d{kk & VI

fgUnh

 ikB & 11

iksaxy

* **dfBu 'kCnkFkZ %&**

¼1½ Lej.k & fdlh ckr dh ;kn ¼2½ HkO; & lqanj ¼3½ lkFkZd & lQy

¼4½ d`rKrk & vkHkkj ¼5½ vkxeu & vkuk ¼6½ lefiZr & vknj

 iwoZd HksaV djuk

* **egRRoiw.kZ fcUnq %&**

 rfeyukMq izns”k dk izeq[k ioZ \*iksaxy\* d`f"k {ks= ls tqM+k gS A bl ikB esa ;g crk;k x;k gS fd iksaxy dc] dSls rFkk fdl izdkj euk;k tkrk gSA

1. Xksiky dh mez djhc nl o"kZ dh FkhA xksiky vius ifjokj ds lkFk dukMk esa jgrk FkkA
2. dukMk esa xksiky dks Hkkjr dh ;kn ckj ckj vkrh Fkh D;ksafd Hkkjr esa mlus vusd jax&fcjaxs esys] R;ksgkj ns[ks FksA iksaxy xksiky dk fiz; R;ksgkj FkkA
3. ,d fnu xksiky ds firk us crk;k fd ge lc ,d eghus ds fy, Hkkjr tk jgs gSaA ;g lqudj xksiky cgqr [kq”k FkkA
4. iksaxy dk R;ksgkj \* rbZ\* uked rfey efgus dh igyh rkjh[k dks ;kuh tuojh ds e/; esa euk;k tkrk gSaA
5. iksaxy ls igys lkjh jkr iqjkuh oLrqvksa dh gksyh&lh tykrs gSaA <ksy dks rfey esa \* cksxh dksV~Vw\* dgrs gSaA
6. Hkkjr vkus ij nknh us xksiky dks crk;k fd pkoy ds vkVs ls Q”kZ ij cgqr lqanj&lqanj vkd`fr;k¡ cukbZ tkrh gS bls \*dksye\* dgrs gSaA iksaxy ij fo”ks’k :i ls lw;Z dh iwtk dh tkrh gSA lw;Z dh iwtk djus ds ckn nw/k] xqM+ vkSj pkoy ls cuk;k 'kdZdbZ iksaxy [kk;k tkrk gSA
7. iksaxy [ksrh & ckM+h dk R;ksgkj gSA bl fnu i'kqvksa ds izfr d`rKrk izdV dh tkrh gSA
8. xksiky us nknh ds ?kj cMs+ pko ls “kdZjbZ iksaxy [kk;k] cSy xkfM+;ksa dh nkSM+ ns[kh] iqjkuh oLrqvksa dh tyrh gksyh ns[kh ] xyh dwapksa esa fudyrs tqywl ns[ks] lth l¡ojrh xk;ksa dks ns[kkA
9. bl izdkj xksiky dk Hkkjr vkuk lkFkZd gqvk A mlus bl R;ksgkj dk ân; ls vkuan mBk;kA
10. xksiky dks ogka ij J`)k ,oa HkfDr dk vuks[kk laxe ns[kus dks feykA
11. iksaxy gekjh /kjrh dh lqax/k gS] ijEijk dh igpku gS vkSj gekjs vkn”kksZ dk vkbuk gSA ;g ioZ ,d ubZ 'kfDr dk lapkj djrk gSA izse] lkSgknZ] vkn”kZ] ,oa ,d egku ijEijk dh lgh rLohj fn[kkrk gSA
* **ikB dk mns”; %&** Hkkjrh; laLd`fr ls ifjp; iwoZ dk ikSjkf.kd ,oa vk/kqfud egRo] thou esa bldh vko”drk ,oa mi;ksfxrk dk Kku djkuk**]** ijLij Lusg&lkSgknZ ,oa vkReh;rk dh Hkkouk dk fodkl djukA

d{kk & VI

ikB & 12

,d jksekapd ;k=k

ys[kd & if.Mr tokgjyky usg:

