

# 7 Ø-Ø§ÛÆÚ-Ø²ÛÆÙ‡ Ø³Ø§Ø-Ù‡ Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ Ø³Ø§Ø-Ù‡ Û^ Û...Ù‡Ø§Ø³Ø° Ø°Ø±Ø§ÛÆ ØªØ°Ø°ÛÆÙ‡ Ø-Ù^Ø±Ø§Ù‡ Ù³⁄⁴ÛÆØ´ Ø§Ø² Ø°Ø§Ø±Ø-Ø§Ø±ÛÆ

ØªØ°Ø°ÛÆÙ‡ Û...Ù‡Ø§Ø³Ø° Ø-Ø± Ø-Ù^Ø±Ø§Ù‡ Û³⁄⁴ÛÆØ´ Ø§Ø² Ø-Ø§Ø±Ø-Ø§Ø±ÛÆ Û...  
ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´ ØªØ°Ø°ÛÆÙ‡ Û...Ø«Ø´ØªØ°ÛÆ Ø´Ø± Ø´Ø§Ø±Ø-Ø§Ø±ÛÆ Ø´Ù...Ø§  
Ø-Ø§Ø´ØªØ°ÛÆÙ‡ Ø´Ø§Ø´Ø-ØÆ Û‡Û...Ù‡Û‡ÛÆÙ‡ ØªØ°Ø°ÛÆÙ‡ Û‡Ø³Ø°ØªØ§Ù‡ Û...  
Ø§Ù‡Ø-Ù-Ø§Ø±ÛÆ Û‡ÛÆØ² Ø´Ø± Ø³Û,,Ø§Ù...ØªØ°ÛÆ Û•Ø±Ø²Û‡Ø-ØªØ§Ù‡ Û‡ÛÆØ² Ø®Û-Ø§Ù‡Ø´  
Ø-Ø§Ø´Øª.Ø-Ø±ØµÛ-Ø±ØªÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡ Ø§Ù‡ÛÆÙ‡ ØªØµÛ...ÛÆÙ...  
Û‡ÛÆØ-Ø§Ù‡â€œØ§Ù‡Û-ÛÆØ²ØÆ ØªØµÛ...ÛÆÙ...ÛÆ Û©Û‡ Û...ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´  
Ø²Û‡Ø-Ù-ÛÆ Ø´Ù...Ø§ Ø±Ø§ ØªØ°ÛÆÛÆØ± Ø-Ù‡Ø´ Ø±Ø§ Û-Ø±Û•ØªØ°ÛÆÙ‡â€œØ§Ù‡Ø´ ØªØ§  
Ø®Ø§Ù‡Û-Ø§Ø´Û‡â€œØªØ°ÛÆÙ‡ Û©Û-Û‡Û© Ø´Ø±Ø§ÛÆ Ø®Û-Ø´ ØªØ´Û©ÛÆÙ,, Ø-Ù‡ÛÆØ´.  
Ø§Ù-Û,,ÛÆÙ‡ Û,Ø-Û...â€œÛÆÙ‡Ø§Ù‡ÛÆÙ‡ Û©Û‡ Ø´Ø§Ù‡Ø´ Ø´Ø±Ø-Ø§Ø±ÛÆØ-ØÆ Û...ØµØ±Û• Û...  
Û-Ø§Ø´ Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ Ø³Ø§Ù,,Û... Û´ ØçÛ...Ø§Ø´Û‡ Û©Ø±Ø´Û‡ Ø-Ø³Û... Ø®Û-Ø´ Ø´Ø±Ø§ÛÆ  
Ø´Ø§Ø±Ø-Ø§Ø±ÛÆ Ø§Ø³Øª. Û‡Û...Ø§Ù‡Ø´.Û-Ø± Û©Û‡ Ø±Û-Ø´Ø±ØªØ§ Û³⁄⁴Û-Ø±ØªØ²ØÆ Û...  
ØªØ®ØµØµ ØªØ°Ø°ÛÆÙ‡ Ø-Ø± Ø´Ø®Ø´ ØªØ°Ø-ÛÆÙ‡ Û‡Ø³ØªÛ,,Û‡ØÆ ØªÛ-Ø¶ÛÆØ- Û...  
ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´:Â«Ø±Û-ÛÆÙ... Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ Û´ Ø³Ø´Û© Ø²Û‡Ø-Ù-ÛÆ Ø´Ù...Ø§ Ø´Ø±  
Ø-Ù-Ø±Ø§Ù‡ Û³⁄⁴ÛÆØ´ Ø§Ø² Ø´Ø§Ø±Ø-Ø§Ø±ÛÆ Û...ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´ Ø´Ø± Ø³Û,,Ø§Ù...Øª  
Û•Ø±Ø²Û‡Ø´ ØçÛÆÙ‡Ø-Ù‡ Ø´Ù...Ø§ ØªØ°Ø°ÛÆÙ‡ Ø´Û-Ø°Ø§Ø±Ø´Â». Â«ÛÆÙ‡Ø´ Ø±Û-ÛÆÙ...  
Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ Ø³Ø§Ù,,Û... Ø´Ø± Ø-Ù-Ø±Ø§Ù‡ Û³⁄⁴ÛÆØ´ Ø§Ø² Ø´Ø§Ø±Ø-Ø§Ø±ÛÆØÆ Ø´Ø§Ù...Û,,  
ØªÛ...Ø§Ù... Û©Ø§Ù,,Ø±ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´ Û´ Û...Û-Ø§Ø´ Û...Ø°Ø°ÛÆ Ø§Ø³Øª ØªØ§ Ø´Ø´Û Û´Ù...Ø§  
Ø±Ø§ Ø´Ø±Ø§ÛÆ Ø´Ø§Ø±Ø-Ø§Ø±ÛÆ ØçÛ...Ø§Ø´Û‡ Û©Û‡Ø´ Û´ Ø§Ø² Ø§Ù‡ÛÆÙ‡ Ø´Ø±ÛÆÙ,  
Ø³Û,,Ø§Ù...Øª ØçÛÆÙ‡Ø-Ù‡ Û•Ø±Ø²Û‡Ø´ Ø´Ù...Ø§ ØªØ§Ù...ÛÆÙ‡ Ø´Û-Ø´Â»ØÆ Û³⁄⁴Û-Ø±ØªØ²  
Ø§Ø´Ø§Ù...Û‡ Û...ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´: Â«Û...ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´ Û-Û•Øª Ø±Ø´Ø§ÛÆØª Ø±Û-ÛÆÙ...  
Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ Û©Û‡ Û...Û,,Ø§Ø´ÛÆØ± Û...Û‡Ø§Ø³Ø´ÛÆ Ø§Ø² Ø§Ù‡Û-Ø§Ø´ Û...ÛÆÙ-Û‡ØÆ  
Ø³Ø´Ø²ÛÆØ-Ø§ØªØÆ Ø°Û,,Ø§Øª Û´ Û³⁄⁴Ø±Û-ØªØ¶ÛÆÙ‡ Ø±Ø§ Ø´Ø§Ù...Û,, Û...ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´ØÆ  
Ø´Ø± Û©Û‡Ø§Ø± Ø´Ø§Ø´ØªÛ‡ Ø²Û‡Ø-Ù-ÛÆ Ø±Û-Ø²Ø§Ù‡Û‡ Û‡Û...Ø±Ø§Û‡ Ø´Ø§ ØªØ-Ø±Û©  
Û©Û‡ Ø§Ù,,Û©Û,, Û´ Ø´Ø®Ø§Ù‡ÛÆØ§Øª Ø-Ø§ÛÆÛÆ Ø´Ø± ØçÛ‡ Û‡Ø-Ø§Ø±Ø-ØÆ Ø´Ø±Ø§ÛÆ  
Ø®Ø§Ù‡Û...â€œÛÆÙ‡Ø§ÛÆÛÆ Û©Û‡ Û...ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´Ø´ Ø´Ø§Ø±Ø-Ø§Ø± Ø´Ù-Û‡Ø´ØÆ  
Ø¶Ø±Û-Ø±ÛÆ Ø§Ø³ØªÂ».Û‡Ø§Ù,,Ø´ Ø-Ø§ÛÆÛ-Ø²ÛÆÙ‡ÛÆ Ø°Ø°Ø§Û‡Ø§ÛÆ Û...  
ØµØ±Û•ÛÆÙ‡ÛÆØ§Ø²ÛÆ Û‡ÛÆØ³Øª Û©Û‡ Ø§Ù‡ÛÆÙ‡ Û,Ø¶ÛÆÙ‡ Ø±Ø§ Ø´Ø±Ø§ÛÆ Ø®Û-Ø´  
Ø´Ø´Û-Ø§Ø± Û©Û‡ÛÆØ-ØÆ ØªÛ‡Û‡Ø§ Û‡Û‡Ø´ ØªØ°ÛÆÛÆØ± Ø³Ø§Ø´Û‡ Û...  
ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´ ØªÛ•Ø§Û-Øª Ø´Ø²Ø±Û-ÛÆ Ø´Ø± Ø³Û,,Ø§Ù...Øª Ø±Û-ÛÆÙ... Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ  
Ø´Ù...Ø§ Ø§ÛÆØ-Ø§Ø´ Û©Û‡Ø´. Û‡Û-Ø§Ù‡ÛÆ Ø´Û‡ Û•Û‡Ø±Ø³ØªÛÆ Û©Û‡ Ø´Ø±  
Û³⁄⁴Ø§ÛÆÛÆÙ‡ ØçÛ-Ø±Ø´Û‡ Ø´Ø´Û‡ Ø§Ø³Øª Ø´ÛÆØ§Ù‡Ø´Ø§Ø²ÛÆØ´ Û´  
Ø´Ø±ØµÛ-Ø±ØªÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´ Ø-Ø§ÛÆÛÆ Ø´Ø±Ø§ÛÆ ØªØ°ÛÆÛÆØ± Ø±Û-ÛÆÙ...  
Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ Ø®Û-Ø´ Ø´ÛÆØ´ÛÆØ-ØÆ Ø®Û-Ø´ØªØ§Ù‡ Ø±Ø§ Ø´Û‡ Û‡Ø§Ù,,Ø´ Ø´Û©Ø´ÛÆØ´  
Û´ ØªØ´ÛÆ Û©Û‡ÛÆØ´ Ø´Ø± Ø´ÛÆ 7 Ø±Û-Ø² ØçÛÆÙ‡Ø-Ù‡ØÆ Ø§ÛÆÙ‡ 7 ØªØ°ÛÆÛÆØ± Ø±Ø§  
Ø´Ø± Ø±Û-ÛÆÙ... Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ Ø®Û-Ø´ Ø§Ø´Û...Ø§Ù,, Û©Û‡ÛÆØ´. Ø´Ø§ Ø§Ø´Û...Ø§Ù,,  
ØªÛ‡Û‡Ø§ ÛÆÙ‡Ø´ ØªØ°ÛÆÛÆØ± Ø³Ø§Ø´Û‡ Ø´Ø± Û‡Ø± Ø±Û-Ø²ØÆ Û...ØªÛ-Ø´Û‡  
Ø®Û-Ø§Û‡ÛÆØ´ Ø´Ø´ Û©Û‡ ØªÛ‡Û‡Ø§ Ø,Ø±Û• 1 Û‡Û•ØªÛ‡ Ø±Û-ÛÆÙ... Ø°Ø°Ø§ÛÆÛÆ Ø´Ù...Ø§  
Ø³Ø±Ø´Ø§Ø± Ø§Ø² Û•ÛÆØ´Ø±ØÆ Û´ÛÆØªØ§Ù...ÛÆÙ‡â€œÛÆÙ‡Ø§ÛÆ B Û´ Ø²ÛÆÙ‡Û© Ø´Ø´Û‡ Û´  
Û‡Û...Û©ØÆ Ø´Û©Ø±ØÆ Ø§Ù‡Û-Ø§Ø´ Û‡Ø±Ø´ÛÆâ€œÛÆÙ‡Ø§ÛÆ Ø´ÛÆØ±â€œØ§Ø´Ø´Ø§Ø´ Û´  
Û©Ø§Ù•Ø´ÛÆÙ‡ Û©Û...ØªØ±ÛÆ Ø±Ø§ Ø´Ø§Ù...Û,, Û...ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡. Ø§ÛÆÙ‡Ø´ Ø®Ø´Ø± Û...  
