

fo"ki & fgluh

d{kk & I

			<ul style="list-style-type: none"> • xhyh feVWh }kjk eka i f'k; kj dk l rgyuA • js[kk, j [khpuka • v{kjka , oa fp=ka dh i gpkua • jxka dh i gpkua • fgluh ea uke fy[kuka • 'kjhj ds vaxka dh tkudkjha 	<ul style="list-style-type: none"> • xhyh feVWh ds [ksy }kjk eka i f'k; ka dk l rgyu djokuk ftlls ys[ku dk; Z ea vf/kd l s vf/kd l Qyrk iklr gka • vk[k vkj gkfk dk l g&l caka • fp=ka dks i gpkudj jax Hkjokuka • l h/kh vkj frjNh js[kk, j i frc) : i l s f[kpokuka • v{kjka vkj fp=ka dks i gpkudj xksy yxokuka • vaxBs dh Nki l s foHku idkj ds fp= vkj muds uke fl [kkuka • v{kjka dk fp=ka l sey djokuka • fgluh ea vi uk uke fy[kokuka • jax ns[kdj ml l s l af/kr phka ds fp= cuokuka • v{kjka dks i gpkudj jax Hkjokuka • 'kjhj ds vaxka ds uke dks fp=ka l s feyokuka • • fn, x, v{kjka l s 'kcn fy[kokuka • fp= ns[kdj v{kj fy[kokuka • fp=ka ds uke fy[kokuka • ifrfnu , d ist v{kjka dh l mksy cuokv ij /; ku nrs gq fy[kokuka 	<p>dyk l s l af/kr</p> <p>foKku l s l af/kr</p>	
		orZuh	v{kj Kkj] 'kcn Kku] Hkk"kk KkuA			
		l gys[k	v{kjka dh l qj cuoVA			

fo"ki & fgluh

d{kk & I

<p>tU& tykbz</p>	<p>>nyk ikB&1</p>	<p>I uk cksyuk</p>	<p>fofHklu idkj ds >nyka dk KkuA</p>	<p>NkV&NkV/s izu iNns tk; xA</p> <ul style="list-style-type: none"> vki us fdl &fdl idkj ds >nyk ij >nyk gS\ fdu&fdu phTka ij vki >nyk dh rjg >ny l drs gS\ fp= ns[kdj iNuk fd bu >nyka dks vki us dgk&dgk; ns[kk gS\ >] y] M] N] bz l s cuus okys 'kCnka dk l gh mPpkj.k ds l kFk vupj.k okpu djokukA vkj[kfepksh dk [kys f[kyokukA vkj[kfepksh [kysrs l e; fdu&fdu phTka ds i hNs fNi xS\ 		<p>fofHklu [kyska }kjk [kys dh Hkkouk dk fodkl</p>
		<p>i <uk</p>	<ul style="list-style-type: none"> v{kj Kku gkukA v{kjka vkj fp=ka dk esyA u, &u, 'kCnka dk KkuA mfpr vkjkg&vojkg ds l kFk dfork dk l Loj okpuA 	<ul style="list-style-type: none"> >] y] M] N] bz okys 'kCnka dks i gpkudj i <okukA bu v{kjka l s l af/kr 'kCnka dks i <okukA dfork dk l Loj vkn'kz okpu djuk vkj fQj vupj.k okpu djokukA fp=ka ds uke i <okukA 		
		<p>fy[kuk</p>	<p>ek=kvka dk Kku</p>	<ul style="list-style-type: none"> v{kjka ea ek=k yxkdj u, 'kCn cuokukA fp=ka ds uke fy[kokukA >nyk dk fp= fn[kkdj ^dgk&dgk; 		

fo"ki & fgluh

d{kk & I

	vke dh dgkuh ikB&2	I quk ckyuk	<p>fp=ka dks ns[kdj dgkuh I e>kukA</p> <p>dYi uk 'kDr dk fodkl A okpu dh {kerk dk fodkl A vPNh Hkk"kk dh vfHkO; fDrA vkrfjd I dkrp nij gkukA</p>	<p>ns[kk gS uke fy[kokukA</p> <ul style="list-style-type: none"> 'kCnka I s fp=ka dk esy djokukA vkj[kfepkLuh dk [ksy [ksyrs I e; fdu&fdu phitka ds ihNs fNi & } I ph cuokukA i dMu&i dMkbZ }kjk foHkUu v{kjka I s fp=ka rd igppukA <p>dYkRed vfHkO; fDr dk KkuA</p> <ul style="list-style-type: none"> fNi us dh txgka ds fp= cukdj [kkyh txg HkjokukA 'kCnka ds vuq kj fp= cuokukA <p>'kq) orLuh dk KkuA</p> <ul style="list-style-type: none"> I jy 'kCnka dk Jqys[kA mfpr o.kk&}kjk 'kCn ijs djokukA I gh ek=k yxkdj 'kCn ijs djokukA <p>i fDr; ka ea I qj ys[k dk vH; kl A</p> <ul style="list-style-type: none"> I jy 'kCnka dks I qj v{kjka ea fy[kokukA <p>Øekuq kj fp= fn[kkdj ^dgkj D; k gks jgk gS* okys Nks/&Nks/ izu i NukA</p> <ul style="list-style-type: none"> vyx cus gq fp=ka dks Øekuq kj yxokukA fp= dFkk ea vk, i 'k&i f{k; ka ds fo"ki; ea i NukA fp= fn[kkdj uke i NukA 	<p>dYk I s I d/kr</p> <p>foKku I s I d/kr gA</p>	<p>ni jka dh phit a ugha yuh pfg, A</p>
--	--------------------	-------------	---	--	--	---

