ToB बालमंच

मासिक मार्च- 2024 नन्हीं कलम से ..... ✍

होली विशेषांक

इस अंक में पढ़ें

रात में जुगनू चमकते हैं, क्यों

क्रिएटिव डिजाइनर सह सम्पादक :- त्रिपुरारि राय

म. वि. रौटी, महिषी (सहरसा)

प्रधान संपादिका :- रूबी कुमारी

उ. म. वि. सरौनी, बौंसी (बाँका)

अंक- 34

चंचल वन में मनी है होली

प्रधान संपादिका के कलम से.....

प्यारे बच्चों ,

बाल कलाकारों के उत्कृष्ट क्रियाकलापों, रचनाओं, गतिविधियों को समर्पित "ToB बालमंच" का होली विशेषांक प्रकाशित करते हुए हमें अपार हर्ष की अनुभूति हो रही है।

बच्चों , होली का त्योहार आकर्षक और मनोहर रंगों का त्योहार है, यह एक ऐसा त्योहार है जो हर धर्म, संप्रदाय, जाति के बंधन की सीमा से परे जाकर लोगों को भाई-चारे का संदेश देता है। इस दिन सारे लोग अपने पुराने गिले-शिकवे भूल कर गले मिलते हैं और एक दूजे को गुलाल लगाते हैं और एक-दूसरे को होली के पावन पर्व की शुभकामनाएँ देते हैं।

जिस तरह होली पर्व को वसंत ऋतु का संदेशवाहक माना जाता है, उसी प्रकार धार्मिक मान्यताओं के अनुसार इस पर्व को बुराई पर अच्छाई की जीत के रूप में मनाया जाता है। इस दिन सभी लोग आपसी मतभेद भुलाकर एक दूसरे को रंग लगाते हैं, जिसमें लाल रंग को बहुत ही महत्वपूर्ण माना जाता है।

प्यारे बच्चों आशा है कि जैसे होली का रंग पूरी दुनिया को गुलजार बनाता है ऐसे ही आपकी मेहनत का रंग आपके पूरे जीवन को सफलता के रंगों से भर दे।

यह अंक आपको कैसा लगा? आपके मन की बातों को आप ईमेल या व्हाट्सएप के माध्यम से अवश्य भेजें। हम इसे भी बालमन नामक स्थाई स्तंभ के रूप में प्रमुखता से प्रकाशित करेंगे ।

हमारे नन्हे-मुन्ने बच्चों तथा ToB बालमंच की उज्जवल भविष्य तथा होली ढेर सारी शुभकामनाओं के साथ.....

रूबी कुमारी

प्रधान संपादिका. ToB बालमंच

सम्पादकीय

नमस्कार बालमित्रों,

भारतीय संस्कृति में प्रत्येक मास की पूर्णिमा किसी न किसी उत्सव के रूप में मनाई जाती है। उत्सव के इसी क्रम में वसंतोत्सव के रूप में फाल्गुन मास की पूर्णिमा के दिन होली का त्योहार बड़े हर्ष और उल्लास के साथ मनाया जाता है। होली का पर्व भारतीय संस्कृति में बुराई को जलाकर भस्म कर देने का उत्सव है। यह भारतीय जीवन-शैली का अभिन्न हिस्सा है। होली के त्योहार को लेकर विशेषकर बच्चों में काफी उत्साह होता है। वे होलिका दहन के लिए काफी पहले से लकड़ियाँ जमा करने लगते हैं। गाँवों में तो हालांकि लकड़ियाँ आसानी से मिल जाती हैं, लेकिन शहर के बच्चे घरों के खराब फर्नीचर आदि की तलाश करते हैं और अमूमन वे दूसरों से माँगकर होलिका की व्यवस्था करते हैं। होलिका तैयार करने में सभी लकड़ियों का योगदान करते हैं। आजकल शहरों में आमतौर पर किसी चौक-चौराहे पर दो-चार दिन पहले से ही लोग पेड़ की सूखी टहनियां, लकड़ी, बांस आदि जमा करने लगते हैं। होली अंदर के अहंकार और बुराई को मिटा कर सभी के साथ घुल-मिलकर, भाई-चारे, प्रेम और सौहार्द्र के साथ रहने का त्योहार है। छोटे-छोटे बच्चे अपनी इच्छानुसार रंग और गुलाल और पिचकारी खरीदते हैं और लोगों को रंगों से सराबोर करने का आनंद उठाते हैं। हमें इस बात को समझना होगा कि होली मिल-जुलकर, प्रेम से रहने और जीवन के रंगों को अपने भीतर आत्मसात करने का त्योहार है। इसलिए रंगों का प्रयोग सावधानीपूर्वक करना चाहिए और पानी या रंग भरे बैलून चलाने से बचना चाहिए। होली का त्योहार हमें हमेशा सन्मार्ग पर आगे बढ़ने की प्रेरणा देता है। होली का त्योहार सामाजिक सद्भावना का प्रतीक है। इस त्योहार के कारण लोगों में सामाजिक एकता की भावना मजबूत होती है।

आशा है होली विशेषांक का ये अंक आपमें नई ऊर्जा का संचार करेगा |

ढेर सारी शुभकामनाएँ सहित.....

