

# Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÆ Ø'Ø±Ø§ÛÆ

## ØªØ§Ø²ÛÛâ€œÛ©Ø§Ø±ÛÛØ§. Ø'Ø®Ø' 1:

### Ø'Ø±Û^Ø¹ Û©Ø§Ø±

Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÆ ÛÛÛÆØ² Û...Ø'Ø§Ø'ÛÛ ÛÛØ± Û...ÛÛØ§Ø±Øª Ø'Ø'ÛÆØ' ÛÛÛÆØ§Ø²Û...ÛÛØ' ØªÛ...Ø±ÛÆÛÛ Û' ØµØ'Ø± Ø§Ø³Øª. Ø§ÛÆÛÛ Û'Ø§ÛÛ...â€œÛÛØ§ÛÆ Ø³Ø§Ø'ÛÛ Ø±Ø§ Ø'Ø±Ø§ÛÆ ÛÛÛÛ...Û'Ø§Ø± Ø'Ø'ÛÛ Û...Ø³ÛÆØ± ÛÆØ§Ø'Û'ÛÆØ±ÛÆ Ø®Û'Ø' Ø'ÛÛØ'Ø§ÛÛ, Û©ÛÛÛÆØ' Û' Ø'ÛÛ Ø²Û'Ø'ÛÆ Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÛÆ Ø±Ø§ Ø'ÛÛ Ø±Ø§Ø'ØªÛÆ ÛÛØ±ÛÛÛÛ ØªÛ...Ø§ÛÛ...â€œÛÆØªØ± Ø§ÛÛÛØ'Ø§ÛÛ... Ø'ÛÛÛÆØ' Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÛÆ Ø'ÛÛØªØ±ÛÆÛÛ Ø±Ø§ÛÛÛ Ø'Ø±Ø§ÛÆ Ø±Ø³Ø§ÛÛÛÛÛÛ Û...Û'Ø§Ø' Û...Ø°Ø'ÛÆ Û' Ø§ÛÛÛØ±Û'ÛÆ Û...Û'Ø±Ø' ÛÛÛÆØ§Ø² Ø'ÛÛ Û©Û'Ø'Û© Ø§Ø³Øª. Ø'Ø¹Ø¶ÛÆ Ø§ÛÛ Û...Ø§Ø'Ø±Ø§ÛÛ Û' Û©Û'Ø'Û©Ø§ÛÛÛ Ø'ÛÛ Ø'Û'Ø± Ø'Ø'ÛÆØ¹ÛÆ Ø'Ø§ Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÛÆ Ø§Ø±ØªØ'Ø§Ø' Ø'Ø±Û, Ø±Ø§Ø± Û...ÛÆâ€œÛ©ÛÛÛÛØ'ØÆ Ø§ÛÛ...Ø§ Ø'Ø±Ø§ÛÆ Ø'Ø¹Ø¶ÛÆ Ø§ÛÆÛÛ Û...Û'Ø¶Û'Ø¹ ÛÛÛÆØ§Ø²Û...ÛÛØ' ØµØ'Ø± Ø'ÛÆØ'ØªØ±ÛÆ Ø§Ø³Øª. ÛÛØªØ±Ø³ÛÆØ' Û' Ø'Ø± ØµÛ'Ø±Øª ÛÛÛÆØ§Ø² Ø§Ø² Û³⁄⁴Ø'ØªÛÆØ'Ø§ÛÛÛÆ Ø'ÛÆÛ'Ø±Ø§ÛÛÛ Ø§Ø³ØªÛ•Ø§Ø'ÛÛ Û©ÛÛÛÆØ'. Û...