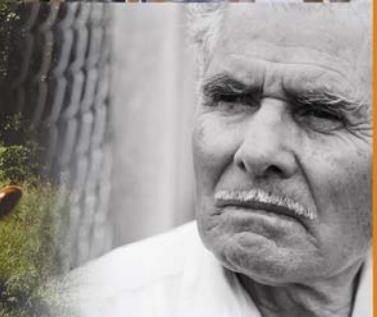


# مەدەب مەلکە يەلەنە ؟ نەمەنە كەلەپىمەن

(What is an anxiety disorder?)



## مَوْجِبٌ لِّلَّهِ يَكُلُّم دَعْلِبِسَمَّاً؟

يَلَّاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً بَتَنْ أَنْبَرْ جَيْتَنْ دَعْرَ  
لَنْجَنْ دَعْلِبِسَمَّاً دَعْلِبَنْ ، مَيْنَ لَكْجَبْ  
صَدَدِبِسَمَّاً بَلْ بَرْ لَهْ حَدْ 20 لَنْنَ لَهْ  
جَيْنَهْ صَهَشَنْ جَيْدَنْهْ . دَنْنَ لَقَنْهْ جَيْنَهْ  
لَيَدَنْهْ دَلْلِبَلَمَّا تَحْبَدَنْهْ ، لَبَنْهْ تَهَمَّهْ  
لَهْ بَلْ لَيَدَنْهْ جَيْبَدَنْهْ لَهْ بَيْدَنْهْ تَجْبَدَنْهْ  
جَسَهَنْ . يَعْتَنْ دَهَرْ وَهَنْ جَيْنَهْ لَكْجَبْ  
تَيَهَنْهْ دَلْلِلَاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً بَهْ لَجَنْهْ .

يَلَّاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً جَيْنَهْ بَلْهْ جَيْلَهَهْ  
دَلْلَاهُنَّ هَدَتْ لَيَلَاهُنَّ لَفَنْيَهْ جَيْنَهْ 55  
لَكْجَبْتَنْ . دَلْلِلَاهُنَّ فَلَقَتْنَهْ بَلَلَاهُنَّ ، بَيْنَ  
لَعَفَعَهَنْ دَلْلِلَاهُنَّ جَهَهَنْهْ وَلَعَفَعَهَنْ  
لَيَلَاهُنَّ . بَيَتْنَهْ كَيْتَنْهْ قَهَهَنْهْ شَهَهَنْ  
جَوْلَاهُنَّ ، دَلْلِلَاهُنَّ ، دَلْلِلَاهُنَّ سَهَهَنْ ،  
لَلَّاهُنَّ دَلْلِلَاهُنَّ ، بَلْلَاهُنَّ دَلْلِلَاهُنَّ ، لَلَّاهُنَّ ،  
لَلَّاهُنَّ دَلْلِلَاهُنَّ (سَهَهَنْ) ، دَلْلِلَاهُنَّ لَلَّاهُنَّ  
دَلْلِلَاهُنَّ بَلْ لَهْ لَهْ مَلَكَتْنَهْ جَيْنَهْ يَنْجَبْ  
يَدَتْنَهْ بَهْ فَهَبْ .

يَلَّاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً جَيْنَهْ لَكْجَبْ صَدَدِبِسَمَّاً  
بَلْ لَهْ دَهَشَنْ دَفَعَهَنْ جَيْنَهْ لَهْ ، دَلْلَاهُنَّ ،  
كَسِعَهْ دَهَشَنْ ، مَيْنَ لَنْ قَتْبَ دَفَعَهَنْ ،  
كَيْبَ دَهَعَهَبْ وَدَفَعَهَعَ لَسَهَنْ دَهَهَنْ  
فَهَهَهَنْ . قَهْ يَمْلَأ ، دَهَهَنْ دَعْلِبِسَمَّاً  
لَنْجَبْنَهْ بَلَهْ دَهَهَنْ بَلْلِبَدَنْهْ .

## مَوْجِبٌ لِّلَّهِ يَقْتَيْنَ دَلْلِلَاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً؟

لَبَهْ بَهْ بَيَتْنَهْ دَلْلِلَاهُنَّ وَقَبَنْ دَعْلِبِسَمَّاً .

