कम दिलचस्प नहीं है गजक की गाथा !

गुड़ को जरा पिघलाकर उसमें घी मिलाकर कूट-कूट कर तिल मिलाए जाते हैं। यह कड़ी मेहनत का काम है और पांच-सात किलो गजक बनाने में दस-बारह घंटे लग जाते हैं।

पुष्पेश पंत
भारतीय खानपान के जानकार

भारतीय खानपान की एक विशेषता यह है कि उसके जायकों में मौसम के अनुसार परिवर्तन होता रहता है। पारंपरिक रूप जो व्यंजन घरों में बनाए जाते रहे हैं या जो पकवान-मिष्ठान बाजार से खरीदकर भी खाए जाते हैं, उनमें भी ऐसे पदार्थों का प्रयोग होता है, जिनकी तासीर गरम समझी जाती है। जाड़े के मौसम में हर जगह हमें रेवड़ी और गजक ललचाने को प्रकट होती हैं, वे इसी सूची में शामिल हैं। आयुर्वेद के विद्वानों के अनुसार, इस मौसम में हम गरिष्ठ भोजन को आसानी से पचा सकते हैं और शरीर में उस अतिरिक्त ऊर्जा को जमा कर सकते हैं, जिसकी जरूरत हमें आगे चलकर पड़ सकती है। वैसे गजक शब्द का उपयोग अल्पाहार के रूप में भी होता है, गिजा यानी पूरी खुराक, जबकि गजक जुबान को मजेदार कुछ चखाने वाली वस्तु को कहा जाता रहा है। गजक तिल और गुड़ से तैयार की जाती है, जिसके बारे में पुरखे एक चेतावनी देते थे- तिल, गुड़, भोजन तुर्क मिताई आगे मीठ पीछे पछताई। अगर संयम बरतें तो गजक नुकसान नहीं पहुंचा सकती। तिल और गुड़, दोनों ही सेहत के लिए फायदेमंद हैं।

स्वाद गली

एक दिलचस्प बात यह है कि उत्तरी भारत में एक नहीं, अनेक शहर अपने यहां की गजक को सर्वश्रेष्ठ बतलाते हैं। भिंड, मुरैना, आगरा, मेरठ, जयपुर- इन सभी जगहों की गजक का अपना आकर्षण है। लगभग हर जगह यह सुनने को मिलता है कि इन्हें शुद्ध देसी घी से बनाया गया है और आजकल शायद ही कहीं सादी गजक नजर आती हो! काजू-पिस्ते की कतरनों के साथ इलायची के दानों और नारियल के कतरों से भी इसका अलंकरण किया जाता है। पहले यह चौकोर पट्टियों में बेची जाती थी। आज इसे नन्हीं गोलाकार नलियों की शक्ल भी दी जाने लगी है। खानपान के विदेशी विशेषज्ञों का मानना है कि गजक बनाना 'पुल्ड शुगर वर्क है', गुड़ को जरा पिघलाकर उसमें घी मिलाकर कूट-कूट कर तिल मिलाए जाते हैं। बार-बार इस मिश्रण को फैला, फिर अपनी तरफ खींचकर एक के ऊपर दूसरी परत बिछाई जाती है। कुटाई का काम साथ-साथ चलता रहता है, जिससे तिलों का तेल निकल जाता है और गजक का स्वाद बढ़ता है। यह कड़ी मेहनत का काम है और कोई पांच-सात किलो गजक बनाने में दस-बारह घंटे लग जाते हैं। यह याद रखने की जरूरत है कि भले ही तिल और गुड़ के लड्डू बनाने के लिए भी इसी सामग्री का प्रयोग होता है और गुड़ की रेवड़ियों का स्वाद भी गजक से मिलता-जुलता होता है, परंतु इनमें गजक जैसी खस्तगी नहीं होती। गजक कुछ बरस पहले तक देहाती मिठाई समझी जाती थी, पर अपनी जड़ों की तलाश में बेचैन नौजवान पीढ़ी ने इसे नया जीवनदान दे दिया है। आज बड़े-बड़े नामी हलवाइयों की दुकानों पर साफ-सुथरे ढंग से पैक्ड तरह-तरह की गजक दिखाई देती है। गजक टिकाऊ होती है और आप खरीदने के कई महीने बाद भी इसका इस्तेमाल कर सकते हैं, बशर्ते इसे सीलन से बचा सकें। यह बात काबिले-तारीफ है कि गजक बनाने वालों ने भी नए जमाने की पसंद के अनुसार अपने उत्पाद को निखारा है। प्रवासी भारतीय समुदाय के लिए इसका निर्यात भी शुरू हो गया है।

