भूमिका

जब हमारी बेटी सवा साल की हुई तो मैंने उसे पुस्तकें दिखाना शुरू किया। मैं बच्चों की पुस्तकों में रुचि लेने लगी। पाया कि अधिकतर पुस्तकों में लड़के-लड़कियों के सदियों से चले आ रहे स्वरूप को दिखाया जा रहा है। यह स्वरूप आज के सन्दर्भ में सही नहीं उतरता।

उदाहरण के तौर पर अधिकतर पुस्तकें लड़कों के बारे में होती हैं। लड़कों को प्रायः साहसी, निडर, स्वावलम्बी दिखाया जाता है और लड़कियों को कमजोर, डरपोक, पराश्रित।

समाज बदल रहा है। जीवन के हर क्षेत्र में लड़के-लड़कियों की भूमिका बदल रही है। आज स्त्रियाँ भी बाहर काम पर जाती हैं। बहुत से परिवारों में पुरुष भी घर के कामों में मदद करते हैं। इन परिवर्तनों को चिन्हित करने और बढ़ावा देने की आवश्यकता है ताकि लड़के-लड़कियाँ दोनों बदलते समाज के साथ बदल सकें।

बाल साहित्य समाज को नई दिशा दे सकता है। 'धम्मक धम' इसी लक्ष्य की ओर एक प्रयास है। आपकी इस पुस्तक के बारे में क्या प्रतिक्रिया है, हमें लिखें।

—कमला भसीन

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 गटागट
बेटी बढ़ गई फटाफट

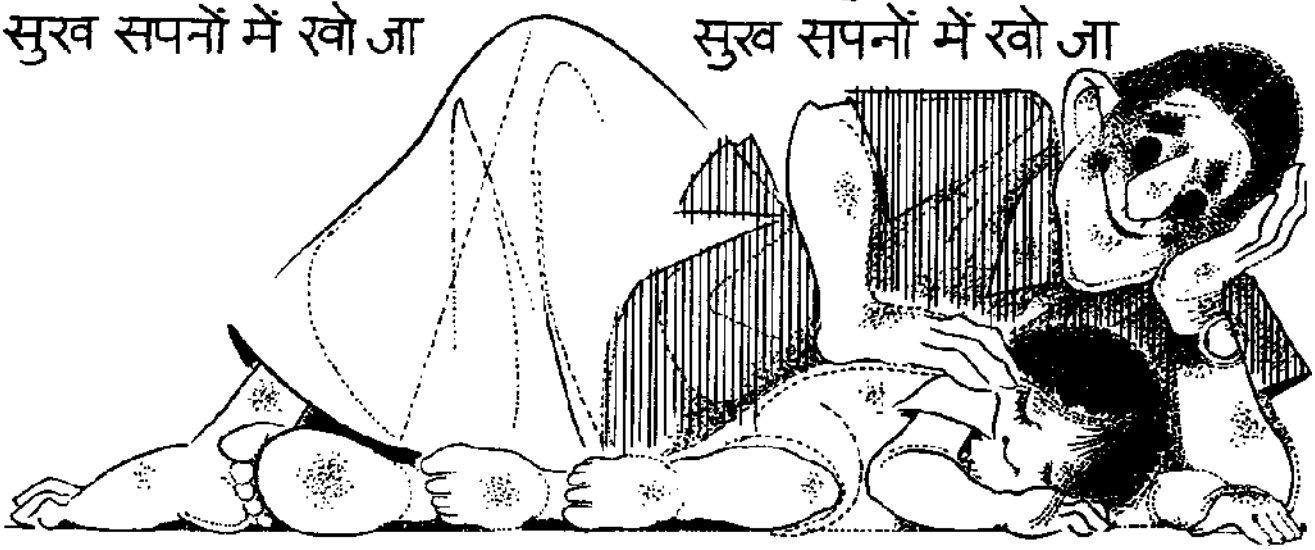
मुन्ना

ताक् धिना धिन् ता धिन्ना
छोटा सा मेरा मुन्ना
अम्मा उसको दूध पिलायें
और पिताजी उसे नहलायें
मेरा काम हँसाना है
मुन्ने को बहलाना है
ताक् धिना धिन् ता धिन्ना
छोटा सा मेरा मुन्ना

