VOL- XI | ISSUE- II | FEBRUARY | 2024 | PEER REVIEW e-JOURNAL | IMPACT FACTOR 8.02 | ISSN 2349-638x

वर्तमान जीवन का संघर्ष और कुमार अंबुज की कविता

डॉ. श्रीनिवास सिंह यादव
एसोसिएट प्रोफेसर हिन्दी –विभाग
श्यामाप्रसाद कॉलेज कोलकाता
ईमेल एड्रेस – yadavsreeniwas@gmail.com

कुमार अंबुज समकालीन हिन्दी कविता के एक प्रतिष्ठित कवि हैं | उनकी कविताएँ जीवन के विभिन्न पहलुओं को छूती हैं | उनकी कविताओं में समाज , राजनीति ,प्रकृति , पर्यावरण ,स्त्री संघर्ष और मानवीय प्रेम सभी कुछ समाया हुआ है | वे मानते हैं कि जिस तरह जीवन बहुआयामी है उसी तरह कविता भी बहुआयामी होती है | कविता को परिभाषित करने के लिए बनी बनायी शास्त्रीय कसौटियों को वे पर्याप्त नहीं मानते | वे कविता में भाषा , संवेदना एवं अन्य तत्वों के साथ –साथ विचार को भी महत्वपूर्ण मानते हैं | वे विचार में भी तर्क से अधिक ईमानदारी और प्रतिबद्धता पर जोर देते हैं | उनकी कविताओं में वर्तमान जीवन का संघर्ष अनेक रूपों में अभिव्यक्त होता है |

सुपरिचित कवि कुमार अंबुज का जन्म 13 अप्रैल , 1957 को ग्राम –मँगवार , गुना मध्य प्रदेश में हुआ | उन्होंने वनस्पति शास्त्र में स्नातकोत्तर तथा कानून की डिग्री हासिल की है | सबसे पहले वे अपनी कविता `किवाड़ `से खूब चर्चित हुए | इसी कविता के लिए उन्हें भारत भूषण अग्रवाल पुरस्कार से सम्मानित किया गया | तब से उनकी सृजनात्मक यात्रा निरंतर जारी है | उनकी अनेक कविताएँ देश –विदेश की अनेक भाषाओं में अनुदित हुई हैं |

उनके प्रमुख काव्य संकलन हैं – किवाड़ (1992), क्रूरता (1996), अनंतिम (1998), अतिक्रमण (2002) और अमीरी रेखा(2011) आदि | इसके आलावे वैचारिक लेखों का एक संकलन ` मनुष्य का आकाश ` तथा डायरी एवं सर्जनात्मक टिप्पणियों का एक संकलन `थलचर ` शीर्षक से प्रकाशित है | `इच्छाएं ` शीर्षक से (2008) में उनका एक कहानी संग्रह भी प्रकाशित हुआ है | देश के विभिन्न प्रतिष्ठित मंच उन्हें कविता पाठ एवं वक्तव्य के लिए आमंत्रित करते रहते हैं | समकालीन रचनात्मक जगत में उनका सृजनात्मक हस्तक्षेप निरंतर जारी है |

कुमार अंबुज की कविताएँ जीवन की विभिन्न विसंगतियों का उद्घाटन करती हैं | उनकी कविताओं में एक आम नागरिक की जद्दोजहद का चित्रण है | आज लाखों मील की दूरी तय करके हमारा देश चाँद पर पहुँच गया है मगर यह कैसी विडम्बना है कि हमारे गांवों और कस्बों में प्राथमिक उपचार की बुनियादी सुविधाएँ तक उपलब्ध नहीं है | बीमार शरीर लेकर उपचार के लिए लोगों को मीलों दूर की यात्रा करनी पड़ती है | गावों और कस्बों के कितने लोग सही उपचार के अभाव में दम तोड़ देते हैं | नेता मंत्री इस भोली –भाली जनता को सिर्फ अपना वोट बैंक समझते हैं | सरकारी परिवहन में मंत्रियों और विधायकों के लिए बैठने की सीटें सुरक्षित होती हैं किन्तु एक बीमार नागरिक को बैठने के लिए भी जगह बहुत मुश्किल से मिल पाती है | भरी बस में सवार लाल साफे वाला एक आम नागरिक के माध्यम से कुमार अंबुज इस व्यवस्था से सवाल करते हैं –