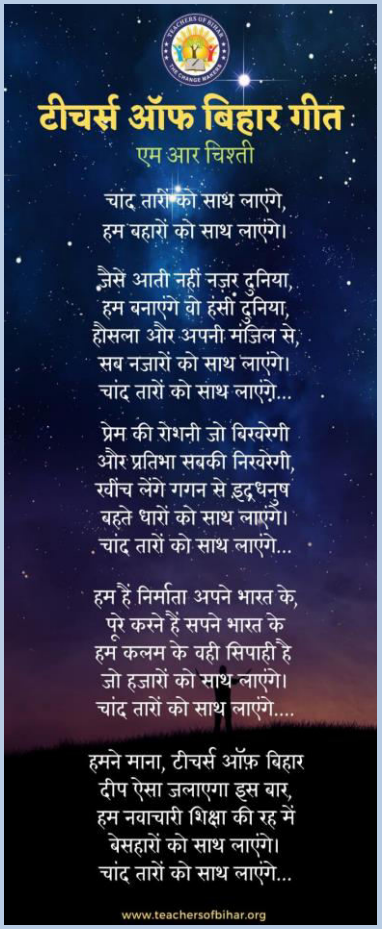
त्रिपुरारि राय
सम्पादक, 'ToB बालमंच',
सहायक शिक्षक, मध्य विद्यालय रौटी, महिषी (सहरसा)

सम्पादक मंडल

प्रधान संपादिका	:-	रूबी कुमारी, उ. म. वि. सरौनी, बौंसी (बाँका)
सम्पादक / ग्राफिक्स डिजाइनर	:-	त्रिपुरारि राय, म. वि. रौटी, महिषी (सहरसा)
सह-संपादिका	:-	ज्योति कुमारी, म.वि. भनरा, (बाँका)
प्रूफ रीडर	:-	विकास कुमार, म..वि.बलुआहा, महिषी (सहरसा)
सहयोगकर्ता	:-	1. मृत्युंजयम् , म.वि.नवाबगंज, समेली, (कटिहार) 2. रंजेश कुमार, प्रा. वि. छुरछुरिया, फारबिसगंज,(अररिया) 3. निधि चौधरी, नया प्रा.वि. सुहागी (किशनगंज)
संरक्षक	:-	1. शिव कुमार, संस्थापक- टीचर्स ऑफ़ बिहार 2. ई. शिवेंद्र प्रकाश सुमन, ToB तकनीकी टीम लीडर

-: स्थाई स्तंभ :-

1.	प्रधान सम्पादक की कलम से	14.	विद्यालयी क्रियाकलाप
2.	सम्पादकीय	15.	क्या आप जानते हैं ?
3.	आवरण कथा	16.	अंग्रेजी सीखें
4.	कविता	17.	ड्राइंग / पेंटिंग
5.	कहानी	18.	उभरते सितारे
6.	हँसो रे बाबू	19.	फोटो ऑफ़ द मंथ
7.	बूझो तो जानें	20.	हिंदी ज्ञान
8.	वैज्ञानिक कारण	21.	प्रमुख दिवसें
9.	कहानी बनाओ प्रतियोगिता	22.	प्रेरक प्रसंग
10.	अखबारों की नजर में हम	23.	रोचक तथ्य
11.	उभरते सितारे	24.	खेल-खेल में योग
12.	तकनीकी कोना	25.	तुम भी बनाओ.....
13.	बालमन	26.	आपकी बात आपकी जुबानी



प्रेरक प्रसंग

प्रह्लाद और होलिका

होली का त्यौहार प्रह्लाद और होलिका की कथा से भी जुडा हुआ है। विष्णु पुराण की एक कथा के अनुसार प्रह्लाद के पिता असुरराज हिरण्यकशिपु ने तपस्या कर देवताओं से यह वरदान प्राप्त कर लिया कि वह न तो पृथ्वी पर मरेगा न आकाश में, न दिन में मरेगा न रात में, न घर में मरेगा न बाहर, न अस्त्र से मरेगा न शस्त्र से, न मानव से मारेगा न पशु से। इस वरदान को प्राप्त करने के बाद वह स्वयं को अमर समझ कर नास्तिक और निरंकुश हो गया। वह चाहता था कि उनका पुत्र भगवान नारायण की आराधना छोड़ दे, परन्तु प्रह्लाद इस बात के लिये तैयार नहीं था। हिरण्यकशिपु ने उसे बहुत सी प्राणांतक यातनाएँ दीं लेकिन वह हर बार बच निकला। हिरण्यकश्यप की बहन होलिका को यह वरदान प्राप्त था कि वह आग में नहीं जलेगी। अतः उसने होलिका को आदेश दिया के वह प्रह्लाद को लेकर आग में प्रवेश कर जाए जिससे प्रह्लाद जलकर मर जाए। परन्तु होलिका का यह वरदान उस समय समाप्त हो गया जब उसने भगवान भक्त प्रह्लाद का वध करने का प्रयत्न किया। होलिका अग्नि में जल गई परन्तु नारायण की कृपा से प्रह्लाद का बाल भी बाँका नहीं हुआ। इस घटना की याद में लोग होलिका जलाते हैं और उसके अंत की खुशी में होली का पर्व मनाते हैं।

विकास कुमार,
प्रधानाध्यापक
म.वि. बलुआहा, महिषी
(सहरसा)

