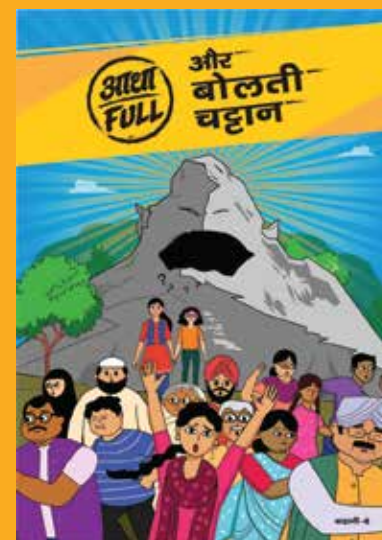
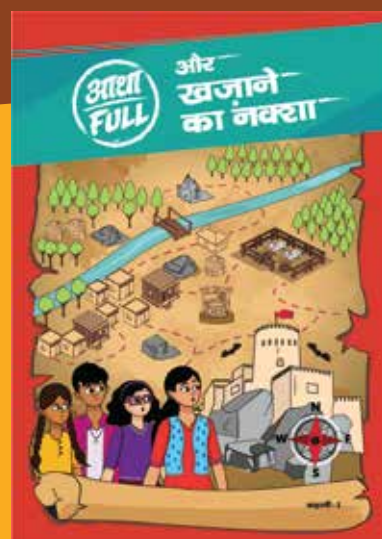


आधाफुल के कारनामों की और भी हैं कहानियां।
सारी पढ़ डालो, एक भी कहानी छूट न जाए।



और खतरे में बदलीपुर

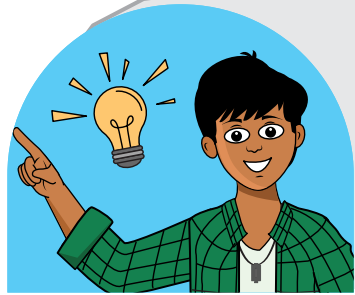


Developed and created by BBC Media Action
with support from UNICEF, DOVE and the Centre for Appearance Research



- नाम : किट्टी
- उम्र : 16 साल
- कक्षा : ग्यारहवीं
- गुण : जोश भी है और होश भी
- *किट्टी के लिए कुछ भी इंपोसिबल नहीं

किट्टी



- नाम : अदरक
- उम्र : 15 साल
- कक्षा : सातवीं के बाद स्कूल छोड़ दिया
- गुण : एक नंबर का जुगाडू
- *अदरक के पास तरकीब की भरमार है।

