

अनुक्रमणिका

क्रम संख्या	विषय	पृष्ठ संख्या
	संदेश - भूमिका	1-2
1.	ध्वनि संयोग- हिंदी वर्णमाला (Bảng chữ cái Hindi)	3-5
2.	मेरा परिचय	6-7
3.	कहानी और अभ्यास – आ की मात्रा	
	सॉन की यात्रा (Kể chuyện)	8-10
	बरसात (Kể chuyện)	11-13
	क्रिया, वचन	14-16
4.	कहानी और अभ्यास – इ-ई की मात्राएँ	
	वियतनाम की यात्रा (Kể chuyện)	17-18
	परी की कहानी (Kể chuyện)	19-21
	संज्ञा और सर्वनाम	22-23
5.	कहानी और अभ्यास – उ-ऊ की मात्राएँ	
	गुलाल ही गुलाल (Kể chuyện)	24
	चूहा और चुहिया (Kể chuyện)	25-27
	सर्वनाम और फल-नाम	28-31
6.	कहानी और अभ्यास – ए-ऐ की मात्राएँ	
	मेला (Kể chuyện)	32-33
	मित्र देश (Kể chuyện)	34-35
7.	कहानी और अभ्यास – ओ-औ की मात्राएँ	
	कोलंबो में (Kể chuyện)	36-39
	विशेषण	40-41
	मोर और कोयल (Kể chuyện)	42-43
	कारक	44-45
	संख्या और समय	46-47
8.	हिंदी गीत और कविताएँ	48-59
9.	संस्कृत (हिंदी) में सरल योगासन	60-61
10.	दिन, दिशाएँ और महीने	62- 63



भारत का राजदूत
AMBASSADOR OF INDIA
HANOI
TEL: (+84) 24 38244991
FAX: (+84) 24 38244998
E-mail: amb.hanoi@mea.gov.in

01/01/2025

संदेश

मुझे अत्यंत प्रसन्नता है कि स्वामी विवेकानंद सांस्कृतिक केंद्र, हनोई अपनी निदेशिका के नेतृत्व में हिंदी वियतनामी भाषा रूपांतरण पुस्तक 'हिंदर्शिका' भाग-II प्रकाशित कर रहा है।

वियतनाम में हिंदी भाषा के प्रति दिलचस्पी यह दर्शाती है कि दोनों देश के लोगों में एक दूसरे और उनकी संस्कृति और समाज के प्रति गहरी रुचि, सम्मान और लगाव है।

मुझे विश्वास है कि हिंदर्शिका भाग-I की तरह भाग-II भी हिंदी भाषा के अध्ययन में योगदान करेगी तथा हिंदी और वियतनामी भाषी लोगों को एक दूसरे की ओर लाने का काम करेगी।

LỜI NÓI ĐẦU

Tôi rất vui mừng khi Trung tâm Văn hóa Swami Vivekananda, Hà Nội phát hành cuốn sách tiếng Hindi với phiên âm tiếng Việt "Hindarsika" Phần II dưới sự lãnh đạo của Giám đốc Trung tâm.

Sự quan tâm đến tiếng Hindi tại Việt Nam cho thấy người dân hai nước có mối quan tâm sâu sắc, sự tôn trọng và tình cảm đặc biệt dành cho nhau cũng như đối với văn hóa và xã hội của mỗi nước.

Tôi tin tưởng rằng, giống như cuốn Hindarshika Phần I, Phần II này cũng sẽ góp phần vào việc học tiếng Hindi và tạo cầu nối gắn kết giữa những người nói tiếng Hindi và tiếng Việt.

संदीप आर्य (Sandeep Arya)

भारतीय राजदूत (Đại sứ Ấn Độ tại Việt Nam)

हनोई, वियतनाम (Hà Nội, Việt Nam)



निदेशिका

Director

Swami Vivekananda Cultural Centre

Tel: (+84)243 633 2083

Email: diricc.hanoi@mea.gov.in

01/01/2025

संदेश

संस्कृति के विविध आयाम हैं जो भारत को वियतनाम से जोड़ते हैं। बौद्ध धर्म हो या योग दर्शन, भारतीय संस्कृति के इन दो अध्यायों ने समूचे विश्व के साथ-साथ दक्षिण एशिया की संस्कृति, समाज और जीवन शैली हेतु सामाजिक सौहार्द और आत्मोत्थान का मार्ग प्रशस्त किया है। संस्कृत के कुछ चुनिंदा शब्द पालि, प्राकृत या भिन्न प्रांतीय- क्षेत्रीय भाषाओं से यात्रा करते हुए पूरे दक्षिण एशियाई सामाजिक परिवृश्य का अभिन्न हिस्सा बन गए हैं। अर्थ और उच्चारण के स्तर पर समय का अंतराल पार करते-करते अनेक शब्दों ने नए आयाम अर्जित कर लिए हैं। सत्य ही है- जिन खोजा तिन पाइया, गहरे पानी पैठा।

परिवार, मित्रों और त्योहारों की ललक से भरपूर, वियतनामी और भारतीय सांझी संस्कृति मानवता को एक ही सूत्र में पिरोती है। विश्वास है, हिंदीका भाग -II भारत- वियतनाम की सांझी सांस्कृतिक धरोहर को खोजने-जोड़ने की दिशा में भले ही छोटी पर सार्थक भूमिका निभाएगी।

मैं आभारी हूँ वियतनाम में भारत के राजदूत श्रीमान संदीप आर्य जी और मिशन की उप प्रमुख श्रीमती अजुंगला जमीर जी की जिनके प्रोत्साहन से हिंदीका प्रकाशित हो सकी। साज-सज्जा में सहयोग के लिए हा बा जुई, हिंदी का वियतनामी रूपांतरण प्रस्तुत करने के लिए होएंग दीउ हुअन और उन सभी सहकर्मियों व मित्रों की मैं आभारी हूँ जिनका प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप में हमें सहयोग मिला।

ĐÔI LỜI NHẮN GỬI

Các khía cạnh văn hóa khác nhau đã và đang kết nối Ấn Độ với Việt Nam. Dù là triết học Phật giáo hay Yoga, hai chương huy hoàng này của văn hóa Ấn Độ đã mở đường cho sự hòa hợp xã hội và phát triển tự thân của mỗi cá nhân về mặt văn hóa, xã hội và lối sống trên toàn thế giới cũng như vùng Nam Á nói riêng. Một số từ tiếng Phạn đã được lựa chọn và trở thành một phần không thể tách rời trong đời sống xã hội vùng Nam Á, chúng “đi hành”, hiện diện qua tiếng Pali, Prakrit hoặc các ngôn ngữ vùng miền khác nhau. Nhiều từ ngữ đã đạt được những chiều kích mới khi vượt qua được khoảng cách thời gian ở cấp độ ngữ nghĩa và cách phát âm. Đó là sự thật – “Jin Khoja Tin Payiya, Gahare Paani Paeth.” (Ai thật sự sùng mộ sẽ tìm thấy).

Nét văn hóa chung giữa Việt Nam và Ấn Độ, niềm đam mê tràn đầy dành cho gia đình, bạn bè và những lễ hội chính là sợi dây gắn kết mọi người lại với nhau. Cuốn sách Hindarshika - Phần II chắc hẳn sẽ đóng một vai trò ý nghĩa trong việc định hướng khám phá và kết nối di sản văn hóa chung Ấn Độ -Việt Nam.

Tôi xin cảm ơn Đại sứ Ấn Độ tại Việt Nam, Ngài Sandeep Arya và Đại sứ, Bà Ajungla Jamir, những người đã động viên chúng tôi trong việc xuất bản Hindarshika II. Tôi xin cảm ơn anh Hạ Bá Duy đã giúp tôi trang trí và thiết kế, chị Hoàng Diệu Huân đã trình bày bản phiên âm tiếng Hindi sang tiếng Việt và tất cả những đồng nghiệp và bạn bè đã giúp đỡ chúng tôi trực tiếp hoặc gián tiếp.

मोनिका शर्मा (Monica Sharma)

निदेशिका (Giám đốc)

स्वामी विवेकानंद सांस्कृतिक केंद्र (Trung tâm Văn hóa Swami Vivekananda)

भारतीय दूतावास, हनोई, वियतनाम (Đại sứ quán Ấn Độ, Hà Nội, Việt Nam)

1. ध्वनि- संयोग

स्वर	आ	इ	ई	उ	ऊ	ए	ऐ	ओ	औ	ऋ
व्यंजन										
क	का								कौ	
ख		खि								
ग			गी							गृ
घ				घु						
च					चू					
छ						छे				
ज							जै			
झ								झो		
ट										
ठ										
ड										
ढ										

स्वर →	आ	इ	ई	उ	ऊ	ए	ऐ	ओ	औ	ऋ
व्यंजन ↓										
त										
थ										
द										
ध										
न										
प										
फ										
ब										
भ										
म										

→	आ	इ	ई	उ	ऊ	ए	ऐ	ओ	औ	ऋ
य										
र										
ल										
व										
श										
ष										
स										
ह										

2. मेरा परिचय (Tự giới thiệu)

नमस्कार (Na-máx-kar)

Xin chào

आपसे मिलकर खुशी हुई!

