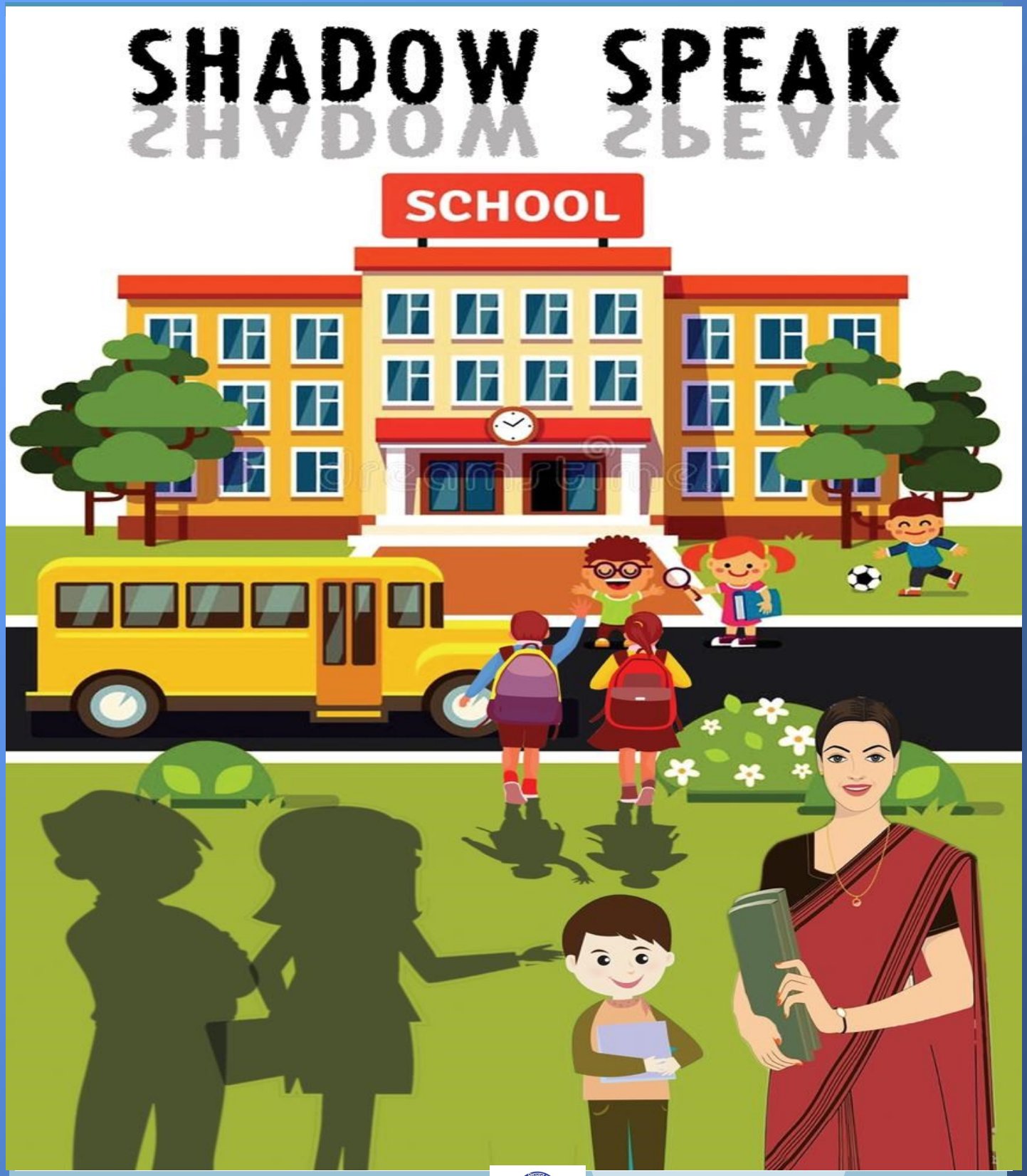
NOVEMBER 2020 VOLUME-V

SHADOW SPEAK



NAVY CHILDREN SCHOOL

VIZAG

बच्चों में पारिवारिक मूल्य (फैमिली वैल्यूज़)

