अनवर चाची की रसोई

यह अनवर चाची की रसोई है। चाची इसमें खाना तो पकाती ही हैं, साथ ही इसे अपना दवाखाना भी बना रखा है। जब किसी को कोई छोटी–मोटी चोट लगती है या बीमारी हो जाती है तो चाची झट इन चीज़ों से इलाज की कोशिश करने लगती हैं ताकि बीमारी ज़्यादा नहीं बढ़ पाए।

दवा के साथ–साथ वह इन बातों की सलाह भी हमेशा देती हैं –

(क) सफाई रखना और ठीक भोजन करना।

(ख) जैसे ही संभव हो, डॉक्टर के पास जाना।

(ग) इलाज पूरा करना और बीमारी ठीक होने पर भी डॉक्टर के पास एक बार फिर जरूर जाना।

1. *उनकी अलमारी में कई चीज़ें रखी हैं, उन्हें ध्यान से देखो। कौन–कौन से मसाले हैं? क्या–क्या चीज़ें हैं?*
2. *अनवर चाची की रसोई का सामान तो तुमने देख लिया। तुम्हारे घर पर इनमें से कौन–कौन सी चीज़ें रखीं हैं?*
3. *क्या भोजन बनाने के अलावा इनका कुछ और उपयोग भी होता है? नीचे दी गई तालिका में अपनी जानकारी भरो। इसे भरने में अपने शिक्षक, घर वालों की मदद भी ले सकते हो।*

नाम	किस काम में आता है	कैसे काम लेते हैं

अनवर चाची के कुछ नुस्खे पढ़ें

नाम	किस काम में आता है	किस तरह काम में लेते हैं
नमक	गला दुखने पर	एक गिलास कुनकुने पानी में एक चम्मच नमक डालकर दिन में दो बार गरारे करो।
हींग	पेट दुखने और फूलने पर	गुड़ की गोली बनाओ। गोली में चावल के दाने बराबर हींग डालो। गोली को निगल लो।
फिटकरी	पानी को साफ करने में	फिटकरी को पानी के घड़े में एक बार चलाएँ।

अनवर चाची ने अपने आँगन में कुछ पेड़–पौधे भी उगा रखे हैं। जैसे– तुलसी, पपीता, पुदीना। इनका भी वह दवा की तरह उपयोग करती हैं।

छुईमुई

खाँसी–जुकाम : तुलसी के पत्तों से वह खाँसी–जुकाम की दवा बनाती हैं। पत्तों के रस की 2–3 बूँदें वह दिन में तीन बार पीने को देती हैं। बुखार में वह तुलसी के पत्तों का 2 चम्मच रस, दो पिसी हुई काली मिर्च और गुड़ को पानी में मिलाकर काढ़ा बनाती हैं। उसे दिन में तीन बार पीने को देती हैं।

क्या तुम्हारे आँगन में ऐसे पौधे हैं जिनका घरेलू दवा बनाने में उपयोग किया जाता है? अगर हाँ तो उनकी तालिका बनाओ।

पौधे का नाम	किसमें काम आता है	कैसे दवा बनाते हो	चित्र

ऐसे भी कुछ पेड़–पौधे हैं जो गाँव में आसानी से मिल जाते हैं। ज़रूरत पड़ने पर अनवर चाची उन्हें गाँव से मँगवा लेती हैं। जैसे नीम के पत्ते, थोअर, ग्वारपाठा।

खुजली की बीमारी में नीम की पत्ती का लेप लगाती है।

ताज़े घाव में खून बन्द करने के लिए साफ चाकू से थोअर का टुकड़ा काटकर घाव पर रखकर पट्टी बाँध देती हैं।

जलने पर वह साफ हाथों से, ग्वारपाठे का गूदा जले हुए हिस्से पर लगा देती हैं।

नीम

क्या तुम्हारे घर पर इन पौधों का उपयोग करते हैं?

