



केन्द्रीय विद्यालाया एनटीपीसी फरक्का  
KENDRIYA VIDYALAYA NTPC FARAKKA



# हंसध्वनि

E-MAGAZINE

2021-22



केन्द्रीय विद्यालय संगठन  
एनटीपीसी फरक्का

आजादी का अमृत महोत्सव

## **Magazine Committee**

**Chief Patron:**

**Shri Sanjib Sinha**

**Deputy Comissioner**

**Kendriya Vidyalaya Sangathan**

**Regional Office Kolkata**

**Inspired by:**

**Shri Rajesh Dwivedi**

**Principal**

**Kendriya Vidyalaya NTPC Farakka**

**Advisory Committee:**

**Dr. Seema Kumari (PGT History)**

**Dr. TP Singh (PGT Geography)**

**Editorial Board:**

**Smt. Kankana Roy (PGT English)**

**Smt. Jacinta Topno (TGT Sanskrit)**

**Shri. Sambhu Bouri (TGT Arts)**

**Shri. Nishar Ahmmad (Computer Instructor)**

**Shri. Sayon Bhadra (TGT English)**

**Smt. Pumpy (PGT Hindi)**

**Special Thanks to:**

**Shri Manish Mishra (PGT Hindi, Formerly in KV NTPC Farakka)**

**Smt. Indu Kushwaha (PRT, Formerly in KV NTPC Farakka)**



फरक्का /Farakka

## MESSAGE FROM CHAIRMAN



It is a matter of great pride for me to pen down this message for "Hanshdhwani" the annual emagazine of Kendriya Vidyalaya, NTPC Farakka.

Education has the power to open door to new arenas of life. My heart fills with immense pleasure that Kendriya Vidyalaya, NTPC Farakka has been progressing in all its endeavors of providing the right education alongwith nurturing the creativity within each child, while uploading high moral values.

The school magazine is a perfect platform for the students to showcase their creativity in form of their writings and art-work. The content of the magazine reflects the wonderful creative thoughts and imagination of our young minds.

I take this opportunity to extend my warm wishes to the Principal, Staff and all the Students of Kendriya Vidyalaya, NTPC Farakka for their consistent efforts, hard work and dedication in their journey of academic and creative excellence.

Hoping to see many more editions of this wonderful magazine!!

With best wishes,

(SANJIV KUMAR)

**CHIEF GENERAL MANAGER**

## MESSAGE FROM DEPUTY COMMISSIONER



**केंद्रीय विद्यालय संगठन**

**KENDRIYA VIDYALAYA SANGATHAN**

(कोलकाता वित्त / Kolkata Region)


EB Block, Sector-1, Salt Lake,

कोलकाता / Kolkata – 700 064

(Under the Ministry of HRD, Govt. of India)



A magazine is a collage of ideas and a symbolic dialogue of the budding minds. Through the pictures, poems, stories and memoirs students emote the metaphors of their future aspirations. Later in life, when they will look back into this plethora of vibrant expressions, they will realize that this was the first instance of documenting their wishes and pursuing them further. I wish the E Magazine remains a testimony to many such blooming dreams and remains a milestone in the history of the institution. I congratulate the whole team of Kendriya Vidyalaya NTPC Farakka for this creative endeavour.



**Sanjib Sinha**

## प्राचार्य- सन्देश



प्रिय विद्यार्थियों !

विगत वर्ष की भाँति इस वर्ष भी विद्यालय अपनी ई -पत्रिका 'हंसध्वनि' प्रकाशित करने जा रहा है। इसके लिए मैं संपादकीय समिति के अथक प्रयास को साधुवाद देता हूँ तथा विद्यार्थियों को अपनी कृतियों को प्रकाशित करवाने के लिए आवाहन करता हूँ। वस्तुतः केंद्रीय विद्यालय की नींव वसुधैव कुटुम्बकम् मंत्र के आधार पर हुई है, जिसमें समस्त विचार धाराओं का संतुलित समागम है अतः विद्यालय की ई-पत्रिका, राष्ट्रीय शिक्षानीति तथा बाल केंद्रित व्यवस्था के अंतर्गत विद्यार्थियों की कल्पनाशील मौलिक ऊर्जा को सृजनात्मक क्षमता तथा आत्मबोध को मुखरित करने हेतु लेखनरूपी मंच प्रदान करती है जिसमें उनकी अर्जित भावनाओं, भाषायी दक्षता व साहित्यिक एवं सृजनात्मक अभिव्यक्तियों तथा स्वाभाविक मेधा का सम्यक विकास किया जा सके।

विगत वर्ष से ही कोरोना जैसी महामारी ने समस्त गतिविधियों के संचालन में गतिरोध उत्पन्न किया, अद्यावधि कर रही है तथापि ऊर्जा से ओत-प्रोत विद्यालय परिवार इस दुष्कर चुनौती से डटकर लक्ष्य प्राप्ति की ओर अग्रसर है एक पंक्ति यहाँ समसामयिक एवं युक्तियुक्त है-

**"इस पथ का उद्देश्य नहीं है श्रान्त भवन में टिक रहना।**

**किंतु पहुंचना उस सीमा तक जिसके आगे राह नहीं है।।"**

विद्यालय की ई-पत्रिका की प्राण प्रतिष्ठा में अपने अनमोल संदेश एवं शुभाशीष द्वारा हमारा मार्गदर्शन करने के लिए समस्त अधिकारियों विशेषतः हमारी उपायुक्त महोदया सुश्री चंदना मंडल जी एवं सहायक आयुक्त श्री पीसी महापात्रा जी (कोलकाता संभाग) के प्रति विद्यालय परिवार हृदय से आभार व्यक्त करता है।

विद्यार्थियों की नैसर्गिक प्रतिभा एवं शिक्षकों तथा अभिभावकों के सहयोग एवं संबल हेतु हृदय से धन्यवाद ज्ञापित करता हूँ, आशान्वित हूँ कि शैक्षणिक सांस्कृतिक एवं समसामयिक परिवेश को नवीन लक्ष्य, नव्यायाम तथा नवीन मार्ग पर अग्रसर करने में हमारे नैतिक मूल्य अत्यंत सहायक सिद्ध होंगे।

मैं अपने संपादकीय समिति को विशेषरूप से शुभकामनाएं देता हूँ जिनके भगीरथ प्रयास ने इस महामारी में भी ई-पत्रिका का प्रकाशन पुनः संभव हो सका।

-धन्यवाद।

श्री राजेश द्विवेदी



फरक्का /Farakka

## MESSAGE FROM NOMINEE CHAIRMAN



**Kendriya Vidyalaya NTPC Farakka has been working to bring out the creative capability of the blossoming students. The e-magazine is a manifestation of this endeavour. The multifarious talents of the budding minds are captured here, and this can be a gateway to their future success in life . My best wishes are with the whole team for the continued growth and success of the School in all spheres of activities and hope to find many more editions of the magazine in future.**

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Vivek Jha', on a white rectangular background.

**VIVEK JHA  
GM (ELECTRICAL MAINTENANCE)**



## EDITORIAL

**“You can’t use up creativity. The more you use, the more you have.”**

**--- Maya Angelou**

**A school magazine is the expression of the creativity of students. Budding writers, blooming alerts and all scholastic and co-scholastic activities come together in this manifestation. Our Vidyalaya magazine “Hansdhvani” has crossed multiple hurdles before publication. The constant support of the whole Vidyalaya as a team cannot be paid sufficient gratitude. Hoping that this creative spur will remain enlightened and many more editions of e-magazine will come up in the near future.**

**-Smt. Kankana Roy (PGT English)**

## अव्वल छात्रों की सूची (2020-21)

### कक्षा १०

१. मुस्कान खातून -९५.४ %
२. सुप्रिया शेखर -९२.२ %
३. निश्चय मोहंती -८९.४ %

### कक्षा -१२ विज्ञान

१. ऋषिता नाथ -९५.८ %
२. प्राची सिंह -९५.६%
३. रीतू सिंह -९५.६%
४. मंदिरा मंडल -९३ %

### कक्षा १२ -मानविकी

१. अनिशा ओझा -९६ .२ %
२. स्वर्णाली बिस्वास -९१ .४ %

## अव्वल छात्रों की सूची (2021-22)

### कक्षा १०

१. राहुल माकेप-९५.२ %
२. बिब्येंदु मंडल- ९४.६ %
३. तुषार कान्ति- ९३.० %

### कक्षा -१२ विज्ञान

१. अरुण प्रताप सिंह- ९७.० %
२. फरहाना अफरीन- ९०.० %
३. सुदीप्ता पाल- ८८.० %

### कक्षा १२ -मानविकी

१. डोली बासुमतारी- ९३.० %
२. संचिता हालदार- ८८.० %
३. स्नेहा संतोष तायडे- ८७.० %



# विषय सूची

## हिंदी

क्रमांक संख्या	विषय	पृ सं
1	पतंग हमारी	11
2	मां की आंखों में आंसू क्यों	12
3	उषाकाल	13
4	गिला-शिकवा है नहीं तुझसे	14
5	आओं, देश का मान बढ़ाए	15
6	छोटी सी है जिंदगी	16
7	महामारी कोरोना	17
8	तीन रंगों का मेरा झंडा	18
9	नदी	19
10	पहचान	20
11	सात स्वरों से बना ये जहां	21
12	'दृढसंकल्प'	22
13	योग के महत्व	23-24