कविता

-: मेरी तो हर दिन होली होती है :-

मेरी तो हर दिन होली होती है
वर्ग में, अपने बच्चों संग
श्यामपट पर उजले खड़िया संग
हाथ उजले पाऊडर से सने रहते हैं
उन्हीं हाथों से मेरे बच्चों के हाथों में लग जाया करते हैं
किसी किसी को हल्का लगा भी देता हूँ
तब उनकी मुस्कान से मुझे अदभुत आनंद मिलता है
मेरे कई बच्चे अक्सर हाथों में नीले -लाल स्याही लगा लेते हैं
उन हाथों से चेहरे भी छूते हैं,
होली से भी गाढ़ा रंग होता है
उसे हटाने में मेरी हाथों भी लाल और नीली हो जाती है
मैं इन रंगों को तो हटा लेता हूँ
पर अगर खड़िया के पाउडर कपड़े में लग जाते
नहीं हटाता उन उजले रंगों को
ये रंग मेरी पहचान है
मेरे कर्तव्यपरायणता के
मेरे शिक्षक होने के
मेरी उर्जा के
मैं इन रंगों से मरते दम तक
खेलना चाहता हूँ
रोज ऐसी होली चाहता हूँ|

:- रजनीश कुमार तिवारी

विद्यालय में होली के उत्सव

1. https://fb.watch/rsMstFw3jF/
2. https://fb.watch/rsQ2RrIUhw/
3. https://fb.watch/rsQ8ziLlo4/
4. https://www.facebook.com/100022421415977/videos/944108823421716/
5. https://www.facebook.com/100004206033505/videos/759651329563481/
6. https://www.facebook.com/100090469883505/videos/868479561119493/

आमुख कविता: होली

चंचल वन में मनी है होली

होली आई होली आई,
चंचल वन की टोली आई।

गधे, भेड़, लोमड़ी, सियार,
मना रहे रंगों का त्योहार।
बिल्ली मौसी ने तलें है पुए,
पीछे पड़े है उनके चूहे।
मौसी ने तले है पुए ढेर सारे,
चूहे नटखट पुए ले कर भागें।
देखो नीले रंग में रंगा सियार,
खुद को सोचे बड़ा होशियार।
कौआ भी कैसे मोर बना है,
मोर के रंगों से वो सजा है।
हाथी की सूढ़ बनी पिचकारी,
दादा ने रंग दी जंगल सारी।
तोते ने मैना को जो रंग लगाया,
मैना को यह तनिक न भाया।
हुई फिर दोनों में तक़रार,
यही तो होली का है प्यार।
सब ने खूब बाटीं खुशियां
रंगीन हुई जंगल की दुनियां।
खूब हुई फिर हँसी ठिठोली,
चंचल वन में मनी जब होली।

: निधि चौधरी
किशनगंज, बिहार

कहानी बनाओ

दिए गए चित्र को देखें और उसपर एक सुन्दर सा कहानी लिख कर हमें भेजें | उत्कृष्ट कहानी को अगले अंक में छपा जाएगा | कहानी के साथ अपना नाम, कक्षा, विद्यालय का नाम अवश्य लिखें | |

बूझो तो जानें..

चार खड़ो को नगर बना,
चार कुएँ बिना पानी।
चोर अठारह उसमे बैठे,
लिए एक रानी
आया एक दरोगा,
सबको पीट-पीटकर
कुएँ में डाला।

उत्तर: कैरम-बोर्ड

हंसो रे बाबू

क्या आप जानते हैं ?

1. तरंग चलती हैं, तो वे अपने साथ ले जाती हैं
Ans :- ऊर्जा
2. सूर्य ग्रहण के समय सूर्य का कौन-सा भाग दिखाई देता है?
Ans : – किरीट
3. कपड़ों से जंग के धब्बे हटाने के लिये प्रयोग किया
Ans : – ऑक्ज़ैलिक अम्ल
4. गन्ने में 'लाल सड़न रोग' किसके कारण उत्पन्न होता है?
Ans : – कवकों द्वारा
5. टेलीविजन का आविष्कार किसने किया था?
Ans : – जे. एल. बेयर्ड
6. किस प्रकार के ऊतक शरीर के सुरक्षा कवच का कार्य करते हैं?
Ans : – एपिथीलियम ऊतक
7. मनुष्य ने सर्वप्रथम किस जन्तु को अपना पालतू बनाया?
Ans : – कुत्ता
8. किस वैज्ञानिक ने सर्वप्रथम बर्फ़ के दो टुकड़ों को आपस में घिसकर पिघला दिया?
Ans : – डेवी

अंग्रेजी सीखें

1. आज तक - Till today. (Till - तक, today - आज)
2. वह भी - He too. (He - वह, too - भी)
3. अभी क्यों? - Why now? (Why - क्यों, now - अभी)
4. वह गई - She went. (She - वह, went - गई)
5. ऊँचा बोलो - Speak loudly. (Speak - बोलो, loudly - ऊँचा)
6. मुझे बताओ - Tell me. (Tell - बताओ, me - मुझे)
7. किसका घर ? - Whose house ?(Whose - किसका, house - घर
8. यह मेरा है - This is mine. (This - यह, is - है, mine - मेरा)
9. आपकी गलती - Your mistake. (Your - आपकी, mistake - गलती
10. बाहर देखो - Look out. (Look - देखो, out - बाहर)
11. जल्दी आओ - Come fast. (Come - आओ, fast - जल्दी)
12. धीरे चलो - Walk slowly. (Walk - चलो, slowly - धीरे)
13. कौन हँसा ? - Who laughed ?(Who - कौन, laughed - हँसा)
14. ये वह था - It was he. (It - ये, was - था, he - वह)
15. कपड़े को फाड़ो - Tear the cloth. (Tear - फाड़ो, the cloth - कपड़ा)
16. चीखो मत - Don't shout. (Don't - मत, shout - चीखो)
17. मैंने कर दिया - I have done. (I - मैंने, have done - कर दिया)

