

A BILINGUAL MONTHLY FOR THE CHILLAR PARTY

CONNECTION

Decemeber 2023

मासिक

TAKING
FLIGHT!

वाँ
कनेक्शन
YOUR CONNECTION WITH RURAL INDIA



CONTENTS

DECEMBER
2023

CONNECTION

ISSUE 2



PAGE
05

NO ORDINARY BIRD
THE STORY OF
VADLA

PAGE
08

घर से दूर एक
घर



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



Postcard	4
जंगल-GYM	11-15
Get out!	16-17
इनसे बनता है देश	18
The Little Book Room	19-20
एक छोटी कहानी	21-22
YOGA होगा !?	23-26
Being Happy/ आओ खुशियाँ बाँटें	27
JUST FACTS	28
बात पते की	29



POSTCARD

I HOPE you liked the first issue of Connection! As winter sets in and the days grow shorter, and colder, I often wonder about the birds and animals I see from my window. And how winter is for them.

In this issue, among other things, we explore some of the amazing journeys made by birds and animals across the world. From millions of antelopes crossing vast plains in Africa, dodging waiting hungry predators, to crazy birds that fly over the high Himalaya. I hope you will be curious after reading the magazine, and find out more about them and their extraordinary lives.

I think they teach us about strength and determination and most importantly that we are all connected. We are connected by the sky above us, the earth below us and the air that we breathe. Think about that a little.

Connection looks forward to hearing from you and carrying some of the things you write in our coming issues. Send us your thoughts and ideas!

Khila Bisht

Editor, Connection
khila@turnslow.com

खट्टी-मीठी बातें

प्यारे दोस्तों, कैसा लगा 'कनेक्शन' मैगज़ीन का पहला अंक? आशा है कि आपको और आपके भैया-दीदी को भी मैगज़ीन पसंद आई होगी! हम बहुत बेसब्री से इंतज़ार कर रहे थे कि जल्दी से इसका अगला अंक आपको भेजें। तो यह लीजिए, मैगज़ीन का दूसरा अंक हाज़िर है।

यह दिसंबर का महीना है और जल्दी ही आप सबको स्कूल से विंटर वेकेशन मिलेगी! सर्दी की छुट्टियों में आप ठण्ड में रजाई में ही सुस्ताएंगे या फिर परिवार के साथ कहीं घूमने का प्लान है? छुट्टियों और घूमने से याद आया कि क्या आपको पता है पक्षी भी दूर-दूर घूमने जाते हैं सर्दी के मौसम में? और यह कोई आम पक्षी नहीं होते। इन्हे कहते हैं प्रवासी पक्षी (migratory birds) और यह अपने मज़बूत पंख फैला कर हजारों मील लम्बा सफ़र तय करते हैं।

इनमें से कुछ पक्षी जैसे कि बार-हेडेड हंस (Anser indicus) हिमालय पर्वत को उड़ कर पार कर के भारत आते हैं। आश्चर्य की बात है कि बार-हेडेड हंस २८,००० फ़ीट की ऊंचाई पर उड़ान भर (हम जिस हवाई जहाज़ में जाते हैं, वह ३४,००० फ़ीट की ऊंचाई पर उड़ान भरता है) तिब्बत, कजाकिस्तान, रूस और मंगोलिया से होकर हमारे देश आते हैं। और यह पक्षी एक दिन में १६०० किलोमीटर की उड़ान भरने की क्षमता रखते हैं! हैं न ग़ज़ब यह पक्षी?

मज़े की बात यह है कि इन प्रवासी पक्षियों को देखने ज़ैदा दूर जाने की ज़रूरत नहीं! यह आपके आस पास नज़र आ सकते हैं, खासकर के तालाबों और झीलों में। मुंबई जैसी महानगरी, जहाँ मैं रहती हूँ, वहाँ भी प्रवासी पक्षी लाखों की संख्या में सर्दियों में आते हैं। लेसर फ्लेमिंगो, राजहंस की सबसे छोटी प्रजाति, और ग्रेटर फ्लेमिंगो हर साल मुंबई आते हैं। मुझे इनके बारे में तब पता चला जब मैं कुछ साल पहले अपने दोनों बच्चों को ले कर मुंबई के सेवरी (उच्चारण शिवड़ी / शिवडी) इलाके में गई जहाँ इन गुलाबी पक्षियों ने पूरी खाड़ी को अपने रंग में रंग दिया था। आज भी वह सुहाना दृश्य मेरी नज़रों के सामने है।

तो इन सर्दियों की छुट्टियों में आप भी इन पक्षियों से मिलने की कोशिश करिये। इन्हें देख कर आपको हमारी पृथ्वी से और प्यार हो जायेगा। और 'कनेक्शन' मैगज़ीन का यह अंक इन्हीं प्रवासी पक्षियों पर है। आइये इनकी दुनिया में खो जाएँ।

निधि जम्वाल

सलाहकार संपादक
nidhi@gaonconnection.com



NO ORDINARY BIRD THE STORY OF VADLA

● ANUSHA PASSI, 16

CHRISTMAS IS back. It's time to decorate trees, bake cookies, look forward to gifts, drink hot chocolate with marshmallows in it, visit the grandparents, or even travel and welcome in 2024. But, do you know what birds, who live in the ice-cold regions of the world do during the same winter season? It is vacation time for them too, but it ain't an easy one.

Let me tell you about Vadla, a common crane, who flies from the bitterly cold Kazakhstan in Central Asia to the warmer climes of Gujarat in west India, and then returns to Kazakhstan once the winter ends. Gujarat is a very important destination in the crane migration map.

>> CONTINUED ON PAGE 6

GANG COO/UNSPLASH





As the chill of winter descended, Vadla felt the familiar restlessness. It signalled that it was time for her to take that 5,000 kilometres flight to Gujarat.

BIRGER STRAHL/UNSPLASH

VADLA’S HEROIC JOURNEY

Once upon a frosty morning in vast and snowy Kazakhstan, there lived a beautiful crane named Vadla. Vadla was no ordinary crane. She was elegant with her grey feathers, black-tipped wings and lovely orange-ringed eyes.

As the chill of winter descended, Vadla felt the familiar restlessness. It signalled that it was time for her to take that 5000 kilometres flight to Gujarat.

As the season changed, Vadla and her companions prepared to embark on their extraordinary journey all the way to Nal Sarovar Bird Sanctuary, a Ramsar Site in Gujarat. A Ramsar Site is a wetland of international importance as a conservation area.

This type of migration journey of thousands of kilometres amongst the cranes is passed down through generations of crane families.

Vadla could feel the excitement of a warm home awaiting her in the village of Vadla in Gujarat, India. Yes! Vadla, was named after the village she stays in when she visits Gujarat.

With a flutter of her heart and her wings that she spread wide, Vadla took off into the limitless skies. Vadla, all of 4.72 kgs, led her companions in a V-formation on a journey that would culminate in India.



SOURCE: GUJARAT FOREST DEPARTMENT/WILDLIFE INSTITUTE OF INDIA

>> CONTINUED ON PAGE 7



CHRIS BRIGGS/UNSPLASH

Cranes encountered various challenges along the way, from unpredictable weather to predators. But their collective strength and determination accompanied them throughout.

The landscape below transformed from snow covered mountains to huge dry deserts and fertile green plains. For people looking up into the skies, Vadla and the other cranes were a vision to behold.

The journey was long and tiring. Just imagine travelling almost 4,500 kilometres in 12 days, which is about 375 kilometres in a day!

Days turned into nights, and nights into days, as the cranes flew. They encountered various challenges along the way, from unpredictable weather to predators. But their collective strength and determination accompanied them throughout. Vadla found comfort in the companionship of her family.

As the cranes reached the dry and hot landscapes of Rajasthan, they noticed the air became warmer. Vadla knew they were nearing their destination in Gujarat, where the sun would be soothing and gentle to their weary wings.

The final stretch of the journey brought them to Nal Sarovar Bird Sanctuary of Vadla village, in Gujarat. As the cranes swooped down gracefully, their long legs reached out to touch the water. Vadla and her companions had landed in their winter home.

The wetland is a paradise of abundance – a place where the cranes rest, feed, and enjoy. Vadla felt a deep sense of satisfaction as she dipped her beak into the refreshing waters. The journey had been extremely tiring, but the rewards were numerous.

The cranes lay in the sunlight, soaking the

warmth. The villagers welcome these annual visitors with affection and love, and keep the wetland safe for the birds.

Months passed, and as winter began to loosen its grip on Kazakhstan, Vadla and her fellow cranes felt the familiar call to return home.

In March, they took off from the sanctuary and flew for another 15 days

to reach their breeding ground in northern Kazakhstan. This time they flew 323 kilometres a day.

Returning to Kazakhstan, Vadla felt a sense of accomplishment. The cycle of migration, an every year ritual for the migratory cranes was complete. Next year, it would happen again.

How do I know all this about Vadla and her friends? That is because a group of scientists of the Wildlife Institute of India, Dehradun, fixed an active GPS (global positioning system) device, which communicates via the satellite or the GSM (global system for mobile communication) network, just above the knee of the long-legged bird to track her movements.

The device is very light and therefore does not hamper her flight. And as it is solar charged, it keeps the transmission going for a long time.

The scientists are now planning to tag more common cranes that will help improve understanding of these long-distance travellers that are a flagship species of the Central Asian Flyway. ▣

Anusha Passi lives in Mumbai and studies at Jamnabai Narsee School.