अदरक

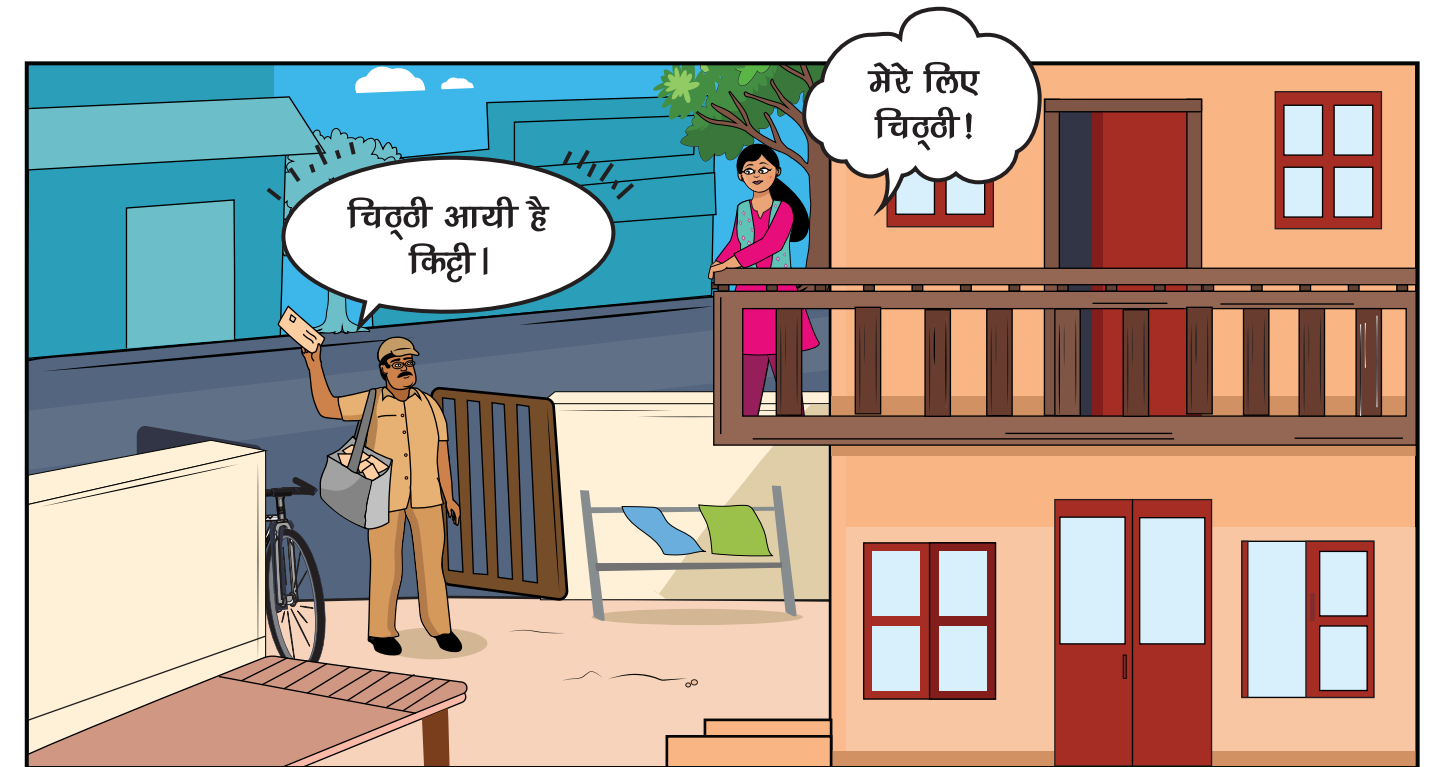
बदलीपुर की "टीम" आधाफुल



- नाम : तारा
- उम्र : 12 साल
- कक्षा : सातवीं
- गुण : जानकारी की चलती फिरती किताब
- *तारा कभी झूठ नहीं बोलती

तारा

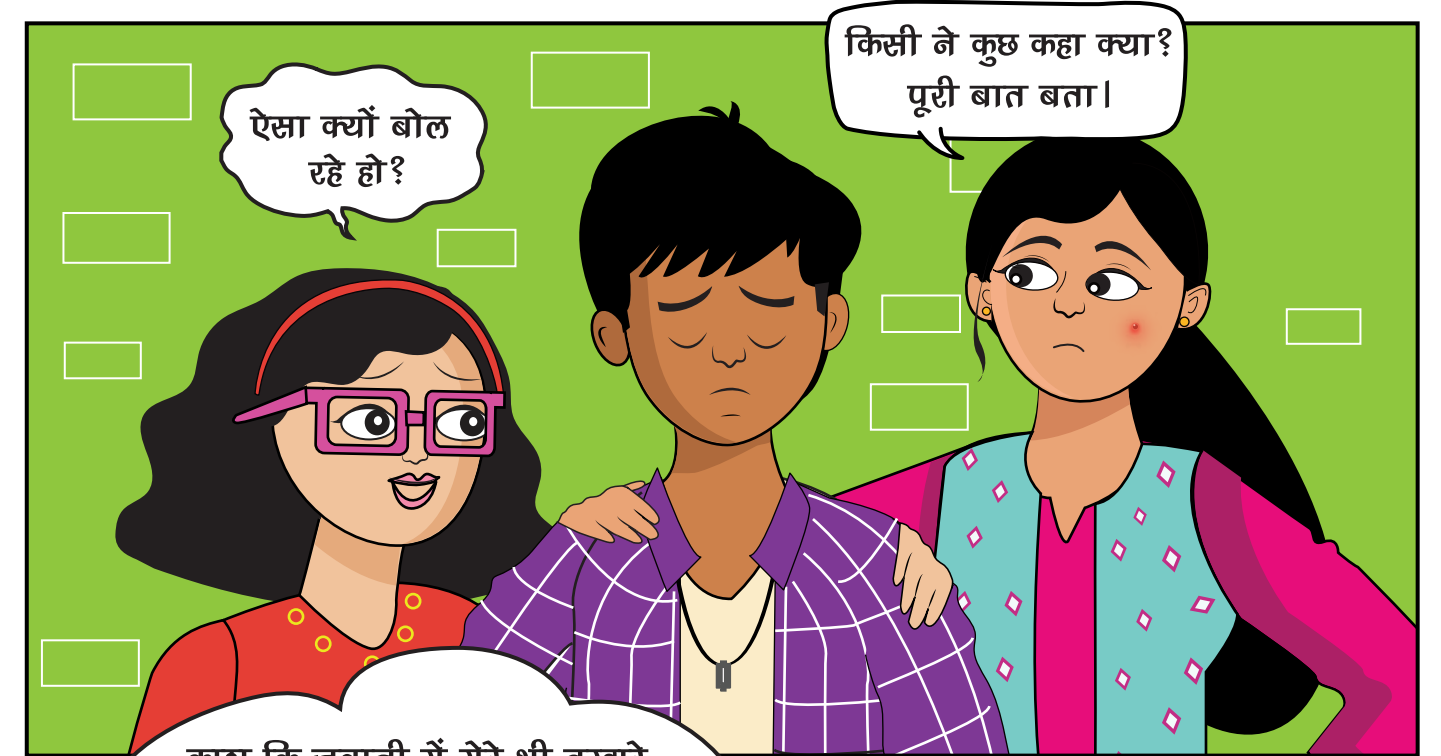
तीनों बदलीपुर में रहते हैं। तीनों को जासूसी करने का बड़ा शौक है। बदलीपुर में कुछ भी होता है तो तीनों पहुँच जाते हैं केस को सुलझाने। इन तीनों ने मिलकर एक टीम बनाई है जिसका नाम है, आधाफुल।



