



**Ek: eṣk**  
**fdl ku bḷ & if=dk**  
[www.marumegh.com](http://www.marumegh.com) ij vḷḷyḷbu miyḶk  
 ©2016 marumegh ISSN:2456-2904

**/kku dsḷeḶk jḷx o fu; ḷ.k**

**: ifl g] egḷe dḷj ; no] bjḶku [ku] dḷnhi fl g paḷor vḷḷ fd'ku yḷy ulxk**

i h, pMh Ld,yI ḷ jktLFkku —f'k egḷfo | ky; ] egḷjk.kk ḷrki —f'k , oaḷsḷ | kḷxdh fo'ofa | ky; ]  
 mn; ij ḷ jktLFkku 1/2 313001

bḷey: [roop0008@gmail.com](mailto:roop0008@gmail.com)

/kku ḷ vḷḷyḷbḷtḷ / Vḷboḷḷ xḷeuh ; k iḷs l h dḷy dk egRoiwḷz l nL; gḷ /kku dk [kk | kḷuka ea egRoiwḷz LFkku gḷ, o fo'o dh tul ḷ; k dk vf/kdḷkḷ Hkkx nḷud Hkkstu ea pkoy dk gh mi; kḷ dḷrk gḷ /kku ea 30 l s vf/kd jḷx tud 1/2 Qm] thok.kḷ o xḷ & jḷx tud 1/4 kḷd rRoka dh dehiḷ /kku dh Ql y o mi t ea ek=kRed vḷḷ xqkkRed uḷl ku igḷpkrsgḷ /kku dsḷeḶk jḷx fuEu ḷ dḷj gḷA

**1- Hḷjḷ i Ḷḷh /kḷk ; k Hḷjḷ fpḶḷh jḷx**

; g , d chḷtfur jḷx gḷ rFkk gḷYeFkkḷ i kḷj; e vḷḷyḷbḷth uked dod ḷ jḷk Qḷyrk gḷ ; g jḷx nḷk ds l Hkh fgLI ka ea Qḷyk gḷvḷk gḷ rFkk mḶkḷ fcgḷj dk ḷeḶk jḷx gḷ jḷx ds y{k.k l oḷḷe i fḶk; ka , oa bl ds i'pkr-ḷky; ka ij utj vḷrs gḷ i Ḷḷh ij fry ds chḷ ds vḷkḷj ds Nkḷs Nkḷs vḷḷkḷj dRFkḷz jḷx ds /kḷcs curs gḷ, oa ḷky; k cnjḷx gḷs tkrh gḷ ; s /kḷca vki l es feyḷdj cMḷgḷs tkrsgḷ vḷḷ i fḶk; ka dḷs l ḷḷk nḷsgḷ ; g jḷx /kku dh Ql y dḷs tM+l s yḷdj nkḷa rd dḷs uḷl ku igḷpkrk gḷ rFkk i kḷka dh c<ḷkḷ de gḷrḷh gḷ nkus Hkh ḷHkkfor gḷs tkrsgḷ ft l l s mudh vḷḷj .k {kerk ij Hkh ḷHkko i Mḷk gḷ bl jḷx dk l okḷ/kd ḷ dḷki mi jḷkḷ /kku es de moḷrk okys {kḷ-ka es ebḷfl rEj ekḷ ds chp vf/kd fn[kḷbḷz nḷk gḷA

**jḷx fu; ḷ.k**

- chḷtkḷ dḷs Fkhje , oa dḷkḷMḷkḷte 1/2:1 1/2 dh 3 xḷe nok ḷr fdyḷxḷe chḷ dh nj l smi pḷfḷr dḷds ḷkḷk pḷfg, A
- jḷx ds y{k.k fn[kḷbḷz nḷs ij fu; ḷ.k ds fy, eḷdḷkḷs 76 MḷY; w iḷ- 2-5 xḷe ; k 76 MḷY; w iḷ- 2 xḷe ḷr yḷVj ḷkḷyḷdj fNḷdḷko dḷjḷ
- jḷx l gu'kḷy fdLeka tḷ & ḷkyḷ —.kk] dḷ ḷk] dḷoḷh] jḷl h] tḷḷukFk vḷḷ vḷbḷz vḷj 36] 42] vḷfn dk 0; ogḷj dḷjḷ
- jḷx dh jḷkḷFkke ds fy, l rḷfḷr moḷ dḷs dk ḷ; kḷ dḷjḷ
- [kḷḷ Ql y ea b.MḷkḷQy , eḷ45 dh 2-5 fdyḷxḷe ek=k dḷs 1000 yḷVj i kuh es ḷkḷy dḷ ḷr gḷVḷs j dh nj l s fNḷMḷko 15 fnḷka ds vḷḷrj ij dḷjḷ
- jḷxch i kḷka ds vo' kḷka vḷḷ ḷkḷ ka dḷs u"V dḷ nḷ
- feḷh es i kḷ'k'k] QkLQḷj l ] eḷxḷt vḷḷ pḷus dk 0; ogḷj mḷpr ek=k es dḷjuk pḷfg, A