घर से दूर एक घर

• नंदिनी बिष्ट, 17

दोस्तों, इस बार की छुट्टियों में कहाँ घूमने जाने का प्लान है!! शिमला, मसूरी, नैनिताल या फिर गोआ। वैसे आज हम आपके बारे में बात नहीं कर रहे हैं। हम उन जानवरों, कीड़े-मकौड़े और पक्षियों के बारे में बात कर रहे हैं जो इंसानों की तरह हर साल लंबी छुट्टियों लेते हैं और अपने मूल घरों से दूसरी जगहों पर चले जाते हैं। वे लंबी दूरी तय करते हैं और जिन जगहों पर लंबे सफर के बाद पहुँचते हैं, वहाँ अपना अस्थायी घर बना लेते हैं। इनके घूमने की वजह हमारी तरह मौजमस्ती करना नहीं होता है। दरअसल वो भोजन की तलाश या प्रजनन के लिए एक जगह से दूसरी जगह पर जाते हैं। ऐसे जानवरों को प्रवासी कहा जाता है। तो चलिए आज ऐसे ही कुछ जानवरों और पक्षियों के बारे में जान लेते हैं-

मोनार्क तितलियाँ

मोनार्क तितली को तितलियों का राजा कहा जाता है। तितलियों की यह प्रजाति दुनियाभर में अपने लंबे प्रवास के लिए जानी जाती है, जो हर साल 3,000 मील तक का सफर करके दूसरी जगहों पर अपना बसेरा बनाने के लिए वहाँ पहुँचती है। आपको जानकर हैरानी होगी कि इस यात्रा में उनकी कई पीढ़ियाँ गुजर जाती हैं। मोनार्क का यह सफर अगस्त से अक्टूबर तक के लिए होता है। वैसे उनका मूल घर अमेरिका में है और हर साल, लाखों मोनार्क तितलियाँ मध्य मेक्सिको के पहाड़ों की ओर जाती हैं, जहाँ वे देवदार के जंगलों में शीतनिद्रा में रहने के लिए सर्दी बिताती हैं।

>> शेष अगले पृष्ठ पर

मोनार्क तितलियों की प्रजाति हर साल 3,000 मील तक का सफर करके दूसरी जगहों पर अपना बसेरा बनाने के लिए जानी जाती है।





विल्डबीस्ट का वार्षिक प्रवास, जिसमें लगभग 15 लाख विल्डबीस्ट एक साथ झुंड में इकट्ठा होकर, अपने लंबे सफर पर निकलते हैं, दुनिया का सबसे बड़ा पशु प्रवास है।

ये तितलियाँ काफी सामाजिक होती हैं यानी इन्हें अकेला रहना पसंद नहीं है। वे झुंड बनाकर काफी बड़ी संख्या में सफर पर निकलती हैं और रात भर पेड़ों पर एक साथ रहती हैं। उनकी उड़ने की शैली उन्हें लंबी दूरी की यात्रा करने में भी मदद करती है। वे ऊँचाई तक पहुँचने के लिए अपने पंख फड़फड़ाती हैं और फिर वे हवा की धाराओं के साथ बहने लगती हैं। वे अपनी एनर्जी का इस्तेमाल सिर्फ अपनी दिशा को सही करने के लिए करती हैं, वो भी तब, जब उन्हें इसकी जरूरत महसूस हो। पायलटों ने तो मोनार्क को 11,000 फीट तक की ऊँचाई पर देख जाने की बात भी कही है! जब परिस्थितियाँ उड़ने के लिए आदर्श हो, तो प्रवासी मोनार्क रोजाना 12 घंटे तक हवा में रह सकती हैं और एक बार में 200-400 मील तक की दूरी तय कर सकती हैं।

दक्षिण में अपने लंबे प्रवास के दौरान मोनार्क का वजन बढ़ जाता है और वे मेक्सिको पहुँचते-पहुँचते काफी मोटी दिखने लगती हैं। यानी आपकी और हमारी तरह ये तितलियाँ भी मोटे होने की परेशानी झेलती हैं। आपको यह भी जानकर भी हैरानी होगी कि वे अपने सबसे आम दुश्मन यानी पक्षियों से बचने के लिए एक खास तरीका अख्तियार करती हैं। दरअसल, वे काफी होशियार कीट हैं। उन्हें पता होता है कि मिल्कवीड पौधे पक्षियों के लिए काफी जहरीले होते हैं और वह उन्हें

खाती हैं। इसलिए पक्षी उन्हें छूते तक नहीं हैं।

मौनार्क अक्टूबर तक मेक्सिको पहुँच जाती हैं और घने देवदार के जंगलों में बस जाती हैं। पानी या फूलों का रस पीने के अलावा, मोनार्क लाखों अन्य तितलियों के साथ आराम करते हुए और वसंत का इंतजार करते हुए यहाँ सर्दी बिताती है। प्रवास के दौरान, ये तितलियाँ एक बड़े काम को भी अंजाम देते हुए चलती हैं। रस पीते हुए वे कई प्रकार के जंगली फूलों को परागित करती हैं जो जंगलों की जैव-विविधता को जीवित रखती हैं।

विल्डबीस्ट

एक बड़ा सा शरीर, बक्से जैसा सिर, घने बाल, लंबी दाढ़ी और नुकीले, घुमावदार सींग। ये और कोई नहीं बल्कि विल्डबीस्ट है। यह एक प्रकार का मृग है और इसे यह नाम उसके खतरनाक रूप के कारण मिला है। यह एक घास खाने वाला जानवर है जो पूरे अफ्रीका में पाया जाता है और सबसे प्रसिद्ध अफ्रीकी प्रवासी जानवरों में से एक है। उनके वार्षिक प्रवास को 'प्राकृतिक दुनिया के सात आश्चर्यों' में से एक के रूप में मान्यता प्राप्त है। दरअसल यह दुनिया में सबसे बड़ा पशु प्रवास है। लगभग 15 लाख विल्डबीस्ट एक साथ झुंड में इकट्ठा होकर अपने लंबे सफर पर निकलते हैं। यह इतनी बड़ी हलचल है कि इसे



PIXABAY

अंतरिक्ष से भी देखा जा सकता है!

ये जानवर पौष्टिक चरागाहों और पानी की तलाश में दुनिया का एक बड़ा सा गोल चक्कर काटते हैं। उनका यह प्रवासन जुलाई में शुरू होता है और सेरेनगेटी-मसाई मारा पारिस्थितिकी तंत्र के जरिए पूरे वर्ष चलता रहता है। इस दौरान इस प्रजाति का हर एक जानवर लगभग 1000 किलोमीटर की दूरी तय करता है। तंजानिया के सेरेनगेटी में बच्चों को जन्म देने के बाद, ये जानवरों हरे-भरे चरागाहों की तलाश करने के लिए दक्षिणी सेरेनगेटी के सफर पर चल निकलते हैं। इसके बाद वे केन्या में मसाई मारा की ओर बढ़ते हैं और फिर वापस लौट आते हैं।

उनका ये सफर खतरों से भरा है। जैसा कि प्रकृति का नियम है: सिर्फ सबसे ताकतवर ही जिंदा बना रह सकता है, ऐसा ही कुछ विल्डबीस्ट के साथ भी है। हरे-भरे चरागाहों को पार करते हुए वह आगे की ओर बढ़ते चले जाते हैं, जहाँ शेर उन पर हमला करते हैं। मगरमच्छों से भरी नदियों को तैरकर पार करना होता है जहाँ पानी के अंदर के दुश्मन उन्हें नीचे खींच लेते हैं। वहीं कुछ फिसलन भरी नदी ढलानों को पार करते हुए फिसल जाते हैं और उनके पैर टूट जाते हैं। कुछ बूढ़े होते हैं, वे थकावट के कारण सफर को बीच में ही छोड़ देते हैं।

बारहेडेड गूस

अगर हम प्रवासी पक्षियों की बात करें तो बार-हेडेड गूज अपने प्रवासी पैटर्न के लिए काफी प्रसिद्ध है। यह हिमालय की ऊँची चोटियों के ऊपर से उड़कर दक्षिण एशिया के कुछ हिस्सों में पहुँचता है जहाँ यह अपनी सर्दियाँ बिताता है। यह इलाका दुनिया में सबसे बड़ी-ऊँचाई वाले प्रवासी में से एक माना जाता है। हिमालय में ऑक्सीजन का स्तर बहुत कम होता है और उन्हें उन जगहों पर उड़ने और खुद को बनाए रखने के लिए बहुत अधिक एनर्जी की जरूरत होती है।

ये दुनिया के सबसे अधिक ऊँचाई पर उड़ने वाले पक्षी हैं। इसे ऊँची उड़ान भरने वाले पक्षी को प्रवासी के नाम से भी जाना जाता है। वैसे स्थानीय भाषा में हम इसे हँस, बड़ा हँस या सफेद हँस भी कहते हैं।

इन पक्षियों की शारीरिक बनावट कुछ ऐसी है, जो उन्हें इस यात्रा को सँभव बनाने में मदद करती है। उनके रक्त में एक विशेष प्रकार का हीमोग्लोबिन होता है जो उन्हें ऑक्सीजन की कमी वाले क्षेत्रों में लंबी उड़ान भरने में मदद करता है। उनके शरीर को अधिक रक्त प्रवाह में मदद करने के लिए डिजाइन किया गया है। उनके दिल और फेफड़े अन्य हँसों की तुलना में बड़े होते हैं।

ये पक्षी एक दिन में 1600 किलोमीटर से ज्यादा की दूरी तय कर सकते हैं। बार-हेडेड गूज गर्मी के मौसम में अपना घर बनाने के लिए मँगोलिया और तिब्बती पठार तक जाते हैं। जब वे भारत पहुँचते हैं, तो वे भारत के दक्षिणी तटीय भागों की ओर जाते हैं। वे पाकिस्तान, नेपाल और बाँग्लादेश जैसे पड़ोसी देशों में भी पाए जाते हैं।

अब तो आप काफी कुछ जान गए हैं। तो बताइए आप प्रवासन के बारे में क्या सोचते हैं? क्या यह इनके लिए छुट्टी है या जिंदा बने रहने का एक तरीका है? क्या यह मजेदार है या खतरनाक? क्या उनके पास कोई विकल्प है? शायद नहीं। यही कारण है कि प्रवासी पक्षियों और जानवरों को काफी तरजीह दी जाती है और विशेषज्ञ उनका अध्ययन करते हैं। और सबसे बड़ी बात हर साल सभी को उनका इंतजार रहता है। □

नंदिनी नैनीताल में रहती हैं। उन्हें पेंटिंग, खाना बनाना और किताबें पढ़ना अच्छा लगता है।

बार-हेडेड गूज दुनिया के सबसे अधिक ऊँचाई पर उड़ने वाले पक्षी हैं। इस ऊँची उड़ान भरने वाले पक्षी को प्रवासी के नाम से भी जाना जाता है।





A Poem

Nonsense verse is such fun! You can look up more poems by Spike Milligan and Shel Silverstein to enjoy.

