

A BILINGUAL MONTHLY FOR THE CHILLAR PARTY

CONNECTION

November 2023

कनेक्शन

THE
FUN RIDE
BEGINS

वाँव
कनेक्शन
YOUR CONNECTION WITH RURAL INDIA



CONTENTS

NOVEMBER
2023

CONNECTION

ISSUE 1



PAGE
05

FORMULA ONE THE PINNACLE OF MOTORSPORT



GAON CONNECTION

India's biggest rural communication
and insights platform

FOUNDER

Neelesh Misra

MAGAZINE EDITOR

Khila Bisht

CONSULTING EDITOR

Nidhi Jamwal

DESIGN

Emkay

EMAIL

connect@gaonconnection.com

WHATSAPP

+91-95656-11118



शब्दों का
खेल गानों
का मेल
रैप

PAGE
08



Postcard 4

जंगल-GYM 10-13

Get out! 14-15

इनसे बनता है देश 16

The Little Book Room 17

एक छोटी कहानी 18-19

YOGA होगा !? 20-21

Being Happy/
आओ खुशियाँ बाँटें 22

JUST FACTS 23

बात पते की 24





POSTCARD

WE ARE so excited about this magazine! We want it to be a real connection. Connecting us to each other across the length and breadth of the country – connecting us through language and stories and information. We want it to be your magazine which we will build together

Connection as you can see, is bilingual. With some stories in English and some in Hindi. Read both, become fluent in both. Write to us in both!

In a world of reels and shorts, where most things don't require more than a few minutes of our attention, we want Connection to slow things down a bit. And also remind you that there is a big world out there...that you should know more and experience more.

We will bring you stories of unknown heroes, real people, working hard and making big differences in small ways, in cities and in villages... we hope they will inspire you. And that our gardening, yoga and wellbeing pages will encourage you to set aside your screens and do something real.

We look forward to a fun filled and meaningful Connection!

Khila Bisht

Editor, Connection
khila@turnslow.com

खट्टी-मीठी बातें

बचपन में सबसे कठिन पता है क्या होता है? जी नहीं, सुबह जल्दी उठ कर स्कूल जाने से भी ज़्यादा कठिन एक काम और है। वह है मोटी-मोटी उबाऊ किताबें पढ़ना और पाठ के सवालियों के जवाबों को रटना। मुझे यह सब कैसे पता है, यही सोच रहे हैं ना? अरे, मैं भी तो कभी आप सभी की तरह एक छोटी सी बच्ची थी। यह बात और है कि अब स्कूल गए और इम्तेहान दिए मुझे कुछ बीस-तीस साल हो गए हैं। चलिए जान छूटी!

मुझे याद है कि बचपन में अगर कुछ पढ़ने में मज़ा आता था तो वह थी बच्चों की रंग-बिरंगी मैगज़ीन और कॉमिक्स। नंदन, चम्पक, टिकल, चंदामामा, टारगेट, चाचा चौधरी — इन सब में जैसे हमारी जान बस्ती थी क्योंकि हमारी जान लेने के लिए गणित की महा-उबाऊ किताब जो होती थी! वह भी क्या दिन थे जब हम मैगज़ीन पढ़ते-पढ़ते एक अलग ही दुनिया की सैर कर आते थे, बिना हवाई जहाज़ में बैठे। लंदन, पेरिस, अमरीका तो क्या, चाचा चौधरी और साबू के साथ हम तो जुपिटर ग्रह की भी सैर कर आते थे क्योंकि साबू ज़ूपिटर-वासी था और चाचा चौधरी का दिमाग कंप्यूटर से भी तेज़ चलता था।

अब जब मैं अपने आस-पास देखती हूँ तो ज़्यादातर बच्चों को मोबाइल फ़ोन पर वीडियो गेम्स खेलते देखती हूँ या फिर इंस्टाग्राम के लिए रील बनाते हुए।

कहानियाँ जो हमारे बचपन का अभिन्न अंग थीं, आजकल के बच्चे उनसे धीरे-धीरे दूर चले गए हैं। शायद गलती हमारी ही है कि हम खास बच्चों के लिए साफ़-सुथरा 'कंटेंट' और मज़ेदार मैगज़ीन्स बनाना भूल गए हैं। हमारे बच्चे अपनी जड़ों से दूर हो रहे हैं। उन्हें शायद वीडियो गेम के सभी लेवल पार करना आता है पर टमाटर कहाँ और कैसे उगता है, यह नहीं पता। वह सोशल मीडिया के 'इंफ्लुंसर्स' को 'फॉलो' करते हैं पर उन्हें यह जानकारी नहीं है कि असली हीरो वह छोटा किसान है जो पीढ़ियों से बीजों का संरक्षण कर रहा है ताकि आने वाली पुश्तों को थाली में भोजन मिल सके।

गाँव कनेक्शन ने एक छोटी सी पहल करी है इस नयी मैगज़ीन को शुरू कर के ताकि रील्स और वीडियो गेम्स के दौर में हम बच्चों को फिर से कहानियों की रंग-बिरंगी दुनिया में वापस ला सकें — वह एक अच्छे समाज की कल्पना कर सकें और छोटी-छोटी महत्वपूर्ण जानकारी पा कर धीरे-धीरे बदलाव ला सकें।