ÛÆâ€œØªØ°ÛÆÙ‡Ø´ Ø®Ø´Ø±ÛÆ Û•Û´Û,,â€œØ§Ù,,Ø´Ø§Ø´Û‡ Ø´Ø±Ø§ÛÆ Ø´Ù...Ø§ Û´ Û•Ø±Ø²Û‡Ø´  
Ø´Ø± Ø±Ø§Û‡ Ø´Ù...Ø§ Ø´Ø§Ø´Ø´.1. Ø´Û‡â€œØ-Ø§ÛÆ Û‡Ø§Ù‡Ø´ Ø³Û•ÛÆØ´ Ø§Ø² Û‡Ø§Ù‡Ø´ Ø´Ø§  
Ø°Û,,Ø§Øª Û©Ø§Ù...Û,, Ø§Ø³ØªÛ•Ø§Ø´Û‡ Û©Û‡ÛÆØ´.Û‡Ø§Ù‡Ø´ Ø´Ø§ Ø°Û,,Ø§Øª Û©Ø§Ù...Û,,ØÆ  
Ø´Ø± Û...Û,,Ø§ÛÆØ³Û‡ Ø´Ø§ Ø§Ù‡Û-Ø§Ø´ Û‡Ø§Ù‡Ø´ Ø³Û•ÛÆØ´ Û•ÛÆØ´Ø± Ø´ÛÆØ´ØªØ±ÛÆ

Ø-Ø§Ø±Ø·. Ø-Ø± Ø-Ø±Ø³Øª Ú©Ø±Ø-Ù† Ù†Ø§Ù† Ú©Ø§Ù...Ù,, Ø§Ø² Ø°Ù,,Ø§Øª Ú©Ø§Ù...Ù,,  
Ø§Ø³ØªÙ·Ø§Ø-Ù‡ Ù...ÙÆâ€œØ-Ù-Ø-ØÆ Ø§Ù...Ø§ Ø-Ø±Ø§ÙÆ Ù¾ØØØª Ù†Ø§Ù† Ø³Ù·ÙÆØ-ØÆ  
Ø§Ø² Ø°Ù,,Ø§Øª ØªØµÙ·ÙÆÙ‡â€œØ-Ù‡ Ø§Ø³ØªÙ·Ø§Ø-Ù‡ Ù...ÙÆâ€œØ-Ù-Ø-Ù©Ù‡ Ø-Ø±  
Ø§ÙÆÙ† Ù·Ø±Ø§ÙÆÙ†Ø- Ø-Ø±Ø©ÙÆ Ø§Ø² Ù·ÙÆØ-Ø±Ù‡Ø§ Ø§Ø² Ø-ÙÆÙ† Ù...  
ÙÆâ€œØ±Ù-Ù†Ø- Ù·ÙÆØ-Ø± Ø-Ù‡ Ù‡Ø¶Ù... Ø°Ø§ Ú©Ù...Ù© Ù...ÙÆâ€œØ±Ù†Ø- Ù- Ø§Ø²  
ÙÆØ-Ù-Øª Ù†ÙÆØ² Ø-Ù,,Ù-Ù-ÙÆØ±ÙÆ Ù...ÙÆâ€œØ±Ù†Ø- Ù‡Ù...Ù†Ù†ÙÆÙ† Ø§Ù†Ù-Ø§Ø¹  
Ø°Ø§Ù‡Ø§ÙÆ Ø³Ø±Ø-Ø§Ø± Ø§Ø² Ù·ÙÆØ-Ø± (Ù...Ø§Ù†Ù†Ø- Ø°Ù,,Ø§Øª Ú©Ø§Ù...Ù,,ØÆ  
Ø§Ù†Ù-Ø§Ø¹ Ù...ÙÆÙ-Ù‡ Ù- Ø³Ø-Ø²ÙÆØ-Ø§Øª) Ø-Ø± Ù...Ù,,Ø§ÙÆØ³Ù‡ Ø-Ø§ Ø§Ù†Ù-Ø§Ø¹  
Ø°Ø§Ù‡Ø§ÙÆÙÆ Ú©Ù‡ Ù·ÙÆØ-Ø± Ú©Ù...â€œØªØ±ÙÆ Ø-Ø§Ø±Ù†Ø-ØÆ Ø-Ø§Ø¹Ø« Ù...  
ÙÆâ€œØ-Ù-Ù†Ø- ØªØ§ Ø§Ø-Ø³Ø§Ø³ Ø³ÙÆØ±ÙÆ Ú©Ù†ÙÆÙ... 2. Ø-Ù‡â€œØ-Ø§ÙÆ Ù‡Ù...  