किट्टी तारा के पास जाती है और चिट्ठी वाली सारी बात बता देती है।

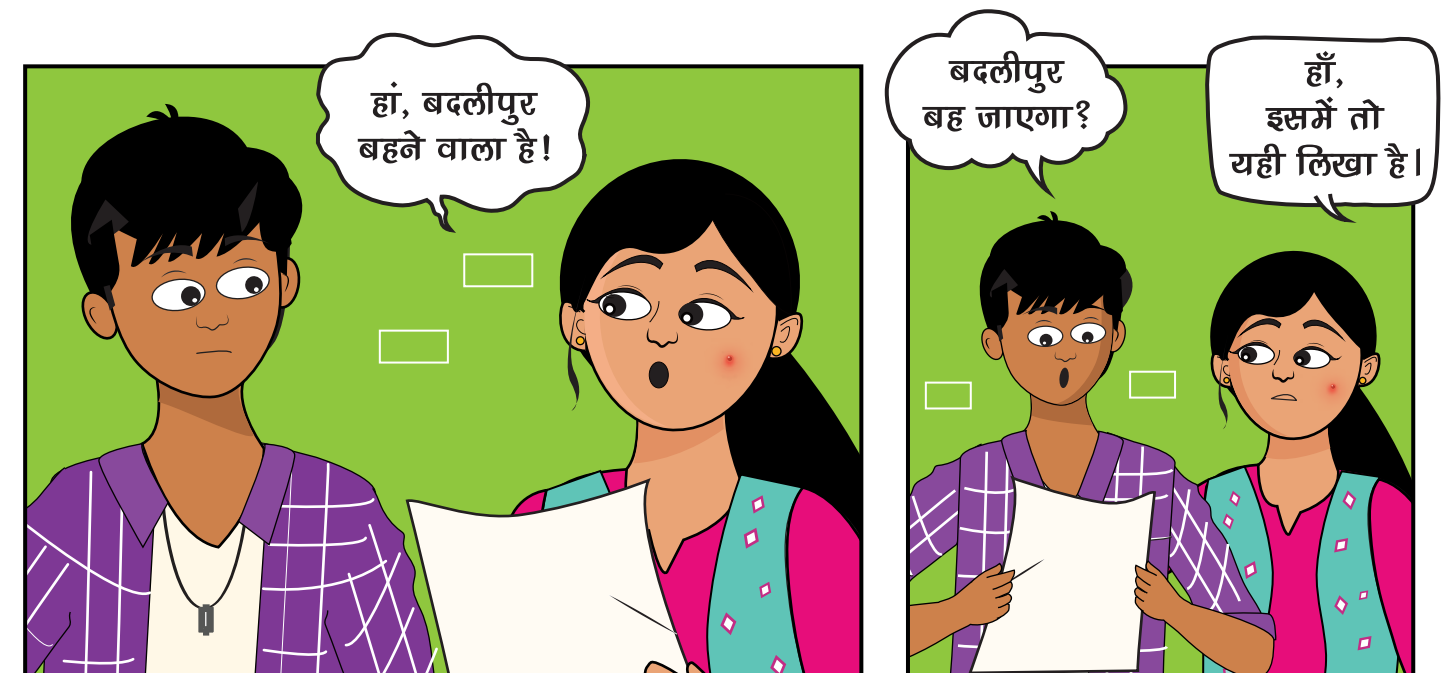


दोनों अदरक के घर पहुँचते हैं। अदरक एक कोने में उदास बैठा मिलता है।



काश कि जवानी में मेरे भी तुम्हारे
जैसी बॉडी होती। तुम तो बिल्कुल बॉलीवुड
हीरो की तरह दिख रहे हो। अगर मैं तुम्हारी
तरह दिखता तो मैं अपने स्कूल में
बहुत लोकप्रिय होता।