fo"ki & fglnh

d{kk & I

	vke dh Vkdjh iKB&3	i<uk fy[kuk orZuh I gys[k I uk cksyuk	o.kk&dks tkMdj iBu dh {kerk dk fodkl A u, 'kCnka l s i fjp; A ek=kvka dk KkuA u, &u, 'kCnka dk KkuA 'kq orZuh dk KkuA I nj fy[kkoV dh ;kk;rk dk fodkl A v{kjka dh igpku Qyka vksj I fct;ka dk eglo tkuukA ennxkja dh tkudjh	<ul style="list-style-type: none"> • fp=ka ds l kfk fy[ks 'kCnka dks i<ekdj ^dgkuh ea igys D; k vk; k* okys iz u i Nuka • 'kCn i<ekdj fp=ka l sey djokukA • v/kj s okD; dks i<ekdj ijk djokukA • fp=ka ds uke fy[kokukA • [kkyh txg HkjokukA • ^dgkuh ea igys D; k vk; k * Øekuq kj fy[kokukA • I jy 'kCnka dk Jqys[kA • vk vksj d ij fo'kSk tkj nrs gq i kp&i kp 'kCn cyokukA • Nks&Nks iz uka }kjk cksyus dh {kerk dk fodkl djukA • vki fdrus o"z ds gS \ • viuh il Un ds Qyka dk uke crkvkaA • viuh il Un dh I fct;ka ds uke crkvkaA • dksu&dksu l syks gekjh enn djrs gS Qyokyk] nllkoyk] I cth okyk vkfn dk vfhku; djokukA 	foKku l s l af/kr gA	
--	--------------------------	--	--	--	-------------------------	--

fo"ki & fglnh

d{kk & I

		i<uk	<p>v{kjka dks tkMoj i<us dh {kerk dk fodkl A</p> <p>rdkRed 'kCnka dh igpkuA</p> <p>o.kk&dh iujkofUKA</p> <p>u, 'kCnka dk KkuA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • i kB dk mfpr vkjkg&vojkg ds l kFk vudj.k okpu djokukA • rdkRed 'kCnka dks ckMZ ij fy[kdj ckj&ckj i<okukA • ^vk* ^d* o.kk& ij fo'kSk tkj nrs gq buls l cfi/kr 'kCnka ij mpxyh j [kokdj i<okuk vkj xksyk yxokukA • ^vk* vkj ^d* o.kk& ds iz kx okys u,&u, 'kCn cuokdj ckj&ckj i<okukA 		
		fy[kuk	<p>rd okys 'kCn cukus dh dqyrk dk fodkl A</p> <p>dykRed vfHkO; fDr dk fodkl A</p> <p>ys[ku dh ; kx; rk dk fodkl A</p>	<ul style="list-style-type: none"> • rdkRed 'kCnka dks fy[kokukA • ennxkjk ds uke fy[kokukA • fp=ka vkj 'kCnka dk esy djokukA • viuh il Un ds vudj kj Qyka vkj l fct; ka ea jax HkjokukA • Qyka vkj l fct; ka ds fp= cuokukA • pit dj [kkbz tkus okyh pitka ds fp= cuokukA • fyf[kr 'kCnka ea l s pit dj vkj Nhydj [kk, tkus okys Qyka dh vyx&vyx l phi cuok, A 		l gk; dka dh tkudkj h
		orLuh	'kO orLuh dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • fp= ns[kdj uke fy[kokukA 		dyk l s l cfi/kr gA

fo"ki & fglnh

d{kk & I

		I gys[k	I nji v{kjka dh cukoVA	<ul style="list-style-type: none"> • ^vk* vks ^d* I s nk&nks 'kcn fy[kokukA • I jy 'kcnka dk Jqys[k nuka • [kkyh txg HkjokukA • I oñ Eke o.kkæ dh cukoV ij /; ku nrs gq fy[kokukA • I jy 'kcnka dks fy[kokukA 		
vxLr	i Üks gh i Üks i kB&4	I quk ckyuk	<p>phTka dks fxudj ckyus dh {kerk dk fodkl A</p> <p>i Ükka ds jax ,oa vdkkj dh igpkuA</p> <p>vkrfjd I ækp nij gkukA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • fglnh dh fxurh dk vt; kl djokukA • cPpka dh Vksyh vks fofHkuu izdkj ds i Ükka dk leg cuokdj fxurh djokukA • i Üks dk jax o vdkkj i Nuka • i Üks ds fofHkuu vdkkjka dh igpku djokrs gq cPpka I s muds uke ckj&ckj cyokukA ts &yack] xksy] drjhuk vkfnA • r] i] , s o.kkæ ds vudj .k okpu }kjk i qjkofÜk djokukA • cPpka dks mxyh j [kokdj i R; id 'kcn 	xf.kr I s I æf/kr gA	i ; kbj .k I s I æf/kr gA
		i <uk	I gh mPpkj .k ds I kFk u, &u, 'kcnka dk KkuA			

fo"ki & fgluh

d{kk & I

		<p>ys[ku</p> <p>orZuh</p> <p>I gys[k</p> <p>I quk cksyuk</p>	<p>fp=ka dh i gpk u, oa ys[ku dh {kerk dk fodkl A</p> <p>'kq) orZuh }kjk u, 'kCnka dk KkuA</p> <p>v{kjka dh I qj cukoVA</p> <p>vki I h okrkzyki dh {kerk dk fodkl A</p>	<p>dk I oifke vkn'kz okpu vksj fQj vupj.k okpu djokukA</p> <ul style="list-style-type: none"> • I gh mPpkj.k ds I kFk i kB dk okpu djrs I e; r] i] , s okys 'kCnka ij fo'kSk tkj ncuKA • fey&tyS i Uka ea I s vyx&vyx vkdj ds i Uks Njvkdj fxurh djokukA • 'kCnka dks i <okdj fp= cuokukA • fofHku jaxka ds i Uks vyx&vyx cPpk ds gkFk ea i dMkdj jaxka ds uke ds vuq kj vyx&vyx xksys ea Hkstuka • fp=ka dks fxuokdj fy[kokukA • jaxka ds uke fy[kdj i Uka ds fp=ka ea jx HkjokukA • fp=ka vksj 'kCnka dk esy djokukA • r] i] , I s i kp&i kp 'kCn fy[kokukA • fp=ka dks ns[kdj [kkyh txg HkjokukA • fp=ka ds uke fy[kokukA • , d I snl rd fxurh fy[kokukA <p>v{kjka dh cukoV ij /;ku nrs gq Jqys[k djokukA</p> <p>fp= fn[kkdj izu i nS tk, xA</p>	<p>dyk I s I cfi/kr gA</p> <p>I okjh dh mi ; kfxrk</p>
--	--	--	---	---	--