CAN A PARROT By Spike Milligan


Can a parrot
Eat a carrot
Standing on his head?
If I did that my mum would send me
Straight upstairs to bed.


Source: Can a Parrot (n.d.). Poetry.com.
Retrieved November 26, 2023, from
<https://www.poetry.com/poem/53901/can-a-parrot>


PUZZLE THIS


Write the first letter of the objects shown in the pictures in the boxes below each, in order to get the answers to the following questions.


WHAT ARE THE 5 LETTERS YOU DON'T USE WHEN COUNTING UP TO 100?
















DO THE FOLLOWING SUM:









































ILLUSTRATIONS: KHYATI BISHT, 16

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?

- बारीक व लम्बी
- खूटे जैसी
- मोटी, लम्बी और नुकीली

प्र.) आपके अनुसार यह पक्षी क्या खाना पसंद करता होगा?

- फल
- मृत जानवरों के शव
- कीड़े व मछलियाँ

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

- छोटी व रूठ-नुमा (डालियों पर बैठने के लिए)
- झिल्लीदार (पानी में तैरने योग्य)
- बहुत लम्बी (दलदली ज़मीन पर चलने के लिए)

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

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

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



बड़ा किलकिला

White-throated Kingfisher

बड़ा किलकिला

किलकिले चटकीले रंग के पक्षी होते हैं। बड़ा सिर, मोटी नुकीली चोंच, छोटी टाँगें और छोटी दुम उनकी मुख्य पहचान है।

बड़ा किलकिला लम्बाई में लगभग 1 फुट (चोंच से दुम तक) होता है।

स्वयं कर देखो: अपनी कोहनी से उँगलियों के सिरे तक की लम्बाई नापें। क्या यह माप किलकिले की लम्बाई से अधिक है? पता करें कि 1 फुट में कितने इंच और सेंटीमीटर होते हैं।



किलकिले की इस प्रजाति का शरीर भूरे रंग का, पर नीले और छाती सफ़ेद होती है। हालाँकि अधिकांश किलकिले जलीय पक्षी होते हैं जो मछलियों का शिकार कर अपना पेट भरते हैं, परन्तु बड़ा किलकिला मछली के अलावा कीड़े, चूहे, मेंढक व छिपकली आदि जीवों का भी शिकार करने में सक्षम है। इसलिए बड़ा किलकिला पानी से दूर भी देखा जा सकता है।



इस पक्षी को आप नदियों-तालाबों के पास, बाग-बगीचों में और खेतों में अक्सर बिजली के खंभों, तारों या बाड़ पर बैठा देख पाएंगे। इसकी तेज़ "किल-किल-किल-किल" आवाज़ इसकी पहचान है।

क्या आपने किलकिले को कभी अपने घर या स्कूल के पास देखा है? यदि हाँ तो बताएं कि आपने उसके शरीर पर कौनसे रंग देखे? वह क्या कर रहा था?

किलकिले की आवाज़ पर ध्यान दें। यह भी ध्यान दें कि इसकी आवाज़ आपने किस समय सुनी। क्या आप इसकी आवाज़ की नकल कर सकते हैं?

बड़े किलकिले वर्षा ऋतु में प्रजनन करते हैं और इस मौसम में बहुत आवाज़ करते हैं।



वे अपना घोंसला बनाने के लिए अपनी बड़ी पैनी चोंच की मदद से लगभग 50 से.मी. गहरी सुरंग का निर्माण करते हैं जो मिट्टी के टीलों या नदी के तट पर स्थित होती है। घोंसला बनाने में नर और मादा दोनों का योगदान होता है।

मादा एक साथ 4 से 7 अंडे देती है जिनमें से 3 सप्ताह के बाद बच्चे निकलते हैं। नर और मादा बारी बारी से चूजों के भरण पोषण का काम करते हैं और मिलकर उनकी परवरिश करते हैं।

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

कला: स्मिता कौशिक
हिंदी अनुवाद: रमन कुमार

Birdwatching!

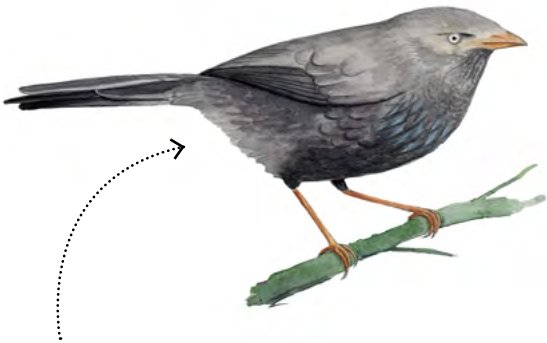
● CHACHI CHIRIYA

EVERYONE RECOGNIZES a parrot, right? And a crow? And that they are very different? How do we recognize them? Let’s see.

- A parrot is bright green — a crow is black.
- A parrot has a bright red, curved beak— a crow has a black, thick, straight one.
- A parrot has a shrill shriek— a crow has a harsh croak.
- A parrot is usually seen flying around in trees(ar-boreal), hardly ever on the ground— a crow can be seen anywhere, often walking on the ground.
- A parrot eats only fruit and seeds and flowers (fructivorous)— a crow will eat anything it can find (omnivorous).

In other words, we recognize birds just as we recognize people.... by what they look like (appear-ance —size, colour, beaks, tail etc.), where we see them (habitat —trees, bushes, open fields, water etc), their habits (alone or in flocks, shy or bold etc) and in many cases their loud or distinctive voices.

Keeping these features in mind, see if you can spot and recognize any of these birds when you are walking in your garden or a park.



BABBLER
APPEARANCE: As big as a mynah but fatter. Grey with yellow eyes.
HABITS AND HABITAT: Usually in groups. Often very noisy, chattering and babbling. Unafraid.
■ Flying around from trees to the ground, pecking about looking for food.
ARTIST: VED MADEZIA

MAGPIE ROBIN
APPEARANCE: Smaller than a mynah. Glossy black-and-white. Longish tail held upright.
HABITS AND HABITAT: Usually alone. Not very shy. In trees and bushes.
VOICE: A loud clear whistle.
ARTIST: APARAJITA BISHT



TAILORBIRD
APPEARANCE: Very small. Yellowish-green. Long-ish tail, often held upright.
HABITS AND HABITAT: Usually alone. Shy. Hop-ping about in bushes and hedges.
VOICE: High pitched tsee-tsee.
ARTIST: RANU MEHRA