## संस्कृत

क्रमांक संख्या	विषय	पृ सं
1	कीलोत्पाटि वानरकथा	26
2	विद्या	27
3	श्लोक	28

## ENGLISH

SL. NO.	TOPIC	Page No.
1	WINTER HAD CLAWED THE NIGHT	30
2	KINDS OF PEOPLE WE MEET AT AN ATM	31
3	TYPES OF FRIENDS	32
4	FRIENDSHIP	33
5	90's KIDS and 2020's KIDS	34
6	When it rains	35
7	TEN INTERESTING FACTS ABOUT BOOKS AND AUTHORS	36
8	The Days Are Coming Back	37
9	SOLDIER	38

10	OUR INCREDIBLE INDIA	39
11	MY MOTHER	40
12	TACKLING TROUBLED TIMES	41
13	INDIA'S OLYMPIC MEDAL WINNERS	42

## PHOTO CORNER

1	CORRECTIVE EXERCISES FOR POSTURAL DEFORMITIES	44
2	YOGA IN SCHOOL CAMPUS	45
3	SWACHHATA	46
4	YOGA ASANA	47
5	ANNUAL INSPECTION	48
6	ONLINE CLASS	49
7	EBSB CORNER	50-66
8	INTERNATIONAL WOMEN DAY	51
9	REPUBLIC DAY CELEBRATION	52
10	VIRTUAL ASSEMBLY	53
11	INDEPENDENCE DAY	54
12	POETRY RECITATION	55
13	SPEECH BY STUDENTS	56
14	YOGA DAY	57
15	AWARENESS AND SENSITIVITY TOWARDS ENVIRONMENT	58
16	NATURAL UNITY IN THE LANGUAGE AND COMMUNITY SONG	59
17	THEME BASED DISPLAY BOARD	60
18	TALK BY STUDENT AND TEACHER	61
19	STATE DAY CELEBRATION	62
20	ART & CRAFT EXHIBITION	63
21	MAGADH MAHIMA	64
22	SUJATA KI GEET	65
23	MAIN HOON KAUN	66

-----

# हिंदी विभाग

## पतंग हमारी

पतंग हमारी चढ़ती जाए  
तेज हवा से लड़ती जाए  
रेशम की डोरी से बंधी  
संग संग बलखाती जाए  
मंझे उलझे आपस में जब  
पतंग आपस में लड़ती जाए  
कटी पतंगें बेसुध होकर  
मतवाली सी उड़ती जाए  
बच्चे भागे पीछे पीछे  
मैदानों में दौड़े जाए  
पतंग हमारे जीवन में  
खुशी और उत्साह ले आये  
मन करता है मेरा भी यह  
संग पतंग के उड़ते जाए

-मनीष मिश्र, शाहनवाज़ अली और इंदु कुशवाहा

## मां की आंखों में आंसू क्यों

जिसने हाथ पकड़कर चलना सिखाया,  
जिसने हमें दुनिया दिखाया  
हमें अपनी गोद में सुलाया  
लेकिन हमने उन्हे रुलाया

वह 'माँ' पुकार  
जो थी सबसे प्यारी  
आज वह माँ बन गई के बोझ जैसी भारी ।

कल तक जो माँ थी  
आज वह बूढ़िया हो गई,  
कल तक जिसके बिना रहा न जा सका  
आज वह एक आफ़त बन गई।

उनकी ममता मोह आज,  
एक दिखावा हो गया।  
कल तक जो अपना था  
आज वह पराया हो गया।

अपनी उस माँ का दर्द समझो तुम इंसान  
अपने माँ की करो तुम सम्मान  
यह मत भूलो कि वह माँ ही थी,  
जो दर्द वेदना सहकर तुम्हें इस दुनिया में लाई थी।

नाम-दिव्येंदु मंडल  
कक्षा-10

## उषाकाल

लाल लाल बिंदिया सा सूरज  
ऐसा लगा धरा से निकला ,  
परन्तु सुबह-सुबह रख आया कौन  
अम्बर के अम्बर में।

मूँदी आंख खोली कलियों ने  
चिड़ियों ने गाया गाना,  
गुनगुन करते भँवरों ने  
खिलते फूलों को पहचाना।

तभी आ गई फुदक-फुदक कर  
एक तितलियों की टोली,  
मधुमक्खियों ने मधुरस लेकर  
बढाई अपनी झोली।

उठो चलो , काम करे हम  
तभी हासिल कर पाएंगे ,  
अपनी मंजिल दूर नहीं अब  
पाकर ही हम दम लेंगे ।

नाम- सोनाली

कक्षा -10

## गिला-शिकवा है नहीं तुझसे

दोस्त था तू मेरा  
इस जहां में सबसे बढके ।

तेरे सिवा निभाई नहीं  
दोस्ती किसी और से।  
शिकवा नहीं तुझसे  
न उम्मीद ही है तुझसे ।  
अगर लगे की मैं बदल गया हूँ  
छोड़ देना मेरा साथ ।

पर मत रखना  
गिला मुझसे।  
मैंने हमेशा तुझे चाहा  
इस नाते से ही ,  
तुझसे नहीं है  
शिकायत है मुझे।

नाम- शांति मुर्मू  
कक्षा 10

## आओं, देश का मान बढ़ाए

आओं, देश का मान बढ़ाए  
इसकी धरती को स्वच्छ बनाएं  
आओं, देश का मान बढ़ाए |

भेदभाव की दीवार हटाए  
अपनेपन की कड़ियाँ जोड़े,  
इस धरती के हर मानव का  
मानवता से नाता जोड़े  
एक दूसरे के दुःख-सुख में  
एक दूजे का साथ निभाए  
आओं, देश का मान बढ़ाए |

इस देश का जन -जन  
सबका करे अभिनंदन  
नई आशा की किरणें बन  
आज सजा दे हर आंगन |

हर मुश्किल का हल साथ में निकाले  
सबके मन में उत्साह जगाए  
आओं, श्रम को जीवन मंत्र बनाएं  
आओं, देश का मान बढ़ाए ||

--- समाजी बेरा  
कक्षा 10



## छोटी सी है जिंदगी

छोटी सी है जिंदगी  
यादों की गलियों को छोड़  
आज को बेहतर बनाओ  
तभी बन पायेगा कल हमारा  
इस छोटी सी जिंदगी को  
जी लो जीभर के  
हर मुश्किल में उम्मीद को  
मत छोड़ो  
इस छोटी सी जिंदगी को  
यादगार बना दो।

---तितली आलम  
कक्षा 10

## महामारी कोरोना

साल २०२० था,  
पूरे दुनिया में मचा था तहलका,  
मानव जाती डरा- डरा सा था,  
क्योंकि था जो राज कोरोना का।

उस दिन को कर्फ्यू ऐलान कर,  
बंद किया सबको घर पर,  
लोग क्या जाने क्या होना था उस रात,  
क्योंकि हुआ जो था ऐसा कई सालों बाद।

वो दिन मार्च महीने का २२ तारीख था,  
जो मोदी जी ने भारत के लिए चुना,  
समय तय हुआ रात्रि ८ बजे,  
अपना फैसला भारतवासियों को सुनाने के लिए।

"भाइयों और बहनों" से शुरू किया,  
मोदी जी ने अपने फैसले का सिलसिला,  
वो एक दिन इतना भारी पड़ेगा,  
थोड़े ही किसी ने था सोचा।

एक दिन का कर्फ्यू लगाके,  
मोदी जी ने एक का इक्किस कर दिया,  
उस इक्किस दिन को घरबंदी बताके,  
उन्होंने तो हमें बंदी ही बना लिया।

और इसी घरबंदी का नाम  
उन्होंने लॉकडाउन रखा।

अब जो था वक्त कोरोना का,  
तो बाहर निकलना था पूरी तरह मना,  
ऐसे में कौन कहा जाए इसलिए,  
घर बैठना ही हमने बेहतर समझा।

लूडो, कैरम, डमशराज, अंताक्षरी,  
एक मर्तबा फिर शुरू हुआ इनका सिलसिला,  
हमे भी मौका मिला सबको अपनापन जताने का,  
घर बैठकर उनके साथ समय बिताने का।

कई आदतें लगी, कई आदतें छुटी,  
कुछ हसे और फिर कुछ रोए,  
यह सिलसिला पता नहीं कब तक चलेगा,  
खुदा ने न जाने क्या सोच के रखा था।

नहीं मिला बहुत खोजने के बाद,  
इस भयंकर बिमारी का काठ,  
लोगों ने भी सोच लिया था,  
वक्त आ गया है दुनिया के खत्म होने का।