`` पूछना चाहता है लाल साफे वाला आदमी
जब वोट डालने के लिए चलना पड़ता है
सिर्फ दो मील
तो इलाज कराने के लिए बीस मील क्यों ?
क्यों नहीं है उसके अपने गाँव में डामर रोड
और कम से कम एक कंपाउन्डर वाला अस्पताल
वह जानना चाहता है इस बस में

जब भरे –पूरे स्वस्थ विधायक के लिए
सुरक्षित है बैठने की जगह
तो एक बीमार बच्चे
और थके –हारे इन्सान के लिए क्यों नहीं ? ``1

आज के चरम बाजारवादी समय में लोग निरंतर आश्रय विहीन होते जा रहे हैं | अपने जीवनयापन के लिए बची –खुची जमीनें बिल्डरों को बेचने पर मजबूर हैं | भूमंडलीकरण के प्रवक्ता आम नागरिकों से जमीनें खरीदकर बाज़ार के लिए तरह-तरह की ईमारतों का निर्माण कर रहे हैं | आज बमुश्किल ही कहीं सार्वजनिक जगह बची है जहाँ कोई थका –हारा राहगीर पल दो पल विश्राम कर सके | बड़े –बड़े बिल्डर्स शासन –प्रशासन की मदद से आम लोगों की जमीनें दखल कर रहे हैं | जमीन का हर प्लाट किसी न किसी बिल्डर की निजी संपत्ति बनता जा रहा है | आज तो ऐसी स्थिति बन गयी है कि एक आम नागरिक के लिए पेशाब करने भर की सार्वजनिक जमीन भी मुश्किल से ही बची हुई है | कुमार अंबुज अपनी कविता `कहीं कोई जमीन नहीं` में इस स्थिति पर टिपण्णी करते हुए लिखते हैं कि –

`` चारों तरफ से नवनिर्माण की आवाजें हैं
और निर्माण केवल बिल्डर कर रहे हैं
बाकी लोग सिर्फ बेच रहे हैं अपनी जमीनें
जर्जर घरों की नीलामी ही बेहतर उपाय
अब सारी तरकीबें, अध्यात्म और दर्शन बिल्डरों के पास
जो खरीद सकते हैं वे जीवित हैं
बाकी मर चुके हैं
या केवल उनकी छायाप्रतियां चल –फिर रही हैं | ``2

इस देश में गाँव का मतलब अभाव और जहालत की जिंदगी है | अनगिनत मुश्किलें हैं | अनगिनत समस्याएं हैं | अनगिनत झगड़े और झमेले हैं | कोई बीमार पड़ जाये तो सही से इलाज के लिए गाँवों में अस्पतालों में डॉक्टर उपलब्ध नहीं होते | लोगों को मीलों दूर इलाज के लिए जाना पड़ता है | स्वास्थ्य ,शिक्षा और बुनियादी जरुरत की चीजों के लिए हमारे गाँव अभी भी जूझ रहे हैं | अधिकांश गांवों का जीवन अभी भी एक संघर्ष की कहानी है | देश के नेता चुनावी मौसम में बहुत सारी सुधार की बातें करते हैं लेकिन लोगों की मुश्किलें स्थायी रूप से ख़त्म करने का कोई ठोस प्रयास नहीं करते | कुमार अंबुज अपनी कविता ` एक राजनीतिक प्रलाप ` में इस दारुण स्थिति का बहुत मार्मिक चित्र प्रस्तुत करते हैं –

