



29

مَصْرَّةُ التَّدْحِينِ (سگرٹ نوشی کے نقصانات)

29.1 سبق کا تعارف:

اس سبق میں سگرٹ وغیرہ پینے کے نقصانات کے بارے میں بتلایا گیا ہے اور یہ واضح کیا گیا ہے کہ کس طرح یہ بری عادت انسانوں کو مہلک بیماریوں کا شکار بنا دیتی ہے۔ اس کی وجہ سے دل و دماغ، آنکھ اور دانت کمزور ہو جاتے ہیں۔ جسمانی نقصانات کے ساتھ ساتھ تمباکو کے استعمال سے انسان مالی پریشانیوں کا بھی شکار ہو جاتا ہے۔

29.2 اس سبق سے آپ کیا سیکھیں گے:

اس سبق سے آپ کو معلوم ہوگا کہ سگرٹ وغیرہ پینے کی عادت آہستہ آہستہ پڑتی ہے۔ سگرٹ نوشی سے ان لوگوں کو بھی نقصان پہنچتا ہے جو سگرٹ کے دھوئیں میں سانس لیتے ہیں۔ اس لیے لوگوں کو تمباکو کا استعمال چھوڑنا ضروری ہے۔

آپ اس سبق میں عربی گنتیوں کے بارے میں بھی واقفیت حاصل کریں گے۔

29.3 اصل متن:

الْعَلَامَةُ الْمَرْسُومَةُ أَغْلَاهُ تَعْنِي أَنَّ التَّدْخِينَ مَمْنُوعٌ. نَرَى هَذِهِ الْعَلَامَةَ فِي
الْبُاصَاتِ وَالْقَطَارَاتِ وَالطَّائِرَاتِ وَالْأَمَاكِنِ الْعَامَّةِ الْآخَرَى.

هَذِهِ الْعَلَامَاتُ تُنَبِّهُ عَلَى مَضَرَّاتِ التَّدْخِينِ وَهِيَ تَحْتُ النَّاسَ عَلَى الْإِبْتِعَادِ عَنِ
عَادَةِ التَّدْخِينِ. فَيَجِبُ عَلَى النَّاسِ أَنْ يَتْرُكُوا هَذِهِ الْعَادَةَ بِالتَّدْرِيجِ لِأَنَّهِمْ
يَتَعَوَّدُونَ عَلَى هَذِهِ الْعَادَةِ بِالتَّدْرِيجِ بِحَيْثُ أَنَّهُمْ فِي الْبِدَايَةِ يُدْخِنُونَ سِجَارَةً
أَوْ سِجَارَتَيْنِ ثُمَّ يَزْدَادُ عَدَدُ هَذِهِ السِّجَائِرِ يَوْمًا فَيَوْمًا وَيَكُونُ ثَلَاثَةً ثُمَّ أَرْبَعَةً ثُمَّ
خَمْسَةً ثُمَّ سَبْعَةً ثُمَّ ثَمَانِيَةً ثُمَّ تِسْعَةً ثُمَّ عَشْرَةَ فِي يَوْمٍ وَ لَيْلٍ وَاحِدٍ أَى فِي أَرْبَعِ
وَ عَشْرِينَ سَاعَةً. فِي عُلْبَةٍ وَاحِدَةٍ لِلْسِّجَائِرِ تُوجَدُ عَشْرُ سِجَائِرٍ فَكَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ
يُدْخِنُونَ عُلْبَةً أَوْ عُلْبَتَيْنِ أَوْ ثَلَاثَ عُلْبٍ أَوْ أَكْثَرَهَا لَيْلًا وَ نَهَارًا.

يَقُولُ الْعُلَمَاءُ إِنَّ التَّدْخِينَ سَبَبٌ قَوِيٌّ فِي انْتِشَارِ مَرَضِ السَّرَطَانِ وَ هُوَ أَيْضًا سَبَبٌ
لِأَمْرَاضِ صَدْرِيَّةٍ مُخْتَلِفَةٍ. يَرْتَفِعُ ضَغْطُ الدَّمِ بِسَبَبِهِ وَ يَتَأَثَّرُ بِآثَارِهِ السَّيِّئَةِ الْأَنْفُ
وَ الْفَمُ وَ الْحَلْقُومُ وَ اللِّسَانُ وَ الْأَسْنَانُ أَيْضًا. وَ تَخْرُجُ رَائِحَةٌ كَرِيهَةٌ مِنْ فَمِ
الْمُدْخِنِينَ.