Who knows why it is called a tailorbird? Find out and write to us. We will publish the names of the correct entries we receive. ▣

~~~~~  
*All images from the Leafbird Foundation archives*





# चिड़िया उड़!

## ● चाची चिरैया

बच्चों अगर मैं आपसे कहूँ कि हम आम तौर पर पक्षियों को कैसे पहचानते हैं, तो आप कहेंगे भला ये कैसा सवाल हुआ! जैसे हम लोगों को पहचानते हैं, वैसे ही हम पक्षियों को भी पहचान लेते हैं। यानी हम उन्हें उनके रूप-रंग, आकार, उनकी आदतों और उनकी खास आवाज के आधार पर उनकी पहचान करते हैं। जैसे आप में बहुते से बच्चे पक्षियों को उनके रंग, चोंच, पूँछ आदि देखकर पहचान लेते हैं तो कुछ उन्हें उनके रहने के स्थान जैसे पेड़, झाड़ियाँ, खुले मैदान, पानी आदि से पहचान लेते हैं। पक्षियों को उनकी आदतें, मसलन वो अकेले रहना पसंद करते हैं या झुंड में, शर्मीले हैं या निर्भीक और कई मामलों में तो उनकी आवाज ही उनकी पहचान बन जाती है।

अब देखिए, तोते को तो हर कोई पहचानता है ना? और कौवा के बारे में क्या ख्याल है? दोनों बहुत अलग-अलग हैं। फिर भी हम उन्हें आराम से पहचान लेते हैं। ऐसा भला कैसे? चलो देखते हैं।

तोता हरे रंग का होता है और कौआ काला होता है।

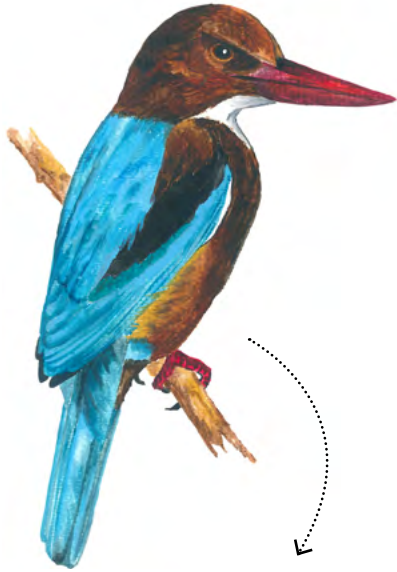
तोते की चोंच चमकदार लाल, घुमावदार होती है, तो वहीं कौवे की चोंच काली, मोटी, सीधी होती है।

तोता टॉय-टॉय करता रहता है, तो कौवे की खासियत उसकी काँव-काँव है।

तोता आमतौर पर पेड़ों पर उड़ता हुआ दिखाई देता है, जमीन पर शायद ही आपने उसे कभी देखा हो। वहीं दूसरी तरफ कौवा कहीं भी देखा जा सकता है। आसमान में उड़ते हुए भी और जमीन पर चलते हुए भी।

तोते के खाने की आदतों के बारे में बात करें तो वह सिर्फ फल, बीज और फूल खाता है। लेकिन कौआ जनाब तो खाने में उस्ताद है। उसे कुछ भी मिल जाए वह कुछ नहीं छोड़ता।

तो, अगली बार जब आप स्कूल जा रहे हों या खेतों में मदद कर रहे हों या अपने दोस्तों के साथ खेल रहे हों तो पक्षियों पर नजर रखें और देखें कि क्या आप उनमें से किसी को पहचान सकते हैं और उनकी खासियतों के बारे में बता सकते हैं। कुछ पक्षियों को पहचानने में आपकी थोड़ी सी मदद हम कर देते हैं:



व्हाइट-थ्रोटेड किंगफिशर

**कैसा दिखता है:** दिखने में यह मैना से भी बड़ा है। भूरी और नीली पीठ और पंखों वाला ये पक्षी उड़ते हुए शानदार फिरोजी रंग में रंगा दिखता है। बैठने पर उभरे हुए सफेद स्तन और एक बहुत लंबी लाल चोंच इसकी खासियत है।

**आदतें और आवास:** हालाँकि ज्यादातर किलकिला नदी या ताल-तलैया के किनारे ही मिलते हैं। लेकिन यह किंगफिशर सिर्फ मछली ही नहीं खाता है, इसलिए इसे ऐसी जगहों पर भी देखा जा सकता है जहाँ पानी नहीं होता है। आमतौर पर अकेले, तार पर बैठे हुए आप इसे खोज लेंगे।

**आवाज:** एक लंबी खड़खड़ाहट जैसी आवाज, या बार-बार किक-किक-किक करना।

चित्रकार: निवेदिता राओ

## महोख (कूकल)

**कैसा दिखता है:** कौए से भी बड़ा नजर आने वाले इस पक्षी को उसके जंग लगे जैसे पंखों की वजह से अक्सर लोग कौआ समझ लेते हैं। लेकिन यह कौआ नहीं बल्कि एक तरह की कोयल है।

**आदतें और आवास:** आमतौर पर अकेले रहना पसंद करता है। कौवे से ज्यादा शर्मीला है। अक्सर आप इसे पेड़ों, लंबी घास या झाड़ियों वाले जगहों पर जमीन पर चलते हुए पाएँगे। घबराने पर यह झाड़ियों या पेड़ों के पीछे छिप जाता है।

**आवाज:** जोर से बार-बार कुप-कुप-कुप की आवाज निकालता है।

चित्रकार: तनुश्री रॉय पॉल



अगली बार पक्षियों को ध्यान से देखें। देखें कि क्या आप किसी को पहचान सकते हैं और उनकी विशेषताओं के बारे में बता सकते हैं।



बया (बया वीवर)

**कैसा दिखता है:** यह चिड़िया गौरैया जितनी बड़ा होती है और उसी की तरह दिखती है। लेकिन इसकी पीठ पर भूरे और काले की बजाय काली और पीली धारियाँ होती हैं। इसके सिर और स्तन पर चमकीला पीला रंग होता है।

**आदतें और आवास:** छोटे-छोटे झुंड बनाकर यहाँ से वहाँ फुदकती नजर आ जाएगी। खुले और घास के मैदान इसे काफी पसंद हैं। बीज और अनाज इसका पसंदीदा खाना है। पेड़ों की शाखाओं पर लटकते हुए लालटेन की तरह लटकते लंबे घोंसले इनकी पहचान हैं।

चित्रकार: रानू महरा

क्या आप जानते हैं कि इन्हें वीवर या बुनकर पक्षी क्यों कहा जाता है? पता लगाएँ और हमें बताएँ। हम उन बच्चों के नाम प्रकाशित करेंगे जो हमें जवाब देंगे। □

चित्र लीफ़बर्ड फाउंडेशन से हैं।



चिन्मय का सपना  
किरकसल को बर्ड  
वॉचिंग का केंद्र बनाना  
है, जहाँ देश भर से  
लोग आएंगे।

# एक चिड़िया, अनेक चिड़ियाँ

## ● गाँव कनेक्शन

महाराष्ट्र के एक गाँव की कहानी, जहाँ तितलियों, चिड़ियाओं और जानवरों के साथ-साथ गाँव के लोगों का भी जीवन बेहतर हो रहा है।

सुबह-सुबह की हल्की ठंड, सिर पर गर्म टोपी और हाथ में दूरबीन लिए किरकसल गाँव के चिन्मय सावंत गलियों में टहलने के लिए निकल पड़ते हैं। उनके साथ गाँव की कुछ युवा लड़कियाँ और लड़के भी हैं। वे सब घंटों पक्षियों को निहारते हैं और उन प्रजातियों का विवरण लिखते हैं जिन्हें वे देखते हैं। प्रवासी पक्षियों का अध्ययन करने के लिए सर्दी सबसे अच्छा समय होता है।

राज्य की राजधानी मुंबई से लगभग 275 किलोमीटर दूर, महाराष्ट्र के सतारा जिले में किरकसल गाँव पड़ता है। 2020 की शुरुआत यानी कोविड-19 महामारी की शुरुआत के बाद से ही यहाँ के लोगों ने नियमित रूप से अपने गाँव के जानवरों, पेड़ों और पौधों को दस्तावेजीकरण करना शुरू कर दिया था।

‘फिशरीज साइंस’ फाइनल ईयर में पढ़ रहे 21 साल के चिन्मय ने कहा, “मार्च 2020 में, किरकसल में सिर्फ लगभग 50 पक्षी थे जिनकी हमने पहचान की थी। आज यहाँ पक्षियों की 203 प्रजातियाँ दर्ज हैं।” उन्होंने संरक्षण संबंधी गतिविधियों के लिए गाँव के युवाओं को एक साथ लाने में एक बड़ी भूमिका निभाई है।

मार्च 2020 में चिन्मय यह सोचकर अपनी दादी के घर आए थे कि कुछ दिन वहाँ बिताने के बाद वह घर लौट जाएंगे। लेकिन तभी लॉकडाउन हो गया और उन्हें आठ महीने तक गाँव में ही रहना पड़ा।

दूरबीन हाथ में पकड़ कर चिन्मय एक अन्य प्रकृति प्रेमी विशाल काटकर के साथ पूरा दिन, सुबह से लेकर शाम तक, अपने गाँव के आसपास के जंगलों और पहाड़ियों में घूमते रहते और पक्षियों को देखते हुए बताते थे।

चिन्मय ने बताया, “जल्द ही मेरी बहन अनुष्का भी हमारे साथ जुड़ गई। उस समय वह बारहवीं में पढ़ रही थी। इसके अलावा कुलदीप ने भी हमारा पूरा साथ दिया। वह मवेशी चराता है और पूरे इलाके को अच्छी तरह से जानता था।”

जल्द ही, गाँव के युवा लोग दूरबीन से आकर्षित होकर, उनके पक्षियों को ढूँढने के सफर में शामिल होने लगे। चिन्मय कहते हैं,

“लॉकडाउन के दौरान गाँव के लोगों को किसी काम में जोड़े रखने के लिए एक अच्छा समय था। बर्ड वॉचिंग करना संभव था क्योंकि हम दूर-दूर रहकर अपना काम कर सकते थे।”

उस समय सरपंच रहे अमोल काटकर की अनुमति मिलने के बाद चिन्मय ने गाँव के लोगों के लिए छोटी प्रस्तुतियाँ आयोजित करना शुरू किया। उन्होंने उन पक्षियों की तस्वीरें दिखाईं जिन्हें उन्होंने गाँव में और उसके आसपास देखा था, पौधों और जानवरों के बारे में बात की और युवाओं को जो कुछ उन्होंने देखा उसे रिकॉर्ड करने के लिए प्रोत्साहित किया।

उन्होंने कहा, “अब, उनमें से कई लोग जो पक्षी देखते हैं उनका रंग, उन्होंने उन्हें कहाँ देखा, और उन्हें देखने की तारीख और समय नोट कर लेते हैं।”

2020 में 5 नवंबर से 12 नवंबर के बीच किरकसल में पहली बार ‘बर्ड वीक’ मनाया गया था। यह वह सप्ताह था जो पक्षी विज्ञानी सलीम अली और वन्यजीव संरक्षणवादी मारुति चितमपल्ली के जन्मदिन के बीच आता है। चिन्मय गर्व से कहते हैं, “महाराष्ट्र 2020 में ‘पक्षी सप्ताह’ मनाने वाला पहला राज्य था।”

फरवरी 2021 में किरकसल गाँव ने ग्रेट बैकयार्ड बर्ड काउंट में भाग लिया (जहाँ दुनिया भर के हजारों पक्षी प्रेमी महीने के खास चार दिनों में देखे जाने वाले पक्षियों को रिकॉर्ड करते हैं)। किरकसल गाँव से लगभग 15 युवाओं ने भाग लिया। इनमें से कई स्कूली बच्चे थे।

चिन्मय कहते हैं, “हमने गाँव के विभिन्न आवासों में पक्षियों की 70 प्रजातियाँ देखीं, जिनमें से कई प्रवासी पक्षी थे। इसमें लैंगर फाल्कन भी शामिल है जो वहाँ बहुत कम देखा जाता है।”

चिन्मय का सपना किरकसल को बर्ड वॉचिंग का केंद्र बनाना है, जहाँ देश भर से लोग आएंगे। वे कहते हैं, “हम वोलियंटर्स को पौधों और जानवरों की प्रजातियों के वैज्ञानिक दस्तावेजीकरण में ट्रेनिंग देंगे, वन विभाग और गैर-लाभकारी संस्थाओं के साथ मिलकर काम करेंगे और पक्षी विशेषज्ञों को अपनी विशेषज्ञता हमारे साथ साझा करने के लिए बुलाएंगे।”

चिन्मय जैसे लोगों के पास हमें सिखाने के लिए बहुत कुछ है। प्रकृति का महत्व और हम उससे कितनी गहराई से जुड़े हैं, साथ ही ये भी कि उसका संरक्षण करना हमारा कर्तव्य है। □