Rất vui được gặp bạn!

(Áp-sê mil-kar khu-shi hui)

मेरा हिंदी नाम सारिता है।

Tên tiếng Hindi của tôi là Sarita.

(Mê-ra Hin-đi nam Sa-ri-ta hê)

मैं वियतनाम से हूँ।

Tôi là người Việt Nam.

(Mê Việt Nam sê hun)

मैं फिलहाल हनोई में रहती हूँ।

Tôi hiện đang sinh sống tại Hà Nội.

(Mê phi-l-hal Hà Nội me ra-ha-ti hun)

मैं एक रेडियो रिपोर्टर हूँ।

Tôi là phóng viên phát thanh.

(Mê ếch re-đi-yô ri-pô-tr hun)

मैं 35 साल की हूँ।

Tôi 35 tuổi.

(Mê paintis sal ki hun)

मैं शादीशुदा हूँ।

Tôi đã kết hôn.

(Mê sa-đi-su-đa hum)

और हम खुश हैं।

Và chúng tôi rất hạnh phúc.

(Or hăm khús hain)

वह शांत आदमी है।

Chồng tôi là một người ít nói.

(Vơ-h sant át-mi hê)

वह एक पुस्तक संपादक है।

Anh ấy là một biên tập viên sách.

(Vơ ếch pút-tắc sam-pa-đắc hê)

पढ़ना भी हमारा एक शौक है।

(Pa-đò-na bi ha-ma-ra ếch sóc he)

हम अपने खाली वक़्त में यात्रा करना पसंद करते हैं।

(Ham áp-nê kha-li vát mê ya-tra ka-ra-na pa-san-đ ka-ra-tê hain)

कुछ प्रश्न

(Kút pra-shn)

1. उसका हिंदी नाम क्या है?

(Út-ka Hin-đi nam ky-a hê)

2. वह कहाँ से है?

(Vơ-h ka-han sê hê)

3. वह क्या करती है?

(Vơ-h ky-a ka-ra-ti hê)

Đọc sách là một trong những sở thích của chúng tôi.

Khi có thời gian rảnh, chúng tôi thích đi du lịch.

Một số câu hỏi

1. Tên tiếng Hindi của cô ấy là gì?

2. Cô ấy là người nước nào?

3. Cô ấy sống ở đâu?

3. कहानी और अभ्यास

सॉन की यात्रा (ा की कहानी)

SON KI YA-T-RA

सॉन कल भारत आया। रात चावल-सांबर और
Son Kă-l Bha-rat Ai-a. Rat Cha-vă-l Xam-bơr O-r
अचार मनभर खाया। आज प्रातः सलाद खाया, फल
A-cha-r Măn-bhơ-r Kai-a. A-gi Pra-tơ-h Xa-lat Kai-a, Phă-l
खाए। ताजमहल का गाना गाया, हवामहल पसंद आया।
Kai-e. Ta-gi-ma-hơ-l Ka Ga-na Gai-a, Ha-va-ma-hơ-l Pơ-xăn-đ Ai-a.
सब तरफ बादल छाए, सबने मनभर आम खाए।
Xăb-tơ-răp-ph Ba-đơ-l Chai, Xa-b-nê Măn-bhơ-r Am Kai.



Chuyến đi của Sơn

(Câu chuyện về chữ cái अ và आ)

Hôm qua, Sơn đã tới Ấn Độ. Buổi tối, anh ấy tha hồ ăn cơm Sambar và dưa chua. Sáng nay anh ấy ăn salad, ăn hoa quả. Anh ấy hát bài hát về Taj Mahal, thích Hawa Mahal. Mây phủ đầy trời, mọi người đều ăn xoài thỏa thích.

कुछ प्रश्न

(Kút pra-shn)

1. साँन कहाँ आया?

(Sơn ka-han a-ya)

2. उसने क्या-क्या खाया ?

(Út-nê ky-a ky-a khai-a)

3. बादल कहाँ छाए ?

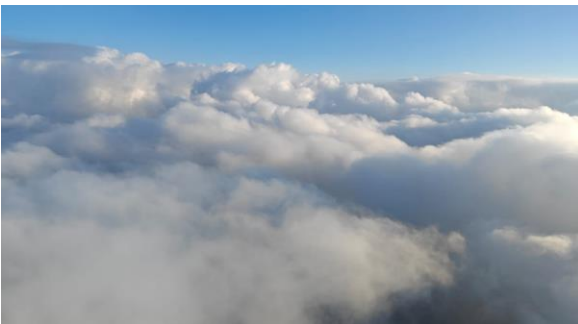
(Ba-đal ka-han cha-ê)

Một số câu hỏi

1. Sơn đã đi đâu?

2. Anh ấy đã ăn gì?

3. Những đám mây ở đâu?



बरसात



BA-RƠ-SAT

(Link YouTube: quét mã QR hoặc truy cập www.bit.ly/basorat)

कल घर पर बरसात आई आज घास पर ओस आ गई

Că-l G-ha-r Pờ-r Ba-rờ-sat A-y. A-gi G-ha-s Pờ-r Ô-s A Ga-y
बादल छा गए। समर भाग मता। छाता ला। रमा अंदर

Ba-đâ-l Cha Ga-ê. Xa-ma-r Bhag-măt. Cha-ta La. Ra-ma Ăn-đờ-r
आ। रमा आज बाहर न जा, कल जाना। ठंड बढ़ गई

A. Ra-ma A-gi Ba-hờ-r nờ gia, Că-l Gia-na. Thăn-đờ Bờ-đh Gờ-Y
गाय अंदर ला। समर दाल चावल पका। गरम-गरम

Gai Ăn-đờ-r La. Xa-ma-r Đa-l Cha-va-l Pa-ka. Ga-răm Ga-răm
खाना खाओ। रमा गाना गा। अमर, साएशा, रमा, समर,

Ka-na Ka-ô. Ra-ma Ga-na Ga. A-ma-r Sai-sa Ra-ma Sa-ma-r,
सब साथ-साथ गाना गाओ। बादल बरसा, सावन आया

Xa-bư Xat Xat Ga-na Ga-ô. Ba-đâ-l Ba-rờ-sa, Sa-văn Ai-a

सबने मिलकर गाना गाया।

Xa-bờ-nê Mi-l-kờ-r Ga-na Gai-a.

क्रिया शब्द (động từ) – आ, खा, गा,
जा, ला, छा

प्रश्न

बरसात कहाँ आई ?(घर/बाहर)

ओस कब आई ? (आज/कल)

गाय कहाँ आई ? (अंदर/बाहर)

किसने गाना गाया ?(सबने/मैंने)

शब्द(Từ)	अर्थ(Nghĩa)
बरसात	Mưa
छाता	Cái ô
घास	Cỏ

शब्द(Từ)	अर्थ(Nghĩa)
गाय	Con bò
आज	Hôm nay
कल	Ngày mai/Hôm qua

चित्रों के नाम लिखिए -



क्रिया

क्रिया का मूल रूप

आ

गा

खा

ला

जा

कर

भर

उठ

चल

रख

क्रिया एक – रूप अनेक

वचन / काल	वर्तमान	भविष्य	भूत
एकवचन	हूँ/हो/है	होगा/होगी	था/थी
बहुवचन	हैं	होंगे/होंगी	थे/ थीं

विपरीत क्रियाएँ (TỰ trái nghĩa)

आया गया

आई गई

आए गए

आई गईं

आता जाता

आती जाती

आते जाते

आतीं जातीं

वचन

एकवचन	बहुवचन	
ताला		
जूता		
चूहा		
कपड़ा		
लड़का		
गमला		
अंडा		
छाता		

4. कहानी और अभ्यास

वियतनाम की यात्रा

(इ - ि और ई- ि की कहानी)

प्रातः उठी। डाकिया खबर लाया। पत्र का जवाब लिखा। लिफाफा लाकर टिकट

Pra-tơ-hơ U-thi. Đa-ki-a Khơ-bơ-r Lai-a. P-t-r ka Giơ-va-b Li-kha. Lip-pha-pha La-kơr Ti-kut
लगाया। वियतनाम की यात्रा पर निकल गयी। विमान वियतनाम उतरा। दिन

La-gai-a. Việt-Nam Ki Ya-t-ra Pơ Ni-kơ-l Gai-l Vi-man Việt-Nam U-ta-ra. Đì-n
भर बारिश देखी। नदी देखी। किधर जाँ, पता नहीं। किताब पढ़ी। कहानी वाला

-bơr Ba-ri-s Ê-k-hi. Na-đi Ê-k-hi. Ki-đơ-r Giai, Pơ-ta Nơ-hi. Ki-ta-b Pad-hi. K-ha-ni Va-la
किला बड़ा था। थालॉन्ग किला काफी बड़ा था। झील भी बहुत बड़ी थी।

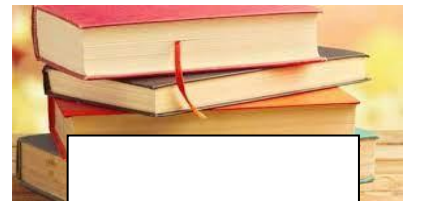
Ki-la Bơ-đa Tha. Thằng-Long Ki-la Ka-phi Bơ-đa Tha. Gi-hi-l Bhi Ba-hut Ba-đi Thi.
सुंदर मछलियाँ थीं। सब पीली और संतरी।

Xun-đơ Măt-ch-ni-a Thi. Xấp pi-li O-r Xăn-tơ-ri.
घड़ी पर छह बज गए। हम वापस हिएन के घर आए।

G-ha-x-đi Bơ Chơ-hơ Băt-ch Gai-ê. Hăm Va-pơ-x Hiền Kê G-ha-r A-ê.