* **dfBu 'kCnkFkZ %&**

¼1½ unkjn & xk;c gksuk ¼2½ lk¡dy & dM+h] J`a[kyk

¼3½ jiVhyh & fQlyu Hkjh ¼4½ [ksek & racw

¼5½ vks>y & vn`”; ¼6½ rknkr & la[;k

¼7½ grk”k & fujk”k

* **egRRoiw.kZ fcUnq %&**

 izLrqr ikB esa if.Mr tokgj yky usg: us viuh d”ehj ;k=k dk o.kZu    fd;k gSA

1. usg: th us 1916 esa vius fookg ds ckn dqN eghu d”ehj esa fcrk,A os vius ppsjs HkkbZ ds lkFk cgqr ?kwesA
2. ogk¡ ls os yn~nk[k tksthy+k ?kkVh] eVk;u] rFkk fge ls <dk igkM+ vkfn LFkkuksa ij ?kwesaA
3. usg: th us crk;k fd ge lHkh esa tks”k [kwc Fkk ijUrq vuqHko unkjn! geus ogk¡ ds ,d xMfj;k dks lkFk esa fy;k vkSj cQhZyh ufn;ksa dks ikj djrs gq, ge fge ljksoj] gksrs gq, pkSng & iUnzg gtkj QqV m¡pkbZ ij igq¡p x,A
4. ogk¡ cM+k /kks[kk Fkk D;ksafd njkjsa cgqr Fkh vkSj os njkjs cQZ ls <dh gqbZ FkhA tSls gh njkjksa ij iSj j[krs mudk uhps dh rjQ f[klduk 'kq: gks tkrk ] ijUrq geus ,d nwljs dks jLlh ls ck¡/k j[kk FkkA
5. vkxs tkdj mudh pkSM+kbZ vkSj c<+ xbZ A usg: th dk vpkud iSj fQlyk vkSj os ,d njkj esa tk fxjs ijUrq jLlh ls ca/ks gksus ds dkj.k eSa Åij [khap fy;k x;kA
6. vc muds ikl lk/ku ugha Fks fd pkSM+h njkjksa dks ikj dj lds vkSj vejukFk dh xqQk ns[ks fcuk gh fujk”k ykSV vk,A
* **f”k{kk %&**

 izkd`frd oLrqvksa rFkk d”ehj dh lqanjrk dk eueksgu fp= izLrqr djuk       gh bl ikB dk mn~ns”; jgk gSA

 d{kk & VI

 ikB & 13 ¼nksgs½

 dfo & vCnjZghe [kku&[kkuk

 izLrqr dfork esa dfo us euq"; dks ijksidkj djuk ] ehBk cksyuk] nwljksa ds fy, /ku dekuk] lPps fe= dh igpku djuk] izR;sd oLrq dk viuk vyx egRo gksrk gS vkfn mins”k fn, gaSA

1. jghe nkl th dgrs gSa fd bl lalkj esa os O;fDr ejs gq, ds leku gSa tks nwljksa ls dqN ek¡xrs gSa vkSj muls igys os O;fDr ejs gq, ds leku gksrs gS ftuds eq¡g ls ugha dh vkokt+ fudyrh gSa A
2. cksyus ls O;fDr dh okLrfodrk dk irk pyrk gS] tc rd clar \_rq esa vius eq¡g ls vkokt+ ugha fudkyrs rc rd dkSok vkSj dks;y dh igpku ugha dh tk ldrh A fcuk cksys os ns[kus esa ,d tSls yxrs gSaA
3. isM+ dHkh vius Qy ugha [kkrk rFkk ljksoj dHkh viuk ikuh ugah ihrk A blh izdkj lTtu O;fDr nwljksa ds fy, /ku dk lap; djrs gS vFkkZr~ nwljksa dh HkykbZ ds fy, /ku [kpZ djrs gSaA
4. tc gekjs ikl /ku gksrk gS rks gekjs fe= ;k nksLr Hkh cgqr gksrs gSa ] dfo dgrs gS ijUrq tks foifRr esa dke vkrs gSa os gh lPps fe= gksrs gSaA
5. jghe nkl th dgrs gSa fd euq"; dks vius eu dh fcFkk dks fdlh dks ugha crkuh pkfg, D;ksafd vki dh ijs”kkfu;ksa dks lqudj lc yksx g¡lrs gSA ml ijs”kkuh esa vki dh lgk;rk dksbZ ugha djrkA
6. jghe nkl th dgrs gSa fd cM+h oLrq dks ikdj ges NksVh oLrq dks ugha QSaduk pkfg, D;ksafd tgk¡ lwbZ dk dk;Z gksrk gS ogk¡ lwbZ gh viuk dk;Z dj ldrh gS ryokj ogk¡ viuk dk;Z ugha dj ldrh gS vFkkZr~ izR;sd oLrq dk viuk egRo gksrk gSA viuh txg gj oLrq egRoiw.kZ gksrh gSA
* **f”k{kk %&** izLrqr inksa ds ek/;e ls dfo us euq"; dks ijksidkj djus] cksyh dk egRo] lPps fe= dh igpku rFkk izR;sd oLrq dk viuk vyx egRRo gksrk gSa vkfn dk mins”k fn;k gSA