निधि जम्वाल

सलाहकार संपादक

nidhi@gaonconnection.com



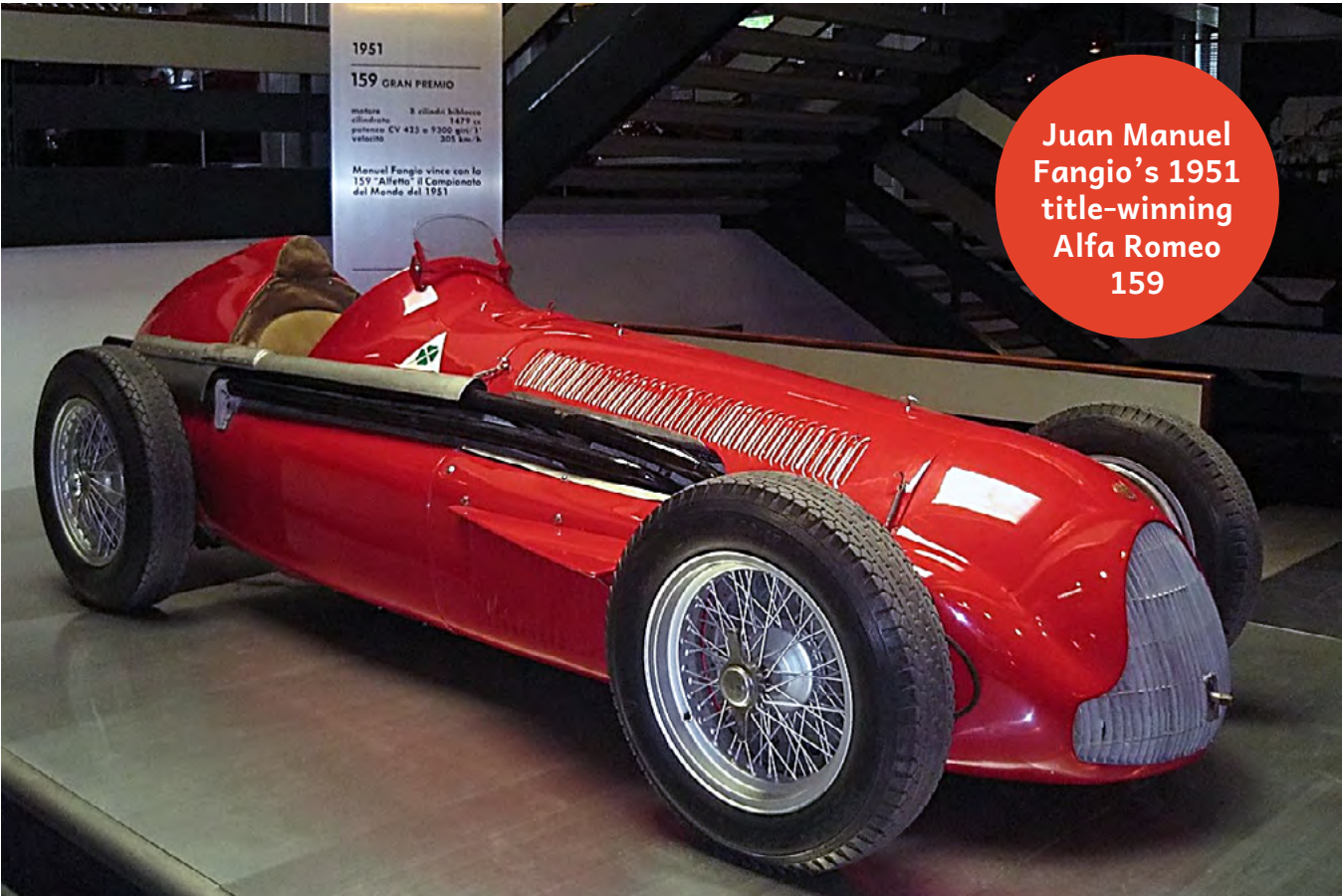
LEAD STORY

FORMULA ONE THE PINNACLE OF MOTORSPORT

• DEVYANI, 16
GURUGRAM, HARYANA

THE SOUND of engines roaring while sounds noisy to some, is music to the ears of others. The sound describes the wonderful world of Formula One better than anything else. To some it may seem like a useless sport in which 20 people drive around in circles but it is so much more than that and has an incredibly interesting history.

>> CONTINUED ON PAGE 6



WIKIMEDIA COMMONS

The first F1 race was held in 1950 in England, at the Silverstone race track, however you can trace its roots further back than that. Since 1950, the rules and the regulations of the sport have changed drastically however the thrill and excitement one gets from the sport remains the same.

Now onto the rules. A Formula One race or a 'Grand Prix' is an event that takes place over three days, Friday, Saturday and Sunday. There are three practice sessions followed by qualifying which decides the starting positions for Sunday's race. Then on Sunday comes the race. Excitement and tension brewing, the 20 drivers take their positions on the track. Five red lights go out and then in the blink of an eye they are off. They zoom along the track faster than is even imaginable. After an intense 305 kms, the race comes to an end. The top ten drivers score points with first place getting 25 and tenth getting 1.

Formula One is an extremely intense physical sport and it has given rise to some of the biggest sportsmen in the world. While talking about Formula One it

is impossible not to mention Micheal Schumacher who is widely considered to be one of the best F1 drivers of all time. With 7 world championships, 91 race wins and 155 career podiums he truly fits the mold of the ideal Formula One driver.



Michael Schumacher, With an astounding 7 world championships, 91 race victories, and 155 career podium finishes, stands as one of the sport's premier drivers

Ayrton Senna, Alain Prost, Niki Lauda , Fernando Alonso, Sebastian Vettel, Lewis Hamilton and so many more are some of the Formula One drivers who will go down in history for their incredible skill and for their championship winning race craft.

It may seem as though Formula One is a 'solo' sport in which you are on your own competing against 19 other drivers however it is in every way a team sport, maybe even more so than some others. Each team has two drivers and a plethora of engineers, strategists, designers, mechanics and many many more such jobs that may seem inconsequential but in reality play vital roles to the results and to the team outcomes. There are 20 teams in F1 and each team has their own rich history. The most iconic F1 team by far is Ferrari.

>> CONTINUED ON PAGE 7



The movie *Ford vs. Ferrari* portrays Ford's bid to rival Ferrari's racing dominance in 1960s endurance racing

It is almost impossible to think about Formula One and cars streaking down a track without thinking of the blur of red that is Ferrari. Formula One and Scuderia Ferrari have become inseparable and synonymous. The only team to have competed in every single season since the world championship began, have won 16 constructors championships and their drivers have won the drivers championship 15 times.

A new era of Formula One began in 2022 when a new set of regulations came into force – all designed to produce even more spectacular racing. With many changes in the aerodynamics of the car, with some new racing formats, a lower budget cap and many more changed rules, racing began in a whole new way while still keeping alive the ever-present spirit of Formula One that has remained unchanged for many years.

India too has had representatives in this exclusive sport. While talking about India in F1 the first thing that comes to mind is the Force India Formu-

la One Team formed in October 2007. Originally owned by businessman Vijay Mallya, it is now under other ownership and is called Aston Martin Aramco Cognizant F1 Team. There have been only two Indian drivers to compete in

Formula One; Narain Karthikeyan who made his debut racing for Jordan in 2005 and Karun Chandhok who was signed by HRT in 2010. However there are prospects of more Indian representation in this sport in the future. Jehan Daruvala is an Indian racing driver currently driving for MP Motorsport in Formula Two, he has competed in 3 seasons in Formula Two. Kush Maini is currently competing in his first season of F2 for Campos Racing. Both these drivers are immensely talented and in a few years might secure their positions in Formula One.

Through all the years that passed, all the changes in the rules and regulations, all the drivers who came and left the teams that came and left one thing remained the same; the heart and soul of this sport stayed the same and will remain unchanged in the future. ■



Narain Karthikeyan achieved recognition as India's first Formula 1 driver, and he's also excelled in A1 Grand Prix and various other international racing competitions

सबसे पहले

शब्दों का खेल गानों का मेल

रैप

● नंदिनी बिष्ट, 17 एवं ख्याति बिष्ट, 16
नैनीताल, उत्तराखंड

क्या आपने कभी सोचा है कि रैप कैसे बनना शुरू हुआ? यह म्यूजिक इंडस्ट्री का कैसे इतना बड़ा हिस्सा बन गया? शुरुआत में कौन लोग इसमें शामिल थे? तो चलिए, आज आपको रैप की दुनिया के बारे में बताते हैं। रैप जिसे हिप हॉप संगीत के रूप में भी जाना जाता है। इसकी शुरुआत 1970 के दशक की शुरुआत में न्यूयॉर्क शहर के ब्रॉक्स बोरो में हुई थी। कुछ अफ्रीकी अमेरिकियों ने अपने सुर ताल के साथ इसे नए अंदाज में पेश किया। दरअसल संगीत का यह रूप एक सांस्कृतिक और कलात्मक आंदोलन के रूप में उभरा, जिसमें डीजे, एमसीज जैसे म्यूजिक, ब्रेकडांसिंग जैसे डांस, ग्राफिटी जैसी विजुअल आर्ट, बीटबॉक्सिंग और बहुत कुछ शामिल था।

>> शेष अगले पृष्ठ पर



2019 में बनी फिल्म गली बॉय मुंबई के एक रैप कलाकार के संघर्ष पर आधारित थी और इस फिल्म ने रैप को भारत के घर-घर तक पहुंचा दिया।

अगर हम कहें कि रैप संगीत की शुरुआत ब्लॉक पार्टियों में हुई, तो ये गलत नहीं होगा। कूल हर्क और ग्रैंडमास्टर प्लैश जैसे डीजे ने रिकॉर्ड प्लेयर, टर्नटेबल्स और डीजे मिक्सर का इस्तेमाल करके एक नए तरह का संगीत और बीट्स बनाए। और एम्मीज़ (रैपर) ने इन बीट्स पर तुकबंदी करनी शुरू कर दी, जिसे लोगों ने खूब सराहा।

1980 और 1990 के दशक के बीच पब्लिक एनिमी, एन.डब्ल्यू.ए. और एल.एल. कूल जे. जैसे जाने-माने कलाकारों के आगे आने के साथ ही रैप के सुनहरे युग की शुरुआत हो गई थी। रैप को टूपाक शकूर, नोटोरियस बी.आई.जी. जैसे कलाकारों ने आम लोगों के बीच काफी मशहूर कर दिया था। यह ईस्ट कोस्ट और वेस्ट कोस्ट के कलाकारों के बीच के एक रोमांचक मुकाबले से कम नहीं था। नतीजतन, 1990 के दशक के अंत में मिस्सी जैसे समकालीन कलाकार उभर कर आए और लोगों के दिलों में छा गए।

एलियट, आउटकास्ट और एनिमेन उर्फ स्लिम शेडी संगीत के इस रूप को और आगे तक ले गए। उन्होंने नई शैलियों की खोज की और काफी आगे तक निकल आए।

