैं खुद को सुरक्षित महसूस करूंगा...? अहसास हुआ कि इसकी तो कोई सीमा ही नहीं है, सिक्योरि होने को कोई सीमा होती ही नहीं। आप उस डर में भागते रहते हैं कि फिर वहां ना पहुंच जाऊं, जहां से आए थे। आप खतम हो जाएंगे, लेकिन ये रैस नहीं थमेगी। मुझे अहसास हुआ कि मैं इस रैस के लिए दुनिया में नहीं आया। कोई भी रैस के लिए इस जहां में नहीं आया है, उसे केवल इसका अहसास नहीं है। यह

सारी बात मुझे संगीत से समझ आईं। मैं किताबें नहीं पढ़ता, कुछ ऐसा नहीं देखता जिससे इंस्पायर हो सकूँ। मुझे केवल काम ही सिखाता है। मेरे संगीत ने मुझे यह समझ दी कि अंधी दौड़ से बाहर रहने में ही समझदारी है।

पैसे की भूख और सफलता की भूख... ये दोनों अलग हैं। आपका माहौल तब तक बना रहेगा जब तक अंदर सफल होने की भूख कायम है। आप कभी अप्रासंगिक हो ही नहीं सकते। एक समय बाद जरूर आप इन चीजों से ऊपर उठेंगे और अपनी जिदगी एंजॉय करेंगे। आपको अहसास होगा कि यह जीवन पैसा कमाने, खाने-पीने और सोने के लिए नहीं है। आपको अपने होने का उद्देश्य समझ में आने लगेगा। हर स्टेज की अलग परीक्षा किसी भी गेम में आपको उताना ही मिलता है जितना आप डिजर्व करते हैं। कई बार लोग बोलते हैं कि इस बंदे को जितना मिल गया है, वो उतना डिजर्व नहीं करता है... लेकिन यह गलत है। आपको किसी एक सिचुएशन में डाला जाए तो आप जितना झेल सकते हैं, उतना आपको लिमिट है। आप जितना झेलते हैं, वही आपको मिलता है। हर स्टेज की अलग परीक्षा होती है। निरंतरता ही सबकुछ है सफल होने की कोई रणनीति नहीं होती। अगर आप ईमानदारी के साथ लगातार मेहनत करते रहते हैं, तो एक समय बाद वो अच्छा समय आता ही है। केवल लगातार काम करना ही आपको मूल्यांकन बनाता है। निरंतरता ही सबकुछ है। आप सफलता का दरवाजा काम करते हुए लगातार खटखटा सकते हैं। वो दरवाजा एक दिन तो खुलेगा ही... यह तय है। (विभिन्न इंटरव्यूज़ में संगीतकार-एक्टर दिलजीत दोसांझ)

## क्या ब्रेकअप के बाद दोबारा आपके पास वापस आ जाएगा एक्स-पार्टनर

जहां प्यार है वहां तकरार भी है। प्रेमी युगल छोटी-बड़े विवादों के बाद एक दूसरे से ब्रेकअप कर लेते हैं। हालांकि गुस्सा शांत होने पर वह साथी को मना लेते हैं और फिर एक दूसरे के साथ रिश्ते में आ जाते हैं। कई बार उनके बीच गंभीर ब्रेकअप के होते हैं। ऐसे में लोग अपने साथी को छोड़कर मूव आन कर लेते हैं। आज के दौरान में ब्रेकअप के बाद दूसरी बार रिलेशनशिप में आना भी सामान्य हो गया है। लेकिन अगर आप अपने एक्स को भुला नहीं पा रहे हैं और पंचअप करना चाहते हैं यानी उनके साथ दोबारा रिश्ते में आना चाहते हैं तो ये समझने की जरूरत है कि क्या आपका एक्स पार्टनर भी यही चाहता है। जब दोनों साथी ब्रेकअप के बाद एक दूसरे को याद करते हैं तो वह फिर से पंचअप कर लेते हैं लेकिन अगर एक पार्टनर का साथ वापस चाहता है और दूसरा मूव ऑन कर जाए तो मामला जटिल हो जाता है। वापस अपने एक्स को जीवन में लाना आसान नहीं। सबसे पहले तो आपको ये जानने की जरूरत है कि क्या एक्स पार्टनर आपसे पंचअप करना चाहता है। क्या आपका एक्स वापस आपके साथ रिश्ते में आने के लिए तैयार है? इन संकेतों से जांचिए कि ब्रेकअप के बाद एक्स से पंचअप करें या नहीं? अगर आपका एक्स पार्टनर आपके संपर्क में हो और आपके जीवन में क्या चल रहा है, ये जानने में रुचि दिखाएं तो समझ जाएं कि वह अब भी आपको याद करते हैं और दोबारा इस रिश्ते में आने के लिए तैयार हैं। आप अपने एक्स पार्टनर को फोन करें या किसी भी माध्यम से संपर्क करें और वह आपके संपर्क को काट दे या बातचीत में रुचि न दिखाएं तो समझ जाएं कि वह आपके साथ कोई रिश्ता नहीं रखना चाहता है। इसके अलावा अगर एक्स ने आपको फोन या सोशल मीडिया के हर अकाउंट से डिलीट व ब्लॉक कर दिया हो तो भी समझ जाएं कि वह आपसे दूर रहना चाहते हैं।