नींद आई

आँखें हो गईं भारी
निन्दिया आई प्यारी
अब्बा ने दी थपकी
आँखें उसकी झपकीं
सो जा मुनिया सो जा
सुख सपनों में खो जा

अम्मी तेरी आयेंगी
तुझको दूध पिलायेंगी
अब्बा तुझे घुमायेंगे
गाना तुझे सुनायेंगे
सो जा मुनिया सो जा
सुख सपनों में खो जा



गीला छोटू

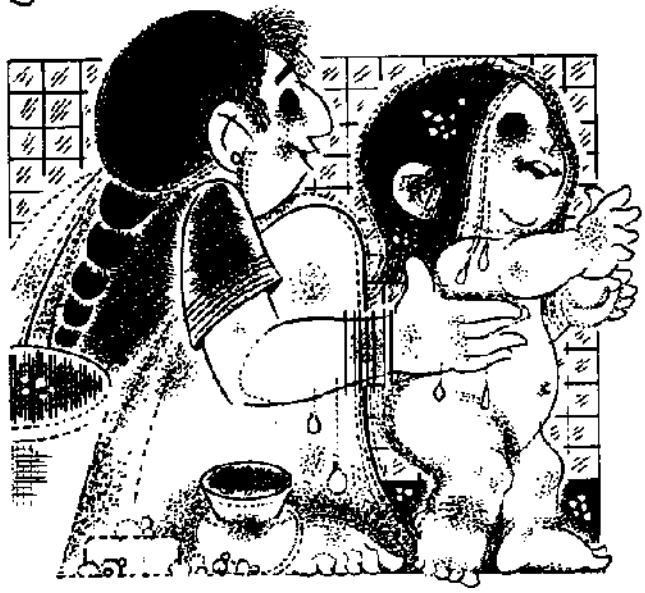
गीला है भाई गीला है
अपना छोटू गीला है
गन्दे में है लोटम लोट
पापा बांधें नया लंगोट
मेरी सुन लो छोटू राम
लंगोटों का छोड़ो काम
हो गये हो तुम खूब बड़े
अपने पावों हुए खड़े
गीले मत लंगोट करो
भई गीले मत लंगोट करो