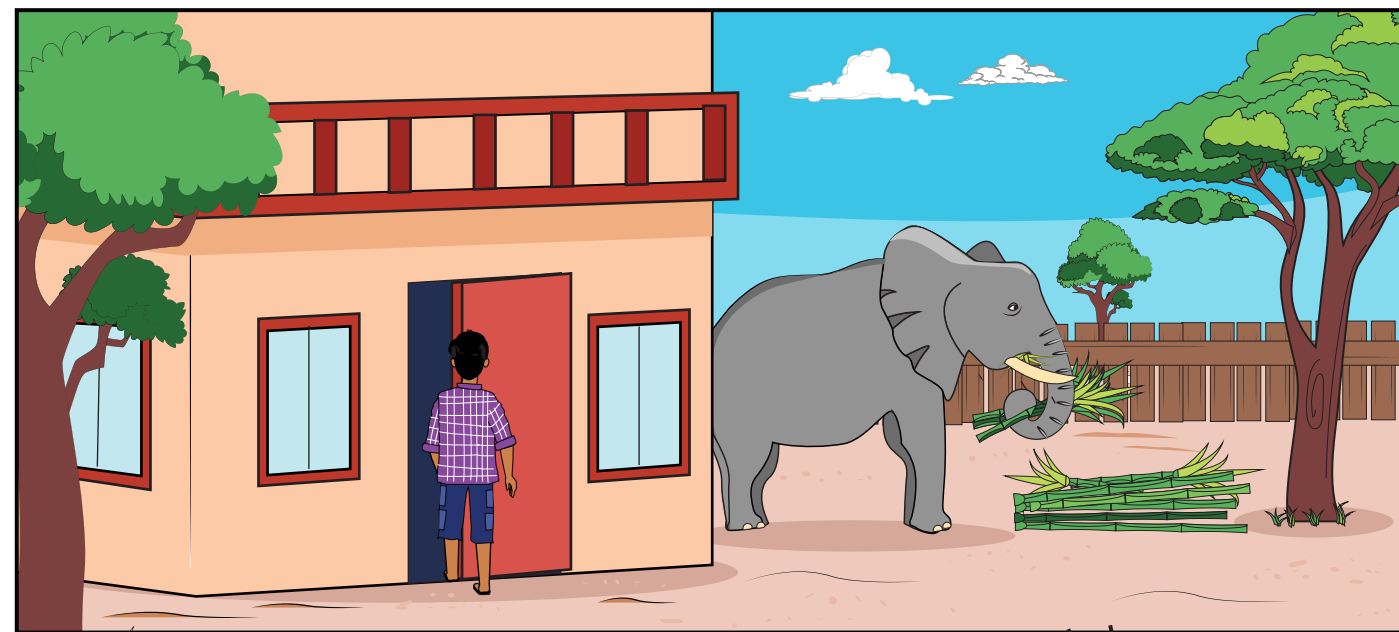
अरे जाओ, अब तो तुम यह समझ गये होना कि बॉडी टैंक कितना हानिकारक है। अगली बार जब चाचा जी लुक्स को लेकर बात करें तो उन्हें वहीं रोकना और उन्हें यह सब बातें जो हमने की हैं, वो समझाना।



फिर किटी और तारा बांध की तरफ भागते हैं।
जहां बांध में आयी दरार के कारण पानी निकल रहा होता है।



अदरक खूबीलाल के घर की ओर जाता है।



कहो अदरक,
कैसे आना हुआ?

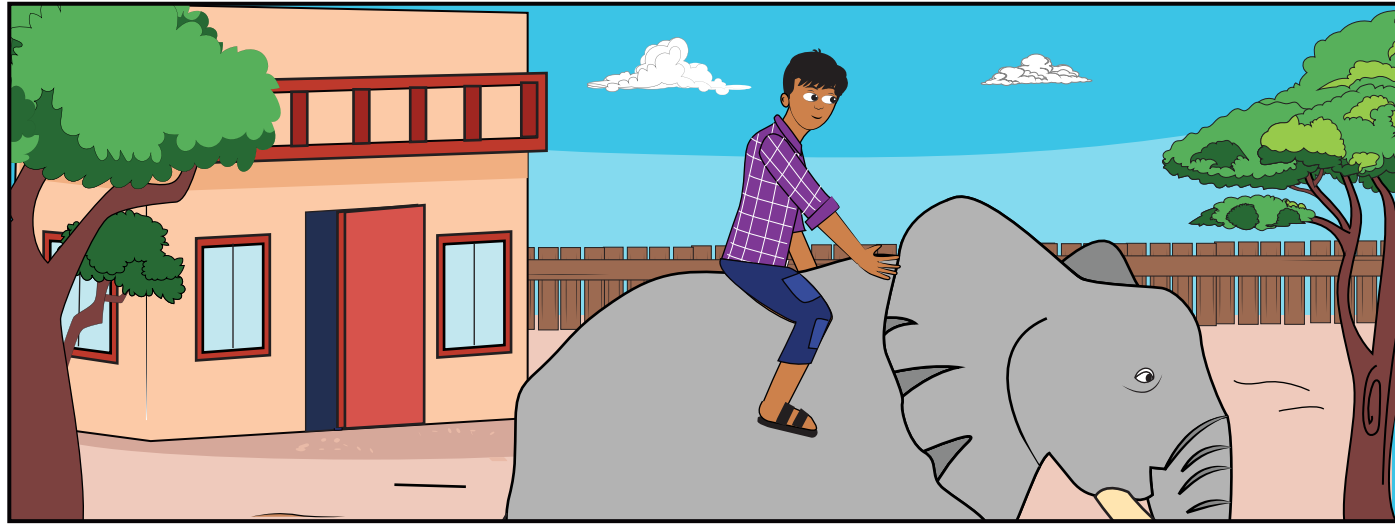
बदलीपुर खतरे में है।
तुम चलो मेरे साथ,
अपना हाथी लेकर।



मैं तो नहीं चल सकता यार। तुमने सुना नहीं मेरे चाचा जी ने क्या कहा था। अपनी बॉडी को मेंटेन करने के लिए मुझे कसरत करनी है। पहले कसरत करूंगा, फिर ही घर से बाहर निकलूंगा। जब से चाचा जी ने मेरी बॉडी की तारीफ की है, मैं इसे और ज्यादा गंभीरता से लेने लग गया हूँ। इसलिए मेरे पास तो बिल्कुल टाइम नहीं है। तू ही ले जा हाथी।



