भूमिका

अब हमारी बेटी साल साल की हुई है तो मैंने उसे पुस्तकें दिखाना शुरू किया। मैं बच्चों
की पुस्तकें में रुचि बनने लगी। पाया कि
अधिकांश पुस्तकें में लड़कें-लड़कियों
के सदियों से चले आ रहे रूपस्वरूप को
दिखाया आ रहा है। यह रूपस्वरूप आज के
सन्दर्भ में सही नहीं उतरता।

उदाहरण के लिए पुस्तकें
लड़कों के बारे में होती है। (लड़कों
की प्रायः साहसी, निर्णय, स्वाभाविकी
दिखाया जाता है और लड़कियों को
कमजोर, दुर्प्रेष, पराशित।)

समाज बदलना रहा है! जीवन के हर
क्षेत्र में लड़के-लड़कियों की भूमिका
बदल रही है। आज स्त्रियाँ भी आहर
किन्तु आज है। बहुत से परिवारों
में पुरुष भी घर के कामों में मदद करते
है। इन परिवारों को विभेदित करने
और बढ़ावा देने की आवश्यकता है
तथा लड़के-लड़कियों दोनों बदलते
समाज के साथ बदल सकें।

आल साहित्य समाज को नई दिशा
दे सकता है। 'धम्मक धम्म' इसी तरह
की ओर एक प्रयास है। आपकी इस
पुस्तक के बारे में कथा प्रतिक्रिया है,
हमें दिखें।

कमला भस्तीन
माँ का दूध
माँ का दूध है सबसे अच्छा स्वस्थ बने पिए जो बच्चा
बीमारी को दूर भगाये
माँ बच्चों का प्यार बढ़ाये
सदा शुद्ध ताजा और सस्ता
सेहत का बस ये ही रस्ता

छोटी बेटी
छोटी सी बेटी
बिस्तर में लेटी
लेटे लेटे पीती
पीते पीते सोती
सोते सोते हँसती
हँसते हँसते रोती
दूध पी गई मटागट
बेटी बढ़ गई फटाफट
मृणा
ताक्ष धिना धिन ता धिना
क्षेत्रा सा मेरा सुना
अम्मा उसको दूध पिलायें
और पिताजी उसे नहलायें
मेरा काम हैंताहा है
मुने को बहलाना है
ताक्ष धिना धिन ता धिना
क्षेत्रा सा मेरा सुना

नीद आई
ऑखें हो गई भारी
निन्दिया आई प्यारी
अब्बा ने दी थपकी
ऑखें उसकी झपकीं
सो जा मुनिया सो आ
सुख सपनों में लो जा

अम्मी तेरी आयेगी
तुझको दूध पिलायेगी
अब्बा तुझो घुमायेगे
गाना तुझो सुनायेगे
सो जा मुनिया सो आ
सुख सपनों में लो जा
गीला छोटू
गीला है भाई गीला है
अपना छोटू गीला है
गन्दे में है लोटम लोट
पापा बांधे नया लंगोट
मेरी सुन तो छोटू राम
लंगोटो का छोड़ो काम
हो गये हो तुम खूब बड़े
अपने पाक हुए खाड़े
गीले मत लंगोट करो
भई गीले मत लंगोट करो

नहाना
छुटकी को नहलाओ जी
गीला दूर भगाओ जी
पहले उसको लंगना तेल
फिर होगा मालिश का खेल

और बाद में पानी साबुन
साथ-साथ में गाने की धुन
छुटकी को नहलाओ जी
ढुकी पौव चलाती है
खुश हो होकर नहाती है
लाओ जी अब तौलिया
ढुकी ने नहा लिया

अकड़ बकड़
अकड़ बकड़ बब्बे बो
आन्दी से तुम दुःख पिएँ
पी कर दुःख हो आओ रखैँ
अभी बहुत से काम पढ़े
पारवाने भी जाना है
उस के बाद नहाना है

[Image of a child drinking water]
[Image of a child washing hands]
कपड़े पहन होना तैयार फिर करना नाश्ते पर वार अब कह बकबक बम्बे बो अल्टी से तुम कुछ पिओ

मंजन
आओ करें दांत में मंजन जैसे चले गाढ़ी का इंजन छुक्क छुक्क आगे छुक्क छुक्क पीछे छुक छुक ऊपर छुक छुक नीचे मंजन कर के कर लो कुल्ला हा हा हा हल्ला गुल्ला
प्यारे छोटू न्यारे छोटू
तुम क्यों होते जाते भोटू
आओ मिल कर दौड़ें हम
cर ले थोड़ी कसरत हम
hोगा तभी मुटापा कम
रिकलाड़ी मम्मी
हमारी मम्मी बड़ी रिकलाड़ी और जैसी नहीं अनाड़ी बहुत खेल उन्हें आते हैं हॉकी क्रिकेट उन्हें भाते हैं सतोलिया हो या गिल्ली डंडा ऊँचा रहता उनका अंडा पिग पोंगा, बैडमिंटन खेलने मुरिकल कैच मजे से बेचने हमने रिकलाड़ी बनना ठान लिया है मम्मी को गुरु मान लिया है

कपड़े धोये
आओ मिलकर कपड़े धोये हम सब मिलकर कपड़े धोये अम्मी तुम लगा दो साबुन पापा उन्हें निचोंदे पप्पू, दीदी और मैं मिलकर उन्हें सुखाने दींगे
सूरज उन्हें सुखा देगा
धोबी प्रेस लगा देगा
अब वो साफ हो आयेगे
हम पहन मुस्कायेगे

वाह भई वाह

वाह भई वाह, भई, वाह भई वाह हमें बता दो हुआ है क्या?
छोटी मुनिया क्यों रोई?
क्या उसकी गुड़िया खोई?