وَ مِنَ الثَّابِتِ عِلْمِيًّا أَنَّ التَّدْخِينَ لَا يَضُرُّ الْمُدْخِنِينَ فَقَطْ بَلْ هُوَ يَضُرُّ كُلَّ مَنْ
يَسْتَنْشِقُ الدُّخَانَ، لِأَنَّ التَّدْخِينَ يَجْعَلُ الْهَوَاءَ غَيْرَ صَالِحٍ لِلِاسْتِعْمَالِ فَمِنْ
الصَّرُورِيِّ الْإِبْتِعَادِ عَنِ الْمُدْخِنِينَ.

نوٹ: اس سبق میں عربی کتیبوں کے بارے میں بتایا گیا ہے۔

29.4 اردو ترجمہ:

اوپر بنی ہوئی تصویر کا مطلب ہے کہ سگرٹ پینا منع ہے۔ اس تصویر کو ہم بسوں، ریل گاڑیوں، ہوائی جہازوں اور دوسری عام جگہوں پر دیکھتے ہیں۔

یہ تصویر لوگوں کو سگرٹ نوشی کے نقصانات سے آگاہ کرتی ہے۔ یہ لوگوں کو سگرٹ پینے کی عادت سے دور رہنے پر اکساتی ہے۔ لہذا لوگوں کو چاہیے کہ وہ اس عادت کو آہستہ آہستہ چھوڑ دیں کیونکہ وہ آہستہ آہستہ ہی اس عادت کو اختیار کرتے ہیں۔ اس طرح کہ ابتدا میں وہ ایک یا دو سگرٹ پیتے ہیں۔ پھر ان سگرٹوں کی تعداد دن بہ دن بڑھ جاتی ہے۔ یہ ایک دن اور ایک رات میں یعنی چوبیس گھنٹوں میں تین ہوتی ہے پھر چار پھر پانچ پھر چھ پھر سات پھر آٹھ پھر نو اور پھر دس۔ سگریٹ کے ایک پیکٹ میں دس سگریٹ ہوتے ہیں۔ بہت سے لوگ دن رات میں ایک پیکٹ یا دو پیکٹ یا تین پیکٹ پی جاتے ہیں۔

سائنسداں کہتے ہیں کہ سگرٹ پینا کینسر کی بیماری کے پھیلنے کا ایک بڑا سبب ہے۔ یہ اور بھی سینے کی مختلف بیماریوں کا سبب ہے۔ اس کی وجہ سے بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے۔ اس کے برے اثر سے ناک، منہ، حلق، زبان اور دانت بھی متاثر ہوتے ہیں اور سگرٹ پینے والوں کے منہ سے بدبو نکلتی ہے۔

سائنسی طور پر یہ ثابت ہے کہ سگرٹ پینا صرف سگرٹ پینے والوں کو ہی نقصان نہیں پہنچاتا ہے بلکہ وہ ہر اس شخص کو نقصان پہنچاتا ہے جو دھوئیں کو سونگھتا ہے کیونکہ سگرٹ پینا ہوا کو استعمال کے ناقابل بنا دیتا ہے۔ اسی لئے سگرٹ نوشوں سے دور رہنا ضروری ہے۔

29.5 مشکل الفاظ اور ان کے معانی:

- 1- الْمَرْسُومَةُ : کھینچی ہوئی، بنائی ہوئی۔
- 2- الْقَطَارَاتُ : ریل گاڑیاں (اس لفظ کا واحد قِطَارٌ ہے)
- 3- الطَّائِرَاتُ : ہوائی جہاز (اس لفظ کا واحد طَائِرَةٌ ہے)
- 4- تَنْبَهُ : خبردار کرتی ہے۔
- 5- تَحُتُّ : اکساتی ہے۔

- 6- بِالتَّدرِجِ : آہستہ آہستہ سے، تدریج کسی کام کو آہستہ آہستہ کرنے کے معنی میں ہوتا ہے۔
- 7- سِجَارَةٌ جمع سِجَارَاتٌ اور سَجَائِرُ : سگرٹ۔
- 8- عُلبَةٌ جمع عُلبٌ : ڈبیا، پکٹ۔
- 9- ضَغَطُ الدَّمِ : بلڈ پریشر، خون کا دباؤ۔
- 10- يَسْتَنَشِقُ : وہ سانس لیتا ہے۔
- 11- يَتَعَوَّدُ : عادت پڑ جاتی ہے۔

29.6 عدد معدود :

عدد کے معنی گنتی اور معدود کے معنی جن کو گنا جائے۔ ان کے استعمال کا طریقہ یہ ہے:

- 1- ایک اور دو گنتیاں مذکر مونث واحد اور مثنیٰ ہونے میں اپنے معدود (جس چیز کی گنتی کی جائے) کے مطابق ہوتی ہیں مثلاً كِتَابٌ (وَاحِدٌ)، كِتَابَانِ (اِثْنَانِ)، اِمْرَأَةٌ (وَاحِدَةٌ)، اِمْرَأَتَانِ (اِثْنَانِ)۔
- 2- تین سے دس تک کی گنتیاں مذکر و مؤنث ہونے میں اپنے معدود کے مخالف ہوتی ہیں یعنی اگر معدود مذکر ہے تو گنتی مؤنث ہوگی اور معدود مؤنث ہے تو گنتی مذکر ہوگی جیسے اَرْبَعَةٌ رِجَالٍ (معدود) اور اَرْبَعُ نِسَاءٍ (معدود)۔ ان گنتیوں کا معدود ہمیشہ جمع اور مجرور ہوگا۔
- 3- گیارہ سے ۹۹ تک کی گنتیوں کا معدود واحد اور منصوب ہوگا۔ مثلاً ثَلَاثَةٌ عَشَرَ رَجُلًا۔
- 4- سو سے آگے سب معدود مجرور و مفرد ہوں گے۔ مثلاً مِائَةٌ رَجُلٍ، اَلْفُ كِتَابٍ۔

29.7 اصل متن پر مبنی سوالات :

(الف) درج ذیل سوالوں کے جوابات عربی میں لکھیں:

- 1- سگرٹ پینے سے منع کرنے والی تصویر آپ کہاں کہاں پاتے ہیں؟
- 2- سگرٹ پینے کی عادت انسان کو کس طرح چھوڑنی چاہئے؟

- 3- سگرٹ کے ایک پیکٹ میں کتنے سگرٹ ہوتے ہیں؟
 4- سگرٹ پینا کس مرض کے پھیلنے کا بڑا سبب ہے؟
 5- سگرٹ پینا ہوا کو کس طرح کا بنا دیتی ہے؟

(ب) درج ذیل سوالات کے جوابات اردو میں لکھیں:

- 1- مَاذَا تَعْنِي عَلاَمَةُ مَنَعِ التَّدْحِينِ؟
 2- النَّاسُ كَيْفَ يَتَعَوَّدُونَ عَلَى عَادَةِ التَّدْحِينِ؟
 3- كَمْ عُلْبَةً يُدَخِّنُ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ لَيْلاً وَ نَهَاراً؟
 4- لِمَاذَا يَرْتَفِعُ ضَغْطُ الدَّمِ لِلنَّاسِ؟
 5- هَلِ التَّدْحِينُ يَضُرُّ الْمُدَخِّنِينَ فَقَطْ؟

(ج) خالی جگہوں کو سامنے مذکور صرف مناسب الفاظ سے پُر کریں:

- 1- هَذِهِ الْعَلاَمَةُ تَنبِئُ النَّاسَ عَلَى التَّدْحِينِ.
 [مَنَافِعِ، مَصْرَاتِ، فَوَائِدِ]
 2- مِنَ الثَّابِتِ عِلْمِيًّا أَنَّ سَبَبٌ قَوِيٌّ لِلْأَمْرَاضِ الصَّدْرِيَّةِ.
 [شُرْبِ الْقَهْوَةِ، التَّدْحِينِ، أَكْلِ الْأَثْمَارِ]
 3- التَّدْحِينُ يَضُرُّ كُلَّ مَنْ الدُّخَانَ. [يَكْرَهُ، يَسْتَنْشِقُ، يَنْظُرُ]
 4- النَّاسُ فِي الْبِدَايَةِ يُدَخِّنُونَ فِي يَوْمٍ وَاحِدٍ.
 [سِيَجَارَةً، عِشْرِينَ سِيَجَارَةً، أَرْبَعِينَ سِيَجَارَةً]
 5- التَّدْحِينُ سَبَبٌ قَوِيٌّ لِإِنْتِشَارِ
 [مَرَضِ السُّكَّرِ، مَرَضِ السَّرَطَانِ، مَرَضِ الْجِلْدِ]

(د) درج ذیل جملوں کو درست کریں:

- 1- نَرَى عَلاَمَةً مَنَعَ التَّدخِينَ فِي الْأَمَاكِنِ الْمُخْتَلِفَةِ.
- 2- يَزْدَادُ عَدَدُ هَذَا السَّجَائِرِ يَوْمًا فَيَوْمًا.
- 3- فِي عُلْبَةٍ وَاحِدَةٍ تُوجَدُ عَشْرَةُ سَجَائِرَ.
- 4- التَّدخِينُ أَيْضًا سَبَبٌ لِمَرَاضٍ جِلْدِيَّةٍ مُخْتَلِفَةٍ.
- 5- التَّدخِينُ يَجْعَلُ الْهَوَاءَ غَيْرَ صَالِحَةٍ لِلِاسْتِعْمَالِ.

