



कविता



श्वेता सिंह विशेष

देवरिया, उत्तर प्रदेश

1

## तेरे दूटने से मैं बिखरने लगती हूँ

तेरे दूटने से मैं बिखरने लगती हूँ  
जैसे तेरे खुश होने से मैं संवरने लगती हूँ

तेरे दूटने से मैं मरुस्थल-ए-रेत होने लगती हूँ  
जैसे तेरे पास आने से मैं दरिया की आब होने लगती हूँ

तेरे जाने से मैं कांच के सपनों सी बिखरने लगती हूँ  
जैसे तेरे आने से मैं ख्राब से हकीकत होने लगती हूँ

मैं दूट कर संगम की रेत सी बिखरी रहती हूँ  
जब तुम समेटे हो तो मैं इलाहाबाद सी होने लगती हूँ

मैं सरू की दरिया सी बहती रहती हूँ  
जब तुम देखते हो तो मैं कल कल नदियां सी खिलती रहती हूँ

मैं संगम की धारा में बैठी रहती हूँ  
जब तुम आते हो संगम के हंसी टट पे तो मैं लहर बनके  
तेरे अधरों को छूती रहती हूँ

मुझे छूते ही तुम सुबह-ए-बनारस होने लगते हो और मैं  
अवध-ए-शाम सी ढलने लगती हूँ

2

## कौन साथ है

कौन साथ है  
कौन खिलाफ है  
क्या फर्क पड़ता है..  
तुम साथ हो तो  
पूरी कायनात साथ है  
ऐसा लगता है.....।

जब दुनिया खिलाफ होती है  
तो तुम मेरे साथ होते हो  
और जब हम दद्दे में होते हो  
तो तुम मरहम लगते हो  
जब हम रोते हैं  
तो तुम आसू पूछते हो  
फिर क्या फर्क पड़ता है  
कौन साथ है...

कौन खिलाफ है...  
तुम साथ हो  
तो पूरी कायनात साथ है  
ऐसा लगता है

हर मुश्किल आसान होती है  
जब तुम मेरे साथ होते हो  
कुछ न कह के  
सब कुछ साड़ा कर लेना  
तुमसे बड़ा आसान होता है  
जब तुम साथ होते हो  
सब कुछ आसान होता है....।  
कौन साथ है...  
कौन खिलाफ है...  
क्या फर्क पड़ता है  
जब तुम साथ हो  
तो पूरी कायनात साथ है  
ऐसा लगता है....।

कौन साथ है  
कौन खिलाफ है...  
क्या फर्क पड़ता है....  
तुम साथ हो तो  
पूरी कायनात साथ है  
ऐसा लगता है....।

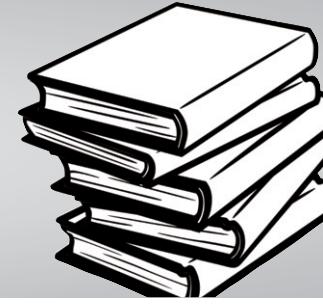
1. हमें अपना फोड़वेक, सुझाव या टिप्पणियां देने के लिए दिये गए बार कोड का रैकेन करें या मेल करें।  
2. आप हमें अपनी चर्चाएं, कविता या आलेख भी भेज सकते हैं। जिसे हम अपने आने वाले अंक पर प्रकाशित करेंगे।



SCAN ME

Email- thephotonnewsjharkhand@gmail.com

# कला-साहित्य



## फूलों की घाटी का अद्भुत सौन्दर्य

### घुनकड़ की पाती

हिमालय घूमने की जब भी बात होती है सबसे पहला ख्याल मेरे मन में उत्तराखण्ड का आता है। इस राज्य की एक खास जगह जो मेरी स्मृतियों में बसती है वह फूलों की घाटी है। इस जगह के बारे में मैं वर्षा से पढ़ता आया था पर कभी देखने का सौभाग्य नहीं मिला। इसलिए सोचा गया ना इस बार यह अधूरा सपना भी पूरा कर लिया जाये। एक दोस्त ने बताया कि फूलों की घाटी पहुंचने के लिए चमोली जिले का अन्तिम बस अड्डा गोविन्दगाट है। गोविन्दगाट से प्रवेश स्थल की दूरी तेरह किमी रह जाती है जहां से पर्यटक तीन किमी लम्बी वाद्या किमी चौड़ी फूलों की घाटी में घूम सकते हैं।



संजय शेकर  
नई दिल्ली

**फ**लों की घाटी एक राष्ट्रीय उद्यान है जिसे अमृतौर पर सिर्फ़ फूलों की घाटी कहा जाता है। नन्दा देवी राष्ट्रीय उद्यान और फूलों की घाटी राष्ट्रीय उद्यान सम्मिलित रूप से विवर धरोहर स्थल घोषित है। हिमालयित पर्वतों से विरा हुआ यह क्षेत्र फूलों की पांच सौ से अधिक प्रजातियों से सजा है। जब त्रैनों की घाटी में घूम सकते हैं।

इस किलाब के माध्यम से यह जगह दुनिया के समाने आयी और फूलों की घाटी के रूप में एक पहचान मिली। जिससे पर्वटकों और पर्वतरोहियों की आवाजाही शुरू हुई। अब तो इस जगह को देखने के लिए हजारों लोग आते हैं। फूलों की घाटी में श्रमण के लिये जुलाई, अगस्त व सितंबर के महीनों को सही माना जाता है।

यह एक पर्वटन स्थल होने के साथ-साथ जैव विविधता की विद्यि से भी काफी महत्वपूर्ण जगह है। यहां पर जीव-जंतुओं और वनस्पतियों की हजारों प्रजातियों के विवरी जाती है जो इस धरती और मानव जगह के लिए काफी उत्तमों हैं। इसीलिए, यूनेस्को ने इसे वैशिष्टिक धरोहर का दर्जा दिया है।

अनुसंधानकारों का मानना है कि यहां सैकड़ों ऐसी जड़ी-बूटियां और वनस्पतियां जो अत्यंत दुर्लभ हैं और विवर में कहीं और नहीं पायी जाती हैं जो कि इस धरती के कारण ऑक्सीजन का स्तर कम होने लगता है। कुछ फूलों की प्रजातियां भी इस जगह परायी गई हैं जिसे सूखकर इंसान बेहोश हो जाता है। शायद, इसीलिए स्थानीय लोग इसे परियों और किन्नरों का निवास समझकर इस जगह पर जाने से अब भी करतारहैं।