d{kk & VI

ikB & 14

¼oru ds fy,½

ys[kd & jktdqekj vfuy

* **dfBu 'kCnkFkZ %&**

¼1½ ik”oZ & fudVrk ¼2½ oru ijLr & ns”k HkDr ¼3½ Hkud & /khek 'kCn

¼4½ eqBHksM+ & yM+kbZ ¼5½ lrdZ & lko/kku ¼6½ :c: & vkeus&lkeus

¼7½ duiVh & dku vkSj vk¡[k ds chp dk LFkku

* **egRRoiw.kZ fcUnq %&**

ijnk ,d lk/kkj.k dejs esa [kqyrk gSA vuoj] vehjpan] cyoar o jke”kj.k vkdj pkjksa njh ij cSB tkrs gSA

1. pkjksa /khjs & /khjs ns”k dh vktknh dh ckrsa djrs gSaA ge vLlh lky igys vktknh dh yM+kbZ ds bfrgkl dh ,d >yd is”k dj jgs gSaA
2. jke”kj.k mBdj njoktk can dj nsrk gSA
3. cyoar vius FkSys ls ml ykbu dk uD”kk fudky dj lc dks fn[kkrk gS ftl Vªsu dks jksddj ljdkjh [ktkuk yqVuk gSA
4. tc lc ml uD”ks dks le> jgs gksrs gSa rks ckgj njokts ij nLrd gksrh gSA
5. fufru xeNs esa c¡/kh ,d iksVyh ysdj vanj vkrk gSA
6. fufru gSjku gS fd iqfyl dks gekjs ;gk¡ gksus dh [kcj dSls yxh dgha dksbZ gekjh ikVhZ dk vkneh rks buls ugha feyk gqvk gSA ¼n`”; cny tkrk gSa eap ij lktsZV vycVZ Øks/k esa b/kj ls m/kj ?kwerk utj vkrk gSA½
7. vius nks flikfg;ksa ij xqLlk djrk gS fd rqeus fufru dks idM+us dk pk¡l [kks fn;kA
8. jke”kj.k ikVhZ dk vkneh vycVZ dks ikVhZ dh lkjh ;kstuk crk nsrk gSA
9. jke”kj.k dk ihNk djrk gqvk fufru ogk¡ vk tkrk gSA vycVZ fufru ls ns”k dk lkSnk djuk pkgrk gSA ijUrq fufru us dgk fd baXySaM dh vktknh dks vki fdrus :i;s esa cspsaxsA
10. vycVZ nk¡r ihlrs gq, D;k cdVs gks\ fufru us lkspk vc ftUnk jguk eqf”dy gS rks ogk¡ est+ ij iM+h fiLrksy mBkdj vius vki dks [kRe dj ysrk gSA

vycVZ McMckbZ vka[kks ls \*\*ftl eqYd esa bruk cgknqj ;ax vkneh gS mldks dksbZ Hkh gdwer T;kn fnu Vd xqyke ubZ j[k ldrh\*\*A

