Daily Based
DailyBased.com

Cambridge International A Level

Cambridge International Examinations
Cambridge International Advanced Level

URDU **9686/02**

Paper 2 Reading and Writing **October/November 2018**

1 hour 45 minutes

INSERT

READ THESE INSTRUCTIONS FIRST

This Insert contains the reading passages for use with the Question Paper.

You may annotate this Insert and use the blank spaces for planning.
This Insert is **not** assessed by the Examiner.

سب سے پہلے مندرجہ ذیل ہدایات پڑھیے

ان صفحات میں امتحانی پرچے کے ساتھ استعمال کی جانے والی عبارتیں ہیں۔

یہ صفحات اور خالی جگہیں آپ اپنے جوابات کی تیاری کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔
ممتحن ان صفحات کو نہیں جانچیں گے۔

This document consists of **3** printed pages and **1** blank page.

DC (LK/CGW) 148155/3
© UCLES 2018

CAMBRIDGE International Examinations

[Turn over

Daily Based
DailyBased.com

سیکشن 1

عبارت 1 کو پڑھیے اور امتحانی پرچے پر سوالات 1، 2 اور 3 کے جوابات دیں۔

عبارت 1

پچھلی چند دہائیوں سے سائنسدان اس بات پر زور دے رہے ہیں کہ آجکل مغرب میں استعمال کی جانے والی غذا صحت بخش نہیں ہوتی۔ اس کی پہلی وجہ یہ ہے کہ زیادہ دولت ہونے کی وجہ سے خوراک زیادہ کھائی جاتی ہے اور دوسری وجہ یہ ہے کہ اکثر غلط قسم کی چیزیں کھائی جاتی ہیں۔

آجکل نہ صرف مغربی بلکہ مشرقی ممالک میں بھی لوگوں کی بڑھتی ہوئی تعداد اپنے من پسند کھانے خریدنے کے قابل ہے۔ اس کے علاوہ بہت سے ممالک کی حکومتوں نے اپنے سیاسی حالات کے پیش نظر بنیادی خوراک مثلاً چاول اور گندم رعایتی قیمتوں پر دستیاب کرائی ہیں تاکہ غریب لوگ بھی انہیں خرید سکیں۔ یہی وجہ ہے کہ اکثر ملکوں میں کھانے پینے کی چیزیں تقریباً تمام باشندوں کی پہنچ میں ہوتی ہیں۔ لیکن ضروری نہیں کہ اس قسم کی خوراک میں مکمل غذائیت موجود ہو۔

یہ بات تو طے ہے کہ مغرب میں بہت سے معیاری اور صحت بخش کھانے سستے نہیں ہوتے۔ لیکن یہاں یہ کہنا درست ہے کہ برِ صغیر پاک و ہند کے لوگوں کے روایتی کھانے مثلاً دال، سبزی اور چپاتی عموماً نہ صرف سستے بلکہ صحت بخش بھی ہوتے ہیں۔ ماہرین کے درمیان یہ بات باعث اختلاف ہے کیونکہ ایک خاص طبقے کے مطابق پاکستان کے روایتی کھانے صحت بخش نہیں ہوتے حالانکہ اصلیت اس کے برعکس ہے۔ یہی وجہ ہے کہ پاکستان میں فاسٹ فوڈ کے رجحان میں تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے۔ اس طبقے کے نوجوان فاسٹ فوڈ کے ریسٹورینٹ میں اپنے دولت مند ہونے کا مظاہرہ کرنے کے لیے جاتے ہیں۔

کافی عرصے سے ماہرین ہمیں بتاتے رہے ہیں کہ موٹاپا اور دل کے امراض کی بنیادی وجہ چکنائی اور نشاستے کا کثرت سے استعمال ہے۔ اگرچہ چکنائی کی کئی اقسام ہیں لیکن جانوروں کی چربی کو زیادہ مورد الزام ٹھہرایا جاتا ہے۔ بد قسمتی سے جانوروں کے گوشت کے خوش ذائقہ ہونے کی اصل وجہ اس میں چکنائی کی موجودگی ہے۔ مکھن کو مضرِ صحت قرار دینے کی وجہ بھی یہی ہے۔ ان ماہرین کا کہنا ہے کہ ہمیں اپنی خوراک میں مرغی کا گوشت اور مچھلی زیادہ استعمال کرنی چاہیے کیونکہ ان میں چکنائی اور دوسرے مضرِ صحت اجزاء کم پائے جاتے ہیں۔

سپین، اٹلی، یونان، تیونس اور مراکش جیسے ممالک کے باشندے یہی کھانے صدیوں سے کھاتے آرہے ہیں۔ وہ جانوروں کا گوشت کم اور مچھلی، سلاد، پھل اور زیتون کا تیل زیادہ استعمال کرتے ہیں۔ ان ممالک کے لوگوں کی اکثریت میں موٹاپا اور دل کی بیماریوں کی شرح بہت کم ہے۔ اس کے نتیجے میں یہاں کے لوگ اکثر و بیشتر طویل عمر کے ساتھ ساتھ ایک مثالی زندگی بسر کرتے ہیں۔ اس سے زیادہ انسان کو اور کیا چاہیے؟

