

~ようになっている

बानी र प्रयास जनाउने व्याकरण

Positive Habits (राम्रा बानी)

- हरेक दिन व्यायाम गर्ने प्रयास गर्छु।
(I try to exercise every day.)
- हरेक दिन व्यायाम गर्ने प्रयास गर्छु।
(I try to exercise every day.)
- हरेक दिन व्यायाम गर्ने प्रयास गर्छु।
(I try to exercise every day.)
- हरेक दिन व्यायाम गर्ने प्रयास गर्छु।
(I try to exercise every day.)



Negative Habits to Avoid (छोड्ने बानी)

- धेरै चिनी नखाने प्रयास गर्छु।
(I try not to eat too much sugar.)
- धेरै चिनी नखाने प्रयास गर्छु।
(I try not to eat too much sugar.)
- धेरै चिनी जो नखाने प्रयास गर्छु।
(I try not to eat too much sugar.)
- धेरै चिनी जा नखाने प्रयास गर्छु।
(I try not to eat too much sugar.)



के तपाईसँग यस्ता बानीहरू छन् जुन तपाई हरेक दिन गर्ने प्रयास गर्नुहुन्छ?

जापानमा बस्दा हामी धेरै कुराहरू सोच्छौं:

- मैले हरेक दिन तरकारी खानुपर्छ।
- मैले पैसा बचत गर्नुपर्छ।
- मैले हरेक दिन जापानी भाषा बोल्ने प्रयास गर्नुपर्छ।

यी 'प्रयास' वा 'बानी' हरूलाई जापानी भाषामा कसरी व्यक्त गर्ने? आउनुहोस्, 「~ようにしている」 सिकौं।

अर्थ (Meaning)

「~ようにしている」 को प्रयोग तब गरिन्छ जब तपाईं कुनै काम नियमित रूपमा गर्ने प्रयास गरिरहनुभएको हुन्छ।



- कुनै बानी बसाल्ने प्रयास गर्नु (Trying to form a habit)
- निरन्तर (Continuous) प्रयास गर्नु (Making continuous effort)

Key Nuance: यसमा 'म सचेत छु' वा 'म ध्यान दिइरहेको छु' (Kokorogaketeiru) भन्ने भाव हुन्छ।

कसरी बनाउने? (How to form?)

सकारात्मक (Positive Effort)

Verb (Dictionary Form) + ようにしている

食べる (Taberu) + ようにしている = 食べるようにしている

(खाने प्रयास गरिरहेको छु / I am trying to eat)

नकारात्मक (Negative Effort)

Verb (Nai Form) + ようにしている

吸わない (Suwanai) + ようにしている = 吸わないようにしている

(नपिउने प्रयास गरिरहेको छु / I am trying not to smoke)

अवस्था १: स्वास्थ्यको लागि (Situation 1: For Health)

जापानमा एकलै बस्दा स्वास्थ्यको ख्याल राख्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

健康のために、毎日野菜を
食べるようにしています。

(Kenkou no tame ni, mainichi yasai o taberu youni shiteimasu.)

स्वास्थ्यको लागि, म हरेक दिन तरकारी खाने प्रयास गरिरहेको छु।



Note: यहाँ 'खाने प्रयास' भन्नाले सधैं खान सकिदैन होला, तर बानी बसाल्ने कोसिस छ भन्ने बुझिन्छ।

अवस्था २: खराब बानी हटाउन (Situation 2: To avoid bad habits)

कुनै काम नगर्ने प्रयास गर्दा **Nai-form** प्रयोग गरिन्छ।

**寝る前にスマホを見ないように
うにしています。**

(Neru mae ni sumaho o minai youni shiteimasu.)

सुत्नु अघि म मोबाइल **नहेर्ने प्रयास गरिरहेको छु।**

अर्को उदाहरण: "無駄遣いをしないようにしています。"

(म फजुल खर्च नगर्ने प्रयास गरिरहेको छु।)



अवस्था ३: पढाइमा सुधार गर्न (Situation 3: Improving Studies)



जापानी भाषा विद्यार्थीहरूको लागि यो एकदम उपयोगी वाक्य हो।

家に帰ったら、すぐ復習するようにしています。

(Ie ni kaettara, sugu fukushuu suru youni shiteimasu.)