ILLUSTRATIONS: MIDJOURNEY

# Nutty and Peanut

• DEEPIKA CHAUDHARY

**THIS IS** a story about two squirrels who lived on the Big Neem Tree with many other squirrels.

Nutty the squirrel ran up and down the Neem tree with Peanut and the other squirrels. They seemed really busy, running up and down the tree. They made little sounds like “chik-chik, tik-tik” while they carried bits of food to store up in the tree.

Nutty was a sweet helpful squirrel. He was not handsome and did not have a bushy tail like some other squirrels. He was Grey with black stripes, while Peanut was a handsome Red squirrel with a beautiful bushy tail. Peanut was very proud because he knew he was good-looking. He thought that he was better than the other squirrels.

All the squirrels worked very hard to collect food and store it in a hole in the Neem tree for the winter. Little bits of fruit, nuts, vegetables and any other things they could find. They knew that it would be winter soon and that it would be very cold and that

they would not be able to find food.

While Nutty and the squirrels collected food, they were very careful not to go too far from the Neem tree and NEVER to go near the wall in the lane behind. There was Danger near the wall. A big black cat prowled around near the wall looking for rats, small birds, and squirrels to eat.

One day Nutty saw Peanut sitting on the wall sunning himself. He was trying to show off. He kept dancing on the wall saying “chik-chik, tik-tik” waving and thumping his bushy red tail. Nutty rushed up to him and said “Peanut you are not to go near the wall, you know there is danger there!” but Peanut just laughed and continued saying “You are just jealous of me”.

Nutty and the other squirrels continued to play and collect bits of food. They danced and sang while they worked. “Heave a ho, heave a ho, yo, yo, yo. A little bit of happiness, A little tiny smile, and with some strands of dreams, let’s make a home, let’s make a home”.





Meanwhile Peanut sneaked inside the hole in the Neem tree and stole bits of the food that had been collected.

One day Peanut was sunning himself on the wall once again. The Big Black Cat with mean green eyes slowly sneaked up to the wall and pounced on Peanut. Oh no! The cat whacked him with its claws and Peanut howled in pain as the cat caught his tail and tried to grab him. Nutty and the others heard Peanut screaming and rushed to help him.

They looked around and saw a big branch lying near the Mango tree, the squirrels tried heaving it up but it was too heavy. They looked around again and saw a tap with a long gardening pipe. They quickly opened the tap and together picked up the pipe and sprayed the Mean Cat with ice cold water - Whoosh! Whoosh!

The big Mean Cat squealed and jumped up in fright and ran away.

Poor Peanut lay wet and bleeding on the wall. His bushy tail had been torn in many places and he was

shivering with fright. Nutty and the squirrels gently carried him to the hole in the Neem tree. They covered him with leaves to keep him warm and gave him bits of fruit and food to eat. Slowly and slowly Peanut recovered and became better. His bushy tail had become bushy again.



One sunny day after about a month, Peanut came out of the hole in the Neem tree. He was greeted with a joyous chorus by Nutty and the others. “Hurray! Hurray”! Peanut ran to his friends and hugged them with tears in his eyes.

They laughed and cried while Peanut thanked them for saving his life. From that day on Peanut never went near the wall and never cheated in helping to look for food. He started singing and dancing with Nutty and the other squirrels.

“Heave a ho, heave a ho, yo, yo, yo. A little bit of happiness, A little tiny smile, and with some strands of dreams, let’s make a home, let’s make a home”. ▣

*Deepika lives in the mountains. She has many dogs and likes to draw and write.*





सभी चित्र: मिडजर्नी

# फ्रिसमस का तोहफा

## • निधि जम्वाल

जेनी आंटी के घर की दीवारें बिल्कुल उनके चेहरे की तरह थीं। अस्सी साल की उम्र में उनके चेहरे की झुर्रियां उनके फ्लैट की सीलन से भरी दीवारों पर सफेद पेंट की पपड़ियों से खूब मेल खाती थीं।

“राम मिलाये जोड़ी” — ऐसा कह कर उनके पड़ोसी उनका खूब मज़ाक उड़ाते थे।

पड़ोसी ही क्या, पास की मच्छीमार बस्ती तक जेनी आंटी के चर्चे थे। हर रविवार सुबह चर्च से वापस घर आते हुए जेनी आंटी बांद्रा की मच्छीमार बस्ती से गुजरती थीं। वैसे तो मछली वाली हर हफ्ते बांस की बड़ी सी टोकरी में ताज़ा मछली बेचने जेनी आंटी की कॉलोनी में आती थीं। पर जेनी आंटी को मच्छीमार बस्ती में जा कर दो-चार रुपये बचाने की जैसे आदत हो गयी थी।

उनका बेटा — जेम्स — जो कि कनाडा में रहता था — रहता ही क्या, वह तो पिछले कई सालों से वहां का सिटीजन हो गया था — अक्सर जेनी आंटी को वाट्सऐप की फ्री वीडियो कॉल पर डांट लगाता था।

“मॉम, कितनी बार आपको बोला है कि ऐसे अकेले न घूमा करें।

अगर कुछ हो गया तो मैं अभी नहीं आ पाऊंगा। अपना नहीं तो कम से कम हमारा तो सोचा करो।”

जेनी आंटी अपनी नम आँखों वाले झुर्रियों से भरे चेहरे से मुस्कुरा कर बात टाल देतीं। जेनी आंटी को अकेले रहने की जैसे आदत हो गयी थी; या फिर आदत डाल ली थी।

चालीस साल पहले हार्ट अटैक से जेनी आंटी के पति की अचानक मौत हो गयी थी। बांद्रा के एक छोटे से प्राइवेट स्कूल में प्राइमरी के बच्चों को पढ़ा कर और शाम को ट्यूशन ले कर उन्होंने जेम्स को बम्बई के सबसे अच्छे कॉलेज में पढ़ाया। पढ़ाई पूरी कर के जेम्स कनाडा चला गया मोटी सैलरी वाली नौकरी और अच्छे लाइफस्टाइल के लिए।

सालों के अकेलेपन ने जेनी आंटी को चिड़चिड़ा बना दिया था। हर बात पे अड़ जाना। किसी भी बात का सीधा जवाब नहीं देना। पुरानी बातें कुरेद कर लोगों से झगड़ना।

कॉलोनी के बच्चों को तो जैसे जेनी आंटी को देखते ही सांप सूंघ जाता था।

“तुम्हारा बोर्ड का एग्जाम हो गया? पूरे दिन क्रिकेट खेलते थे, फेल तो नहीं हो गए?”

“खुद को रणबीर कपूर समझता है क्या? यह बाल इतने लम्बे क्यों कर रखे हैं?”

जेनी आंटी के तानों से सब पक चुके थे। और उनका लेटेस्ट शिकार था उनके सामने वाले फ्लैट में हाल ही में शिफ्ट हुआ अमिताभ कुमार जो पटना से बम्बई आया था फिल्में बनाना सीखने। उम्र शायद 25 -27 साल के आस पास की होगी।

जेनी आंटी की अमिताभ से पहली मुलाकात बिल्डिंग की लिफ्ट में हुई थी। लिफ्ट में मुश्किल से चार लोग की जगह होती और उस दिन अमिताभ लिफ्ट में पांचवा इंसान था।

“आज कल के लड़का लोग एक मंज़िल सीढ़ियां तक नहीं चढ़ सकते! जिम में चाहे फिर एक जगह खड़ा हो कर ट्रेडमिल पर इनको कितना ही भगा लो” — जेनी आंटी ज़ोर से चिल्लाई थी।

बस वह दिन था और आज का दिन, जेनी आंटी ने कोई मौका नहीं

## एक छोटी कहानी

छोड़ा अमिताभ को जली-कटी सुनाने का। वीकेंड पर अक्सर अमिताभ के दोस्त उसके घर आते थे और देर रात तक गाना बजाना होता। जेनी आंटी झट से अमिताभ के घर की घंटी बजा कर उसे उसके दोस्तों के सामने शर्मिंदा करतीं — “यह शरीफों की कॉलोनी है। ज़्यादा शोर शराबा किया तो पुलिस बुला लूंगी।”

अमिताभ बस सॉरी बोल कर बात खतम कर देता! उसके दोस्त उसको अक्सर उकसाते थे कि जेनी आंटी को पलट कर जवाब दे पर अमिताभ उन्हें टाल देता। जाने क्यों उसे डरपोक कहलाना पसंद था पर जेनी आंटी को जवाब देना नहीं।

दिसंबर का महीना था। सब तरफ क्रिसमस की चहल-पहल थी। जेनी आंटी का हर क्रिसमस खाली और सूना था और इस साल का क्रिसमस भी बस वैसा ही होने वाला था।

हर साल की तरह जेनी आंटी अपने घर पर अकेली थीं। शाम में ही जेम्स ने उन्हें मेरी क्रिसमस बोल दिया था। रात के करीब ग्यारह बज चुके थे।

तभी अचानक सामने वाले फ्लैट से बहुत जोर से गानों की आवाज़ आनी शुरू हो गयी — और वह भी कोई क्रिसमस कैरोल्स नहीं, हिंदी फिल्मों के गाने।

“आज यह छोकरे अमिताभ की खैर नहीं। अबकी बार इसको बिल्डिंग से बाहर करके ही रहूँगी।” उन्होंने गुस्से में लगातार अमिताभ के दरवाजे की घंटी बजानी शुरू कर दी।