प्रश्न

1. खबर कौन लाया ?(डाकिया/किताब)
2. विमान कहाँ उतर ?(लाओस/वियतनाम)
3. क्या-क्या देखा ?



Chuyến đi tới Việt Nam (Câu chuyện về chữ cái इ và ई)

Tôi thức dậy vào buổi sáng. Người đưa thư mang thư tới. Tôi đã viết thư trả lời và dán tem rồi gửi thư. Tôi bắt đầu chuyến đi tới Việt Nam. Máy bay đã hạ cánh xuống Việt Nam. Trời mưa cả ngày. Tôi đã nhìn thấy một dòng sông. Tôi không biết phải đi đâu. Tôi đã đọc một cuốn sách. Trong câu chuyện đó, pháo đài rất là to. Pháo đài Thăng Long khá lớn. Hồ cũng rất rộng lớn. Có những con cá đẹp. Tất cả đều có màu vàng và cam. Đồng hồ đã điểm sáu giờ tối. Chúng tôi trở lại nhà của Hiền.



घोड़ा	घोड़ी	
नाना	नानी	
दादा	दादी	

परी की कहानी (इ - ि और ई- ी की कहानी)



PO-RI KI KA-HA-NI (Link YouTube: bit.ly/porikikahani)

Ghi chú: Âm mũì (*)

घना वन था। वहीं परी का घर था। सब ओर सदा

G-ha-na Vãn Tha. Va-hi* Pa-ri Ka G-ha-r Tha. Xơ-bơ Ô-r Xa-đa
चिड़ियाँ चहकती थीं। उस दिन, माँ बोली। परी बाज़ार

Chi-đi-ya* Chơ-hơ-cơ-ti Thi*. U-x-đin, Ma Bu-li. Pơ-ri Ba-da-r
जा। नारियल और किशमिश ला। मिठाई बनाऊँगी। परी

Gia. Na-ri-ơ-l o-r Kis-mis La. Mi-thai-i Bơ-nao-u-gi. Pơ-ri
साइकिल पर गई। सड़क पर हाथी था। परी डर गई

Xai-cơ-l Pơ-r Gai-i. Xa-đăc Pa-r Ha-thi Tha. Pơ-ri Đơ-r Gai-i.
साइकिल धीमी की। मन शांत किया, निकल गई। बाज़ार

Xai-cơ-l Đhi-mi Ki. Măn San-t Ki-a, Ni-cơ-l Gai-i. Ba-da-r
आई सामान लिया। फिर सड़क पार की। अब डर नहीं

Ai. Xamana Li-a. Phia-r Xa-đăc Pa-r Ki. A-bư Đơ-r Na-hi
लगा। वह घर आ गई। माँ मिठाई बनाकर लाई। आज

La-ga. Vơ-hơ G-h-r A Gai-i. Ma Mi-thai-i Ba-na-kar La-i. A-gi.
मिठाई खाकर बड़ा मज़ा आया।

Mi-thai-i Ka-kơr Ba-đa ma-da Ai-a.

प्रश्न

1. नारियल और किशमिश कौन लाया ? (माँ / परी)
2. घर कहाँ था ? (वन/शहर) परी कहाँ गई ? (अंदर/बाज़ार)
3. मज़ा कब आया ? (आज/कल) सड़क पर कौन था? (हाथी/शेर)

शब्द(Từ)	अर्थ(Nghĩa)	वाक्य(Câu)
घना	Dày đặc	
वन	Rừng	
वहीं	Ở đó	
सब	Tất cả	
सदा	Luôn luôn	

विलोम (Từ trái nghĩa)

दिन x रात

गई x आई

धीमी x तेज़

शांत x चंचल

लिया x दिया

आज x कल









संज्ञा और सर्वनाम (अन्य पुरुष)

संज्ञा और सर्वनाम

तुअन बोलता है।

हा पानी पीती है।

माता-पिता गाते हैं।

मीना और वीना गाती हैं।

वह आता है।

Anh ấy đến.

वह आती है।

Chị ấy đến.

वे सब आते हैं।

Họ đang đến.

वह उठता है।

वह उठती है।

वे सब उठते हैं।

वचन

एकवचन	बहुवचन	
चिड़िया	चिड़ियाँ	
मिठाई	मिठाइयाँ	
चटाई	चटाइयाँ	

लिंग

पुल्लिंग	स्त्रीलिंग	वाक्य
नर	नारी	
सिंह	सिंहनी	
पुरुष	स्त्री	
बालक	बालिका	
ऊँट	ऊँटनी	
आदमी	औरत	
लड़का	लड़की	
बेटा	बेटी	
नायक	नायिका	
छात्र	छात्रा	
बड़ा	बड़ी	
छोटा	छोटी	
पुत्र	पुत्री	
गायक	गायिका	
पति	पत्नी	



5. कहानी और अभ्यास

गुलाल ही गुलाल GU-LA-L HI GU-LA-L

(उ- ु और ऊ ू की कहानी)

Ghi chú: Âm mũì (*)

आज हाथ और माथ पर गुलाल ही गुलाल था। कल शाम-रात पूजा हुई थी।

A-gi Ha-t O-r Ma-th Pơ-r Gu-la-l Hi Gu-la-l Tha. Kă-l Sam Ra-t Pu-gia Huy Thi.

आज सुबह पूड़ी बनी थी, आलू भी। दही-रायता भी बना था। होली! भारत का

A-gi Xu-bơ-hơ Pu-ri Bơ-no Thi, A-lu B-hi. Đ-hi Rai-ta B-hi Bơ-na Tha. Hô-li! Bha-rat Ka

प्रिय उत्सव। खूब रंग हई रंग, गुलाल ही गुलाल, सब कुछ गुलाबी। दुकान,

Pri-ơ Ut-xơ-v. Ku-b Răng-g Hi Răng-g, Gu-la-l Hi Gu-la-l, Xa-b Kut-ch Gu-la-bi. Đu-can,

घर, बाज़ार सब तरफ उमंग ही उमंग । गुड की बनी मिठाई, खूब खाई

G-h-r, Ba-da-r Xă-b Ta-ră-ph U-măng-g Hi U-măng-g. Gu-đ Ki Ba-ni Mi-thai-l, Ku-b Kai.

धूप खिल गई, सूरज खुश है। ठंड राह भूल गई। वसंत का दरवाजा

Đu-p Ki-l Gai-i, Xu-ra-gi Ku-s He. Thăn-đơ Ra-hơ Bhu-l Gai-i. Va-xăt Ka Đa-r-va-gia

पूरा खुल गया। सभी फूल राह पूछ कर यहाँ पहुँच गए।

Pu-ra Ku-l Gai-a. Xa-bi Phu-l Ra-hơ Put-ch K-r Y-a-han Pa-hun-ch Gai-ê.

Màu đỏ và màu hồng ở khắp mọi nơi

(Câu chuyện về chữ cái उ và ऊ)

Hôm nay, trên tay và trên trán tôi vẫn còn màu đỏ và màu hồng. Tối qua, lễ Puja đã diễn ra. Sáng nay, tôi đã làm Puja và khoai tây nướng. Dahi Raita cũng đã chuẩn bị xong. Holi! Đó là lễ hội yêu thích của Ấn Độ. Lễ hội có rất nhiều màu sắc, màu đỏ và màu hồng ở khắp mọi nơi. Cửa hàng, nhà, chợ, khắp nơi đều náo nhiệt. Tôi đã ăn rất nhiều kẹo làm từ đường thốt nốt.

Mặt trời chiếu sáng, mặt trời hạnh phúc. Cái lạnh đã lạc lối. Cánh cửa mùa xuân rộng mở. Tất cả những bông hoa đều đến đây sau khi hỏi đường.

प्रश्न

1. आज सुबह क्या-क्या बना था ?

2. वसंत में कौन-कौन पहुँच गए ?

