

o{kka dk I v[kuk o jksdFkke

MkW tsi h-dkF'kd
i k/; ki dj okfudh foHkkx
pk&kjh pj .k fl g gfj ; k.kk df'k fo' ofo | ky;
fgl kj&125004

fi Nys n'kd I s o{kka ds I v[kus dks xEHkhj I eL; k n[kus ea vkbz gA gfj ; k.kk
i nsk ea e[; r% 'kh'ke vks dhdj ds o{k I cl s T; knk i Hkkfor gq gA I kekftd
okfudh ea bu o{kka dk jksi .k I Melka o ugjka ds fdukj} df'k okfudh] ipk; rh o
I jdkjh Hkfe rFkk [kkyh iMh futh Hkfe ij yxHkx I Hkh inskka ea fd; k tkrk gA
o{kka ds I v[kus dh I eL; k Hkkjr ds vykok ikfdLrku] ckaykns k] us ky] E; ekj rFkk
Hkw/ku ea Hkh n[kh xba ; g I eL; k foHkku HkSkkyd {ks=ka ea tgka tyok; q rFkk
feVvh ds Hkkrd o j l k; fud rRo fhkku&fhkku gA , d h fLFkr ea buds I v[kus dk
dkbz , d dkj .k ugha gks I drk cfYd ; g , d fefJr I eL; k gA bu dkj .kka ea
tSod 1/2 jksx dhV I wdfc bR; kfn 1/2 rFkk vtSod 1/4 tyok; ij Hkfe] i kuh bR; kfn 1/2
e[; gA

tSod dkj .k

1- jksx % o{kka ds I v[kus ea nks jksx 1/4 DVk o xSkMjek tM+xyu 1/2 e[; ekus x; s
gA ; s jksx o"kkz __rq ds ckn fl rEcj & vDrw; ds eghuka ea T; knk fn [kkbz nrs gA
bu jkska ds jkstud vkerk; ij fdl h ?kko ; k ejh gPz o detkj tMka ij
vkde.k djrs gA , d ckj tMka ea idsk djus ij o{k dks 'kh?kz I q'kk nrs gA

2- mDVk 1/4 foYV 1/2 % ; g jksx e[; r% I Hkh {ks=ka ea ik; k tkrk gA ; g q; q; s; e
I ksyuh uked QQm I s gsrk gA bl dh e[; igpku o{k ds I Hkh i Ukka dk , d
I kfk vFkok fdl h , d 'kk[kk ds i Ukka dk ihyk gksdj ej > kuk o I v[kuk gA o"kkz
__rq ea bl jksx dk izki T; knk ik; k x; k gA bl rjg ij k dk ijk o{k 2&3
eghus ds vlnj ej tkrk gA rus dh Nky I s xgjs xykch ; k dkys jax dk I ko Hkh
fudyrk gA jkstud dk i Hko dpy tMka ea ; k rus ds vk/kkj rd gh I hfer
jgrk gA dod dk /kkxk tMka dh ul ka rd gh I hfer jgrk gA dod dk /kkxk

tMka dh ul ka dks dln dj nrk gS ftl ds dkj.k ty o iks"Vd rRoka dk vkuk&tkuk #d tkrk gS vkj jks ds y{k.k fn[kkbz nrs gA

I [r nkeV feVh ftl ea gok dh deh ; k vknzk vf/kd gks ; k [krka ea ikuh dk yxkrkj [kMk jguk bl jks dks c<kus ea l gk; d gA fl pkbz dh ukfy; ka ds ikl rFkk ukfy; ka ds vlnj yxs o{kka ea ; g chekjh T; knk ikbz tkrh gS D; kfd df"k dk; Z ds nkjku tMka dk ; k rus ds vk/kkj dk t[eh gkus , d vke ckr gA blgha t[eh] detkj o ejh gpbz tMka ds }jkk gh QQm vkDe.k djrh gA

[k- xSkMjek tM+xyu

; g jks xSkMjek yd hMI uked QQm l s gkrk gA ; g mDVk jks l s fhklu gA bl jks ds }jkk tfur e[; y{k.k bl izdkj gA jksxfi r o{k pks/h l sejuk 'kq gkrk gA igys e[; ruk o Aj okyh eks/h 'kk[kk; a i Uka o Vgfu; ka jgr gks tkrh gA yfdu fupyh 'kk[kkvka ij i Uks o Vgfu; ka jgrh gA vkj bl n'kk ea ; g o{k ejus l s igys dbz o"kkard Hkh jg l drk gA tMka ds xyus ij bl dod dh Nrjh %e'k: e½ tksfd Aj l sxgjs Hkjs yky jax dh o uhps l s l Qn jax dh gsrh gS iM+ ds vk/kkj ds ikl o tMka ds ikl Hkfe dh l rg ij vDncj&uoEcj ds eghuka eafudyrh gA ; g jks Hkh tMka rd l hfer jgrk gS rus rd ugha igprkA jshyh o jshyh nkeV feVh rFkk ikuh dh deh bl jks dks c<kus ea l gk; d fl) gsrh gA jksx iMka dh tMa tks LoLFk iMka dh tMka ds l Ei dz ea vkrh gS bl jks dks QSykus ea l gk; d gA