पूड़ी-कचौड़ी तो आपने कई जगह खाई होंगी, लेकिन आगरा में बेड़ई और आलू की सब्जी से सुबह जायकेदार हो जाती है।

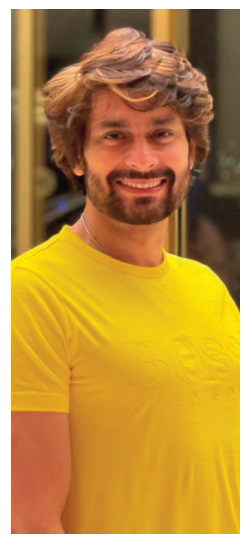
आगरा में आलू की सब्जी से सुबह जायकेदार

अभिनेता होने की वजह से यूं तो काम के चलते परिवार या दोस्तों कि साथ घूमने का समय कम ही मिलता है, लेकिन शूटिंग्स की वजह कई जगह घूमने का अवसर मिल ही जाता है। शूटिंग्स के चलते मुंबई के अलावा देश के अनेक हिस्सों में जाने का मौका मिला है। अगर मैं अपनी सबसे पसंदीदा जगहों की बात करूं तो मुझे अपने देश से ज्यादा मजा कहीं और नहीं आता है। शूटिंग्स से समय मिलने पर मैं आगरा, दिल्ली या फिर कोलकाता जाता हूं। ये क्षेत्र मुझे काफी सुकून देते हैं, जहां बिल्कुल अपनापन-सा महसूस होता है। फुर्सत में मैं कोलकाता जाना चाहता हूं। वहां की संस्कृति मुझे बहुत पसंद है। वहां अमीर और गरीब सब एक जैसे रहते हैं। इसके अलावा मूल रूप से उत्तर प्रदेश का निवासी होने की वजह से मैं घूमने के लिए सबसे पहले आगरा जाना चाहता हूं। आगरा से जैसे ही आप आगे बढ़ते हैं तो फतेहपुर सीकरी पहुंच जाते हैं, जहां आपको सूफियाना माहौल मिलता है। वहीं थोड़ी दूरी पर मथुरा और वृंदावन हैं, जहां आपको भगवान श्रीकृष्ण की भक्ति के अनेक रंग देखने को मिलते हैं। मथुरा तो भगवान श्रीकृष्ण के समय काल से भी पहले अस्तित्व में थी। यह धार्मिक पर्यटन स्थल के रूप में प्रसिद्ध है। यमुना नदी के किनारे बसी ये जगहें एक अलग तरह का सुकून और आध्यात्मिक आनंद देती हैं।

आगरा अपनी कई मुगलकालीन इमारतों के कारण एक प्रमुख पर्यटन स्थल है, विशेषकर ताजमहल, आगरा किला और फतेहपुर सीकरी के लिए, जो सभी यूनेस्को विश्व धरोहर स्थल हैं। दिल्ली और जयपुर के साथ आगरा गोल्डन ट्राइंगल टूरिस्ट सर्किट में शामिल है और वाराणसी के साथ यह उत्तर प्रदेश राज्य के एक पर्यटन सर्किट का हिस्सा है। वहीं सांस्कृतिक रूप से आगरा ब्रज क्षेत्र में स्थित है। यह एक ऐतिहासिक स्थल होने के साथ पर्यटन का केंद्र भी है। यहां ताजमहल के अलावा भी कई ऐसी जगहें हैं, जहां पर्यटकों की भीड़ हमेशा लगी रहती है। कहते हैं कि सिकंदर लोदी ने आगरा का पुनर्निर्माण किया था और इसे अपनी राजधानी बनाया था। यमुना के बाएं किनारे पर स्थित आगरा लोधी शासनकाल में व्यापारियों, विद्वानों, धर्मशास्त्रियों और कलाकारों की मौजूदगी के साथ एक बड़े एवं समृद्ध नगर के रूप में विकसित हुआ। यहां सिंकदर लोदी ने 1495 में लाल बलुआ पत्थर की एक बारादरी का निर्माण करवाया, जिसे बाद में शाहजहां ने मकबरे में तब्दील कर दिया और अब यह अकबर की महारानी मरियम-उज-जमानी के मकबरे के रूप में जाना जाता है।