इतनी ज्यादा मुश्किलें हैं जिनमें जीवित हैं लोग
करोड़ों लोग गरीबी के नरक में हैं
करोड़ों बच्चे झुलस रहे हैं फैक्टरियों में
करोड़ों स्त्रियाँ जर्जर शोकमय शरीरों में मुस्करा रही हैं
अदृश्य सुखों की प्रतीक्षा में हाड़ तोड़ रहे हैं करोड़ों लोग
जो भी मुश्किलें हैं वे करोड़ों की गिनती में हैं | ``3

इस समाज में एक खुशमिजाज और ईमानदार आदमी बहुतों की इर्ष्या का कारण है | जो जीवन के हर पल को इंज्वॉय करता है | पेड़ –पौधों और फूल –पत्तों से प्यार करता है | जो छल –प्रपंच से दूर रहकर जीवन जैसा है उसे ख़ुशी-ख़ुशी जीता है | जो इंसानों को उनकी जाति और धर्म से नहीं पहचानता | जिसके लिए मनुष्यता सबसे ऊपर है | ऐसे व्यक्ति के लिए निरंतर संवेदनहीन होते जा रहे इस समाज में अपने अन्दर थोड़ी सी भी संवेदना बचाए रखना एक चुनौती है | निरंतर पाखंडी होते जा रहे समाज में अपने अन्दर थोड़ी सी भी ईमानदारी बचाए रख पाना एक बहुत बड़ी संभावना है | कुमार अंबुज समाज की इस स्थिति पर टिपण्णी करते हुए लिखते हैं कि

``यह भयावह खतरा था
कि मेरी यादाश्त बाकी थी
आँखों में रोशनी
और हृदय में प्यार बाकी था
और अभी मैं
लोगों को उनकी जातियों से नहीं पहचानता था
- - - - - -
मैं अधर्म को
धर्म कहने में उनके साथ नहीं था
मेरे पक्ष में केवल एक संभावना थी
कि मैं अपनी हरकतों में
अकेला नहीं था | ``4

ऐसा समाज बन गया है कि कदम -कदम पर एक आम नागरिक को तमाम तरह की चीजों से समझौता करना पड़ता है | अनेक तरह के झमेलों और वर्तमान परिस्थितियों ने मनुष्य को अधिक से अधिक संवेदनहीन और कायर बनाया है | तमाम तरह के डर के कारण वह अपने नागरिक कर्तव्यों का पालन नहीं कर सकता | `नागरिक पराभव ` कविता में इस स्थिति को बयाँ करते हुए कुमार अंबुज कहते हैं –

``अब मैं छोटी सी समस्या को भी
एक डरे हुए नागरिक की तरह देखता हूँ
सबको ठीक करना मेरा काम नहीं सोचते हुए
एक चुप नागरिक की तरह हर गलत काम में शरीक होता हूँ
अपने से छोटों को देखता हूँ हिकारत से
डिप्टी कलेक्टर को आता देख कुर्सी से खड़ा हो जाता हूँ
पडोसी के दुःख को मनता हूँ पड़ोस का दुःख
और एक दिन पिता बीमार होते हैं तो सोचता हूँ
अब पिता की उमर हो गई | ``5

अन्याय का प्रतिरोध इन्सान को प्रखर बनाता है | अन्याय होता हुआ देखकर भी चुप रहने वाला आदमी निस्तेज हो जाता है | हम अपने सक्षम समय में कभी - कभी अन्याय के खिलाफ मुकम्मल आवाज़ नहीं उठाते किन्तु समय बीत जाने पर हम अपने आपको कोसते हैं कि हमने अन्याय सहा और अपनी आँखों के सामने अन्याय होते हुए देखा | एक समय ऐसा आता है जब हमारी इन्द्रियां थक जाती हैं तब सारे ख्याल आते हैं कि अमुक समय पर अमुक आवाज़ उठानी चाहिए थी | इस तरह आहिस्ता – अहिस्ता समय गुजर जाता है और बचा रह जाता है सिर्फ उसका वज़न | कुमार अंबुज की अनेक कविताओं में जीवन का कड़ा अनुभव दार्शनिकता का पुट लेकर अभिव्यक्त होता है |