लेकिन हाल-फिलहाल रैप संगीत का रुख थोड़ा बदला-बदला नजर आने लगा है। कैंड्रिक लमार, ड्रेक, कान्ये वेस्ट, A\$AP रॉकी, ट्रैविस स्कॉट, कार्डी बी, निकी मिनाज जैसे न जाने कितने रैपर्स ने गैंगस्टा से जुड़े गानों को अपनी पहचान बना लिया है। फैशन से लेकर स्लैंग तक, पॉप संस्कृति पर रैप का गहरा प्रभाव रहा है। इसने रैप कलाकारों और अन्य शैलियों के संगीतकारों को एक साथ आगे आने के लिए भी तैयार किया है।

भारत में रैप संगीत का इतिहास इससे थोड़ा छोटा है लेकिन उसे कम करके नहीं आंका जा सकता है। एमसी हैमर और वेनिला आइस जैसे अंतरराष्ट्रीय कलाकारों के जरिए रैप संगीत ने भारत में अपनी जगह बनानी शुरू की थी। बॉलीवुड ने भी फिल्मी गानों में रैप को शामिल करना शुरू कर दिया। बाबा सहगल तो याद होंगे। भारतीय संगीत में रैप की धूम उन्होंने ही मचाई थी। ठंडा ठंडा पानी जैसे उनके अंग्रेजी-हिंदी गाने को लोग आज भी भूले नहीं हैं।

उसके बाद कई रैप कलाकार और ग्रुप भारतीय संगीत की दुनिया में अपना रंग बिखरने के लिए आए। मसलन नेज़ी, डिवाइन, एमीवे बंताई और भी बहुत सारे। गली रैप मुंबई की सड़कों से शुरू हुआ था

और रैप संगीत को आम लोगों तक पहुंचा दिया। रणवीर सिंह और आलिया भट्ट की 2019 में बनी फिल्म गली बॉय रैप कलाकार के संघर्ष पर आधारित थी। इस फिल्म ने रैप को घर-घर तक पहुंचा दिया।

कई भारतीय रैप गाने असमानता, गरीबी और सामाजिक न्याय जैसे महत्वपूर्ण सामाजिक और राजनीतिक मुद्दों पर आधारित रहे हैं। इसके अलावा, भारतीय रैपर्स ने दुनियाभर के कलाकारों के साथ सहयोग किया है, जिससे भारतीय रैप को अब दुनिया में भी जाना-जाने लगा है। ऐसा ही एक उदाहरण है डिवाइन।

उन्होंने एनएएस के साथ मिलकर एनवाई से मुंबई को तैयार किया। रैप कॉन्सर्ट और लाइव परफॉर्मेंस ने भारत में काफी लोकप्रियता हासिल की है। कलाकार अक्सर संगीत समारोहों और कार्यक्रमों में अपने हुनर को लेकर आते हैं और इनमें जुटी भीड़ से उनकी लोकप्रियता का अंदाजा लगाया जा सकता है। इसने रैप को बच्चों, युवाओं और यहां तक कि बड़ी उम्र के दर्शकों के बीच पहुंचा दिया है। इतना कि देश भर के गांवों, कस्बों और शहरों में रहने वाले बच्चे रैप गानों और प्रमुख रैप कलाकारों को अच्छे से जानने लगे हैं।

लोगों की जुबान पर रैप के बोल लाने और लोकप्रिय बनाने में पंजाबी रैप शैली का काफी बड़ा हाथ रहा है। पंजाबी रैप की खासियत हिप-हॉप और रैप स्टाइल के साथ भांगड़ा बीट्स और पंजाबी गानों और पंजाबी म्यूजिक को एक साथ लाना है। इस फ्यूजन को लोगों ने काफी पसंद किया। इस लिस्ट में हम योयो हनी सिंह, रफ़्तार आदि जैसी जानी-पहचानी हस्तियों का नाम ले सकते हैं।

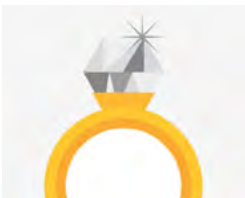
इस बदलते ट्रेंड ने काफी कुछ बदल दिया है। जो रैप कभी सामाजिक मुद्दों, संस्कृति और खुद की खोज पर आधारित थे। उनकी जगह अब पैसे, हिंसा, हथियार, औरतों के साथ हिंसा और बाहरी चीजों ने ले ली है। इससे रैप संगीत को लेकर बच्चों के युवा दिमागों में गलत विचार पैदा हो सकते हैं। यह उन्हें लोकप्रियता की एक दूसरी दुनिया में ले जा सकता है, जहां जीवन की सच्चाई नहीं बल्कि हथियारों और हिंसा की कालप्रतिक दुनिया है। इसलिए जरूरी है कि हम ये जान लें कि रैप कैसे, कहां और क्यों शुरू हुआ था। अतीत में इसके साथ जुड़े विचारों को समझना बेहद जरूरी है, क्योंकि ऐसा लगता है कि यह अपनी जड़ों से दूर जा रहा है। □

भारतीय संगीत में रैप की धूम सबसे पहले बाबा सहगल ने मचाई थी। ठंडा ठंडा पानी जैसे उनके अंग्रेजी-हिंदी गाने को लोग आज भी भूले नहीं हैं।

WRITE THE FIRST LETTER
OF EACH WORD IN THE BOXES
AND DO THE SUM



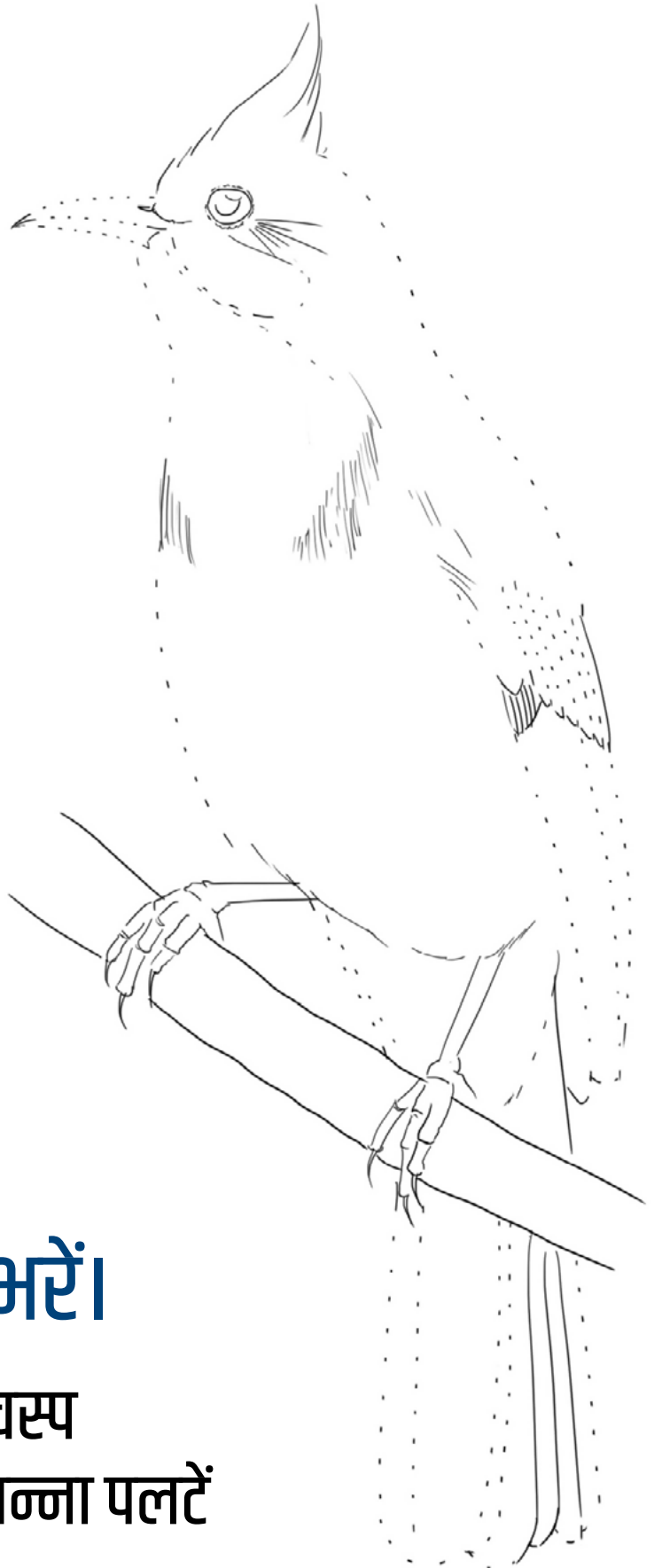
+



=



बिन्दुओं को जोड़कर पेंसिल से चित्र बनाएं ...