अदरक हाथी को खोल कर अपने साथ ले जाता है।

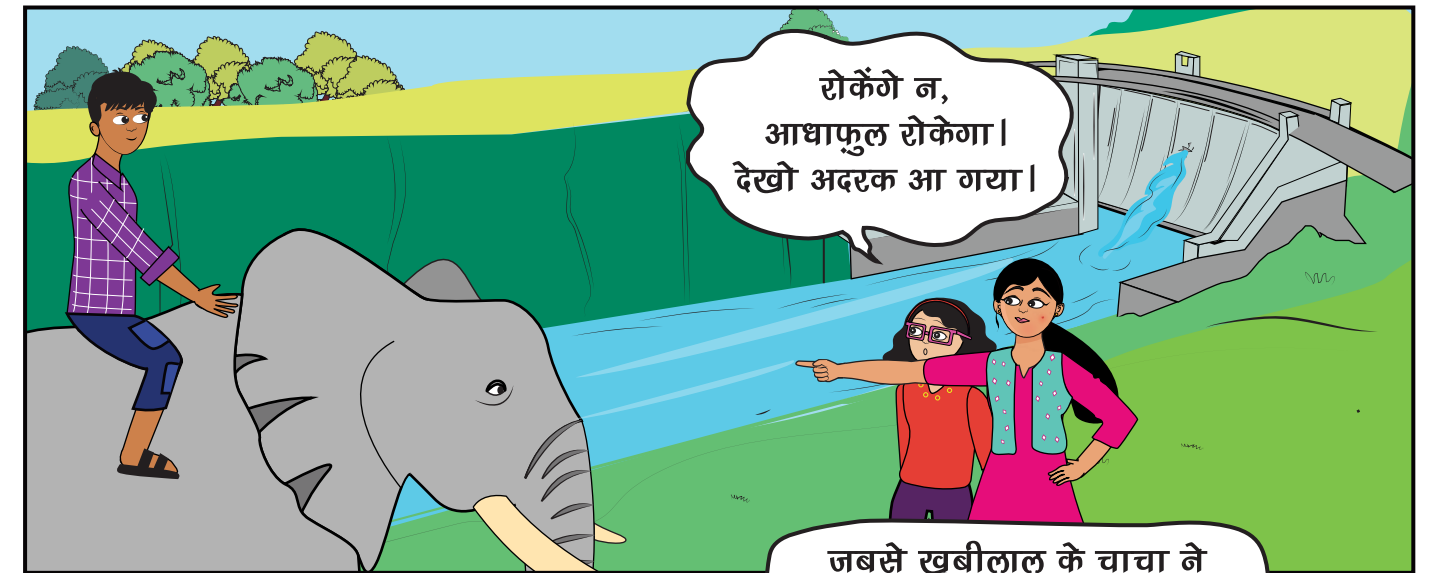


अदरक बांध के करीब पहुंच जाता है।



लगता है
बांध की दीवार में
छेद हो गया है।

अगर इसे रोका
न गया तो पूरा बांध
टूट जाएगा।



रोकेंगे न,
आधाफुल रोकेगा।
देखो अदरक आ गया।



तुम अकेले!
खूबी नहीं आया?

जबसे खूबीलाल के चाचा ने
उसकी बॉडी के बारे में बात की,
वो लुक्स की चिंता में पड़ गया।
अब अच्छा दिखने के सिवा उसके
लिए कुछ ज़रूरी नहीं।