Ø-Ø±Ù-Ø± (Ù·Ø³Øª Ù·Ù-Ø)ØÆ Ù·ÙÆÙ,,Ù‡ Ù...Ø±Ø° Ø-Ø®Ù-Ø±ÙÆØ-Ø-Ø±ØµØ- Ù†Ù...Ù© Ù-  
Ø§Ø³ÙÆØ-Ù‡Ø§ÙÆ Ù†Ø±Ø- Ø§Ø-Ø-Ø§Ø¹ Ø-Ø± Ø°Ø§Ù‡Ø§ÙÆ Ù·Ø±ØçÙ-Ø±ÙÆâ€œØ-Ù‡ Ù...  
Ø§Ù†Ù†Ø- Ù‡Ù...Ø-Ø±Ù-Ø±ØÆ Ø³Ù-Ø³ÙÆØ³ Ù- Ú©Ø§Ù,,Ø-Ø§Ø³ Ù- Ù‡Ù...ÙÆÙ†Ø-Ù-Ø±  
Ù†Ø§Ù-Øª Ù...Ø±Ø°ØÆ Ø-Ø§Ù,,Ø§Ø³Øª. Ø-Ø±Ø¹Ù-Ø¶ØÆ Ø-Ù‡Ø± Ø§Ø³Øª Ø§Ø² Ø§Ù†Ù-Ø§Ø¹  
Ù-Ù-Ø-Øª Ø-Ø-Ù-Ù† Ù†Ø±Ø-ÙÆâ€œØÆ Ù...Ø§Ù‡ÙÆ Ù- Ù-Ù-Ø-Øª Ù...Ø§Ù©ÙÆØ§Ù†  
Ø§Ø³ØªÙ·Ø§Ø-Ù‡ Ú©Ù†ÙÆØ-ØÆ Ù...Ø§Ù†Ù†Ø- Ù·ÙÆÙ,,Ù‡ Ø³ÙÆÙ†Ù‡ Ù...Ø±Ø° Ú©Ù‡ Ø-Ù‡  
Ø±Ø§Ø-ØªÙÆ ØçÙ...Ø§Ø-Ù‡ Ù...ÙÆâ€œØ-Ù-Ø-Ø-Ø§Ù,Ù,, Ø§ÙÆÙ†Ø-Ù-Ø±ÙÆ Ù...  
ÙÆâ€œØ-Ø§Ù†ÙÆØ- Ú©Ù‡ Ù†Ù‡ Ù...Ù-Ø§Ø- Ø°Ø§ÙÆÙÆ Ù-Ø§Ø±Ø- Ø-Ø-Ù,,Ø§Ø- Ø-Ù...Ø§  
Ø-Ø-Ù‡ Ø§Ø³Øª. 3. Ø-Ù‡â€œØ-Ø§ÙÆ Ù†Ù-Ø-Ø§Ø-Ù‡â€œØ-Ù‡Ø§ÙÆ Ù,Ù†Ø-ÙÆ Ù...Ø¶Ø±ØÆ ØçØ-  
Ù-Ø§Ø²Ø-Ø§Ø± Ø-Ù†Ù-Ø-ÙÆØ-Ù...Ù...Ù©Ù† Ø§Ø³Øª Ù...ØµØ±Ù· Ù†Ù-Ø-ÙÆØ-Ù†ÙÆ Ù...  
Ù-Ø±Ø- Ø¹Ù,,Ø§Ù,Ù‡â€œØªØ§Ù† Ø-Ø±Ø§ÙÆ Ø±Ù·Ø¹ ØªØ-Ù†Ù-ÙÆ Ù- ØçØ- Ø±Ø³Ø§Ù†ÙÆ Ø-Ù‡  
Ø-Ø-Ù†ØÆ Ø-Ù‡ Ù†Ø,Ø±ØªØ§Ù† Ø-ÙÆ ØØØ·Ø± Ø-Ø§Ø-Ø-ØÆ Ø§Ù...Ø§ Ø-Ø§ÙÆØ-  
Ø-Ø-Ø§Ù†ÙÆØ- Ú©Ù‡ ØªÙ†Ù‡Ø§ 330 Ù...ÙÆÙ,,ÙÆâ€œØ,ÙÆØªØ± Ø§Ø² Ø§ÙÆÙ†  
Ù†Ù-Ø-ÙÆØ-Ù†ÙÆâ€œØ-Ù‡Ø§ÙÆ Ù,Ù†Ø-ÙÆ Ù...Ù-Ø±Ø- Ø¹Ù,,Ø§Ù,Ù‡ Ø-Ù...Ø§  
ØªÙ,Ø±ÙÆØ-Ø§Ù< Ø-Ø§Ù-ÙÆ 7 Ù,Ø§Ø-Ù,,â€œØ Ù†Ø§ÙÆØ®Ù-Ø±ÙÆ Ø-Ù©Ø± Ù‡Ø³ØªÙ†Ø-  
Ø§Ù†Ù-Ø§Ø¹ ØçØ-â€œØ...ÙÆÙ-Ù‡â€œØ-Ù‡Ø§ÙÆ Ø-Ø-ÙÆØ¹ÙÆ Ù...ÙÆâ€œØªÙ-Ø§Ù†Ø-  
Ø-Ø§ÙÆÙ-Ø²ÙÆÙ† Ø®Ù-Ø-ÙÆ Ø-Ø§Ø-Ù†Ø-ØÆ Ø§Ù...Ø§ Ø-Ø§ÙÆØ- Ø-Ø± Ù†Ø,Ø±  
Ø-Ø§Ø-ØªÙ‡ Ø-Ø§Ø-ÙÆØ- Ú©Ù‡ Ø§ÙÆÙ† Ù†Ù-Ø-ÙÆØ-Ù†ÙÆâ€œØ-Ù‡Ø§ Ù†ÙÆØ² Ù...  