fo"ki & fgluh

d{kk & I

	<p>I] Ä i kB&5</p>		<p>gk&ugha ds mlkj }kjk okpu dh {kerk dk fodkl A</p> <p>uohu 'kCnka dk fuekZ kA</p> <p>fp=ka vkj 'kCnka dk esyA</p> <p>fp= I fgr v{kjka dks igpku dj fy[kukA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ; g dgki dk n"; gS\ • fp= ea D; k gks jgk gS\ • cPps ?kj dS s tk jgs gS\ • cl LVKW fdl fy, gkrk gS\ • ; krk; kr ds dks & dks I s I k/ku gS\ • gea fo ky; I s ckj dS s fudyuk pkfg, \ • vki Ldny I s ?kj dS s tkrS gS\ • fdl & fdl I okjh ds fy, fVdV yuk i Mfk gS\ • c] 'k] I] Ä okys 'kCn '; kei V ij fy[kdj I gh mPPkj.k ds I kfk ckj & ckj i <økukA • i rd ea fn, x, fp=ka ij mxyh j[kokdj uke i <økukA • iz; ks ea vkus okyh I okjh ds uke i NukA • 'kCn i <ej fp=ka I s feyokukA • mi; ks ea vkus okyh vFkkir- vki us fdl dh I okjh dh gS igpkudj j& HkjokukA • [kkyh txg HkjokukA 	<p>foKku I s I cf/kr gA</p>	<p>tkuukA</p>
--	-----------------------------	--	--	---	---------------------------------	---------------

fo"ki & fglnh

d{kk & I

			rdkRed 'kCnka dh igpkuA	<ul style="list-style-type: none"> • bu v{kjka l s u, 'kCn cuokukA • 1 ifg; k vks 2 ifg, }kjk Nk=ka dks ,dopu vks cgppu l s voxr djokukA • feyr&nyrs rd okys 'kCnka dks ckj&ckj i<okdj vH; kl djokukA tS & l hVh&otVhA • dfork dh i fDr; ka dks ijk djokukA 		
		fy[kuk	opu dk KkuA u, &u, 'kCnka dk fuekz.kA	<ul style="list-style-type: none"> • ifg; k&ifg, ds vuq kj vU; 'kCnka }kjk ,dopu&cgppu dk Kku djokukA • [kkyh txg ea vkoktA fy[kokukA • fp=ka ,oa 'kCnka dks ns[kdj muds ifg, crkukA • x] V] ; vks b] j l s ikp&ikp 'kCn fy[kokukA • fp=ka vks 'kCnka dk esy djokukA • jy ds iR; d fMcs ij ml ds jx okyh fdl h phT dk uke fy[kokukA 		
		orZuh	mfpr ek=kvka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • fp=ka dk uke fy[kokukA • l jy 'kCnka dk Jqys[k djokukA • x] V] j] l s nk&nks 'kCn fy[kokukA 		
		l gys[k	v{kjka dh l qj cukoVA	<ul style="list-style-type: none"> • l jy 'kCnka dk l gys[kA 		

fo"ki & fgluh

d{kk & I

<p>fl rEej</p>	<p>jl kbz ?kj i kB&8</p>	<p>I uk cksyuk</p>	<p>dfork ds Hkko dks l udj l e>us dh ; kX; rk dk fodkl A jl kbz?kj ea iz ksx gkus okyh phtka dh tkudkj hA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • jl kbz?kj ds fp=ka ij vk/kkfjr itu i Nuk& • jkl kbz?kj ea dksu D; k dj jgk gS \ • Vkdjh ea dksu & l h l fct; kj j [kh gS \ • yfi dgkj j [kk gS \ • f[kMdh l s dksu >kd jgk gS \ • pggk dgkj gS \ • pkdwl s ge D; k&D; k djrs gS \ • pk; Nhyu ; k Nuuh fdl l s Nkurs gS • ge jkVh fdl ij cysrs gS \ • dph l s ge D; k&D; k dkVrs gS \ 		
		<p>i <uk</p>	<p>u, 'kCnka dk fuekz ka fp=ka ds l kfk 'kCnka dk esyA okD; jpuka</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ?k] Fk] p] t] vks ij fo'kSk tkj nrs gq dfork dk l Loj okpu djokukA • feyr&tyrs rd okys 'kCnka dk ckj&ckj vH; kl djokukA • u, &u, 'kCn cuokdj i <us dk vH; kl djokukA • 'kCnka dks i <ej fp=ka ea gkus okyh fØ; kvka ds vuq kj js [kk [khpuka • 'kCnka dks i <okdj 'fdul s dkVxs* okys izuka ds mUkj ij xkyk yxokukA • okD; ka dks i <ej l gh&xry dk fu'kku yxokukA 		

