

## मैं भारत की बेटी हूँ

- अर्पिता नागकर - 7 वीं

मैं अपनी रक्षा करूँगी,  
मैं अपनी सुरक्षा के लिए तैयार हूँ।  
मैं नहीं डरूँगी, मैं नहीं झुकूँगी,  
मैं अपने अधिकारों के लिए लड़ूँगी।

मैं सेल्फ डिफेंस की ट्रेनिंग लूँगी,  
मैं अपने आप को मजबूत बनाऊँगी।  
मैं अपनी सुरक्षा के लिए जिम्मेदार हूँ,  
मैं अपने परिवार और दोस्तों की रक्षा करूँगी।

मैं भारत की बेटी हूँ,  
मैं अपने देश की शान बढ़ाऊँगी।  
मैं अपने अधिकारों के लिए लड़ूँगी,  
मैं भारत को सुरक्षित और मजबूत बनाऊँगी।

मैं अपने सपनों को पूरा करूँगी,  
मैं अपने लक्ष्यों को हासिल करूँगी।  
मैं भारत की एक सशक्त महिला बनूँगी,  
मैं अपने देश के लिए एक मिसाल बनूँगी।



Topic जंग लीच - लम्बकर

Date

लीच एक दुष्ट है कहते हैं, जंग लीच लम्बकर काम करना।  
यह एक मुहावरा है। इसी बार-बार सुनने पर ऐसा लगता  
है कि लीचका और लम्बका एक ही सामाजिक क्रिया के दो पक्ष हैं।  
हम लीचने की क्रिया के साथ लम्बाने की भी लपेट लेते हैं। लेकिन  
लम्बाने से प्रेरित, तो वे कहते हैं, मैं तो किन्तुल अजग जाते हैं।  
इन दोनों में इतना ही फर्क है। जोशी ने इन दोनों में बड़ा फर्क बताया  
है। वह कहते हैं कि लीचना, लम्बका का अभाव है। हम लीचने ही इस्तेमाल  
हैं। क्योंकि हम लम्बाने नहीं। जब लम्बका आती है, तो लीचना खिा  
ही जाता है। लीचने में विचार अंदर ही अंदर छुपते रहते हैं। लीचने  
में अनुमान होता है, तर्क होता है, फिर भी सही-गलत का पता नहीं चलता।  
लीचने में प्रश्न पैदा होते हैं, पर उत्तर नहीं मिलते। लम्बका के साथ  
कोई प्रश्न नहीं, बल्कि उत्तर है। क्योंकि लम्बका हृदय में पैदा होती  
है। लीचने अंदर ही अंदर एक दिया जल गया, अचानक रोशनी हो गई।  
और लीचने लाभ ले गई। लम्बका ध्यान से पैदा होती है। ध्यान की  
ऊर्जा आपको अपने भीतर गहरी ले जाती है। और आप उस जगह  
पहुँचते हैं, जहाँ लम्बका का लगेवर होता है, एक गीतल स्त्री। वहाँ  
ले जी खुशबूला उठता है, वह है लम्बका।

लम्बका की जगहाने के लिए रोज कुछ लम्बका अपने साथ शांत होकर  
आती है। उसके भी चुपचाप, किता किता तनाब के। फिर आँखें  
बंद करके अपने भीतर दुबकी लगाने की कोशिश करें। जैसे-जैसे  
मीन पना लीचा, आप पाएँगे कि कोई रीतानी ली उठ रही है।  
यह ली मीन केन्द्र है, यही है लम्बका का ध्यान।

गोविंद सिंह

## संकल्प

बूढ़ है संकल्प तो विकल्प नहीं दूढ़ना मिश्रय

जब कर लिया संकल्प नहीं तोड़ना

खुद पर विश्वास और मन में उमंग हो, कौशल के  
साथ अगर साहस का संग हो, तो किसी भी  
काम को, अधर में नहीं छोड़ना मिश्रय जब कर  
लिया - - -

रात्री रात दिन सुबह के साथ आयिगी, अंधकार  
चीरकर प्रकाश साथ लायेगी, ठान लिया रुकवार  
मुँ नहीं मोड़ना, निश्चय जब कर लिया - - - - -

विचार को विचार कर, दुष्ट को दुलार कर  
रुक्वार धाँक कर हाथ नहीं छोड़ना मिश्रय जब कर  
लिया - - -

जीत के लिए तो संकल्प युद्ध चाहिए, आलस  
प्रमाद के विरुद्ध युद्ध चाहिए, ठार कर किसी से  
दू हाथ नहीं जोड़ना, मिश्रय जब कर लिया - - -

अनिरुद्ध सिंह  
कक्षा X। अ