सभ्य परिवारों के समूह से सभ्य समाज का निर्माण होता है। जबकि इसके विपरीत समाज में एक बुरे आचरण का अनुसरण करने वाला परिवार पूरे समाज के लिए श्राप सिद्ध हो सकता है। इस कारणवश स्वच्छ समाज के लिए अच्छे परिवारों का होना अति आवश्यक है। समाज में हमारे पिता के नाम के साथ हमें पहचान दिलाने से लेकर हमारे पिता को हमारे नाम से जानने तक, परिवार हमें हर प्रकार से सहयोग प्रदान करता है। परिवार के अभाव में हमारा कोई अस्तित्व नहीं है, अतः हमें परिवार के महत्व को समझने की चेष्टा करनी चाहिए। बढ़ती उम्र के बच्चों के लिए परिवार का व्यवहार सबसे अधिक महत्वपूर्ण है। देश में होने वाले अपराधों में बाल अपराध के मामलात दिन प्रतिदिन बढ़ते जा रहें हैं। बाल अपराध से आशय बच्चों द्वारा किए गए अपराध से है। बच्चों के बाल अपराधी बनने के कई कारणों में से एक पारिवारिक व्यवहार भी है। माता-पिता के आपसी तनाव या अपने में व्यस्त रहने की वजह से बच्चे पर इसका बुरा प्रभाव पड़ता है तथा आगे चल कर वह समाज के प्रतिकूल काम कर सकता है।

इस कारणवश परिवार का सही मार्ग दर्शन बच्चे के साथ-साथ समाज के लिए भी अति आवश्यक है। ऐसे कई कारक हैं जो पारिवारिक संबंधों को मजबूत करने में मदद करते हैं। कुछ सबसे महत्वपूर्ण हैं:

दूसरों को खुद से पहले रखें:

परिवार में एकजुटता की पहली सीढ़ी यह है कि हम स्वार्थी होने की बजाए दूसरे के बारे में सोचें यानि खुद से पहले परिवार के सदस्यों के बारे में सोचें। परिवार में पत्नी और मां हमेशा ऐसा करती हैं जब वे परिवार के दूसरे सदस्यों को पहले खाना खिलाती हैं और खुद आखिर में खाती हैं। हमें भी उनसे सीखकर इस भावना को अपने व्यवहार में उतारना चाहिए।

प्यार से बात करें:

आपके कहे शब्द या तो किसी को प्रोत्साहित कर सकते हैं या फिर मार सकते हैं। अगर परिवार में कोई सदस्य कोई गलत काम करता है या उससे जाने-अनजाने कोई गलती हो जाती है तो हमें ऊंचे स्वर में बात करने की बजाए पूरे मामले को प्यार से निपटाना चाहिए। इससे परिवार के सदस्यों के बीच आपसी समझदारी विकसित होती है।

हमेशा सच बोलें:

सच बोलना एक ऐसा गुण है जो हमें घर के साथ-साथ बाहर भी अपनाना चाहिए। कई बार सच बोलने पर हमें सामने वाले व्यक्ति के क्रोध का सामना भी करना पड़ सकता है। खासतौर पर तब जब हमने कोई गलती की हो या अपने वादे को न निभाया हो। बावजूद इसके सच बोलने से हम कई तरह की समस्याओं से बच जाते हैं और हमारा रिश्ता मजबूत रहता है।

शिष्टाचार का ध्यान रखें:

बुजुर्गों और बच्चों का सम्मान करना और उन्हें प्यार करना हमारे अच्छे शिष्टाचार को दिखाता है। इसके अलावा बड़ों से सम्मान के साथ बात करना, परिवार में किसी को जरूरत हो तो उनकी मदद करना ये सारी चीजें भी शिष्टाचार का ही हिस्सा हैं। वैसे भी इंसान को पसंद या नापसंद करने की वजह उनका व्यवहार और शिष्टाचार ही होता है।

माफ करना सीखें:

अगर आप तनावरहित जीवन जीना चाहते हैं तो माफ करें और भूल जाएं की नीति अपनाएं। हो सकता है कि परिवार के किसी सदस्य ने आपकी किसी आदत के बारे में पब्लिक में कुछ बुरा बोला हो जिससे आपको शर्मिंदगी महसूस हुई हो। सामने वाले व्यक्ति के माफी मांग लेने के बाद भी कई बार हम इस अहसास को दिल में हमेशा बनाए रखते हैं जिससे हमारा रिश्ता कभी सामान्य नहीं हो पाता।

पीढ़ी अंतराल (Generation Gap) के कारणवश परिवार और हमारे मध्य अनेक चीजों पर सहमति एक-दूसरे से भिन्न होती चली जाती है। एक दूसरे को समय देने से हम एक- दूसरे को समझ पाएँगे। परिवार तथा बच्चों को एक-दूसरे के दृष्टिकोण को समझने का प्रयास करना चाहिए।बदलते समय के साथ परिवार के मायने और मतलब भी बदलते जा रहे हैं। संयुक्त परिवार अब मूल परिवार के रूप में छोटा हो जा रहा है और लोगों के बर्दाश्त करने की क्षमता भी घटती चली जा रही है।

लेखिका **डॉ पारुल कुमार**

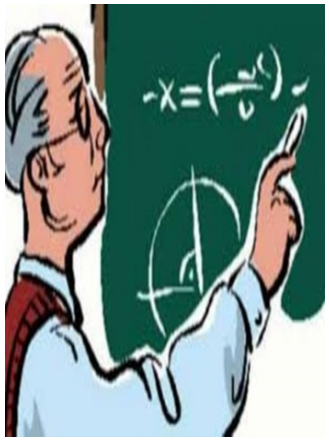
***कृपया ध्यान दें** - लेख को विभिन्न वेबसाइटों पर उपलब्ध खुले स्रोत की जानकारी से शोधित किया गया है।

Dr. Parul Kumar

Principal

Navy Children School, Visakhapatnam

'शिक्षक'



हम तो अनबुझ बच्चे थे ,
उम्र में भी अभी कच्चे थे,
जैसे कच्ची मिट्टी थे।
फिर माँ ने मुझे यूँ प्यार दिया ,
आँचल में रखकर सवार दिया।
पहला मदरसा घर था मेरा ,
पहली गुरु वह माँ थी मेरी.....
फिर आँगन से स्कूल गई,
शिक्षक ने ऊँगली थाम लिया,,
फिर सही गलत का ज्ञान दिया।
शिक्षक ने ऐसा काम किया ,
एक अनपढ़ को बेमिसाल किया ॥
बच्चों में ऊर्जा भरते हैं,
जिनको हम शिक्षक कहते हैं।
नई राह दिखाते हैं ये सदा ,
नवजीवन संचार बहाते हैं,
राष्ट्र निर्माता ऐसे हैं ,
जिनको हम शिक्षक कहते हैं॥
सदा आभारी हैं हम इनके, जिन्होंने ज्ञान का दीप जलाया है,
हर इंसान को एक बेहतर इंसान बनाया है॥

रूबिया बानो

अब तो संभल जा !

कोरोना से बचकर रहो,महफिल में जाना छोड दो।
मै भी बाहर जाना छोड दूँ ,तुम भी जाना छोड दो।

एकता का असर देखो ,देश एक हो गया।
धर्म ,पंत ,समुदाय छोड जन -जन एक हो गया।

अगर अब न संभले ,अगर अब न बदले।
तो सब फूक जायेगा कोरोना में पगले।

बहुत हो चुका अब सँभलना पड़ेगा।
हमे अब सँभल के रहना पड़ेगा।

हकीकत हैं कि रहना है संग- संग।
कोरोना से संयम से लडना है संग- संग।

हमें अपने को सेनिटाइज करना पडेगा।
जियाहालात से आगे निकलना पडेगा।

बचाव ही सुरक्षा है ।
माँ जन्म देती हैं एक बार।
सुरक्षा जिंदगी देती है बार बार।

आर के गुप्ता
F/O अवन्तिका गुप्ता,कक्षा'11 सी'