¼inkZ /khjs & /khjs can gksrk gSA½

* **f'k{kk %&** bl ikB dk mn~ns”; cPpksa esa vkReh;rk] ns”k&izse dh Hkkouk tkx`r           djuk gSA

ikB & 15

¼iap ijes”oj½

ys[kd & izsepan

* **dfBu 'kCnkFkZ &**

¼1½ dqfVy & diVh ¼2½ rRij & rS;kj ¼3½ vleatl & nqfo/kk

¼4½ rkd & izrh{kk ¼5½ okl & ?kj

* **egRRoiw.kZ fcUnq %&**

 bl dgkuh esa crk;k x;k gSa fd iap ds eq¡g esa ijes”oj dk okl jgrk      gSA iap dh xn~nh ij cSBdj dksbZ fdlh dk nksLr ;k nq”eu ugha gksrkA

1. tqEeu 'ks[k vkSj vyxw pkS/kjh cpiu ds fe= FksA fganq vkSj eqlyeku gksrs gq, Hkh muds chp /keZ dh dksbZ nhokj ugha FkhA
2. tqEeu 'ks[k dh ,d cw<+h ekSlh FkhA mlds ikl dqN t+ehu FkhA tqEeu us og tehu pkykdh ls vius uke djok yhA tc ekSlh dks tqeUu us [kkuk & ikuh ugha fn;k rks ekSlh us dgk fd og dqN :i;k ns fn;k djs rkfd og viuk xqtkjk pyk ldsA
3. tqEeu us ekSlh dks iSls nsus ls euk dj fn;kA ekSlh us vxys fnu iapk;r cqykbZ vkSj viuh lkjh ckr j[k nhA la;ksx ls vyxw pkS/kjh dks iap pquk x;kA
4. tqEeu [kq”k Fkk fd vc thr mlh dh gksxh D;ksafd vyxw mldk fe= FkkA
5. iap ds eq¡g esa bZ”oj clrk gSA vyxw us lkspk fd eq>s U;k; ds le; nksLrh dks Hkqyk nsuk pkfg,A
6. cgqr nsj lkspus ds ckn vyxw us dgk tqEeu nks"kh gS A
7. ;g QSlyk lqudj tqEeu vyxw ls uQjr djus yxk vkSj cnyk ysus dh rkd esa jgrkA
8. ,d jkr tc lc lks jgs Fks rks tqEeu us vyxw pkS/kjh ds cSy dks tgj ns dj ekj fn;kA
9. nwljk cSy vyxw us le>w cfu, dks csp fn;kA
10. iSlksa dks ysdj le>w vkSj vyxw esa >xM+k gks x;kA ckr iapk;r rd igq¡phA fQj iapk;r cSBhA le>w us ljiap ds fy, tqEeu dk uke fy;kA vyxw dks yxk fd vc U;k; ugha feysxkA
11. var esa tqEeu us viuk QSlyk lquk;k] le>w rqEgsa cSyksa dh iwjh dher pqdkuh pkfg,] rqqe nks"kh gksA
12. lc us tqEeu ds QSlys dh iz”kalk dhA
13. tqEeu vkSj vyxw nksuksa vkil esa xys fyiVdj jksus yxsA tqEeus us vyxw dks crk;k fd eS rqEgkjk nq”eu Fkk ijUrq eq>s vkt irk pyk fd iap dh xn~nh ij cSBdj dksbZ fdlh dk nksLr ;k nq”eu ugha gksrkA iap dh tqcku esa bZ”oj gksrk gSA
* **f”k{kk %&**  bl dgkuh ds ek/;e ls cPpksa dks crk;k x;k gS fd iap ijes”oj U;k; ds fy, loksZPp ekus x, gSA U;k; dh lhV ij fe= Hkh lgh fu.kZ; nsus ds fy, etcwj gks tkrk gSA