यात्रा

अभिनेता
अबीर सूफी

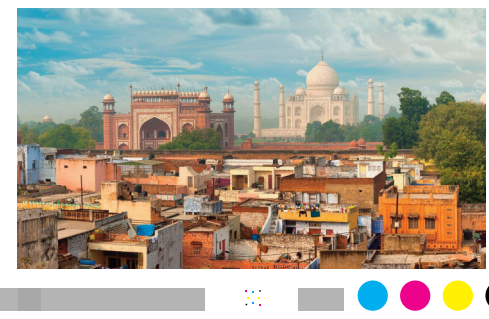


आगरा के खानपान की बात करें तो भल्ला यहां के सबसे अच्छे स्ट्रीट फूड्स में से एक है। शाम के समय इस स्वादिष्ट व्यंजन को गली के नुक्कड़ पर या चाट के स्टॉल पर खा सकते हैं। आलू-टिक्की के रूप में भल्ले को मीठी, मसालेदार चटनी के साथ, या फिर छोले की सब्जी के साथ परोसा जाता है। आपने पूड़ी-कचौड़ी तो हर जगह खाई होंगी, लेकिन आगरा में मिलने वाली बेड़ई और आलू की सब्जी से सुबह जायकेदार हो जाती है। इसका स्वाद बहुत ही लुभावना होता है।

'मेरे साईं' सीरियल की शूटिंग के दौरान कई जगह जाने का मौका मिला, लेकिन जो आनंद अपने देश और मिट्टी में है, वह मुझे कहीं नहीं मिला। अब मैंने फिल्मों की ओर रुख किया है। अभी मैंने श्याम बेनेगल निर्देशित फिल्म 'मुजीब : मेकिंग ऑफ नेशन' में काम किया है। इसके अलावा मैं 'संजोग : द को-इंसीडेंस' और एक साइको थ्रिलर फिल्म 'टेडी' में काम कर रहा हूं।

शहर
आगरा
राज्य
उत्तर प्रदेश
देश
भारत
भाषा
हिंदी
मुद्रा
भारतीय रुपया
औसत किराया
4000

दूरी
दिल्ली से 180km
मुंबई से 1037km
बंगलूरु से 1577km



गीत-संगीत, प्रदर्शनियां और रंगीन परेड

परिधि

विंटरफेस्टुका यानी विंटर फेस्टिवल में बच्चे हर तरह की अजीबोगरीब पोशाकें पहनते हैं, तो रंगीन परेड मन मोह लेती है।

विंटरफेस्टुका यानी विंटर फेस्टिवल नॉर्वे के नार्विक में मध्य मार्च की शुरुआत में आयोजित किया जाता है। यह फेस्टिवल नौ दिनों तक चलता है। विंटर फेस्टिवल पारंपरिक रूप से प्रसिद्ध ओफोटबैनन लौह-अयस्क रेलवे के निर्माण की याद में मनाया जाता है और यह नार्विक के शहरवासियों को गर्व का अनुभव कराता है। नार्विक विंटर फेस्टिवल स्थानीय लोगों द्वारा काफी पसंद किया जाता है, क्योंकि अधिकांश निवासियों के पास इस कार्यक्रम के लिए पारंपरिक पोशाकें होती हैं। पुरुष काली पतलून, काली बनियान और टोपी के साथ एक फलालैन शर्ट पहनते हैं। महिलाएं ब्लाउज और काली शॉल के साथ लंबी स्कर्ट पहनती हैं। बच्चे हर तरह की अजीबोगरीब पोशाकें पहनते हैं। मनोरंजक वेशभूषा, संगीत कार्यक्रम और कई प्रदर्शनियों में स्थानीय लोगों की रंगीन परेड सालाना 30,000 से अधिक आगंतुकों को आकर्षित करती है।