चूहा और चुहिया (उ- ु और ऊ ू की कहानी)

CHU-HA O-R CHU-HI-A

(Link YouTube: bit.ly/chuhachuhia)



सुमित और गुड़िया का घर बहुत सुंदर था। एक दिन चूहा और

Xu-mit O-r Gu-ri-a Ka g-ha-r Ba-hut Xun-dor Tha. Ê-ch Đin Chu-ha O-r
चुहिया वहाँ आ गए। सुमित दूध उबाल रहा था। गुड़िया खाना बना
Chu-hi-a Vơ-han A Gay. Xu-mit Đu-đh Ô-ba-l Ra-ha Tha. Gu-ri-a Ka-na Ba-na
रही थी। चूहा भूखा था। चुहिया इधर-उधर सूँघ रही थी। गुड़िया बोली,
Ra-hi Thi. Chu-ha B-hu-k-ha Tha. Chu-hi-a Ê-dhr U-dhr Xung-h Ra-hi Thi. Gu-ri-a Bo-li,
सुमित चटाई बिछाओ। रूमाल लाओ। सब कुछ खाओ, फिर दूध पियो।
Xu-mit Chăt-ta-ii Bit-chao-u. Ru-ma-al Lao-u. Xa-b Kut-ch Cao-u, Pi-r Đu-đh Pi-ô
खाना खाकर बाथरूम जाओ। साबुन लो, हाथ साफ कर सो जाओ।
Ka-na Ka-cơ Ba-th-rum Giao. Xa-bun Lô, Hat-th Xa-ph Kơ-r Xô Giao-u.

चूहा भागा। चुहिया बोली, सुबह तक रुक जाओ। चूहा न माना।

Chu-ha Bha-ga. Chu-hi-a Bô-li, Xu-bơ-h Tă-k Ru-k Giao. Chu-ha Nợ Ma-na.
रूमाल खींचा, बची हुई रोटी खाई। चुहिया भी आई। मुँह डाला, दुम
Ru-ma-l Ki*-cha, Bơ-chi Huy Rô-ti Ka-ii. Chu-hi-a Bhi A-i. Mun-h Đa-la, Đum
हिलाई, आलू खाया। बहुत दिनों के बाद भरपूर खाना पाया।
Hi-la-i, A-luu Kai-a. Ba-hut-t Đino Ba-đ Bha-pu-r Ka-na Kai-a.

गुड्डा बोला ।

गुड़िया बोली ।

चूहा भागा ।

चुहिया भागी ।



शब्द	अर्थ	वाक्य
दूध	Sữa	
उबाल	Đun sôi	
भूखा था	Đã đói	
सूँघ रही थी	Đã ngửi	
चटाई	Thảm	
रूमाल	Khăn tay	
रुक	Cửa hàng	
आलू	Khoai tây	

बहुत - मंदिर बहुत बड़ा था।

सुंदर - गुड़िया सुंदर थी।

सुबह - रमा सुबह उठा।

मुँह - मगर का मुँह बड़ा था।

दुम - गाय की दुम छोटी थी।

रूमाल - उसका रूमाल लाल था।

रुक - वह रुक गया।

प्रश्न

1. चूहा-चुहिया कहाँ गए ?(वन/घर)
2. चूहा ----- था। (भूखा/काला)
3. ----- लो, हाथ धो।(रूमाल/साबुन)
4. चूहे ने ----- खायी।(रोटी/दाल) चित्रों के नाम लिखिए।

सर्वनामों के विविध प्रयोग

एकवचन - मैं, तुम, यह, वह जो, कौन, कोई

बहुवचन - हम आप ये वे जो, कौन, कोई

कारक के साथ होने पर **सर्वनामों के रूप में निम्न बदलाव** आते हैं –

सर्वनाम	ने	को	से	का	के	की	में	पर
मैं	मैंने	मुझे, मुझ को	मुझसे	मेरा	मेरे	मेरी	मुझमें	मुझपर
तुम	तुमने, तुझे	तुमको	तुमसे	तुम्हा रा	तुम्हा रे	तुम्हा री	तुम में	तुम पर
यह	इसने, इसे	इसको	इससे	इस का	इस के	इस की	इसमें	इस पर
वह	उसने उसे	उसको	उससे	उस का	उस के	उस की	उसमें	उस पर
हम	हमने हमें	हमको	हमसे	हमारा	हमारे	हमारी	हममें	हम पर
आप	आपने	आपको	आप से	आप का	आप के	आप की	आप में	आप पर
ये	इन्होंने इन्हे	इनको	इनसे	इनका	इनके	इनकी	इनमें	इन पर
वे	उन्होंने उन्हें	उनको	उनसे	उनका	उनके	उनकी	उनमें	उन पर

जो और कौन के रूप

जो	ने	को	से	का	के	की	में	पर
एक	जिसने	जिसे, जिसको	जिससे	जिसका	जिसके	जिस की	जिसमें	जिस पर
बहु	जिन्होंने	जिन्हें, जिनको	जिनसे	जिनका	जिनके	जिनकी	जिनमें	जिन पर
कौन	ने	को	से	का	के	की	में	पर
एक	किसने	किसे किस को	किससे	किस का	किसके	किस की	किसमें	किस पर
बहु	किन्होंने	किन्हें किनको	किनसे	किनका	किनके	किनकी	किनमें	किन पर

फलों के बारे में लिखिए।



6. कहानी और अभ्यास

मेला (ए – े और ऐ - ै की कहानी)



(Link Youtube: <https://bit.ly/4htDFpl>)

नैनीताल में बैसाखी का मेला लगा था। दैनिक अखबार में उसके चित्र छपे थे।

Nee-ni-tal Mê Bê-sa-ki Ka Mê-la La-ga tha. Đe-ni-k Ak-ba-r Mê Ut-x-kê Chit-σ-r Cha-pê thê.
हमारे घर कुछ विदेशी मेहमान आए हुए थे। शाम के समय, हम पैदल

Ha-ma-rê G-ha-r Kut-ch Vi-đê-si Mê-h-man Ai Huê thê. Skam Kê Xa-may, Hăm Pee-đσ-l

ही मेले की तरफ चल दिए। पहाड़ के पीछे डूबता सूरज खूबसूरत लग रहा था।

Hi Mê-lê Ki Ta-răp-ph Chăn-l đī-ê. Pa-ha-đ Kê Pi-chê Đu-bσ-ta Xu-ra-gi Cub-xu-răt Lăc-g Ra-ha Tha.

हमने वह नजारा कैमरे में कैद कर लिया। पहाड़ पर सीढ़ीनुमा खेत भी

Hăm-nê Va-ha Na-gia-ra Kem-rê Mê Ket Kσ-r Li-a. P-ha-đ Pσ-r Xi-đhi-nu-ma Kê-th B-hi

मन लुभा रहे थे। कुछ ही समय में हम मेले की चहल-पहल के बीच थे।

Măn Lu-bha Ra-hê Thê. Kut-ch Hi Xăm-may Mê Hăm Mê-lê Ki Chσ-hσ-l Pσ-hσ-l Kê Bii-ch Thê

मोटे पेट वाला भालू हँस कर हमें बुला रहा था। एक तरफ रंगीन किताबें

Mô-tê Pê-tσ Va-la Bha-lu Hăt-x-cσ-r Hăm-mê Bu-la Ra-ha Tha. Ê-k Ô-r Răn-ghin Ki-ta-bê

सजी थीं। बेर, केले, सेब, अन्नानास, अंगूर आदि फलों की चाट बड़ी रसीली थी।

Sa-gi Thi. Bê-r, Kê-lê, Xê-b, An-na-nas, Ăng-gu-r A-đi P-ha-lô* Ki Chat Bσ-đi Rσ-xi-li Thi.

हम खूब घूमे। विदेशी सैलानियों ने भारत के कई नए रंग-रूप देखे।

Hăm Ku-b Ghu-mê. Vi-đê-si Xe-la-ni-giu* Nê Bha-brat Kê Cây Nay Răng-gσ-ruu-p Đê-khê.

वापस आते समय सब ठिठक गए। अचानक सड़क पर शेर देखकर

Va-pσ-s A-tê Xa-may Xăp-b Thi-thăc-k Ga-ê. A-cha-năc-k Xa-đăc Pσ-r Sê-r Đê-k-h Ka-r

हम हैरान थे। किसी ने वन अधिकारियों को बुलाया। शेर पहाड़ की

Hăm He-ran Thê. Ki-xi-nê Văn A-đhi-ka-ri-y-ô Cô bu-lai-a. Sê-r P-ha-đ Ki

तरफ जंगल में चला गया। फिर हम घर आ गए।

Ta-ră-ph giăng-gσ-l Mê* Chala Gai-A. Pi-r Hăm G-h-r A Ga-ê.

प्रश्न

1. मेला कहाँ लगा था ? (जंगल / नैनीताल)
2. हमने वह नजारा----- में कैद कर लिया। (कैमरे / पहाड़)
3. ----- ने भारत के कई नए रंग-रूप देखे। (सैलानियों / किताब)

LỄ HỘI

Có một hội chợ Baisakhi ở Nainital. Những hình ảnh của hội chợ được đăng trên nhật báo.