fo"ki & fgluh

d{kk & I

		ys[ku	mfpr ek=lvka dk KkuA jl kb?kj dh phtka dh mi ; kfxrkA Hkk"kk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • 'kCnka dks i <ekdj okD; i js djokukA • Nks/h&Nks/h dfork dh i fDr; ka }kjk phtka dk fo'kSk eglo crkukA • ?k] Fk] p] t} vks l s u, &u, 'kCn fy[kokukA • fjDr LFkkuka dh i fir? }kjk phtka dh mi ; kfxrk crkukA • fp=ka dks ns[kdj dph vksj pcdw l s dkVs tkus okyka dh vyx&vyx l ph cuok, A • l dus vksj ryus okyh phtka dk vyx&vyx uke fy[kokukA • jl kb?kj ea iz kx gkus okyh phtka ds fp= fpi dokukA 	
		orLuh	'kq orLuh dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • fp=ka ds uke fy[kokukA • feyr&tyrs rd okys 'kCn fy[kokuk tJ &Fkkyh&rkyh] Mkyh&[kkyh dkV&1 	
prgk i kB&9 edMh] ddMh ydMh i kB&10	I gys[k I quk cksyuk	I Mksy v{kjka dh cukoVA ek=lvka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • I jy 'kCnka dks l qj v{kjka ea , d i l uk fy[kokukA • Nk=ka }kjk tkuojka dk vfhku; djokukA • tkuojka dh ckyh l qokukA • i kyrw tkuojka ds fo"ki; ea i NukA 	tkuojka ds i fr Lug dh Hkkouk	

fo"ki & fgluh

d{kk & l

			<p>tkuojka dh ckyh l s ifjpr gkuka</p> <p>u, &u, 'kcn l h[kuka</p>	<ul style="list-style-type: none"> • n vks m okys 'kcn i Nuka • feyr&tyrs rd okys 'kcnka dk ckj&ckj vH; kl djokuka • edMh&ddMh] vky&Hkkyw }kj k 'h* vks 'h dh ek=k ij fo'kSk tkj nuka • fcYyh vks pgs ds dk; k l s Nk=ka dks ifjpr djokuka 		
		i<uk	<p>dfork ds Hkko dks l e>us dh ; kx; rk dk fodkl A</p> <p>fofHku idkj ds trqka l s ifjpr gkuka</p>	<ul style="list-style-type: none"> • mfpr Loj rFk gko&Hkko ds l kFk dfork dk vudj .k okpu djokuka • l eku rd okys 'kcnka dks igpu dj vH; kl djokuka • n vks m okys 'kcnka ij xsky yxokuka • 'h* vks 'h dh ek=k okys vU; 'kcnka dks ' ; kei V ij fy[kdj i<okuka 		
		fy[kuk	<p>uohu 'kcnka dk fuekz ka</p>	<ul style="list-style-type: none"> • n vks m okys 'kcnka dks fy[kokuka • l eku rd okys 'kcnka dks fy[kokuka • 'h* vks 'h okys 'kcnka ij xsky yxokuka • rhu l s pigk cukus dh fof/k crkuka 	dyk l s l af/kr	
		orZuh	<p>ek=kvka dk KkuA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • l jy 'kcnka dk Jqys[kA • ikyrw i'kqka ds fp= cukdj uke fy[kokuka 		

fo"ki & fglnh

d{kk & I

		fy[kuk	fo'kSk.rk ; kfu xqkka dks crykus okys fo'kSk.k 'kCnka dh tkudkj h	<p>Vs:t i pN] ehBh vkoktA</p> <ul style="list-style-type: none"> fo'kSk.k 'kCn fy[kokukA cnj vks fxygjh ds il n ds [kkus dk uke fy[kokukA mNyus dhus okyka dh l p h cuokukA : eky] i fil y] Q/k dk mi ; ks fy[kokukA fp= ns[kdj tkuojka ds uke fy[kokukA , d ist l gys[kA 		
vDVicj	i xMh i kB&12	l p uk cksyuk	dfork l p dj ckyuk vks vkun mBkukA LoPNrk dk eglo tkuukA	<ul style="list-style-type: none"> nsud LoPNr dh ppkz djrs gq izu i nNukA LoPN jguk D; ka t: jh gS \ vius 'kj h] di Ms vks ?kj dks ds s l kQ j [k l drs gS \ dkxt} crU} tir} di Ms dks fdl phit l s l kQ djrs gS \ vf/kd j xMs ij D; k gksxk \ Vki h vks i xMh dh igpku crkukA i R; d 'kCn dk vfkz l e>krs gq i <tkukA i xMh vks Vki h dk varj l e>krs gq 	foKku l s l c f/kr gA	LoPNrk dk eglo
		i <uk	'kCnka dks tkMoj i Bu dh {kerk dk fodkl A			

fo"ki & fgluh

d{kk & I

		<p>y[ku</p> <p>orZuh</p> <p>I gys[k</p> <p>I uk cksyuk</p>	<p>ek=lvka dk KkuA</p> <p>I kQ djus okyh phitka dh tkudkj h</p> <p>'kQ orZuh dk KkuA</p> <p>v{kjka dh cukoVA</p> <p>fofHku idkj ds [ksyka I s ifjp; A</p> <p>dkxt I s dbZ idkj dh phitka cukukA</p>	<p>ckj&ckj i <us dk vH; kl djokukA</p> <ul style="list-style-type: none"> • fdu phitka dks fdl I s I kQ djrs g&fy[k dj i <okukA • ixMh vkj Vki h dk fp= cuokdj nkuA dk varj fy[kokukA • fp=ka dks fn[kkdj mlga I kQ djus okyh phitka ds uke fy[kokukA • feyr&tyrs rd okys 'kcnka dks dki h ea fy[kokukA • fp=ka ds uke fy[kokukA • 'M# okys 'kcnka dks fy[kokukA • ,d ist I nj v{kjka ea fy[kokukA • Nk&Nk/s iz uka }kj k Nk=ka dks cksyus ds fy, ifjr djukA • dN ,s izu iNuk ftul s mudh : fpr mHkj dj ckj vk I dA • vki dks dks&dks I s [ky [ksyuk i I un gs\ • irax ds s mM#h gs\ • nks iraxka dh yMkbz gkus ij D; k gkrk gs\ • dkxt dks ekMoj fofHku vdkj dyk I s I cf/kr gA cuokukA 	
--	--	--	---	---	--