इस जगह पर 1931 से पहले तो कोई जाता भी नहीं था। यहां कपी-भार स्थानीय लोग अथवा कुछ चरवाहे ही अपनी भेड़ बकरियों को लेकर ही पहुंच पाते थे। इस जगह की पहचान तब हो सकी जब ब्रिटानी पर्वतारोही फ्रैंक मिस्थ और उनके साथी आर एल होड्सवर्थ अपने कामेट पर्वत के अधियान से लौटने के दौरान रासा

### त्यंग्य ■ बर्बरीक

वाली स्थिति हो जाती है। मेरी भी इच्छा फूलों की घाटी को देखने के बाद गुरुद्वारा शाहिब जी के दर्शन का था पर सम्मुद्र तल से एकाफी ऊँचाई पर होने की जगह से अक्सर वर्फ जमी रहती है और साल में सिर्फ़ तीन महीने ही जाना संभव हो पाता है।

यह घाटी हेमकुंड साहिब के प्रसिद्ध धार्मिक स्थल है। इस जगह के बारे में अनकारी जुराई तो पता चला कि हेमकुंड एक संस्कृत का शब्द है जिसका अर्थ विश्व का (वर्फ) और कुंड (कटोरा) है। इस स्थान पर सिखों के दसवें और अंतिम गुरु श्री गुरु गोविंद सिंह ने अपने पिछले जीवन में ध्यान साधना की थी और वर्तमान जीवन में अवतार

लिया था। हेमकुंड साहिब के पास सप्तऋषि चोटियों स्थित है, जिन पर खलसा पंथ का प्रतीक निशान साहिब पर ध्यज लहरता है। हेमकुंड साहिब ही वह जगह है, जहां पांडु राजा अध्यास बोग करते हैं। इसके अलावा दसम् ग्रंथ में यह कहा गया है कि जब पाण्डु हेमकुंड पहाड़ पर गहरे ध्यान में थे तो ध्यान ने उन्हें सिख गुरु गोविंद सिंह के रूप में यहां पर जन्म लेने का आदेश दिया था।

हेमकुंड साहिब चारों तरफ से ध्यान आपने जगह ने जारी किया है। इस पर ध्यज के साथ-साथ ध्यान के लिए लोकपाल भी कहा जाता है, जिसका अर्थ विश्व का शक्ति होता है। श्री हेमकुंड साहिब गुरुद्वारे के पास ही एक सरोवर है। इस परिव्रत जगह को अमृत सरोवर अथवा अमृत का तालाब कहा जाता है। यह सरोवर लगभग चार सौ गज लंबा और दो सौ गज चौड़ा है। हेमकुंड साहिब के पास ध्यान आपने जगह ने देखा जाए।

हेमकुंड साहिब चारों तरफ से ध्यान आपने जगह ने जारी किया है। इस पर ध्यज के साथ-साथ ध्यान के लिए लोकपाल भी कहा जाता है, जिसका अर्थ विश्व का शक्ति होता है। श्री हेमकुंड साहिब गुरुद्वारे के पास ही एक सरोवर है। इस परिव्रत जगह को अमृत सरोवर अथवा अमृत का तालाब कहा जाता है। यह सरोवर लगभग चार सौ गज लंबा और दो सौ गज चौड़ा है। हेमकुंड साहिब के पास ध्यान आपने जगह ने देखा जाए।

हेमकुंड साहिब के पास ध्यान आपने जगह ने जारी किया है। इस पर ध्यज के साथ-साथ ध्यान के लिए लोकपाल भी कहा जाता है, जिसका अर्थ विश्व का शक्ति होता है। श्री हेमकुंड साहिब गुरुद्वारे के पास ही एक सरोवर है। इस परिव्रत जगह को अमृत सरोवर अथवा अमृत का तालाब कहा जाता है। यह सरोवर लगभग चार सौ गज लंबा और दो सौ गज चौड़ा है। हेमकुंड साहिब के पास ध्यान आपने जगह ने देखा जाए।

हेमकुंड साहिब के पास ध्यान आपने जगह ने जारी किया है। इस पर ध्यज के साथ-साथ ध्यान के लिए लोकपाल भी कहा जाता है, जिसका अर्थ विश्व का शक्ति होता है। श्री हेमकुंड साहिब गुरुद्वारे के पास ही एक सरोवर है। इस परिव्रत जगह को अमृत सरोवर अथवा अमृत का तालाब कहा जाता है। यह सरोवर लगभग चार सौ गज लंबा और दो सौ गज चौड़ा है। हेमकुंड साहिब के पास ध्यान आपने जगह ने देखा जाए।

हेमकुंड साहिब के पास ध्यान आपने जगह ने जारी किया है। इस पर ध्यज के साथ-साथ ध्यान के लिए लोकपाल भी कहा जाता है, जिसका अर्थ विश्व का शक्ति होता है। श्री हेमकुंड साहिब गुरुद्वारे के पास ही एक सरोवर है। इस परिव्रत जगह को अमृत सरोवर अथवा अमृत का तालाब कहा जाता है। यह सरोवर लगभग चार सौ गज लंबा और दो सौ गज चौड़ा है। हेमकुंड साहिब के पास ध्यान आपने जगह