हमने और सावधानी बरती,  
मस्क और सैनिटाइजर को बना लिया अपना साथी,  
कहीं अगर बाहर जाना हो तो,  
नहीं छोड़ा हमने इन दोनों का साथ कभी।

फिर भी यहीं इबादत रही हमारी खुदा से,  
की बंद करे यह खेल खेलना, इतना भी क्या खफा हुए  
हमसे,  
की अब चाहे ही ना हमे झेलना।

पर हमारे चिकित्सक और वैज्ञानिक,  
थे होशियार बड़े,  
हार मान जाने वालों के कतार में,  
लगते नहीं थे काभी वे।

अपने पूरे ज़िंदगी के,  
ज्ञान समेत कर,  
निकाल लिया इस,  
भयंकर बिमारी का तोड़।

लगाया जा रहा है सबको,  
कोविशील्ड और कवैक्सिन का टीका,  
उम्मीद यहीं जगी है कि,  
होगा भारत आज़ाद दोबारा।

नाम - डोलिस्मित दास  
कक्षा - १२-विज्ञान

## तीन रंगों का मेरा झंडा

तीन रंगों का मेरा झंडा।  
केसरी ,सफेद ,हरा।  
सबके काम अलग-अलग,  
सबकी काम खरा।  
केसरिया मतलब संपन्नता,  
जो देश में उजाला लाए।  
सतीश मतलब शांति जो,  
एकता का प्रतीक लाए।  
हरा मतलब हरियाली आए,  
देश भर को हरा बनाए।  
तीन रंग अपने झंडे के,  
जो हम सब को एक बनाएं।

नाम - परिश्रिता दास।

कक्षा -आठवीं

## नदी

ऊँचे पहाड़ों से,  
सकरी चटानी से,  
सरपट दौड़ती हुई,  
बहती है नदी।

ऊँचे पहाड़ों से भी गिरकर,  
सकरी चटानो से भी फिसल कर,  
हार न मानने की सलाह,  
हमें दे जाती है नदी।

जंगलो के बीच से,  
पहाड़ी को काट कर,  
निरंतर बहती,

जाती है नदी।

बाँधाओं से लड़कर,  
मुश्किलों को हराकर,  
आगे बढ़ते रहने का सबक,  
हमे दे जाती है नदी।

ग्रीष्म की तपती हुई गर्मी में,  
खुद रहकर भी,  
अपने निर्मल, पवित्र, शीतल जल से,  
जीवों की प्यास को,  
बुझाती है नदी।

कक्षा - 10  
नाम - विशाल कुमार

## पहचान

में पंजाबी, में बांग्ला, में मराठा , में गुजराती  
सबने बना ली है अपनी नई पहचान  
शायद ना रहा इन्हे अब  
" भारत " शब्द का भी भान  
खुद को आज भी जकड़ा देख  
धर्म प्रांत की बेरियों में  
भारत यही सोचती यही पूछती होगी  
हम सब से  
क्या मुझको मिली आजादी?

नाम - आदित्यनाथ  
कक्षा - 10

## सात स्वरों से बना ये जहां

सात स्वरों से बना ये जहां  
सा रे गा मा पा धा नि  
जब मिलन हो इन सात स्वरों का,  
तब रिश्ते बनते हैं यहां।  
क्या फायदा लड़ने का?  
क्या फायदा झगड़ो का?  
धर्म न पूछो, जात न पूछो,  
रूप न देखो, न देखो दौलत।  
सब तो एक है 'इंसान',  
बस मिलाओ स्वर और गाते जाओ अपना गान।  
जाना है तो सभी को एक दिन वहा  
तब तक निभाते जाओ साथ यहां।  
निभाओ धर्म, निभाओ मनुष्यता,  
मिलाते जाओ स्वर और गाते जाओ अपना  
गान,  
निभाते जाओ रिश्ते और रहने दो अभिमान।

नाम – अनुश्री मन्ना

कक्षा – X

## ‘दृढसंकल्प’

“दृढसंकल्प” एक शब्द मात्र नहीं बल्कि एक ऐसी भावना या संचार है जो व्यक्ति के जीवन को सर्वोपरि बदल सकता है। यूँ भी कह सकते हैं कि इस शब्द में ही सफलता छिपी हुई है। जितने भी सफल व्यक्तियों के उदाहरण हम देखते हैं, उन सभी के जीवन में इस शब्द का गहरा प्रभाव दिखाई देता है। दृढसंकल्प वास्तव में व्यक्ति के अंदर का अदृश्य गुण है जो परिश्रमी व्यक्ति को ऊँचाइयों के शिखर तक ले जाता है। हमारी युवा पीढ़ी में इस गुण की कमी नहीं है, लेकिन “दृढसंकल्प” इस गुण को पहचानने और अपने अंदर से दृढ निकालने में युवा पीढ़ी थोड़ी पिछड़ी हुई है।

‘मन में ठान लेना’ यही तो दृढसंकल्प है और यह इतना भी कठिन नहीं कि हमारी युवा पीढ़ी इस ओर ध्यान न दे पाए। बस मेहनत करने का भाव पूरी निष्ठा से जागृत करना यही तो दृढसंकल्प है, और बस फिर सफलता स्वयं आपके कदम चूमने लगेगी। इतना ही नहीं ‘दृढसंकल्प’ मनुष्य को उसके सपने साकार करने की शक्ति प्रदान करता है, सफलता अर्जित करने में सहायता प्रदान करता है। दृढसंकल्प से तो अक्षम व्यक्ति भी सफलता के आयाम छू सकता है।

आज युवा पीढ़ी को दृढसंकल्प लेने की आदत डालनी चाहिए। संकल्प नहीं लेना है, जिसे हम कुछ ही दिनों में भूल

जाते हैं, अपितु दृढसंकल्प लेना होगा और किसी काम को सफल बनाने का प्रयास करना होगा। जीवन में सफल होना है या आगे बढ़ना है तो इसी शब्द को पायदान बनाकर इस्तेमाल करना होगा तभी सभी बाधाओं, परेशानियों, मुसीबतों को पीछे छोड़ते हुए हम सफलता के सौपान पर चढ़ पायेंगे और एक सक्षम दृढसंकल्पी के रूप में हमारी पहचान होगी जो दूसरों को प्रेरणा देगी और जिससे प्रेरणा लेकर वे भी अपने जीवन को नई दिशाएँ दे पाएँगे।

**संभवी चक्रवर्ती**  
**कक्षा- दशम**

# योग के महत्व

योग - अभ्यास का एक प्राचीन रूप जो भारतीय समाज में हजारों साल पहले विकसित हुआ था और उसके बाद से लगातार इसका अभ्यास किया जा रहा है। इसमें किसी व्यक्ति को सेहतमंद रहने के लिए और विभिन्न प्रकार के रोगों और अक्षमताओं से छुटकारा पाने के लिए विभिन्न प्रकार के व्यायाम शामिल हैं। यह ध्यान लगाने के लिए एक मजबूत विधि के रूप में भी माना जाता है जो मन और शरीर को आराम देने में मदद करता है। दुनियाभर में योग का अभ्यास किया जा रहा है। विश्व के लगभग 2 अरब लोग एक सर्वेक्षण के मुताबिक योग का अभ्यास करते हैं।

## प्रस्तावना

शरीर, मन और आत्मा को नियंत्रित करने में योग मदद करता है। शरीर और मन को शांत करने के लिए यह शारीरिक और मानसिक अनुशासन का एक संतुलन बनाता है। यह तनाव और चिंता का प्रबंधन करने में भी सहायता करता है और आपको आराम से रहने में मदद करता है। योग आसन शक्ति, शरीर में लचीलेपन और आत्मविश्वास विकसित करने के लिए जाना जाता है।

### योग के फायदे

मांसपेशियों के लचीलेपन में सुधार

शरीर के आसन और एलाइनमेंट को ठीक करता है

बेहतर पाचन तंत्र प्रदान करता है

आंतरिक अंग मजबूत करता है

अस्थमा का इलाज करता है

मधुमेह का इलाज करता है

दिल संबंधी समस्याओं का इलाज करने में मदद करता है

त्वचा के चमकने में मदद करता है

शक्ति और सहनशक्ति को बढ़ावा देता है

एकाग्रता में सुधार

मन और विचार नियंत्रण में मदद करता है

चिंता, तनाव और अवसाद पर काबू पाने के लिए मन शांत रखता है

तनाव कम करने में मदद करता है

रक्त परिसंचरण और मांसपेशियों के विश्राम में मदद करता है

वजन घटाना



चोट से संरक्षण करता है

ये सब योग के लाभ हैं। योग स्वास्थ्य और आत्म-चिकित्सा के प्रति आपके प्राकृतिक प्रवृत्ति पर ध्यान केंद्रित करता है।

योग सत्र में मुख्य रूप से व्यायाम, ध्यान और योग आसन शामिल होते हैं जो विभिन्न मांसपेशियों को मजबूत करते हैं। दवाओं, जो हमारे मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हैं, से बचने का यह एक अच्छा विकल्प है।