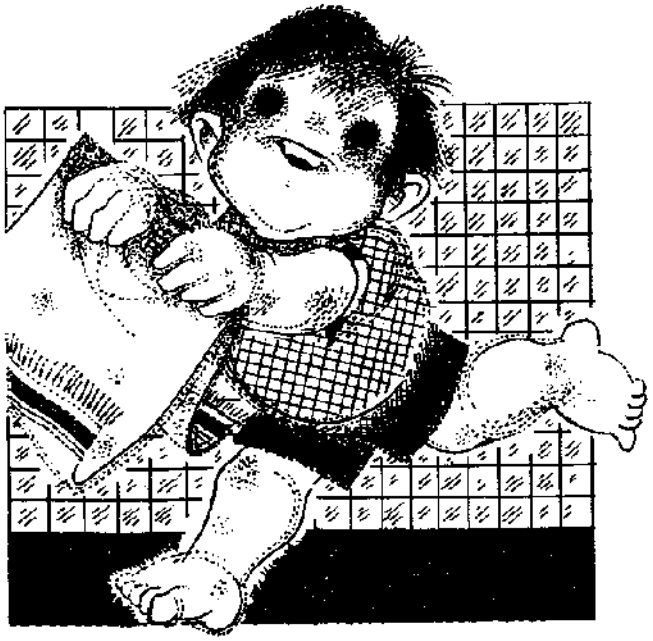
नहाना

छुटकी को नहलाओ जी
मैला दूर भगाओ जी
पहले उसको लगना तेल
फिर होगा मालिश का खेल

और बाद में पानी साबुन
साथ-साथ में गाने की धुन
छुटकी को नहलाओ जी

छुटकी पाँव चलाती है
खुश हो होकर नहाती है
लाओ जी अब तौलिया
छुटकी ने नहा लिया

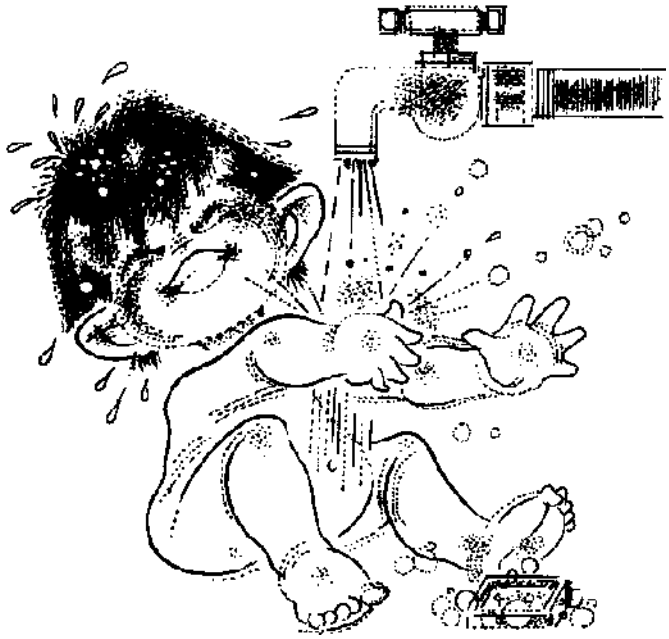




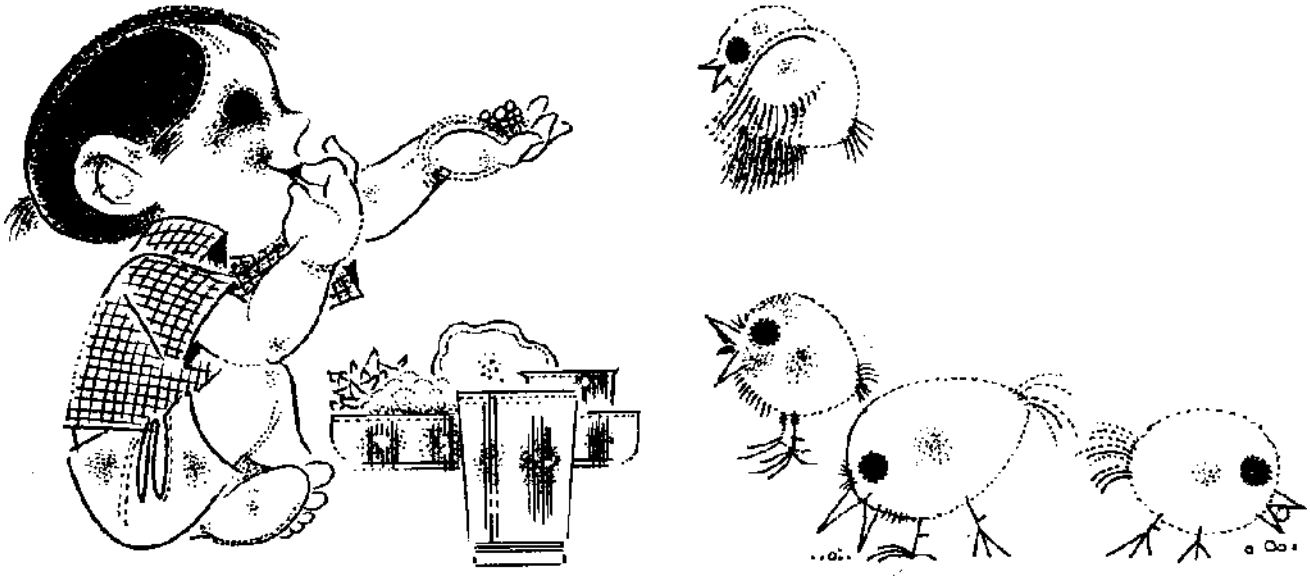
अक्कड़ बक्कड़

अक्कड़ बक्कड़ बम्बे बो
जल्दी से तुम दूध पिओ
पी कर दूध हो जाओ खड़े
अभी बहुत से काम पड़े

पारखाने भी जाना है
उस के बाद नहाना है



कपड़े पहन होना तैयार
फिर करना नाश्ते पर वार
अक्कड़ बक्कड़ बम्बे बो
जल्दी से तुम दूध पिओ