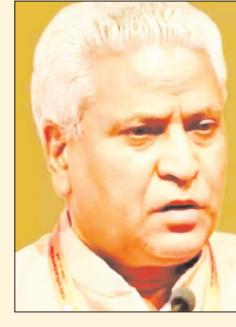






# सामाजिक समरक्षता और नारी भावना के उच्चतम सम्मान का अद्भुत प्रसंग

# ANALYSIS



 रामलाल

भक्त शिरोमणि शबरी वनवासी भील समाज से थीं। फिर भी मातंग ऋषि के गुरु आश्रम की उत्तराधिकारी बनी। रामजी ने उनके जूठे बेर खाये। यह कथा भारतीय समाज की उस आदर्श परंपरा का उदाहरण है कि व्यक्ति को पद, स्थान और सम्पादन उसके गुण और योग्यता से मिलता है जन्म या जाति से नहीं। भक्त शिरोमणि शबरी का जन्म फाल्गुन कृष्ण पक्ष सप्तमी को हुआ था। इस वर्ष यह तिथि दो मार्च को है। उनका जन्म त्रेतायुग अर्थात् रामायण काल में हुआ था। इस काल खंड की अवधि पर भारतीय वाइमय के आकलन और पश्चिम जगत की गणना में जीवन आसमान का अंतर है, इसलिये यह नहीं कहा जा सकता कि माता शबरी का जन्म किस सन-संवत में हुआ था। यह कथा बाल्मीकि रामायण और तुलसीकृत रामचरित मानस के अरण्य काण्ड में है। इसके अतिरिक्त पद्म पुराण सहित कुछ अन्य ग्रंथों में हैं। इसलिये माता शबरी की कथा के यथार्थ पर संदेह करने का प्रश्न नहीं उठता। यह कथानक केवल किसी घटना या रामायण काल के पात्र का विवरण भर नहीं है। यह प्रसंग सफलता प्राप्त करने के लिये समर्पण और एकाग्रता का संदेश देता है। देवि शबरी का समर्पण गुरु सेवा में भी है और राम भक्ति में भी है। इसके साथ शबरी कथा में भारतीय समाज जीवन की व्यवस्था का यह दर्शन भी मिलता है कि भारतीय समाज जीवन में किसी को सम्मान या स्थान जन्म और जाति के आधार पर नहीं मिलता अपितु उसके लिये गुण, कर्म और योग्यता आवश्यक है। योग्यता के आधार पर ही देवि शबरी ऋषि आश्रम की प्रमुख बनीं। उनका जन्म वनवासी भील समाज में हुआ था। जीवन की कुछ घटनाओं से उनके मन में संसार के प्रति विरक्ति का भाव जागा और योग गुरु की खोज में निकल पड़ीं। गुरु की खोज करते-करते वे मातंग ऋषि के आश्रम पहुँची। उन्हें आश्रम के भीतर जाने में संकोच हुआ तो उन्होंने आश्रम से बाहर रहकर ही गुरु सेवा का संकल्प लिया। वे उस मार्ग की सफाई करने लगीं जिस मार्ग से ऋषि प्रतिदिन ब्रह्म मुहर्त में स्नान के लिये जाते थे। इसके साथ वे जंगल में लकड़ियाँ लाकर आश्रम में पहुंचाने लगीं। मातंग ऋषि को यह जानने की जिज्ञासा हुई कि कौन से जो यह सेवा कर रहा है। शिष्यों ने खोजा और देवि शबरी को ऋषि के सामने लाये। प्रसन्न होकर मातंग ऋषि ने देवी शबरी को अपने आश्रम में स्थान दिया। देवी शबरी ने अपना जीवन गुरु सेवा में अर्पित कर दिया। ऋषि सेवा करतीं और उनके प्रवचन सुनकर प्रभु भक्ति में लीन हो जातीं। उनकी लगन और समर्पित सेवा ने उन्हें पूरे आश्रम में विशिष्ट बना दिया। महर्षि मातंग इतने प्रभावित हुये कि वे जब अपना शरीर त्यागने लगे तो उन्होंने देवि शबरी को ही अपने आश्रम का उत्तराधिकारी बनाया। अर्थात् वनवासी समाज में जन्मी स्त्री महर्षि मातंग आश्रम की उत्तराधिकारी बनीं। देवी शबरी ने ऋषि आश्रम में अपना महत्व अपनी सेवा और समर्पण से बनाया था न कि अपने

# नए युग का ऐतिहासिक शुभारंभ

22 जनवरी 2024 को अयोध्या की प्राचीन नगरी में एकता, श्रद्धा, भक्ति और समरसता का अविमरणीय संगम देखा गया। जहां देश के प्रत्येक कोने से, भिन्न-भिन्न पृष्ठभूमियों से, सहस्रों राम-भक्त भव्य राम मदिर में श्री रामलला की प्राण प्रतिष्ठा के साक्षी बनने के लिए एकत्र हुए। श्री रामलला के आगमन के नाद से भारत वर्ष में ही नहीं, अपितु सम्पूर्ण विश्व में एक नवोत्साह की लहर का संचार हुआ। भारत के इतिहास में इस तरह का भव्य आयोजन कदाचित ही हुआ होगा, जिसमें सूक्ष्म स्तरीय योजना एवं वृहद् स्तरीय समायोजन का अनेकों मेल देखने को मिला। अयोध्या में भारत और सनातन सभ्यता की प्रत्येक ध्वनि, प्रत्येक भावना और प्रत्येक परम्परा को प्रभु श्रीराम के छत्र में प्रतिष्ठाया मिली। लक्ष्मीप और अंडमान के एकांत द्वीपों से लदाख के सुदूर पर्वतों तक, मिजोरम एवं नागार्भुमि के हरित वनों से लेकर मरभूमि की रेत तक, भारत के 28 राज्य एवं आठ केंद्रशासित प्रदेश इस महा-आयोजन के साक्षी बने और भारत की सभी भाषाओं ने कहा की 'राम सभी के हैं।' सितम्बर, 2023 से ही निर्मितियों की सूची बनाने से लेकर उनको बुलाने की व्यवस्था का चिंतन प्रारम्भ हो गया था सभी को निर्मंत्रण देने का क्रम डिजिटल पत्राचार से प्रारम्भ हुआ, जिसके बाद सभी निर्मितियों को राष्ट्र के सुदूर क्षेत्रों में जाकर भी व्यक्तिगत रूप से निर्मंत्रण दिए गए। अंतः: सभी निर्मितियों को एक व्यक्तिगत कोड दिया गया। कार्यक्रम का स्वरूप पूर्णतयः धार्मिक, आध्यात्मिक और सामाजिक रखा गया। इस हेतु सभी राष्ट्रीय और प्रांतीय दलों के राष्ट्रीय अध्यक्षों और गृह प्रदेश के मुख्यमंत्री के अतिरिक्त किसी

त्री को  
प दिन  
में यह  
था।  
रुपये  
दान  
वर्गों  
और  
उद्धम  
131  
नवीन  
ओं का  
सभी  
दासी,  
आर्य  
पारसी  
कृष्ण  
बंजारा  
रोखा,  
प्रमुख  
थी।  
जन-  
(ठड़ों  
गा भी  
त-पंथ  
का भी  
49 में  
लेने  
नव्यर  
मब्डुल  
थी,  
पर्मित्र  
विरुद्ध  
रार के  
यों के  
गा गया  
न का  
इस  
क्लॉक्स के  
पम्भूमि  
भागी  
योजन  
की  
साथ  
भी इस  
भारत  
नेनाओं