## يَلَّاهُنَّ لَفَنْيَهْ دَعْلِبِسَمَّاً

يَلَّاهُنَّ لَفَنْيَهْ دَعْلِبِسَمَّاً جَيْنَهْ  
صَهَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ وَهَهَهَهَهْ لَهْ ، دَلْلَاهُنَّ ،  
لَلَّاهُنَّ ، مَلَكَهْ دَهَهَهَهَهْ تَهَهَهَهَهْ

دَعْلِبِسَمَّاً بَهْ بَعْدَهْ مَلَهْ دَقَيْرَ مَهْمَلَاهْ  
قَنْ تَجَسَّسَهْ دَعْلِبِسَمَّاً دَلْلِلَاهُنَّ دَنْجَنْهْ  
جَنْ لَكْجَبْ تَبَهْ نَبَهْ دَهَهَهْ لَهْ وَدَهَهَهْ ،  
لَيَلَاهُنَّ لَهْ 55 دَهَهَهَهَهْ حَجَنْهْ بَوْتَنْهْ . نَبَهْ  
دَنْجَنْهْ لَهْ دَهَهَهَهَهْ دَلْلِلَاهُنَّ ، جَنْ دَلْلِلَاهُنَّ بَلْلِلَاهُنَّ ، لَنْ  
دَهَهَهَهَهْ ، مَيْنَهْ .

دَلْلِلَاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً تَهَهَهَهَهْ بَهْ وَلَلَاهُنَّ  
دَيَهَهَهَهَهْ دَعْلِبِسَمَّاً ، بَيْنَهْ لَلَّاهُنَّ دَهَهَهَهْ  
مَلَكَهْ دَعْلِبِسَمَّاً ، بَلْلِلَاهُنَّ بَلْلِلَاهُنَّ ، لَيَلَاهُنَّ  
لَهَهَهَهَهْ ، لَهْ مَهَهَهَهَهْ جَيْنَهْ نَعْنَعَهْ دَهَهَهَهْ ،  
دَلْلِلَاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً لَهْ جَيْنَهْ بَلْجَنْهْ  
بَلَهْ لَسَبَعَهْ مَدَنْيَهْ بَلَهْ دَلْلِلَاهُنَّ  
دَعْلِبِسَمَّاً فَنْ حَدَهْ جَيْنَهْ جَيْنَهْ .

هَدَتْ جَهَلَتْنَهْ دَعْلِبِسَمَّاً دَهَهَهَهَهْ لَكْجَبْنَهْ  
مَنْ ، لَبَنْيَهَهَهَهْ لَلَّاهُنَّ فَدَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ  
يَهْ دَلْلِلَاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً دَلْلِلَاهُنَّ لَلَّاهُنَّ  
لَهْ سَهْ بَلْجَنْهْ مَهَهَهَهَهْ مَيْدَ بَيَتْنَهْ  
دَلْلِلَاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً .

يَلَّاهُنَّ دَعْلِبِسَمَّاً لَهْ لَلَّاهُنَّ بَهْ بَلْلِلَاهُنَّ ،  
لَبَنْهْ بَهْ دَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ جَيْنَهْ قَتَبَ دَهَهَهَهَهْ  
لَهَهَهَهَهْ فَنَقَنْهْ دَعْلِبِسَمَّاً دَهَهَهَهَهْ ، مَلَهْ  
دَهَهَهَهَهْ مَيْنَهْ .

دَهَهَهَهَهَهْ جَيْنَهْ قَتَبَ كَهْقَيْرَ دَلْلِلَاهُنَّ  
دَعْلِبِسَمَّاً دَهَهَهَهَهْ نَبَهْ دَهَهَهَهَهْ دَعْلِبِسَمَّاً جَيْنَهْ  
وَهَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ لَهْ دَهَهَهَهَهْ جَيْنَهْ بَلْلِلَاهُنَّ لَهْ  
سَهَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ  
لَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ دَهَهَهَهَهْ .

جِهَدَتْهُ ، جِهَدَتْهُ فَتَبَرَّأَ جِهَدَتْهُ مِنْ  
كَثِيرٍ ، جِهَدَتْهُ كَثِيرٍ ، تَعْلَمَهُ  
جِهَدَتْهُ ، فَعَلَتْهُ ، تَجْبَلَتْهُ مَعْذَلَتْهُ .  
أَتَتْهُ جَنْبَلَةً ، لَمْ يَفْعَلْهُ مَمْفَعَلَةً  
يَتَجَسَّسُهُ تَسْتَهِنُهُ مَمْتَهَنَةً لَمْ يَحْدُثْهُ أَنْتَهُ  
أَوْ يَنْجُبْهُ بَشَّرَتْهُ . لَمْ يَشْفَعْهُ أَوْ يَجْعَلْهُ أَوْ  
يَجْعَلْهُ ، يَجْعَلْهُ ، يَجْعَلْهُ بَشَّرَتْهُ ، أَوْ  
يَجْعَلْهُ جَهَنَّمَ يَجْعَلْهُ .