Ø'Û...Ø¹ÛÛ Ø'Ø§Ø'ÛÆØ' Ø'Û...Ø§ Ø'ÛÛØªØ±ÛÆÛÛ Û©Ø§Ø± Ø±Ø§ Ø'Ø±Ø§ÛÆ Û•Ø±Ø²ÛÛØ'ØªØ§ÛÛÛ Ø§ÛÛÛØ'Ø§ÛÛ... Û...ÛÆâ€œÛÆØ'ÛÛÛÆØ'. Ø'Ø± Ø§Ø'Ø§ÛÛ...ÛÛ Ø±Ø§ÛÛÛâ€œÛÛØ§ÛÆ Øœ³Ø§ÛÛÛÛÛÆ Ø±Ø§ Ø'Ø±Ø§ÛÆ Ø'Ø±Û'Ø¹ Û...Ø'Ø§ÛÛÛ'ÛÛ Ø®Û'Ø§ÛÛÛÛÆØ' Û©Ø±Ø': ÛÛØ±Ø²Û... Ø§ÛÛÛÛÆÛ©ÛÛ Û©Û'Ø'Û© Ø'ÛÆØ± Ø®Û'Ø§Ø³Øª... Ø'ÛÛ Ø§ÛÛ Ø'ÛÆØ± Ø'Ø'ÛÛÛÆØ'Ø'Ø± Û... Û'Ø±Ø' ØªØ¹Ø'Ø§Ø' Ø'Û•Ø¹Ø§Øª Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÛÆ Ø'ÛÛ Û©Û'Ø'Û©ØÆ Ø'Û'Ø'Ø§Ø±ÛÆØ' Ø§ÛÛ Ø'Û...Ø§ Ø±Ø§ Ø±Ø§ÛÛÛÛÛÛ...Ø§ÛÆÛÆ Û©ÛÛÛ. Û©Û'Ø'Û© Ø'ÛÛ Ø'Û...Ø§ Ø¹Û,,Ø§Ø¹Û...ÛÆ ÛÛØ'Ø§ÛÛÛ Ø®Û'Ø§ÛÛÛ'Ø'Ø§Ø' Û©ÛÛ Ø'ÛÛ Ø²Û'Ø'ÛÆ Û,Ø§Ø'Ø± Ø'ÛÛ Ø'Ø±Û© ØœÛÛâ€œÛÛØ§ Ø®Û'Ø§ÛÛÛÛÆØ' Ø'Û'Ø'Ø¹Û,,Ø§Ø¹Û...ÛÆ Û©ÛÛ Ø'ÛÛ Ø'Û...Ø§ Û...ÛÆÛ'Û'ÛÆØ' ÛÛÛÛ Ø²Û... Ø§ÛÛÛÛÆ Û©Û'Ø'Û© Û'Ø±Ø³ÛÛÛÛ Û' ÛÆØ§ Ø³ÛÆØ± Ø§Ø³Øª. "Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÛÆ Ø'Ø± Ø§Ø³Ø§Ø³ Ø'Ø±Ø®Û'Ø§Ø³Øª Û©Û'Ø'Û©" Ø'Ø±Ø§ÛÆ Û©Û...Û© Ø'ÛÛ ØªÛÛØ' ÛÆÛ... Û...ÛÆØ²Ø§ÛÛÛ Û©Ø§ÛÛ,,Ø±ÛÆ Ø'Ø±ÛÆØ§ÛÛ•ØªÛ Û•Ø±Ø²ÛÛØ'ØªØ§ÛÛÛ Ø§ÛÛÛÛ...ÛÆØª Ø'Ø§Ø±Ø'ÛÛÛÆÛÛ Ø²Û... Ø§ÛÛÛâ€œÛÛÛ'ÛÛ Û...Ø'Ø®Øµ ÛÆØ§ Û...Û,Ø§Ø'ÛÆØ± Û...Ø¹Û,,Û'Û...ÛÆ Ø'Ø±Ø§ÛÆ ÛÛØ± Ø'Ø§Ø± Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÛÆ Û'Ø'Û'Ø' ÛÛØ'Ø§Ø±Ø'. Û...