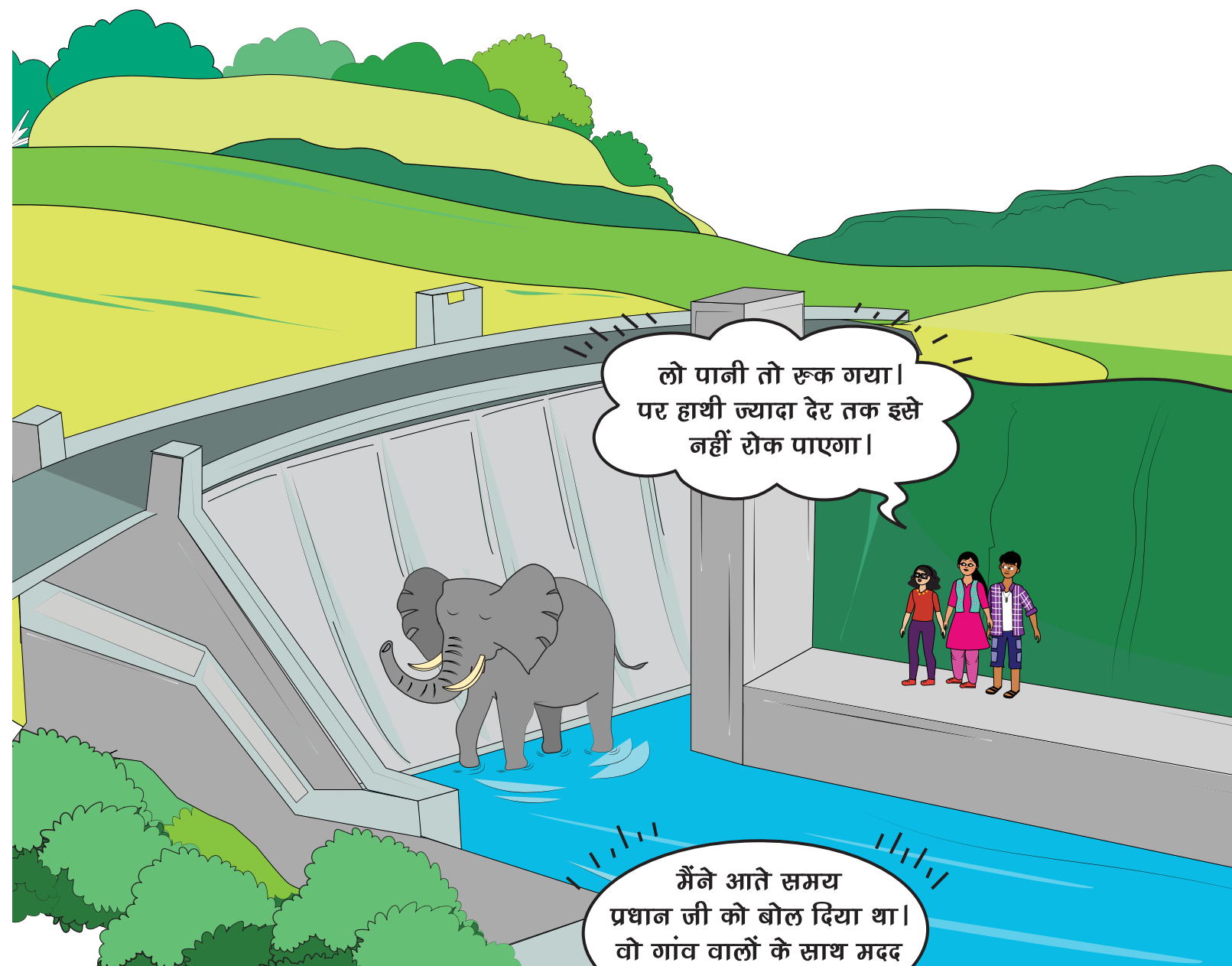


पानी का बहाव तो
बढ़ता ही जा रहा है।



अदरक, तू हाथी को
छेद के पास खड़ा कर दे।
शायद पानी रुक जाए।

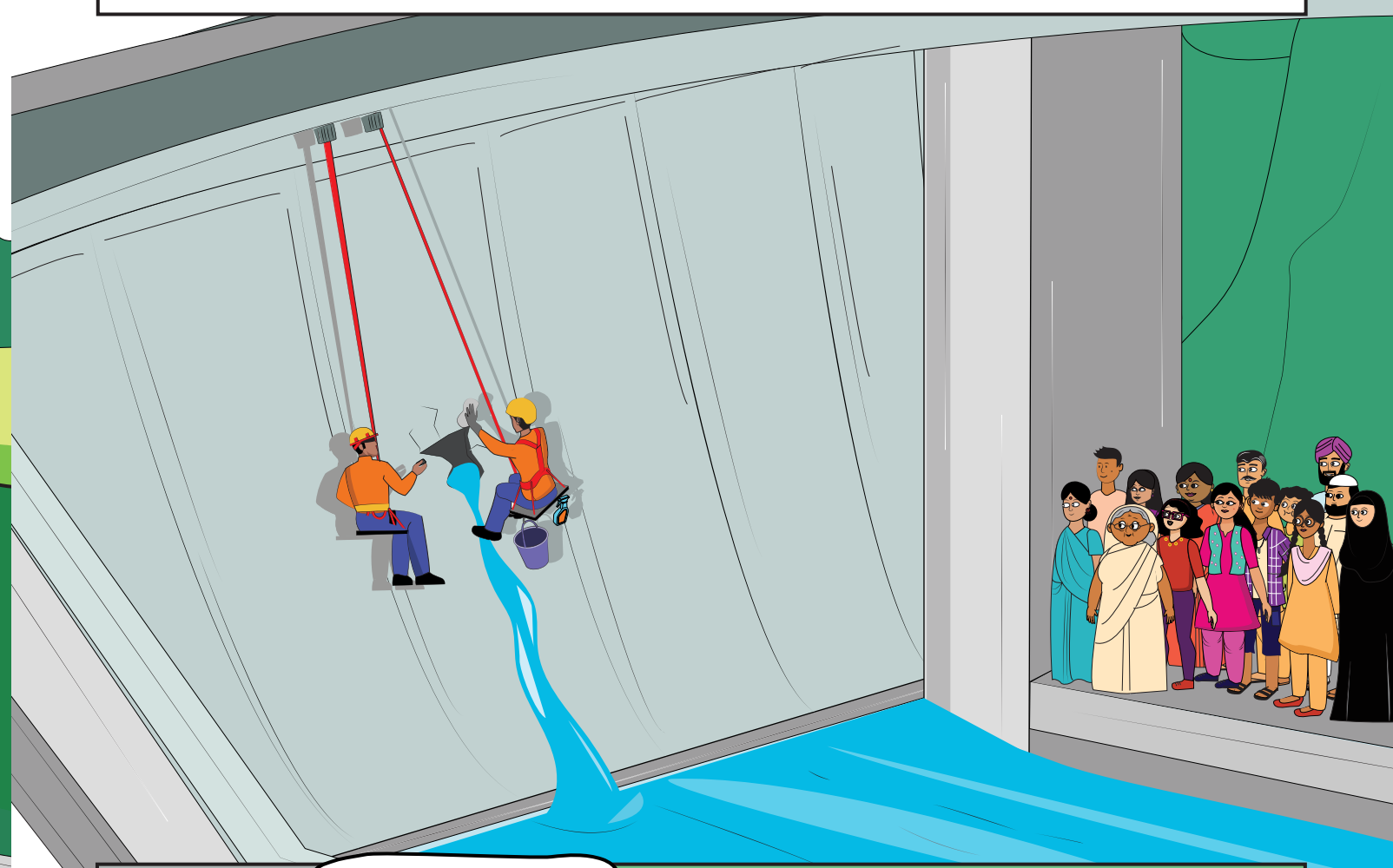
अदरक ने हाथी को छेद के पास खड़ा कर दिया।