फोटो ऑफ़ द मंथ

प्राथमिक विद्यालय. खंतिखुर्द, पालीगंज , पटना

ANTONYMES

Hot	Cold
Dark	Light
Small	Big
Short	Tall
Good	Bad
Happy	Sad

प्रमुख दिवसें

1 मार्च: विश्व नागरिक सुरक्षा दिवस

3 मार्च: विश्व वन्यजीव दिवस

4 मार्च: राष्ट्रीय सुरक्षा दिवस

8 मार्च: अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस

9 मार्च: धूम्रपान निषेध दिवस

15 मार्च: विश्व उपभोक्ता अधिकार दिवस

16 मार्च: राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस

20 मार्च: विश्व गौरैया दिवस

21 मार्च: विश्व वानिकी दिवस

22 मार्च: विश्व जल दिवस

23 मार्च: विश्व मौसम विज्ञान दिवस

24 मार्च: 206 रोग टीवी दिवस

27 मार्च: विश्व रंगमंच दिवस

हिंदी ज्ञान: पर्यायवाची शब्द

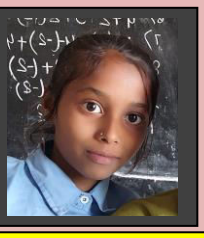
पर्यायवाची शब्द वो शब्द हैं जिनके बोले जाने पर एक समान भाव होता हैं, निचे कुछ पर्यायवाची शब्द दिए गए हैं:-

1. **गर्म - उष्ण, तापीय, तापमान**
2. **खुश - आनंदित, प्रसन्न, हंसमुख**
3. **बड़ा - महान, प्रमुख, उच्च, विशाल**
4. **कमजोर - दुर्बल, अशक्त, पतला**
5. **स्वाभिमानी - अहंकारी, अभिमानी, गौरवान्वित**
6. **सुंदर - सुंदरी, आकर्षक, रमणीय**
7. **ज़रूरी - अनिवार्य, आवश्यक, अपरिहार्य**
8. **रोमांचक - उत्कट, उत्साहजनक, रहस्यपूर्ण**
9. **स्नेही - प्रेमी, प्रेमवान, दयालु**
10. **आत्मविश्वासी - आत्मनिर्भर, आत्मविश्वासपूर्ण, आत्मसंयमी**

बालमन

मुझे 'ToB बालमंच' बहुत पसंद है | इसका अगला अंक आने का मुझे इन्तजार रहता है | मैं अपने सर से बालमंच के बारें में पूछती रहती हूँ | इसमें जो छपता है उसे मैं सर के मदद से पढ़ती हूँ | बच्चे लोग का चित्र अच्छा लगता है |

प्रीति कुमारी,
वर्ग-7
म.वि.रौटी, महिषी (सहरसा)



TEACHERS OF BIHAR
The change makers....

वैज्ञानिक कारण

रात में जुगनू चमकते हैं, क्यों ?

दरअसल, जुगनुओं के चमकने के पीछे उनका मुख्य उद्देश्य अपने साथी यानी मादा जुगनुओं को आकर्षित करना और अपने लिए भोजन तलाशना होता है। जुगनूओं की चमक तीन तरह के रंग की होती है- हरा, पीला और लाल। मादा जुगनू जंगलों में पेड़ों की छाल में अपने अंडे देती है। आपको जानकर हैरानी होगी कि जुगनूओं के अंडे भी चमकते हैं। अगर आपको जुगनुओं के बारे में जानकारी न हो तो आप पहचान नहीं सकते हैं कि वो जुगनू मादा है या नर। मादा जुगनुओं के पंख नहीं होते हैं, इसलिए वो एक ही जगह पर चमकती हैं, जबकि नर जुगनूओं के दो पंख होते हैं, इसलिए वो उड़ते हुए चमकते हैं। जुगनूओं की खोज वर्ष 1667 में रॉबर्ट बायल नाम के एक वैज्ञानिक ने की थी। पहले यह माना जाता था कि जुगनुओं के शरीर में फास्फोरस होता है और इसी की वजह से ये चमकते रहते हैं, लेकिन बाद में वैज्ञानिकों ने इस बात को नकार दिया। उन्होंने बताया कि जुगनू फास्फोरस की वजह से नहीं बल्कि ल्युसिफेरेस नामक प्रोटीनों के कारण चमकते हैं।

-: प्रस्तुतकर्ता :-

त्रिपुरारि राय
मध्य विद्यालय रौटी, महिषी (सहरसा)

आओ योग सीखें.....

बच्चों के लिए योग बहुत जरुरी है| इस कड़ी में हम आपको बच्चों को किए जाने वाले कुछ योग के बारें में बता रहा हूँ :-

1. बालासन : बालासन को चाइल्ड पोज भी कहा जाता है। इससे बच्चों का मानसिक विकास तेज होता है। इसे करने के लिए सबसे पहले मैट पर वज्रासन में बैठ जाएं और रीढ़ की हड्डी सीधी रखें। इसके बाद बॉडी को आगे की ओर झुकाएं अब दोनों हाथों को एड़ियों के पास रखें और कुछ सेकेंड तक बच्चे को इसी पोजिशन में रहने दें। फिर सामान्य स्थिति में आ जाएं।