(ه) پانچ ایسے جملے بنائیں جن میں گنتیوں کا استعمال کیا گیا ہو:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

29.8 آپ نے اس سبق سے کیا سیکھا:

آپ نے اس سبق سے سیکھا کہ تمباکو کے استعمال سے نہ صرف تمباکو استعمال کرنے والوں کو نقصان پہنچتا ہے بلکہ اس سے ان لوگوں کو بھی نقصان پہنچتا ہے جو تمباکو پینے والوں کے پاس بیٹھتے ہیں۔ اس کے علاوہ تمباکو نوشی سے مالی اور اقتصادی نقصانات بھی ہوتے ہیں۔

اس سبق سے آپ نے یہ بھی سیکھا کہ عربی میں گنتیوں کا استعمال کس طرح ہوتا ہے۔ عدد اور معدود کے درمیان تذکیر و تانیث میں کس طرح کا فرق پیدا ہوتا ہے۔

29.9 اصل متن پر مبنی سوالات کے جوابات:

(الف) (جوابات عربی میں)

- 1- نَرَى عَلَامَةَ التَّدْحِينِ فِي الْبَاصَاتِ وَ الْقَطَارَاتِ وَ الطَّائِرَاتِ وَ الْأَمَاكِنِ الْعَامَّةِ الْأُخْرَى.
- 2- يَجِبُ عَلَى النَّاسِ أَنْ يَتْرُكُوا عَادَةَ التَّدْحِينِ بِالتَّدْرِيجِ.
- 3- فِي عُلْبَةِ السِّيَجَارَةِ تُوجَدُ عَشْرُ سَجَائِرَ.
- 4- التَّدْحِينُ سَبَبٌ قَوِيٌّ لِإِنْتِشَارِ مَرَضِ السَّرَطَانِ.
- 5- التَّدْحِينُ يَجْعَلُ الْهَوَاءَ غَيْرَ صَالِحٍ لِلِاسْتِعْمَالِ (مُلَوَّنًا).

(ب) (جوابات اردو میں)

- 1- سگریٹ نوشی منع کرنے والی تصویر کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ سگریٹ پینا منع ہے۔
- 2- لوگ آہستہ آہستہ سگریٹ نوشی کی عادت پڑتی ہے۔
- 3- سگریٹ نوشی کے عادی لوگ دو یا دو سے زیادہ پیکٹ دن رات میں پی جاتے ہیں۔
- 4- سگریٹ نوشی سے انسان کے خون کا دباؤ بڑھ جاتا ہے۔
- 5- نہیں، سگریٹ نوشی سے ان لوگوں کو بھی نقصان پہنچتا ہے جو اس کے دھوئیں میں سانس لیتے ہیں۔

(ج) (خالی جگہوں پر مناسب الفاظ)

- 1- مَصْرَاتِ
- 2- التَّدْحِينِ
- 3- يَسْتَنْشِقُ
- 4- سِيَجَارَةَ
- 5- مَرَضِ السَّرَطَانِ

(د) (صحیح جملے)

- 1 نَرَى عَلاَمَةَ مَنَعَ التَّدخِينِ فِي الْأَمَاكِنِ الْمُخْتَلِفَةِ.
- 2 يَزْدَادُ عَدَدُ هَذِهِ السَّجَائِرِ يَوْمًا فَيَوْمًا.
- 3 فِي عُلْبَةٍ وَاحِدَةٍ تُوجَدُ عَشْرُ سَجَائِرَ.
- 4 التَّدخِينُ أَيْضًا سَبَبٌ لِأَمْرَاضِ صَدْرِيَّةٍ مُخْتَلِفَةٍ.
- 5 التَّدخِينُ يَجْعَلُ الْهَوَاءَ غَيْرَ صَالِحٍ لِلِاسْتِعْمَالِ (يَعْنِي مُلَوَّثًا).

(ه) (گنتیوں کا استعمال)

- 1 فِي الْحَدِيقَةِ قِطَّانٍ.
- 2 رَأَيْتُ أَحَدَ عَشَرَ كَوْكَبًا .
- 3 اشْتَرَيْتُ هَذَا الْكِتَابَ بِخَمْسِ عَشْرَةَ رُوبِيَّةً.
- 4 فِي جَيْبِي عِشْرُونَ رُوبِيَّةً.
- 5 فِي الْبَاصِ أَرْبَعُونَ رَاكِبًا.