ÙÆâ€œØªÙ-Ø§Ù†Ù†Ø- Ø³Ø±Ø-Ø§Ø± Ø§Ø² Ú©Ø§Ù,,Ø±ÙÆ Ø-Ø§Ø-Ù†Ø-ØÆ Ú©Ù‡ Ø-Ø±Ø§ÙÆ  
ØØØ§Ù†Ù...â€œØ-Ù‡Ø§ÙÆÙÆ Ú©Ù‡ Ù...Ø±Ø§Ù,Ø- ØªÙ†Ø§Ø³Ø- Ø§Ù†Ø-Ø§Ù... Ù- Ù-Ø²Ù†  
Ø®Ù-Ø- Ù‡Ø³ØªÙ†Ø- Ù†Ù...ÙÆâ€œØªÙ-Ø§Ù†Ø- Ø®Ø-Ø± Ø®Ù-Ø-ÙÆ Ø-Ø§Ø-Ø-. Ø§Ù-Ø±  
Ø-Ù,,ØªØ§Ù† Ù...ÙÆâ€œØ®Ù-Ø§Ù‡Ø- ØçØ- Ø-Ø¹Ù...â€œØ-Ø§Ø± Ø-Ø®Ù-Ø±ÙÆØ-ØÆ Ù...  
ÙÆâ€œØªÙ-Ø§Ù†ÙÆØ- Ú©Ù...ÙÆ Ù,,ÙÆÙ...Ù- ØªØ§Ø²Ù‡ Ø-Ø± ØçØ- Ù-Ø§Ø²Ø-Ø§Ø±ØªØ§Ù†  
Ø-Ù†Ù©Ø§Ù†ÙÆØ-.4. Ø-Ù‡â€œØ-Ø§ÙÆ Ø°Ù,,Ø§Øª ØµØ-Ø-Ø§Ù†Ù‡ Ø³Ø±Ø-Ø§Ø± Ø§Ø²  
Ø-Ù©Ø±ØÆ Ø§Ø² Ø§Ù†Ù-Ø§Ø¹ Ø°Ù,,Ø§Øª ØµØ-Ø-Ø§Ù†Ù‡ Ø°Ù†ÙÆâ€œØ-Ù‡ Ù-  
Ø³Ø-Ù-Øªâ€œØ-Ø§Ø± Ø§Ø³ØªÙ·Ø§Ø-Ù‡ Ú©Ù†ÙÆØ-Ø-ØªÙÆ ØçÙ† Ø-Ø³ØªÙ‡ Ø§Ø² Ø°Ù,,Ø§Øª  
ØµØ-Ø-Ø§Ù†Ù‡â€œØ§ÙÆ Ú©Ù‡ Ø-Ù‡â€œØ¹Ù†Ù-Ø§Ù† Ø°Ù,,Ø§Øª ØµØ-Ø-Ø§Ù†Ù‡ Ø³Ø§Ù,,Ù...  
Ø-Ø± Ø-Ø§Ø²Ø§Ø± Ù...Ø¹Ø±Ù·ÙÆ Ù...ÙÆâ€œØ-Ù-Ù†Ø- Ù†ÙÆØ² Ù...ÙÆâ€œØªÙ-Ø§Ù†Ù†Ø-  
Ø-Ø± Ù‡Ø± Ù-Ø¹Ø-Ù‡ Ø-Ø§Ù-ÙÆ Ù...Ù,,Ø§Ø-ÙÆØ± Ø-Ø§Ù,,Ø§ÙÆÙÆ Ù,Ù†Ø- Ù- Ù†Ù...Ù©  
Ø-Ø§Ø-Ù†Ø-ØÆ Ø-Ø±Ø¹Ù-Ø¶ Ø°Ù,,Ø§Øª Ú©Ø§Ù...Ù,, ÙÆØ§ Ø³Ø-Ù-Øªâ€œØ-Ø§Ø± Ù- Ø-Ù-  
Ø-Ù-Ø³Ø± Ø-Ø§Ù-ÙÆ Ø§Ù†Ù-Ø§Ø¹ Ù-ÙÆØªØ§Ù...ÙÆÙ† B Ù- Ù·ÙÆØ-Ø± Ù‡Ø³ØªÙ†Ø- Ù- Ø-Ù‡  
Ø³ÙÆØ³ØªÙ... Ù-Ù-Ø§Ø±Ø- Ø-Ù...Ø§ Ù†ÙÆØ² Ú©Ù...Ù© Ù...ÙÆâ€œØ±Ù†Ù†Ø- Ù- Ø-Ø§Ø¹Ø«  
Ù...ÙÆâ€œØ-Ù-Ù†Ø- Ø-Ù...Ø§ Ø§Ø-Ø³Ø§Ø³ Ø³ÙÆØ±ÙÆ Ú©Ù†ÙÆØ-  
Ø¹Ù,,Ø§Ù-Ù‡â€œØ-Ø±â€œØ§ÙÆÙ† Ø-Ù‡ØªØ± Ø§Ø³Øª Ø°Ù,,Ø§Øª ØµØ-Ø-Ø§Ù†Ù‡  
Ø°Ù†ÙÆâ€œØ-Ù‡ Ø-Ø§ Ù·Ù-Ù,,ÙÆÙ© Ø§Ø³ÙÆØ-ØÆ ØçÙ‡Ù† Ù- Ø²ÙÆÙ†Ù© Ù...ØµØ±Ù·  
Ú©Ù†ÙÆØ- Ù·Ù-Ù,,ÙÆÙ© Ø§Ø³ÙÆØ-ÙÆÙ© Ù†Ù-Ø¹ Ù-ÙÆØªØ§Ù...ÙÆÙ† B Ø§Ø³Øª Ú©Ù‡ Ù...  