`` जितनी बार चुप रहा
ख़ामोशी से सहन किया जितनी बार अन्याय
वे सारे क्षण इस समय की रात के आकाश में
दिख रहे हैं निस्तेज तारों की तरह
अत्याचारों से थकी पीठ का दर्द
फ़ैल गया है पृथ्वी की मांसपेशियों में | ``6

कुमार अंबुज दैनंदिन के गहरे अनुभवों को कविता का विषय बनाते हैं | कभी कभार जब अचानक हमें पता चलता है कि हमारी जेब खाली है या मात्र कुछ पैसे ही बचे हैं तब हम एकदम से घबड़ा उठाते हैं और हम सोचने लगते हैं कि हमारे चारों तरफ इतना ऐश्वर्य है और हमारी जेब में दो रूपये मात्र बचे हैं | हमें अचानक ऐसा महसूस होता है कि हम एकदम निहत्थे हो गए हैं किन्तु इस भरे-पूरे संसार में उनकी स्थिति के बारे में सोचना चाहिए जिनकी जेब में कभी दो रूपये भी नहीं रहते |

``महज दो रूपये होने की निरीहता बना देती है निर्बल
जब चारों तरफ दीख रहा हो ऐश्वर्य
जब चारों तरफ से पड़ रही हो मार
तब निहत्था हो जाना है जिंदगी के उस वक्त में
जब जेब में हों केवल दो रूपये
फिर उनका तो क्या कहें इस संसार में
जिनकी जेब में नहीं हैं दो रूपये भी | ``7

कुमार अंबुज बहुत जीवट वाले मनुष्य हैं | वह इस समाज में घर कर रही तमाम सारी अराजक और नकारात्मक घटनाओं से उदास जरुर होते हैं किन्तु विचलित नहीं होते | वे अपनी जिजीविषा नहीं छोड़ते | वे जानते हैं कि ये जो समाज में फैला हुआ उन्माद है , मारकाट है ,वही अंतिम सत्य नहीं है | इन सारी हताशाओं के बीच कभी उनका अपराजित मन जाग उठता है | वे कहते हैं –

``यह थकान , यह हताशा ,यह मलवा,यह पराजय
कुछ भी अंतिम नहीं है
देखते –देखते अभी उठूँगा पस्ती को रौंदता हुआ
आएगा मेरे भीतर से मेरा अपराजित मनुष्य
फिर से शुरू होगा जीवन
धूमिल हो रही चीजों पर फिर से आएगी चमक | ``8

वर्तमान समय में जीवन से उत्साह –सकारात्मकता जैसी चीजें लगातार क्षीण होती जा रही हैं | घृणा और प्यार सब कुछ नफे नुकसान देखकर किये जा रहे हैं | सब कुछ बहुत गडमड और उबाऊ सा हो गया है | आज का मनुष्य अधिक से अधिक आत्मकेंद्रित होता चला जा रहा है |

आज के सम्बन्धों में छल –कपट और धोखा बहुत सामान्य सी बात हो गयी है |

``इधर का जीवन कुछ ऐसा हो गया है जैसे जीवन ही नहीं
यदि कोई धोखा न दे
कर ले थोडा सा भी विश्वास
तो चकित रहता हूँ बहुत दिनों तक
घृणा –प्यार –दुत्कार –पुरस्कार
तैर रहे हैं अवसर की झील में
(देश को विद्वानों की नहीं तैराकों की जरुरत है)|| ``9