कुछ देर बाद दरवाज़ा खुला और अमिताभ सामने खड़ा था।

“तुम जैसे आवारा लड़कों ने बम्बई को बिगाड़ दिया है। घर वालों ने क्या यही सिखाया है? पूरी बिल्डिंग का माहौल खराब कर रखा है।”

कुछ देर आग बरसाने के बाद जेनी आंटी को लगा कुछ तो गड़बड़ है आज। आज अमिताभ घर पर अकेला था, कोई दोस्त नहीं था। जेनी आंटी ने थोड़ा और गौर से अमिताभ के हॉल में झांक कर देखा। हॉल सजा हुआ था। पीले रंग की छोटी लाइट्स हॉल की खिड़की को सजाये हुई थीं और उनके बीच लटक रहा था एक बड़ा सा चमकता सितारा। एक कोने में क्रिसमस ट्री रखा था जो रंग बिरंगी लाइट्स से सजा हुआ था।

जेनी आंटी को कुछ समझ नहीं आ रहा था और जैसे ही उन्होंने अमिताभ से कुछ पूछने के लिए उसकी तरफ देखा, वह झट से बोला — “मेरी क्रिसमस, जेनी आंटी”।

“यह सब क्या है? क्या तुम क्रिसमस मनाते हो?” जेनी आंटी ने पूछा।

“आज पहली बार मना रहा हूँ, जेनी आंटी, आपके साथ!... क्या आप मेरे साथ क्रिसमस मनाएंगी?”

“वह मैंने जान-बूझ कर बहुत जोर से म्यूजिक चलाया था क्योंकि मुझे पता था आप गानों की आवाज़ सुन कर मुझे डांटने ज़रूर आएंगी। मैं बुलाता तो शायद आप कभी नहीं आतीं इसलिए सॉरी मुझे यह सब करना पड़ा। आपको बुरा तो नहीं लगा?”

जेनी आंटी कुछ चाहते हुए भी बोल नहीं पा रही थीं। उनके गले में जैसे कुछ फँस गया था और अजीब सी चुभन हो रही थी। धीरे-धीरे आँखें भरने लगी थीं। वह कुर्सी पर बैठ गयीं।

अमिताभ वहीं जेनी आंटी के क़दमों के पास फर्श पर बैठ गया और हाथ बढ़ा कर जेनी आंटी का हाथ अपने सर पर रख दिया।



**जेनी आंटी, आप बिलकुल मेरी माँ जैसी हैं। मुझे टोकती हैं और गुस्सा भी करती हैं।**

“जेनी आंटी, क्या आप मुझे अपना बेटा मान सकती हैं?”

जेनी आंटी ने प्यार से अमिताभ के सर पर हाथ फैलाना शुरू कर दिया।

“आप बिलकुल मेरी माँ जैसी हैं। मुझे टोकती हैं और गुस्सा भी करती हैं। जब मैंने इंजीनियरिंग छोड़ फ़िल्में बनाना सीखने का मन बनाया तो वह मुझसे बहुत नाराज़ हुई। मैं गुस्से से घर छोड़ कर मुंबई आ गया। उस बीच कोविड आ गया। मैं घर नहीं जा पाया, उनसे माँफी नहीं मांग पाया।”

जेनी आंटी ने अमिताभ का हाथ थाम कर बोला कि अभी भी देर नहीं हुई है।

“तुम वापस जा कर माँ से माफ़ी क्यों नहीं मांग लेते? तुम कल ही वापस पटना जा कर उनसे मिलो और माँफी मांगो।” — जेनी आंटी ने प्यार से अमिताभ को कहा।

अमिताभ चुपचाप फर्श पर बैठा रहा।

जेनी आंटी के फिर दोहराया: “बोलो कल कितने बजे कि फ्लाइट बुक करूँ। दो घंटे में तुम अपनी माँ के पास होंगे।”

अमिताभ की आँखों से आंसू रुकने का नाम नहीं ले रहे थे।

कंपकपाती आवाज़ में बोला: “अब बहुत देर हो गयी, जेनी आंटी। कोविड मेरी माँ को हम सबसे बहुत दूर ले गया। मैं तो उन्हें आखिरी बार देख भी नहीं पाया। मुंबई में ही फँसा रह गया। उस दिन जब लिफ्ट में आपने मुझे डांटा तो जाने क्यों मुझे मेरी माँ याद आ गयी। आप मुझे ऐसे ही डांटते रहा करो। आप में मुझे मेरी माँ दिखती हैं।”

यह कहते ही अमिताभ ने अपना सर जेनी आंटी की गोद में रख दिया और फूट-फूट कर छोटे बच्चे के जैसे रोना शुरू कर दिया। जेनी आंटी उसका सर प्यार से सहलाती रही और अमिताभ जी भर कर रोता रहा।

क्रिसमस की वह रात जेनी आंटी को अर्सों बाद कोई तोहफा मिला — एक बेटा। और उन्होंने रिटर्नगिफ्ट भी दिया — उस बेटे की माँ बन कर। ■





MIDJOURNEY

# THE MAGICAL YOGA TREE

## ● APARNA TALAULICAR

**NAMASTE YOGI!** Yes, I'm talking to you dear reader. Had you read the last piece which wasn't the last but actually the first piece on yoga? And if you read it all the way to the end, then maybe you thought about the magical fruit tree. And I do hope you drew the tree you imagined. Here we have for you the tree I imagined, but yours is just as good and precious. I do suspect that each of you reading this will have a tree that's quite different from everyone else's.

Just as there is no one 'correct' tree in nature, so it is in our yoga practice. There is no perfect asana. The way you do it is perfect for you. There is no per-

fect body shape or size. The way you are and look is perfect for you. But it's always good to try and become the best version of yourself.

Who are you and what do you want to become? What is the best version of yourself? Perhaps you have no answer to this right now. But you can get up and do some yoga right now. Just jump up and look at the room you are in. Imagine that one corner is the sea, the opposite the beach, the third the mountains and the last a rainforest. Run to the corner that calls out to you most. Spend only a few seconds here, quickly imagining yourself in this space (briefly closing your eyes if necessary). Then run to another corner and do the same, until you have





FREEPIK

visited each and run between them several times.

Once you are all out of breath, lie down on a mat to rest. Keep your legs and arms comfortably apart, your palms facing up. Close your eyes and now imagine your favourite corner. Was it the sea, the beach, the mountains or the forest? Imagine you are in that space again. Think of how it would be to move there and live there for a while. You could be a migratory bird like a Siberian crane leaving a cold, cold region for warmer India. Or imagine that you have an enormous beak and a giant wingspan like a Rosy Pelican who divides its time between Europe and India/Pakistan. Interesting life!

When you are no longer out of breath, get up, sit cross legged, take a deep breath and keeping your mouth closed you breathe out loudly making a humming sound. Do this a few times, pretending you are a humming bird of sorts.

Then squat, put your palms down on the mat, lift your hips up and put your knees on your upper arm. Keep shifting your weight forward in this position, until your heels lift off the mat, and you are balancing on your big toes. And then see if you can lift your feet up too, one by one at first. Do it slowly, while looking ahead and concentrating on a spot ahead

***Put your palms down on the mat, lift your hips up and put your knees on your upper arm. Keep shifting your weight forward in this position, until your heels lift off the mat, and you are balancing on your big toes. And then see if you can lift your feet up too, one by one at first.***

of your palms. You are now in the Crow pose, Kakasana, a balancing pose. Wouldn't it be wonderful to be a crow on a branch on your magical yoga tree?

Or perhaps you want to soar like an eagle and fly uninterrupted for hours and hours in a windy sky. When you want to rest, choose another branch of your magical tree and do Eagle pose, Garudasana. First stand up and bend your knees a little, then wrap your right leg over the left, balancing yourself, tuck your right foot behind the left leg. Now as you balance like this, bring your hands in front of your face and tuck your left elbow into the crook of the right, and bring your palms together at least a bit! Straighten your fingers. Hold still for a bit and then switch legs and arms and do it again.

There are other birds to pose as too in yoga. You can be a pigeon or a bird of paradise. Or you can make up your own pose thinking of the bird you want to be, perched on your tree. The tree where each branch has something different unfolding on it. Enjoy imagining all the stuff happening on your yoga tree. ▣

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





कल्पना करें कि आपके पास रोजी पेलिकन की तरह एक बड़ी सी चोंच और विशाल पंख हैं, जो अपना समय यूरोप और भारत/पाकिस्तान के बीच बाँटते हुए बिताता है।

मिडजर्नी

