



STEPPING STONE SCHOOL (HIGH)

CLASS- IV

SUBJECT-2nd language Hindi

Date-16.6.2020

Worksheet-21 Time limit 30minute

बच्चों, ध्यान दें, अब से आप लोग जो भी कार्य करेंगे वो कागज़ पृष्ठ के स्थान पर सिंगल लाईन कॉपी में दिनांक अनुसार लिखेंगे।(worksheet no. अवश्य लिखें)

आप लोगों को पाठ दो एक साथ भोजन का जो भाग भेजा जा रहा है उसे ध्यान से पढ़ें और समझें।

पुनः रेखांकित वर्तनी को लिखें और अभ्यास करें।

2

एक साथ भोजन

अधिकांश परिवारों के लिए रात्रि का भोजन काल एक आशाओं भरा समय होता है क्योंकि यह वो समय है जब परिवार का प्रत्येक सदस्य एक-दूसरे के साथ अपने सुख-दुख तथा दिन भर की महत्वपूर्ण बातें कर सकता है। इसी भोजन की मेज पर आने वाले दिन के महत्वपूर्ण निर्णय, सुझाव तथा किए जाने वाले कार्यों के निर्देशों का भी आदान-प्रदान होता है। हँसी-मजाक और परस्पर वार्तालाप भी इस रात्रि भोजन के साथ ही संभव होता है। साथ ही बच्चे सीखते हैं शिष्टाचार की बातें।

“खाना तैयार है,” मम्मी ने आवाज़ लगाई। “सब जल्दी आओ, नहीं तो खाना ठंडा हो जाएगा।”

पापा मम्मी की मदद कर रहे थे। उन्होंने खाने की चीज़ें और पानी का जग खाने की मेज पर लगा दिया।

जय भी मदद करने से पीछे नहीं हटा। उसने कटोरी, चम्मच, प्लेटें और नैपकिन मेज पर अच्छी तरह सजा दिए।

मिशा टी.वी. पर अपना पसंदीदा कार्यक्रम देख रही थी।

“मैं बस अभी आई,”

उसने जवाब में कहा।

हालाँकि उसका

पूरा ध्यान टी.वी.

में था, लेकिन साथ

ही वह ये भी नहीं चाहती

थी कि खाना ठंडा हो जाए।

आखिर दाल और सब्जियों का स्वाद उनके

गर्म रहते ही तो ज्यादा आता है!





“मिशा, आओ बेटा! तुम जानती हो कि रात का खाना हम सब साथ में खाते हैं” पापा बोले।

“बस, आई।” मिशा ने कहा और टी०वी० बंद कर खाने की मेज पर पहुँची।

“वाह, क्या खुशबू है!” मिशा ने कहा। “मुझे रात्रि, भोजन का समय और मम्मी के हाथ से बना बढ़िया खाना बेहद पसंद है। और तो और, इस वक्त जय भी मुझसे नहीं लड़ता।”

“और मेरा क्या? मैं सिर्फ खाने के वक्त ही नहीं, हमेशा अच्छा बच्चा बनकर रहता हूँ,” नन्हे अंशी ने प्रतिरोध किया।

“अरे, मैं कहाँ लड़ता हूँ?” जय बोला।

उसने सारे व्यंजनों के ढक्कन हटाए और खाने की महक सूँघने के लिए झुका। “ये सब आपने बनाया, मम्मी? इतने व्यंजन?”

“हाँ, पर अकेले नहीं। पापा ने भी मदद की,” मम्मी ने कहा। “उन्होंने यह करेले की सब्जी बनाई है। लो...चखकर देखो और बताओ कैसी बनी है।”

मम्मी ने करेले जय की तरफ बढ़ा दिए और पापा की ओर देखकर मुस्कराई।

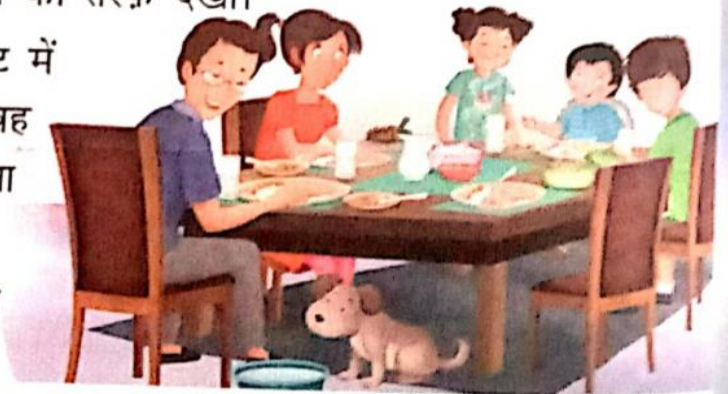
“उफ़! अब इन्हें कौन खाएगा?” कहकर जय ने मुँह बनाया।

मम्मी ने यह सुनकर थोड़ा गुस्से से जय की तरफ देखा।

जय ने थोड़ा-सा करेला अपनी प्लेट में रखा और जल्दी से उसे निगल गया। वह जानता था कि सभी को सब कुछ खाना होता है, चाहे थोड़ी मात्रा में ही।

“पापा, करेले की सब्जी कैसे बनाते हैं”, जय ने उत्सुकता से पूछा।

पापा ने बताया, करेले को पहले साफ़ पानी से अच्छी तरह धोते हैं, फिर उन्हें छोटे-छोटे टुकड़ों में काटते हैं और कम तेल में नमक, मिर्च, साँफ़ मिलाकर हलकी आँच में पकाते हैं। अधिक तेल स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होता है। ध्यान रखते हैं कि ये अधिक पक न जाएँ। खाने को अधिक देर तक पकाने से उसके पौष्टिक तत्व नष्ट हो जाते हैं।”



सारांश

एक साथ भोजन, जैसे कि नाम से ही समझ में आ रहा है कि एक साथ भोजन करने के महत्व को समझाया गया है।

दिन में तो सभी के पास समय नहीं होता, सबका अपना अलग-अलग समय तालिका बना होता है। लेकिन रात का खाना अधिकांश परिवारों के लिए एक सुखद समय होता है। जहां सभी एक साथ बैठकर अनेक तरह की बातें करते हैं। इस पाठ में यह भी समझाया गया है कि किस तरह एक परिवार एक दूसरे की मदद करते हैं, चाहे वे बच्चे हो या माता-पिता।