Ø§ Ø'Ø§ Ø§ÛÆÛÛ Û,Ø§Ø'Û,,ÛÆØª Ø'Ø'ÛÆØ¹ÛÆ Ø'ÛÛ Ø'ÛÛÛÆØ§ ØœÛ...Ø'ÛÛâ€œÛÆØ§ÛÆÛ... Û©ÛÛ Û'Ø±Ø³ÛÛÛ'Û'ÛÆ ÛÆØ§ Ø³ÛÆØ±ÛÆ Ø®Û'Ø' Ø±Ø§ Ø§Ø¹Û,,Ø§Û... Û©ÛÛÛÆÛ... Ø'Ø§ Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÛÆ Ø'Ø± Ø§Ø³Ø§Ø³ Ø'Ø±Ø®Û'Ø§Ø³Øª Û©Û'Ø'Û© Û' ØªÛ'Ø'ÛÛ Ø'ÛÛ Ø§ÛÆÛÛÛ ÛÛØ'Ø§ÛÛÛÛâ€œÛÛØ§ØÆ Ø'ÛÛ Û•Ø±Ø²ÛÛØ'ØªØ§ÛÛÛ Ø'Ø± Ø'Û•Ø, Û' ØªØ'Ø§ÛÛÛ... Ø§ÛÆÛÛ Û,Ø§Ø'Û,,ÛÆØª Ø'Ø'ÛÆØ¹ÛÆ Û©Û... Û© Û...ÛÆâ€œÛ©ÛÛÛ'ÛÆØ'ØÆ Û,Ø§Ø'Û,,ÛÆØªÛÆ Û©ÛÛ Û...ÛÛØ'Ø± Ø'ÛÛ Ø±Ø'Ø' Ø³Ø§ÛÛ,,Û... Û©Û'Ø'Û© Ø'Ø± Ø²Û...Ø§ÛÛ Ø'Ø§ÛÛ,, Û' Ø'Ø± Ø'ÛÆ Ø'Û'Ø±Ø§ÛÛÛ Ø®Ø±Ø'Ø³Ø§ÛÛ,,ÛÆ Û... ÛÆâ€œÛÆØ'Û'Ø'. Û³⁄⁴Ø±Ø³ØªØ§Ø±ÛÆ Ø§Ø² Û©Û'Ø'Û©...Ø'ÛÛ Ø'Û'Ø± Û...Û©Ø±Ø±8 ØªØ§ 12 Ø'Ø§Ø± Ø'ÛÆØ±Ø'ÛÛÛÆ Ø'Ø±Ø'Û'Û,, Û...Ø'Øª 24 Ø³Ø§Ø¹Øª Û©Ø§ÛÛ...Û,,Ø§ Ø'Ø'ÛÆØ¹ÛÆ Ø§Ø³Øª. Ø'ÛÆØ'ØªØ± Û©Û'Ø'Û©Ø§ÛÛÛÆ Û©ÛÛ ØªØ§Ø²ÛÛ Û...ØªÛ'Û,,Ø' Ø'Ø'ÛÛâ€œÛÛØ§ÛÛÛÛØ' ÛÛØ± 2 ØªØ§ 3 Ø³Ø§Ø¹Øª ÛÛÛÆØ§Ø² Ø'ÛÛ Ø'ÛÆØ± Ø'Ø§Ø±ÛÛØ'ØÆ Ø²ÛÆØ±Ø§ Û...Ø¹Ø'ÛÛ Û©Û'ÛÛÛ© ØœÛÛÛÛØ§ ØªÛÛÛÛØ§ Û...ÛÆâ€œÛÆØªÛ'Ø§ÛÛÛÛ Û...Û,Ø'Ø§Ø± Û©Û...ÛÆ Ø'ÛÆØ± Ø±Ø§ Ø'Ø§ ÛÛØ± Ø'Ø§Ø± Ø'ÛÆØ± Ø®Û'Ø±Ø'ÛÛ Ø'Ø± Ø®Û'Ø' Ø'Ø§ÛÆ Ø'ÛÛØ'. Ø'Ø± ÛÆÛ© Ø±Û'Ø²Û'ÛÆØÆ Û...