© UCLES 2018

Daily Based
DailyBased.com

سیکشن 2

عبارت 2 کو پڑھیے اور امتحانی پرچے پر سوالات 4 اور 5 کے جوابات دیں۔

عبارت 2

انیس سو ستر کی دہائی میں جب مغربی ممالک میں نوجوانوں کی کافی تعداد دل کے امراض میں مبتلا ہونے لگی تو مضر صحت غذا کو اس کی بنیادی وجہ قرار دے دیا گیا۔ سائنس دانوں کی تحقیق کے مطابق جانوروں کی چکنائی اور مکھن کھانے سے کولیسٹرول بنتا ہے جو دورانِ خون میں رکاوٹ پیدا کرتا ہے اور اس کی وجہ سے خون کے دباؤ میں اضافہ ہوتا ہے۔

اس زمانے میں عام رائے یہ تھی کہ "چربی خراب چیز ہے"۔ سائنس دانوں کی اکثریت ان انکشافات کے حق میں تھی۔ کئی ممالک میں حکومتوں نے انہی نتائج کو بنیاد بنا کر صحت کے متعلق اپنی پالیسیاں مرتب کیں۔ صرف چند سائنس دانوں نے مندرجہ بالا تحقیق پر شک و شبہ کا اظہار کیا تھا۔ جو بھی سائنس دان اس طے شدہ حقیقت کے خلاف آواز اُٹھانے کی جرأت کرتا تو اس کے لیے کسی بھی ادارے میں ملازمت حاصل کرنا بہت مشکل تھا۔ ایک اعلیٰ سطح کے سائنس دان نے صحت پر شکر کے اثرات کے بارے میں کئی سالوں تک تحقیق کے بعد اس پر ایک کتاب شائع کی۔ اُسے اس بات کا پکا یقین تھا کہ شکر کا انسانی صحت پر چربی سے زیادہ بُرا اثر پڑتا ہے۔ چونکہ یہ بات حکومت کی رائج پالیسی کے خلاف تھی اسی لیے بہت سے سائنس دانوں نے اس کے کام کو نہ صرف نظر انداز کیا بلکہ اسے غیر معیاری بھی قرار دے دیا جس کے نتیجے میں اس سائنس دان کو اپنی ملازمت سے استعفیٰ دینا پڑا۔

آج کل لوگ توانائی حاصل کرنے کے لیے شکر کا زیادہ استعمال کرتے ہیں اور کام یا ورزش نہیں کرتے۔ نتیجتاً وہ مٹاپے کا شکار ہو جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ وہ مختلف قسم کی بیماریوں جیسے ذیابیطس میں بھی مبتلا ہو جاتے ہیں۔ بہت سے لوگوں کے لیے یہ بات باعث حیرت ہو گی کہ میٹھی چیزوں کے علاوہ ڈبل روٹی، سوپ اور سالن وغیرہ میں بھی "پوشیدہ شکر" کافی مقدار میں پائی جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے مغرب و مشرق میں مٹاپا ایک وبائی مرض کی شکل اختیار کر گیا ہے۔ یہ زیادہ تر چھوٹے بچوں میں نمایاں ہے جن کے جسم اور دماغ کی نشوونما بھی مکمل نہیں ہوئی ہے۔

ایک پاکستانی ڈاکٹر راشدہ اقبال کے مطابق "ہمارے ملک میں مٹاپے کی شرح بہت زیادہ ہے اس لیے اس کا سدباب انتہائی اہم ہے۔ خوش قسمتی سے یہاں پھل اور سبزیوں کی فراوانی ہے اور ہمارے روایتی کھانوں کا صحت اور ذائقے کے اعتبار سے کوئی مقابلہ نہیں ہے"۔ ماہرین کے مطابق اس مسئلے کا حل آسان ہے۔ "کم کھاؤ اور زیادہ ورزش کرو"۔

© UCLES 2018

BLANK PAGE

Permission to reproduce items where third-party owned material protected by copyright is included has been sought and cleared where possible. Every reasonable effort has been made by the publisher (UCLES) to trace copyright holders, but if any items requiring clearance have unwittingly been included, the publisher will be pleased to make amends at the earliest possible opportunity.

To avoid the issue of disclosure of answer-related information to candidates, all copyright acknowledgements are reproduced online in the Cambridge International Examinations Copyright Acknowledgements Booklet. This is produced for each series of examinations and is freely available to download at www.cie.org.uk after the live examination series.

Cambridge International Examinations is part of the Cambridge Assessment Group. Cambridge Assessment is the brand name of University of Cambridge Local Examinations Syndicate (UCLES), which is itself a department of the University of Cambridge.

© UCLES 2018