योग अभ्यास करने के मुख्य लाभों में से एक यह है कि यह तनाव कम करने में मदद करता है। तनाव का होना इन दिनों एक आम बात है जिससे शरीर और मन पर विनाशकारी प्रभाव पड़ता है। तनाव के कारण लोगों को सोते समय दर्द, गर्दन का दर्द, पीठ दर्द, सिरदर्द, तेजी से दिल का धड़कना, हथेलियों में पसीने आना, असंतोष, क्रोध, अनिद्रा और ध्यान केंद्रित करने में असमर्थता जैसी गंभीर समस्याएं पैदा होती हैं। समय गुजरने के साथ इन प्रकार की समस्याओं का इलाज करने में योग वास्तव में प्रभावी है। यह एक व्यक्ति को ध्यान और साँस लेने के व्यायाम से तनाव कम करने में मदद करता है और एक व्यक्ति के मानसिक कल्याण में सुधार करता है। नियमित अभ्यास मानसिक स्पष्टता और शांति बनाता है जिससे मन को आराम मिलता है।

निष्कर्ष

योग एक बहुत ही उपयोगी अभ्यास है जिसे करना बहुत आसान है और यह कुछ गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं, जो आज के जीवन शैली में सामान्य हैं, से भी छुटकारा पाने में मदद करता है।

-आदित्य राय

कक्षा 10

# संस्कृत विभाग

## कीलोत्पाटि वानरकथा

कसिंमशिचन्नगराभ्याशे केनापि वणिकपुत्रेण तरुषण्डमध्ये देवतायतनं कर्तुमारब्धम् । तत्र च ये कर्मकाराः स्थपत्यादयस्ते मध्याह्नवेलायामाहारार्थं नगरमध्ये गच्छन्ति ।

अथ कदाचिदानुषङ्गिकं वानरयुथमितश्चेतश्च परिभ्रमदागतम् । तत्रैकस्य कस्यचिच्छिल्पिनोऽर्धस्फाटितोऽर्जुनवृक्ष्यदारुमयः स्तम्भः खदिरकीलेन मध्यानिहितेन तिष्ठति । एतस्मिन्नन्तरे ते वानरास्तरुशिखरपरासादशृङ्गदारुपर्यन्तेषु यथेच्छया क्रिडितुमारब्धाः ।

एकश्च तेषां प्रत्यासन्नमृत्युश्चापल्यातस्मिन्नर्धस्फोटितस्तम्भे उपविश्य पाणिभ्यां कीलकं संगृह्य यावदुत्पाटयितुमारभे, तावत्तस्य स्तम्भमध्यगतवृषणस्य स्वस्थानाच्चलितकीलकेन यद्वृत्तं तत्प्रागेव निवेदितम् ।

अव्यापारेषु व्यापारं यो  
नरः कर्तुमिच्छति ।

स एव निधनं यति  
कीलोत्पाटीव वानरः ॥

नाम- जैमिनी शर्मा

कक्षा- 8

# विद्या

एकस्मिन् नगरे द्वे मित्रे वसतः स्म। एकस्य नाम सोमेशः आसीत् अन्यस्य च धनेशः। सोमेशः विद्याम् इच्छति स्म चप्रभूतं धनम्। एकदा मित्रद्वयं विदेशं अगच्छत् । तत्र सोमेशः परिश्रमेण अध्ययनं कृत्वा विद्यां प्राप्तवान्। धनेशः अर्जितवान्। एवं अनेकानि वर्षाणि व्यतीतानि। तौ अचिन्तयताम्-"अधुना आवाम् गृहम् गच्छावः।" गृहम् प्रति आगमनसमये मार्गं चौराः आगच्छन्। ते धनेशस्य सर्वम् धनम् अहरन्। धनेशः दुःखी अभवत्। सः रिक्तहस्तं गृहम् आगच्छत् । सोमेशः विद्याधनयुक्तः आसीत्। विद्याधनेन युक्तः सः शीघ्रम् अतीव प्रसिद्धः अभवत्। तस्य प्रसिद्धिम् श्रुत्वा राजा मेशः आहूय तस्य सम्मानम् अकरोत्। सः तस्मै मन्त्रिपदम् अपि अयच्छत्। सत्यम् एव कथ्यते - 'विद्या एव सर्वत्र पूज्यते।'

नाम - वीर प्रताप राय

कक्षा-8

## श्लोक

1. " क्षणशः कणशश्चैव विद्यामर्थं च साधयेत् ।  
क्षणं नष्टे कुतो विद्या कणे नष्टे कुतो धनम् ॥ "

अर्थः एक एक क्षण गवाये बिना विद्या ग्रहण करनी चाहिए और एक एक कण बचा करके धन इकट्ठा करना चाहिए। क्षण गवाने वाले को विद्या कहाँ और कण को क्षुद्र समझने वाले को धन कहाँ ।

2. "काग चेष्टा, बको ध्यानम, श्वान निद्रा तथैव च ।  
स्वल्पाहारी, गृहत्यागी, विद्याधीनः पंच लक्षण ॥ "

अर्थः सफलता प्राप्त होने तक कौवे की तरह निरंतर प्रयास, सारस पक्षी की तरह एकाग्रता रखना, कुत्ते की तरह सोना, कम खाना, और ज्ञान प्राप्त करने के लिए घर त्याग करने के लिए तैयार रहना एक छात्र के पांच गुण हैं।

3. " न चोराहार्यम् न च राजहार्यम् न भ्रातृभाज्यं न च भारकारि ।  
व्यये कृते वर्धत एव नित्यं विद्याधनं सर्वधनप्रधानम् ॥ "

अर्थः इसे न तो चोर चुरा सकते हैं और न ही राजा इसे छीन सकते हैं। इसे भाइयों में नहीं बांटा जा सकता है, इसका कोई वजन नहीं है। यदि नियमित रूप से खर्च किया जाता है, तो यह हमेशा बढ़ता रहता है ज्ञान का धन सभी का सबसे श्रेष्ठ धन है।

क्षितिज कुमार

कक्षा: 8

अनुक्रमांक - 22



# ENGLISH CORNER



# WINTER HAD CLAWED THE NIGHT



They begged for warm and tight;  
Not a blanket to hold the life,  
The winter takes all without using a knife,  
Trembling feet rushes here and there;  
These harsh nights are enough,  
No need of a nightmare;  
Each year these nights challenge the soul!  
These scary nights are paradise for some  
But what about the people who live in a slum?  
Hold on to your humanity,  
"Super powers are within us only,  
It does not need a title to become a Hero "  
Spread happiness, prosperity and help people.

**-Aditee Kumari  
Class XII (Science)**



## KINDS OF PEOPLE WE MEET AT AN ATM:

- a. People taking an unreasonable amount of time to find their cards.
- b. People who enter the ATM only to be in AC.
- c. People with short memory span, scrolling through their phones to find their PIN.
- d. People who enter the ATM while you're making your transaction presumably for the AC again. Weird all the same!
- e. People who perform multiple transaction at a single go. First, they take out money, then check balance. Finally, they change PIN.
- f. People who make strange faces in front of the camera.
- g. Impatient people constantly knocking at the door forcing you to step out.
- h. People who throw the receipt right outside the dustbin.
- i. People who don't know how to use the ATM.
- j. Worst of the lot who break the queue and are proud of it.

**-Amrita Kispotta  
Class IX**



# TYPES OF FRIENDS

- a. The giant
- b. The lilliput
- c. The dumb one
- d. The hot head
- e. The friend who insults everyone but can't take jokes on themselves
- f. The joker
- g. The miser one
- h. The chilled one
- i. The absolute mess
- j. The minder who takes care of everyone
- k. The artistic one
- l. The future executive
- m. The pessimist
- n. The daredevil
- o. The smart one
- p. The latecomer
- q. The backbencher
- r. The proxy friend

**-Amrita Kispotta  
Class IX**

# FRIENDSHIP

What does friendship mean?

It means

Helping your friends everyday,  
And inviting him or her over to play.

It means

Lending a hand and working together,  
And sharing your umbrella in stormy weather.

It means

Walking to school and riding your bikes,  
And going on weekends, for very long hikes.

It means

Laughing and joking and tickling and giggling,  
And jumping and bouncing and leaping and jiggling.

It also means

Sharing your noodles and apple at break,  
And giving your friend your last slice of cake.

**-Amrita Kispotta  
Class IX**

# 90's KIDS and 2020's KIDS

## 90's Kids:

- a. Played Luka-Chupi (Hide and Seek), GilliDanda, PakdamPakdai.
- b. Nokia Phone
- c. Wrote using ball/ fountain pen.
- d. Enjoyed Bollywood films. TV Show - Shaktimaan
- e. Favourite actors - Shahrukh, Salman, Aamir.

## 2020's Kids:

- a. Play PUBG, FREEFIRE, CLASH OF CLANS, CANDY CRUSH, TEMPLE RUN, SUNWAY SURFERS.
- b. Android phone
- c. Hey! What's App me the notes, I shall take a printout.
- d. Watching Big boss, Avengers Splitsvilla, Roadies.
- e. Favourite actors - Robert Downey Jr, Leonardo DiCaprio.