इस नदी की धार में ठंडी हवा आती तो है

इस नदी की धार में ठंडी हवा आती तो है,
नाव जर्जर ही सही ,लहरों से टकराती तो है।

एक चिनगारी कही से ढूँढ लाओ दोस्तों,
इस दिए में तेल से भीगी हुई बाती तो है।

एक खंडहर के हृदय-सी ,एक जंगली फूल-सी,
आदमी की पीर गूंगी ही सही ,गाती तो है।

एक चादर साँझ ने सारे नगर पर डाल दी,
यह अंधेरे की सड़क उस भोर तक जाती तो है।

निर्वचन मैदान में लेटी हुई है जो नदी,
पत्थरों से ,ओट में जा-जाके बतियाती तो है।

दुख नहीं कोई कि अब उपलब्धियों के नाम पर,
और कुछ हो या न हो ,आकाश-सी छाती तो है

दुष्यंत कुमार

F/O मानस नेगी, कक्षा-पांच' R

कुटिल कोरोना

जम्बू द्वीपे भरतखंडे कलियुगे,
प्रथम चरण का विस्तार हुआ ।
'वसुधैव-कुटुम्बकम्' के नारे से,
विज्ञान-विकास चरम-सीमा के पार हुआ ।।

चरम-सीमा के पार विज्ञान,
परदेश-पर्यटन की होड़ लगी ।
भागा-भागा सा फिरता मानव,
फुरसत नहीं किसी को, एक घड़ी ।।

तकनीकी की तीव्र तरंग से,
पाश्चात्य-प्रवृत्ति ने पंख पसारे ।
संयुक्त-संगठित परिवारजन भी अब,
होने लगे, धीरे-धीरे, न्यारे-न्यारे ।।

प्रकृति-प्रदूषण और संसाधन-शोषण,
विज्ञान-विकास का प्रतीक हुआ ।
नाभिकीय विस्तारण और सैन्यशक्ति धारण,
जैविक हथियारों का भय अनन्य प्रतीत हुआ ।।

प्रलय-प्रकोप में ही प्रादुर्भाव हुआ जिसका,
वायरस की संज्ञा, रूप अति चक्रीय-सलोना ।
जैविक शोध-शाला में जन्मे उस जन्तु का,
नाम पड़ा, 2019 का **कुटिल-कोरोना** ।।

कोरोना नाम के कुटिल कारण से,
तीव्र गतिमय मानव पर रोक लगी ।
विज्ञान विकास भी कुछ चरमराया,
जन-मानस बीच दूरी और बढ़ी ।।

विकसित पाश्चात्य की जीवन शैली भी,
घुटने टेकने पर मजबूर हुई ।
हाहाकार मचा जब चारों ओर,
आयुर्वेद ही मात्र उम्मीद जगी ।।

कोई मुँह पर कपड़ा कसकर,
हाथ में कोई सोमरस-निर्मित पेय लिए ।
जंग जूझने को दिखे तत्पर,
तीन गज दूरी की शय लिए ।।

दिखाई दिये धावक और व्यायामकारी,
जो सुप्त-सृजित रहा करते थे ।
गरम काढ़ा भी पीने लगे जो,
शीत पेय पे जीया करते थे ।।

सनातन शैली ने थामा हाथ,
पाश्चात्य से किया किनारा ।
मन-मंथन करने की अब है बारी,
क्या यही समाधान था मात्र सहारा ?

दृष्टिगोचर हुआ अब मजदूरवर्ग,
दो जून की रोटी छिन गयी ।
पलायमान हुआ पैदल सड़कों पर,
आरोप की उंगली **चीन** गयी ।।

कवि कर बैठा विश्लेषण,
किस कारण ये भीषण उत्पात हुआ ।
चरम सीमा पर था विज्ञान-विकास,
फिर भी क्यू, इस कदर संताप हुआ ?

कुटिल-कोरोना नाम का यह जैविक-जन्तु,
किसी और रूप में भी अवतरित होगा,
भरत खंडे कलियुगे प्रथम चरण में,
मानस मानवता से गर अलंकृत-सृजित न होगा ।।

लेफ्टिनेंट कमांडर दुर्गेश प्रसाद
F/O **प्रियांशुल शर्मा, कक्षा** X 'E',
मयंक शर्मा, कक्षा XII 'P'

गीत (एक पत्र..)