Một số vị khách nước ngoài đã ghé nhà chúng tôi. Buổi tối, chúng tôi đi bộ tới hội chợ. Mặt trời lặn sau dãy núi trông thật đẹp. Chúng tôi đã chụp ảnh lại. Những thửa ruộng bậc thang trên đồi cũng đẹp mê hồn.

Chẳng mấy chốc, chúng tôi đã ở giữa hội chợ đông đúc và náo nhiệt. Một con gấu bụng bự đang mỉm cười gọi chúng tôi. Một bên là những cuốn sách đầy màu sắc được trưng bày ngay ngắn. Món trái cây trộm, có táo ta, chuối, táo tây, dứa, nho và nhiều loại trái cây khác nữa, rất mọng nước.

Chúng tôi đi vòng vòng khám phá. Các du khách nước ngoài được chứng kiến nhiều màu sắc và khía cạnh mới của Ấn Độ.

Trên đường trở về, mọi người đột nhiên dừng lại. Chúng tôi đã bị sốc khi nhìn thấy một con sư tử trên đường! Có người đã gọi cán bộ kiểm lâm. Con sư tử quay trở lại rừng, hướng về phía núi. Sau đó, chúng tôi trở về nhà.

मित्र देश MI-T-RO' ĐÊ-S (ए - े और ऐ - ै की कहानी)

Ghi chú: âm mũ (*)

वियतनाम मेरा प्यारा देश है। यहाँ अनेक झीलें हैं। समुद्र के किनारे खूबसूरत
Việt Nam Mê-ra Pi-a-ra Đê-s He. Y-a-ha* A-nê-k Gi-lê He*. Xam-ut-t-rơ Kê Ki-na-rê Kub-xu-rat
यहाँ का नज़ारे हैं, पहाड़ हैं। टेट प्रिय पारंपरिक उत्सव है। परिवार के सब
Na-da-rê He*, P-ha-r He*. Tet Y-a-ha* Ka Pri-ơ Pa-rãm-pa-ri-k Ut-xơ-v He. Pa-ri-va-r Kê Xã-bơ
जन इसे मिलकर, कई दिन तक मिलकर मनाते हैं। शहर-गाँव में सब घर
Gian l-xê Mi-l-kơ, Kay Đin Tắc-k Mi-l-kơ Ma-na-tê He*. Xơ-hơ-Ga*o Mê Xơ-bơ G-h-r
सजाते हैं, कई पकवान बनाते हैं। एक-दूसरे के घर मुबारकबाद
Xa-gia-tê He*, Kai-i Pác-van Ba-na-tê He*. Ê-k Đu-xơ-rê Kê G-h-r Mu-ba-rác-k-ba-đ
देने जाते हैं। भारत मेरे मित्र का देश है। वहाँ का नृत्य-
Đê-nê Gia-tê He*. B-ha-rat Mê-rê Mi-t-rơ Ka Đê-s He. Va-ha* Ka Nrut-ti-y-a-
संगीत-योग दुनिया भर में पसंद किया जाता है।
Xăng-git-Y-ô-gơ Đu-ni-a B-h-r Mê Pa-xãm-đơ Ki-a Gia-ta He.

मैं भारत के कई सुंदर शहर देखना चाहती हूँ, वहाँ की मित्र

Me B-ha-rat Kê Kai-i Xun-đơ Xơ-hơ Đê-kơ-na Cha-hat-ti h*m, Va-ha* Ki Mi-t-rơ
संस्कृति समझना चाहती हूँ। वहाँ के जीवन-समाज के बारे में बहुत
San-x-kri-ti Xa-ma-giơ-na Cha-ha-ti h*m. Va-ha* Kê Gi-van--Xa-ma-gi Kê Ba-rê Mê Ba-hut
कुछ जानना चाहती हूँ। बॉलीवुड की फिल्में देखना और गाने गाना चाहती हूँ।
Kut-ch Gia-nơ-na Cha-ha-ti h*m. Bô-li-ut Ki Phi-lmê Đê-k-na O-r Ga-nê Ga-na Cha-ha-ti
h*m.

प्रश्न

1. झीलें कहाँ हैं ? (वियतनाम /गाँव)
2. भारत मेरे ----- का देश है। (मित्र /भाई)
3. मैं भारत के ----- बारे में बहुत कुछ जानना चाहती हूँ
4. मैं ----- की फिल्में देखना और गाने गाना चाहती हूँ

7. कहानी और अभ्यास

कोलंबो में (ओ – ो और औ- ौ की कहानी)

(Link YouTube: bit.ly/kolambo)



मैं कोलंबो के किनारे रहती हूँ। मैं नौ साल की हूँ। सागर की लहरों के पास, हमारा छोटा-सा घर है। गाँव रोड़ पार करते ही हम सागर की लहरों के बीच पहुँच जाते हैं। ऊँची रेल की पटरियों से टकराकर लहरों को वापस जाना पड़ता है। पिछले दो महीने से पटरियों पर न कोई रेल थी और न ही सड़क पर ज़्यादा गाड़ियों को हम देख पाते थे। तेज़ हवा लहरों से खेलती थी। उसकी आवाज़ हमारे घर और कानों में घुस जाती थी। कोई नौका भी नहीं चल रही थी।

Kô-i No-ka Bhi Nô-hi Chăn-l Ra-hi Thi.

कोरोना काल में चारों ओर शांति पसरी हुई थी। जब भी बारिश होती, माँ पकौड़े बनाती। माँ को भारत की याद आती। उनका बचपन पंजाब के मोगा शहर में बीता था। तब गोपाल उनका पड़ोसी था। गोपाल की माँ बारिश के मौसम में, हमेशा पकौड़े बनाती थी और सबको खिलाती थी। मोहल्ले का हलवाई समोसे और जलेबी बनाता था। बारिश के मौसम में भारतीय समोसा खाने का मज़ा ही अलग है, माँ कहती हैं।

Mê Bha-r-ti-y-ô Xam-mô-xa Ka-nê Ka Ma-da Hi A-lăc-k He, Ma Kê-hê-ti He*.

Ở COLOMBO

Tôi sống ở bờ biển Colombo. Tôi chín tuổi. Chúng tôi có một ngôi nhà nhỏ gần bờ biển. Chỉ cần băng qua đường Galle, chúng tôi đã đến giữa những con sóng. Sóng ập vào đường ray xe lửa trên cao rồi lại rút xuống.

Hai tháng qua, không có một chuyến tàu nào trên đường ray, chúng tôi cũng chẳng thấy nhiều phương tiện giao thông trên đường. Gió mạnh đùa giỡn với những con sóng. Âm thanh ấy lọt vào nhà và tai chúng tôi. Cũng chẳng có chiếc thuyền nào ra khơi. Trong đại dịch COVID-19, một sự yên lặng sâu sắc bao trùm xung quanh.

Mỗi khi trời mưa, mẹ tôi lại làm bánh pakoda. Mẹ hẳn là nhớ Ấn Độ. Mẹ trải qua tuổi thơ ở Moga, một thành phố ở vùng Punjab. Hồi đó, Gopal là hàng xóm của mẹ. Mẹ của Gopal luôn làm pakoda vào mùa mưa và chia cho mọi người. Người hàng xóm làm bánh ngọt ấy sẽ chuẩn bị bánh samosas và jalebis. Mẹ tôi nói: “Ăn samosa Ấn Độ vào mùa mưa có nét hấp dẫn riêng.”

1. लड़की कितने साल की है ?
2. उसका घर कैसा था ?
3. रेल की पटरियाँ कैसी थीं ?
4. माँ को कहाँ की याद आती ?
5. हवा किससे खेल रही थी ?
6. माँ पकौड़े कब बनती थीं?
7. गोपाल की माँ क्या खिलाती थीं?
8. माँ का बचपन कहाँ बीता था ?
9. हलवाई क्या बनता था ?
10. चित्रों के नाम लिखिए।

शब्द (Từ)	अर्थ (Nghĩa)
लहरों	Sóng
छोटा	Nhỏ
मोहल्ला	Phố
दो	Hai
कोई	Bất kì
कानों	Tai
चारों	Tất cả bốn
ओर	Bên, phía
पड़ोसी	Hàng xóm

नौ - नौ दिन नवरात्र मनाते हैं।

और - आम और केले मीठे हैं।

नौका - नौका बड़ी है।

पकौड़े - आलू के पकौड़े मज़ेदार हैं।

मौसम - आज मौसम अच्छा है।

है(is)एकवचन

लड़की गाती है।

हैं(are) – बहुवचन

लड़कियाँ गाती हैं।

लड़कियों ने बनाया।

पड़ोसी आया है।

पड़ोसी आए हैं।

पड़ोसियों को बुलाओ।

लहर उठती है।

लहरें उठती हैं।

लहरों से दूर रहो।

चित्रों के नाम लिखिए।



विशेषण – Tính từ

गुणवाचक विशेषण (Tính từ chỉ tính chất)

