



مقبول شاعر، مشہور غزل فراق گورکھپوری

درجہ حرارت



اسی سال جنوری میں بد پورت آئی تھی کہ روپی یونین کی کوپر بیکس کلائمٹ چینجن سروس 1850ء سے، جب سے موسم کا دیکارڈ رکھا جا سکتا ہے 2023 کو مگر تین سال دریافت اور یہ اپنے کام میں مکمل طور پر گزشتہ ایک لاکہ سے، سو، دو، تین کا گزشتہ اسی تھا۔

چند دھافی پلسکت گلوبول و درجات پ
 سڑ واس، دانش روختار ای نیا ہے جو میں کسی کرتے
 سے۔ اس کے بارے میں عام لوگوں کی جانتے ہوئے
 گلوبول و رمنگ نے یا حساس دن لٹا شروع کر
 کر کے اس کے بارے میں سڑ زیادہ سے
 دھم اماگوں کو بھی جانا چاہیے اور
 طرف سے پوشش کرنی چاہیے اور
 وہ چاند اور اس کے پیش میں سے
 س ہے۔ اسی سال خودی میں یہ
 درست آئی تھی کہ یو یونی یونیورسٹی
 پنسکس کام ایمیڈیکچر سروس نے 1850
 جب سے موسم کا ریکارڈ رکھا جا رہا ہے۔
 2010 کو گورنمنٹ سال اور دنیا میں اور یکساں کے
 2020 کا مکمل ایجاد ڈائیٹریکٹ کورس میں شرکت کیا گام
 تھا۔ سائنس اور فنون کا مابینہ، صحتی و درے
 تھا جو جو من بنیں تو صحتی و درے کا خواہ کیا
 نہ ہے۔ اسی کے مطابق، صحتی و درے کا آغاز کے مقابلے

اب کا درجہ حرارت تقریباً ذیپھ ڈگری انسانوں کو پہنچانے کے لئے کارک

خوراک کی تہذیبیں

گرمی کے شدت کو کم کرنے میں معاون



درہ بھارت برطھنے کے اثرات

درجہ حرارت کے بڑھنے سے جسم سے پانی اور نمکیات خارج ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ میکرووی لکٹنی لکٹنی ہے جو یا غشی طاری ہونے لکھتی ہے۔ عضلات میں ایکٹن سی موٹن لکٹنی کے لئے گرمی کی شدت جسم میں پانی کی کمی کر دینتی ہے، اس لئے زیادہ سے زیادہ پانی سے اضافہ سے دل کی چامگہ تاکہ پسینے سے ضائع ہونے کی توانائی بحال دے۔ درجہ حرارت کے اضافے سے دل کی سماں کی بیماری میں لاحق لوگوں کو پوپریشنیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ درجہ حرارت کے اضافے سے دل کی سماں کی بیماری میں درد اور متلی جیسی شکختیں ہوتی ہیں، موسم گرم میں یہیں استروک یا سرخی سے درد اور متلی جیسی شکختیں ہوتی ہیں، اگر کہ محسوس ہو کہ لوگ کی تو اسے ہلکے سولوگنی کا احساس کر رہتا ہے۔ اگر کہ دکھانی میں تاخیر نہیں کرنا جاہلی۔ ■

فیصلہ تک کمی ہو سکتی ہے۔ تحقیق میں شامل

ایک مشتری کے تحقیق میں مبنایا گیا ہے کہ اگر ہم اپنے کھانے پینے کی چیزوں کے ملنے جاتے ماحول کا دوست متبادل کا استعمال شروع کروں تو گرین ہاؤس کیسون کا اخراج 26 فیصد سے زیادہ کم ہو سکتا ہے تحقیق میں اس کی وضاحت ایک مثال سے کرتے ہوئے کہا گیا ہے کہ اگر پاسنا کو گوشت کی بجائے سڑیوں کے ساتھ یا کلکا جائے تو کاربن کیسون کے اخراج میں 71 فیصد تک کم ہو سکتے ہے۔

گرمی کا مقابلہ مشروبات سے

موسم گرما میں سب سے زیادہ لیمون کی سکنجبین
جاتی ہے۔ پھرے سکنجبین بنانے کے لیے لوگ بڑا
تتمام کرتے تھے۔ پسند کے سبزی باغ میں ایک سکنجبین
چینے والے کے نتھیے پر بھیڑ لگی رہتی تھی۔ اب یہ
انداز میں بنائی جانے لگی ہے۔

کرتے ہیں۔ گری میں اسے راحت افراہتا جاتا ہے۔ لوگ اس کے طبق اندر کی وجہ سے بھی پہنچتے ہیں۔ لیکن کم تجذیب اپ کی ایک عالیہ تکمیل ہو جائے۔ کچھ میں پندتی جانی کے ساتھ ان کی کچھ مدد و نصیل۔ یہ لکھ میں شربات کے سے گردابیاں کی جو کوئے لوگوں کو نہ کہا جاتا ہے۔ کوئے علاوہ کوئے کچھ بخوبی، بخوبی، کچھ اور کچھ آموں کے شربات خیال اور ہر یاد کی ایک میونقیتی ہے، وہ باہت کم ایسی پندت کرنے والوں کی بھی کمی ہے۔ زیدہ توکل شربات کا میں کہاں۔ لیکن کوئی حکم کے لیے فرمایا جاتا ہے۔ پر یہ کا استعمال مذکور اور انتہا کے لئے کیا ہے۔ ملکاں ایسا لیکر کہتے ہیں کہ توکول کے شربات بناتے جاتے ہیں۔



پر گر کی میں زیادہ پوچھ پتے کیلئے کہتے
بایبار پانی پتے رہنے والے بھول ہوتا ہے۔ اسی اس موسم
پانی والے بھول کم کیے جاتے ہیں طبع طرز کے
سب سے بڑے کھانے جاتے ہیں ان کے سے منہ کارہوں تک
کچھ بھی نہیں ملے جاتے۔ اسی آسانی ہوئے۔
کی کہ جیونت سے پلکانی خوب سکے سائنس اس کے
کی جیوناں کی تھیں جیسا کہ بھول کی تھیں جو اس کے
لئے کوئی بھکر سوتے کا سامنہ بھاری کراپ مٹے سے نہ
بڑا بڑا میں شکلیں پڑتے ہوئے لوگ لال جانشی کے گردیں
بھولتے۔ پس اور شکل پر میں سمجھ کر نہیں۔ عام طور پر
تینوں کے گردوں میں جو خوش رہاتے جاتے ہیں،
کوئی اس کا گے کے۔ کوئی کوئی بھوٹ میں سب سے زیادہ
کی بھکر جاتی ہے۔ پسیں بھانے کے لیے لوگ
خاکر کھاتے۔ تھے پنڈکے بھکری غمیں کیلئے
کھانے کی بھوکیں پتے کیلئے کھانے کی بھوکیں