मैंने आते समय
प्रधान जी को बोल दिया था।
वो गांव वालों के साथ मदद
लेकर आते होंगे।



थोड़ी देर में प्रधान जी आकर बांध के टूटे हिस्से की मरम्मत करवा देते हैं।



तुम हाथी सही
समय पर नहीं लाते तो
बांध टूट जाता।
शाबाश बच्चों।



अगले दिन अखबार में आधाफुल और हाथी की फोटो छपती है।



आधाफुल हाथी के लिए शुक्रिया कहने खूबीलाल के घर जाता है।



चाचा जी, लुक्स को लेकर कमेंट ना किया करो। ना अच्छा, ना बुरा। इसका नुकसान देखा ना आपने। ऐसे कमेंट सुनकर सब लोग खूबी के जैसे लुक्स के पीछे भागते रहते हैं। जैसे अदरक भी लुक्स की चिंता में पड़ गया और उदास हो गया। अब तो आपने सीख लिया कि बॉडी टॉक करना कितना हानिकारक है, तो ये वचन दीजिए कि आगे से आप किसी के रंग-रूप के बारे में बात नहीं करेंगे।





हाथी तीनों को अपने ऊपर बैठा लेता है और ज़ोर से चिंघाड़ता है।

आधाफुल जिंदाबाद!



कहानी की सीख

इस कहानी से आपने क्या सीखा?

लोग बिना सोचे समझे, शारीरिक बनावट से जुड़ी बातें करते हैं क्योंकि ये हमारे समाज में आम हैं। इसका कारण ये है कि लोग टीवी और विज्ञापनों के कारण आदर्श रूप पाने का दबाव महसूस करते हैं। बॉडी टॉक शारीरिक बनावट से जुड़ी बातों को कहते हैं। ऐसी बातें दोनों सकारात्मक (तुम कितने अच्छे लग रहे हो। क्या तुमने अपना वजन गिराया है?) या नकारात्मक हो सकती हैं। (जैसे काश मेरा शरीर और गठीला होता।) ऐसी शारीरिक बनावट से जुड़ी बातें आपके, आपके दोस्त या किसी फिल्म स्टार के बारे में की जा सकती हैं।

कई लोग शारीरिक बनावट से जुड़ी बातें अच्छे मन से करते हैं, लेकिन ऐसी बातें सब के लिए हानिकारक होती हैं और आदर्श रूप के दबाव को बढ़ावा देती हैं। ऐसी बातें लोगों के गुणों और रुचियों से उनका ध्यान बंटती हैं। बॉडी टॉक सिर्फ उन लोगों के लिए हानिकारक नहीं होती जिनके लुक्स की प्रशंसा की जाती है, बल्कि उनके आस-पास के लोगों को भी नुकसान पहुंचाती है। जैसे उनको लगने लगता है कि उनमें कुछ कमी है। जिसकी वजह से वो अपना सारा समय लुक्स की चिंता में बिता देते हैं।

हालांकि शारीरिक बनावट से जुड़ी बातें अक्सर की जाती हैं। इन्हें रोकना और जो लोग ऐसी बातें करते हैं उन्हें चुनौती देना ज़रूरी है। जब बॉडी टॉक हो, हमें यह कोशिश करनी चाहिए कि हम लोगों को समझाएं कि यह हानिकारक है और बातचीत का विषय बदलकर गुणों के बारे में बात करें।

अवश्य खेलें

थोड़ा सा समय निकाल कर सोचिए कि इस कहानी से आपने क्या सीखा?