**2- QḷḷV jḷx ; k ḷoḷ jḷx**

; g jḷx fi jḷhdḷyḷj; k vḷḷyḷbḷth uked dod ḷ jḷk Qḷyrk gḷ ; g /kku dh vR; r fouk'kḷkḷh chḷkḷh gḷ bl jḷx ds y{k.k i fḶk; kḷ rus dh xḷBḷs , oa ḷky; ka dh xnḷ 1/4 uḷ 1/2 ij i k; s tkrsgḷ ḷky; k xnḷ l s

VW tkrh gSbl voLFkk dks udl CykLV dgrs gA fcgkj ea eç; r: bl jkx dk çdki l çd/kr /kku es ik; k tkrk gA jkx dh mxz voLFkk ea çkyh ds vk/kkj Hkh jkx xLr gks tkrsgS vks çkyh detkj gkdj ogh l s VW dj fxj tkrh gA Hkjs /kCka ds e/; Hkx es l Qn jak gkrk gA bl voLFkk es vf/kd {kfr gkrh gA xkB dk Hkjk&dokyk gksuk , oa l Mw dh fLFkr es VWuk] nuka dk [k[kMh gksuk , oa çkyh ds vk/kkj ij QOn dk l Qn tky gksuk 'ud jkV' dgykrk gA ifj.kkeLo: i 'krçfr'kr Ql y dh gkfu gkrh gA

**jkx fu; a.k**

- çfoLVhu 2 xte ; k dSVku 2-5 xte nok dks çfr fdykskte cht dh nj l s çpkbZ l s igys chtki pkj dj yA
- u=tu mojd mfr ek=k , d ckj esu ndj] Fkk&FkkMh dj ds dbZ ckj es nsuk pfg, A
- iÜkh CykLV o udl CykLV dh jkdFkke ds fy, chekh ds y{k.k fn[kkbZ nrs gh VkbZ kbDyktky 75 MCY; w ih- nok dk 0-08 çfr'kr dh nj l s fNMeko djA
- [kMh Ql y es y{k.k fn[kkbZ nus ij 250 xte çfoLVhu +1-25 fdykskte b.MkQy , e&45 dks 1000 yhVj i kuh es?kkydj çfr gDVsj dh nj l s fNMeko djuk pfg, A
- fguk ku dk fNMeko Hkh fd; k tk l drk gA , d fNMeko i ksk'kkyk es jkx ns[krs gh] rFkk nk&ru fNMeko 10&15 fnuka ds vlrj ij çfy; k; fudyus rd djuk pfg, A
- jkx jksh fdLea tS & vkbZ vkj 36] vkbZ vkj 64] i dt] teqk] l jtq52] vkdk'kh vks i r /kku 10 vkfn dks mxkuk pfg, A

**3- i .kNa vzekjh i .kz >y l k 'kfk >y l k vkoj.k >y l k jkx**

Hkjr ds /kku fodfl r {ks=ka es i .kz >y l k , d çedk jkx gA bl dk jkx dkjd jkbt kDVksu; k l ksyukbZ uked QOnh gS ftl s ge Fks/hQk] dleçj] ds uke l s Hkh tkrs gA bl chekh ds y{k.k l oçFke i kks dh i fÜk; ka ds i .kzkkj ¼ khr½ ij fn[kkbZ nrs gA tks ckn ea i fÜk; ka , oa çky; ka rd Qy tkrs gS jkx ea cMs- vkdj ds Hkjs fdukj ka okys tyh; l Qn /kCcs cu tkrs gS tks l ka dh peMh ds tS s fn[kkbZ nrs gA vuçhy i j fLFkr; ka es QOn NkV&NkV s Hkjs dkys jak ds nkus i fÜk; ka dh l rg ij i shk djrs gS ftlgs Ldyjkfi ; e dgrs gA ; s Ldyjkfi ; k gYdk >Vdk yxus ij uhrs fxj tkrs gS vks jkx Qykus ea l gk; d gkrs gA i ksk >y l k gk çhr gkrk gA çfy; ka ds nkus Hkh çjak gks tkrs gA jkx ds y{k.k dYya cuus dh väre voLFkk es fn[kkbZ nrs gA yHQ 'kfk ij ty l rg ds Åij l s /kCcs cuus 'kq gkrs gA i ksk es bl jkx dh otg l smi t es 50% rd dk upl ku gks l drk gA

