ਛੋਟੇ ਭੈਣ/ਭਰਾ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਪੱਤਰ ਲਿਖੋ।

ਪਰੀਖਿਆ ਭਵਨ,

ਸਰਕਾਰੀ .... ਸਕੂਲ,

..................।

...... ਜੁਲਾਈ, 2021

ਪਿਆਰੇ ....,

ਨਿੱਘਾ ਪਿਆਰ।

ਮੈਨੂੰ ਕੱਲ੍ਹ ਹੀ ਮਾਤਾ ਜੀ ਦੀ ਚਿੱਠੀ ਮਿਲ਼ੀ ਤਾਂ ਇਹ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਬਹੁਤ ਦੁੱਖ ਹੋਇਆ ਕਿ ਤੇਰੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਤੂੰ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ ਕੀਤੇ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਦਾ ਹੈਂ। ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਲਗਨ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਪਰ ਤੈਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲ਼ਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਚੰਗੀ ਰੱਖੇਗਾ, ਤਾਂ ਹੀ ਦਿਮਾਗ਼ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਕੰਮ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੈਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ। ਖੇਡਣ ਨਾਲ਼ ਸਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਦੌਰਾ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਜ਼ੀ ਹਵਾ ਮਿਲ਼ਦੀ ਹੈ, ਦਿਮਾਗ਼ ਦੀ ਥਕਾਵਟ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਖਾਧਾ-ਪੀਤਾ ਹਜ਼ਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖੇਡਾਂ ਨਾਲ਼ ਤੇਰੀ ਸਿਹਤ ਵੀ ਚੰਗੀ ਰਹੇਗੀ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵੀ ਚੰਗੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਮੈਂ ਆਸ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੂੰ ਮੇਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਮੰਨ ਕੇ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਮਹੱਤਤਾ ਦੇਵੇਂਗਾ।

ਤੇਰਾ ਵੱਡਾ ਵੀਰ,

..................।

ਪਤਾ