... फिर इसमें रंग भरें।

इस पक्षी के बारे में दिलचस्प
जानकारी पाने के लिए पन्ना पलटें

नीचे दिए प्रश्नों के उत्तर दें:

प्र.) इस पक्षी की चोंच की बनावट आपको कैसी लगती है?

- छोटी, शंक-नुमा
- बड़ी, खूंटे जैसी
- लम्बी व गोलाई में मुड़ी हुई

प्र.) इसके पैरों की बनावट आपको कैसी लगती है?

- छोटी व खुदरी (पेड़ों की डालियों पर बैठने के लिए उपयुक्त)
- झिल्ली-दार (पानी में तैरने योग्य)
- बड़ी और शक्तिशाली (चूहे आदि छोटे जीवों का शिकार करने योग्य)

प्र.) क्या आपने इसके चेहरे पर लाल "मूछों" पर ध्यान दिया? चित्र में इन्हें ढूँढ कर उनपर गोला बनायें।

प्र.) क्या अपने कभी इस पक्षी को देखा है?

- हाँ, (बताएं कब और कहाँ?).....
- नहीं

प्र.) इसकी चोंच के आकार का चित्र यहाँ बनायें:



सिपाही बुलबुल

Red-whiskered Bulbul

सिपाही बुलबुल



इस पक्षी को 'सिपाही' इसलिए कहा जाता है क्योंकि इसके सिर पर स्थित कलगी किसी सिपाही की टोपी की तरह प्रतीत होती है। इसके चेहरे पर मूँछ-नुमा लाल धारियाँ होती हैं जो वयस्क होने पर ही उभरती हैं। इसकी दुम के नीचे के पंख भी लाल रंग के होते हैं।

इस बुलबुल की दुम भूरे रंग की होती है जिसके किनारे सफ़ेद होते हैं। नर और मादा पक्षी एक से दिखते हैं और इनकी लम्बाई लगभग 20 से.मी. होती है।

स्वयं कर देखो: अपनी कलाई से उँगलियों के सिरे तक की लम्बाई नापें और पता लगाएं कि क्या यह माप बुलबुल की लम्बाई से अधिक या कम है?

सिपाही बुलबुल की आवाज़ तेज़, स्पष्ट व मीठी होती है।

बुलबुलों के घोंसले प्याले जैसे होते हैं जो झाड़ियों और छोटे पेड़ों में बनाये जाते हैं। घोंसला बनाने के लिए बारीक डालियाँ, तिनके, घास-फूस और पेड़ों की छाल आदि वस्तुएँ प्रयोग में लायी जाती हैं। इस चित्र में आप बुलबुल को अपनी चोंच में घोंसला बनाने के लिए सामग्री ले जाते देख सकते हैं।



बुलबुल अपने बच्चों को प्रोटीन से भरपूर आहार, जैसे कीड़े आदि, खिलाती हैं जो उन्हें बढ़ने व पर विकसित करने में मदद देते हैं। परन्तु बड़ा होने पर बुलबुलों का पसंदीदा आहार विभिन्न प्रकार के फल होते हैं।

Source: बिंदुओं को जोड़ें – किलकिला, अर्ली बर्ड
<https://www.early-bird.in/hindi/>

कला: स्मिता कौशिक
हिंदी अनुवाद: रमन कुमार



PLANTING FOR THE PLANET

● **COLONEL GREENFINGERS**
NURPUR, WEST BENGAL

IT'S TIME for you kids to make a difference, so do the world a huge favour and begin to correct the things that are wrong today, one little thing at a time. We live in an era where even a lot of what we eat is fake and does more harm to us than nourish us. Our not very active lifestyles and addictions to TV, mobiles and computers only make things worse.

We need to be out of our homes, enjoy the outdoors and even grow our own food. And in this regard, I have but a few easy suggestions which will provide you with a small sense of satisfaction and more than that be a small and hopeful contribution

to the planet and for your family.

So, try these and begin with growing food on your balconies, verandas or any outside space. Here are some easy to grow, found around the kitchen items that you can grow from seed. And the grownups will be happy!

BEFORE YOU BEGIN PLANTING

To start, fill a box or pot with a combination of 1/3rd soil, 1/3rd compost and 1/3rd coco peat and you are ready to farm. These will be readily available online or at any good nursery. Get creative with the pots and planters!



Coriander or dhania: These humble seeds are found in most kitchens, just take a handful, crush the pods lightly into

GET OUT!

halves without applying too much force and sprinkle them into a pot or planter. In a couple of days you will have fresh coriander plants that can be used as a garnish and you will be adding flavour to your food. Do not overwater but keep the soil moist. Provide sunshine and welcome the bees that love the flowers!



PHOTOS: FREEPIK

Chilies: You know the dry chilies that mom uses for tadka? Take the seeds from them and plant them in pots you have prepared and voila, within about ten days you will have plants and you won't have to buy chilies from the markets.



Tomato and Capsicum: Where these are concerned, slice both in the middle like for the salad slices one enjoys, place the slices in a pot and cover lightly with mud. Soon you will have plants that can be transferred into different pots and planters and a homemade supply of tomatoes and capsicum.

Watering and care for these three is impor-

tant. Do not overwater, they will need water as per requirement so check the soil before watering. Aphids are pests that need controlling here and a simple solution of 1/4th neem oil mixed with 3/4th water will do the trick.

EARTHWORM POO!

Well, everything said and done you need good fertilised soil for your enterprise. Even if you start all this with normal soil or buy compost from the market to begin with, you can make your own soil at home. Today at most places waste is segregated into dry waste and wet waste. Our interest lies in wet waste. Here is a chance for you to make a difference to the planet.

Collect your wet waste in plastic containers or large clay pots, and your workers will be those earthworms we played with as kids? Well, they serve a much higher purpose. Try getting even just a handful and put them into the wet waste and let them do their job. Just remember they prefer darkness so cover the containers with anything that prevents light from disturbing them and they will eat through all the kitchen waste. What will eventually remain is the most nutritious compost and it will have been a joint enterprise with you and your earthworms!



COMPOSTING AND OTHER NOTES

- Do the composting work out in the open because if not handled properly it will smell.
- There is going to be liquid generated in the composting process (this is the smelly stuff) which must be drained. However, this liquid is loaded with the good stuff plants need so it can be mixed with water in your watering cans and sprinkled on to all your plants.
- Once the compost is ready it will look like dark brown soil, it's earthworm poo after all! Like they say, good manure brings out the best vegetables. Now sift out the earthworms and let them work on the next wet waste from the kitchen while you go ahead proudly and fertilize your plants with your very own compost!
- Start small so you can look after your plants.

Write and tell me how it goes and what you want to try and grow next. ▣

Col G retired from the Indian Army and now is a farmer somewhere near the Indo-Bhutan border.