**jkx fu; a.k**

- xehZ es [kr dh xgjh tçkbZ dja vks ?kkl rFkk Ql y vo'kkska dks tyk nsuk pfg, A
- i kuh ds fudkl dh mPp 0; oLFkk djA
- chtks dks dckMkfte 50 MCY; w ih- 2 xte çfr fd-xk- cht dh nj l schtki pkj djs; k L; Mkeksukl çkyjs bl dh 1 xte vFkok VrbdkMekZ 4 xte çfr fdykskte cht dh nj l smi pkfjr dj ds çpkbZ djA
- tdkLVhu ; k çfoLVhu 2 fdykskte ; k b.MkQy , e&45 dh 2-5 fdykskte ek=k dks 1000 yhVj i kuh es?kkydj çfr gDVsj dh nj l s fNMeko djA
- çkjEHk es [kr es jkxh i kks utj vkrs gh dkV dj fudky nA
- jkx jksh fdLea tS & i dt] Lo.kzku vks ekul jkx vkfn dks mxkA

#### 4- thok.kvæekjh jks

; g jks Hkkjr es ed[; r: iatkc] fgekpy çns'k] mÜkj kpy] mÜkj çns'k] NÜkh'kx<f if'pe cakyl egkj"V] dukl/d] rfeyukMq es QSyk gqk gA ; g jks Hkkjr o"lz es l cl s xtkhj l eL; k cu x; k gA ; g jks tBfkkksukl vkjkbth ih-oh- vkjkbth uked thok.kq l s gsrk gA ; g jks vf/kd ue okrkoj.k ea gsrk gA vxLr ekd ds e/; ea o"lkz gksus ij bl chekj dh c<us dh l Hkkouk jgrh gS ed[; : i l s; g i fÜk; ka dk jks gA l oçFke i fÜk; ka ds Äijh fl js ij ukjah ihys jak ds pdrs mHkjr gA l çg ds l e; bu pdrka ea l s can ds : i ea fudyrk gqk nq/k; k jak dk thok.kq L=ko ns[kk tk l drk gS tks i Ükh ij QSydj l çk tkrk gA ckn ea l Øfer Hkkx l çkdj ihys o l y/h&l Qn jak ds gks tkr gS o mu ij nÜ jh QOmks dh ofnz-gks tkus l s dkys /kCs fn [krs gA thok.kq >y l k ds y{k.k /kku ds i kSks es ed[; r% nks voLFkkvka es fn [kksbz i Mfs gA Eykuh voLFkk 1/2 d 1/2 , oa i .kz >y l k 1/2 y h Q CykLV 1/2 ftl ea i .kz >y l k vf/kd 0; ki d gA >y l k voLFkk: i fÜk; ka ds Äijh fl jka ij tyfl ä {kr cu tkr gS ckn es ; s {kr gVds ihys ; k i pky ds jak ds gks tkr gS vkj ygjn kj fdukja l fgr uhps dh vkj budk çl kj gsrk gA Eykuh ; k Ø d voLFkk: jks dh ; g voLFkk nkst ; k cuuk vkj Ekk gksus ds nkjku ul jh es fn [kksbz i Mfh gA ihfreak , oa vpkud Eykuh bl ds l kekl; y{k.k gA Eykfu oLrç: y{k.k dh nÜ jh voLFkk gA ; s y{k.k jki kbz ds 3&4 l l rkg ds vlnj çdV gksus yxrs gA bl voLFkk es xfl r i kSks dh i fÜk; k yEckbz es vlnj dh vkj fl dMdej eM+ tkrh gA ftl ds QyLo: i ijh i Ükh ej >k tkrh gS tks ckn es l çk dj ej tkrh gA jks ds mxz voLFkk es xLr i kSks i wkz : i l sej tkr gA

#### jks fu; a.k

- , d xte LV\$Vkd kbfdyu ; k 5 xte , xhekbl hu 100 dks 45 yhVj i kuh ?kky dj cht dks ckus l s igys 12 ?ka/s rd Mqks yA
- chtks dks L; Mkekukl 1lykjd bl 10 xte çr fdyks xte cht dh nj l smipkjr dj yxkoA
- jkdFkke ds fy, CykbVkdI &50 dh 2-5 fdyks xte , oa LV\$Vkd kbfdyu dh 50 xte nok 80&100 yhVj i kuh es feyk dj çr gDV\$ j dh nj l sfNMelko djA
- [kMh Ql y es , xhekbl hu 100 dk 75 xte vkj dkij vkDI hDykj kbM 1/2 ykbVkdI 1/2 dk 500 xte 500 yhVj i kuh es ?kky dkj çr gDV\$ j dh nj l sfNMelko djA
- l rçyr mojd dks dk ç; ksx dj\$ y{k.k çdV gksus ij us-tu ; çä [kkn dk fNMelko ugh djuk pkfg, A
- LoLFk çekf.kr chtka dk 0; ogkj dj a rFkk /kku jki us ds l e; i kSks ds cht dh njh 10&15 l seh-vo' ; j [kA
- [kr l s l e; &l e; ij i kuh fudkyrs jga rFkk jks xLr [kr dk i kuh nq js [kr ks ea uk tkus fn; k tkos
- jks jksh fdLeka t\$ & vkbz vkj-&20] ed jh] çl kn] jke—"kk] jRuk] l kdsr&4] jktJh vkj l R; e vkfn dk p; u djA