एक समय था जब लोगों के पास बुनियादी जरुरत की चीजें भी बहुत मुश्किल से जुट पाती थीं ,फिर भी मनुष्य संतुष्ट रहता था | अपने साथ दूसरों की चिंता करता था, अपना अभाव उसे बहुत अधिक नहीं खटकता था | वह पर दुःख कातर हुआ करता था | परन्तु समय के साथ मनुष्य का वस्तुओं के प्रति आग्रह बढ़ता चला गया | वह उपभोक्तावादी हो गया है | वह वर्तमान समय में अधिक से अधिक धन संपत्ति एकत्र करने की चाह रखता है | आज का मध्यवर्ग ,जिसका जीवन पहले की तुलना में थोड़ा बेहतर हुआ है , वह अधिक से अधिक आत्मकेंद्रित और स्वार्थी होता चला जा रहा है | कुमार अंबुज इस स्थिति पर सटीक टिपण्णी करते हुए लिखते हैं कि –

``हमारे वर्तमान के टीले के पीछे अब भी है वह समय
जब बहुत कम थीं घर में चीजें
और कहीं कोई कमी नहीं लगती थी
फिर तेज़ी से बदलते रहे चीजों के अर्थ
नए –नए मिलने वालों
और गरिष्ठ होते एक निजी संसार में
देखते हुए नए सामान
भूलते हुए बचपन
लगता है पीछे छूट गयी है प्रयक्ष गरीबी
(जैसे सबसे पहले छूटता है साइकिल चलाना) -- -- --
थोड़ी सी ही सम्पन्नता की ओट में छिप जाता है
एक विशाल रोता कलपता
दुःख-भरा संसार |`` 10

आज के भौतिकवादी समय में हर इन्सान भौतिक संसाधन जुटाने के लिए भाग रहा है | किसी के पास आत्मीय जनों के पास बैठकर सुख-दुःख के कुछ पल गुजारने का एकदम समय नहीं है | आज हर इंसान पैसा और पद प्राप्त करने की एक अनजानी प्रतिस्पर्धा में लगातार लगा हुआ है | आज का मनुष्य पूँजी और पद के पीछे लगातार भागने वाला एक जीव बनकर रह गया है | यह सब वह कर रहा है अपने शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक शांति की कीमत पर | कुमार अंबुज अपनी कविता `दौड़` में लिखते हैं –

मुझे नहीं पता मैं कब से एक दौड़ में शामिल हूँ
विशाल अंतहीन भीड़ है जिसके साथ दौड़ रहा हूँ मैं
गलियों में ,सडकों पर , घरों की छतों पर , तहखानों में
तानी हुई रस्सी पर सब जगह दौड़ रहा हूँ मैं
मेरे साथ दौड़ रही है एक भीड़ जहाँ कोई भी कम नहीं
करना चाहता अपनी रफ़्तार |" 11

स्त्री विषयों को लेकर कुमार अंबुज ने कुछ प्रभावशाली कविताएँ लिखी हैं | उनमें से एक है `खाना बनाती स्त्रियाँ ` | भारतीय पितृसत्तात्मक समाज में स्त्री चाहे जितनी भी बुलंदी पर पहुँच जाय उसका स्थान हमेशा ही दूसरे स्थान पर रखा जाता है | आम तौर पर उसकी भूमिका घर –परिवार संभालना , रसोई संभालना और बच्चों के पालन -पोषण तक सीमित कर दिया जाता है |

चाहे उसकी मानसिक –शारीरिक स्थिति कैसी भी हो , उसे हर हाल में घर का सारा काम काज करना और खाना बनाना ही पड़ता है | चाहे वह बीमार हो ,उसका वदन दुःख रहा हो , या कमर और घुटने में दर्द ही क्यों न हो ? उसकी पीड़ा , उसके दुःख –दर्द को यह पुरुष –प्रधान समाज अनसुना कर देता है | अपनी चर्चित कविता `खाना बनाती स्त्रियाँ ` में कुमार अंबुज लिखते हैं –

``तुमने उन्हें सुन्दर कहा तो उन्होंने खाना बनाया
और डायन कहा तब भी
उन्होंने बच्चे को गर्भ में रखकर खाना बनाया
फिर बच्चे को गोद में लेकर