fo"ki & fgluh

d{kk & I

			,d l s chl rd dh fxurh ds ek/; e l s vR; k{kjh dh rjg dbz [ksy f[kyk, tk, as t9 s d l s i kp 'kCn] e l s dfork vkfnA		
		i <uk	vu{okj okys 'kCnka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • i rax dfork dks l gh mPpkj .k ds l kFk ckj & ckj i <okukA • vu{okj okys 'kCn crkukA • i pe o.kz ; kuh 3] ^] .k] u] e ds LFkku ij vu{okj dk iz kx gkerk gA bl dk ckj & ckj vH; kl djokukA • i rax ds jaxka dks crkukA 	
		fy[kuk	u, 'kCnka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • vu{okj okys 'kCnka dks fp=ka ds l kFk fy[kokukA • fofHklu jaxka dh i rax cuokukA 	
		orZuh	ek=kvka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • l jy 'kCnka dk Jqys[kA 	
		l gys[k	v{kjka dh cukoVA	<ul style="list-style-type: none"> • ,d ist l gys[k djokukA 	
	xn&cyyk ikB&13	l uk cksyuk	fofHklu i dkj ds [ksyka l s i fjp; A	<ul style="list-style-type: none"> • xn l s dksu & dksu [ksy [ksy l drs gA • ekjdj [ksyus okys [ksy D; k&D; k gA \ • ; fn ?kj ea xn [kks tk, rks dgk & dgk <+ l drs gA \ 	feytydj [ksyus dh Hkkouk dk fodkl

fo"ki & fglnh

d{kk & I

		i<uk	'kCnka dks tkM/dj okD; ka dks i<us dh {kerk dk fodkl A	<ul style="list-style-type: none"> • viuh i l un ds [ksyka ds uke crk vkaA • i kB dk vuqj.k okpu djok; k tk, xkA • dfBu 'kCnka dk vFkZ crkrs gq ckj&ckj cksyus dk vH; kl djokukA • chp&chp ea Nks/&Nks/s izu iNuk tS &xm D; ka nq[kh gks xbZ \ cYyk D; ka i j s kku gks x; k \ 		
		fy[kuk	fofHku i d kj ds [ksyka }kjk Hkk"kk Kku ea of) A	<ul style="list-style-type: none"> • ekjdj [ksyus okys [ksy dk uke fy[kokukA • xm l s [kys tkus okys [ksyka ds uke fy[kokukA • dfBu 'kCnka ds vFkZ fy[kokukA • viuh i l un ds [ksyka ds uke fy[kdj fp= cukvkaA 		
		orZuh	ek=kvka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • fp=ka ds uke fy[kokukA • dfBu 'kCnka dk Jmrys[k djokukA 		
		l gys[k	v{kjka dh cukovA	<ul style="list-style-type: none"> • o.kk& dh cukov ij /; ku nrs gq l jy 'kCnka dk l gys[k djokukA 		

fo"ki & fgluh

d{kk & I

uoEj	cnj x; k [kr ea Hkkx i kB&14	I uk cksyuk	dYiuk 'kDr dk fodkl A I udj&le>dj vkufnr gkuk vks vius Hkko izdV djuka	<ul style="list-style-type: none"> • Nks/Nks/s iz uka }kjk cPpka dh Hkkouk dks mHkkj uka • fdl &fdl dke dks djus ds ckn Hkkxuk i Mfk gs \ • vki D; k fcNkdj vks D; k vks<ej I krs gs \ • gkFkh]pha/h] fxygj]h] 'kj vkfn i'kq/ka ds fcNkus vks vks<us ds iz u iN dj cPpka dh dYiuk 'kDr dk fodkl djuka • [kku&i hus dh vkokta fudyokukA • fdruh rjg dh Vks i; k; vks i xfm+ k; g&fxurh djokukA • vuoj.k okpu ds vH; kl }kjk I a Dr v{kj ka dks fl [kkukA • Ieku rpd okys 'kCnka ij xksyk yxokukA • dfBu 'kCnka dks ckj&ckj i<okdj vFkz crkukA • dfBu 'kCnka dk vFkz fy[kokukA • taxy i'kq vks ikyr i'kq ds fp= fpi dokukA • Ieku rpd okys 'kCnka dks fy[kokukA • [kr ea vki us dks&dks I h I cth 	tkuojka ds ifr Lug dh Hkkouk	foKku I sl cdf/kr gA
		i<uk	Ieku rpd okys 'kCnka dks igpkuukA 'kCn Kku c<ukA			
		fy[kuk	taxy i'kq vks ikyr i'kq dk Hkn tkuukA			

fo"ki & fgluh

d{kk & I

				<p>ns[kh g&fy[kdj fp= cukvka</p> <ul style="list-style-type: none"> vki us fdl &fdl i dki dh l kx [kkbz gS\ [kku&i hu} pyu&l ku} fxjus dh vkokt fy[kokukA dfBu 'kcnka dk Jryy[kA ,d ist l gys[k djokukA 		
		oruh	'kq oruh dk KkuA			
		l gys[k	v{kjka dh cukoVA			
	,d cfi+k i kb&15	l uk cksyuk	uke o fj'rka dh igpkuA	<ul style="list-style-type: none"> cPpka l s l cfi/k; ka ds uke i NukA ?kj ea tks l cl s cfi+g& mlga fdl uke l s i dki rs gS\ cfi+ykx D; k&D; k dke dj l drs g& rfgkjs ?kj ea l cl s T; knk dke dks djrk gS\ cPpka ds fe=ka , oa utnhdh l cfi/k; ka ds uke i NukA 	l keftd v/; ; u l s l cfi/kr g&	cMka dk l Eeku djuk
			dYi uk 'kfDr dk fodkl A			
			fpru 'kfDr dk fodkl A			
		i Bu	Hkk"kk dh l Hkh /ofu; ka , oa l a dki{kjka dk KkuA y; , oa xfr ds l kfk dfork i kb djukA 0; kdj .k l Eer Hkk"kk dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> mfpr y; , oa xfr ds l kfk dfork dk vkn'kz okpu o vuopl .k okpu djokukA foyke vfkz okys 'kcn crkukA tS &T; knk&de] fnu&jkrA fnywk dkmz iz ks djukA l a dki v{kjka dks ' ; kei V ij fy[kdj ckj&ckj i <okukA L=hfya&i fnyax okys 'kcnka dks 		vkil h i e dh Hkkouk