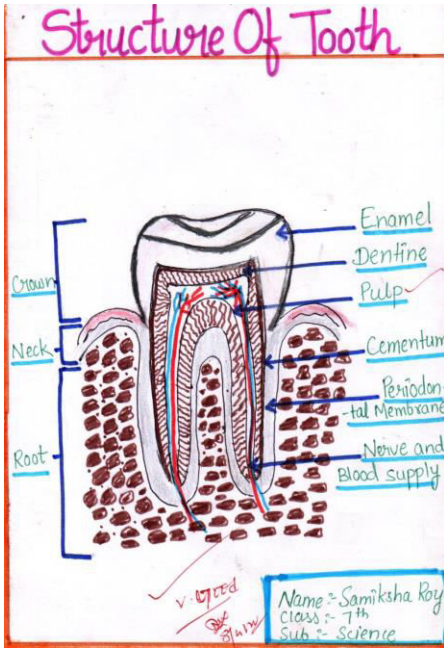
2. ताड़ासन : ताड़ासन करने से बच्चों की हाइट बढ़ती है, साथ ही उनकी एकाग्रता भी बढ़ती है। इसे करने के लिए सबसे पहले मैट पर खड़े हो जाएं। अब दोनों हाथों को ऊपर की ओर ले जाएं, बिल्कुल सीधा खड़े रहें। अब धीरे-धीरे दोनों एड़ियों को उठाएं। कुछ सेकेंड तक इसी पोजिशन में रहें। फिर दोनों हाथ आराम से नीचे लाएं और एड़ियों को भी जमीन पर रख लें।

3. भुजंगासन : भुजंगासन को कोबरा पोज भी कहा जाता है। इसे करने से बच्चों की बॉडी फ्लैक्सिबल होती हैं, साथ ही रीढ़ की हड्डी भी मजबूत होती है। इसे करने के लिए सबसे योगा मैट पर पेट के बल लेट जाएं। अब दोनों हाथों को कमर के पास थोड़ा आगे रख लें। अब हाथों को मौट पर ही रहते हुए कमर से ऊपर के हिस्से को हाथों की मदद से ऊपर उठाएं।

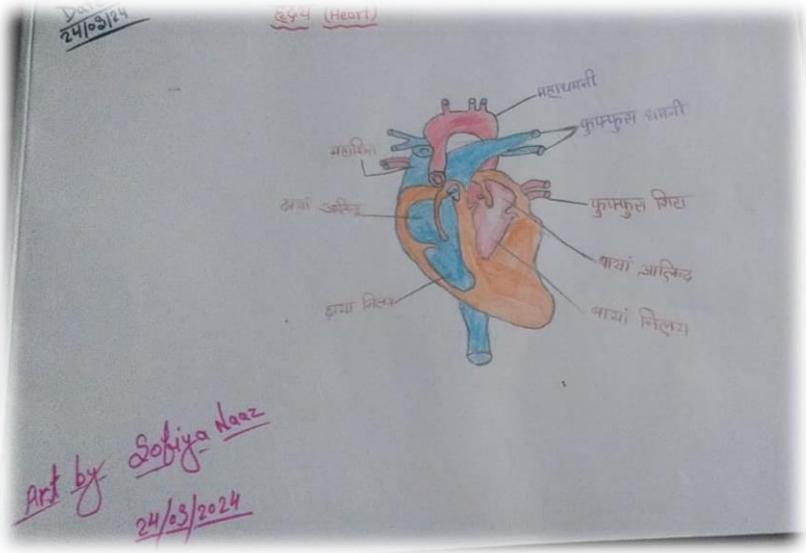
4. सुखासन : सुखासन करने से बच्चों का मन शांत रहता है। पढ़ाई में मन लगता है। इसे करने के लिए सबसे पहले मैट पर पालथी मारकर बैठ जाएं। अब दोनों हाथों को घुटनों पर रख लें और पीठ सीधी रखें। इस रिलेक्सिंग पॉजिशन में कुछ देर रहें।

***

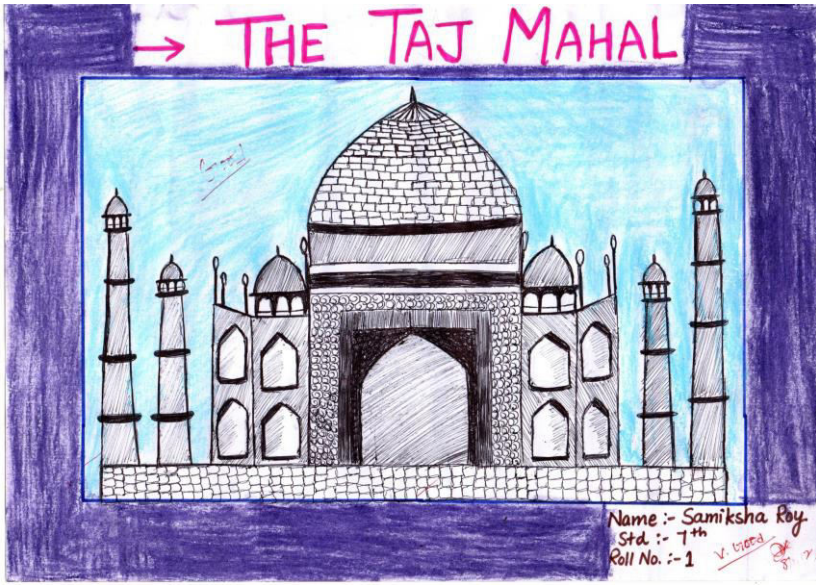
Preyash Mishra, UMS Sarouni Bounsi Banka, class-4