मंजन

आओ करें दाँत में मंजन
जैसे चले गाड़ी का इंजन
छुक् छुक् आगे छुक् छुक् पीछे
छुक् छुक् ऊपर छुक् छुक् नीचे
मंजन कर के कर लो कुल्ला
हा हा हू हू हल्ला गुल्ला

छोटू

प्यारे छोटू न्यारे छोटू
तुम क्यों होते जाते मोटू
आओ मिल कर दौड़ें हम
कर लें थोड़ी कसरत हम
होगा तभी मुटापा कम

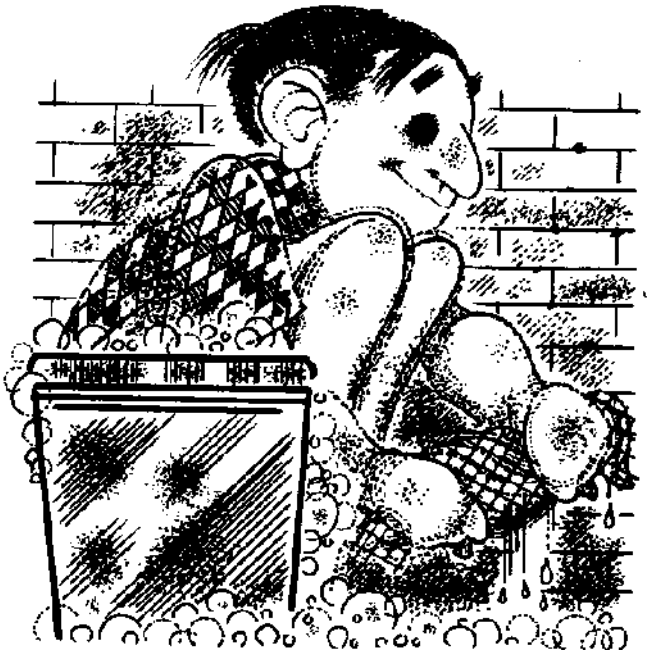
खिलाड़ी मम्मी

हमारी मम्मी बड़ी खिलाड़ी
औरों जैसी नहीं अनाड़ी
बहुत खेल उन्हें आते हैं
हॉकी क्रिकेट उन्हें भाते हैं
सतोलिया हो या गिल्ली डंडा
ऊँचा रहता उनका झंडा
पिंग पौंग, बैडमिन्टन खेलें
मुश्किल कैच मज़े से झेलें
हमने खिलाड़ी बनना ठान लिया है
मम्मी को गुरू मान लिया है