fo"ki & fgluh

d{kk & I

		<p>ys[ku</p> <p>orZuh</p> <p>I gys[k</p>	<p>ojyh 'kSyh dk i fjp; A</p> <p>dykRed vfhk0; fDr dk fodkl A ns[kdj I gh&I gh fy[kus dk vh; kl A</p> <p>ek=kvka dk KkuA</p> <p>v{kjka dh I qj cukoVA</p>	<p>I e>kdj i <okuka tS & cirk&cf<+ k] nknk&nknhA</p> <ul style="list-style-type: none"> • ojyh 'kSyh dk i fjp; djkrsgq fp= cuokuka • myVs vFkZ okys 'kCn fy[kokuka • L=hfya&iqYya dk Kku 'kCnka dks fy[kokdj djokuka • vi us fe=ka , oa I cdf/k; ka ds uke fy[kokuka • I jy 'kCnka dk Jqys[k nuka • [kkyh txg Hkjokuka • I jy 'kCnka dks ijs ist ea ckj&ckj fy[kokdj o.kka dh cukoV ij /; ku nuka 		
fni Ecj	es Hkh i kb&16	I quk	<p>i / u I q&I e>dj gk@ugha ea mUkj nus dh {kerk dk fodkl A</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ej xh ds cPps dks D; k dgrs gâ \ • ej xh D; k&D; k [kkrh gs \ • ej xh vksj cUk[k ea l s dksu rj I drk gs \ • dksu&dksu I h phta i kuh ea rj I drh gâ \ • dksu I h pht i kuh ea Mic tk, xh \ 		

fo"ki & fgluh

d{kk & I

		i<uk	i k B dks i <dj l e>us dh {kerk dk fodkl A fpru 'kfDr dk fodkl A	<ul style="list-style-type: none"> • l gh mPpkj.k vksj vjkkg&vojkg ds l kfk i k B dk vuodj.k okpu djokukA • i k B ds chip l s Nks/Nks/s i z u i Ndj pwt+ dh cjh vknr l s Nk=ka dks i fjfpr djokukA • udy djus okys dh i j s kfu; ka l s voxr djokukA • dfBu 'kCnka dks '; kei V ij fy[kdj ckj&ckj i <okukA 		fcuk l kps l e>sfdl h dh udy ugha djuh plfg, A
		fy[kuk	okD; fy[kus dh {kerk dk fodkl A ek=kvka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • cPpka dks vPNh vknrka fy[kokukA • udy djus okys pwt+ dk uke fy[kokukA • ej xh dk cPpk D; k&D; k [kk l drk gS&fy[kokukA • cUk[k ds cPps vksj pwt+ dk fp= cuokdj dks cMk gS \ dks Nks/k gS&dk Kku djokukA • l a Dr v{kj okys 'kCn fy[kokuk tS &cPpk l Ppk dPpk vkfnA • Mrcxk vksj rjxk okyh phrka dh l ph cuokukA 		
		orZuh	'kD orZuh dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • dfBu 'kCnka dk Jryy[kA • fp=ka ds uke fy[kokukA 		

fo"ki & fgluh

d{kk & l

		l gys{k	l n j v{kjA	<ul style="list-style-type: none"> v{kjka dh cukoV ij /; ku nrs gq l gys{kA 		
	ykyw v{kj i hyw i k B&17	l p uk cksyuk	jæka dh i pukofoKA izuka ds mÛkj }kjk ekufi d Lrj dk fodkl A	<ul style="list-style-type: none"> cPpka l s dgkuh dk ukVdhidj.k djokukA jæka ds vuq kj cPpka v{kj phitka dk uke i NukA thk tyus ij D; k&D; k phita [kkuh p{kfg, \ ej xh us ykyw i hyw dks xkn ea D; ka fyi V k fy; k \ D; k&D; k [kkus l s thk tyus yxrh gs \ 		
		i <uk	i <ej & l e>dj mÛkj nus dh {kerk dk fodkl A	<ul style="list-style-type: none"> cPpka l s ukVdh; <x l s , d&, d vuq Nn i <okukA ehBh v{kj dMeh phitka dk Qdz crkukA dfBu 'kCnka dks '; kei V ij fy [kdj i <us dk vH; kl djokukA jæka ds uke i <ej mul s l i /kr phitka dks feykukA jæka ds vuq kj pnt+ dk uke i <okukA jæka l s l i /kr [kkus dh phitka ds uke fy [kokukA ehBh v{kj dMeh phitka ds uke 		
		fy [kuk	'kCn Hk&mkj ea of) A			