बड़ा (to)

छोटा (nhỏ)

लाल (đỏ)

हरा (xanh lá cây)

परिमाणवाचक विशेषण (Tính từ chỉ số lượng)

दो किलो (hai cân/ hai ki-lô-gam)

चार लीटर (bốn lít)

बहुत-सा (quá nhiều)

थोड़ा-सा (rất ít)

संख्यावाचक विशेषण (tính từ chỉ số lượng, số đếm)

पहला (thứ nhất) -----

बीस (hai mươi) -----

कई (nhiều) -----

हजारों (hàng nghìn) -----

सर्वनामिक विशेषण (tính từ chỉ định)

मेरा (của tôi) -----

हमारा (của chúng tôi/ của chúng ta) -----

उसकी (của cô ấy/ của anh ấy) -----

वह (kia/ đây) -----

मोर और कोयल

(ओ – ो और औ- ौ की कहानी)

होली के बाद मौसम बदल गया था। आम पर बौर छा

Hô-li Kê Ba-th Mo-xăm Ba-đơ-l Gai-a Tha. Am Pơ-r Bo-r Cha

गयी। चारों ओर भीनी-भीनी खुशबू फैली है। सुबह-शाम

Gai-i. Cha-rô Ô-r Bhi-ni---Bhi-ni Khu-s-bu P-he-li He. Xu-bơ-hơ Sam

कोयल की आवाज़ से वातावरण गूँजने लगा। आज गौरी

Kô-ia-l Ki A-va-d Xê Va-ta-va-răn Gung-giơ-nê La-ga. A-gi Go-ri

सैर के लिए मोर की आवाज़ भी आ रही थी।

Xe-r Kê Li-ê Gai-i Tô Mô-r Ki A-va-d B-hi a Ra-hi Thi.

वह कोयल और मोर देखने बगीचे की ओर चल दी।

Vơ-hơ Kô-ia-l O-r Mô-r Đê-k-nê Bơ-ghi-chê Ki Ô-r Chă-l đi.

माली वहाँ नए पौधे लगा रहा था। बगीचे में कौए और

Ma-li Va-ha Na-ê Po-t-hê La-ga Ra-ha Tha. B-ha-ghi-chê Mê Cau-uê O-r.

चिड़ियाँ तो दिखीं पर मोर और कोयल नहीं।

Chi-ri-a* Tô Đì-ki* Pơ-r Mô-r Ô-r Kô-ia-l Na-hi*.

वह निराश नहीं हुई। उसने सोचा कल सुबह जल्दी

Vơ-hơ Ni-ra-s Na-hi* Huy. Ut-x-nê Xô-cha Kăn-l Xu-bơ-hơ Giơ-l-đì

विद्यालय पहुँच कर मोर और कोयल को जरूर देख

Vit-đì-a-lê-y Pa-hut-ch Kơ-r Mô-r O-r Kô-ia-l Kô Dơ-ru-r Đê-k

लेगी।

Lê-ghi.

CHIM CÔNG VÀ CHIM CÚC CU

Sau (lễ) Holi, thời tiết thay đổi. Những cây xoài đã nở hoa. Hương thơm ngọt, dịu nhẹ lan tỏa khắp nơi. Buổi sáng và buổi tối tràn ngập tiếng chim cúc cu du dương. Hôm nay, khi đang đi dạo, Gauri cũng nghe thấy tiếng chim công.

Cô đi về phía vườn để xem chim cúc cu và chim công. Người làm vườn đang trồng những cây non mới ở đó. Trong vườn, cô nhìn thấy quạ và chim sẻ nhưng không thấy con công hay chim cu nào.

Cô không hề thất vọng. Cô thầm nghĩ rằng sáng hôm sau sẽ đến trường sớm và chắc chắn sẽ nhìn thấy chim công và chim cúc cu.



कारक

1. कर्ता	ने
2. क्रम	को
3. करण	से / के द्वारा
4. संप्रदान	को / के लिए
5. अपादान	से (अलग होना)
6. संबंध	का, के, की, रा, रे, री
7. अधिकरण	में/ पर
8. संबोधन	ही, अरे, ओ

कारक की पहचान

😊 जिस शब्द से, वाक्य के अन्य शब्दों के साथ क्रिया के संबंध का बोध होता है, उसे कारक कहते हैं।

😊 विभक्ति या परसर्ग – जिन प्रत्ययों से कारकों की स्थितियों का बोध होता है, उन्हें विभक्ति या परसर्ग कहते हैं।

कारक के उदाहरण

कर्ता – हिएन पढ़ रही है।

उयन ने खाना खाया।

- कर्म** – थाँग ने मित्र को पत्र लिखा।
खान्ह ने कार चलाई।
- करण** – सोहन हाथ से बीज छिलता है।
डाक द्वारा उपहार भेजा है।
- संप्रदान** – भिक्षु ने गरीब को स्मृति चिह्न दिया।
मैं पौधों के लिए खाद लायी।
- अपादान** – नदी पहाड़ से आती है।
कार साइकिल से बड़ी है।
- संबंध** – पदमा का भाई लंबा है।
चांग की पोशाक सुंदर है।
- अधिकरण** - कमल तलब में खिलते हैं।
पेड़ पर फल पक रहा है।
आसमान सुबह लाल था।
- संबोधन** – अरे लिन्ह ! इधर तो आ।
हे भगवान ! अब क्या करूँ।

संख्या और समय

क्रमसूचक संख्याएँ (Số thứ tự)

पहला	दूसरा	तीसरा	चौथा	पाँचवाँ	छठा
सातवाँ	आठवाँ	नवाँ	दसवाँ	ग्यारहवाँ	बारहवाँ

भिन्नसूचक संख्याएँ (Phân số)

एक चौथाई	$\frac{1}{4}$	सवा दो	$2\frac{1}{4}$
आधा	$\frac{1}{2}$	ढाई	$2\frac{1}{2}$
पौन	$\frac{3}{4}$	पौने तीन	$2\frac{3}{4}$
सवा	$1\frac{1}{4}$	सवा तीन	$3\frac{1}{4}$
डेढ़	$1\frac{1}{2}$	साढ़े तीन	$3\frac{1}{2}$
पौने दो	$1\frac{3}{4}$	पौने चार	$3\frac{3}{4}$

समय के लिए

पौन बजा है	अर्थात्	12.45
सवा बजा है	अर्थात्	01.15
डेढ़ बजा है	अर्थात्	01.30
पौन दो बजे हैं	अर्थात्	01.45
सवा दो बजे हैं	अर्थात्	02.15
ढाई बजे हैं	अर्थात्	02.30

कुछ और संख्यावाचक शब्द

11 ग्यारह	12 बारह	13 तेरह	14 चौदह	15 पंद्रह
16 सोलह	17 सत्रह	18 अठारह	19 उन्नीस	20 बीस
21 इक्कीस	22 बाइस	23 तेइस	24 चौबीस	25 पच्चीस
26 छब्बीस	27 सत्ताईस	28 अट्ठाईस	29 उनतीस	30 तीस
31 इकतीस	32 बत्तीस	33 तैंतीस	34 चौँतीस	35 पैँतीस
36 छत्तीस	37 सैंतीस	38 अडतीस	39 उनतालीस	40 चालीस
41 इकतालीस	42 बयालीस	43 तैंतालीस	44 चवालीस	45 पैँतालीस
46 छियालीस	47 सैंतालीस	48 अडतालीस	49 उनचास	50 पचास
51 इक्यावन	52 बावन	53 तिरपन	54 चौवन	55 पचपन
56 छप्पन	57 सत्तावन	58 अट्ठावन	59 उनसठ	60 साठ
61 इकसठ	62 बासठ	63 तिरसठ	64 चौँसठ	65 पैँसठ
66 छियासठ	67 सडसठ	68 अडसठ	69 उनहत्तर	70 सत्तर
71 इकहत्तर	72 बहत्तर	73 तिहत्तर	74 चौहत्तर	75 पचहत्तर
76 छिहत्तर	77 सतहत्तर	78 अठहत्तर	79 उनासी	80 अस्सी
81 इक्यासी	82 बयासी	83 तिरासी	84 चौरासी	85 पचासी
86 छियासी	87 सतासी	88 अठासी	89 नवासी	90 नब्बे
91 इकहत्तर	92 बानवे	93 तिरानवे	94 चौरानवे	95 पचानवे
96 छियानवे	97 सतानवे	98 अठानवे	99 निन्यानवे	100 सौ
हजार	लाख	करोड़	अरब	आदि-आदि

(हिंदी गीत १ – Bài hát số 1)

उठे सबके कदम, तरा रम-पम-पम

U-THÊ SA-B-KÊ KA-ĐĂM ĐÊ-K-HÔ RĂM PĂM PĂM

*(Ghi chú: * âm mũi)*

उठे सबके कदम, तरा रम-पम-पम

U-thê sa-b-kê ka-đăm đê-k-hô răm păm păm

उठे सबके कदम, तरा रम-पम-पम

U-thê sa-b-kê ka-đăm đê-k-hô răm păm păm

अजी ऐसे गीत गाया करो

A-gi e-xê ghit ga-ya ka-rô

कभी खुशी कभी ग़म, तरा रम-पम-पम

Ko-b-hi k-hu-si, ka-b-hi găm ta-ra răm păm păm

हंसों और हंसाया करो

Ha-xô o-r ha-xai-ya ka-rô

उठे सबके कदम, तरा रम-पम-पम

U-thê sa-b-kê ka-đăm đê-k-hô răm păm păm

अजी ऐसे गीत गाया करो

A-gi e-xê ghit ga-ya ka-rô

कभी खुशी कभी ग़म, तरा रम-पम-पम

Ko-b-hi k-hu-si, ka-b-hi găm ta-ra răm păm păm

हंसों और हंसाया करो

Ha-xô o-r ha-xai-ya ka-rô

La la la la la la... ya ya ya... la la la...