उन्होंने अपने सपनों के ठीक बीच में खाना बनाया
तुम्हारे सपनों में भी वे बनाती रहीं खाना
पहले तन्वंगी थीं तो खाना बनाया
फिर बेडौल होकर
वे समुद्रों से नहाकर लौटीं तो खाना बनाया
सितारों को छूकर आयीं तब भी |``12

अपने देश में कुछ लोग सिर्फ इसलिए अपराधी हैं क्योंकि उनका भेष -भूषा ,भाषा और रहन –सहन कुछ लोगों से भिन्न है | वे मात्र इसलिए सजा के लायक हैं क्योंकि उनका विचार ,उनकी सोच कुछ लोगों से अलग है | वे मात्र इसलिए अपराधी हैं क्योंकि वे बहुसंख्यक विचारों से असहमत हैं | `नये अपराधी ` कविता में कुमार अंबुज ने इस खतरनाक स्थिति को दर्ज किया है | वे लिखते हैं कि –

``जब सजा दी जा रही होती है
उन्हें तभी मालूम होता है कि वे अपराधी हैं
इतनी निर्दोष , इतनी परावलम्बी होती हैं उनकी गलतियाँ
कि जीवन-भर नहीं समझ पाते वे अपने अपराध
मसलन उनकी दाढ़ी कुछ अलग तरह की है
कि उनके हँसने का तरीका
अच्छा नहीं लगा न्यायधीश को
या यह कि उन्होंने एक चिट्ठी लिखी थी अपने दुखों के बारे
कि उनके विचार असहमति के हैं
और जीवित हैं उनके कुछ रिश्तेदार पड़ोस के देश में |``13

`क्रूरता ` कुमार अंबुज की एक महत्वपूर्ण कविता है | इसी कविता को आधार बनाकर उन्होंने अपने एक संकलन का नाम ही रखा है –`क्रूरता `, जो 1996 में प्रकाशित हुआ था | प्रेमचंद ने लिखा है कि साम्प्रदायिकता हमेशा संस्कृति का खाल ओढ़कर आती है | हमारे देश में बहुत सारे उपद्रव सांस्कृतिक अनुष्ठान के रूप में किये जाते हैं | सांस्कृतिक वर्चस्व की स्थपाना बहुत सोची समझी रणनीति के तहत की जाती है | सांस्कृतिक श्रेष्ठता का भाव मनुष्य को क्रूर बनाता है | सांस्कृतिक श्रेष्ठता की भावना मनुष्य को एक दूसरे से नफ़रत करना सीखाती है | सांस्कृतिक श्रेष्ठता की भावना ही है जो मनुष्य –मनुष्य के बीच के प्रेम की भावना को ख़त्म कर देती है | इसी भावना के चलते वह एक क्षमाशील मनुष्य न रहकर एक हिंसक जीव बन जाता है | अपनी धार्मिक श्रेष्ठता का भाव इंसान को अधिक क्रूर और अमानवीय बनाता है | `क्रूरता` कविता इस सन्दर्भ को बहुत ही महत्वपूर्ण ढंग से उद्घाटित करती है , जिसमें कुमार अंबुज लिखते हैं कि –

``धीरे-धीरे क्षमा भाव समाप्त हो जायेगा
प्रेम की आकांक्षा तो होगी मगर जरुरत न रह जायेगी
झर जायेगी पाने की बेचैनी और खो देने की पीड़ा
क्रोध अकेला न होगा वह संगठित हो जाएगा
एक अनंत प्रतियोगिता होगी जिसमें लोग
पराजित न होने के लिए नहीं
अपनी श्रेष्ठता के लिए युद्धरत होंगें | ``14