fo"ki & fgluh

d{kk & I

			<p>Hkk"kk KkuA</p> <p>ek=kvka dk KkuA Hkk"kk dh /ofu; ka dks I qudj foHkshdj .k djuka</p> <p>v{kjka dh cukoVA</p>	<p>fy [kokukA</p> <ul style="list-style-type: none"> • iR; d jax ds vuq kj pit+s dk uke fy [kokukA tJ &yky&ykyj dkyk&dkyA • pit+s dk fp= cuokukA • dfBu 'kCnka dk Jqrys[k nuka <p>• o.kk&dh cukoV ij /; ku nuka</p>		
<p>pdbz ds pdne iKB&18</p>	<p>I quk cksyuk</p> <p>i<uk</p>	<p>fofHkku izdkj ds [ksyka dh tkudkjha</p> <p>dfork dks I e>us dh ;kk; rk dk fodkl A</p> <p>dfork dh i fDr; kj cuokuk</p> <p>mfpr y; rFkk gko&Hkko ds I kFk dfork dk I Loj iBuA</p>	<p>• fofHkku izdkj ds [ksyka dk ifjp; djkrsgq Ldny ds cxhps I s ifjpr djokukA</p> <p>• dkxt dh uko cuokukA</p> <p>• dfork dh i fDr; ka dks ckj&ckj cgyokukA</p> <p>• fp= ea D; k&D; k fn [kkbz ns jgk gS\ i nuka</p> <p>• dfork dk I Loj vuqj.k okpu djok; k tk, xkA</p> <p>• dfBu 'kCnka ds vFkz crk, tk, xkA</p> <p>• fuEufyf[kr i fDr; ka dks i <dj ojyh 'kSyh ea fp= cuokukA</p>	<p>dyk I s I af/kr gA</p>	<p>i; kbj.k I s I af/kr gA</p>	

fo"ki & fgluh

d{kk & I

	<p>Nk&h dk deky i k B&19</p>	<p>fy[kuk oruh I gys[k I uk cksyuk</p>	<p>u, 'kcn fuekzk }kjk ysk dh {kerk dk fodkl A okD; jpuk dh {kerkA ek=kvka dk KkuA v{kjka dh cukoVA [ksy dk vkuan mBkrs gq u, &u, 'kcn I h[kukA funz kka dks I u&l e>dj mUkj nukA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • v/kjs okD; dks i <ej ijk djukA • vi f j p r 'kcnka dks l gh <æ l s i <uk , oa 'kq) mPpkj .k dk vH; kl djokukA • rpdnhi okys 'kcn puokdj fy[kokukA • 'kcnka dk vFkz fy[kokukA • 'kcnka l s okD; cuokukA • fp= ea D; k&D; k fn[kkbz ns jgk gS \ uke fy[kokukA • dfBu 'kcnka dk J r y s [k djokukA • fp=ka ds uke fy[kokukA • [kkyh txg HkjokukA • o.kk& dh cukoV ij /; ku nrs gq , d i st I gys[k djokukA • vki l h okrkzyki }kjk cPpka dks ; g crk; k tk, xk fd gea dHkh fdl h dks Nk&/k l e>dj vdMuk ugha pkfg, A • ek&irys ds nyukRed 'kcnka l s i f j p; dj k; k tk, xkA • l h&l kw ds > nys ij uhrs dksu jgsxk vks Åij dksu tk, xk \&i iNukA 		<p>gea dHkh fdl h dks r p N ; k Nk&/k ugha l e>uk pkfg, A</p>
--	--	---	---	--	--	--

fo"ki & fgluh

d{kk & I

				<ul style="list-style-type: none"> • i kB ds vk/kkj ij myVs vFkZ okys 'kCn i Nuka • Nks/h vks I ejfl g ea dks cMk Fkk \ 	
		i <uk	vi f j f p r 'kCnka dks I gh <x I s i <uk , oa 'kq) mPpkj .k djukA	<ul style="list-style-type: none"> • 'kCnka dks i gpkudj I gh mPpkj .k ds I kFk dfork i <okukA • dfBu 'kCnka ds vFkZ crkukA • I a P r k { k j k a dks ckj & ckj i <okdj vH; kl djokukA • vdMts okys ykxka dk uke crkukA • P y S k d k M Z I s foyke 'kCn djokukA 	
		fy [kuk	I a P r k { k j k a dk KkuA I 'tukRed {kerk dk fodkl A	<ul style="list-style-type: none"> • foi j hr vFkZ okys 'kCnka dks fy [kokukA • fp=ka dks nsfkdj dks Åij tk, xk vks dks uhp&j;s[kk I s feyokukA • I a P r v { k j okys 'kCnka dks ckj & ckj fy [kokdj vH; kl djokukA • 'kCnka I s Nks/ & Nks/ s okD; cuokukA • I h&l k W dk fp= cuokukA • r e ij dks vdMts gñ uke fy [kokukA 	
		orZuh	ek=kvka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • dfBu 'kCnka dk J r y s [k djokukA 	
		I gys[k	o. kks dh cukoVA	<ul style="list-style-type: none"> • ek=kvka dk /; ku j [krs gq o. kks dh cukoV ij /; ku nuka 	

fo"ki & fgluh

d{kk & I

	<p>pkj pus ikB&20</p>	<p>I puk cksyuk</p>	<p>fxurh dh i ukofuka [kkus dh phitka ds uke tkuuka uohu 'kcnka dk Kku , oa iz ksxA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • fxurh dh i ukofuk djokbz tk, xhA • dksu&dksu l s tkuojka dks puk [kkuk vPNk yxrk gS\ • pus l s D; k&D; k cuk l drs gS\ • gyokbz pus ds cd u l s D; k&D; k feBkb; k; cukrk gS\ 		<p>i' kvka ds ifr iæ dh HkkoukA</p>
		<p>i<uk</p>	<p>ek=kvka , oa mPpkj.k dk iwz KkuA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • l gh mPpkj.k vks y; ds l kFk dfork dks i<ekukA • pnfcnq okys 'kcn i<ekukA • dfork dh i fDr; ka dks i<ekdj ijk djokukA • l cl s i gyk puk fdl s f[kyk; k x; k \ • , d&, d djds l cdk uke i NukA 		
		<p>fy[kuk</p>	<p>plnfcnq dk KkuA</p> <p>ns[kdj fy[kus dh {kerk dk fodkl A</p>	<ul style="list-style-type: none"> • dksu&dksu l s tkuojka dks puk vPNk yxrk gS uke&fp= l fgr fy[kokukA • gyokbz cd u l s D; k&D; k cukrk gS\ uke fyf[kokukA • fgluh ea fxurh fy[kokukA • tkuojka dks puk f[kykus dk Øe fy[kokukA 		
		<p>oruh</p>	<p>ek=kvka dk KkuA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • fp=ka dk uke fy[kokukA • 'kcnka dk Jqrys[k djokukA • , d ist l gys[k djokukA 		
		<p>l gys[k</p>	<p>v{kjka dh cukoVA</p>			