परिजनों को रक्त से लिख , पत्र प्रेषित कर रहा है।
दृश्य है रणभूमि का , वह श्वांस अन्तिम भर रहा है॥

शत्रु-दल के सामने चट्टान बन , डटकर खड़ा था।
माँ तुम्हारा पुत्र इस रणक्षेत्र में , जी भर लड़ा था॥
एक गोली पैर , दूजी बाँह में जब आ समाई।
उस समय ऐ माँ ! तुम्हारी बात मुझको याद आई॥
सिंहनी का पुत्र है तू , भेष मानुष धर रहा है।
दृश्य है रणभूमि का , वह श्वांस अन्तिम भर रहा है॥

ऐ पिता ! कांधे बिठाकर , आपने मुझको खिलाया।
मांगता हूँ मैं क्षमा , यह पृत्रऋण भी भर न पाया॥
आपने उस दिन कहा था , गर्व से सीना फुलाकर।
पुत्र सैनिक बन गया है , देश की सेना में जाकर॥
यह समझना गर्व की अनुभूति दूनी कर रहा है।
दृश्य है रणभूमि का , वह श्वांस अन्तिम भर रहा है॥

हे अनुज , अनुजा तुम्हारे सामने जब शव पड़ा हो।
अश्रु मत इक भी गिराना , जग भले रोता खड़ा हो॥
जब पिता- माता हमारे , रो पड़ें सम्भाल लेना।
बाद मेरे ज़िन्दगी , परिवार को खुशहाल देना॥
हाथ की राखी अभी वह देखने से डर रहा है।
दृश्य है रणभूमि का , वह श्वांस अन्तिम भर रहा है॥

संगिनी ! सिन्दूर तेरा अब अमरता पा रहा है।
भूलकर सपने सलोने , नींद भरने जा रहा है॥
ज़िन्दगी भर साथ देने की शपथ अब तोड़ता हूँ।
भाग्य बच्चों का हमारे भी तुम्हीं पर छोड़ता हूँ॥
ईद ,छठ ,दीपावली ,होली अकेली कर रहा है।
दृश्य है रणभूमि का , वह श्वांस अन्तिम भर रहा है॥

अन्त में ऐ परिजनों ! इस बात का तुम मान रखना।
वीरगति की प्राप्ति है यह , वीर प्रति सम्मान रखना॥
ज़िन्दगी चलती रहेगी ,बाद मेरे भी निरन्तर।
याद करके भूल जाना , याद पर रहना न निर्भर॥
सैनिकों से ,कौन पूछे , कौन कितना घर रहा है।
दृश्य है रणभूमि का वह श्वांस अन्तिम भर रहा है॥

परिजनों को रक्त से लिख , पत्र प्रेषित कर रहा है।
दृश्य है रणभूमि का , वह श्वांस अन्तिम भर रहा है॥

प्रशान्त शर्मा
F/O वेरोनिका शर्मा
एल के जी' एस

'देर ना हो जाए'

गरम-गरम लड्डू -सा सूरज,
लिपटा बैठा लाली में,
सुबह -सुबह रख आया कौन?
इसे आसमान की थाली में।
मूंदी आँख खोली कलियों ने,
बागों में रंग-बिरंगे फूल खिलाए,
चिड़ियों ने नया गान सुनाया,
भंवरों ने पंखों से ताली बजाई।
फुदक फुदक कर रंग -बिरंगी,
तितलियों की टोली आई,
पंख फैलाकर मोर ने नाच दिखाए,
तो कोयल ने भी कुक बजाई।
उठो -उठो अब देर ना हो जाए,
कहीं सुबह की रेल निकल न जाए,
अगर सोते रह गए तो,
आगे नहीं बढ़ पाएँगे।

नीतूसिंह
M/O रिद्धिमा सिंह,
आठवीं 'G'

प्रभु-लीला (गीत)

प्रभु-लीला की माया दुर्लभ ।
जग संसार बनाया दुर्लभ ॥
जल -थल -नभ तक जाकर देखी,
घट -घट अद्भुत काया दुर्लभ ॥