**-Amrita Kispotta  
Class IX**

## When it rains

When the cold breeze passes  
Through the window  
I know it's coming,  
The feeling of eudaimonia  
in the air  
I know it have arrived,  
The sound of its patter  
The grey sky above my head  
Feels like it's crying,  
But with every single drop  
Of its tears  
The world gets back its life  
My house, roads, city feels alive  
With the pleasant smell of the soil,  
I know it won't last forever  
Despite all ups and downs  
Life keeps on going  
Between all this chaos  
The rain is a moment of relief.

**-SanchitaHembram  
Class IX**

# TEN INTERESTING FACTS ABOUT BOOKS AND AUTHORS:

- Ruskin Bond's first novel 'The Room on the Roof' was published when he was just 21 years old.
- The famous Indian cartoonist R.K Laxman was rejected by JJ College of Arts in Mumbai and was
- later invited there as a chief guest.
- Top 3 most read books in the world are: The Holy Bible, Quotations from Chairman Mao Tsetung and the Harry Potter series.
- The first book described as a "best-seller" was Fools of Nature by US writer Alice Brown in 1889.
- J.K Rawlings the author of Harry Potter series became the first person to become a billionaire by
- writing books.
- The first book that was written using the typewriter was 'The Adventures of Tom Sawyer'.
- Virginia Woolf wrote all her books standing.
- The writer of Goosebumps R.L Stine is a big fan of social media especially Twitter.
- Rudyard Kipling's first name wasn't Rudyard, it was Joseph.
- Oscar Wilde only published one novel throughout his life, 'The Picture of Dorian Gray'.

**-Sofia Azmi  
Class IX**

# The Days Are Coming Back

The days are coming back,  
When the earth will not be blue due to water lack.  
It will become red hot like the sun,  
It is a very serious issue, not like a corner of fun.  
Due to pollution, global warming is increasing,  
And our beautiful earth's blue colour is decreasing.  
Due to us, pollution is increasing day-by-day  
For which, one day, all human beings have to pay.  
What will happen to the rest- animals and others,  
They will also die in heat and cannot live further.  
So, it is a matter of concern, not of fun,  
We have to reduce pollution, or else, the earth will be like the burning sun.  
For this, reducing use of plastic must be our first step,  
And we also should have to follow the 4R concept.  
So, the choice is in our hand,  
What we want, our beautiful earth or its burning land?  
For the 1st choice, we should have to be careful,  
For the 2nd one, we would be a very big fool.  
So, we must have to choose the first,  
For our blue earth and also for us.

**-Rahul Makep  
Class X**

# SOLDIER

Who is he? Is he even human?  
In the extreme kingdom of  $-30^{\circ}\text{C}$  or  $50^{\circ}\text{C}$  beyond  
He resides being observant with a crescent smile on,  
The one whose first priority is his motherland,  
Whose uniform is his glory grand...  
Who is he? Is he even human?  
Who makes no hesitation before demolishing any demon.  
For whom, even bullets on his chest doesn't pain,  
'Cuz he got that dedicating blood flowing in his vein.  
The one, after his doom, sleeps on his motherland's lap,  
Who never lets his family's pride go into scrap.  
Who is he? Is he even human?  
He is an angel sent from the heaven...  
Operating, for whom, how hard be may,  
He is the reason that we enjoy the meals of the day.  
A son, a brother, a husband, a father,  
Whose religion is the security of his mother.  
Who is he? Is he even human?  
He is no one rather than a superhuman.  
The auspicious time, when our countrymen celebrated a mirth,  
Was when Karma rewarded us with his birth.  
Therefore it is our sole responsibility,  
To take time to regard his versatility.  
Why am I saying this?  
Who is he? Is he even human?  
He is a soldier, a true man.  
The son, who risks his life for his mom,  
The guy, who sets the best example of showing nationalism.  
So my request to everyone on this very day,  
Is to greet him with a salute and let us pray.  
Pray for his good health, duty and family,  
Pray for our guardians fighting in the hilly.  
Because he is true gold and his deeds are bold,  
There will always be best wishes  
and warm regards from a 14 years old...  
-Sambhavi

-Sambhavi Chakraborty  
Class X

# OUR INCREDIBLE INDIA

"Thousands laid down their lives,  
So that our country breathe this day,  
Never forget their sacrifice,  
For this present day"  
When my India gave the Zero,  
The world became able to count:  
When India proposed Decimal Point,  
The World defeated Everest Mount.  
Where the love is our tradition,  
It is my Incredible India:  
I am blessed to get birth here,  
It feels great being a part of the pleasure.  
"Unless India stands up to the world.  
No one would respect us.  
In this world, fear has no place,  
Only strength respects strength."

**-Samsun Nahar  
Class X**



# MY MOTHER

O' my mother, my dearest mother,  
I love you from the soul,  
You are as sweet as a doll.  
You give me food,  
You cheer up my mood,  
You take care of my needs,  
You teach me to do good deeds,  
O my mother, my dearest mother,  
I love you from the soul.  
You are as sweet as a doll.

--Srinandan Ghosh  
Class - VIII

# TACKLING TROUBLED TIMES

Pandemic is now a global-cum-everyday term. It has emerged from a medico-statistical expression to its present state due to the COVID-19 and there is no obvious certainty as to when this is going to end. The worst we can imagine is that it may not end.

Yet, we live with hope. Positivity is the key to life. So, even if the disease does not disappear, we should keep in mind the following assertions:

- ✓ Vaccinations and safety measures will save the global society.
- ✓ Family time can be increased instead of staying glued to social media.
- ✓ Creativity can be transformed into lucrativeness.
- ✓ If playing outdoors is not possible exercising can be done indoors.
- ✓ Books, especially story books, can open a world of new ideas and knowledge and time can be enjoyed to the utmost with their help.
- ✓ Self-analysis and contemplation can lead to mental calmness and self-actualisation.
- ✓ Students can shun rote-learning and invest time and energy in critical, creative and thoughtful learning.
- ✓ Track of world events should be kept.
- ✓ In case of physical and mental afflictions immediate help should be taken from near and dear ones, and if need be expert support can always be availed.
- ✓ Fitness is the key to well being and positivity will keep all and one fit physically, mentally and holistically.
- ✓ Listening to and lending a helping hand towards the needy can ensure self-satisfaction along with social welfare.

Thus, less panic and more positivity can always spread good vibes and that is what exactly is essential to tackle these troubled times.