ikB & 16

;k=k vkSj ;k=h ¼dfork½

dfo & gfjoa”kjk; cPpu

* **dfBu 'kCnkFkZ %&**

¼1½ vpyk & xfrghu ¼2½ papyk & xfreku ¼3½ eqlkfQj & ;k=h

¼4½ Hkzerk & ?kweuk ¼5½ Hkzekrk & ?kwekuk ¼6½ {k.k & iy

¼7½ ny & lewg

* **egRRoiw.kZ fcUnq %&**

 bl dfork ds ek/;e ls dfo us balku dks dk;Z djrs jgus ds fy, izsfjr      fd;k gSA

1. bl lalkj esa gj oLrq xfr”khy gS] dfo dgrs gSa fd tc rd rqEgkjh lk¡l pyrh gS rc rd rqEgsa fujUrj xfr”khy jguk gksxkA
2. rkjs] vkdk”k lHkh pyrs jgrs gSaA blh izdkj euq"; dks Hkh xfr”khy jguk pkfg,A
3. tks gekjs iSjksa ds uhps i`Foh gS ;g Hkh xfrghu ugha gS ;g Hkh fujUrj pyrh gSA bl lalkj esa ,d {k.k Hkh dksbZ oLrq fLFkj ugha gSA
4. blfy, gs euq";! tc rd rsjh lk¡l pyrh gS rq>s xfr”khy jguk gh gksxkA
* **f”k{kk %&**  bl dfork ls gesa ;g f”k{kk feyrh gS fd ;fn euq"; xfrghu gks tk;sxk rks og vius y{; dks ugha ik ldsxkA

ikB & 17

/kku dk egRo

ys[kd & jes”k nRr 'kekZ

* **dfBu 'kCnkFkZ %&**

¼1½ leLr & iw.kZ ¼2½ dYys & vadqj ¼3½ efgek & egRRo

¼4½ cks/k & Kku ¼5½ o.kZu & xq.k dFku

* **egRRoiw.kZ fcUnq %&**

 bl ikB esa vusd jkspd dgkfu;ksa ds ek/;e ls ;g crk;k x;k gS fd /kku dh mRifRr dSls gqbZ \

1. leLr fo”o esa ,d lkS ls T;knk ns”kksa esa /kku dh [ksrh dh tkrh gSA nqfu;k dk 90 izfr”kr pkoy ,f”k;k esa gh mxk;k tkrk gSA
2. /kku dh mRifRr ds lkFk vufxur dgkfu;k¡ tqM+h gqbZ gSaA
3. tkiku dh dgkuh & LoxZ esa mM+rk gqvk gal lw;Z nsoh] vekrsjslq& vkseh&dkeh dks /kku ds nkus ns x;kA
4. fQyhihal dh dgkuh & xjhch ls rax vkdj vXes uke dh yM+dh ,d fnu unh ds fdukjs cSBh gqbZ Fkh rHkh unh esa mlus ,d lqugjk xqPNk ns[kkA mlus xqPNs dks mBk;k vkSj unh ds fdukjs gh xhyh feV~Vh esa nck fn;k A dqN fnu ckn /kku ds lqugjs nkuksa ls Hkjh ckfy;k¡ >weus yxhA
5. lkBh /kku dh dgkuh ¼lkB fnu esa idus okyk /kku½ & xkSre cq) ds f”k"; ukxktZqu dks irk pyk fd ,d egkRek vius iSjksa ij ysi yxkrs gh xk;c gks tkrs gSaA mlus Hkh og ysi cuk;k ijUrq lkBh /kku ugha feyk;k blfy, og ysi lQy ugha gqvkA
6. ckS) laLd`fr esa /kku dk vR;ar egRRoiw.kZ LFkku gSA xkSre cq) ds firk dk uke Hkh pkoy ij gh j[kk x;kA mlds firk dk uke Fkk & 'kqn~nks/ku ;kuh 'kq) pkoyA xkSre cq) us ,d ou dU;k lqtkrk ds gkFk ls [khj [kkbZ rks gh mls ckS/k izkIr gqvkA
7. /kku dks Hkkjrh; Hkk"kk esa & vksjkbtk & bafMdk dgrs gSaA
8. vyx & vyx Hkk"kkvksa esa bldks vusd ukeksa ls iqdkjk tkrk gS tSls &