सभी तस्वीरें: प्रदान

● गाँव कनेक्शन

सुखमंती देवी तब सिर्फ दस साल की थीं जब उन्होंने बीजों का संरक्षण करना शुरू कर दिया था! वह मध्य प्रदेश के सिंगरौली जिले के चटनिहा गांव में एक किसान हैं। वह कहती हैं, "मेरे माता-पिता भी किसान थे और उन्होंने मुझे सिखाया कि एक किसान के लिए स्वदेशी बीज कितने महत्वपूर्ण हैं।"

अब आप सोच रहे होंगे कि स्वदेशी बीज क्या होते और उनका संरक्षण क्यों किया जाता है। देशी बीज वो हैं जो पीढ़ी दर पीढ़ी स्थानीय स्तर पर उगते आ रहे हैं। कई मामलों में तो इनकी किस्में हजारों सालों से भी ज्यादा पुरानी होती है। वे बिना इंसानों की मदद से, प्राकृतिक तौर पर बढ़ते और फलते-फूलते हैं। यानी हवाएं, मधुमक्खियां और जानवर इन्हें यहां से वहां फैलाने या उगाने में मददगार होते हैं। लेकिन आज इन बीजों के लुप्त होने का खतरा मंडरा रहा है। इसलिए भविष्य के लिए इन्हें संभाल कर रखना इंसानों के लिए जरूरी हो गया है।

सुखमंती देवी अब तक 40 से ज्यादा स्वदेशी किस्मों के बीजों का संरक्षण कर चुकी हैं। इनमें मक्का, धान, सावन (बार्नयार्ड) बाजरा शामिल हैं। उन्होंने समझाते हुए कहा, "मेरे पास मक्का, धान और तिलहन की पांच से छह किस्में हैं। मैं उन्हें इकट्ठा करती हूँ, कुछ को खेती के लिए इस्तेमाल करती हूँ। तो वहीं कुछ को नए सीजन के लिए संभालकर रखती हूँ।"

चटनिहा गांव में पांच सौ घर हैं। अगर सुखमंती देवी को छोड़ दें, तो गांव के बाकी लोग हाइब्रिड बीजों से फसल उगाते हैं। दरअसल हाइब्रिड बीजों से फसल में कम मेहनत, रासायनिक खादों का ज्यादा इस्तेमाल और ज्यादा पैदावर होती है। ये लोग अपनी फसल से ज्यादा पैसा कमाने के लिए हाइब्रिड फसलों की ओर जाना ज्यादा पसंद करते हैं। लेकिन सुखमंती देवी को पैसों से ज्यादा अपनी विरासत की चिंता है, जिसे वह सालों से संभाले हुए हैं।

हाइब्रिड बीज वे बीज होते हैं जिन्हें प्रकृति नहीं बल्कि इंसानों द्वारा

लैब में तैयार किया जाता है। वे मूल पौधों को चुनते हैं और उन्हें अपनी पसंद के फल, अनाज, सब्जियां और फल आदि उगाने के लिए तैयार करते हैं।

सुखमंती देवी को अपनी जमीन के लिए देसी बीजों के महत्व के बारे में पता है। उनके खेत सीढ़ीदार है। उनके मुताबिक, पर्यावरण के लिहाज से यहां हाइब्रिड बीज फायदे का सौदा नहीं है।

वह स्वदेशी बीजों का इस्तेमाल कर अपने खेतों में मक्का, धान, तिलहन, जौ और सब्जियां जैसे बैंगन, टमाटर, मिर्च, सरसों, बरवटी (लोबिया) और अलसी जैसी फसलों को उगाती हैं।

सुखमंती देवी जहां रहती हैं, वहां के किसान खेती के लिए बारिश पर निर्भर हैं। जबकि स्वदेशी बीजों की तुलना में हाइब्रिड बीजों को ज्यादा पैसे, जमीन और पानी की जरूरत होती है।

दुनिया भर में किए गए अध्ययनों से पता चला है कि चावल और बाजरा की स्वदेशी किस्में हाइब्रिड बीजों की तुलना में सूखे और बाढ़ से बेहतर तरीके से निपट सकती हैं।

जबकि हाइब्रिड बीजों को सिर्फ एक या दो साल तक संरक्षित किया जा सकता है, वहीं देशी बीज दो से चार साल तक संरक्षित रहते हैं। कोदो सावन नामक एक अनोखी किस्म है, जो सौ सालों तक बनी रह सकती है!

देशी बीज सेहत के लिए काफी अच्छे होते हैं। वे डायबिटीज और दिल के रोगों से बचाते हैं।

आपको ये जानकर हैरानी होगी कि ये स्वदेशी किस्में पूरे देश और दुनिया भर में खतरे में हैं, क्योंकि ज्यादातर किसान नई और हाइब्रिड किस्मों को उगाने का विकल्प चुन रहे हैं। अगर स्वदेशी किस्मों को नहीं बचाया नहीं गया तो ये इस धरती से गायब हो जाएंगी।

इसीलिए सुखमंती देवी जैसे लोग नायक हैं, जो बिना किसी स्वार्थ के अपना काम करते रहते हैं। उनका मानना है कि स्वदेशी बीज हमारे अस्तित्व के लिए जरूरी हैं और उनका संरक्षण किया जाना चाहिए। और वह वैसा ही कर रही है! एक समय में एक बीज बचाना उनका मकसद है। □



सुखमंती देवी ने 40 से ज्यादा किस्मों के स्वदेशी बीजों को भविष्य के लिए बचा कर रखा है।



MIDJOURNEY

● UZMA NAWCHOO

SRINAGAR, JAMMU & KASHMIR

“HUSHAAR RUZIV! Hushaar ruziv!”

Zooni woke up to this.

Someone in the *koocha* (lane) outside her house was playing a drum loudly while screaming these words.

She looked at the window, it was still dark. Scared, she pulled the *laef* (cover) over her head trying to go back to sleep.

In the morning, she told her mouji about the man.

Smiling at Zooni Mouji said “Oh! *Myean sone koor* (my good girl) Zooni, that was Sahar Khan.”

“Sahar Khan, who is that and why does he play drums so loudly and what does he keep screaming?” asked Zooni.

Mouji replied, “Sahar Khan is a man who has the job of waking people up from deep sleep just before dawn so that they can eat Sahar during the month of Ramazan.”

“Does he come every day? What does he look like? Will he come tomorrow? Can I see him please?” Zooni asked.

“Yes, he will come every day for the whole month of Ramazan and during the day he might come to collect his money. You can have a glimpse of him then.” said Mouji.

Zooni was curious about Sahar Khan, she won-

dered if he was some ghost who picked small children up from their beds while they were fast asleep and put them in his Jhola, taking them away to his *goapfh* (den).

The next morning she was again woken up by the sound of drums and Hoshaar riziv, she was still scared.

Sahar Khan did not show up that day.

Some days passed and then one evening, at the time of Iftyaar, he came to her house.

She ran to the veranda, tucking herself behind her mouji’s *pooxch* (dupatta), to take a look at him.

She saw a lean man, wearing a light grey khan dress and ivory Kashmiri *touip* (cap). He had a dhol (drum) slung across his body and a loud speaker in one hand.

Mouji gave him some money, his salary.

He smiled at Zooni.

His smile comforted Zooni and she heaved a sigh of relief thinking Sahar Khan was not a ghost after all, thank God!

The next morning, she heard him again, she smiled, closed her big eyes and went back to sleep peacefully.

Since then, every Ramazan she joyously looks forward to hearing Sahar Khan’s drum roll. ▣

Uzma is an artist and teaches art. She grew up in Kashmir and now lives in Gurugram.



मिडजर्नी

नैना और मकड़ी

• अनील बिष्ट

एक दिन की बात है। नैना कुर्सी पर बैठी खिड़की के बाहर हो रही, बारिश को देख रही थी। वह कुछ सोच ही रही थी कि अचानक से उसने अपने सामने एक बड़ी सी मकड़ी को लटकते देखा। उसने तुरंत सोचना बंद कर दिया और बोली, ओह! एक मकड़ी।

मकड़ी ने जल्दी से खुद को वहां से हटा लिया और छत पर जाकर छिप गई। नैना ने उसकी ओर देखा और उसने नैना की ओर। फिर नैना

ने सोचा, अरे! मैं तो उससे बड़ी हूं। मुझे ही उससे पहले बात करनी चाहिए।

उसने कहा, “तुम इस तरह नीचे क्यों लटकी हुई थीं। तुमने तो मुझे डरा दिया, मिस स्पाइडर?”