के सेवानिवृत्त सेनाध्यक्ष और परमवीर चक्र विजेता भी यहां थे और भारत को चंद्रमा तक ले जाने वाले इसरों के वैज्ञानिकों से लेकर भारतीय कोविड-वैक्सीन बनाने वाले वैज्ञानिक भी यहां थे। उच्चतम न्यायालय के तीन पूर्व मुख्य न्यायाधीश सहित अनेक पूर्व न्यायाधीश, सेवानिवृत्त प्रशासनिक पुलिस एवं अन्य अधिकारी, विभिन्न देशों में रहे भारत के राजदूतों से लेकर बुद्धिजीवी, शिक्षाविद, नोबेल पुरस्कार, भारत रत्न, पद्म विभूषण, पद्म भूषण, पद्म श्री और मैस्टर्स पुरस्कार के साथ साथ साहित्य अकादमी पुरस्कार से सम्मानित महानुभाव भी सम्मिलित हुए। प्रख्यात अधिवक्ता, चिकित्सक, सीए, समाचार पत्रों और टीवी चैनल्स के संचालक/सम्पादक, प्रख्यात सोशल-मीडिया इंफल्युएंसर्स आदि के साथ साथ देश के बड़े औद्योगिक परिवार भी इस कार्यक्रम में उपस्थित थे। भारत के प्रमुख राज परिवारों के सदस्यों से लेकर अनेक खेलों में भारत का प्रतिनिधित्व करने वाले खिलाड़ी, चित्रकारी, शिल्पकारी, गायन, लेखन-साहित्य, वादन, नृत्यकला आदि ललित कलाओं के कलाकार, हिंदी, कन्नड़, मलयालम, तमिल, तेलुगु, मराठी, गुजराती, बंगाली, ओडिया, असमिया, भोजपुरी, पंजाबी एवं हरियाणवी फिल्म उद्योग की अनेक हस्तियां भी इस आयोजन में सम्मिलित हुईं। 53 देशों से आये 150 प्रतिनिधि भी इस समारोह में सम्मिलित हुए। मुख्य पूजा में 15 यजमान बैठे थे, जिनमें सभी जातियों-वर्गों (सिख, जैन, नववाहन, निषाद समाज, वाल्मीकि समाज, जनजाति समाज, घुमटू जातियां आदि) और भारत की सभी दिशाओं (उत्तर, दक्षिण, पूर्व, पश्चिम, उत्तर-पूर्व) से आए व्यक्तियों का प्रतिनिधित्व था। इन सभी की मंच पर ही बैठने की व्यवस्था थी। देश का पोषण एवं विकास करने वाले किसान और मजदूर बंधुओं के साथ सहकारिता और ग्राहक संगठनों के प्रतिनिधि भी यहां उपस्थित थे। एल ऐंड टी व टाटा समूह के अधिकारी, अभियंता और श्रमिक भी यहां उपस्थित थे। जिन श्रमिकों ने प्रभु श्रीराम के मंदिर के निर्माण को आकार दिया, प्रधानमंत्री जी ने स्वयं उन पर पुष्प-वर्षा करके उनका अभिनंदन किया। संघ और विश्व हिंदू परिषद के अनेक प्रबंधक कार्यक्रमों से लेकर संघ के पूजनीय सरसंचालक माननीय श्री मोहन भागवत और भारत के यशस्वी प्रधानमंत्री माननीय श्री नरेंद्र मोदी जी ने भी इस कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई। श्री रामलला प्रतिष्ठित हुए हैं तो सभी देवी-देवताओं ने भी उपस्थित होकर अपना आशीर्वाद अवश्य ही दिया होगा। श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट के आग्रह पर जहां विश्व हिंदू परिषद के सैकड़ों कार्यकर्ता दिन-रात लगे थे, वहां ट्रस्ट के ही आग्रह पर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ व अन्य कई स्थानीय स्वयंसेवी संगठनों के अनेक कार्यकर्ता इस आयोजन की व्यवस्था में थे। उनके प्रबंधन के अनुभव का लाभ सूक्ष्म दृष्टि से व्यवस्था के चिंतन में हुआ। जिसका अनुभव वहाँ आए प्रत्येक रामभक्त को हो रहा था। चाहे स्वागत हो, चाहे बैटरी चालित वाहन, चाहे व्हील चेयर की व्यवस्था हो, चाहे पदवेश उतारने की व्यवस्था। सभी के जूते स्वयंसेवी संस्था के प्रमुख लोग अपने हाथों से उतार कर रख रहे थे और लौटने पर पहना भी रहे थे। लघुशंकालयों के बाहर भी चप्पलों की व्यवस्था थी। सभी कुछ सूक्ष्म चिंतन करके तैयार किया गया था। अयोध्या के नागरिक और प्रशासन भी ट्रस्ट के साथ समन्वय करते हुए अयोध्या को संवारने में लग गए। अयोध्यावासी सामान्य-जन के लिए यह एक कौतूहल का विषय था कि कैसे 4 माह में अयोध्या नगरी का स्वरूप सहस्र परिवर्तित हो गया। भक्त-जन, पूज्य साधु संत और अनेक महानुभावों की सुरक्षा भी एक महत्वपूर्ण विषय था, जो कि स्थानीय प्रशासन, पुलिस और अन्य सुरक्षा दलों के बिना सम्भव नहीं था। उत्तर प्रदेश और अयोध्या पुलिस के सहयोग पूर्ण, मित्रवत व्यवहार से सभी प्रभावित हुए। उसी का परिणाम था कि इतना बड़ा कार्य सरलता से निर्विघ्न व यशस्विता के साथ सम्पन्न हुआ। सभी के साथ प्रभु श्री राम का आशीर्वाद तो था ही। तीन दिनों में अयोध्या में बिना किसी राजनैतिक या व्यावसायिक आयोजन के 71 निजी विमान गतिमान हुए। लखनऊ तथा अयोध्या के विमानताल एवं लखनऊ, अयोध्या, काशी, गोरखपुर, गोंडा, सुल्तानपुर, प्रयागराज आदि रेल-स्टेशनों पर केसरिया पटके के साथ स्वगत एवं यातायात की पूर्ण व्यवस्था की गई। विभिन्न उपस्थित लोगों की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए, सभी के लिए आवास व्यवस्था सावधानीपूर्वक तैयार की गई थी। टेंट सिटी, होटल, आश्रम, धर्मसाला सहित कुछ विद्यालयों तथा 200 स्थानीय परिवारों में रुकने की व्यवस्था की गयी थी। सम्पूर्ण अयोध्या 'राम आएं' गीत की ध्वनि से गुंजायमान थी। अयोध्या की गलियों में सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आनंद देर रात्रि तक सभी ने लिया।