वो प्यारे दिन और वो प्यारी रातें

Vô pê-a-rê đin o-r vô pê-a-ri ra-tê*

याद हमे हैं वो मुलाकातें

Ya-đ ha-mê he* vô mu-la-ka-te*

नहीं कोई ग़म मुझे नहीं है गिला

Na-hi* ko-i găm mu-gi-hê na-hi* he gi-la

ज़िंदगी की राह में मिला है जबसे तू मेरे हमदम

Din-đa-ghi ki ra-ha mê* mi-la he giăp-xê tu mê-rê hăm-đăm

शबनम हम हैं और तुम शोला बन जाया करो

Săp-b-năm hăm he* o-r tum sô-la bãn gia-ya ka-rô

कभी खुशी कभी ग़म, तरा रम-पम-पम

Ko-b-hi k-hu-si, ka-b-hi găm ta-ra răm păm păm

हंसों और हंसाया करो

Ha-xô o-r ha-xai-ya ka-rô

उठे सबके कदम, तरा रम-पम-पम

U-thê sa-b-kê ka-đăm đê-k-hô răm păm păm

अजी ऐसे गीत गाया करो

A-gi e-xê ghit ga-ya ka-rô

कभी खुशी कभी ग़म, तरा रम-पम-पम

Ko-b-hi k-hu-si, ka-b-hi găm ta-ra răm păm păm

हंसों और हंसाया करो

Ha-xô o-r ha-xai-ya ka-rô

La la la la la la... ya ya ya... la la la...

Bài hát số 1: Hãy cùng bước chân lên, tara ram-pam-pam

Hãy cùng bước chân lên, tara ram-pam-pam

Hãy cùng bước chân lên, tara ram-pam-pam

Ôi, hát lên những khúc ca như thế

Đôi khi là niềm vui, đôi khi là nỗi buồn, tara ram-pam-pam

Cười và làm người khác cười

Hãy cùng bước chân lên, tara ram-pam-pam

Ôi, hát lên những khúc ca như thế

Đôi khi là niềm vui, đôi khi là nỗi buồn, tara ram-pam-pam

Cười và làm người khác cười

Những ngày đáng yêu đó và những đêm đáng yêu đó

Tôi nhớ những cuộc gặp gỡ ấy

Không có nỗi buồn, chẳng một lời phàn nàn

Từ ngày tôi tìm thấy anh, bạn đồng hành cùng tôi trên đường đời

Chúng ta giống như sương, và anh trở thành ngọn lửa

Đôi khi là niềm vui, đôi khi là nỗi buồn, tara ram-pam-pam

Cười và làm người khác cười

Hãy bước chân lên, tara ram-pam-pam

Ôi, hát lên những khúc ca như thế

Đôi khi là niềm vui, đôi khi là nỗi buồn, tara ram-pam-pam

Cười và làm người khác cười

La la la la la... ya ya ya... la la la...

(हिंदी गीत २ – Bài hát số 2)

ये दोस्ती

YE-H ĐÔ-X-TI

ये दोस्ती हम नहीं तोड़ेंगे

Ye-h đô-x-ti hăm ne-hi* tô-rêng-ghê

तोड़ेंगे दम मगर

Tô-rêng-ghê đăm-ma-gơ-r

तेरा साथ ना छोड़ेंगे

Tê-ra xat-th na trô-rêng-ghê

ये दोस्ती हम नहीं तोड़ेंगे

Ye-h đô-x-ti hăm ne-hi* tô-rêng-ghê

तोड़ेंगे दम मगर

Tô-rêng-ghê đăm-ma-gơ-r

तेरा साथ ना छोड़ेंगे

Tê-ra xat-th na trô-rêng-ghê

अरे मेरी जीत तेरी जीत

A-rê mê-ri git tê-ri git

तेरी हार मेरी हार

Tê-ri ha-r mê-ri ha-r

सुन ऐ मेरे यार

Xun ây mê-rê ya-r

तेरा ग़म मेरा ग़म

Tê-ra g-hẵm mē-ra g-hẵm

मेरी जान तेरी जान

Mê-ri gian tē-ri gian

ऐसा अपना प्यार

E-xa ap-b-na pê-a-r

ज़ान पै भी खेलेंगे

Gian pê b-hi k-he-leng-ghê

तेरे लिये ले लेंगे

Tê-rê li-ye lê leng-ghê

ज़ान पै भी खेलेंगे

Gian pê b-hi k-he-leng-ghê

तेरे लिये ले लेंगे

Tê-rê li-ye lê leng-ghê

सबसे दुश्मनी

Xăp-b-xê đ̣u-s-ma-ni

ये दोस्ती हम नहीं तोड़ेंगे

Ye-h đ̣o-x-ti hẵm ne-hi* ṭo-rêng-ghê

तोड़ेंगे दम मगर

Ṭo-rêng-ghê đ̣ẵm-ma-g̣o-r

तेरा साथ ना छोड़ेंगे

Tê-ra xat-th na tṛo-rêng-ghê

Bài hát số 2: Tình bạn này

Tình bạn này của chúng ta sẽ không tan vỡ
Chúng ta sẽ chết,
Nhưng chúng tôi sẽ không rời xa bạn.
Tình bạn này của chúng ta sẽ không tan vỡ,
Chúng ta sẽ chết,
Nhưng chúng tôi sẽ không rời xa bạn.
Ôi, chiến thắng của tôi là chiến thắng của bạn,
Thất bại của bạn là thất bại của tôi,
Nghe này, bạn của tôi,
Nỗi buồn của bạn là nỗi buồn của tôi,
Cuộc sống của tôi là cuộc sống của bạn,
Tình yêu thương giữa chúng ta là vậy đó.
Chúng tôi thậm chí sẽ liều mạng,
Chúng tôi sẽ mạo hiểm vì bạn.
Chúng tôi thậm chí sẽ liều mạng,
Chúng tôi sẽ mạo hiểm vì bạn.
Sự thù hận có ở khắp mọi nơi,
Nhưng tình bạn này của chúng ta sẽ không tan vỡ,
Chúng ta sẽ chết,
Nhưng Chúng tôi sẽ không rời xa bạn.

पुष्प की अभिलाषा(देशभक्ति)

चाह नहीं मैं सुरबाला के
गहनों में गूँथा जाऊँ,
चाह नहीं, प्रेमी-माला में
बिंध प्यारी को ललचाऊँ,
चाह नहीं, सम्राटों के शव
पर हे हरि, डाला जाऊँ,
चाह नहीं, देवों के सिर पर
चढ़ूँ भाग्य पर इठलाऊँ।
मुझे तोड़ लेना वनमाली!
उस पथ पर देना तुम फेंक,
मातृभूमि पर शीश चढ़ाने
जिस पथ जावें वीर अनेक
- माखनलाल चतुर्वेदी

छाता (प्रकृति)

विपदाएं आते ही,
खुलकर तन जाता है
हटते ही
चुपचाप सिमट ढीला होता है;
वर्षा से बचकर
कोने में कहीं टिका दो,
प्यार एक छाता है
आश्रय देता है गीला होता है।
सर्वेश्वर दयाल सक्सेना

सागर लहरें

(प्रकृति)

सागर के उर पर नाच नाच,
करती हैं लहरें मधुर गाना।
जगती के मन को खींच खींच
निज छवि के रस से सींच सींच
जल कन्याएं भोली अजान
सागर के उर पर नाच नाच,
करती हैं लहरें मधुर गाना।
प्रातः समीर से हो अधीर
छू कर पल पल उल्लसित तीर
कुसुमावली सी पुलकित महान
सागर के उर पर नाच नाच,
करती हैं लहरें मधुर गाना।
संध्या से पा कर रुचिर रंग
करती सी शत सुर चाप भंग
हिलती नव तरु दल के समान
सागर के उर पर नाच नाच,
करती हैं लहरें मधुर गाना।

