उम्मीद:गीतकोश

बाल यौन शोषण से बचाव और रोकथाम के लिए बच्चो के लिए कुछ उम्मीद भरे गीत

निर्मल इनिशीएटिव ट्रस्ट

बाल यौन हिंसा का अंत करने के लिए एक सबल समुदाय बनाने की पहल

उम्मीद

लेखन: हिमानी सैनी
© कॉपीराईट 2018 निर्मल इनीशीएटिव ट्रस्ट

Theme	Song	Focus
The Significance of Human Dignity	अपने जैसा बस एक बच्चा	Establishing the uniqueness of each child
	मैं हूँ	Giving positive affirmations to the child
	खेलंगे हम खेलेंगे	Emphasizing the need to do away with the oppressive nature of caste
	ज़बान संभाल के	Need and significance of choosing and speaking sensitive words to the others
Development of Safe Boundaries and Spaces	हम बच्चे चौकीदार हैं	Instilling a sense of confidence for self-protection in children
	ये गया कूड़ेदान मे	Emphasizing not to believe on every negative remark or comment received by other
	चार बातें	Introducing four basic rules of personal safety
	बुलबुला	Giving confidence to listen to the inner feelings on the violation of personal safety
Touch in the Human Life: Importance and Implications	तन	Creating the sense of ownership of bodies; self and others
	खतरा है भई खतरा है	Introducing four body parts which should absolutely not be touched by anyone
	है दिल गन्दा या गन्दी खाल ?	Invoking the sense of injustice in terms of caste and touch-based practices
	छूना भला है	Establishing not all touches are bad; a variety of touches exist
Our Voices Matter: The Nuances of Disclosure	राज़ की बात	Making child aware of the danger of keeping secret of sexual abuse
	ताक लगाकर दौड़ो-दौड़ो	Introducing actions need to be taken in case of sexual abuse
	मैं क्या बोलूँ?	Giving the preliminary words to the child for disclosure of the sexual act

हम बच्चे चौकीदार हैं

हम बच्चे चौकीदार हैं -२
बुद्धू नहीं समझदार हैं -२

दाँतों को हम बचाते हैं
कर मंजन-दातुन प्यार से
हाथों को हम बचाते हैं
साबुन-पानी की धार से

किताबें अपनी संभालें
हम माली हैं ये फूल हैं
कपड़ो का भी हम ध्यान करें
बस आज लगी ये धूल है

हम बच्चे चौकीदार हैं -२
बुद्धू नहीं समझदार हैं -२

हम सब की इज्ज़त करते हैं
और खुद से हमें प्यार है
जो कुछ न भाये तन-मन को
उसे दूर से ही नमस्कार है

कहते हैं हम अब फिर ये तुमसे
कि हमको खुद से प्यार है
जो कुछ न भाये तन-मन को
उसे दूर से ही नमस्कार है

हम बच्चे चौकीदार हैं -२
बुद्धू नहीं समझदार हैं -२

तन

एक तन मेरा
एक तन तेरा
जो मेरा है
वो मेरा है
जो तेरा है
सो तेरा है

ऐसे सँभाले इस तन को
जैसे हम इसके मालिक हैं
न तो इसको कोई चोट लगे
करनी पूरी रखवाली है

कैसे अद्भुत अंगो को मिला
तन ईश्वर ने बनाया है
पर जाने क्यों कुछ एक लोगों ने
मुझ तक यूँ हाथ बढ़ाया है?

एक तन मेरा
एक तन तेरा

जो मेरा है
वो मेरा है
जो तेरा है
सो तेरा है

कुछ अंग कपड़ों के भीतर हैं
कुछ अंग कपड़ों के बाहर हैं
जो चोरी से कोई इन्हें छुए
बोलो फिर कैसे राहत है?

एक तन तेरा
एक तन मेरा
जो मेरा है
वो मेरा है
जो तेरा है
सो तेरा है

न मुझको तेरा तन छूना
तुम मेरे तन से दूर रहो
मैं मालिक हूँ तुम कोई नहीं
तुम जाकर गली की धूल चखो

एक तन तेरा
एक तन मेरा
जो मेरा है
वो मेरा है
जो तेरा है
सो तेरा है

ताक लगाकर दौड़ो-दौड़ो

ताक लगाकर दौड़ो-दौड़ो
भागो बच्चों बंधन तोड़ो

जब भी कोई हाथ लगाये
भद्दे चित्र और शब्द सुनाये
जब भी नन्हा दिल घबराए
कुछ पल को कुछ समझ न आये
दूजा तुम पर धाक जमाये
कभी वो झूठा प्यार दिखाए
चुप रहने की धौंस जमाये
धमकी देकर तुम्हें डराए

न-न करके शोर मचाओ
भागो इतना हाथ न आओ
ताक लगाकर दौड़ो-दौड़ो
भागो बच्चों बंधन तोड़ो

दूजे की गलती के कारण
खुद को न तुम नोचो-कोसो
तुम हो अच्छे प्यारे बच्चे
न पड़ना हिम्मत के कच्चे

जिस एक में भरोसा पाओ
सारी पीड़ा उसे सुनाओ
सुनाओ सुनाओ
शोर मचाओ
खुलकर अपनी बात बताओ

ताक लगाकर दौड़ो-दौड़ो
भागो बच्चो बंधन तोड़ो

बाल यौन हिंसा का अंत करने के लिए एक सबल समुदाय बनाने की पहल

शिक्षक	आप	बच्चे
	अभिभावक	
मैं		हम
राज्य तंत्र		