कपड़े धोयें

आओ मिलकर कपड़े धोयें
हम सब मिलकर कपड़े धोयें
अम्मी तुम लगा दो साबुन

पापा उन्हें निचोड़ेंगे
पप्पू, दीदी और मैं मिलकर
उन्हें सुखाने दौड़ेंगे

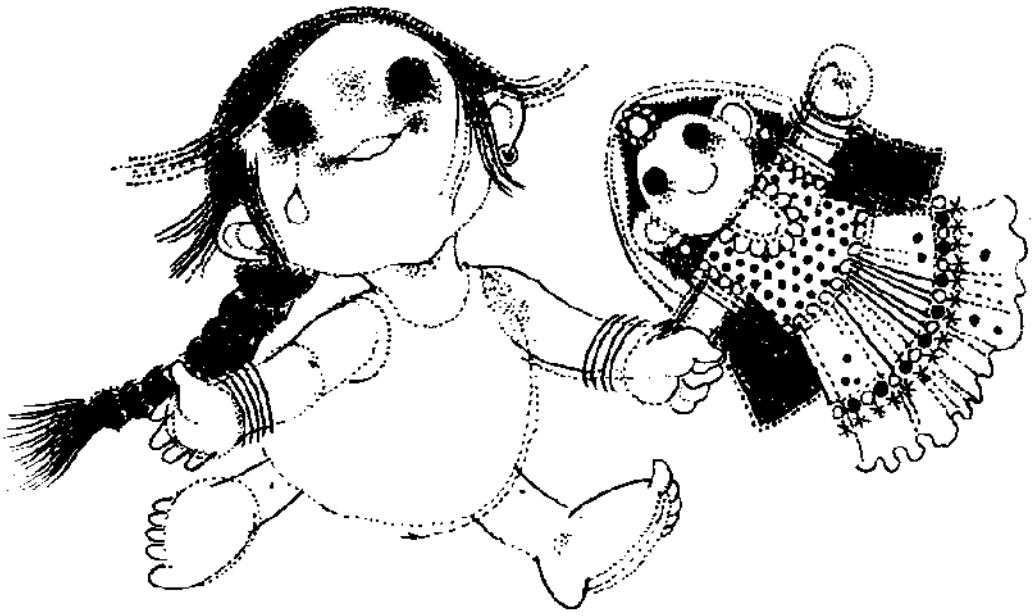


सूरज उन्हें सुखा देगा
धोबी प्रैस लगा देगा
जब वो साफ हो जायेंगे
हम पहन मुस्कायेंगे

वाह भई वाह

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

यूँ रोने से होगा क्या ?
खोई गुड़िया मिलेगी क्या ?
आओ मिलकर ढूँढें गुड़िया
मिल गई गुड़िया, वाह भई वाह !



भैया

ता ता थैया
सुन मेरे भैया
यूँ मत चीखो
काम काज सीखो
खाते हो जो खाना
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
लड़की,न लड़के 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 जहाँ ?

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 जहाँ ?

तुम कपड़े पहनते हो?
हाँजी हाँजी हाँजी हाँ
तुम कपड़े धोते भी होगे?
नाजी नाजी नाजी ना
कपड़ों की हाँ, धोने की ना
ऐसे कैसे चले जहाँ?

अम्मा

अम्मा करती कितना काम
चाहे सुबह हो चाहे शाम
कुछ न कुछ करती ही रहती
सारे घर का बोझा सहती
नहीं उसे मिलता आराम
अम्मा करती कितना काम
हम भी थोड़ा काम करेंगे
अपनी अम्मा की मदद करेंगे
तब होंगे सब काम तमाम
मिलेगा अम्मा को आराम