वास्तव में गर्मजोशी, खुशी और आतिथ्य से भरे इस त्योहार में नार्विक के लोग अपना दिल और आत्मा लगाते हैं। कोई आश्चर्य नहीं कि आगंतुक चकित हो जाते हैं, यहां तक कि कई बार अवाक भी रह जाते हैं। एक बार विंटरफेस्टुका का अनुभव करने के बाद आगंतुक साल-दर-साल वापस आने लगते हैं।

गौर करने वाली बात यह है कि नार्विक शहर को स्वीडिश लौह-अयस्क खदानों से जोड़ने के लिए 'ओफोटबैनन' का निर्माण करीब सन 1900 ईस्वी के आस-पास किया गया था और आज भी यह शहर को स्वीडन की सीमा से जोड़े हुए है। विंटर फेस्टिवल नार्विक शहर की ऐतिहासिक और सांस्कृतिक विरासत को लगभग 200 विभिन्न कार्यक्रमों और सांस्कृतिक प्रदर्शनियों के माध्यम से प्रदर्शित करता है। इस त्योहार के समय अगर आप नार्विक जाते हैं तो आपके जेहन में 18वीं सदी की वे यादें ताजा हो जाएंगी, जब ओफोटेन लौह-अयस्क रेलवे का निर्माण हुआ था।

पर्यावरण पर्व

इस तरह हुआ एक मेंढक का अपहरण !

"मैंने सोचा, यह मौका मेरे भागने के लिए अच्छा है, पर तभी वह आई और धप्प से मुझे एक बैग में कैद कर लिया। उसने पानी की बोतल से कुछ छींटे मेरे ऊपर छिड़के, कुछ हरे पत्तों की बौछार की और बैग में गांठ बांध दी।"

जानकी लेनिन

मैं गिरा, एक झटके के साथ उठा और यह देखकर डर गया कि मेरे आस-पास क्या हो रहा था! पूरी दुनिया इतनी तेजी से मेरे चारो ओर घूम रही थी कि मैं और मजबूती से अपने पैरों की उंगलिया चिपका लूं, इसी में मैंने अपनी भलाई समझी। मेरी आंखों ने बस एक धुंधलापन देखा और यह इतना डरावना था कि मैंने उन्हें कसकर बंद कर दिया। हवा से बदबू आ रही थी, काली गंदगी के कण मुझ पर जम गए थे और मेरी त्वचा के रोमछिद्र बंद हो गए थे। यहां इतनी गर्मी थी कि मेरे पैरों की उंगलियां तलने के कगार पर थीं। मेरे कान के परदे शोर को संभाल नहीं पा रहे थे।

