

Chapter 49: Adverbs of Frequency (Always, Usually, Sometimes, Never)

Arre boss! आज hum ek बस-मस्त topic seekhne wale हैं – Adverbs of Frequency.
Matlab aise words jo बताते हैं ki कोई काम kitni baar hota hai.

Socho! Tum pizza khane ke बारे में बोल रहे हो – aur dost पूछे “Kitni baar khata hai?” Tum bolo:

- I always eat pizza. (मेरी जान pizza है)
- I usually eat pizza. (आदत है, par रोज़ नहीं)
- I sometimes eat pizza. (कभी-कभी mood बनता है)
- I never eat pizza. (arre yaar, yeh toh jhoot है!)

Adverbs of Frequency क्या हैं?

- Adverbs of Frequency = Words jo बताते hain koi काम कितनी बार होता है.
- Common: **Always** (हमेशा), **Usually** (आम तौर पर), **Sometimes** (कभी-कभी), **Never** (कभी नहीं)

कब Use करते हैं?

(1) Habits बताane लिए:

- I always wake up at 6. = मैं हमेशा 6 बजे उठता हूँ।

(2) Routines में activities को express करने के लिए:

- She usually goes to school by bus. = वह आम तौर पर बस से स्कूल जाती है।

(3) Occasional behavior बताने के लिए:

- We sometimes watch TV in the evening. = हम कभी-कभी शाम को टीवी देखते हैं।

(4) Strong negative:

- He never drinks coffee. = वह कभी कॉफी नहीं पीता।

Position: Adverbs of frequency mostly verb se pehle (main verb) aur “to be” ke baad.

- I always go.
- She is always happy.

Example Sentences (20)

Always (हमेशा)

- (1) I always brush my teeth in the morning. = मैं हमेशा सुबह दाँत साफ करता हूँ।
- (2) She always helps her mother. = वह हमेशा अपनी माँ की मदद करती है।
- (3) He is always late. = वह हमेशा लेट आता है।
- (4) We always drink water after lunch. = हम हमेशा लंच के बाद पानी पीते हैं।
- (5) They always play cricket on Sunday. = वे हमेशा रविवार को क्रिकेट खेलते हैं।

Usually (आमतौर पर)

- (6) I usually wake up at 7 A.M. = मैं आमतौर पर 7 बजे उठता हूँ।
- (7) She usually takes the bus to school. = वह आमतौर पर बस से स्कूल जाती है।
- (8) We usually eat dinner at 9. = हम आमतौर पर 9 बजे डिनर करते हैं।
- (9) He usually studies in the evening. = वह आमतौर पर शाम को पढ़ाई करता है।
- (10) They usually go to the park. = वे आमतौर पर पार्क जाते हैं।

Sometimes (कभी-कभी)

- (11) I sometimes watch movies. = मैं कभी-कभी फिल्में देखता हूँ।
- (12) She sometimes cooks food. = वह कभी-कभी खाना बनाती है।
- (13) We sometimes go shopping. = हम कभी-कभी शॉपिंग जाते हैं।
- (14) He sometimes plays football. = वह कभी-कभी फुटबॉल खेलता है।
- (15) They sometimes eat ice-cream. = वे कभी-कभी आइसक्रीम खाते हैं।

Never (कभी नहीं)

- (16) I never smoke. = मैं कभी धूम्रपान नहीं करता।
- (17) She never drinks coffee. = वह कभी कॉफी नहीं पीती।
- (18) He never lies. = वह कभी झूठ नहीं बोलता।
- (19) We never watch horror movies. = हम कभी हॉरर फिल्में नहीं देखते।
- (20) They never come late. = वे कभी लेट नहीं आते।

Vocabulary List

- (1) Always = हमेशा
- (2) Usually = आमतौर पर
- (3) Sometimes = कभी-कभी
- (4) Never = कभी नहीं
- (5) Morning = सुबह

- (6) Evening = शाम
- (7) Lunch = दोपहर का खाना
- (8) Dinner = रात का खाना
- (9) Drink = पीना
- (10) Brush = साफ करना
- (11) Study = पढ़ाई
- (12) Park = बगीचा / पार्क
- (13) Lie = झूठ बोलना
- (14) Movie = फ़िल्म
- (15) Ice-cream = आइसक्रीम

Funny Recap (Arre Yaar Style)

Boss, ab short formula yaad rakho

- **Always** = 100% habit (मैं हमेशा samosa खाता हूँ)
- **Usually** = Regular but not always (ज़्यादातर par कभी skip bhi)
- **Sometimes** = Occasional (शौकिया / कभी mood ho)
- **Never** = 0% chance (kabhi nahi boss!)

Masti Example:

- Dost puchhe: “Do you eat vegetables?”
- Tum bolo: “I sometimes eat vegetables... but I always eat samosas!”
- Dost बोले: “And karela?”
- Tum bolo: “I never eat karela, boss!”

Samajh gaye? Ab tum apne habits, favourites aur mood sab English mein frequency adverbs के साथ mast describe kar सकते हो!