मकड़ी बोली, “मुझे माफ कर दो। मुझे नहीं पता था कि तुम वहां पर हो। जब मैंने तुम्हारी बड़ी-बड़ी आंखों को देखा तो मैं डर गई।”

नैना ने कहा, “अच्छा फिर नीचे आओ। तभी तो हम ठीक से बात कर पाएंगे। ऊपर देखते-देखते तो मेरी गर्दन दुखने लगी है।”

“ठीक है” मकड़ी ने कहा, और वह थोड़ा सा नीचे की ओर लटक गई।

“तुम ऐसा कैसे कर लेती हो,” नैना ने पूछा

“क्या?”

“ऐसे नीचे की तरफ लटकना। और क्या..”

मकड़ी ने कहा, “ओह, सभी मकड़ियां ऐसा कर सकती हैं। हमारे अंदर यह मजबूत धागा है जिससे हम अपना जाल बनाते हैं।”

उसने बड़े ही गर्व के साथ बताया, “क्या तुम्हें पता है हमारा धागा इतनी ही मोटाई के स्टील से भी ज्यादा मजबूत है? और हमारी प्रजाति के कुछ लोग नदियों पर पुल बना सकते हैं, तो वहीं कुछ गुड़गांव जैसे बड़े-बड़े अपार्टमेंट में बने घरों में रहते हैं। लेकिन मैं यहां मैं अकेली रहती हूं और मुझे अपना सुंदर बड़ा सा जाल बनाना पसंद है। मैं एक

एक छोटी कहानी

मेरा जाल तो सिर्फ
एक कोने में होगा।
इससे कोई नुकसान
भी नहीं है। तुम्हें
पता है, हमारा ये
जाल कीड़ों को
अपने अंदर फंसा
लेता है। मैं तो
चुपचाप अपने जाले
वाले कोने में रहूंगी।



मिडजर्नी

कोने की तलाश में हूँ जहाँ अपना जाल बना सकूँ।”

नैना ने कहा, “यह इतना अच्छा विचार नहीं है। मेरी माँ हर चीज़ को साफ-सुथरा रखना पसंद करती है। जैसे ही वह तुम्हारा जाला देखेगी, वह उसे फिर से साफ़ कर देगी।”

“लेकिन यह तो सिर्फ एक कोने में होगा। इससे कोई नुकसान भी नहीं है। तुम्हें पता है, हमारा ये जाल कीड़ों को अपने अंदर फंसा लेता है। मैं उन मूर्ख चींटियों की तरह नहीं हूँ जो इधर-उधर दौड़ती हैं और आपके कपड़ों पर चढ़कर चीनी के कटोरे में घुस जाती हैं। मैं तो चुपचाप अपने जाले वाले कोने में रहूंगी।”

“हमारे यहां चींटियाँ नहीं हैं। लेकिन कोई नहीं। वैसे ज्यादातर लोगों को तुमसे डर लगता है। जब वे अचानक से तुम्हें दरवाजे के पीछे से भागते हुए देखते हैं, तो डर से चिल्लाते हैं और बाहर भागते हैं। तुम काफ़ी बड़ी हो। वैसे तुम्हारे इतने पैर क्यों हैं? चार तक तो ठीक है। मुझे लगता है कि छह भी चल जाएंगे। लेकिन तुम्हें आठ पैरों की क्या जरूरत है?”

“यह तो बहुत अनाड़ी है”, मकड़ी ने थोड़ा झुंझलाकर कहा, “मैं तुम्हारी जानकारी के लिए बता दूँ कि सिर्फ दो पैरों से दीवारों पर चढ़ने और जाल बुनने का काम नहीं किया जा सकता है।”

‘सॉरी,’ नयना ने झट से कहा, ‘मैं तो बस जानना चाहती थी। वैसे भी तुम्हें अपना जाला बनाने के लिए कहीं और जाना पड़ेगा। यहां तो तुम्हारा जाला एक दिन भी नहीं चलेगा।’

मकड़ी ने कहा, “मेरी प्यारी दोस्त, मैं बहुत थक गई हूँ और बारिश भी हो रही है। अगर मैं बाहर जाऊंगी तो भीग जाऊंगी।”

“मुझे पता है”, नयना ने खिड़की से बाहर देखते हुए कहा। “तुम

खिड़की के बाहर उस कोने में अपना जाला क्यों नहीं बनाती?”

“लेकिन बारिश हो रही है”

“वहां छत के नीचे उस कोने में। वहां बारिश नहीं आ रही है। यह खिड़की बुरी तरह से जाम है और खुल नहीं सकती। इसलिए मम्मी वहां सफाई नहीं कर सकती है। तुम्हारा जाला कुछ समय तक सुरक्षित रहेगा।”

“धन्यवाद, धन्यवाद”, मकड़ी ने कहा, “यह एक अच्छा विचार है।” और वह तुरंत बाहर निकल गई और काम करना शुरू कर दिया। जल्द ही नैना को उसका नया खूबसूरत जाल दिख गया। उसकी दोस्त मकड़ी वहां बैठी नाश्ते के लिए मकखी का इंतजार कर रही थी।

तभी नैना की माँ झाड़ू और झाड़न लेकर आ गई।

“तुम किससे बात कर रही थीं?” उन्होंने नैना को खिड़की से बाहर देखते हुए, देखकर पूछा।

नैना ने कहा, “कोई नहीं” क्योंकि बड़े लोग नहीं जानते कि बच्चे मकड़ियों से बात कर सकते हैं।

उन्होंने जब बड़ी मकड़ी के जाल को देखो, तो झुंझलाहट में अपना सिर हिलाते हुए कहा, “मेरा हाथ वहां तक नहीं जा पाएगा। मुझे नहीं पता कि वह कारीगर इस खिड़की को खोलने कब आएगा। तब तक मैं इस जाले को भी नहीं हटा पाऊंगी।” वह अपनी झाड़ू लेकर बाकी कमरों की सफाई करने के लिए चली गई।

नयना और मकड़ी ने एक-दूसरे को देखा और मुस्कुराते हुए आंख मारी। □

अनील बिष्ट एक नानी हैं, इससे पहले वह कॉलेज में पढ़ाती थीं।



FREPIK

● APARNA TALAULICAR

HAVE YOU done yoga ever? Have you reached up into the sky pretending to be a tall giraffe? Or folded forward from your waist hanging and swinging one arm like an elephant's trunk? Have you slithered like a snake and lifted your hood to become a cobra? Or twisted yourself into funny knots? Have you made triangle shapes with your body? Or tried to stand on your head?

I'm sure you have done some of these things, even if you did not think of it as yoga. And I'm pretty sure that you were having fun while moving your body into odd and silly shapes.

So you already know a little yoga, even if you did not know that you knew it. As you grow up you will find that this is true of many other things too. You will keep marvelling at all the hidden talents you have that you keep uncovering. Doing yoga is the same. When you do yoga regularly, you find lots of hidden treasures inside yourself. You feel happy and peaceful and stress-free. You end up being good friends with yourself. And best of all, each time you do yoga, you have lots of fun.

So let's start a yoga journey together. Each time we meet here, we will find out a little about what yoga is. That's because yoga is a lot of things. And the most important of those things is how yoga makes you feel.

You must have heard that story about the people who could not see meeting an elephant. Each of them reached out and touched the elephant and

depending on the part they touched, each one had a certain idea of what an elephant is. One said the elephant is like a horn because he had only felt the tusk. Another said the elephant is long and curved because he had touched the trunk. A third said an elephant has two tails and one more said an elephant was like a rough wall.

Each was right in her or his own way. An elephant is made up of all these parts and even if they did not get to see the majestic and beautiful animal as a whole, it did not matter. What mattered to each was their own experience of the elephant.

With yoga too, it will be a bit like this. You may not know exactly what yoga is, but each time you do it, you will know how it makes you feel. You may chant Om and feel energised. You may do a lot of frog jumps and feel tired. In tortoise pose you may feel the way you do when you hide under a table or bed. Yoga may make you tall and strong and honest. As you keep doing yoga, you will find your own meaning for yoga. And then just like a tiny seed grows into a big tree, yoga will keep growing more fruits and more feelings for you.

While you wait for the next issue, think about a magical tree that gives you many different kinds of fruit. And if you like, you can even make a drawing of this tree with yourself visible somewhere.