fo"ki & fgluh

d{kk & I

			<p>HkMkj ea of) A fo"ki; I kexh , oa fp=ka ds ek/; e I s cPpka ea I onu'khyrk dk fodkl A</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pnfcaq okys 'kCnka dks ckMZ ij fy[kdj i<us dk vH; kl djokukA • plq vKj I j t I s I a i /kr dfork i<okukA • 'kCnka dks i<ej fp=ka I s feyokukA • 'kCnka dks i<ej fp= cuokuk tS & I j t] plq] rkj; vkdk'ka 		
		fy[kuk	<p>vi us fopkjka dks okD; ka ds ek/; e I s 0; Dr djus dh {kerk dk fodkl A</p>	<ul style="list-style-type: none"> • gyhe dks jkLrs ea D; k&D; k fn[kk gksxk \&uke fy[kokukA • 'kCnka I s okD; cuokukA • I j t vKj plq ij rhu&rhu okD; fy[kokukA • dfBu 'kCnka ds vFkZ fy[kokukA 		
		orZuh	<p>ek=kvka dk KkuA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • fp=ka ds uke fy[kokukA 		
		I gys[k	<p>v{kjka dh cukoVA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • , d i st I gys[k djokukA 		
	gkFkh pYye pYye i k B&23	I quk cksyuk	<p>gkFkh dh cukoV dk fo'kSk KkuA vi uh Hkkoukvka dks 0; Dr djus dh {kerk dk fodkl A</p>	<p>cky eu dks fodfl r djus , oa mudh vkarfjd Hkkoukvka dks mHkkjus ds fy, Nks/&Nks/s iZu i iNukA</p> <ul style="list-style-type: none"> • gkFkh ij dks & dks p<uk plgrk gS \ • gkFkh dks fdl us ugha ns[kk gS \ • gkFkh dh I okjh fdl & fdl us dh gS \ • gkFkh dS k gsrk gS \ • gkFkh dh dks d fork I qkvka • gkFkh ds foHku v&ka , oa f0; kvka I s cPpka dks i f j fpr djokukA 		<p>i 'kv/ka ds i fr i e dh Hkkouk dk fodkl A</p>

fo"ki & fgllnh

d{kk & I

		i<uk	l a Ør o. kka dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • gkFkh gekjsfdl &fdl dke vkrk gS \ • dfork dk mfpr Loj rFkk gko&Hkko ds l kFk i BuA • /; kui wZd fojke fplgka dk iz ksx djuka 		
		fy[kuk	gkFkh ds vaxk) dk; ka , oa Hkktu l s ifjp; A	<ul style="list-style-type: none"> • gkFkh dk eq[kS/k i gukdj i kB i<okukA • dfork i<dj gkFkh ds vaxka ds ckjs ea i NukA dks ds k gS \ • gkFkh l s l afi/kr vU; dfork, a i<okukA 		
		orLuh	'kq) orLuh dk KkuA	<ul style="list-style-type: none"> • gkFkh dk fp= fpi dokdj ml ds vaxka ds uke fy[kokukA • gkFkh dk fp= fpi dokdj ml ds vaxka ds uke fy[kokukA • gkFkh gekjsfdl &fdl dke vkrk gS \ rhu&pkj okD; fy[kokukA tS &cks>kk <ku} l okjh dju} djrc fn[kkus vkfnA • 'kCnka dk okD; ka ea iz ksx djokukA • gkFkh ds nkr l s D; k&D; k pita curh gS \ • pnfcnq okys i kp 'kCn fy[kokukA 		

fo"ki & fgluh

d{kk & I

		orZuh I gys[k	ek=kvka dk KkuA v{kjka dh cukoVA	<ul style="list-style-type: none"> • d{N u, 'kCnka dk okD; ka ea iz kx djokukA • vi us 'kjhj ds vaxka , oa mpxfy; ka dks fxurh djokdj fy[kokuk v{kj fp= cuokukA • dfBu 'kCnka dks ckj&ckj fy[kokukA • dfBu 'kCnka dk Jqrys[k djokukA • fp= ns[kdj [kkyh txg HkjokukA • I qj v{kj I kQ v{kjka ea , d ist fy[kokukA 		
ekpZ	i kBka dh i qj kofUk	I qjuk cksyuk i <uk fy[kuk orZuh I gys[k	cf>>d gkdj Lo; a dks vfHkQ; Dr djus dk vkRe fo'okl A o.kke dh igpku , oa 'kCnka dk I gh mPpkj .ka okD; j puk dh {kerkA ek=kvka dk KkuA v{kjka dh cukoVA	<p style="text-align: center;">i qj kofUk</p> <ul style="list-style-type: none"> • 'kCnka , oa okD; ka dk fuekZ ka • 0; kdjf.kd iz kxA • fp=k&'kCnka dk esyA • r{dcnh okys 'kCnka dh igpku • v{kjka I s 'kCn cuokdj 'kCn Hk&mkj ea of) • 'kCnka , oa okD; ka dk Jqrys[kA • v{kjka dh I qj cukoVA <p>I =kar</p>		