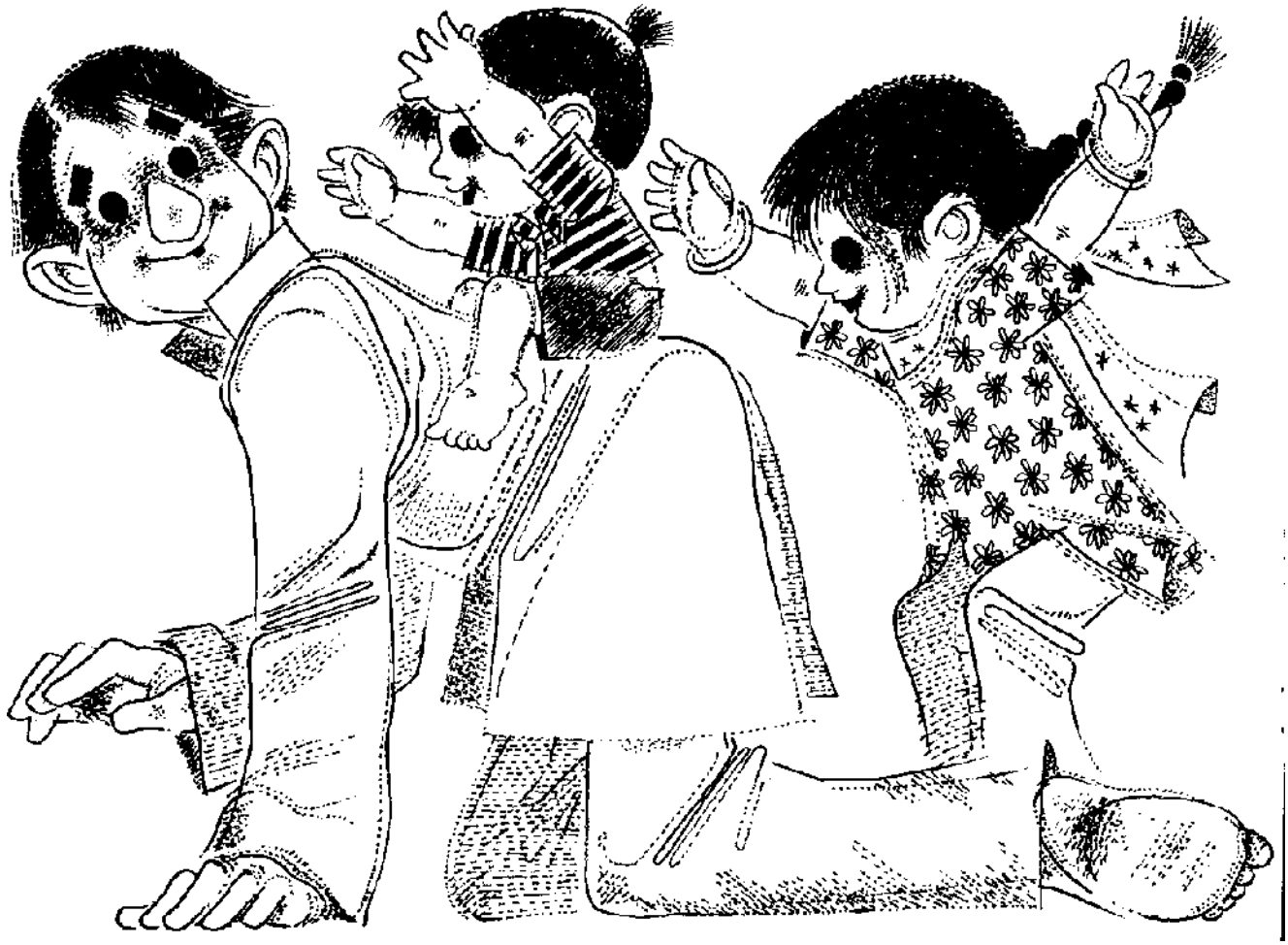
मम्मी

मेरी मम्मी प्यारी मम्मी
मुझको खेल खिलाती हैं
नई बातें सिखलाती हैं
जब वो दफ्तर से आती हैं
अच्छी-अच्छी किताबें लाती हैं
मैं खूब किताबें पढ़ती हूँ
नहीं किसी से लड़ती हूँ
मेरी मम्मी प्यारी मम्मी