# जादुई योगा ट्री

## • अपर्णा तालौलिकार

नमस्ते योगी! जी हाँ, बच्चों में आपसे ही बात कर रही हूँ। क्या आपने पिछले अंक में योग पर लिखा एक प्यारा सा लेख पढ़ा था। योग के बारे में आपको बताने के लिए वह एक पहली कड़ी थी, जिसमें हमने आपसे एक ऐसे जादुई पेड़ के बारे में सोचने के लिए कहा था जिस पर तरह-तरह के फल लगे होंगे। क्या आपने ये काम किया! बिल्कुल, मुझे पूरा यकीन है कि आपमें से बहुत सारे बच्चों ने अपनी कल्पना की उड़ान भरते हुए, मन ही मन में उस जादुई पेड़ की तस्वीर को जरूर बनाया होगा। किसी ने सेब के पेड़ में आम लगाए होंगे तो किसी के पेड़ पर चिड़ियाँ फुदक रही होंगी, या फिर कौआ काँव-काँव कर रहा होगा। सबके जादुई पेड़ अलग-अलग रंगों में रंगे



होंगे। क्यों ऐसा ही है ना। फिलहाल तो यहाँ हमारे पास आपके लिए वह पेड़ है जिसकी मैंने कल्पना की थी। लेकिन इसका मतलब ये नहीं है कि आपके पेड़ को लेकर हम बात नहीं करेंगे। आपका पेड़ भी उतना ही बेहतर और बेशकीमती है, जितना कि हमारा।

जिस तरह से बागों, खेतों, खलिहानों में अनेक पेड़ लगे होते हैं और उनमें से किसी एक के बारे में यह कहना कि ये पेड़ सबसे अच्छा है, सही नहीं होता है। ठीक उसी तरह से हमारे योग अभ्यास में भी है। हम ये नहीं कह सकते कि कौन सा आसन सबसे अच्छा है। आप जिस भी योग को, जिस भी तरह से करते हैं वह आपके लिए बिल्कुल सही है। शरीर का कोई आदर्श आकार या आकृति नहीं होती। आप जैसे हैं और जैसे दिखते हैं वह आपके लिए बिल्कुल सही है। लेकिन खुद का और बेहतर बनाने का प्रयास करना हमेशा अच्छा होता है।

आप कौन हैं और क्या बनना चाहते हैं? आपकी खासियत क्या है? शायद आपके पास अभी इसका कोई जवाब नहीं है। लेकिन आप अभी उठकर कुछ योग कर सकते हैं। बस बिस्तर छोड़ें और खड़े हो जाएँ। उस कमरे को देखें जिसमें आप हैं। कल्पना करें कि उसका एक कोना समुद्र है और





**पहले खड़े हो कर  
अपने घुटनों को थोड़ा  
मोड़ लें, फिर अपने दाहिने पैर  
को बाएँ पैर के ऊपर लपेट लें।  
अब जैसे ही आप इस तरह संतुलन  
बनाते हैं, अपने हाथों को अपने चेहरे  
के सामने लाएँ और बाईं कोहनी  
को दाईं ओर मोड़ें, और अपनी  
हथेलियों को जितना हो सके  
साथ में ले आएँ!**

उसके सामने समुद्र तट है। तीसरे कोने पर पहाड़ हैं और आखिरी कोने पर जंगल। उस कोने की ओर दौड़ें जो आपको सबसे ज्यादा पसंद है। तुरंत इस जगह में खुद की कल्पना करें (अगर जरूरी लगे तो कुछ देर के लिए अपनी आँखें बंद कर लें)। यहां सिर्फ कुछ सेकंड बिताएं। फिर दूसरे कोने में दौड़ें और ऐसा ही करते रहें, जब तक कि आप हर कोने में घूम न लें और उनके बीच कई बार दौड़ न लगा लें।

और जब आपकी साँस फूलने लगे तो आराम करने के लिए चटाई पर लेट जाएं। अपने पैरों और बाहों को आराम की मुद्रा में फैला ले। आपकी हथेलियाँ ऊपर की ओर होनी चाहिए। अपनी आँखें बंद करें और अब अपने पसंदीदा कोने के बारे में सोचें। क्या यह समुद्र, समुद्र तट, पहाड़ या जंगल था? कल्पना कीजिए कि आप फिर से उसी जगह पर पहुँच गए हैं। कल्पना करें कि वहाँ जाना और कुछ समय तक वहाँ रहना कैसा होगा। सोचें कि आप एक प्रवासी पक्षी यानी साइबेरियन क्रेन हैं, जो भारत की गर्मी का लुत्फ उठाने के लिए अपने ठंडे प्रदेश को छोड़ यहाँ आ रहा है। या कल्पना करें कि आपके पास रोजी पेलिकन की तरह एक बड़ी सी चोंच और विशाल पंख हैं, जो अपना समय यूरोप और भारत/पाकिस्तान के बीच बाँटते हुए बिताता है। दिलचस्प जीवन!

जब आप शांत हो जाएँ यानी आपकी साँसें नहीं फूल रही हों, तो उठें, क्रॉस लेग करके बैठें। गहरी साँस लें और अपना मुँह बंद रखते हुए, भिनभिनाने की आवाज करते हुए जोर से साँस छोड़ें। ऐसा कुछ बार करें, सोचे जैसे कि आप हमिंग बर्ड हैं।

फिर उकड़ अवस्था में बैठ जाएं। अपनी हथेलियों को चटाई पर नीचे रखें। अपने कूल्हों को ऊपर उठाएँ और अपने घुटनों का भार अपनी कोहनी के ऊपर वाले हिस्से पर रखें। इस स्थिति में रहते हुए अपना वजन आगे की तरफ बढ़ाते रहें, जब तक कि आपकी एड़ियाँ चटाई से ऊपर न उठ जाएँ। अब आप अपने पैरों की उँगलियों पर संतुलन बना लें। और फिर देखें कि क्या आप एक-एक करके अपने पैर भी ऊपर उठा सकते हैं। आगे देखते हुए और अपनी हथेलियों के आगे एक स्थान पर ध्यान केंद्रित करते हुए इसे धीरे-धीरे करें। अब आप कौवा मुद्रा यानी काकासन की मुद्रा में हैं। क्या जादुई योग ट्री की एक शाखा पर कौआ बनना आपको अच्छा लगा?

चलिए अब आपके ट्री पर आते हैं। हो सकता है आपने अपने जादुई योग ट्री में चील की तरह उड़ना चाहा हो? तो फिर देर किस बात की। जब आप थोड़ा आराम कर लें, तो अपने जादुई पेड़ की दूसरी शाखा चुनें और ईगल पोज़ यानी गरुड़ासन करें। सबसे पहले खड़े हो जाएँ और अपने घुटनों को थोड़ा मोड़ लें, फिर अपने दाहिने पैर को बाएँ पैर के ऊपर लपेट लें। कहने का मतलब है कि बैलेंस बनाते हुए अपने दाहिने पैर को बाएँ पैर के पीछे रख लें। अब जैसे ही आप इस तरह संतुलन बनाते हैं, अपने हाथों को अपने चेहरे के सामने लाएँ और बाईं कोहनी को दाईं ओर मोड़ें, और अपनी हथेलियों को जितना हो सके साथ में ले आएँ! अपनी उँगलियाँ सीधी करें। थोड़ी देर स्थिर रहें और फिर पैर और हाथ बदल लें और दोबारा ऐसा करें।

योग में पोज़ देने के लिए और भी बहुत सारे पक्षी हैं। आप कबूतर या फिर बर्ड ऑफ़ पैराडाइज भी हो सकते हैं। या आप अपने पेड़ पर बैठे उस पक्षी के बारे में सोचते हुए अपनी मुद्रा बना सकते हैं जैसा आप बनना चाहते हैं। जादुई पेड़ कुछ ऐसा है, जहाँ हर शाखा पर आपको कुछ अलग मिलेगा। अपने योग वृक्ष पर होने वाली सभी चीजों के बारे में सोचें और फिर इसे योग में बदलने की कोशिश करें। क्यों! ना ये मजेदार। □

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



# SADNESS DOESN'T LAST FOREVER

● ANJLI SARUP

**HELLO MY friends!** As I promised last time, I'm back to try and help us learn to deal with our emotions, one by one. Today let us take up the emotion "feeling sad". You might ask, why "sad"? It is because we all feel sad now and then. The reasons may be different, but the feeling, the emotion, the outcome is always the same. WE FEEL SAD. So how can we deal with this? The first thing to understand is that sadness is momentary.

Let's say your mother scolded you or your friend said something hurtful for no reason that you could see. Or you were looking forward to attending your friend's birthday party, but you have an exam the next day. Try and tell yourself it is ok and think of a positive way to change how you feel. You could sit with your mother or friend and tell them how you felt when they made you feel sad. Give them your reasons and also listen to what they have to say.

You could also do something you like to do to divert your attention. Read your favourite book, draw, listen to your favourite music, play an instrument or play a board game. If the feeling stays and doesn't go away, share how you feel with a grown up.

Always remember it is temporary and does not need so much of your attention. This thought in itself will make you feel better. So, get up, shake yourself. Do some dance moves and don't let sadness bother you again. Now show me that beautiful smile of yours! That is my happy buddy. Meet you soon with a different emotion.

Complete the pattern and doodle your sadness away! Or make your own doodle and fill it in with your favourite colours and patterns. ▣

*Anjli is a psychologist. She loves working with children.*

# दुख हमेशा नहीं रहता

● अंजलि सरूप

हैलो दोस्तों! कैसे हैं आप? जैसाकि मैंने आपसे पिछली बार वादा किया था, बदलते मूड से निपटने में आपकी मदद करने का। तो मैं हाजिर हूँ। आज हम बात करेंगे "दुखी महसूस करने" या फिर उदास होने जैसे कुछ मूड स्विच के बारे में। अब आप पूछेंगे कि "उदासी" ही क्यों? ऐसा इसलिए है क्योंकि हम सभी समय-समय पर छोटी-छोटी बातों से उदास हो जाते हैं। कारण अलग-अलग हो सकते हैं, लेकिन भावनाएँ और उससे होने वाली तकलीफ हमेशा एक ही होती है। हमें दुख हो रहा है और हम उदास हैं, तो इससे कैसे निपट सकते हैं? सबसे पहले तो यह जान लीजिए कि आपका ये दुख बस कुछ देर भर का है और इससे निपटना ज्यादा मुश्किल नहीं है।

मान लीजिए कि आपकी माँ ने आपको डाँट दिया या फिर आपके दोस्त ने बिना किसी कारण के कुछ ऐसा कह दिया कि उसकी बात आपको बुरी लग गई। या हो सकता है कि आप अपने दोस्त की जन्मदिन की पार्टी में जाना चाहते हो, लेकिन अगले दिन आपकी परीक्षा है। आपको बेहद बुरा लगने लगता है। ऐसी स्थितियों में मूड का खराब होना आम है इसलिए अपने आपको ज्यादा परेशान न होने दें। आप जो महसूस करते हैं उसे बदलने के लिए सकारात्मक तरीके के बारे में सोचें। आप अपनी माँ या दोस्त के साथ बैठ सकते हैं और उन्हें बता सकते हैं कि उनकी कौन सी बात या व्यवहार आपको बुरा लगा। उन्हें अपने कारण बताएँ और इस बारे में उनकी बात भी सुनें।