ÙÆâ€œØªÙ-Ø§Ù†Ø- Ø§Ø-ØªÙ...Ø§Ù,, Ø§Ø-ØªÙ,,Ø§ Ù†Ù-Ø²Ø§Ø- Ø-Ù‡ Ø-Ø±Ø©ÙÆ Ø§Ø²  
Ù†Ø§Ø±Ø³Ø§ÙÆÙÆâ€œØ-Ù‡Ø§ Ù- Ù†Ù,Øµâ€œØ-Ù‡Ø§ÙÆ Ù‡Ù†Ù-Ø§Ù... ØªÙ-Ù,,Ø- Ø±Ø§  
Ú©Ø§Ù‡Ø- Ø-Ù‡Ø-. ØçÙ‡Ù† Ù- Ø²ÙÆÙ†Ù© Ù†ÙÆØ² Ø§Ø² Ø-Ù...Ù,,Ù‡ Ù...Ù‡Ù...  
â€œØªØ±ÙÆÙ† Ù...Ù-Ø§Ø- Ù...Ø¹Ø-Ù†ÙÆ Ù‡Ø³ØªÙ†Ø-. ØçÙ‡Ù† Ø-Ù‡ Ø§Ù†ÙªÙ,Ø§Ù,,  
Ø§Ù©Ø³ÙÆÙ-Ù† Ø-Ù‡ Ø³Ø±Ø§Ø³Ø± Ø-Ø-Ù† Ú©Ù...Ù© Ù...ÙÆâ€œØ±Ù†Ø- Ù- Ø²ÙÆÙ†Ù©  
Ù†ÙÆØ² Ø§Ø² Ø³ÙÆØ³ØªÙ... Ø§ÙÆÙ...Ù†ÙÆ Ø-Ø-Ù† Ø-Ù...Ø§ÙÆØª Ù...ÙÆâ€œØ±Ù†Ø-. Ø§Ù...  
Ø§ Ù...ÙÆâ€œØªÙ-Ø§Ù†ÙÆØ- Ø-Ø§ Ø§Ø¶Ø§Ù·Ù‡ Ú©Ø±Ø-Ù† Ù...ÙÆÙ-Ù‡â€œØ-Ù‡Ø§ÙÆ  
ØªØ§Ø²Ù‡ Ù...Ø§Ù†Ù†Ø- Ø§Ù†Ù-Ø§Ø¹ ØªÙ-Øª ÙÆØ§ Ù...Ù-Ø² Ù- Ø-ØªÙÆ Ø-Ø§ Ø§Ø³ØªÙ·Ø§Ø-Ù‡

Ø§Ø² Û...Ø°Ø²Ù‡Ø§ Û^ Ø^Ø§Ù‡Ù‡â€€Û‡Ø§Ù‡Ø§ Ø^Û^â€€Ø^Ø§Ø^Ù‡ Û^ Û©Ù... Û‡Ù...Ù© Ø^Ù‡  
Ø°Ù,,Ø§Øª ØµØ^Ø^Ø§Ù‡Ù‡ Ø©Ù^Ø^Ø€ Û©Ù...Û€ Ø^Û€Ø±Û€Ù‡Û€ Û^ Û...Ø²Ù‡ Ø^Ù‡ Ø€Ù‡  
Ø§Ø¶Ø§Ù•Ù‡ Û©Ù‡Û€Ø^5. Ø^Ù‡â€€Ø^Ø§Ù‡Ø§ Û,Ù‡Ù^Ù‡ Ø§Ø² Û‡Ù^Ø^Û€Ø^Ù‡Û€â€€Û‡Ø§Ù‡Ø§  
Ø^Ø^Ù‡Ù‡ Û©Ø§Ù•Ø^Û€Ù‡ Ø§Ø³ØªÙ•Ø§Ø^Ù‡ Û©Ù‡Û€Ø^Û©Ø§Ù‡Ø^ Û...Û€Ø²Ø§Ù‡  
Û©Ø§Ù•Ø^Û€Ù‡ Û...ØµØ±Ù•Û€ Ø^Ø± Ø^Ù^Ø±Ø§Ù‡Ø^ Ø^Ø§Ø±Ø^Ø§Ø±Û€ Ø§Ù‡ØªØ®Ø§Ø^ Û©Ø§Ù...  
Ù,,Ø§Ù‡< ØµØ^Û€Ø^ Û^ Ø^Ø§Ù,Ù,,Ø§Ù‡Ù‡â€€Ø§Ù‡Ø§ Ø§Ø³ØªØ€ Û³⁄⁴Ø³ Ø^Ù‡ØªØ± Ø§Ø³Øª Ø§Ø²  
Ù‡Ù...Û€Ù‡ Ø§Ù,,Ø€Ù‡ Ø§Ù,Ø^Ø§Ù... Û©Ù‡Û€Ø^ ØªØ^Ù,Û€Ù,Ø§Øª Û‡Ø^Ø§Ù‡  
Ø^Ø§Ø^Ù‡â€€Ø§Ù‡Ø^ Û©Ù‡ Û...ØµØ±Ù• Û...Ù,Ø§Ø^Û€Ø± Ø^Ø§Ù,,Ø§Ù‡ Û©Ø§Ù•Ø^Û€Ù‡ Û...  