Ø¹Ø'ÛÛâ€œÛÆÛ Û•Ø±Ø²ÛÛØ' Ø'Û...Ø§ ØªÛÛÛÛØ§ Ø'ÛÛ Ø§ÛÛÛÛØ²ÛÛâ€œÛÆÛÆ ÛÆÛ© Ø'Ø'ÛÛ Ø§ÛÛÛÛÛ'Ø± Ø§Ø³Øª (Ø'Ø§ Ø,Ø±Û•ÛÆØª 5 ØªØ§ 7 Û... ÛÆÛ,,ÛÆ Û,,ÛÆØªØ±) Û' Ø'Ø§ Û'Ø'Ø'Øª ÛÆÛ© ÛÛÛ•ØªÛÛØÆ Ø§ÛÛÛØ'Ø§Ø²ÛÛâ€œÛÆÛÆ ØœÛÛÛ Ø'ÛÛ ÛÆÛ© ØªÛ'Û³⁄⁴ Û³⁄⁴ÛÆÛÛÛ' Û³⁄⁴ÛÛÛ' Û...ÛÆâ€œÛÆØ±Ø³Ø' (Ø'Ø§ Ø,Ø±Û•ÛÆØª 45 ØªØ§ 60 Û... ÛÆÛ,,ÛÆ Û,,ÛÆØªØ±). Û³⁄⁴Ø³ ØªØ¹Ø'Ø'ÛÆ ÛÛØ'Ø§Ø±Ø' Û©ÛÛ Ø'ÛÛ Ø'Û'Ø± Û...Û©Ø±Ø± ÛÛÛÆØ§Ø² Ø'ÛÛ Ø'ÛÆØ± Ø®Û'Ø±Ø'ÛÛ Ø'Ø§Ø±Ø'!Ø§Û'Ø± Û©Û'Ø'Û© Ø'Û...Ø§ Ø'ÛÆØ'ØªØ± Ø§Ø² 12 Ø'Ø§Ø± Ø'Ø± Ø'Û'Û,, Ø±Û'Ø² Ø'ÛÆØ± Ø'Ø®Û'Ø§ÛÛÛ'ØÆ Ø§ÛÆÛÛ Û©Ø§Ø± Ø±Ø§ Ø§ÛÛÛØ'Ø§ÛÛ... Ø'ÛÛÛÆØ'. Ø§Û'Ø± Û•Ø±Ø²ÛÛØ'ØªØ§ÛÛÛ Ø'ÛÛ Ø'Û'Ø± Û...ÛÛØ,Û... Û©Û...ØªØ± Ø§Ø² ÛÛØ'Øª Ø'Ø§Ø± Ø'Ø± Ø±Û'Ø² Ø'ÛÆØ± Û...ÛÆØ®Û'Ø±Ø' (ÛÆØ§ Ø'ÛÛ ÛÛØ,Ø± Û... ÛÆâ€œÛÆØ±Ø³Ø' Û©ÛÛ Ø¹Û,,Ø§ÛÛ,ÛÛâ€œÛÆØ§ÛÆ Ø'ÛÛ Ø'ÛÆØ± Ø®Û'Ø±Ø'ÛÛ ÛÛØ'Ø§Ø±Ø'ØÆ



Ø´Ú©Ù,, Ù...ÙÆá€ÆÉÙ-ÙÆØ±Ø´. Ø§Ø·Ù...ÙÆÙ†Ø§Ù† Ø-Ø§Ø´ØªÙ‡ Ø·Ø§Ø´ÙÆØ-Ø´Ø-Ù† Ø´Ù...Ø§  
Ø®Ø§Ø±Ù,,á€ÆØ§Ù,,Ø¹Ø§Ø´Ù‡ Ø§Ø³ØªØÆ Ø´Ø-Ù† Ú©Ù´Ø-Ú©ÙÆ Ø±Ø§ Ú©Ù‡ Ø´Ø± Ø¿ØªÙ´  
Ù-Ø±Ù·ØªÙ‡á€ÆØ§ÙÆØ´ Ø´Ù‡ Ù´Ø-Ù´Ø´ Ø¿Ù´Ø±Ø´Ù‡ Ø§Ø³Øª Ù´ Ø-Ø§Ù,,Ø§ Ø°Ø°Ø§ÙÆÙÆ  
Ø´ÙÆ Ù†Ø´,ÙÆØ± Ø±Ø§ Ø´Ø±Ø§ÙÆ Ø±Ø´Ø´ Ù´ ØªÚ©Ø§Ù...Ù,, Ø³Ø§Ù,,Ù... Ø§Ù´ Ù´Ø±Ø§Ù‡Ù...  