उत्तम शिल्प मनुज तन देखा ।
नख -शिख तन्त्र समान सुलेखा ॥
अगणित वर्ण स्वरूप सुहावन ।
दृग श्रुति नासा वाणी पावन ॥
रेखांकित कर हस्त पटल को,
विधि ने स्वाँग रचाया दुर्लभ ॥

नाना पुष्प दलों की रचना ।
सम माधुर्य सुगंध विरचना ॥
फल मधुमय स्वादिष्ट सुहाये ।
तरुवर बहु आकार बनाये ॥
पल्लव -पल्लव वर्ण हरित है,
संरचना-विधि पाया दुर्लभ ॥

विस्मयकारी सृष्टि निरन्तर ।
सूर्योदय -सूर्यास्त समय पर ॥
संगम पृथ्वी संग गगन का ।
अनुपम दृश्य अनादि लगन का ॥
पर्वत -निर्झर -सागर -सरिता,
भौगोलिक जग पाया दुर्लभ ॥

जय -जय -जय संसार विधाता l
जग -संचालक अनुसंधाता ll
महिमा अपरंपार तुम्हारी l
जड़- चेतन के पालनहारी ll
तृण -तृण वासी विश्व प्रवासी,
कण- कण में प्रतिछाया दुर्लभ ll

प्रशान्त शर्मा,
F/O- वेरोनिका शर्मा
एल के जी-' एस'

'बच्चों की झिझक दूर करने के कुछ उपाय'

बच्चों को अपनी बात कहने के लिए आत्मियता के भाव से प्रेरित करें।

कुछ बच्चे बहुत जल्दी सहम जाते हैं,उन्हें सुरक्षा का माहौल दें।

जो बोल नहीं पा रहे तो लिखने का विकल्प दें।

उन्हें यह महसूस कराएँ कि आप उनके सच्चे दोस्त हैं, आप उनकी बात किसी को नहीं बताएँगे।

उम्र के साथ- साथ मानसिक तनाव बढ़ता है ,इस बात का ध्यान रखें।

बच्चे को समय दें, उस पर हावी ना हों।

बच्चे को ज़्यादा बोलने के लिए प्रेरित करें,उनकी बातों को पूरा सुनें।

हमारी कथनी और करनी में अंतर नहीं होना चाहिए क्योंकि बच्चे हमें देखकर सीखते हैं।

हमेशा बच्चों को सकारात्मक व आशावादी बातों द्वारा ऊर्जावान रखिए।

उम्र के बदलाव स्वाभाविक हैं ,यह उन्हें व अपने -आप को समझाते रहिए।

उर्मिला गिल

(M/O नमन गिल XI 'B')

महँगाई

कभी भ्रष्टाचार ने, कभी कालाबाज़ारी ने,
कभी महँगाई ने, दी है रूलाई,
जी हाँ , महँगाई चारों ओर है छाई।
प्याज़ ने अपने दामों से मार दिया,
छिलने से पहले ही सबको रूला दिया।
मित्रों ये महँगाई है,बस कुछ समय पहले ही भारत आई है।
नित नए सपने सुहाने साथ लाई है।
ज़्यादा पुराना इतिहास नहीं है इसका,
पर सबके दीमाग पर राज़ है इसका।
बेहतर विकल्प के साथ पाँव फैलाए हैं,
नए-नए सपने हर भारतवासी को दिखलाए हैं।
सबसे अच्छा विकल्प हम अपने लिए चुनते हैं,
फिर दोष सरकार को देते हैं।
ऐसा नहीं है कि सरकार कोई कदम नहीं उठा रही,
पर शायद उसको भी कोई राह नज़र नहीं आ रही।
दुनिया दिखावे को पसंद कर रही है,
इसी कारण शायद माँग बढ़ रही है।
प्रचार-प्रसार का ज़माना है,उसके फेर में हम भी लग गए,
दुनिया के देखूँ-देख इस महँगाई के चक्कर में पड़ गए।
इससे अगर है निपटना,तो एक जुट होकर काम है करना,
देश की भयानक बीमारी को जड़ से है दूर करना।
तभी हम अपने बच्चों के लिए एक मिसाल बन पाएँगे,
अपने खर्चों को कम कर ,उन्हें कुछ सीख दे पाएँगे।
तो करो प्रण यही आज, मिटा देंगे महँगाई का ताज,
नहीं करने देंगे इसे राज,सब बन जाओ अपने महाराज्।
अपने बच्चों के लिए उदाहरण नया बनाएँगे,
अपने लिए सही और उचित कीमत का सामान चुनना उन्हें सीखाएँगे।