Û€â€€ØªÙ^Ø§Ù‡Ø^ Û€Û©Û€Ø§Ø² Ø¹Ù^Ø§Ù...Ù,, Û...ØªØ«Ø± Ø^Ø± Ø³Ù,Ø^ Ø^Ù‡Û€Ù‡  
Ø^Ø§Ø^Ø^ Ø^Ø±Ø¹Ù^Ø¶Ø€ Û©Ø§Ø^Û€Ù‡Øª Û,Ù‡Ù^Ù‡ Ø©Ù^Ø^ Ø±Ø§ Ø^Ø§ Ø§Ù‡Ù^Ø§Ø¹ Û...  
Ø©ØªÙ,,Ù•Û€Ø§Ø² Û‡Ù^Ø^Û€Ø^Ù‡Û€â€€Û‡Ø§Ù‡Ø§ Ø^Ø^Ù‡Ù‡ Û©Ø§Ù•Ø^Û€Ù‡ Û³⁄⁴Ø±  
Û©Ù‡Û€Ø^ Û^ Ø^Ø±â€€ØµÙ^Ø±ØªÛ€â€€ØÛ©Ù‡ Û‡Ù‡Ù^Ø² Û‡Ù... Ø¹Ø§Ø^Øª Û‡Ø^Ø§Ø±Û€Ø^  
Ø^Ø± Ø^Ù^Ù,, Ø±Ù^Ø² Û^ Û€Ø§ Û‡Ù...Ø±Ø§Ù‡ Ø^Ø§ ØªªØ§Ù‡Ø§Ø^Ø^ Ø©Ù^Ø^ Ø€Ø^  
Ø^Ù‡Ù^Ø^Û€Ø^Ø€ Ø^Ù‡ØªØ± Ø§Ø³Øª Ø§Ø² Û‡Ù...Û€Ù‡ Ø§Ù,,Ø€Ù‡ Ø^Ø±Ù^Ø¹ Û©Ù‡Û€Ø^ 6.  
Ø^Ù‡â€€Ø^Ø§Ù‡Ø§ Ø§Ù‡Ù^Ø§Ø¹ Ø^Û€Ø±Û€Ù‡Û€ Û^ Û©Ù,,Û^Ù‡Ù‡Ø€ Û...  
Û€Ù‡Ù‡â€€Û‡Ø§Ù‡Ø§ ØªØ§Ø²Ù‡ Ø^Ø©Ù^Ø±Û€Ø^Ù‡Û€Ù‡ Ø§Ù‡Ø±Ø§Ø^Û€ Û‡Ø^Ø§Ø±Ø^  
Û©Ù‡ Û‡ÙØ± Ø§Ø² Û‡Ù‡Ù^Ø^Û€Ø^Ø§Ø²Ø§Ø^Ø€ Ø©Ù^Ø^ Ø±Ø§ Ø^Ù‡ Û€Û© Ø^Û€Ø±Û€Ù‡Û€  
Ø©Ù^Ø^Ù...Ø²Ù‡ Û...Ù‡Ù...Ø§Ù‡ Û©Ù‡Û€Ø^Ø€ Ø§Ù...Ø§ Ø§Ù•Ø±Ø§Ø^ Ø^Ø± Û...ØµØ±Ù•  
Ø§Ù‡Ù^Ø§Ø¹ Ø^Û€Ø±Û€Ù‡Û€â€€Ø^Ø§Øª Û...Ø§Ù‡Ù‡Ø^ Ø^Û€Ø³Û©Ù^Û€ØªØ€ Û©Û€Û© Û^  
Ø^Ø³Ø± Ø^Ø± Ø^Ù^Ù,, Ø±Ù^Ø² Ø§Ù‡Ø^Ù‡ Ø©Ù^Ø^Û€ Û‡Û€Ø³Øª. Ø§Ù‡Ø¹ Û‡Ù^Ø¹ Û...Ù^Ø§Ø^  
ØªªØ§Ù‡Ø§Ø¹ Ø³Ø±Ø^Ø§Ø² Ø§Ø² Ø§Ø³Û€Ø^Ù‡Ø§Ù‡Ø§ Û‡Ù±Ø^ Û^ Û©Ø§Ù,,Ø±Û€ Û‡Ù³ØªÙ‡Ø^.  
Ø^Ø± ØµÙ^Ø±ØªÛ€ â€€ØÛ©Ù‡Ø^Ø^Ù‡â€€Ø^Ù^Ø± Û...Ø¹Ù...Ù^Ù,, Ø§Ø² Ø©Ù^Ø±Ø^Ù‡  
Ø^Û€Ø³Û©Ù^Û€Øª Û€Ø§ Û‡Ù‡Ø^ Ø¹Ø^Ø^ Û©Ù,,Û^Ù‡Ù‡ Û‡Ù...Ø±Ø§Ù‡ Ø^Ø§ Û,Ù‡Ù^Ù‡  
ØµØ^Ø^Û^Ø§Ù‡Û€ Ø©Ù^Ø^ Û,,ØªØª Û...Û€â€€Ø^Ø±Û€Ø^Ø€ Ø^Ù‡ØªØ± Ø§Ø³Øª  
Ø^Ù‡â€€Ø^Ø§Ù‡Ø§ Û€Û©Û€Ø§Ø² Ø€Ù‡â€€Û‡Ø§ Û€Û© Ø¹Ø^Ø^ Û...Û€Ù‡Ù‡ ØªØ§Ø²Ù‡ Û...  