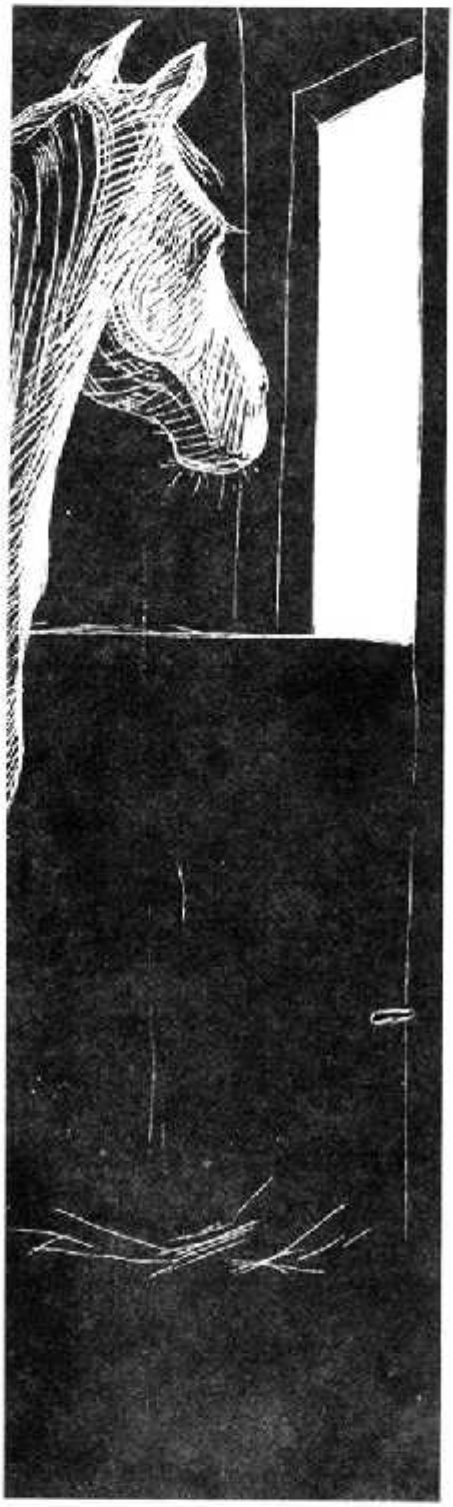
नीम, थोअर, ग्वारपाठा.....आदि। इनके अलावा तुम्हारे आस–पास ऐसे कौन–से पौधे हैं जिनसे घरेलू दवा बनाते हैं।

उनकी इस तरह की तालिका अपनी कॉपी में बनाओ।

नाम	किस काम में लेते हैं	कैसे	चित्र

ग्वारपाठा

ज्ञान की खोज–पता करने का एक तरीका



किसी ज़माने में कुछ लोग एक कठिन समस्या को सुलझाने की कोशिश कर रहे थे। वो यह कि घोड़े के मुँह में कितने दाँत होते हैं? सभी लोग घोड़ों के दाँतों के बारे में जानकारी हासिल करना चाहते थे। सभी अपने–अपने ढंग से इस समस्या को सुलझाने में लगे थे। अन्त में सभी ने अलग–अलग तरीकों से घोड़ों के दाँतों के बारे में जानकारी हासिल की।

पहले व्यक्ति ने कहा, "हमने हमेशा विश्वास किया कि घोड़े के निन्यानबे दाँत होते हैं। मैं यह भी जानता हूँ कि यही बात दूसरे लोग भी मानते हैं।" उसने आगे कहा, "पहले भी लोगों का यही विश्वास रहा है। इसलिए अब इसमें शक की कोई गुंजाइश नहीं है कि घोड़ों के निन्यानबे दाँतों ही होते हैं।"

दूसरे व्यक्ति ने कहा, "मुझे पूरा विश्वास है और मेरी अन्तरआत्मा भी यही कहती है कि घोड़े के उनचास दाँत ही होते हैं।" वह इस बात को ठीक से नहीं कह पा रहा था और समझा भी नहीं पा रहा था। पर जानता था कि घोड़े के उननचास दाँत ही होंगे।

तीसरे व्यक्ति ने यह तय किया कि वह इस समस्या को तर्क से सुलझाएगा। उसे ऐसा लग रहा था कि निन्यानबे दाँतों के लिए तो घोड़े के मुँह में पर्याप्त जगह नहीं है। इसलिए दाँतों की संख्या तो कम होनी ही है। उसने सोचा कि उननचास या उससे कम ही शायद सही जवाब हों, पर अपने तर्क के बारे में वह पक्के तौर पर नहीं कह सकता था।

चौथे ने आव देखा न ताव, वह एक घोड़े को पकड़कर लाया और कुछ लोगों की मदद से उसके दाँत गिने और

कहा कि चालीस दाँत हैं। फिर उसने यह घोषणा कर दी कि सभी घोड़ों के चालीस दाँत ही होते हैं।

सभी लोग उसके इस प्रयोग से संतुष्ट थे पर सबका यही कहना था कि यह कैसे दावा किया जा सकता है कि सभी घोड़ों के चालीस दाँत होते हैं? सिर्फ इसलिए कि इस घोड़े के चालीस दाँत हैं?

चौथे आदमी ने पूरे भरोसे के साथ कहा, "इसमें क्या बड़ी बात है। कोई और घोड़ा पकड़ लाओ और गिन के देख लो।" पहले ने कहा, अरे, ऐसे कहाँ तक एक–एक घोड़ा पकड़ के गिनते रहेंगे?"

उनमें फिर से विवाद शुरू हो गया।

तुम बताओ कि तुम्हें कौन–सी बात ज्यादा सही लगती है और क्यों? तुम्हारी कक्षा के बच्चे इस बहस के बारे में क्या कहते हैं? यह कैसे पता किया जाए कि घोड़े के कितने दाँत होते हैं? क्या तुम्हारे मन में कुछ और भी सवाल हैं जिनके उत्तर तुम्हें ठीक से नहीं मालूम? इन सवालों के जवाब कैसे पता किए जा सकते हैं ? क्या इन जवाबों पर तुमने विश्वास किया या नहीं किया? क्यों?

