

सक। मेरी
के प्रमुख
साथ जाऊँ।
आप अपनी

श्री तुमने हिम्मत न हारी और वार्षिक-परीक्षा में बैठने का साहस किया, जो अत्यंत सराहनीय है। तुम्हारे अंकों के प्रतिशत को देखने से यह स्पष्ट है कि यदि तुम बीमार न पड़ते तथा नियमित रूप से विद्यालय जाते, तो कक्षा में कोई न कोई स्थान अवश्य पाते। तुम्हारे परीक्षा परिणाम को असफलता का नाम देना उचित प्रतीत नहीं होता। तुम्हारी ओर से किसी प्रकार की कसर नहीं छोड़ी गई। यदि तुम्हारे पास थोड़ा-सा समय और होता, तो अवश्य सफलता तुम्हारे चरण चूमती।

विद्यालय में प्रथम स्थान पाकर तुम इस वर्ष की कमी को पूरा कर सकोगे। मुझे आशा ही नहीं विश्वास है कि तुम अपने मन में किसी प्रकार की निराशा उत्पन्न नहीं होने दोगे और अगले सत्र के लिए अभी से कमर कस लोगे। मैं शीघ्र ही तुमसे मिलने आऊँगा। मेरी ओर से पूज्य चाचा जी, चाची जी को सादर चरण-स्पर्श और दीदीजी को प्रणाम कहना। तुम्हारा अभिन्न मित्र

सत्येंद्र

4. अपने छोटे भाई को प्रातः भ्रमण के लाभ बताते हुए पत्र लिखिए।

212, मुलतान नगर परीक्षा भवन

नई दिल्ली। क. अ. ग

16 नवंबर, 20.....

प्रिय अनुज

शुभाशीष

आज तुम्हारे मित्र दिनेश का पत्र मिला जिसे पढ़कर बहुत आश्चर्य एवं दुःख हुआ। पता चला कि आजकल तुम बहुत आलसी होते जा रहे हो, प्रातःकाल बहुत देर से उठते हो जिसके कारण न केवल तुम्हारे स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ा है अपितु तुम्हारा मन भी पढ़ाई से हटता जा रहा है।

तुम शायद नहीं जानते कि विद्यार्थी-जीवन ही भावी जीवन की आधारशिला है। शरीर का विकास इसी अवस्था में होता है। अतः इस समय स्वास्थ्य रक्षा की ओर विशेष ध्यान देना आवश्यक होता है। दूसरे, इस समय जिस प्रकार की आदत डाली जाएगी, वह जीवन पर्यंत बनी रहेगी। जो विद्यार्थी इस अवस्था में प्रतिदिन व्यायाम करने और प्रातः भ्रमण करने की आदत डाल लेते हैं, वे जीवन भर नीरोग तथा हृष्ट-पुष्ट बने रहते हैं।

लिखो व याद करो।

स्वालग
शिष्या
छात्रा)
बाला

प्रातः भ्रमण के तो लाभ ही लाभ हैं। प्रातः भ्रमण से शरीर को स्वच्छ वायु प्राप्त होती है तथा दिन भर चुस्ती-फुर्ती बनी रहती है। प्रातःकाल की शीतल, मंद, सुगंधित पवन का सेवन करने से शरीर में रक्त का संचार बढ़ता है तथा व्यक्ति प्रसन्नचित रहता है। साथ ही उसे किसी काम में आलस्य नहीं आता। इसके विपरीत जो लोग प्रातः देर से उठते हैं तथा प्रातः भ्रमण पर भी नहीं जाते, वे आलसी हो जाते हैं तथा विभिन्न प्रकार के रोग उन पर आसानी से आक्रमण कर देते हैं। इसलिए मेरी मानो और प्रातः जल्दी उठकर भ्रमण पर जाने की आदत बना लो। फिर तुम स्वयं देखोगे कि तुम्हारा मन पढ़ाई में कितना लगता है। आशा है तुम मेरी सलाह मानोगे और प्रातः भ्रमण करने की आदत डालोगे।

शेष मिलने पर
तुम्हारी शुभाकांक्षी
उत्कर्ष

पूज्य ताऊ
तुम्हारा मित्र
नवीन
7. अपनी मा
गंगा सदन
डी.ए.वी.
शिमला।
7 जुलाई,
पूज्या मा