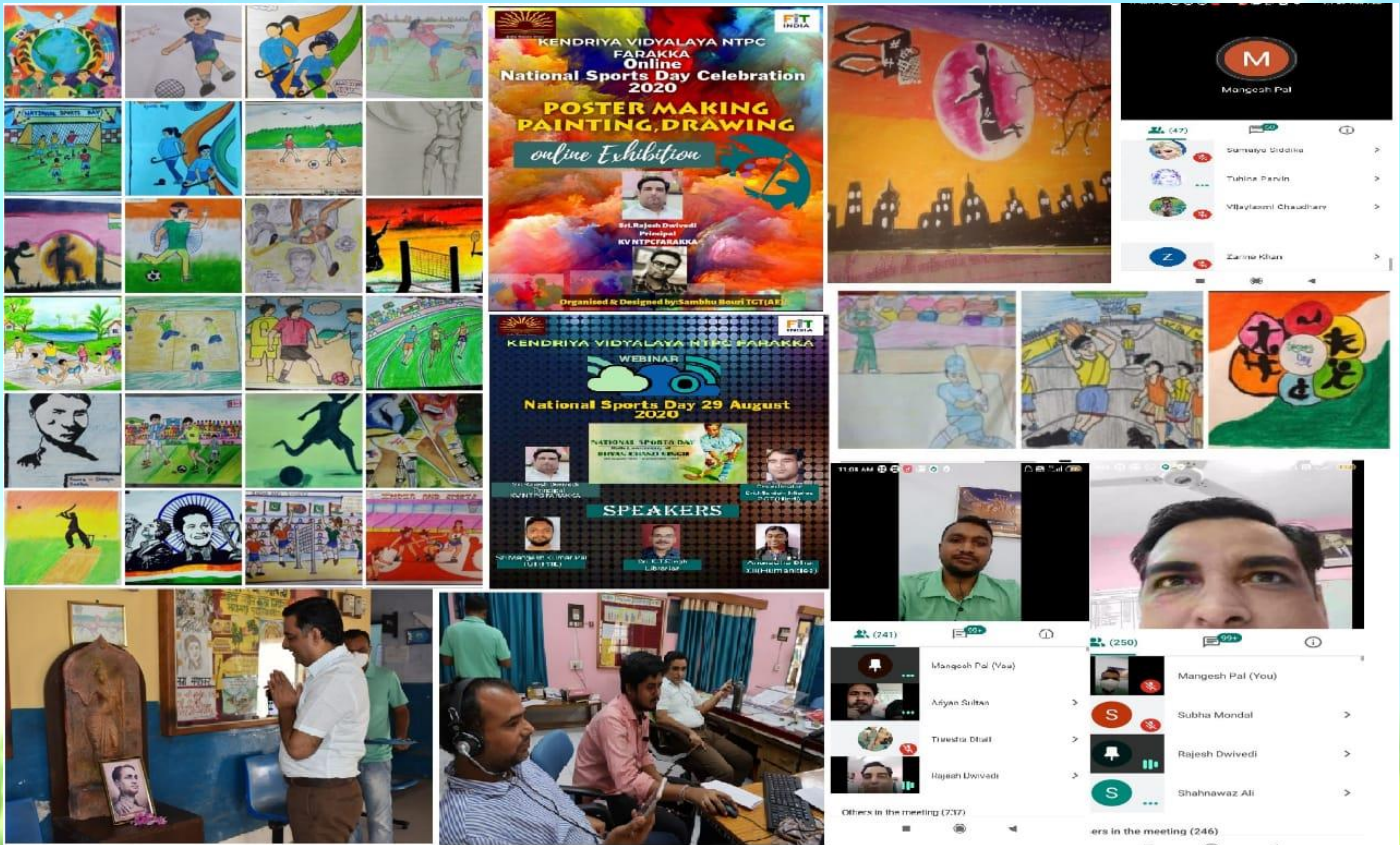
**-Smt. Kankana Roy (PGT English)**

## INDIA'S OLYMPIC MEDAL WINNERS

Athlete	Medal	Event	Olympics
Norman Pritchard	Silver	Men's 200m	Paris 1900
Norman Pritchard	Silver	Men's 200m hurdles	Paris 1900
Indian hockey team	Gold	Men's hockey	Amsterdam 1928
Indian hockey team	Gold	Men's hockey	Los Angeles 1932
Indian hockey team	Gold	Men's hockey	Berlin 1936
Indian hockey team	Gold	Men's hockey	London 1948
Indian hockey team	Gold	Men's hockey	Helsinki 1952
KD Jadhav	Bronze	Men's wrestling	Helsinki 1952
Indian hockey team	Gold	Men's hockey	Melbourne 1956
Indian hockey team	Silver	Men's hockey	Rome 1960
Indian hockey team	Gold	Men's hockey	Tokyo 1964
Indian hockey team	Bronze	Men's hockey	Mexico City 1968
Indian hockey team	Bronze	Men's hockey	Munich 1972
Indian hockey team	Gold	Men's hockey	Moscow 1980
Leander Paes	Bronze	Men's singles tennis	Atlanta 1996
Karnam Malleswari	Bronze	Women's 54kg weightlifting	Sydney 2000
RajyavardhanSinghRathore	Silver	Men's double trap shooting	Athens 2004
Abhinav Bindra	Gold	Men's 10m air rifle shooting	Beijing 2008
Vijender Singh	Bronze	Men's middleweight boxing	Beijing 2008
Sushil Kumar	Bronze	Men's 66kg wrestling	Beijing 2008
Sushil Kumar	Silver	Men's 66kg wrestling	London 2012
Vijay Kumar	Silver	Men's 25m rapid pistol shooting	London 2012
Saina Nehwal	Bronze	Women's singles badminton	London 2012
Mary Kom	Bronze	Women's flyweight boxing	London 2012
Yogeshwar Dutt	Bronze	Men's 60kg wrestling	London 2012
Gagan Narang	Bronze	Men's 10m air rifle shooting	London 2012
PV Sindhu	Silver	Women's singles badminton	Rio 2016
Sakshi Malik	Bronze	Women's 58kg wrestling	Rio 2016
Mirabai Chanu	Silver	Women's 49kg weightlifting	Tokyo 2020
Lovlina Borgohain	Bronze	Women's welterweight boxing	Tokyo 2020
PV Sindhu	Bronze	Women's singles badminton	Tokyo 2020
Ravi Kumar Dahiya	Silver	Men's 57kg wrestling	Tokyo 2020
Indian hockey team	Bronze	Men's hockey	Tokyo 2020
Bajrang Punia	Bronze	Men's 65kg wrestling	Tokyo 2020
Neeraj Chopra	Gold	Men's javelin throw	Tokyo 2020



# PICTURE CORNER



## PHYSICAL EDUCATION & SPORTS

(OUR ACHIEVERS)

CORRECTIVE EXERCISES FOR POSTURAL DEFORMITIES



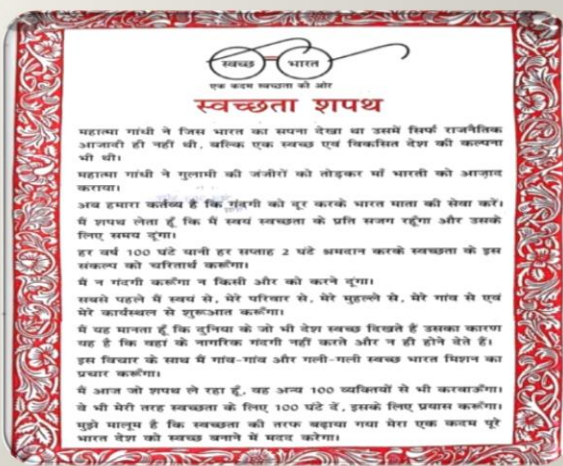
( GET FIT DON'T QUIT )

( CLICK ON IMAGE )

( HUM FIT TO INDIA FIT )



## YOGA IN SCHOOL CAMPUS



**SWACHHATA SAPATH**



**WEBINAR CERTIFICATE**



**SWACHHATA**



**SWACHHATA**



**SWACHHATA**



**SWACHHATA**

# YOGA ASAN

Chakrasana



**CHAKRASANA**

Dhanurasana



**DHANURASANA**

Bakasana



**BAKASANA**

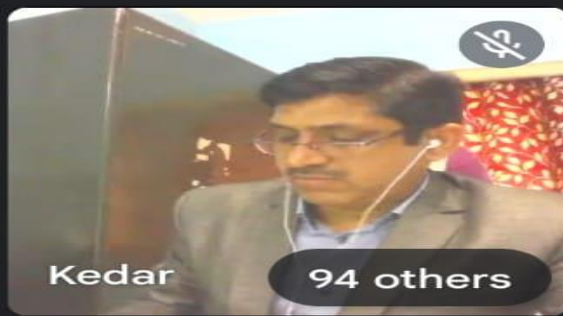
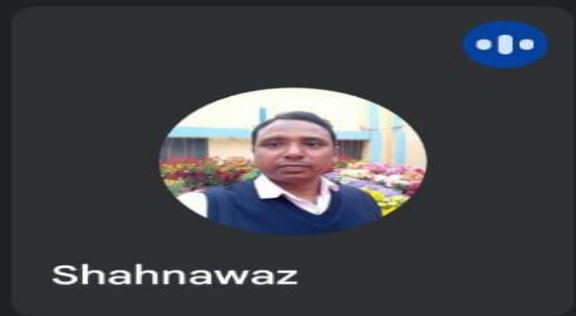
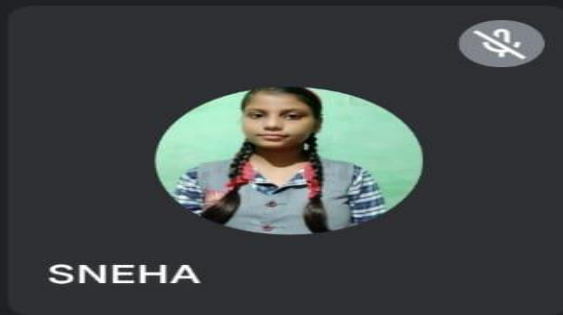
Dhanurasana