 Hkk"kk uke

 ySfVu vksjkbtk

 vaxzsth jkbl

 vjch v:t

 LiSfu’k vjkst+

 bVsfy;u jkblks

 Ýsap fjt+

 teZu jhbl

 :lh jhl

 laLd`r czhfg

 bZjku fczat

 eSMkxkLdj okjh ;k okjs

ikB & 18

fxYyw

ysf[kdk & egknsoh oekZ

**dfBu 'kCnkFkZ %&**

¼1½ lqyHk & vklkuh ls izkIr gksus okyk ¼2½ gksys ls & /khjs ls

¼3½ mipkj & fpfdRlk ¼4½ mijkar & ckn ¼5½ fofLer & gSjku

¼6½ vof/k & lhek ¼7½ dze & flyflyk

1. fxYyw laLej.k esa fxYyw ,d fxygjh dk cPpk gSa] ftls ysf[kdk vR;f/kd I;kj djrh gSaA
2. ysf[kdk us fxYyw dh dkSos ls j{kk dh vkSj vius ?kj ys vkbZA vius ?kj esa mlus fxYyw dk ?kj cuk fn;kA og ysf[kdk ds lkFk [kwc [ksyrk] Hkw[k yxus ij fpd & fpd dh vkot+ djrkA
3. tc fxYyw cM+k gks x;k rks ckgj tkyh ds ikl vkdj fpd&fpd djrkA ysf[kdk us mldk ckgj tkus dk jkLrk cuk fn;kA
4. ysf[kdk tc dkWyst tkrh viuk dejk can dj tkrh FkhA tSls gh dejk [kqyrk fxYyw Hkh mlds ikl igq¡p tkrkA og Fkkyh esa ls pkoy dk ,d&,d nkuk mBkdj cM+h lQkbZ ls [kkrkA dktw mldk fiz; Hkkstu FkkA
5. tc ysf[kdk dke djrh Fkh] rks fxYyw mlds ikl lqjkgh ij ysV tkrk A
6. fxygfj;ksa ds thou dh vof/k nks o"kZ ls vf/kd ugha gksrhA vr% fxYyw dh thou ;k=k dk var vk gh x;k FkkA
7. ,d fnu u fxYyw us dqN [kk;k] ckj&ckj ysf[kdk ds ikl vkrk tkrk] BaMs iatksa ls og ysf[kdk ds gkFk ls fpid x;kA
8. ysf[kdk us fxYyw dks cpkus dk gj laHko iz;kl fd;k A ijUrq lqcg dh fdj.k ds Li”kZ ds lkFk gh mlds izk.k i[ks: mM+ x;sA
* **f”k{kk** %& izLrqr ikB dk y{; i'kq & if{k;ksa ds izfr isze] mu ds izfr vkReh;rk ¼ikl dk fj”rk½ txkuk ,oa i'kqvksa dh laonsu”khyrk dks izdV djuk gSA

ikB & 19

fldanj vkSj lk/kq

ys[kd & O;fFkr g~n;