# विपक्ष जनभावना को समझने में विफल

कहानी को प्रचारित कर पूरे गांव को बदनाम किया जाए। विदेशी विचारकों ने अपनी सत्ता को मजबूत बनाने के लिये ऐसी कूटरचित घटनाओं का उल्लेख किया और समाज को बांटने का पद्धयंत्र किया। वह जन मानस में कुछ इस प्रकार बैठा कि बड़ी संख्या में भारतीय जन जन्म और जाति आधार को ही मुख्य मानने लगे। ऐसी तमाम साहित्य रचना मध्यकाल में ही हुई। यदि भारत में वनवासी समाज को हेय समझा जाता या स्त्री को शिक्षा से वर्चित रखा जाता तो न देवी शबरी को ऋषि आश्रम में रहने का स्थान मिलता और न ऋषि आश्रम की उत्तराधिकारी बनती। वेदों की ऋषिकाई, ऋषि आश्रम की गुरु माताएँ ही नहीं, भारत में शिक्षा प्रमुख कोई देवता नहीं देवी सरस्वती हैं। मातंग ऋषि त्रिकाल दर्शी थे। वे जानते थे कि अयोध्या में भगवान नारायण का अवतार होने वाला है और वे इसी मार्ग से निकलेंगे। महर्षि मातंग ने यह रहस्य भी केवल देवी शबरी को ही बताया था और देवी शबरी भक्ति में डूबकर रामजी की बाट जोहने लगीं। वर्षों तक राह देखी। तब उनकी साध पूरी हुई और जब रामजी आये तो वे विहल हो उठीं। इतनी विहल कि अतिथि सम्मान की सभी औपचारिकता ही भूल गईं। दौड़ कर ताजा बेर तोड़ कर लाइं। कोई खट्टा बेर प्रभु के मुँह का स्वाद न बिगाड़ दे, यह सोचकर एक एक बेर चखकर खिलाने लगीं। रामजी भी भक्ति विभोर होकर जूरे बेर भी स्वाद से खाने लगे। रामजी देवी शबरी के आश्रम में जाने से पहले महर्षि अत्रि के आश्रम भी गये थे, जहाँ देवी अनुसुइया ने माता सीता को उपदेश किया था। माता अनुसूड्या उपदेश करती हैं और देवी शबरी ऋषि आश्रम की प्रमुख हैं। रामायण काल के इन दोनों प्रसांगों में यह स्पष्ट संदेश है कि भारतीय समाज में नारी आश्रम प्रमुख भी रही हैं और उपदेशकर्ता भी हैं। रामायण काल में भील वनवासी समाज में जन्मी देवी शबरी को ही आश्रम और भक्ति में उच्च स्थान नहीं मिला।

शीर्ष नेतृत्व चुप्पी साथे हुए था जिससे कई नेताओं ने बगावती तेवर दिखाए तो कुछ असंतोष की आग को मन में दबा कर बैठे रहे। और अब राज्यसभा चुनाव के मौके पर वे खुलकर पार्टी नेतृत्व के खिलाफ खड़े हो गए। राज्यसभा चुनाव में क्रॉस वोटिंग कोई अनोखी बात नहीं है। आज तक राज्यसभा का शायद ही कोई चुनाव हुआ हो जिसमें विधायकों ने अपनी पार्टी के नेतृत्व की अनदेखी करके किसी अन्य दल के उम्मीदवार की मदद न की हो। यह मदद परिस्थितियों के आधार पर तीन प्रकार से की जाती है एक तो विधायक अपना मत सीधे तौर पर विरोधी दल के उम्मीदवार को दे देते हैं, दूसरे वे मतदान में भाग ही नहीं लेते और तीसरे तरीके में वोट तो डालते हैं लेकिन इस तरह कि उनका वोट खारिज हो जाए। तीसरा ज्यादा सुरक्षित तरीका है क्योंकि इसे विधायक की गलती मानकर अनदेखा किया जा सकता है। हाल ही में हुए राज्यसभा के चुनाव में भी माना जा रहा था कि

वले के करेंगे नेपटने गोपकर प्रदेश देश में हैं की। यसभा यसभा पापा के टर्टी के जिताने वाल आठवें सेठ रय हवां दिया। पुराने पापा के यादव अखिया उनके थे। धर्मरण शशाली सेठ ने भाजपा का दामन थाम लिया था समाजवादी पार्टी के नेताओं बीच उनकी अच्छी पैठ है। ऐसे जब भाजपा ने आठवें उम्मीदवार के तौर पर उन्हें चुनाव मैदान उतारा अखिलेश यादव को तज्यादा सतर्क होकर अपरणनीति तैयार करनी चाहिए था मतदान से एक दिन पहले समुखिया के रात्रिभोज से नदारहकर आठ विधायकों ने अपरंपांशा साफ कर दी थी। इनमें से छविधायकों ने भाजपा उम्मीदवार पक्ष में वोट डाला जबकि अमेरिकी विधायक महाराजी प्रजापति मतदान से दूर रहकर भाजपा उम्मीदवार की मदद की। गलतरीके से वोट डालने के कारण बरेली के भोजीपुरा से सात विधायक शहजिल इस्लाम अंसार का वोट अमान्य कर दिया गय सबसे ज्यादा हैरान करने वाला चुनाव हिमाचल प्रदेश में देखेने वाला मिला। यहां से एक राज्यसभा सदस्य का चुनाव किया जाना था यहां 68 में से 40 विधायक कांग्रेस के, 25 भाजपा और तीन

2022 में कांग्रेस छोड़कर भाजपा की सदस्यता हासिल कर ली थी। भाजपा की ओर से उनकी उम्मीदवारी की घोषणा होते ही उनके पक्ष में कॉस वोटिंग की उम्मीद जताई जा रही थी। लेकिन विधायकों की संख्या में भारी अंतर होने की वजह से उनकी जीत की संभावना कम दिखाई दे रही थी। कांग्रेस नेतृत्व की नाकामी का अंदाजा इसी से लगाया जा सकता है कि हिमाचल प्रदेश के मुख्यमंत्री सुखियंदर सिंह सुक्खु अपने विधायकों के अपहरण का हरियाणा पर आरोप मढ़ रहे थे। किसी राज्य की पुलिस और खुफिया तंत्र के लिए इससे ज्यादा शर्मनाक और क्या हो सकता है। अगर इस घटना का किसी आरंकवादी समूह ने अंजाम दिया होता तो क्या यह घटना इतनी ही सामान्य तौर पर ली जाती। राज्यसभा चुनाव में कॉस वोटिंग सिर्फ भाजपा के पक्ष में ही नहीं हुई, भाजपा के खिलाफ भी उसके समर्थक विधायकों ने विरोधी दल के उम्मीदवार को अपना मत दिया।