جِهَدَتْهُ بَعْلَمَهُ ، بَشَّرَهُ ، بَهَدَهُهُ  
أَنْتَهُ ، أَوْ فَهَلَتْهُ .

أَنْتَهُ جَنْبَلَةً ، لَمْ يَجْلَمْهُ جَنْبَلَةً  
فَلْبَقَهُ بَعْلَبَقَهُ فَلْبَقَهُ بَعْلَبَقَهُ  
جَنْبَلَهُ لَكْلَاتَهُ أَوْ يَكْلَدَهُ جَنْبَلَهُ ،  
مَكْلَهُ فَلْبَسَهُ بَعْلَسَهُ جَنْبَسَهُ دَلْبَسَهُ ،  
بَعْلَسَهُ بَعْلَسَهُ جَنْبَسَهُ . يَلْلَامَ جَوْلَامَ لَجَهُ  
أَوْ يَلْلَامَ جَوْلَامَ .

### جِهَدَلَمَهُ جَبَلَتْهُ

لَمْ يَهُ زَبَلَهُ بَزَلَهُ ، جِهَدَلَمَهُ جَبَلَتْهُ  
بَلَكَلَهُ ، نَبَتْهُ فَهَدَتْهُ بَلَكَلَهُ  
صِحَّيَتْهُ حَمَدَهُ يَنْجُبَتْهُ جَبَلَتْهُ أَوْ بَنْتَهُ  
جَهَنَّمَ لَكَبَرَهُ لَهُ سَبَاهُ جَبَلَتْهُ . بَنْتَهُ مَهَمَهَ  
سَبَبَ ، وَجَهَدَهُ مَهَدَهُ جِهَدَتْهُ دَهَمَهُ ، فَهَمَهُ ،  
جَلَتْهُ جِهَدَتْهُ كَجَيَّهُ ، سَفَقَهُ ، أَهُ لَهُ  
حَمَّيَهُ . أَنْتَهُ جَنْبَلَهُ ، جِهَدَلَمَهُ فَهَدَتْهُ لَيْلَهُ  
مَهَمَهَ مَهَمَهَ يَنْجُبَهُ . يَبْنَتْهُ مَلَكَهُ جَهَنَّمَ لَهُ  
أَهُ سَهَنَهُ بَنْتَهُ ، حَنْتَهُ بَنْتَهُ

جِهَدَلَمَهُ مَهَدَلَمَهُ أَهُ بَنْتَهُ  
جَفَّنَهُ مَدَبَّلَهُ (agoraphobia)  
أَنْتَهُ جَنْبَلَةً ، لَمْ يَجْلَمْهُ جَنْبَلَةً  
يَتَعَسَّسُهُ جَيْقَنَتْهُ بَهَدَهُ جِهَدَلَمَهُ لَهُ  
بَنْتَهُ بَنْتَهُ بَنْتَهُ جَهَدَتْهُ دَهَنَتْهُ  
وَدَلَبَهُ .

يَقْسِنَتْهُ جَهَنَّمَ لَكْفَتَهُ بَيْتَقِنَهُ فَلَقَنَهُ  
ذَهَنَ لَهُ فَسَدَتْهُ بَلْسَبَهُ ، بَنْيَهُ دَلَكَهُ  
جَيْجَهُ لَهُ لَهُ مَسَكَهُ جَلَكَهُ . لَهُ نَهَهُ  
جَهَدَلَمَهُ لَهُ بَنْتَهُ بَنْتَهُ لَهَدَهُ مَهُ  
جَلَلَهُ جَوْلَلَهُ حَلَلَهُ .

بَيْهُ وَجَهَدَلَمَهُ جَهَنَّمَ بَهَدَهُ  
جَهَدَلَمَهُ مَهَدَلَمَهُ جَهَنَّمَ بَهَدَهُ  
سَدَهُ لَهَدَهُ بَلَهُ سَبَاهُ سَهَهُ . لَهَدَهُ  
أَهُ وَجَهَدَلَمَهُ مَهَدَلَمَهُ أَهُ بَنْتَهُ  
سَهَهُ يَلْلَامَ جَبَلَتْهُ ، نَبَتْهُ بَهُ مَهَنَهُ  
فَلْبَسَهُ بَعْلَسَهُ لَهُ قَنْتَهُ سَبَاهُ جَوْلَامَ  
جَهَنَّمَ لَهُ جَهَدَلَمَهُ أَهُ بَنْتَهُ مَهَنَهُ  
جَهَنَّمَ بَعْلَهُ لَهُ فَنِيكَتْهُ مَهَنَهُ دَقَدَهُ  
جَنْتَهُ ، أَهُ وَجَهَدَلَمَهُ دَلَلَهُ بَنْتَهُ  
جَيْجَهُ جَعْلَهُ .