करतल गत उस नभ की विभूति
पा कर शशि से सुषमानुभूति
तारावलि सी मृदु दीप्तिमान
सागर के उर पर नाच नाच,
करती हैं लहरें मधुर गाना।
तन पर शोभित नीला दुकूल
है छिपे हृदय में भाव फूल
आकर्षित करती हुई ध्यान
सागर के उर पर नाच नाच,
करती हैं लहरें मधुर गाना।
हैं कभी मुदित, हैं कभी खिन्न,
हैं कभी मिली, हैं कभी भिन्न,
हैं एक सूत्र से बंधे प्राण,
सागर के उर पर नाच नाच,
करती हैं लहरें मधुर गाना।

ठाकुर गोपाल शरण सिंह

बहुत दिनों के बाद – नागार्जुन	(प्रकृति)
<p>बहुत दिनों के बाद अबकी मैंने जी भर देखी पकी-सुनहली फ़सलों की मुस्कान —बहुत दिनों के बाद</p>	<p>बहुत दिनों के बाद अबकी मैं जी भर छू पाया अपनी गँवई पगडंडी की चंदनवर्णी धूल —बहुत दिनों के बाद</p>
<p>बहुत दिनों के बाद अबकी मैं जी भर सुन पाया धान कूटती किशोरियों की कोकिलकंठी तान —बहुत दिनों के बाद</p>	<p>बहुत दिनों के बाद अबकी मैंने जी भर तालमखाना खाया गन्ने चूसे जी भर —बहुत दिनों के बाद</p>
<p>बहुत दिनों के बाद अबकी मैंने जी भर सूँघे मौलसिरी के ढेर-ढेर-से ताज़े-टटके फूल —बहुत दिनों के बाद</p>	<p>बहुत दिनों के बाद अबकी मैंने जी भर भोगे गंध-रूप-रस-शब्द-स्पर्श सब साथ- साथ इस भू पर —बहुत दिनों के बाद</p>
<p>गँवई, अर्थ है- गाँव संबंधी, गाँव का, देहाती।</p>	

भई, सूरज

ज़रा इस आदमी को जगाओ!

भई, पवन

ज़रा इस आदमी को हिलाओ!

यह आदमी जो सोया पड़ा है,

जो सच से बेखबर

सपनों में खोया पड़ा है।

भई पंछी,

इसके कोनों पर चिल्लाओ!

भई सूरज! ज़रा इस आदमी को

जगाओ,

वक्त पर जगाओ,

नहीं तो बेवक्त जगेगा यह

तो जो आगे निकल गए हैं

उन्हें पाने-

घबरा के भागेगा यह!

घबराना के भागना अलग है,

क्षिप्र गति अलग है,

क्षिप्र तो वह है

जो सही क्षण में सजग है।

सूरज, इसे जगाओ,

पवन, इसे हिलाओ,

पंछी, इसके कानों पर चिल्लाओ!

एक दिन विष्णुजी के पास गए नारद जी,
पूछा, "मृत्युलोक में कौन है पुण्यशुलोक
भक्त तुम्हारा प्रधान?"

विष्णु जी ने कहा, "एक सज्जन किसान है
प्राणों से भी प्रियतमा"
"उसकी परीक्षा लूँगा", हँसे विष्णु सुनकर यह,
कहा कि, "ले सकते हो।"

नारद जी चल दिए
पहुँचे भक्त के यहाँ
देखा, हल जोतकर आया वह दोपहर को,
दरवाजे पहुँचकर रामजी का नाम लिया,
स्नान-भोजन करके
फिर चला गया काम पर।
शाम को आया दरवाजे फिर नाम लिया,
प्रातः काल चलते समय
एक बार फिर उसने
मधुर नाम स्मरण किया।

"बस केवल तीन बार?"
नारद चकरा गए-
किन्तु भगवान को किसान ही यह याद आया?
गए विष्णुलोक
बोले भगवान से
"देखा किसान को
दिन भर में तीन बार
नाम उसने लिया है।"

बोले विष्णु, "नारद जी,
आवश्यक दूसरा
एक काम आया है
तुम्हें छोड़कर कोई
और नहीं कर सकता।
साधारण विषय यह।
बाद को विवाद होगा,
तब तक यह आवश्यक कार्य पूरा कीजिए
तैल-पूर्ण पात्र यह
लेकर प्रदक्षिणा कर आइए भूमंडल की

<p> ध्यान रहे सविशेष एक बूँद भी इससे तेल न गिरने पाए।" लेकर चले नारद जी आज्ञा पर धृत-लक्ष्य एक बूँद तेल उस पात्र से गिरे नहीं। योगीराज जल्द ही विश्व-पर्यटन करके लौटे बैकुंठ को तेल एक बूँद भी उस पात्र से गिरा नहीं उल्लास मन में भरा था यह सोचकर तेल का रहस्य एक अवगत होगा नया। नारद को देखकर विष्णु भगवान ने बैठाया स्नेह से कहा, "यह उत्तर तुम्हारा यही आ गया बतलाओ, पात्र लेकर जाते समय कितनी बार नाम इष्ट का लिया?" </p>	<p> "एक बार भी नहीं।" शंकित हृदय से कहा नारद ने विष्णु से "काम तुम्हारा ही था ध्यान उसी से लगा रहा नाम फिर क्या लेता और?" विष्णु ने कहा, "नारद उस किसान का भी काम मेरा दिया हुआ है। उत्तरदायित्व कई लादे हैं एक साथ सबको निभाता और काम करता हुआ नाम भी वह लेता है इसी से है प्रियतमा।" नारद लज्जित हुए कहा, "यह सत्य है।" </p>
--	--

NGÀY QUỐC TẾ YOGA

Giao thức Yoga phổ biến (CYP) - 45 phút



CẦU NGUYỆN: 1 phút

Cầu cho bạn dịch chuyển trong thuận hòa. Cầu cho bạn nói năng trong hòa hợp
 Hãy để tâm trí bạn bình thản như buổi ban đầu.
 Hãy để thành linh hiển lộ trong nỗ lực thiêng liêng của bạn

KHỞ ĐỘNG: 6 phút



YOGASANA: 25 phút



KRIYĀ, PRĀṆĀYĀMA, DHYĀNA, SAṆKALPA 12 phút

SHANTI MANTRA: 1 phút

Cầu cho tất thấy được hạnh phúc
 Cầu cho tất thấy không ốm đau
 Cầu cho tất thấy thấy đều lành
 Cầu cho không ai phải khổ đau
 Om Bình an, Bình an, Bình an.



अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

सामान्य योग अभ्यासक्रम (सीवाईपी) 45 मिनट



प्रार्थना : 1 मिनट

संगच्छ्वं संवदध्वं, सं वो मनांसि जानताम्
देवा भागं यथा पूर्वं, सञ्जानाना उपासते ॥

चालन क्रियाएं : 6 मिनट



योगासन : 25 मिनट



क्रिया, प्राणायाम, ध्यान और संकल्प
12 मिनट

शांति मंत्र : 1 मिनट

ॐ सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु, मा कश्चिद्दुःखमाप्सवेत् ॥
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥



कपालभाति



नाडी शोधन प्राणायाम



शीतली प्राणायाम



भ्रामरी प्राणायाम



ध्यान

(*Source tham khảo: <https://yoga.ayush.gov.in/public/assets/front/pdf/CYPEnglishLeaflet.pdf>)*

Tổng hợp bởi Hoàng Diệu Huân, phiên dịch viên, SVCC Hà Nội.

वार – ngày	
हिंदी	Tiếng Việt
सोमवार	Thứ Hai
मंगलवार	Thứ Ba
बुधवार	Thứ Tư
गुरुवार	Thứ Năm
शुक्रवार	Thứ Sáu
शनिवार	Thứ Bảy
रविवार	Chủ nhật

दिशा -- Phương Hướng	
हिंदी	Tiếng Việt
उत्तर	Bắc
दक्षिण	Nam
पूर्व	Đông
पश्चिम	Tây
पूर्वोत्तर	Đông Bắc
उत्तर पश्चिम	Tây Bắc
दक्षिण पूर्व	Đông Nam
दक्षिण पश्चिम	Tây Nam

महीने – tháng

पारंपरिक भारतीय माह- चैत्र, वैशाख, ज्येष्ठ, आषाढ़, श्रावण, भाद्रपद, आश्विन, कार्तिक, मार्गशीर्ष, पौष, माघ, फाल्गुन

हिंदी(अंग्रेजी से प्रभावित)	Tiếng Việt
जनवरी	Tháng Giêng
फरवरी	Tháng hai
मार्च	Tháng Ba
अप्रैल	Tháng Tư
मई	Tháng Năm
जून	Tháng Sáu
जुलाई	Tháng Bảy
अगस्त	Tháng Tám
सितंबर	Tháng Chín
अक्टूबर	Tháng Mười
नवंबर	Tháng Mười một
दिसम्बर	Tháng Mười hai