# پاکستان کو ہیوانوں نے بنایا

सामने आए। रिपोर्ट से साफ है कि इन बच्चों का यौन शोषण ही नहीं किया गया, बल्कि उन्हें अपहरण कर बाल विवाह के दोजख के दावानल में झोंक दिया गया। साल 2023 में इस नरक से 2,251 लड़कियों और 1962 लड़कों को गुजराना पड़ा। इनमें से अधिक संख्या 6-15 वर्ष आयु वर्ग के बच्चों की है। हद तो यह है कि हैवानों ने पांच वर्ष तक के बच्चों की आबरू पर डाका डाला। ऐसा करने में रिश्तेदार और परिवार के सदस्य भी पीछे नहीं रहे। आयोग की चेयरपरसन राबिया जावेरी आगा का कहना है कि आंकड़े डराने हैं। कुल 4,213 रिपोर्ट किए गए मामलों में से 75 फीसद पंजाब से, 13 फीसद सिंध से, सात प्रतिशत इस्लामाबाद राजधानी क्षेत्र से, तीन प्रतिशत खेड़े खान राजधानी से हैं। आगा ने कहा, "हमें बाल शोषण के मुद्दे को गंभीरता से लेना होगा।" "साहिल" के अंकड़े वास्तव में क्रूर हैं, लेकिन एक वास्तविकता है जिसका सामना करना होगा। चिंताजनक आंकड़ों के द्वारा, यह दुखद है कि प्रश्न सरकार के पास अभी शोषण पर कोई अभियान राष्ट्रीय कार्ययोजना नहीं है। "साहिल" की कार्यकारी तकनीकी मिशन जेन बानो ने कहा, "पाकिस्तान के संविधान अनुच्छेद 25-ए 5 से 1 तक मुफ्त शिक्षा प्रदान करना है बच्चों की शिक्षा सुनिश्चित के लिए इसे लागू किया चाहिए। जीवन कोशल और शिक्षा प्रदान करने वेळे पाठ्यक्रम में सुधार करना जरूरत है द्वारा "साहिल" द्वारा रिपोर्ट राष्ट्रीय और समाचार पत्रों की खबर आधार पर तैयार की है। यह रही बात बच्चों के साथ आओ-सितम की। पाकिस्तान अल्पसंख्यक भी महफूज़ हैं, पिछले साल जस्ट अर्थ में मसले पर एक रिपोर्ट छोड़ दी गई है। इस रिपोर्ट में पाकिस्तान

हमें इन देखते रुस्तान बाल पूचित है।" देशक कि में साल ता है। करने जाना धारित लिए सख्त ने यह विशेषत्रीयों के वह तो जुल्म-न में ही हैं। ज इस थी। हिंदू

अल्पसंख्यक समूह के खिलाफ बढ़ते अपराधों का विश्वेषण किया गया। रिपोर्ट में सरकारी रवैये पर चिंता जताते हुए दावा किया गया था कि हिंदू अल्पसंख्यकों व जबरन धमातरण से बचाने लिए जबरन बातचीत निषेध अधिनियम 2021 का मरम्मान कानून पर सुनवाई के बिना खारिज कर दिया गया। जस्त अन्यूज ने अपनी रिपोर्ट में दावा किया कि पाकिस्तान में कम उम्र की लड़कियों को अगवा व उनके साथ दुष्कर्म करने और धरपरिवर्तन कराने की प्रथा आम गई है। मीडिया, नागरिक समाज और मानवाधिकार समूह ऐसे अपराध की उपेक्षा करते व्यापक ये लड़कियां नियमार्थिक और अल्पसंख्यक समुदायों से होती हैं। रिपोर्ट 2022 में फैसलाबाद में एक वर्षीय ईसाई लड़की के साथ ही ऐसी घटना का जिक्र किया गया, नागरिक समाज और मानवाधिकार समूह को कठघरे खड़ा किया गया था।

## सिर पर छत का हक

लखनऊ के अकबरनगर की अवैध कॉलोनियों को ढहाएँ जाने संबंधी इलाहाबाद हाईकोर्ट के आदेश के विरुद्ध दायर याचिका की सुनवाई के दौरान सुप्रीम कोर्ट की इस टिप्पणी के गहरे अर्थ हैं कि सिर के ऊपर छत लोगों का मूलभूत अधिकार है। देश की पिछली जनगणना के आंकड़ों के आलोक में इस टिप्पणी का मानवीय महत्व कहीं बेहतर समझा जा सकता है। साल 2011 की जनगणना ने हमें बताया था कि देश में 17.5 लाख से अधिक लोगों के पास छत नहीं है। सर्दी, गरमी और बरसात में वे फुटपाथों पर जीने को मजबूर हैं। पिछले 13 वर्षों में यह आंकड़ा घटा या बढ़ा इसका पुख्ता प्रमाण तो हमें अगली जनगणना से ही मिलेगा। निःसंदेह, सरकारें इस समस्या से गाफिल नहीं हैं, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का सभी बेघरों को पक्की छत मुहैया कराने का संकल्प इसकी तस्वीक करता है। इस मामले में प्रयास भी हो रहे हैं, मगर विडंबना यह है कि एक तरफ निर्माण की कवायद हो रही है, तो दूसरी ओर जगह-जगह अवैध बस्तियों के ढहाएँ जाने से कई परिवार बेघर भी हो रहे हैं। ऐसे में, शीर्ष अदालत का यह कहना बिल्कुल वाजिब है कि किफायती दर पर घर मुहैया कराने में सरकारी नीतियों की नाकामी ने अवैध बस्तियों का विस्तार किया है। यह किसी एक प्रदेश या शहर की बात नहीं है, देश के तमाम महानगरों और छोटे-बड़े शहरों के सामने अवैध कॉलोनियों की गंभीर समस्याएँ हैं। जाहिर है, ये रातोंरात नहीं उग आईं। स्थानीय रसूखदारों और सरकारी अधिकारियों की सांठगांठ ने इनका विस्तार किया है। फिर इनमें से कई तो दशकों पुरानी हैं। कहने की आवश्यकता नहीं, ऐसी बस्तियों को खाली कराते समय अतिरिक्त संवेदनशीलता बरती जानी चाहिए। विस्थापित होने वाले लोग देश के ही नागरिक हैं और उन्हें विकल्प मुहैया कराने का दायित्व भी तंत्र का ही है।