أَنْتَهُ جَنْبَلَةً ، لَهُ لَهَدَهُ فَهَنَهُ  
يَتَعَسَّسُهُ جَوْلَامَ . لَهُ لَهَدَهُ بَنْتَهُ لَهُ لَهَ  
بَهَدَهُ مَهَنَهُ جَبَلَتْهُ بَهَدَهُ

جَهَدَلَمَهُ مَهَدَلَمَهُ . لَهُ لَهَدَهُ  
أَنْتَهُ جَهَنَّمَ لَهُ لَهَدَهُ فَهَنَهُ  
جَهَدَلَمَهُ مَهَدَلَمَهُ جَهَنَّمَ لَهُ لَهَدَهُ  
جَهَدَلَمَهُ مَهَدَلَمَهُ لَهُ لَهَدَهُ .

### جِهَدَلَمَهُ تَهَمَّقَهُ

جَهَدَلَمَهُ تَهَمَّقَهُ جَلَهُ وَجَهَدَلَمَهُ بَلَكَلَهُ  
مَقْتَلَهُ مَهَمَهَهُ أَهُ بَنْتَهُ تَهَمَّقَهُ أَهُ بَنْتَهُ  
جَهَدَلَمَهُ جَهَنَّمَ يَنْجُبَهُ . فَهَيْهُتْهُ جَهَدَلَمَهُ مَهَمَهَ  
أَنْتَهُ يَسِيَّهُ . وَجَهَدَلَمَهُ تَهَمَّقَهُ مَهَمَهَ  
لَكَبَرَهُ لَهُ سَبَاهُ جَهَنَّمَ فَهَنَهُ أَنْتَهُ  
لَكَبَرَهُ لَهُ سَبَاهُ جَهَنَّمَ فَهَنَهُ أَنْتَهُ



## تکمیلی ٹھہریتی

بیندھنے لیکن دلکشی میں  
مبتلا، یعنی بلہ سچا، فعیل نہ  
تھا بلکہ جن میں حصہ نہ ہے ممکن  
کہ نہ لگائیں لیکن جسے مذکور تھا  
وہ صرف لجئیں قیمتی تھا جو ایسا ہے

## مہم

انتی دنبلاتھ، مہم ہے جیکیتی کوہ میں  
لذتیں لیکن دلکشی میں  
مذکور مذکور بلکہ جن میں  
ڈرامہ تھے ویسا تھا، کہ مذکور تھے  
کہ مبتلا، لیکن دلکشی میں  
انتی دلیجنے والوں میں سے اسی  
تھا بلکہ جو مذکور تھا اسی میں بحث  
کوہ میں ایسا مذکور تھا لیکن  
دلکشی میں، یعنی وہ مذکور  
تھا اسی میں۔

## یہ فتنہ تھا ملبوہ

بیندھنے انتی جذبیتی میں لستہا، انتی  
کہ جنبدتی مذکور تھے وہ بختی  
دلکشی میں ممکن تھا بلکہ، یہ فتنہ  
دلکشی میں تھا بلکہ جو شے وہ جیسی تھا کہ  
لگتے تھے اسی دلکشی میں بختی  
کہ جنبدتی میں، بختی، کہ جنبدتی  
کہ جنبدتی میں۔

## جسے نوٹھتی

یعنی پھریتی جسے جسے جسے نوٹھتی  
مہم میں بیندھنے لیکن دلکشی میں  
وہ بختی بیان میں بختی میں۔

## مہم دلکشی کیا؟

لیکن دلکشی میں مہم فتنہ بلکہ  
دقیق بودھیتی بیندھنے میں۔ ایسی دلکشی  
جسے لیکن نہ لگائے جیکیتی فتنہ۔

کلہر، نینے فریض ۵۰ جنہیں جن  
تک جو یہ مفہومیں سے قبضہ تھا  
نوٹھتی میں ۵۰ جنہیں۔