आज के बेहद बाजारू समय में इस धरती का इंच –इंच मुनाफे के लिए इस्तेमाल किया जा रहा है | जल के स्रोत लगातार नष्ट किये जा रहे हैं | जंगल लगातार काटे जा रहे हैं | पृथ्वी माता के शरीर पर घाव ही घाव हैं | धरती के प्राकृतिक सौन्दर्य को मनुष्य अपनी हरकतों से लगातार नष्ट कर रहा है | लहलहाती धरती के भूभाग को बाज़ार के प्रवक्ता प्यार की नज़र से नहीं अपने फायदे की नज़र से देखते हैं | इस धरती को उन्मुक्त होकर प्यार करने वाले लोग बहुत कम हैं | कुमार अंबुज कहते हैं कि

`` इस वक्त
बेहद जरुरत है इस जमीन को
थोड़े से प्यार की
थोड़े से धन्यवाद की |`` 15

वस्तुतः जीवन के विभिन्न संघर्षों की अभिव्यक्ति हैं कुमार अंबुज की कविताएँ | उनकी कविताएँ मरते –खपते साधारण आदमी के जद्दोजहद से सघन रूप से जुड़ती हैं | कुमार अंबुज की कविताएँ इस नफ़रत भरे समाज में मनुष्य को अधिक से अधिक संवेदनशील और मानवीय बनाती हैं | इस समाजमें वैमनस्य ,हिंसा ,भेदभाव, और नफ़रत फ़ैलाने वालों के खिलाफ कड़ा प्रतोरोध दर्ज करती हैं कुमार अंबुज की कविताएँ |

सन्दर्भ –सूची

1- भरी हुई बस में लाल साफ़े वाला आदमी , कुमार अंबुज , कवि ने कहा , (चुनी हुई कविताएँ) ,किताब घर प्रकाशन . नयी दिल्ली , प्रथम संस्करण -2012, पृ.27-28

2- कहीं कोई जमीन नहीं ,कुमार अंबुज ,प्रतिनिधि कविताएँ ,राजकमल प्रकाशन ,नयी दिल्ली , तीसरा संस्करण 2020,पृ.134

3- एक राजनीतिक प्रलाप ,कुमार अंबुज , कवि ने कहा , (चुनी हुई कविताएँ) ,किताब घर प्रकाशन . नयी दिल्ली , प्रथम संस्करण -2012, पृ. 18-19

4-संभावना , कुमार अंबुज, प्रतिनिधि कविताएँ ,राजकमल प्रकाशन ,नयी दिल्ली , तीसरा संस्करण -2020, पृ.28-29

5- एक नागरिक पराभव , कुमार अंबुज , कवि ने कहा , (चुनी हुई कविताएँ) ,किताब घर प्रकाशन . नयी दिल्ली , प्रथम संस्करण -2012, पृ. 21

6- थकान , कुमार अंबुज, प्रतिनिधि कविताएँ ,राजकमल प्रकाशन , नयी दिल्ली , तीसरा संस्करण -2020, पृ.45

7- जेब में सिर्फ दो रूपये , कुमार अंबुज , कवि ने कहा , (चुनी हुई कविताएँ) ,किताब घर प्रकाशन . नयी दिल्ली , प्रथम संस्करण -2012, पृ.30-31

8 –अनंतिम,कुमार अंबुज, प्रतिनिधि कविताएँ ,राजकमल प्रकाशन ,नयी दिल्ली , तीसरा संस्करण -2020,पृ.84

9- इधर का जीवन , , कुमार अंबुज , कवि ने कहा , (चुनी हुई कविताएँ) ,किताब घर प्रकाशन . नयी दिल्ली , प्रथम संस्करण -2012, पृ. 53

10-मध्यवर्गीय ओट,वही वही पृ.26-27

11- दौड़ , वही वही पृ. 33

12-खाना बनाती स्त्रियाँ,वही वही पृ.31

13–नये अपराधी ,वही वही पृ. 24

14 –क्रूरता, कुमार अंबुज, प्रतिनिधि कविताएँ , राजकमल प्रकाशन ,नयी दिल्ली, तीसरा संस्करण -2020,पृ. 28 -29

15-कटे हुए खेत को देखकर,वही वही पृ.30