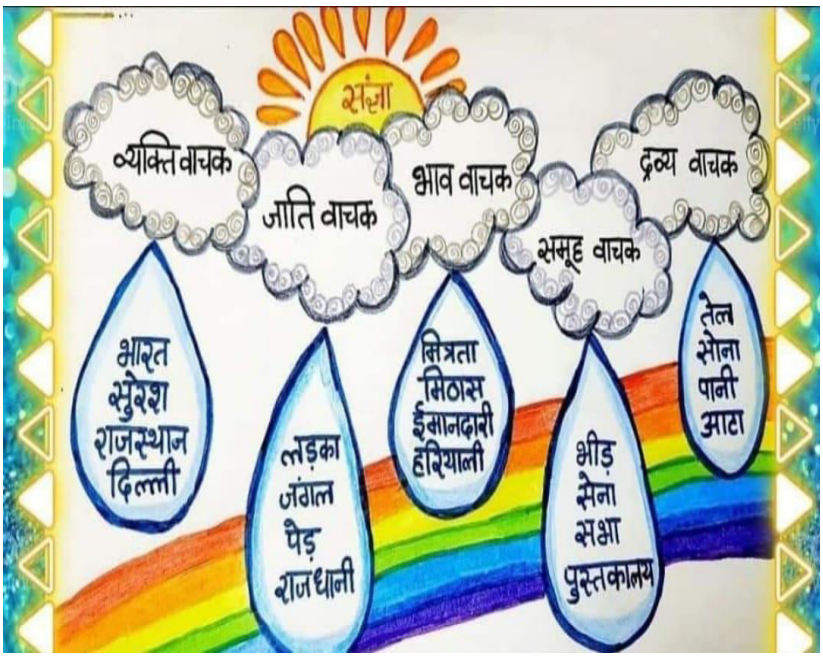
Samiksha Roy, Saharsa (Bihar)



By: Sofia Naz, MS Rauti, Mahishi (Saharsa)



Samiksha Roy, Saharsa (Bihar)



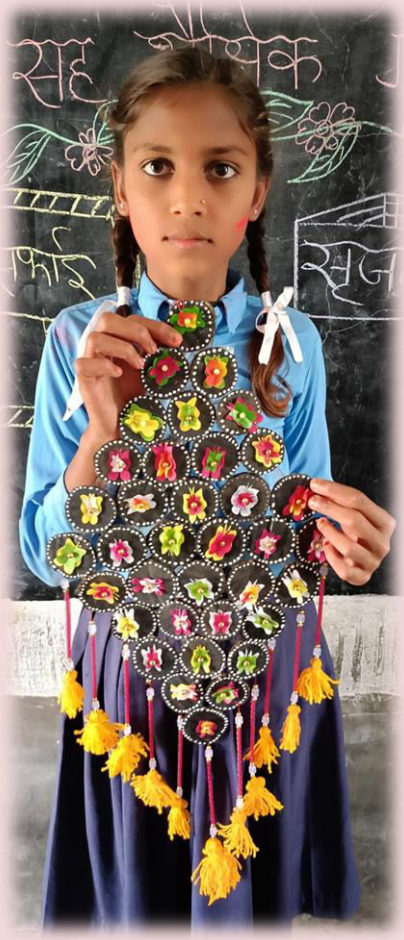
होली मानते हुए मध्य विद्यालय भनरा, चांदन, बांका के बच्चे

मध्य सह माध्यमिक विद्यालय ठेंगापुर
प्रखंड- सिकटी, जिला- अररिया

आदर्श मध्य विद्यालय, गिद्वास

Chandani Kumari, Class 7, UMS SAROUNI BOUNSI BANKA

तुम भी बनाओ



Neha Kumari, UMS Silouta

"Learning Gives Creativity, Creativity Leads To Thinking, Thinking Provides Knowledge, Knowledge Makes You Great."

:- Dr. APJ Abdul Kalam

होली खेलें पर सावधानी अवश्य बरतें :-

होली खेलने से पहले कुछ सावधानियां बरतें, ताकि आपको इसके रंगों का खामियाजा आपकी स्किन या सेहत को न झेलना पड़े. यहां जानिए उन सावधानियों के बारे में जिन्हें होली खेलने से पहले जरूर बरतना जरूरी है.

1) केमिकल वाले रंगों से कई बार स्किन में एलर्जी हो जाती है, साथ ही ड्राईनेस हो जाती है. ऐसे में होली खेलने से पहले आपको चेहरे को अच्छे से मॉइश्चराइज करने की जरूरत है. होली खेलने से पहले बॉडी पर नारियल का तेल या सरसों का तेल लगा लें, जिससे रंग त्वचा पर ना बैठे. इसके अलावा फुल स्लीव्ज के कपड़े पहनकर ही होली खेलें.

2) पक्के रंग हेयर डाई जैसे होते हैं, जो बालों को ड्राई बनाते हैं. बालों को रंगों के साइड इफेक्ट्स से बचाने के लिए होली खेलने से पहले बालों में तेल लगा लें और बालों को कपड़े से कवर कर लें.

3) अगर आप अस्थमा के मरीज हैं या सांस से जुड़ी कोई समस्या है तो होली खेलने से परहेज करें. रंग के बारीक कण सांस के जरिये अंदर जाकर परेशानी को और बढ़ा सकते हैं.

4) कई बार आंखों में केमिकल वाले रंग जाने से तेज जलन होने लगती है. ऐसी स्थिति होने पर आंखों को फौरन पानी से धोएं और आंखों में गुलाब जल डालें. होली खेलते समय किसी भी कीमत पर कॉन्टेक्ट लेंस का इस्तेमाल न करें.

5) होली किसी फिसलन वाली जगह पर न खेलें. गार्डन में खेलें जहां पानी आसानी से अवशोषित हो जाए और किसी तरह की दुर्घटना की आशंका न रहे.

6) अगर आपके नाखून बड़े हैं, तो होली खेलने से पहले इन्हें काट लें. नाखूनों में होली का केमिकल वाला रंग जमा हो जाता है. ऐसे में ये खाने के जरिए आपके पेट में जाएगा और आपके लिए परेशानी खड़ी कर सकता है.

