



کھلتی کلیاں

شہینہ احمد روزے کی طبی فوائد

بچہ انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔ روزہ رکھنے سے جسم میں اس کے بے شمار طبی فوائد سے فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔ روزہ رکھنے سے جسم میں اس کے بے شمار طبی فوائد سے فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔ روزہ رکھنے سے جسم میں اس کے بے شمار طبی فوائد سے فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔



روزہ رکھنے سے جسم میں اس کے بے شمار طبی فوائد سے فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔ روزہ رکھنے سے جسم میں اس کے بے شمار طبی فوائد سے فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔ روزہ رکھنے سے جسم میں اس کے بے شمار طبی فوائد سے فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔

توبہ تو پندرہ روزے میں جھوٹ



توبہ تو پندرہ روزے میں جھوٹ... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔

توبہ تو پندرہ روزے میں جھوٹ... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔

ردا قاطمہ

اسکول کے باپ نام میں فہد نے اپنے دوست یاسر کو چھپ کر پانی پینا دیکھا تو حیران رہ گیا۔ یوں کہ اس نے سچ ہی بتایا تھا کہ آج اس کا روزہ ہے۔ فہد نے یاسر کو آواز دے کر کہا: "توبہ تو پندرہ روزے میں جھوٹ... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔"



مکار جادوگرنی

مکار جادوگرنی... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔



رشاد جلال الدین امدادِ باہمی

امدادِ باہمی... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔

ماں سے محروم بندر کے بچے کی کھلونے سے لپٹنے کی ویڈیوائرل



ماں سے محروم بندر کے بچے کی کھلونے سے لپٹنے کی ویڈیوائرل... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔

طاقتور بے وقوف



طاقتور بے وقوف... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔

غلام سلیم تو ناری



غلام سلیم تو ناری... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔

تصویر میں فرق بتائیے

Spot 7 difference

راستہ تلاش کیجیے

رمضان المبارک میں پیش آنے والے چند تاریخی واقعات

رمضان المبارک میں پیش آنے والے چند تاریخی واقعات... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔

بوجھو تو جاہلین

بوجھو تو جاہلین... انہما تعالیٰ کے لیے روزہ رکھتے ہیں اور اس لیے روزے کے روحانی فوائد پر توجہ دیتے ہیں لیکن رمضان المبارک کے روزے کے بے شمار طبی فوائد سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیے۔