Bye for now. ▣

You may not know exactly what yoga is, but each time you do it, you will know how it makes you feel.

Aparna is a yoga teacher who lives in Goa and Gurugram.

योग जादू का पिटारा



मिडजर्नी

● अपर्णा तालौलिकार

क्या आपने कभी योग किया है? क्या आपने कभी जिराफ की तरह लम्बा होकर आसमान छूने की कोशिश की हैं? या अपनी कमर से आगे की ओर झुककर, एक हाथ को हाथी की सूंड की तरह लटकाया है?

क्या आपने कभी सांप की तरह लेटकर कोबरा बनने के लिए हाथों से फन बनाया है? या अपने आप को कुछ अजीब तरीके से मोड़ा है? क्या आपने अपने शरीर से त्रिभुज आकृतियां बनाई हैं? या अपने सिर के बल खड़े होने की कोशिश की?

मुझे यकीन है कि आपने इनमें से कुछ चीजों को तो जरूर किया होगा। भले ही आप इन करतबों को योग का नाम न दें। लेकिन मुझे पता है कि अपने शरीर को अजीब ढंग से, यहां से वहां घुमाने में खूब मजा आया होगा।

तो आप पहले से ही थोड़ा-बहुत योग करना जानते हैं। भले ही आपको यह नहीं पता था कि आप इसे जानते हैं। जैसे-जैसे आप बड़े होंगे, आप पाएंगे कि बहुत सी ऐसी चीजें हैं जिन्हें आप जानते हैं लेकिन आपको ये पता ही नहीं होता है। जैसे-जैसे उनसे जुड़ी, छिपी हुई बातें बाहर आती हैं, आप उन्हें देखकर हैरान हो जाते हैं। योग करना भी वैसा ही है। जब आप रोजाना योग करते हैं, तो आपको अपने अंदर बहुत सारे छिपे हुए खजाने मिलते हैं। आपको एक खुशी मिलती है और आप तनाव मुक्त महसूस करते हैं। आप खुद के सबसे अच्छे दोस्त बन जाते हैं। और सबसे अच्छी बात यह है कि हर बार जब आप योग करते हैं तो आपको बहुत मजा आता है।

तो आइए, एक साथ योग का सफर शुरू करते हैं। हर बार जब हम यहां मिलेंगे तो हमें थोड़ा-थोड़ा पता चलता रहेगा कि योग क्या है। दरअसल योग कोई एक चीज नहीं है। उसमें बहुत कुछ शामिल है। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि योग आपको कैसा महसूस कराता है।

आपने चार अंधे दोस्तों की कहानी तो सुनी होगी, जिन्होंने कभी

हाथी को नहीं देखा था। उन सभी ने हाथी को छुआ और अपने-अपने अनुमान से बताया कि हाथी कैसा दिखता होगा। एक ने कहा कि हाथी एक सींग की तरह है क्योंकि उसने सिर्फ उसके दांत को छुआ था। दूसरे ने कहा कि हाथी लंबा और घुमावदार है क्योंकि उसने उसकी सूंड को छुआ था। तीसरे ने कहा कि हाथी की दो पूंछें होती हैं और एक अन्य ने कहा कि हाथी एक ऊबड़-खाबड़ दीवार की तरह होता है। सब लोग अपनी जगह सही थे। हाथी इन सभी अंगों से मिलकर बना है। क्योंकि उन्होंने कभी हाथी को देखा नहीं था तो उनके लिए उसकी सही व्याख्या करना संभव नहीं था। उन्होंने वही बताया, जो उन्होंने महसूस किया था। यहां हर एक के लिए जो बात मायने रखती थी वह हाथी के बारे में उनका अपना अनुभव था।

योग के साथ भी कुछ ऐसा ही है। हो सकता है कि आपको ठीक से पता न हो कि योग क्या है, लेकिन हर बार जब आप इसे करेंगे, तो आपको पता चल जाएगा कि यह आपको कैसा महसूस कराता है। आप ओम का जाप कर सकते हैं और ऊर्जावान महसूस कर सकते हैं। आप बहुत अधिक मेंढक की तरह कूद सकते हैं और थकान महसूस कर सकते हैं। कछुआ मुद्रा में आप वैसा ही महसूस कर सकते हैं जैसा आप तब महसूस करते हैं जब आप किसी मेज या बिस्तर के नीचे छिपते हैं। योग आपको लंबा, मजबूत और ताकतवर बना सकता है। जैसे-जैसे आप योग करते रहेंगे, आपको योग का मतलब खुद ही पता चल जाएगा।

और फिर जैसे एक छोटा सा बीज बड़ा होकर एक बड़ा पेड़ बनता है, वैसे ही योग आपके लिए अधिक फल और अधिक भावनाएं विकसित करता रहेगा। जब आप अगले अंक की प्रतीक्षा कर रहे हों, तो एक जादुई पेड़ के बारे में सोचें जो आपको कई तरह के फल देता है। और अगर आप चाहें, तो आप इस पेड़ का एक चित्र भी बना सकते हैं, जिसमें आप कहीं दिख रहे हों। अभी के लिए, बाय।

अपर्णा योग सिखाती हैं। वह गोवा और गुडगाँव में रहती हैं।



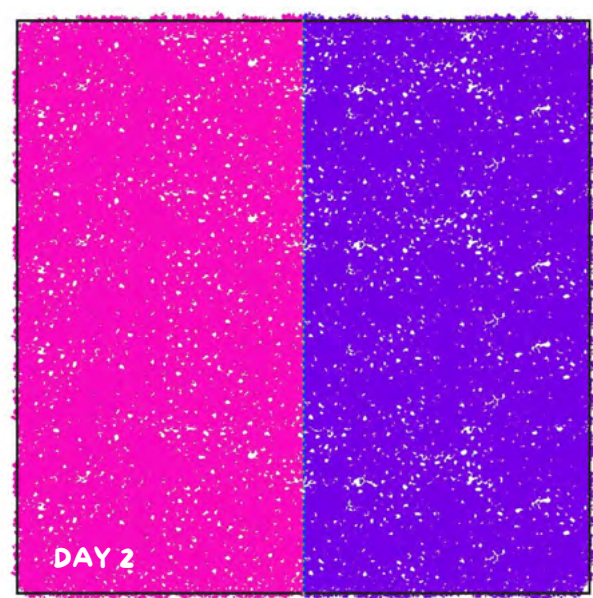
LET'S START WITH SOMETHING SMALL

● ANJLI SARUP

WE ALL feel different emotions all the time. Sometimes something goes wrong which makes us angry, or someone breaks our favourite toy. We feel sad and teary. Our parents want us to do something when we feel that is not right. We are confused and dejected. We do not know to whom to turn to or how to deal with them. So let's get together and learn to deal with emotions, one emotion at a time. We will deal with them in a fun way and let them never bother us again. So my happy buddies meet you soon with our first emotion!

In the meantime you can try this - before sleeping, or at any other time, if you are feeling sad, take a sheet of paper and draw a square. Colour it with your favourite colour. Does it make you happy? Great! Tomorrow make a square and divide it into half and colour with two different colours. Keep dividing your squares, colouring them and feeling good about yourself.

Anjli is a psychologist. She loves working with children. She lives in Hyderabad.



एक छोटी शुरुआत

● अंजलि सरूप

दोस्तों क्या आपके साथ ऐसा कभी हुआ है कि किसी ने आपका पसंदीदा खिलौना तोड़ दिया और आपको गुस्सा आने लगा हो। कुछ गलत हो गया तो परेशान हो उठे। किसी ने डांट दिया तो बहुत दुखी हो गए और रोने का भी मन करने लगता है। कई बार तो ऐसा होता है कि हमारे माता-पिता चाहते हैं कि हम कुछ ऐसा करें लेकिन वो काम करने का हमारा मन नहीं होता या फिर हमें लगता है कि यह सही नहीं है। हमें समझ नहीं आता कि क्या करें और निराश हो जाते हैं। दरअसल ये हमारी अलग-अलग तरह की भावनाएं हैं। ऐसे समय में हम नहीं जानते कि हम कहां जाएं, किसके पास जाएं या फिर इन भावनाओं से कैसे निपटें।

परेशान होने की बिल्कुल जरूरत नहीं है। हम एक साथ मिलकर, बहुत मजेदार तरीके से आपके बदलते मूड को ठीक करने की कोशिश करेंगे ताकि आपके होठों पर आपकी प्यारी सी हंसी फिर से लौट आए। तो, दोस्तों हम पहले मजेदार तरीके के साथ जल्द ही आपसे मिलेंगे!