# हुंडई आई20 एन लाइन की लाइंग की तैयारी

-मार्केट पर कब्जा जमाने आ रही नई कारे

नई दिली ।

हुंडई कंपनी की आई20 एन लाइन एस्यूवी इस साल भारत में लॉन्च करने की तैयारी चल रही है नई हुंडई आई20 एन लाइन को खुलासा हाल ही में लॉन्चबल मार्केट में किया गया है और अब उमीद है कि कंपनी बहुत जल्द इसे भारत में लॉन्च करेगी।

हुंडई आई20 एन लाइन को पिछले साल सितंबर में लॉन्च किया गया था तब से ही यह परफॉर्मेंस की चाह रखने वालों को खूब पसंद हो रही है। 2024 आई20 एन लाइन में क्या खास

होने वाला है? आइए जानते हैं जिसे प्रिपेट्स के मुताबिक, 2024 आई20 एन लाइन अपने पी के सलिपट वर्जन के सुकाबले किया गया है, जिसमें लुपें ग्रे पर्स, अधिक स्पोर्टी डिजाइन और एडवांस फीचर्स के साथ आएगी। अप्रैल में आई20 एन लाइन में नया स्पोर्टी फंट और रियर बंपर कि कंपनी बहुत जल्द इसे भारत में लॉन्च करेगी।

इसके अलावा नए डिजाइन के रेडिएटर ग्रिल पर एन लाइन बैंजिंग भी रखने के मिलेंगे। यह कार नए डिजाइन के 17-इंच डियर्मंड कट सिस्टम से लैस होगी।

नई आई20 एन लाइन को 1.0 लीटर टर्बो चार्ड प्रेट्रेल इंजन दिया

क्रोम एग्जॉस्ट भी दिया जाएगा। म्होबल मार्केट में नई आई20 एन लाइन का चार नए रंगों में पेश किया गया है, जिनमें लुपें ग्रे पर्स, भेटा ब्लू पर्स, वाइटेंट ब्लू पर्स और लुसिड लाइम मैटेलिक शामिल होंगा।

यह कार मोबाइल कनेक्टिविटी के साथ टचस्क्रीन इफोटेनमेंट सिस्टम, मल्टी कंलर एम्बिएंट लाइटिंग, सिंगल पैन सनरूफ, बारबलेस चार्जर, फूल डिजिटल इंस्ट्रमेंट क्लस्टर और बोस साउंड सिस्टम से लैस होगी।

इसके अलावा नए डिजाइन के

रेडिएटर ग्रिल पर एन लाइन बैंजिंग भी रखने के मिलेंगे। यह कार नए डिजाइन के 17-इंच डियर्मंड कट अंतिय लाइस के साथ आएगी।

नई आई20 एन लाइन को 1.0 लीटर टर्बो चार्ड प्रेट्रेल इंजन दिया

जाएगा। यह इंजन 6 स्पोड मैनुअल और 7 स्पीड डीसीटी गियरबॉक्स से जुड़ा होगा।

यह इंजन 118 बीएचपी की पीक पॉवर और 172 एनएम का मैक्सिमम टॉर्क जनरेट करने में सक्षम होगा।

यह कार मोबाइल कनेक्टिविटी

के साथ टचस्क्रीन इफोटेनमेंट सिस्टम, मल्टी कंलर एम्बिएंट लाइटिंग, सिंगल पैन सनरूफ, बारबलेस चार्जर, फूल डिजिटल इंस्ट्रमेंट क्लस्टर और बोस साउंड सिस्टम से लैस होगी।