2- dhV

vU; ikskka dh Hkkr o{k Hkh foFklu izdkj ds dhVka l s xfi r gksr gA bu dhVka ea e[; rkj ij tM+ o Nky Nnd o nhd vf/kd gkfu igprk gA vU; dhVka ea i Uka ds [kkus okys dhV Hkh e[; gA tksfd vf/kd izdki gkus ij ijs ds ijs o{k dks i Ukk jgr dj nrk gS ftl ds dkj.k o{k l v[k tkr gA o{kka ds vU; ikdfrd dkj.kka l s detkj gkus ij ; s dhV vkDe.k djrs gA rFkk o{kka dks l q'kkus

ea l gk; d gkrs gA vr% bl l eL; k ds funku ds fy, dhV fu; æ.k djuk vko'; d gA

vtfod dkj.k

vtfod dkj.kka ea vl keku; tyok; Hkfiexr ty Lrj dk c<uk] feVVh ds jkl k; fud o Hkkfnd xqkka eacnyko rFkk ikuh Hkjko eq; gA

d- vl keku; tyok; q % fi Nys n'kd ea rkieku dk c<uk 'kh'ke dh c<okj ds fy, gkfudj gks l drk gA tS k fd l ofofnr gS fd 'kh'ke ea l v[kus dh l eL; k Hkkjr eagh ugha cfYd i Mhd h ns kka tS s ikfdLrku] ckaykns k] usi ky] Hkw/ku o E; ækj ea Hkh ns[kh xbz gA brus foLrr {ks= ea rkieku dk c<uk fo'kSk dkj.k ekuk tk l drk gA nujh rjQ vl keku; o"kkz ; kfu dHkh o"kkz dk de gkuk ; k cgr vf/kd gkuk] l e; ij u gkuk rFkk ifro"kz o"kkz ds fnuka dk de gkuk , d xEHkj l eL; k gS tks o{k dh c<okj ea #dkoV Mkydj ml s detkj cukrh gA

[k- Hkfi ty Lrj % Hkfi ty Lrj dk c<uk] [kkl dj mu {ks=ka ea tgk; Hkfiexr ty [kkjh gS , d vke l eL; k gA bl ds dkj.k 'kh'ke dh tMa ea vkDI htudh deh ikbz xbz gA bu {ks=ka ea ued dh ek=k c<us ds dk.k o{k tehu l s i kSkd rlo yus ea vl efkz gks tkr gA ftu {ks=ka ea ugjka l s fl pkbz dh tkrh gSmuea ty fjl ko l s ikuh Hkjko dh LFkr i nk gkrh gS vkSj o{k l v[k tkr gA

x- Hkfi % 'kh'ke jshyh ; k jshyh nkeV feVVh ftl ea ikuh dh fudkl h gks vPNh c<okj nrh gA exj l [r ; k nkeV feVVh ftl ea ikuh dh fudkl h uk gks ml Hkfi eamDVk jksx dk vkOe.k cgr vf/kd gkrk gA ftl Hkfi ea daj i su Aj gks og Hkh 'kh'ke ds fy, vPNh ugha gS D; kfnd 8&10 o"kz ds vkn bl dh tMa daj i su dks ugha rkm+i krh vkSj ejuk 'kq gks tkrh gA

; s l c vtfod dkj.k 'khh'ke dh c<okj dks i Hkkfor djrs gA rFkk o{kka dks detkj cuk nrs gA bl ds dkj.k Nks/h tMa cuuk de gks tkrh gA vkSj ijkuh Nks/h

tMela ejuk 'kq gks tkrh gāftuds }kjk jksxtud tMka ea iōsk dj o{k dks rhoz
xfr l s l qkk nrs gā dhV Hkh detkj o{kka dh tMka rFkk vU; Hkkxka ij vkØ.e.k
dj mudks ekj nrs gā dhVka ds [kkus l s iōk gq t[eka ds }kjk Hkh jksxtud tMka
ea iōsk dj tkrs gā

jksdFkke

chekfj; k; tS s mDVk] tMxyu rFkk vU; vtōod dkj.k tS s rkieku dk
c<uk] vl keU; tyok; j; Hk&tyLrj dk c<uk o ikuh dk Hkjko bR; kfn 'kh'ke dks
l qkk nrs gā Hkfe l s jksxtud dks QQmuk'kh ; k Ql y pØ ds }kjk l ekir djuk
l EHko ugha gS vkj u gh ge vU; vtōod dkj.kka ea T; knk Qjcnj dj l drs gā
fQj Hkh dQ l ko/kkfu; ka ds }kjk ge 'kh'ke eR; rk dks de dj l drs gā

- 1- 'kh'ke dk u; k jks .k jrhjh ; k jrhjh nkeV ftl ea ikuh dh vPNh fudkl h
gks djuk pkfg, A
- 2- df"k okfudh o l Melka ds fdukj s yxs o{kka ea ikuh [kMk u gks na rFkk df"k
dk; Zdjrs oDr /; ku j [ka fd bl dh tMka o rusij fdl h iōkj dk ?kko u
yxus ik; A D; kfd vf/kdrj jksxtud ?kko l s gh iōsk djrs gā
- 3- jksch ; k l qks o{k dks Hkfe l s tMjfg rjUr fudky nsuk pkfg, rFkk Hkfe
dk QQmuk'kh l s mi pkj dj nsuk pkfg, A
- 4- 'kh'ke dks vdsys u yxkdj vU; o{k iztkfr; ka ds l kFk yxkuk pkfg, A
- 5- ykbZuka ea yxs LoLFk o jksch i kōkka ds chp , d ehVj xgjh vk/kk ehVj pkMh
ukfy; k; [kkn nsuh pkfg, arkd jksch i kōkka dh tMka LoLFk i kōkka dh tMka l s u
fey ik; A

&&&