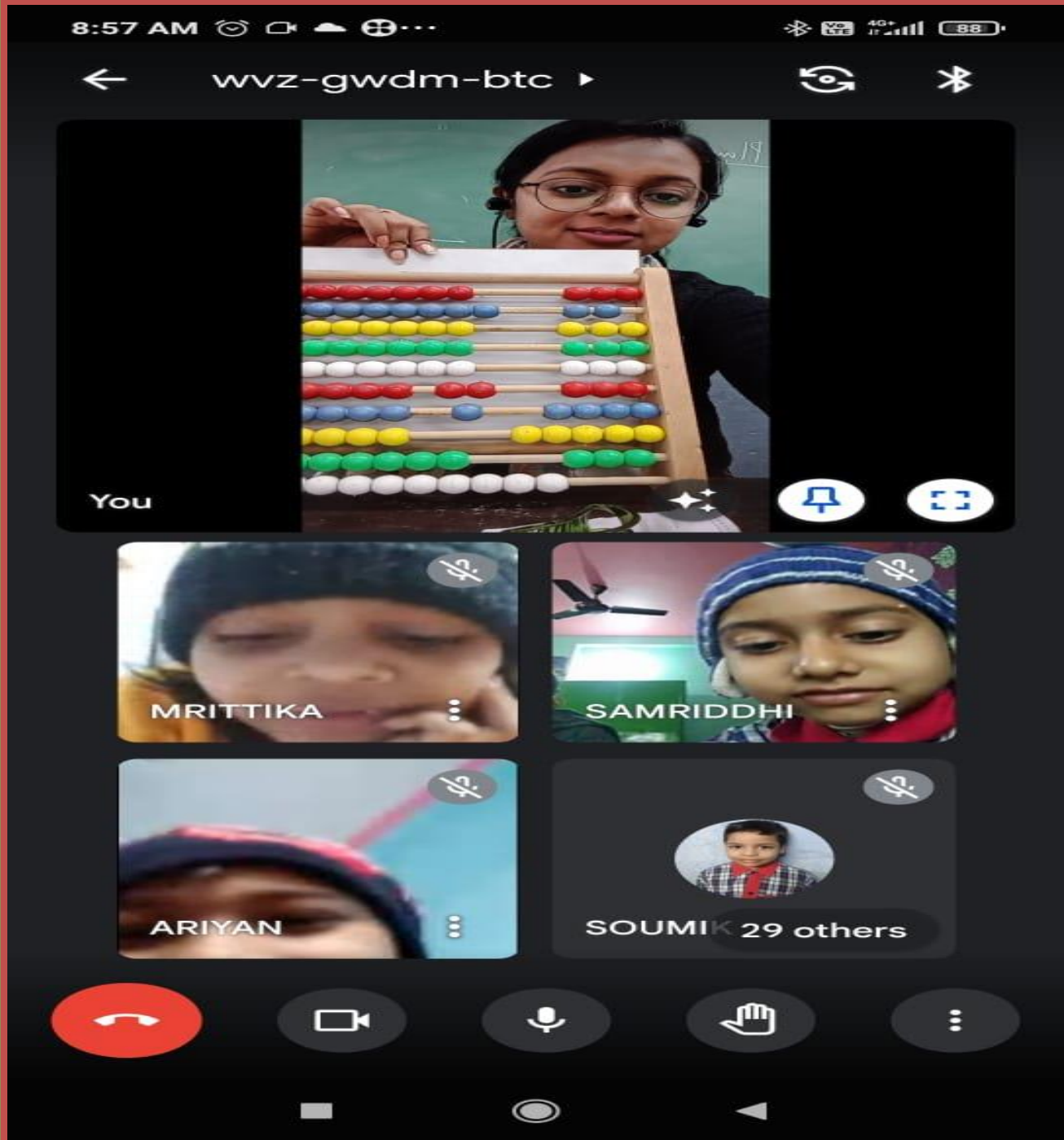
**DHANURASANA**



# ANNUAL INSPECTION



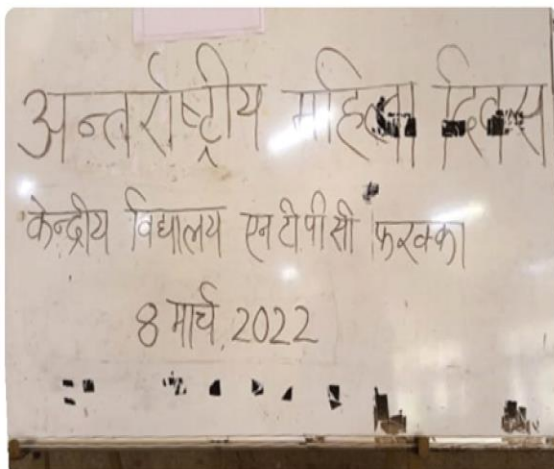
# ONLINE CLASS





# EBSB CORNER

# EK BHARAT SHRESTH BHARAT



# REPUBLIC DAY CELEBRATION



# VIRTUAL ASSEMBLY



# INDEPENDENCE DAY

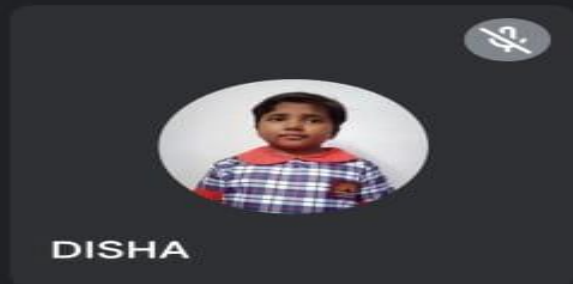
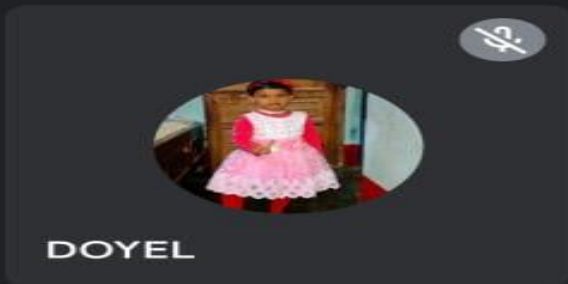
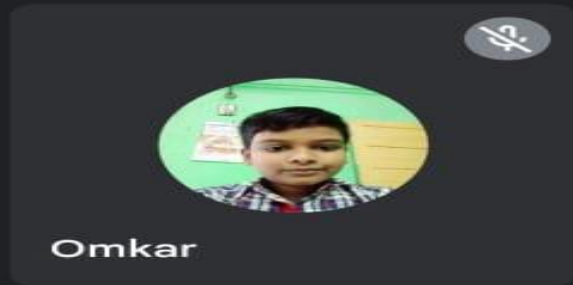