आखिरकार जब सब कुछ थमा तो मैं इतना सुन्न हो गया था कि मैं लगभग चक्कर खाकर नीचे गिर पड़ा। मैं अभी अपने होश संभाल ही रहा था कि वह चिल्लाई, "अरे राम, यहां एक ट्री फ्रॉग (वृक्षों वाले मेंढक) है। क्या करें?" राम नामक व्यक्ति ने उत्तर दिया, "बस, उसे वहां झाड़ियों के पास रख दो।" वह बोली, "यहां! मैकेनिक के पास? यहां तो वह मर जाएगा।" राम ने उसे आश्वस्त करने की कोशिश की, "नहीं-नहीं, वह ठीक रहेगा।" क्या वह पागल था? कंक्रीट के जंगल के इस गरम टिंडरबॉक्स में मैं कैसे जीवित रह सकता था? तभी वह फिर बोली, "वह प्लास्टिक बैग मुझे दो।" "तुम क्या करने जा रही हो?" मैंने सोचा, यह मौका मेरे भागने के लिए अच्छा है, पर तभी वह आई और धप्प से मुझे उस बैग में कैद कर लिया। उसने पानी की बोतल से कुछ छींटे मेरे ऊपर छिड़के, कुछ हरे पत्तों की बौछार की और बैग में गांठ बांध दी। फिर उसने बैग में एक छेद किया और उसे अपने झोले में डाल दिया। इस तरह हुआ एक मेंढक का अपहरण! हालांकि उसने बैग को ऑटोरिक्शा में धूप से बचाकर रखा था, लेकिन फिर भी मेरे लिए वह दमघोंटू था और हवा सांस लेने लायक नहीं थी। कम से कम यह ऊबड़-खाबड़ सवारी उस सड़क से एक मीटर ऊपर खड़े होने से बेहतर थी, जो 80 किमी प्रति घंटे की रफ्तार से दौड़ रही थी। रास्ते में राम ने कहा कि उनके घर लौटने से पहले मेरी मृत्यु निश्चित है। वह बोली कि ऐसा वह होने नहीं देगी। ऐसा तो मैं भी होने नहीं देना चाहता था। नाश्ता करने के बाद उसने मेरा बैग खोला और कॉफी की खुशबू से भरी एक फूंक अंदर फूंक दी। मैं हिला, गिड़गिड़ाया और फूट पड़ा। राम ने चिढ़ाया, "क्या वह अभी भी जीवित है!" उसने राम को तीखी दृष्टि से देखा और फिर सावधानी से मुझे वापस थैले में डाल दिया। अब तक रेस्त्रां के एयर कंडीशनर ने मेरी थकी हुई नसों को शांत कर दिया था और मैं लगभग ठीक हो गया था। दोपहर के भोजन के बाद उसने बैग में कुछ और हवा फूंक दी, इस बार कच्चे प्याज की बदबू के साथ! उसके ये भयानक 'जीवन के चुंबन' न होते तो शायद मैं ज्यादा ठीक रहता। कभी-कभी मैं सोचता हूं कि उस राजकुमारी की सांस से कौन-सी बदबू आ रही होगी, जिसने मेंढक को चूमा था और वह राजकुमार बन गया था! घंटों बाद राम ने उस थैले को ले लिया, जिसमें मैं था और उसे बड़े तापमान नियंत्रित वाहन में एक सीट पर रख दिया। मैं थक कर वहीं सो गया। कुछ देर बाद जब मेरी नींद खुली तो मैंने देखा कि वह मेरी ओर झांक रही है। थैला खुला था। मैं मौका देखकर अंधाधुंध उछल पड़ा और पास के पेड़ पर जा चढ़ा। उसने कहा, "वह बिल्कुल सामान्य दिख रहा है। कुछ अनहोनी का कोई संकेत नहीं है।" मैं उसकी पहुंच से और आगे निकल गया। मैंने चारों ओर देखा, मुझे अपनी किस्मत पर विश्वास नहीं हो रहा था। मैं वहीं वापस आ गया था, जहां मुझे हमेशा रहना चाहिए था- घर।

शाम को जब मैंने अपने कारनामों के बारे में बताया तो मेरे किसी भी मेंढक दोस्त ने मुझ पर विश्वास नहीं किया। तब तक मैं खुद इस कहानी पर मुश्किल से विश्वास कर पा रहा था, बल्कि मैं तो लगभग आश्वस्त हो गया था कि यह एक बुरा सपना था। कौन-सा जीवित प्राणी उस नरक छिद्र की गर्मी, हानिकारक हवा और शोर से बच सकता था? मैं आजकल उसी बुरे सपने से त्रस्त हो रहा हूं। सोच रहा हूं, पिछले मानसून के दौरान मिले दोस्तों की सलाह का पालन करूं और उस विशाल, बहु-कमरे वाली गुफा में चला जाऊं, जिसे मकान कहा जाता है। उन मेंढकों ने शेखी बघारी थी कि वहां बहुत सारा पानी है, रात में जगमगाती रोशनी, जो ढेर सारे कीड़ों को आकर्षित करती है, छिपने के लिए कई स्थान हैं और सांप या पक्षियों का डर भी नहीं। वहां रहने वाले दो लोगों के साथ मेरी रोमांचकारी मुलाकात के बावजूद वह जगह बहुत आकर्षक है। आज रात मैं अंदर जा रहा हूं।

फोटोग्राफर : नैतिक पटेल

(लेखिका दक्षिण भारत के एक ऐसे अंचल में रहती हैं, जो तेंदुओं का भी घर है।)