आप अपना ध्यान भटकाने के लिए कुछ अपनी पसंद का काम भी कर सकते हैं। मसलन, अपनी पसंदीदा किताब पढ़ें, चित्र बनाएँ, अपना पसंदीदा संगीत सुनें, कोई म्यूजिक इंस्ट्रूमेंट बजाएँ या बोर्ड गेम खेलें। अगर फिर भी आपका मूड ठीक नहीं हुआ है और उदासी जाने का नाम नहीं ले रही है, तो घर के किसी बड़े के साथ अपनी भावनाओं को साझा करें।

हमेशा याद रखें कि यह उदासी कुछ ही समय के लिए है और इसे लेकर ज्यादा परेशान या फिर इस पर ज्यादा ध्यान देने की जरूरत नहीं है। यह विचार ही आपको बेहतर महसूस कराएगा। तो, उठो, और थोड़ी मस्ती करें। कुछ डांस मूव्स करें। अब मुझे अपना दोस्त उदास नहीं नजर आना चाहिए। प्यारा सा चेहरा और उस पर प्यारी सी मुस्कान।

फिलहाल आपसे विदा लेते हैं। जल्द ही आपसे फिर मुलाक़त होगी, एक नए मूड और उससे निपटने के आसान से समाधान के साथ। तब तक के लिए बाय-बाय।

इस डूडल को पूरा करते करते अपना दुख मिटा दीजिये। या अपने पसंद के रंग और आकारों से अपना डूडल खुद बनाइये और उससे भरिये। ▣

*अंजलि एक मनोवैज्ञानिक हैं। उन्हें बच्चों के साथ काम करना बेहद पसंद है।*

# BIRD BRAINED



**WE USE** trains, airplanes, cars and buses for transport, but migratory birds only have their wings to transport them long distances. Do you know that they travel thousands of kilometers to reach their vacation homes and travel back every year, crossing oceans and land in their journey.

The Arctic Terns hold the record for flying the longest distance during their migration. They travel nearly 90,000 km from Greenland in the north pole to the Weddell Sea in the south pole. Migratory birds travel to different places. Here are some that come to India for their holidays:

## Blue-tailed Bee-eater

These birds come to southern India during the winter months. They breed in April – May and can be seen in river valleys including those of the Godavari, Kaveri, Tunga Badra and Krishna rivers.

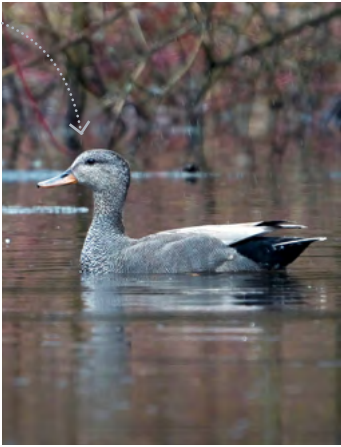
## Northern Shoveler

It is a common duck found in many regions. It migrates to India, South America, the Caribbean and southern Europe. They fly at

an average rate of 65 km per hour at an altitude of 300-600 meters(1000-2000 ft). Due to the shape of their beaks they have nicknames like ‘spoonbill’ and spoony.

## Gadwall

It is a dabbling duck found commonly. During their migratory season which is in July and August, these ducks are often spotted in the southern part of India. These ducks usually form small flocks and are not very sociable.



ANDREY GULIVANOV/UNSPLASH

## Great White Pelican

Pelicans are water birds and the great white pelicans are also known as Rosy Pelicans. They travel during winter months and can be found in swamps and shallow lakes of north India.

## Greater Flamingo

These long-legged birds are the most widespread of the flamingo family. They can be observed at the Nal Sarovar Bird Sanctuary, Khijadiya Bird Sanctuary, Flamingo City and Thol Bird Sanctuary, all in Gujarat where they remain during the entire winter season. They also visit coastal regions including parts of Tamil Nadu and Mumbai.

## Bluethroat

It is a small bird insectivorous species breeding in Europe and it moves to the Iberian Peninsula and Southern Asia including the Indian subcontinent

## Amur Falcon

These small, agile raptors travel from Siberia to northeast India, specifically Nagaland and Manipur. They come in big numbers.



FREPIK

## Bar-headed Goose

They are known for their high-altitude migration over the Himalayas. They can be spotted in various wetlands and lakes across northern India. They have distinctive black bars on their heads.

## Steppe Eagle

These majestic birds who have a large wingspan migrate to northern, western and central regions of India to make their homes. ▣



# पक्षी बनें उड़ते फिरे मस्त गगन में



## बार-हेडेड गूज

इसे हिमालय पर अपने उच्च ऊँचाई वाले प्रवास के लिए जाना जाता है। इन्हें सर्दियों के मौसम में पूरे उत्तर भारत में विभिन्न आर्द्रभूमियों और झीलों में देखा जा सकता है। उनके सिर पर पर काले निशान होते हैं। ये मिट्टी के किसी टीले या पेड़ पर अपना घोंसला बनाते हैं और एक बार में तीन से आठ अंडे देते हैं।

अब आप कहेंगे भला पक्षियों की कौन सी छुट्टी होती है और उन्हें कौन सी लंबी दूरी तय करना होती है। हैरान होने की जरूरत नहीं है। पक्षी भी एक राज्य से दूसरे राज्य या दूसरे देश तक पहुँचने के लिए हजारों किलोमीटर का सफर तय करते हैं। ऐसे पक्षियों को हम प्रवासी पक्षी कहते हैं। ये पक्षी सर्दी के मौसम में गर्मियों वाली जगहों पर और गर्मियों के मौसम में सर्दी वाली जगहों पर छुट्टियों मनाने के लिए हर साल यात्रा करते हैं और फिर अपने घर लौट जाते हैं। अपनी यात्रा में महासागरों और देशों को पार करते हुए वे आपके पास पहुँचते हैं।

क्या आपने सोचा है कि वे ऐसा कैसे कर पाते हैं? क्या उन्हें थकान नहीं होती है? दरअसल कई प्रवासी पक्षी उड़ते समय अपने अँगों को सिकोड़ लेते हैं और उड़ते-उड़ते ही झपकी ले लेते हैं। वे अपने आधे दिमाग को थोड़े-थोड़े समय के लिए सोने के लिए रख देते हैं। आर्कटिक टर्न के नाम अपने प्रवास के दौरान सबसे लंबी दूरी तक उड़ान भरने का रिकॉर्ड है। वे उत्तरी ध्रुव में ग्रीनलैंड से दक्षिणी ध्रुव में वेडेल सागर तक लगभग 90,000 किमी की यात्रा करते हैं।

चलिए आज हम आपको कुछ ऐसे पक्षियों से मिलवाते हैं जो अपनी छुट्टियाँ बिताने के लिए भारत आते हैं।

## ब्लू टेल्ड बी ईटर

सर्दियों की शुरुआत होते ही दक्षिणी भारतीय राज्य दूर देश से आने वाले इन प्रवासी मेहमानों से भर जाता है। जैसाकि नाम से जाहिर इनकी पूँछ नीले रंग की होती है और ये मधुमक्खी और तितलियों को खाते हैं। अप्रैल-मई में प्रजनन करते हैं और गोदावरी, कावेरी, तुंगा भद्रा और कृष्णा नदियों सहित नदी घाटियों में देखे जा सकते हैं।

## नोर्डन शोल्वर

कई क्षेत्रों में पाई जाने वाली एक यह सामान्य बत्तख है। सर्दियां शुरू होते ही यह भारत, दक्षिण अमेरिका, कैरिबियाई और दक्षिणी यूरोप में प्रवास के लिए निकल पड़ती है। ये पक्षी 300-600 मीटर (1000-2000 फीट) की ऊँचाई पर 65 किमी प्रति घंटे की औसत गति से उड़ते हैं। उनकी चोंच के आकार के कारण उन्हें 'स्पूनबिल' और स्पूनी भी कहा जाता है।

## गैडवाल

यह आमतौर पर पाई जाने वाली पानी में रहने वाली बत्तख है। अपने प्रवासी मौसम के दौरान यानी जुलाई और अगस्त में इन बत्तखों को अक्सर भारत के दक्षिणी भाग में देखा जाता है। ये बत्तखें छोटे झुंड बनाकर रहती हैं और बहुत मिलनसार नहीं होती हैं।

## ग्रेट व्हाइट पेलिकन

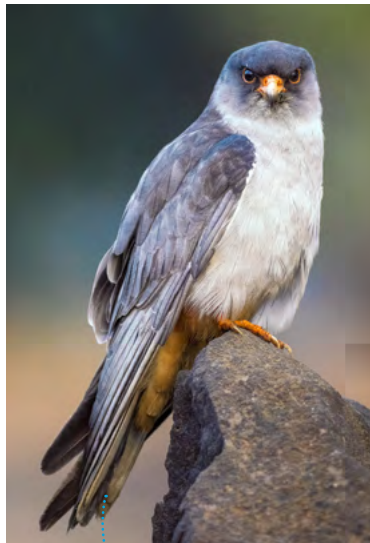
पेलिकन जल पक्षी हैं और इस बड़े सफेद पेलिकन को रोजी पेलिकन के नाम से भी जाना जाता है। वे सर्दियों के महीनों के दौरान यात्रा करते हैं और अप्रैल में अपने घर लौटने लगते हैं। इन्हें उत्तर भारत के दलदली और उथली झीलों में देखा जा सकता है।

## ग्रेटर प्लेमिंगो

ये लंबे पैर वाले पक्षी राजहंस परिवार में सबसे व्यापक हैं। उन्हें गुजरात के नल सरोवर पक्षी अभयारण्य, खिजड़िया पक्षी अभयारण्य, प्लेमिंगो सिटी और थोल पक्षी अभयारण्य में देखा जा सकता है, जहाँ वे पूरे सर्दियों के मौसम के दौरान रहते हैं। वे तमिलनाडु और मुंबई के कुछ हिस्सों सहित तटीय क्षेत्रों का भी दौरा करते हैं।

## ब्लू थ्रोत

यह पक्षी यूरोप और अलास्का से प्रवास कर भारत भारत आते हैं। यह एक छोटी कीटभक्षी प्रजाति है। इनके गले पर सुंदर नीला रंग होता है। यह सर्दियों में इबेरियन प्रायद्वीप और भारतीय उपमहाद्वीप सहित दक्षिणी एशिया में नजर आता है।



विकिमिडिया कॉमन्स

## अमूर फाल्कन

दुनिया में सबसे लंबी यात्रा करने वाले छोटा और फुर्तीला शिकारी पक्षी है। यह साइबेरिया से पूर्वोत्तर भारत, विशेष रूप से नागालैंड और मणिपुर तक यात्रा करते हैं। वे बड़ी संख्या में एक साथ नजर आते हैं।

## स्टैप इगल

बाज की यह प्रजाति एक प्रवासी पक्षी है। बड़े पंखों वाले ये राजसी पक्षी अपना घर बनाने के लिए भारत के पश्चिमी और मध्य क्षेत्रों में प्रवास करते हैं। □

# SLOW

MUSIC



SCAN THE QR CODE TO START STREAMING MUSIC NOW!