लेकिन तब तक आप कुछ ऐसा कर अपने बिगड़ते मूड को सही करने की कोशिश कर सकते हैं। अगर

आप सोने से पहले या किसी भी समय, उदास महसूस कर रहे हैं, तो कागज की एक शीट लें और उस पर एक वर्ग बनाएं। इसे अपने पसंदीदा रंग से रंगें। क्या ऐसा कर आपको खुशी मिली है? बहुत बढ़िया! कल फिर से एक कोशिश करेंगे। आपको कुछ ज्यादा नहीं करना है बस अपने वर्ग को दो हिस्सों में बांटना है। अब इन्हें दो अलग-अलग रंगों से रंग दें। अगले कुछ दिनों तक अपनी शीट पर वर्ग बनाते रहे, उन्हें रंगों से सजाते रहें और अपने मूड को ठीक कर लें।

अंजलि एक मनोवैज्ञानिक हैं। उन्हें बच्चों के साथ काम करना बहुत पसंद है। वह हैदराबाद में रहती हैं।



MIDJOURNEY

WRESTLING is the oldest sport in the world. We know about this from cave paintings found in Lascaux, France made 15,300 years ago that shows a pair of wrestlers.

● **POLO** is the oldest team sport that began in Persia around 2500 years ago.

● **BOSSABALL** is the newest sport to be invented. It was created between 2002 and 2004 by Filip Eyckmans. It was first played in Belgium. It combines volleyball, football and gymnastics. Played on trampolines and music in the background, it is a lot of fun and good vibes.

● **TEST CRICKET** that lasts for five days is the longest sport.

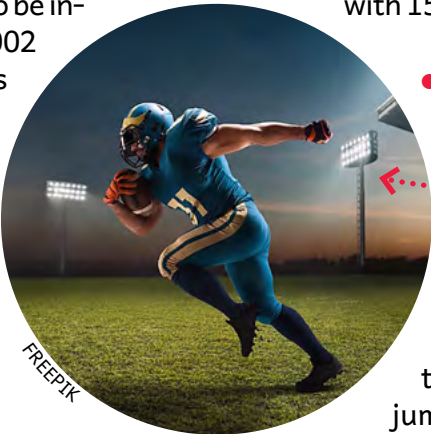
● In order of difficulty, the toughest games in the world are **BOXING** and **ICE HOCKEY**.

● Do you know of any games played in the sky? Well, there are a few like **AEROBATICS**, **AIR RACING** and **SKY-DIVING**.

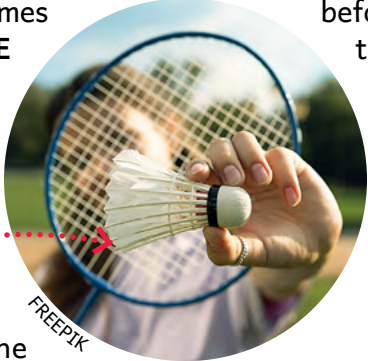
● Sports can be played in space. The first to be played by astronauts was **BADMINTON**. Board games are also played using

a velcro board.

● The sport with the largest team size is **RUGBY** with 15 players on each team.



● While there are many water sports like kayaking and surfing, the most exciting ones played on water are **WATER SKIING** and **WAKEBOARDING**. Wakeboarding is an extreme water sport with the rider fastened to a board and towed by a motor boat. As the rider sails through the water, he performs jumps, turns and other aerial moves before landing upright with his board on the water.



● India, too, invented a sport, which is popular all over the world. Can you guess what it is? **CHESS**. The Gupta empire invented this game in the 6th century. It was called Chaturanga at that time.

● Which is the newest sport to be introduced at the Paris 2024 Olympics? **BREAKDANCING**. □

खेल कूद से हमारा रिश्ता

भारत ने भी एक ऐसे खेल का आविष्कार किया, जो पूरी दुनिया में लोकप्रिय है। क्या आप अंदाजा लगा सकते हैं कि यह क्या है? **शतरंज**। गुप्त साम्राज्य ने इस खेल का आविष्कार छठी शताब्दी में किया था। उस समय इसे चतुरंगा कहा जाता था।



FREEPIK

● क्या आप जानते हैं कि कुश्ती दुनिया का सबसे पुराना खेल है। इसके बारे में हमें फ्रांस के लास्कॉक्स में 15,300 साल पहले बने गुफाओं में बने चित्रों से पता चलता है। इनमें पहलवानों की एक जोड़ी को दिखाया गया था।

● पांच दिनों तक चलने वाला टेस्ट क्रिकेट सबसे लंबा खेल है।

● अगर बात मुश्किल खेलों की करे तो दुनिया में सबसे कठिन खेल बॉक्सिंग और आइस हॉकी हैं।

● क्या आप आकाश में खेले जाने वाले किसी खेल के बारे में जानते हैं? इस लिस्ट में हम एरोबेटिक्स, एयर रेसिंग और स्काई-डाइविंग को शामिल कर सकते हैं।

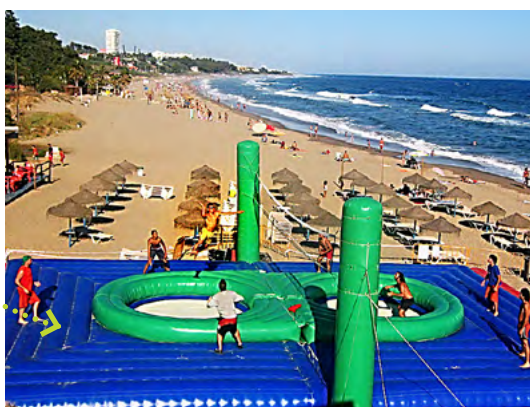
● आप शायद ये जानकर काफी हैरान होंगे कि अंतरिक्ष में भी खेल खेले जा सकते हैं। अंतरिक्ष यात्रियों ने सबसे पहला खेल बैडमिंटन खेला था। इसके अलावा वेलक्रो बोर्ड का इस्तेमाल कर बोर्ड गेम भी खेले जाते हैं।

● सबसे बड़ी टीम वाला खेल रग्बी है। इसमें प्रत्येक टीम में 15 खिलाड़ी होते हैं।

● वैसे देखा जाए तो कयाकिंग और सर्फिंग जैसे कई पानी में खेले जाने वाले खेल भी हैं। पानी पर खेले जाने वाले सबसे रोमांचक खेल वाटर स्कीइंग और वेकबोर्डिंग हैं। वेकबोर्डिंग एक रोमांचक खेल है जिसमें सवार को एक बोर्ड से बांधा जाता है और मोटर बोट उसे खींच कर दूर तक ले जाती है। जैसे ही सवार पानी में तैरता है, वह पानी पर अपने बोर्ड के साथ सीधा उतरने से पहले छलांग लगाता है, मोड़ लेता है और अन्य हवाई चालें चलता है।

● तो वहीं दूसरी तरफ पोलो सबसे पुराना टीम खेल है जो लगभग 2500 साल पहले फारस में शुरू हुआ था।

● लेकिन अगर हम बात बोस्साबॉल की करें तो तो यह सबसे नया खेल है। इसे 2002 और 2004 के बीच फ़िलिप आइकमैन्स ने शुरू किया था। यह पहली बार बेल्जियम में खेला गया था। यह वॉलीबॉल, फुटबॉल और जिम्नास्टिक का मिला-जुला रूप है। ट्रम्पोलिन में खेले जाने वाला खेल और बैकग्राउंड में बजता संगीत, दरअसल ये बहुत मजेदार और अच्छी वाइब्स देता है।



WIKIMEDIA COMMONS

SLOW

MUSIC



SCAN THE QR CODE TO START STREAMING MUSIC NOW!