अब कंपनी इस कार को 2024 वर्जन में लैस होगी।

नई आई20 एन लाइन को 1.0 लीटर टर्बो चार्ड प्रेट्रेल इंजन दिया

जाएगा। यह इंजन 6 स्पोड मैनुअल

और 7 स्पीड डीसीटी गियरबॉक्स से जुड़ा होगा।

यह इंजन 118 बीएचपी की

पीक पॉवर और 172 एनएम का

मैक्सिमम टॉर्क जनरेट करने में

सक्षम होगा।

यह कार मोबाइल कनेक्टिविटी

के साथ टचस्क्रीन इफोटेनमेंट

सिस्टम, मल्टी कंलर एम्बिएंट

लाइटिंग, सिंगल पैन सनरूफ,

बारबलेस चार्जर, फूल डिजिटल

इंस्ट्रमेंट क्लस्टर और बोस साउंड

सिस्टम से लैस होगी।

अब कंपनी इस कार को 2024

वर्जन में लैस होगी।

नई आई20 एन लाइन को 1.0

लीटर टर्बो चार्ड प्रेट्रेल इंजन दिया

जाएगा। यह इंजन 6 स्पोड मैनुअल

और 7 स्पीड डीसीटी गियरबॉक्स से जुड़ा होगा।

यह इंजन 118 बीएचपी की

पीक पॉवर और 172 एनएम का

मैक्सिमम टॉर्क जनरेट करने में

सक्षम होगा।

यह कार मोबाइल कनेक्टिविटी

के साथ टचस्क्रीन इफोटेनमेंट

सिस्टम, मल्टी कंलर एम्बिएंट

लाइटिंग, सिंगल पैन सनरूफ,

बारबलेस चार्जर, फूल डिजिटल

इंस्ट्रमेंट क्लस्टर और बोस साउंड

सिस्टम से लैस होगी।

अब कंपनी इस कार को 2024

वर्जन में लैस होगी।

नई आई20 एन लाइन को 1.0

लीटर टर्बो चार्ड प्रेट्रेल इंजन दिया

जाएगा। यह इंजन 6 स्पोड मैनुअल

और 7 स्पीड डीसीटी गियरबॉक्स से जुड़ा होगा।

यह इंजन 118 बीएचपी की

पीक पॉवर और 172 एनएम का

मैक्सिमम टॉर्क जनरेट करने में

सक्षम होगा।

यह कार मोबाइल कनेक्टिविटी

के साथ टचस्क्रीन इफोटेनमेंट

सिस्टम, मल्टी कंलर एम्बिएंट

लाइटिंग, सिंगल पैन सनरूफ,

बारबलेस चार्जर, फूल डिजिटल

इंस्ट्रमेंट क्लस्टर और बोस साउंड

सिस्टम से लैस होगी।

अब कंपनी इस कार को 2024

वर्जन में लैस होगी।

नई आई20 एन लाइन को 1.0

लीटर टर्बो चार्ड प्रेट्रेल इंजन दिया

जाएगा। यह इंजन 6 स्पोड मैनुअल

और 7 स्पीड डीसीटी गियरबॉक्स से जुड़ा होगा।

यह इंजन 118 बीएचपी की

पीक पॉवर और 172 एनएम का

मैक्सिमम टॉर्क जनरेट करने में

सक्षम होगा।

यह कार मोबाइल कनेक्टिविटी

के साथ टचस्क्रीन इफोटेनमेंट

सिस्टम, मल्टी कंलर एम्बिएंट

लाइटिंग, सिंगल पैन सनरूफ,

बारबलेस चार्जर, फूल डिजिटल

इंस्ट्रमेंट क्लस्टर और बोस साउंड

सिस्टम से लैस होगी।

अब कंपनी इस कार को 2024

वर्जन में लैस होगी।

नई आई20 एन लाइन को 1.0

लीटर टर्बो चार्ड प्रेट्रेल इंजन दिया

जाएगा। यह इंजन 6 स्पोड मैनुअल

और 7 स्पीड डीसीटी गियरबॉक्स से जुड़ा होगा।

यह इंजन 118 बीएचपी की

पीक पॉवर और 172 एनएम का

मैक्सिमम टॉर्क जनरेट करने में

सक्षम होगा।

यह कार मोबाइल कनेक्टिविटी

के साथ टचस्क्रीन इफोटेनमेंट

सिस्टम, मल्टी कंलर एम्बिएंट

लाइटिंग, सिंगल पैन सनरूफ,

बारबलेस चार्जर, फूल डिजिटल

इंस्ट्रमेंट क्लस्टर और बोस साउंड

सिस्टम से लैस होगी।

अब कंपनी इस कार को 2024

वर्जन में लैस होगी।

नई आई20 एन लाइन को 1.0

लीटर टर्बो चार्ड प्रेट्रेल इंजन दिया

जाएगा। यह इंजन 6 स्पोड मैनुअल

और 7 स्पीड डीसीटी गियरबॉक्स से जुड़ा होगा।



अगर तुम अपनी हँबी को पूरे मन से करोगे और उसके बारे में और जानने-सीखने का प्रयास करोगे तो तुम्हें इसका काफी फायदा होगा। अगर तुम्हारी कोई हँबी नहीं है तो आज बना लो। कैसे बनाओगे हँबी और इसके फायदों के बारे में जानते हैं



### लेखन

लिखना एक बेहतरीन हँबी है। लिखते समय तुम्हारी कल्पना कहीं भी जा सकती है। तुम यह न सोचना कि लिखने के लिए तुम्हारी उम्र अभी कम है। तुमने सुना ही होगा कि पाकिस्तान की मलाला यूसुफजई सबसे कम उम्र की है, जिसे नोबल शांति पुरस्कारों के लिए नामित किया गया है। जानते हो, उसने 11 साल की उम्र में ही डायरी लिखना शुरू कर दिया था। वह नाम बदलकर बीबीसी के लिए ल्लॉग भी लिखती थी। लिखने के इसी शैक्षणिक और हौसले ने उसे पूरी दुनिया में मशहूर कर दिया। तुम भी एक डायरी बनाओ और जो मन में है, उसे वैसा ही कागज पर उतार दो। हर रविवार को उस डायरी को पढ़ो, कृष्ण दिन बाद तुम खुद ही हैरान रह जाओगे कि क्या यह सब तुमने लिखा है।

### मम्मी-पापा के लिए टिप्स...

बाल मनोवैज्ञानिकों के अनुसार, जिन बच्चों की कोई हँबी नहीं होती उनमें आत्मविश्वास की कमी होती है। माता-पिता को भी अपने बच्चों को कोई हँबी विकसित करने में सहायता करनी चाहिए। बच्चा जिस भी चीज को मन से करे, उसे वह करने की प्रेरणा देनी चाहिए।

### हँबी के हैं कई फायदे...

- पढ़ाई के बाद वह समय का सही इस्तेमाल कर पाओगे।
- बड़े होने पर करियर बनाने में मदद मिलेगी।
- एकिटर रहेंगे, दूसरे बच्चों से घुसोगे-मिलोगे, क्रिएटिविटी बढ़ेंगी।
- यह आत्मविश्वास बढ़ाती है।
- हँबी से रचनात्मकता बढ़ती है, कुछ नया जानने-करने की प्रेरणा मिलती है।

# हँबी तो होनी ही चाहिए

हर बच्चे की कम से कम एक हँबी होना बहुत जरूरी है। अगर तुम्हारी कोई हँबी नहीं है तो गर्भियों की इन छुट्टियों में कोई हँबी चुना। हँबी का मतलब है ऐसा काम, जिसे करने में तुम्हें मजा आए, जिसके बारे में तुम नृत्य, गायन, संगीत, पैटिंग, स्पोर्ट्स, राइटिंग आदि में से किसी को भी चुन सकते हो।

### इन्हें बना सकते हो हँबी

डांस - डांस करना एक अच्छी हँबी है। इससे आत्मविश्वास, अनुशासन सीखते हैं। जिन बच्चों की डांस में रुचि है, उन्हें 4-5 साल की उम्र में डांस क्लास ज्यॉइन कर लेनी चाहिए, क्योंकि इस उम्र में शरीर बहुत लचीला होता है और डांस सीखने में आसानी होती है। डांस सीखने के कई फायदे हैं। यह तुम्हें फिट रखता है और आजकल टीवी पर आने वाले रियलिटी शो भी डांसर्स के लिए अच्छा प्लेटफॉर्म है। बड़े होकर कोरियोग्राफर, एक्टर, डांसर के रूप में करियर बनाने में भी मदद मिलती है।

### गायन

संगीत को एक बहुत उच्चकाटी की कला माना जाता है। गायन सीखने के लिए सुर और ताल की समझ होना जरूरी है। इसके लिए रोज रियाज करना पड़ता है। यह रियाज किसी गुरु की देखरेख में करना जरूरी है। अगर तुम्हें गायन में रुचि है तो जल्दी ही रियाज करना शुरू कर दो। मम्मी-पापा से कहकर किसी गोप्य गुरु को चुनो। फिर तो तुम स्कूल के वार्षिकोत्सव और परिवारिक समारोहों में खूब वाहवाही बटोरोगे। साथ ही गाना गाना फेंडरों को मजबूत बनाता है और तनाव कम करता है।

### पैटिंग

तुम में से कई बच्चों को पैटिंग करना पसंद होगा। तुम नहीं करते हो तो अब शुरू करो। जो महसूस करते हों, उसे कागज पर उतारो। स्ट्रिंग वलास भी जॉइन कर सकते हो। पैटिंग से रचनात्मकता बढ़ती है। निरंतर प्रयास करने से, धैर्य रखने का गुण विकसित होता है और राइटिंग अच्छी होती जाती है।