अब यह सोचें कि किसी ने आपसे यह कहा

आज मैं कितनी मोटी लग रही हूँ।

नीचे दिये गये संदर्भ को पढ़ें और बतायें कि इसमें से कौनसा वाक्य ऊपर दिये गये संदर्भ के लिए उपयुक्त जवाब हो सकता है। उपयुक्त जवाब के सामने यस (हां) लिखें और गलत संवाद के सामने नो (नहीं) लिखें।

पर कम से कम तुम्हारी त्वचा साफ़ और गोरी है।

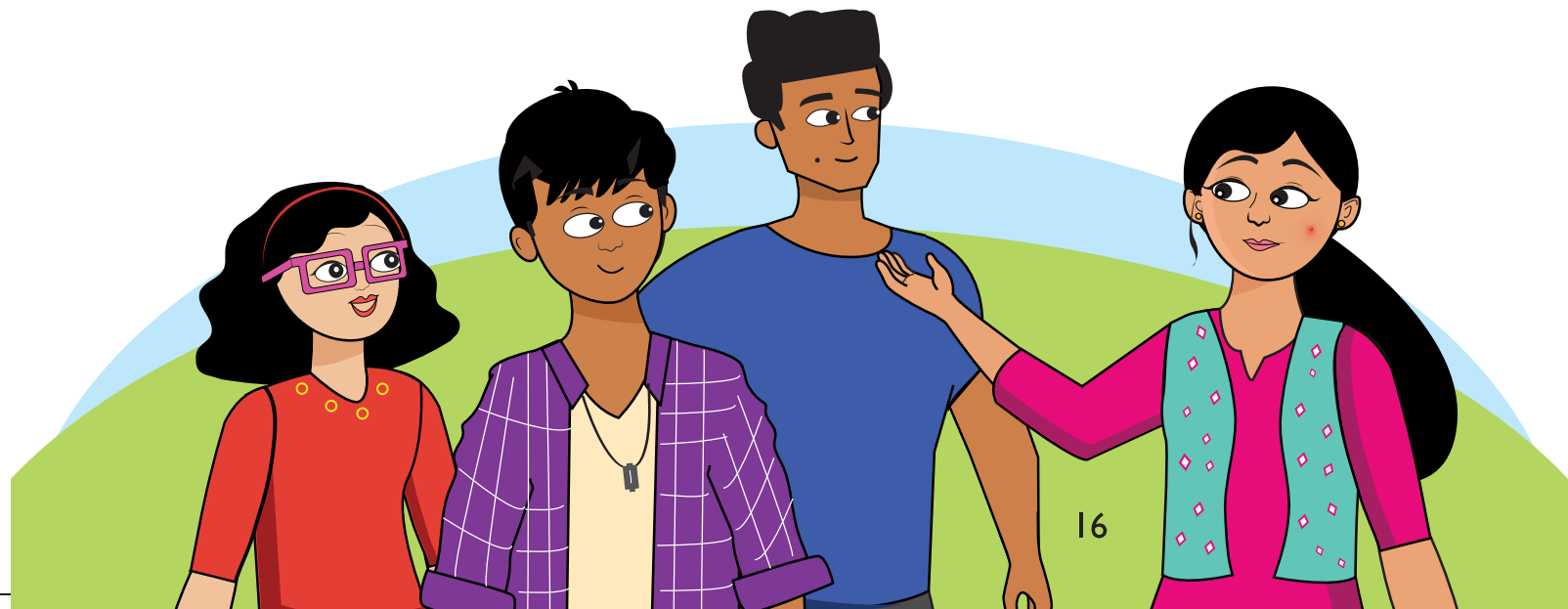
आदर्श रूप का दबाव ना महसूस करें। यह याद रखें कि जो तस्वीरें हम पत्रिकाओं में देखते हैं वो उन अभिनेताओं की सच्चाई नहीं है।

हां मैं भी कितनी मोटी लग रही हूँ। हमें कसरत करनी चाहिए।

लुक्स के बारे में बात करना कितना बोरिंग है और उसमे कितना समय बर्बाद होता है। चलो इस बारे में बात करते हैं कि स्कूल के बाद क्या करना है।

तुम मोटी नहीं लग रही। तुम्हारा वजन कितना गिर गया है। तुम बिल्कुल हमारी मनपसंद अभिनेत्री की तरह दिख रही हो।

ऐसा न कहो। तुम्हारे कितने गुण हैं जो तुम्हे तुम्हारे रंग-रूप से ज्यादा अनोखा और सुंदर बनाते हैं।



इच्छा हो तो यह भी खेलें



नीचे हमने कुछ गुणों की लिस्ट दी है। अपने पास बैठे किसी व्यक्ति के बारे में सोचें। नीचे दिये गुणों में से एक गुण उनके लिए चुनें जो उनके लिए उपयुक्त है। फिर उन्हें बतायें कि आपने उनके लिए ये गुण क्यों चुना।

(जैसे, तुम बहुत दयालु हो क्योंकि तुम मेरे साथ अपना खाना बांटते हो।)

ये है कुछ गुणों की लिस्ट

मज़ाकिया
होशियार
बहादुर
रोमांचक
भरोसेमंद
अच्छा श्रोता
धैर्यवान
जुगाडु

अगली बार जब आप अपने आप को या किसी और को रंग-रूप के बारे में सोचते या बात करते हुए पायें तो उसके बजाय आप उनके गुणों की तारीफ करें।