पिताजी

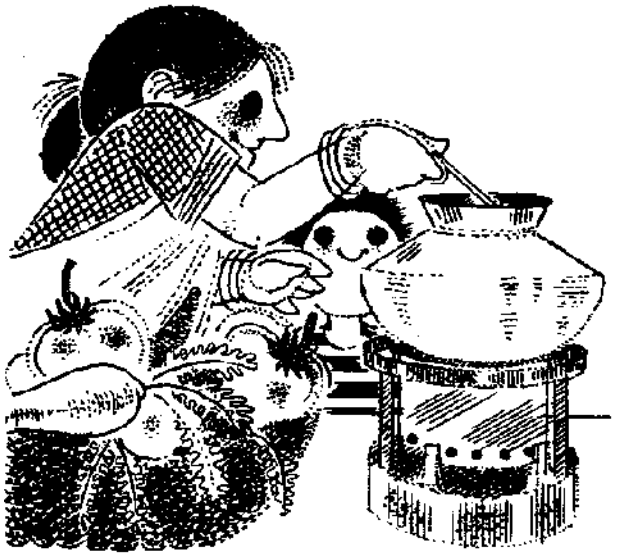
हमारे पिताजी बड़े निराले
हम उनके बच्चे मतवाले
सुबह शाम और इतवार
वो नहीं बैठते ठल्लम ठाले
हमारे पिताजी बड़े निराले

मेरे साथ खेल वो खेलें
छोटू को वो गोदी ले लें
हम बच्चों के नखरे झेलें
और मौका पड़े तो रोटी बेलें
हमारे पिताजी बड़े निराले
हम उनके बच्चे मतवाले
हम उनके बच्चे मतवाले



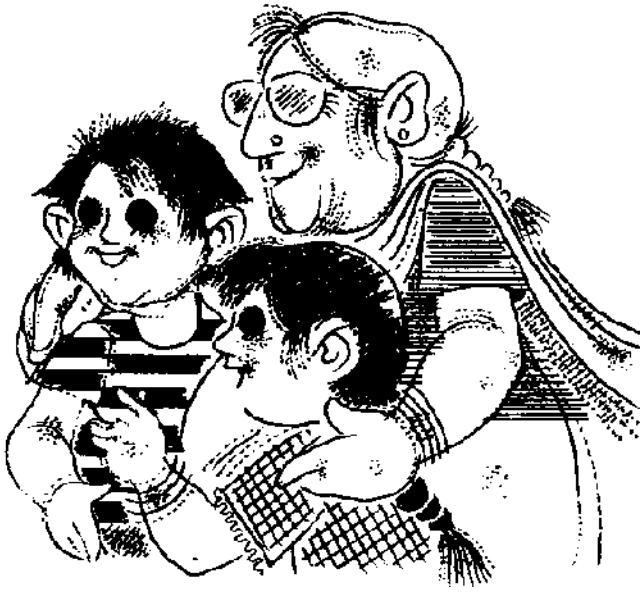
हमारा परिवार

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



जब नानी नाना आते हैं
ढेर खिलौने लाते हैं
नाना हमें सुनाते कहानी
एक था राजा एक थी रानी

जब हम दादी के घर जाते
धमा चौकड़ी खूब मचाते
दादी हमको करती प्यार
हमारा छोटा सा परिवार



इतवार

आया इतवार आया इतवार
हम सब का प्यारा इतवार
नहीं स्कूल आफिस का डर
मम्मी भी घर पापा भी घर
पापा बना कर लाते चाय
मम्मी पढ़ती हैं अखबार
आया इतवार आया इतवार
हम सब का प्यारा इतवार

ये कविताएं कमला भसीन द्वारा लिखी गईं,
चित्र मिकी पटेल द्वारा आंके गये और इन्हें
हाथ से संजोया प्रदीप ऐरी ने।

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

युनिसेफ़
युनिसेफ़ भवन, ७३ लोदी एस्टेट,
नई दिल्ली - ११०००३