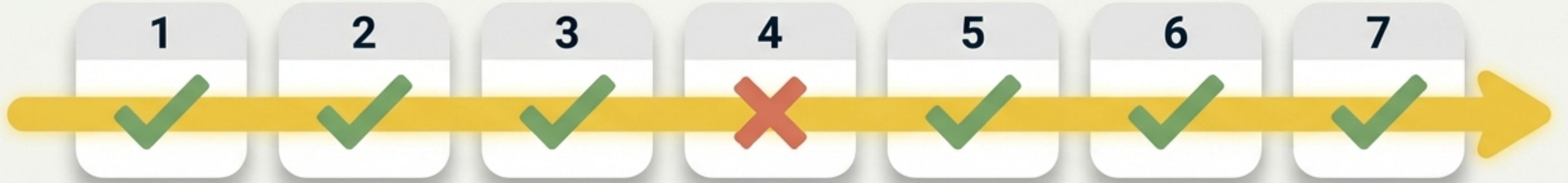
घर फर्किएपछि, म तुरुन्तै (पढेको कुरा) दोहोर्याउने (Review) प्रयास गरिरहेको छु।



Senpai Tip

यसले तपाईंको लगनशीलता देखाउँछ।
(This shows your diligence.)

"प्रयास" को मतलब के हो?



यो व्याकरणमा 'प्रयास' (Effort) र 'नियत' (Intention) मुख्य कुरा हो।
यदि तपाईंले कहिलेकाहीं त्यो काम गर्न बिर्सनुभयो वा सकिएन भने पनि,
तपाईंले यो वाक्य प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।

किनभने तपाईं 'कोसिस' गर्दै हुनुहुन्छ!

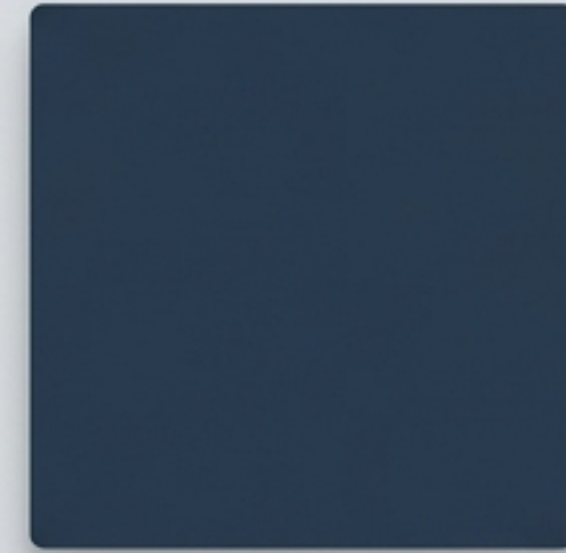
तुलना (Comparison): ~यौंनल vs ~ कलनल



~यौंनलशलरु (Youni shiteiru)

व्यक्तलगत प्रयास / बनल बनलले कुसलस

‘म १० बजे सुने प्रयास गररहेकु छु।’ (I try to sleep at 10 - implies I might fail sometimes).



~ कलनलशलरु (Koto ni shiteiru)

कडल नलरुम / दृढ नलरुणय

“मैले १० बजे सुने नलरुम बनलकु छु।” (I have made a rule to sleep at 10 - sounds stricter).

सारांश (Summary): ~ようになっている



Screenshot
This

अर्थ (Meaning)	कुनै बानी बसाल्ने निरन्तर प्रयास (Continuous effort). 'Kokorogaketeiru' (Keeping in mind).
संरचना (Form)	V-Dict + ようになっている / V-Nai + ようになっている
प्रयोग (Usage)	स्वास्थ्य (Health), पढाइ (Study), जीवनशैली (Lifestyle).
उदाहरण (Example)	運動するようになっています。 (व्यायाम गर्ने प्रयास गरिरहेको छु). कुनै बानी बहामाने चेरा निहोसा

तपाईंको पालो! (Your Turn!)



जापान बसाईमा तपाईं के कुराको बानी बसाल्ने प्रयास गर्दै हुनुहुन्छ?

आजै एउटा वाक्य बनाउनुहोस्:

_____ (Dict form) + **ようになっています**
वा

_____ (Nai form) + **ようになっています**

शुभकामना! (Good luck!)