करन कुमार, मध्य विद्यालय रौटी, महिषी (सहरसा)

: होली पर विशेष :

होली का महत्व भारतीय समाज के लिए गहरा है और यह एक ऐसा त्योहार है जिसे लोग साल भर बेताबी से इंतजार करते हैं। यह त्योहार विभिन्न धार्मिक और सांस्कृतिक मान्यताओं के साथ मिलकर मनाया जाता है, और इसके तहत लोग अपने दोषों को धो देते हैं और नई शुरुआत करते हैं।

होली का आयोजन विभिन्न तरीकों से भारत के विभिन्न हिस्सों में किया जाता है, और हर स्थान पर इसे अपने तरीके से मनाया जाता है। होली के पहले दिन, जिसे होलिका दहन के रूप में जाना जाता है, लोग होलिका के मूर्ति को आग में जलाते हैं। इसके पीछे का सन्देश है कि बुराई का अंत हमेशा अच्छाई की जीत पर होता है।

होली के दूसरे दिन, लोग रंगों के साथ खेलने और एक-दूसरे को रंगने का आनंद लेते हैं। यह दिन गुलाल, अबीर, और अन्य रंगीन पाउडर के साथ खेलने का होता है। होली के इस रंगीन खेल में लोग अपने दोस्तों और परिवार के सदस्यों के साथ मिलकर आनंद और खुशी का आनंद लेते हैं। इसके साथ ही, लोग विभिन्न प्रकार के पकवान और मिठाइयों का स्वाद लेते हैं और एक-दूसरे के साथ खुशियों का साथ मनाते हैं। कुछ स्थानों में, होली के खेल में संगीत और नृत्य का आनंद लिया जाता है। लोग रंगीन वस्त्र पहनकर नृत्य करते हैं और गीतों का आनंद लेते हैं।

होली के खास पकवान: होली के खास पकवान और मिठाइयाँ इस त्योहार का महत्वपूर्ण हिस्सा होते हैं। गुझिया, मालपुआ, दही-बड़े, और मिठाई जैसे विभिन्न पकवान खाए जाते हैं। इन पकवानों का आनंद लेना होली के त्योहार को और भी मजेदार बनाता है।

निषेध: खतरनाक रंगों का उपयोग: होली के खेल में खतरनाक या हानिकारक रंगों का उपयोग करना स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकता है। ऐसे रंगों का उपयोग करने से क्षति हो सकती है और त्वचा को प्रभावित कर सकता है। इसलिए, हमें होली के खेल में सुरक्षित और प्राकृतिक रंगों का ही उपयोग करना चाहिए।

होली भारतीय संस्कृति का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है और यह एक अद्वितीय त्योहार है जो खुशियों की खोज में लोगों को जोड़ता है। इस दिन लोग अपने दोस्तों और परिवार के साथ आनंद और खुशी का साथ मनाते हैं, और वे अपने दोषों को धो देते हैं और नई शुरुआत करते हैं। होली का महत्व भारतीय संस्कृति, परंपरा, और रंगीनता का प्रतीक है, और यह एक त्योहार के रूप में विश्वभर के लोगों के लिए बहुत खास है। इसलिए, होली का त्योहार भारतीय समाज में गहरा महत्व रखता है और यह एक खुशी और एकता भरा समाजिक त्योहार होता है।

मेधावी ने शिक्षा से सौंदर्य को संवारा

लगन

नासिर जैदी

सीतापुर। पिछले तीन दिन से सोशल मीडिया पर उत्तर प्रदेश में अपना नाम रोशन कर हर बच्चे की प्रेरणा बनी हाईस्कूल टॉपर प्राची निगम पर तरह-तरह के मीम्स बनाए जा रहे हैं। हालांकि ऐसा करने वालों की संख्या महज चंद है। प्राची के साथ करोड़ों देशवासी खड़े होकर ऐसे लोगों का कड़ा प्रतिकार भी कर रहे हैं।

सोशल मीडिया के नकारात्मक तत्वों के मीम्स से आहत सीतापुर की शान प्राची को इससे पहले कभी इस बात का अहसास नहीं हुआ कि उसके चेहरे पर मूछों जैसे बाल उग आए हैं। प्राची मेधावी के साथ ही बहादुर बेटी भी है। उसने बेझिझक मीडिया के सामने सफलता की कहानी साझा की। पिता चंद्रकांत ने कहा कि तीन साल पहले अचानक प्राची का वजन बढ़ने लगा और चेहरे पर मूछों की तरह बाल उगने लगे। डॉक्टर को दिखाने की बात पर प्राची ने बोला कि वह पढ़ाई प्रभावित नहीं होने देना चाहती है।

■ सोशल मीडिया पर ट्रोलर कर रहे बेवजह की टिप्पणी

दवाइयों का प्रभाव शरीर को शिथिल कर सकता है। रिजल्ट के बाद दिखाएगी। वह तो एक घंटे का समय भी जाया नहीं करना चाहती थी। उसकी अटूट मेहनत का परिणाम समाज के सामने है।