1. *जो शब्द और मुहावरे गहरी लिखाई में हैं, उनके अर्थ पता करो और उनका दो–दो नए वाक्यों में उपयोग करो।*
2. *यह कहानी जानकारी को प्राप्त करने के कई तरीकों के बारे में बताती है–*
   - *(क) तुम किस तरीके से सहमत हो और क्यों?*
   - *(ख) अगर तुम इन व्यक्तियों में से एक होते और उनके तरीकों से सहमत नहीं होते तो तुम्हारे विचार से इस समस्या को कैसे सुलझाया जा सकता था?*
   - *(ग) पहले और दूसरे व्यक्ति के मतों में क्या अंतर है स्पष्ट करो। यह भी बताओ कि तीसरा व्यक्ति पहले और दूसरे व्यक्ति के तर्क से क्यों असंतुष्ट था?*
   - *(घ) चौथे व्यक्ति ने क्या सोचकर घोड़े को पकड़ा और उसके दाँत गिने? दाँतों की गिनती के बाद भी बाकी तीन व्यक्ति यह मानने को क्यों तैयार नहीं हो रहे थे कि घोड़ों के चालीस दाँत होते हैं।*
   - *(च) अगर तुम्हें गाय के दाँत गिनने को कहा जाए तो तुम क्या करोगे? तुम घोड़े वाले प्रयोग को दोहराओगे या कोई नया तरीका अपनाओगे?*

हड्डियाँ

1. अपनी बाँह के किसी भी हिस्से को दबाकर महसूस करो – अंदर क्या है? कड़ा है या मुलायम?

2. अपनी बाँह को खोलो। अब इसे मोड़ो। मुड़ती है? कितनी जगह से?

3. अपनी कलाई को कसकर पकड़ो और हथेली को घुमाओ। क्या वह घूमती है?

4. अपनी मुट्ठी बन्द कर लो। एक उँगली खोलो। इसे मोड़ो।

इस पाठ में हम अपने शरीर के अन्दर के बारे में कुछ पता लगाएँगे।

तुममें से कितनों को मालूम है कि हमारे शरीर में हड्डियाँ होती हैं? यह कैसे पता लगाया? एक काम करो।

जब अपन कोई पक्की इमारत (बिल्डिंग) बनाते हैं तो पहले रॉड या सरिये डालते हैं। उसके आसपास सीमेंट, ईंट आदि लगता है। इन लोहे के सरियों से इमारत का ढाँचा आकार लेने लगता है। इससे इमारत मज़बूत भी बनाती है।

इसी तरह हमारे शरीर में हड्डियाँ होती हैं। इनसे शरीर को एक ढाँचा मिल पाता है।

1. *सोचो अगर कोई ऐसा जन्तु हो जिसके शरीर में एक भी हड्डी न हो तो ? उसे किस तरह की दिक्कतें होंगी?*
2. *अगर हम किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में सोचें जिसकी कोई हड्डी टूटी हो तो इसके बारे में सोचने में मदद मिलेगी– टाँग की, बाँह की या फिर रीढ़ की ? ऐसे में क्या होगा?*
3. *सोच कर बताओ– क्या इनमें हड्डियाँ होती हैं? केंचुआ, इल्ली, साँप, चिड़िया, तितली, चींटी, मछली। अपने उत्तर के कारण भी दो।*

ढाँचा तैयार करने के अलावा हड्डियाँ होने से हिलने–डुलने और किसी अंग को मोड़ने में भी मदद मिलती है। चित्र 4 को देखो।

तुमने अपनी मुट्ठी बन्द की, उँगली खोली और मोड़कर देखा।

1. *कितनी जगहों से मुड़ती है ?*
2. *इसे सीधी करके हिलाओ। क्या यह संभव है?*
3. *किस तरह हिलती है?*

अपनी उँगली को छूकर, दबाकर देखो, इसमें कितनी हड्डियाँ हैं।

क्या तुम बता सकते हो?

दरअसल हमारे शरीर में कई सारी हड्डियाँ हैं। लगभग दो सौ से ऊपर। ये हड्डियाँ एक दूसरे से जुड़ी होती हैं। ये जहाँ एक दूसरे से जुड़ती हैं, उन्हें जोड़ कहते हैं। हड्डियाँ जुड़ने से जो ढाँचा बनता है उसे कंकाल कहते हैं।

कंकाल के चित्र को देखो।

1. *इसमें जो हड्डियाँ दिखाई गई हैं उन्हें अपने शरीर में ढूँढने की कोशिश करो।*
2. *अगर पूरे शरीर में एक ही हड्डी होती तो क्या होता?*
3. *क्या तुम ऐसे किसी जीव के बारे में जानते हो जिसके शरीर में एक ही हड्डी हो? पता लगाओ।*