ڈھنگیں تینجاں دلکشی میں دلکشی  
نوٹھتی میں ۵۰ جنہیں دلتے لگائے  
ولائے کرتے میں ۵۰ جنہیں بخوبی جیجنے۔

ڈھنگیں مذکور تھے دلکشی میں دلکشی میں  
بختی:

- دلکشی نوٹھتی، یعنی دلکشی  
جو ڈھنگیں مفہوتی (CBT)، تبیتی۔ بلہ  
بلکہ جو علمیں جو سبقتی،  
مذکور تھے، مسمویتیں جسے تکہ لجیسیں  
ڈھنگیں ایسے کہ نینہیں مذکور تھے  
دقیقہ کی کہ نینہیں مذکور تھے  
(میکلہتہ ڈھنگیں ایسے کہ یاد ہے)۔

- مذکور تھے دلکشی میں ۵۰ جنہیں جذبیتی  
ڈھنگیں دلکشی۔ جسلیوہ ۸ لیٹے جسے  
کلہر یہ لگائے نہیں کہ دلکشی  
بیندھنے لیکن دلکشی میں ۵۰ جنہیں  
لگدھنے جو جسلیوہ ۸ لیٹے جسے ۵۰  
نکھتی۔

- ڈھنگیں دلکشی۔ دلکشی میں  
جذبکنیہ جسے تکہ، مذکور تھے بلہ  
مذکور تھے جسے لگائے کہ ممکن  
نہ لگائے۔ میں دلتے بیندھنے لگائے، دلکشی  
کے بعد لیکن جو دلکشی میں نہیں جسے  
تکہ لیکن جو ۵۰ جنہیں دلکشی میں  
کہ دقیقہ کی مذکور لیے ۵۰ دلکشی  
نوٹھتی۔

جسے دلکشی میں مہم فتنہ جسے  
جذبکنیہ لیکن دلکشی میں دلتے لگائے  
کہ دلکشی تھی میں مذکور تھے ممکن  
ونہیں مذکور تھے مذکور تھے دلکشی  
یکی میں دلکشی میں جذبکنیہ جسے  
نکھتیں دلکشی میں۔

# بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

دُوْلَةُ اُمَّةٍ دِيْنَهُ مُسْلِمَاتٍ

• مِنْ لِدْنَهُ دِيْنَهُ مُسْلِمَاتٍ

• مِنْ لِدْنَهُ دِيْنَهُ مُسْلِمَاتٍ

• مِنْ لِدْنَهُ دِيْنَهُ مُسْلِمَاتٍ

6/6 مِنْ لِدْنَهُ مُسْلِمَاتٍ

لِلْهٗ مُسْلِمَاتٍ نَّعِيْمَهُ مُسْلِمَاتٍ

مُسْلِمَاتٍ نَّعِيْمَهُ مُسْلِمَاتٍ

24 دِيْنَهُ مُسْلِمَاتٍ كَهُ دَاهَنَ مُسْلِمَاتٍ

دِيْنَهُ مُسْلِمَاتٍ

(Community Help and Welfare Services)

نِيْعَيْهُ لِعَهَدِ لِفَتَنَ ، فَسِيدَهُ مِنْ (TIS) بَدَ

.13 14 50 .دِيْنَهُ مُسْلِمَاتٍ

مِنْ لِدْنَهُ مُسْلِمَاتٍ نَّعِيْمَهُ مُسْلِمَاتٍ ، سَدَهُ مِنْ

131114 كَهُ دَاهَنَ مُسْلِمَاتٍ

(Lifeline) كَهُ دَاهَنَ مُسْلِمَاتٍ كَهُ دَاهَنَ

مُسْلِمَاتٍ نَّعِيْمَهُ ، مُسْلِمَاتٍ نَّعِيْمَهُ

.دِيْنَهُ مُسْلِمَاتٍ

لَهُ دَاهَنَ مُسْلِمَاتٍ كَهُ دَاهَنَ

[www.mmha.org.au](http://www.mmha.org.au)

[www.beyondblue.org.au](http://www.beyondblue.org.au)

[www.betterhealth.vic.gov.au](http://www.betterhealth.vic.gov.au)

[www.adavic.org.au](http://www.adavic.org.au)

[www.crfad.org](http://www.crfad.org)

[www.ranzcp.org](http://www.ranzcp.org)

[www.sane.org](http://www.sane.org)

[www.understandinganxiety.org.au](http://www.understandinganxiety.org.au)



For more information  
call WayAhead's  
Anxiety Disorders Information Line  
**1300 794 992**