Mrs,उर्मिला गिल
(टी जी टी)

हिंदी मेरी जान

हिंदी है पहचान मेरी,हिंदी मेरी जान है,

सब भाषाओं की भाषा ,हिंदी हिंदुस्तान है।

हिंदी है रग-रग में बहती ,जैसे बहती नदिया,

भारत देश है मेरा ,हिंदी इसकी शान है।

आपस में मिलने का ,है भाईचारे का ज़रिया,

इस देश की संस्कृति की यही तो पहचान है।

हिंदी है अपनी भाषा ,इसका अपना नज़रिया,

अपना लो इसको ,यही हमारी पहचान है।

उर्मिला गिल

टी जी टी हिंदी

न जाने ये कैसी हवा चली है
ना पत्तों की सरसराहट है
ना बूंदों की नमी है
व्यस्त हैं सब अपने आप व अपनों में
रिश्तों में मानो धूल सी जमी है
कौन पूछता है अब खैर किसी की
सबको सिर्फ अपनी ही अपनी पड़ीहै
पद है प्रतिष्ठा है और धन है
फिर रिश्तों की किसको पड़ी है
यह मेरा है वह पराया है
यही सोच अब सब में बढ़ी है
सिमट गया है दायरा रिश्तों का
अब माता पिता भी परिवार में नहीं हैं
बहनों का तो नाता टूटा उसी दिन
जिस दिन वो डोली चढ़ी है
टूटता बिखरता सा लगता है ये जहां
यहां तो बस सबको अपनी ही पड़ी है
हे ईश्वर! अब तो बस तू ही है सहारा,
तुझ मैं ही आस्था बची है
तेरा साथ पाते ही सारी बेचैनी घटी है।
एक बार फिर जीने की आस जगी है।

मधुबाला कुशवाहा
टी जी टी हिंदी

संपादकीय.....

एक राष्ट्र की शान उसके लोग और लोगों का गौरव उनकी भाषा होती है।

भारत,सांस्कृतिक विविधता से संपन्न सौ से अधिक भाषाओं का घर है।फिर भी एक भाषा है जो हमें एक साथ जोड़ती है,वही एकता का सूत्र- धागे के समान हमारे राष्ट्ररूपी कपड़े को मज़बूत रखता है और वह है हमारी राष्ट्रभाषा -हिंदी।

'शैडो स्पीक' ने इस शानदार भाषा की सुंदरता और महानता को प्रदर्शित करने के लिए और लोगों में गर्व की भावना व राष्ट्र तथा इसके प्रति प्रेम -भावना को उद्घाटित करने के लिए इस खूबसूरत भाषा को एक संपूर्ण प्रकाशन समर्पित किया है।

हमें आशा है कि आप इस विशेष प्रकाशन को पढ़ने का आनंद लेंगे।

एन सी एस शैडो स्पीक टीम

टीम एन सी एस उन सभी पाठकों का तहे दिल से धन्यवाद करती है, जिन्होंने अपना कीमती समय "शैडो स्पीक- हमारी नई पहल" को दिया। आपके सुझावों के लिए हम सदा आभारी रहेंगे, जो हमें इस दायित्व को बेहतर बनाने में मददगार हैं।

साथ ही पैनी दृष्टि व विचारोत्तेजक लेखों के लिए हरेक सहभागी,अभिभावक व शिक्षक का हम धन्यवाद करते हैं। हम भविष्य में आने वाले प्रकाशन के लिए भी इसी तरह की भागीदारिता की कामना करते हैं।

हार्दिक सराहना एवं कृतज्ञता के साथ:

टीम एन सी एस