Ù...ÙÆá€ÆÉÙ©Ù†Ø´. Ø³Ø§Ø²Ù...Ø§Ù† Ø´Ù‡Ø´Ø§Ø´Øª Ø-Ù‡Ø§Ù†ÙÆ(WHO)Øª°Ø°ÙÆÙ‡  
Ø§Ù†Ø´Ø-ØµØ§Ø±ÙÆ Ø´Ø§ Ø´ÙÆØ± Ù...Ø§Ø´Ø± Ø±Ø§ Ø´Ø± Ø´Ø´ Ù...Ø§Ù‡ Ø§Ù´Ù,, Ø²Ù†Ø´Ù-ÙÆ  
Ú©Ù´Ø-Ú© ØªÙ´ØµÙÆÙ‡ Ù...ÙÆ Ú©Ù†Ø´. Ø§ÙÆÙ† Ø´Ù‡ØªØ±ÙÆÙ† Ø§Ù,,Ø´Ø§Ù... Ù...Ù...  
Ú©Ù† Ø§Ø³Øª Ù´ ØªÙ´Ø´Ù‡ Ø´Ø§Ø´ØªÙ‡ Ø´Ø§Ø´ÙÆØ´ Ú©Ù‡ Ù‡Ø± Ø°Ø±Ù‡á€ÆØ§ÙÆ Ø§Ø²  
Ø´ÙÆØ± Ú©Ù‡ Ø´Ù‡ Ù´Ø±Ø²Ù†Ø´ØªØ§Ù† Ù...ÙÆá€ÆØ´Ù‡ÙÆØ´ØÆ Ù...Ø²Ø§ÙÆØ§ÙÆ  
Ø´Ø³ÙÆØ§Ø±ÙÆ Ø´Ø±Ø§ÙÆ Ø³Ù,,Ø§Ù...ØªÙÆ Ø§Ù´ Ø´Ø§Ø±Ø´.Ø´Ø§ ØªÙ...Ø±ÙÆÙ† Ú©Ø±Ø´Ù†  
Ø§ÙÆÙ† Ø±Ù´Ø´á€ÆÙ‡Ø§ØÆ Ø´Ù...Ø§ Ù...ÙÆá€ÆØªÙ´Ø§Ù†ÙÆØ´ Ø´Ù‡ Ø³Ø±Ø¹Øª Ø§Ø¹ØªÙ...  
Ø§Ø´ Ø´Ù‡ Ù†Ù·Ø³ Ù,,Ø§Ø²Ù... Ø±Ø§ Ø´Ø´Ø³Øª Ø¿Ù´Ø±ÙÆØ´ Ù´ Ø®ÙÆÙ,,ÙÆ Ø²Ù´Ø´  
Ø´ÙÆØ±Ø´Ù‡ÙÆ Ø±Ø§ Ø´Ù‡ Ø±Ø§Ø´ØªÙÆ Ù‡Ø±Ù†Ù‡ ØªÙ...Ø§Ù...á€ÆØªØ± Ø§Ù†Ø´Ø´Ø§Ù...  
Ø´Ù‡ÙÆØ´. ( Ø§ÙÆÙ† Ù...Ù,,Ø§Ù,,Ù‡ Ø±Ø§ Ø´Ø®Ù´Ø§Ù†ÙÆØ´ ). Ø§Ú©Ù†Ù´Ù† Ù...  
ÙÆá€ÆØªÙ´Ø§Ù†ÙÆØ´ Ø´Ù‡ Ø®Ù´Ø´ØªØ§Ù† Ø§Ù·ØªØ®Ø§Ø± Ú©Ù†ÙÆØ´ Ú©Ù‡ Ú©Ø§Ø±ÙÆ  
Ù·Ù´Ù,,á€ÆØ§Ù,,Ø¹Ø§Ø´Ù‡ Ø§Ù†Ø´Ø´Ø§Ù... Ø´Ø§Ø´Ù‡á€ÆØ§ÙÆØ´ Ù´ Ù...Ø²Ø§ÙÆØ§ÙÆ  
Ø³Ù,,Ø§Ù...ØªÙÆ Ø±Ø§ Ø´Ø±Ø§ÙÆ Ù‡Ù...Ù‡ Ø³Ø§Ù,,á€ÆÙ‡Ø§ÙÆ Ø²Ù†Ø´Ù-ÙÆ Ø§Ø´ Ø´Ù‡ Ø§Ù´  
Ù‡Ø´ÙÆÙ‡ Ø´Ø§Ø´Ù‡á€ÆØ§ÙÆØ´!