नन्ही कन्या का सपना

मम्मी पापा के दो बूदों से बनी,

नन्ही सी कली जीवन ले चली,

कोख में पलते पलते सपने संजोती,

खुशनुमा ज़हां का ताना बाना वो बुनती,

ज़हां कैसा होगा, वतन कैसा होगा,

वतन के वतनवासी कैसे होंगे,

छोटा सा घर होगा, प्यारा सा घर होगा,

खुशियां विखेरे ऐसा मेरा घर होगा,

दादा दादी की लोरी से बचपन बनेगा,

मम्मी पापा की सीखों से जीवन खिलेगा,

भाई और बहिन का प्यारा साथ होगा,

चाचा और चाची का वरद हाथ होगा,

बचपन की कली फूल बनकर खिलेगी,

महक फूल की दिग दिग में फैलेगी,

जीवन खिलेगा और जननी बनूँगी,

जीवन से जीवन की रचना करूंगी,

बेटे व बिटिया की माता बनूँगी,

फिर एक दिन माता की माता बनूँगी

कुदरत का ये सिलसिला चल चलेगा,

मातृशक्ति से समृद्ध मेरा देश होगा,

मातृशक्ति से समृद्ध मेरा देश होगा,

मातृशक्ति से समृद्ध मेरा देश होगा/

Dr. C S Adhikari,

Dean Academics, ITM Kharghar

बेटियाँ

बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं
ये तो सुबह और शाम होती हैं
ये तो सूरज और चाँद होती हैं
बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं (1)

ये तो धड़कन और सांस होती हैं
ये तो आस और विश्वास होती हैं
ये तो बगिया की आन होती हैं
ये तो तीरथ का धाम होती हैं
बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं (2)

ये तो जीवन का गान होती हैं
ये तो खुशियों की जान होती है
ये तो प्रभु का वरदान होती हैं
ये तो गीता और कुरान होती हैं
बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं (3)

ये तो गंगा और यमुना होती हैं
ये तो भागीरथी-कावेरी होती हैं
ये तो सरयू और ब्रह्मपुत्र होती हैं
ये तो नर्मदा और शिप्रा होती हैं
बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं (4)

ये तो कोमल कली, तलवार की धार होती है
समय पर यह दुर्गा-कालिका अवतार होती है
यह आकाश में उड़ती है, टैंक-तोपों पर सवार होती हैं
दुश्मन के छक्के छुड़ाने में, सबसे आगे तैयार होती हैं
बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं (5)

ये तो प्यार और खुदा की नेमत है
ये तो जीवन कुसुम है, सुरभि है
ये तो कल्पना है, ताकत है
ये ही सपना है, ये ही रोशनी है
बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं (6)

तमन्ना है, हर बाप को ये भी कन्धा दे
हमारे बाद हमारे घर-देश की ताकत बने
हमें याद न रखें, अपने घर को आबाद रखें
जब भी जहाँ जावें , सभी का ढेरों प्यार पावें
बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं (7)

बेटियाँ बचेंगी देश संवरेगा
बेटियाँ पढ़ेंगी, देश बढ़ेगा
बेटियाँ मुकाम होती हैं
ये तो जीवन की शान होती हैं (8)

रचयिता– जनमेजय कुमार उपाध्याय

A Poem from the Womb

O' Mother I belong to your specie,
Proud, Fearless cocooned in your womb.
Sharing your pains, suffering, joy, pleasure and dreams.
Nurturing me with food, love and care,
inside the womb; away from the callous world.
I can feel your anxieties and cares,
between the rhythmes of selfless love;
pouring like bliss on me.
Let me see the dawn on the earth;
dusk of the day;
Out of the womb.
Fear no one.
Harbinger of life am I;
Infused with faith;
Beacon of hope;
for generations to come.

Gouri Srivastava
Programme Coordinator
Department of Gender Studies, NCERT