Ø§Ù‡Ù‡Ø^ Û...Ù^Ø² Ø^Ø©Ù^Ø±Û€Ø^ Ø§Ø² Ø§Ù‡Ø¹Ø^Ø±Û€,Ø€ Û^Û€ØªØ§Ù...Û€Ù‡ B6  
Ù‡Ù... Ø^Ø±Û€Ø§Ù•Øª Û...Û€â€€Û©Ù‡Û€Ø^ Û©Ù‡ Û€Û© Û...Ø§Ø^Ù‡ Û...ØªØ^Û€ Û...Ù‡Ù...  
Ø^Ø±Ø§Ù‡Ø§ Û,Ø^Ù,, Û^ Ø^Ù^Ù,, Ø^Ù^Ø±Ø§Ù‡Ø^ Ø^Ø§Ø±Ø^Ø§Ø±Û€ Ø§Ø³Øª Û©Ù‡Ø^Ù‡Ø^Ø^Ù‡  
Ø^Ù...Ø§ Ø^Ø± Ø³Ø§Ø®Øª Ø³Ù,,Û^Ù,,â€€Û€Ù‡Ø§Ù‡Ø§ Ø^Ø^Û€Ø^ Û©Ù...Û© Û...Û€â€€ØÛ©Ù‡Ø^7.  
Ø^Ù‡â€€Ø^Ø§Ù‡Ø§ Û‡Ø§Ù^Øª Û...Ø§Ù‡Û€Ø^Ù‡ÙªØ± Ø§Ø³Øª Û^Û€Ù,,Ù‡Ù...Ø§Ù‡Û€ Û...ØµØ±Ù•  
Û©Ù‡Û€Ø^Ù...ØµØ±Ù• Û...Ø§Ù‡Û€ Û‡Ù... Ø^Ø±Ø§Ù‡Ø§ Û...Ø§ Û^ Û‡Ù...Ø^Ø±Ø§Ù‡Ø§  
Ø³Ù,,Ø§Ù...Øª Û^Ø±Ø²Ù‡Ø^ Ø€Û€Ù‡Ø^Ù‡Ø^ Û...Ø§ Ø^Ø³Û€Ø§Ø± Û...Û^Û€Ø^ Ø§Ø³Øª. Û...  
Ø§Ù‡Û€ Û...Û‡Ø^Ø¹Û€ Ø²Ù‡Û€Ø² Ø§Ø² Ø²Û€Ù‡Û© Û^ Û^Û€ØªØ§Ù...Û€Ù‡ B12 Ø§Ø³Øª Û©Ù‡  
Ø²Û€Ù‡Û© Ø^Ù‡ Ø³Û€Ø³ØªÙ...Ø§Ù‡Ø¹ Û‡Û€Ø^Ù...Ø§ Û^ Û^Û€ØªØ§Ù...Û€Ù‡ B12 Ø^Ù‡  
ØªÙ^Ù,,Û€Ø^ Ø³Ù,,Û^Ù,,â€€Û€Ù‡Ø§Ù‡Ø§ Û,Ø±Ù...Ø² Ø©Ù^Ù‡ Û©Ù...Û© Û...Û€â€€ØÛ©Ù‡Ø^  
Ø^Ø¹Ù,,Ø§Ù‡Ù‡Ø€ Û...Ø§Ù‡Û€Ø^Ø§Ù^Û€Ø§Ø³Û€Ø^ Û‡Ù±Ø^ DHA Ø§Ø³Øª Û©Ù‡ Û€Û©  
Ø§Ø³Û€Ø^ Û‡Ù±Ø^ Ø§Ù...Û^Ø§ 3 Ø§Ø³Øª Û©Ù‡Ø^Ø±Ø§Ù‡Ø§ ØªÛ©Ø§Ù...Ù,, Ø³Ø§Ù,,Ù... Û...ØªØ²  
Û^ Û‡Ù^Ù...Ø§Ù‡ Û^Ø±Ø²Ù‡Ø^ Ø€Û€Ù‡Ø^Ù‡Ø^ Û...Ø§ Ø^Ø³Û€Ø§Ø± Û...Ù•Û€Ø^ Ø§Ø³Øª. Ø§Ù...  
Ø§ Û...ØµØ±Ù• Ø§Ù‡Ù^Ø§Ø¹ Û...Ø^ØµÙ^Ù,,Ø§Øª Û...Û‡Ù^Ù...Ø^ Û...Ø§Ù‡Û€ Û©Ù‡ Û...Ø¹Ù...  
Ù^Ù,,Ø§Ù‡< Û‡Û€Ø² Ø€ØªØªÙ‡Ù‡Ø^Ù‡Ø^Ù‡ Û³⁄⁴Ù^Ø^Ø± Ø³Ù^Ø©Ø§Ø±Û€ Û‡Ù³ØªÙ‡Ø^Ø^Ù‡â€€Û‡Ø§Ù‡Ø§  
Ø§Ù‡Ù^Ø^Ø§Ù‡Ø^Ø± Ø§Ù‡Ù^Ø§Ø¹ Û...Ø^ØµÙ^Ù,,Ø§Øª Û^ Û^Ø±Ø€Ù^Ø±Ø^Ù‡â€€Û‡Ø§Ù‡Ø§  
Û³⁄⁴Ø±Ù^ØªÙ^Û€Ù‡Û€ Û...Ø§Ù‡Û€Ø^Ø^Ù‡Ù‡ Û‡Ù±Ø^Û€ Û...Ø§Ù‡Ù‡Ø^ Û^Û€Ù,,Ù‡Ù...  
Ø§Ù‡Û€Ø³ØªÙ‡Ø^ Û...Ù^Ù‡ (Ø€Ø²Ø§Ø^Ø^Ù^ Û€Ø§ Û...Ø§Ù‡Û€ Ø³Ù•Û€Ø^ Û...Ù•Û€Ø^  
Û‡Û€Ø³ØªÙ‡Ø^.