# POETRY RECITATION

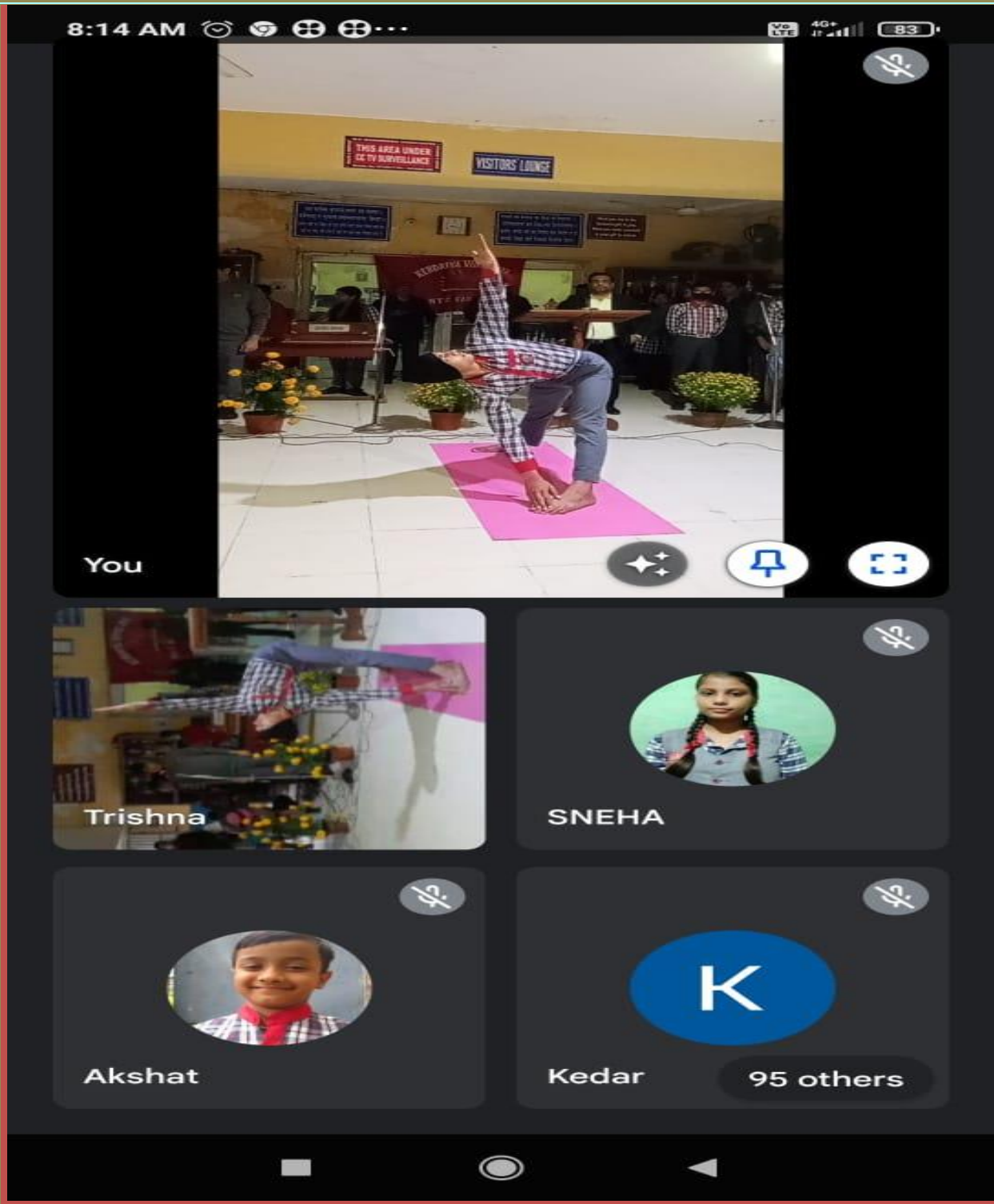




# SPEECH BY STUDENTS



# YOGA DAY



# एक भारत श्रेष्ठ भारत

## SWACHHATA



## WATER



## AWARENESS AND SENSITIVITY TOWARDS ENVIRONMENT

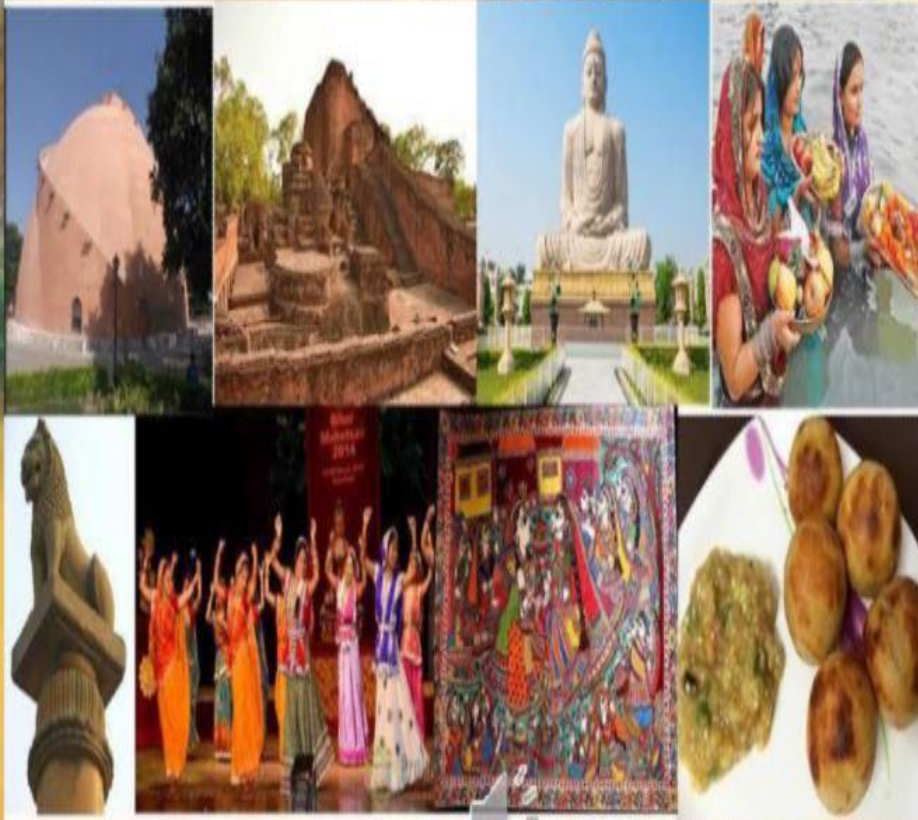


एक भारत श्रेष्ठ भारत  
NATURAL UNITY IN THE LANGUAGE AND COMMUNITY  
SONG



एक भारत श्रेष्ठ भारत

THEME BASED DISPLAY BOARD



एक भारत श्रेष्ठ भारत

TALK BY STUDENT AND TEACHER





एक भारत श्रेष्ठ भारत

ART & CRAFT EXHIBITION





एक भारत श्रेष्ठ भारत

## मगध-महिमा

दृश्य ?

(नालन्दा का खँडहर गैरिक वसन पहने हुए कल्पना खँडहर के भग्न प्रचीरों की ओर जिजासा से देखती हुई गा रही है।)

कल्पना का गीत

यह खँडहर किस स्वर्ण-अजिर का?  
धूलों में सो रहा टूटकर रत्नशिखर किसके मन्दिर का?  
यह खँडहर किस स्वर्ण-अजिर का?  
यह किस तापस की समाधि है?  
किसका यह उजड़ा उपवन है?  
ईंट-ईंट हो बिखर गया यह  
किस रानी का राजभवन है?

यहाँ कौन है, रुक-रुक जिसको  
रवि-शशि नमन किये जाते हैं?  
जलद तोड़ते हाथ और  
आँसू का अर्घ्य दिये जाते हैं?

प्रकृति यहाँ गम्भीर खड़ी  
किसकी सपना का ध्यान रही कर?  
हवा यहाँ किसके वन्दन में  
चलती रुक-रुक, ठहर-ठहर कर?

है कोई इस शून्य प्रान्त में  
जो यह भेद मुझे समझा दे  
रजकण में जो किरण सो रही  
उसका मुझको दरस दिखा दे?  
(नेपथ्य से इतिहास उतर देता है।)

इतिहास के गीत

कल्पने! धीरे-धीरे गा!  
यह टूटा प्रासाद सिद्धि का, महिमा का खँडहर है,  
ज्ञानपीठ यह मानवता की तपोभूमि उर्वर है।  
इस पावन गौरव-समाधि को सादर शीश झुका।  
कल्पने! धीरे-धीरे गा!



## एक भारत श्रेष्ठ भारत

सुजाता का गीत

हमारे पूरे ज्यों मन-काम।

पूर्ण करे वट-देव! तुम्हारी भी इच्छा त्यों राम।

हमारे पूरे ज्यों मन-काम।

जैसे आसमान में तारे,

फूलें त्यों संकल्प तुम्हारे,

अन्धकार में उगो, देवता! तुम शशि-सूर्य-समान।

जग को स्नेह-सलिल से सींचो,

जीव-जीव पर अमृत उलीचो।

रहे उजागर नाम तुम्हारा देश-देश, प्रति धाम।

भरी गोद मेरी यह जसे,

पूर्णकाम तुम भी हो वैसे,

मिला मुझे ज्यों तोष देव! त्यों मिले तुम्हें उपराम।

हमारे पूरे ज्यों मन-काम।

(सुजाता की यह शुभैषणा पूर्णरूप से चरितार्थ हुई,

क्योंकि उसी की खीर खाने के बाद बोधि वृक्ष के नीचे

गौतम ने वह गहरी समाधि लगाई जिसमें उन्हें बुद्धत्व

प्राप्त हुआ। कहते हैं, सुजाता के मुख से यह आशीर्वाद

सुनकर भगवान अत्यन्त प्रसन्न हुए और उन्होंने कहा

कि जब तक तुम-सी भोली नारि मौजूद है, तब तक मुझे

भी सफलता की आशा है।)

गौतम का गीत

तुम्हारे हार्थों की यह खीर।

माँ! बल दे, मैं तोड़ सकूँ भव की दारुण जंजीर।

तुम्हारे हार्थों की यह खीर।

यहाँ जन्म से मरण-काल तक केवल दुख-ही-दुख है,

वह भी है निस्सार, दीखता जहाँ-तहाँ जो सुख है।

फूलों-सा दो दिन हँसकर झर पड़ता मनुज-शरीर।

तुम्हारे हार्थों की यह खीर।



## एक भारत श्रेष्ठ भारत

मैं हूँ कौन? कौन तुम? हम दोनों में क्या नाता है?  
खेल-खेल दो रोज, मनुज फिर चला कहाँ जाता है?  
सता रहे हैं मुझे, जननि! ये प्रश्न गहन-गंभीर।  
तुम्हारे हाथों की यह खीर।

खोज रहा हूँ जिसे, अमृत की अगर मिली वह धार,  
नर के साथ देवताओं का भी होगा उद्धार।  
हैं जल रहे अदृश्य आग में तीनों लोक अधीर।  
तुम्हारे हाथों की यह खीर।

रवि-सा उगूँ तिमिर में, सच ही, यह मेरी अभिलाषा,  
आज देखकर तुम्हें विजय की हुई और दृढ़ आशा।  
आशिष दो, ला सकूँ जगत के मरु में शीतल नीर।  
तुम्हारे हाथों की यह खीर।

(पट - परिवर्तन)

दृश्य ३

(प्रथम दृश्य की आवृत्ति कल्पना खड़ी सुन रही है इतिहास

नेपथ्य के भीतर से गाता है।)

इतिहास के गीत

१

सुधा-सर का करते सन्धान।

उरुवेला में यहीं कहीं विचरे गौतम गुणवान।

बैठे तरुतल यहीं लगा मुनि सहस्त्रार में ध्यान,

यहीं मिला बुद्धत्व, तथागत हुए यहीं भगवान।

सुधा-सर का करते सन्धान।

२

कल्पने! पूछ न कोई बात!

यह मिट्टी वह, खिला धर्म का कमल जहाँ

अवदात,

फूटा जहाँ मृदुल करुणा का पहला दिव्य प्रपात।

कल्पने! पूछ न कोई बात!

कल्पना का गीत

कौन है इस गह्वर के पार?

रजकण में यह लोट रहा किस गरिमा का श्रृंगार?

कौन है इस गह्वर के पार?



**“कला का उद्देश्य वस्तुओं के बाहरी स्वरूप का नहीं, बल्कि उनके  
आंतरिक महत्व का प्रतिनिधित्व करना है।”**

~अरस्तू