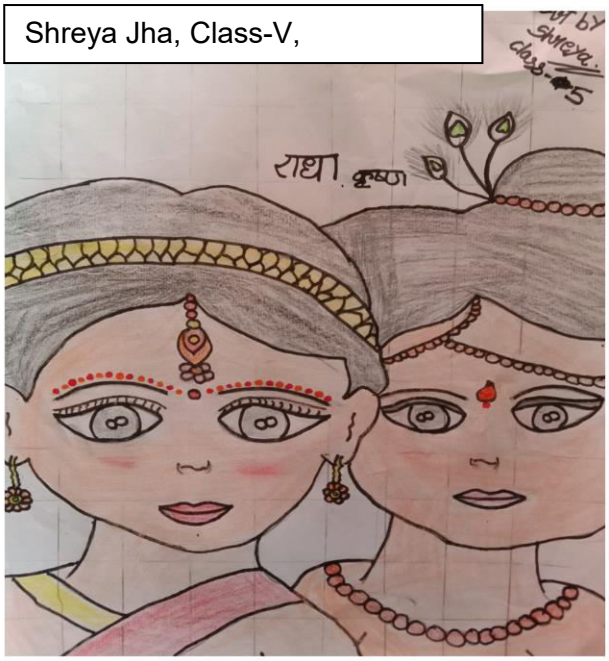
98.5 % अंकों के साथ सीतापुर की प्राची यूपी बोर्ड में हाईस्कूल की टॉपर बनीं

बीमारी नहीं, हारमोनल असंतुलनः प्रो. सुशील

पीजीआई लखनऊ के इंडोक्राइनोलॉजी विभागाध्यक्ष प्रो. सुशील गुप्ता ने कहा कि प्राची पीजीआई आ जाए तो वे उसका उपचार करेंगे। उन्होंने इसे सामान्य दिक्कत बताते हुए कहा कि जीवनशैली, जेनेटिक व अधिक वजन से ऐसा हो सकता है। उन्होंने सोशल मीडिया की टिप्पणी को पागलपन करार दिया है। उन्होंने कहा कि यह सामान्य बीमारी है और आठ से 16 साल की उम्र के आठ से 10 फीसदी बच्चों में ऐसा देखा जा रहा है। कुछ बच्चे समय के साथ बगैर इलाज सही हो जाते हैं।

प्राची बड़ी ही बेबाकी से कहती हैं, पढ़ाई के आगे आज तक यह नहीं समझ सकी कि मेरे चेहरे पर उगे रोओं से लोगों को क्या परेशानी है। मुझपर इससे कोई फर्क नहीं पड़ता है। प्राची कहती हैं कि समय पर सभी चीजें सही हो जाएंगी कॉरियर पहले है।

Shreya Jha, Class-V,



मुजफ्फरपुर जिला अंतर्गत मुरौल प्रखण्ड स्थित राजकीय बुनियादी विद्यालय बखरी में आयोजित होली मिलन समारोह के अवसर पर विद्यालय के बच्चे

बिन्दू कन्या मध्य विद्यालय अमलाटोला,पटना

होली : कंस और पूतना की कथा

कंस ने मथुरा के राजा वसुदेव से उनका राज्य छीनकर अपने अधीन कर लिया स्वयं शासक बनकर आत्याचार करने लगा। एक भविष्यवाणी द्वारा उसे पता चला कि वसुदेव और देवकी का आठवाँ पुत्र उसके विनाश का कारण होगा। यह जानकर कंस व्याकुल हो उठा और उसने वसुदेव तथा देवकी को कारागार में डाल दिया। कारागार में जन्म लेने वाले देवकी के सात पुत्रों को कंस ने मौत के घाट उतार दिया। आठवें पुत्र के रूप में कृष्ण का जन्म हुआ और उनके प्रताप से कारागार के द्वार खुल गए। वसुदेव रातों रात कृष्ण को गोकुल में नंद और यशोदा के घर पर रखकर उनकी नवजात कन्या को अपने साथ लेते आए। कंस ने जब इस कन्या को मारना चाहा तो वह अदृश्य हो गई और आकाशवाणी हुई कि कंस को मारने वाले तो गोकुल में जन्म ले चुका है। कंस यह सुनकर डर गया और उसने उस दिन गोकुल में जन्म लेने वाले हर शिशु की हत्या कर देने की योजना बनाई। इसके लिए उसने अपने आधीन काम करने वाली पूतना नामक राक्षसी का सहारा लिया। वह सुंदर रूप बना सकती थी और महिलाओं में आसानी से घुलमिल जाती थी। उसका कार्य स्तनपान के बहाने शिशुओं को विषपान कराना था। अनेक शिशु उसका शिकार हुए लेकिन कृष्ण उसकी सच्चाई को समझ गए और उन्होंने पूतना का वध कर दिया। यह फाल्गुन पूर्णिमा का दिन था अतः पूतनावध की खुशी में होली मनाई जाने लगी।

आपकी बात आपकी जुबानी

बच्चों आपको TOB बालमंच का ये अंक कैसा लगा? हमें अवश्य बताएं | आप हमें नीचे दी गए किसी भी माध्यम ईमेल या व्हाट्सअप द्वारा सूचित कर सकते हैं |

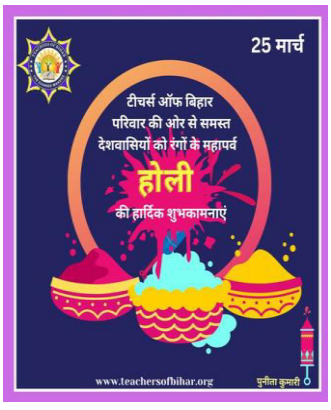
email- balmanch.teachersofbihar@gmail.com

Whatsapp: 8877318781 (Tripurari Roy)

धन्यवाद

उभरते सितारे

जिनको भी प्रशस्ति-पत्र मिल रहा है उनका लिस्ट इस लिंक पर उपलब्ध है:- https://www.teachersofbihar.org/award



THANKS FOR A VIEW