* **dfBu 'kCnkFkZ %&**

¼1½ ykSfdd & lalkj laca/kh ¼2½ oSHko & efgek] egRo

¼3½ vkHkk & ped

* **egRRoiw.kZ fcUnq %&**
1. nks & <kbZ gtkj o"kZ igys ;wuku esa fldUnj uke dk ckn”kkg jkT; djrk FkkA og iwjs lalkj dks thruk pkgrk FkkA
2. fldanj bZjku] feJk] rqdhZ vkSj dkcqy dks thrrk gqvk Hkkjr o"kZ esa iatkc igq¡p x;kA
3. iatkc dk jktk iq: fldanj ls ekspkZ ysus dks rS;kj gks x;k D;ksafd iq: cgqr 'kwjohj jktk FkkA
4. fladnj us iatkc dks Hkh thr fy;kA iatkc ds ckn fladnj ikVfyiq= ¼iVuk½ dks thrus dk fopkj djus yxkA
5. fldanj us Hkkjr o"kZ ds lk/kq egkRekvksa ds ckjs esa lquk Fkk fd os cgqr riLoh ,oa R;kxh gksrs gSaA
6. jkoh unh ds rV ij ,d cgqr cM+s egkRek jgrs FksA fldanj us vkns”k fn;k fd ml egkRek dks cqykdj ykvksA
7. egkRek us fldanj ds ikl tkus ls euk dj fn;kA fldanj dks bl ckr ij cgqr Øks/k vk;kA
8. nwljs fnu fldanj egkRek ds R;kkx dh ijh{kk ysus ds fy, vewY; migkj ysdj x;kA
9. egkRek us dgk bu phtks dk esjs thou esa dksbZ egRRo ugha gSA ;s ghjs&tokgjkr esjs fdl dke vk,saxs\
10. fldanj egkRek ds ri ,oa R;kx dh ljkguk djrs gq, cksy mBk egkRek th esjs ikl /ku vkSj oSHko gS ij fQj Hkh 'kkafr ugha feyrhA
11. egkRek us dgk & rqeus [kwu dh ufn;ka¡ cgkbZ gSaA fQj rqEgsa 'kkafr fdl izdkj fey ldrh gSA
12. fldanj us dgk] n;k djds eq>s 'kkafr dk mik; crkb,A
13. egkRek us dgk & yMkbZ >xM+s NksM+ Hkxoku ds Hktu esa viuk eu yxk,saA
14. fldanj us mlh fnu ls ;q) dk fopkj R;kx fn;k vkSj ejus ls igys lkjk /ku yksxksa dks nku esa ns fn;kA
* **f”k{kk %&**  thou esa izR;sd O;fDr ls f”k{kk xzg.k dh tk ldrh gS ] ijUrq dke;kc balku dk ,d fu.kZ; vkidh ftUnxh cny ldrk gSA

ikB & 20

iqu% u;k fuekZ.k djks ¼dfork½

dfo & }kfjdk izlkn ekgs”ojh

* **dfBu 'kCnkFkZ %&**

¼1½ LQwfrZ & rkt+xh ¼2½ vkl & vk”kk ¼3½ uwru & u;k

* **egRRoiw.kZ fcUnq %&**
1. ns”k dk u;k fo/kku ifjJe ls cusxk A dfo dgrs gSa fd gs /kjrh ds vej liwrks! mBks bl lekt dk nwckjk ls u;k fuekZ.k djksA izR;sd O;fDr ds thou esa ubZ rkt+xh Hkj nksA
2. ubZ lqcg gS ubZ ckr gS] dbZ fdj.k rFkk ubZ T;ksfr] ubZ mesaxs] ubZ rjaxs] ubZ vk”kk rFkk ubZ lk¡l gSA vFkkZr~ uo;qodks esa ;qx & ;qx ls tks fujk”kk dk Hkko pyk vk jgk gS] mlesa ubZ eqLdku Hkj nksA dfo pkgrk gS fd u, lekt ds fy, u, iz;kl djus pkfg,A
3. pkjksa rjQ [kq”kh dk okrkoj.k gSA /kjrh ekrk ij ubZ Qly dk vkx+kt gSA ,sls esa gs ukStokuksa! rqe ubZ eaxye;h /ofu;k¡ ls [kq”kh izdV djksA iq:"kkFkZ] mn~;e gh euq"; ds thou dk iz/kku m)s”; gSA
4. gs! /kjrh ek¡ ij vius izk.k U;ksNkoj djus okys liwrks mBks vkSj bldh j{kk dj u;k fuekZ.k djksA D;ksafd vkilh lg;ksx gh fodkl dh vkRek gksrh gSA
* **f”k{kk %&** bl dfork ds ek/;e ls dfo us izR;sd O;fDr dks egku cuus dh izsj.kk nh gSA ekuo ek= ds eu esa viuh tUe Hkwfe ds izfr isze o lEeku dk Hkko gksuk pkfg,A lkFk gh mldh j{kk ds fy, ej&feVus dh Hkkouk gksuh pkfg,A Lons”k ds fy, R;kx vkSj leiZ.k dh izo`fRr gh gesa vej cuk ldrh gSA ;gh bl dfork dk dsUnzh; Hkko gSA