यूं रोने से होगा क्या?
खोई गुड़िया मिलेगी क्या?
आओ मिलकर टूटें गुड़िया
मिल गई गुड़िया, वाह भई वाह!
भैया

ता ता थैया
सुन मेरे भैया
यूँ मत चीखो
काम काज सीखो
रवाते हो जो रवाना
सीखो उसे पकाना
अगर फाड़ते कपड़े
सीखो उनको सीना

भरना सीखो पानी
अगर तुम्हें है पीना
अपना काम करे जो खुद
बस उसका ही है जीना
ता ता थैया
सुन मेरे भैया

धम्मक धम

धम्मक धम भई धम्मक धम
छोटे छोटे बच्चे हम
तड़की न तड़के से कम
धम्मक धम भई धम्मक धम
हाँजी हाँजी नाजी ना
तुम खाना खाते हो?
हाँजी हाँजी हाँजी हाँ?
तुम खाना पकाते भी हो?
नाजी नाजी नाजी ना
खाने की हाँ, पकाने की ना
ऐसे कैसे चले जाहाँ?

तुम गंदा करते हो?
हाँजी हाँजी हाँजी हाँ?
तुम सफाई भी करते हो?
नाजी नाजी नाजी ना
गंदे की हाँ, सफाई की ना
ऐसे कैसे चले जाहाँ?
तुम कपड़े पहनते हो?
हाँजी हाँजी हाँजी हाँ
tum kaphde doyte bhi hoge?
najji najji najji na
kaphde ki hain, dhone ki na
esse kaise chale jhaain?

अम्मा
अम्मा करती कितना काम
वाहे सुबह हो वाहे शाम
kuch n kuch karta hai rhathi
saare dar ka bhosha sahathi
nahi utse milata aurama
अम्मा करती कितना काम
हम भी योझा काम करेंगे
अपनी अम्मा की मदद करेंगे
tab hainge sab kama tamaam
milega amma ko auram
मम्मी
मेरी मम्मी प्यारी मम्मी
मुझको खेल रखलाई है
नई बातें सिखलाई हैं
जब वो दफ्तर से आती है
अच्छी-अच्छी किताबें लाती हैं
मैं स्वयं किताबें पढ़ती हूँ
नहीं किसी से लड़ती हूँ
मेरी मम्मी प्यारी मम्मी
पिताजी

हमारे पिताजी बड़े निराले
हम उनके बच्चे मतवाले
सुबह शाम और इतवार
यो नहीं बैठते ठल्लम ठोले
हमारे पिताजी बड़े निराले

मेरे साथ स्वेल वो स्वेले
छोड़ को वो गोदी ले ले
हम बच्चे के नखरे झेलें
और मौका पड़े तो रोटी बेलें
हमारे पिताजी बड़े निराले
हम उनके बच्चे मतवाले
हम उनके बच्चे मतवाले
हमारा परिवार

हमारा छोटा सा परिवार
कुल मिलाकर हम हैं चार
माँ बनाती हो खाना
तो पिताजी कर देते तैयार
हमारा छोटा सा परिवार

अब नानी नाना आते हैं
ढेर रिलॉने लाते हैं
नाना हमें सुनाते कहानी
एक था राजा एक भी रानी

अब हम दादी के घर आते हैं
धामा चौकड़ी खुब मचाते
दादी हमको कहती प्यार
हमारा छोटा सा परिवार
इत्तवार

आया इत्तवार आया इत्तवार
हम सब का प्यारा इत्तवार
नहीं स्कूल आफिस का डर
मम्मी भी घर पापा भी घर
पापा बना करतो चाय
मम्मी पढ़ती है अश्वार
आया इत्तवार आया इत्तवार
हम सब का प्यारा इत्तवार

ये कविताएं कमला भसीन द्वारा लिखी गईं,
चित्र भिक्षी पेटल द्वारा अंगों गये और इन्हें
क्रम से संजोया प्रदीप देरी ने।

पुस्तक संयुक्त राष्ट्र बाल कोष द्वारा
निर्मित है जिसके पास इसके संयोजितक
सुरक्षित है। पुस्तक का कोई भी अंश
व्यावसायिक उद्देश्यों के लिए इसकी लिखित
अनुमति के बिना प्रयोग नहीं किया जा सकता।

युनिसेफ़
युनिसेफ़ भवन, ५३ लोडी एसटेट,
नई दिल्ली-११०००३