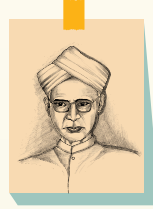


Hansti Duniya (Punjabi)

Vol. 48 \* No. 09 \* SEPTEMBER 2024



# ਸਿਖਸ਼ਕ ਦਿਵਸ



ਦੀਆਂ ਸ਼ੁਭਕਾਮਨਾਵਾਂ



₹ 25/-



# ਹੰਸਤੀ ਦੁਨੀਆ

★ VOL - 48

★ ਅੰਕ - 09 ★ ਸਤੰਬਰ 2024 ★ Pages : 44

(ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਅਨੋਖੀ ਪੜ੍ਹ੍ਹਕ)

Also published in Hindi, English & Marathi

**Printer & Publisher Rakesh Mutreja,**  
on behalf of Sant Nirankari Mandal,  
Delhi-110009, Printed at  
M.P. Printers, B-220, Phase-II,  
Noida (U.P.) – 201305 & published at  
Sant Nirankari Administrative Block,  
Nirankari Chowk, Burari Road,  
Delhi-110009

Chief Editor  
**Dr. Vijay Sharma**  
Asstt. Editor  
**Kuldeep Kaur**

E-mail : [hduniya.punjabi@nirankari.org](mailto:hduniya.punjabi@nirankari.org)  
Ph. : 011-47660200  
Fax : 011-27608215  
Website : [www.nirankari.org](http://www.nirankari.org)  
[kids.nirankari.org](http://kids.nirankari.org)

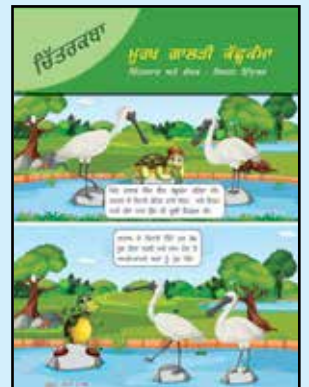


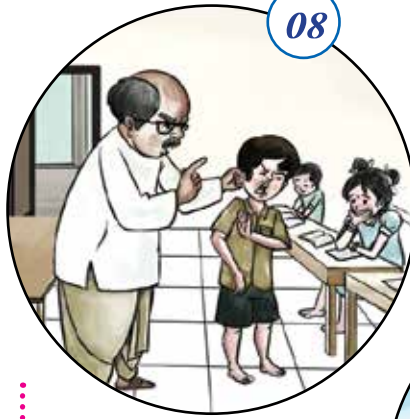
## ਸਤੰਤਰ

- ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 04
- ਸੰਪੂਰਣ ਹਰਦੇਵ ਬਾਣੀ 05
- ਵਿਗਿਆਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ 13
- ਹਾਸਾ-ਖੇਡਾਂ 18
- ਸਾਧਾਰਣ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ 21
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ? 27
- ਰੰਗ ਭਰੇ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗਿਤਾ 33
- ਕਦੇ ਨਾ ਭੁੱਲੋ 35
- ਬੁੱਧੀ ਦੀ ਪਰਖ 42

## ਚਿੱਤਰਕਥਾਵਾਂ

- ਚਿੱਤਰਕਥਾ 38





08

## ਕਹਾਣੀਆਂ

08. ਪੜ੍ਹੇ ਅਤੇ ਵਧੋ  
- ਮਨਮੋਹਨ ਬਾਵਾ
14. ਅਤਿਆਚਾਰ ਦਾ ਅੰਤ  
- ਚੰਦਰਭਾਨ
16. ਨਜ਼ਰੀਆ  
- ਨਿਰਮਲ ਪ੍ਰੇਮੀ
28. ਸਿਹਨਤ ਹੀ ਜੀਵਨ ਹੈ  
- ਸੁਸ਼ੀਲਾ
31. ਬੱਦਲ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰ  
- ਰਾਧੇਲਾਲ 'ਨਵਚੱਕਰ'
36. ਸੋਨੇ ਦੇ ਪੱਤੇ  
- ਦੀਪਕ ਕੁਮਾਰ

## ਗੀਤ-ਕਵਿਤਾਵਾਂ

07. ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਸਦਾ...  
- ਦੀਪੀ
17. ਬੱਚੇ  
- ਜਸਵਿੰਦ
24. ਰੁੱਖ ਲਗਾਈਏ  
- ਅਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ
32. ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਖਾਓ  
- ਅਮਨ

## ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੇਖ

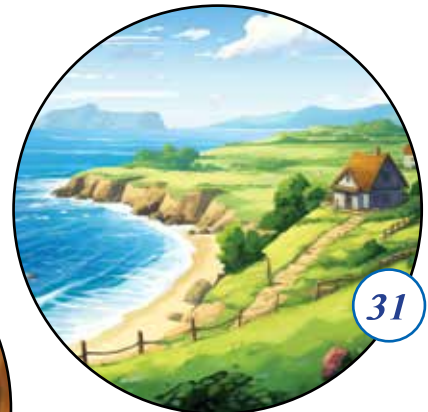
06. ਕਿਵੇਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ...  
- ਰਮਨ ਸਿੰਘ
10. ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਬਣੋ  
- ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ
12. ਕਹਾਣੀ ਰੇਸ਼ਮ ਦੀ  
- ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ
20. ਖੂਬੀਆਂ ਉਠ ਦੀਆਂ  
- ਡਾ. ਵਿਨੋਦ ਗੁਪਤਾ
22. ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ...  
- ਵੈਬ ਦੁਨੀਆ ਤੋਂ...
25. ਲਾਭਦਾਇਕ ਫਲ ਜਾਮਣ  
- ਮੇਘਾ
26. ਖੂਬਸੂਰਤ ਚਿੜੀ ਮੈਨਾ  
- ਕਿਰਣ ਬਾਲਾ
30. ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ  
- ਮਨੋਹਰ ਪੁਰੀ



14



28



31



36



# ਨੈਤਿਕਤਾ ਸਿੱਖੇ ਚੰਗੇ ਆਚਰਣ 'ਤੋਂ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਗੁਰੂ ਨਾਲ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਹੁਤ ਡੂੰਘਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਪ੍ਰਤੀ ਸ਼ਰਧਾ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਪ੍ਰਤੀ ਸਤਿਕਾਰ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂਕੁਲ ਦੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਸੀ। ਗੁਰੂਕੁਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਆਏ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗੁਰੂ-ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਵੀ ਕਰਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਨਿੱਤਨੇਮ, ਆਚਰਣ ਅਤੇ ਸਿਸਟਾਚਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਅਪਣਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਸੀ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਲੱਗੀ।

ਅੱਜ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਸਗੋਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸੱਖਿਆ ਆਸਾਨ ਅਤੇ ਔਖੀ ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਗੁਰੂਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਫਿਰ ਵੀ, ਕੁਝ ਲੋਕ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਉਹ ਸਨਮਾਨ ਨਹੀਂ ਦੇ ਪਾ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਇਮਤਿਹਾਨ ਦਾ ਦਿਨ ਸੀ। ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਬੈਠ ਗਏ ਸਨ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਪੇਪਰ ਵੀ ਵੰਡੇ ਗਏ ਸਨ। ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਮੈਂ ਇਸ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਘੜੀ, ਜੋ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹਿੰਗੀ ਹੈ, ਉਤਾਰ ਕੇ ਡੈਸਕ 'ਤੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਜੋ ਹੁਣ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ

ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਇਸ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬਾਹਰ ਤਾਂ ਗਿਆ ਨਹੀਂ। ਇਸ 'ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਕਮਰੇ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਨੇ ਹਾਜ਼ਰ ਸਾਰੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਅਤੇ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ੀ ਲੈਂਦੇ ਰਹੇ। ਆਖਰਕਾਰ ਉਸਨੇ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਜੇਬ ਵਿੱਚੋਂ ਘੜੀ ਲੱਭੀ ਅਤੇ ਘੜੀ ਗੁਆ ਚੁੱਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਜੇਬ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੱਤੀ। ਜਿਸ ਨੇ ਵੀ ਚੋਰੀ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਉਹ ਤਾਂ ਪਛਤਾਵੇ ਨਾਲ ਭਰ ਗਿਆ ਪਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ 'ਤੇ ਦੋਸ਼ ਲਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਦਲ ਲਿਆ।

ਦੇਸਤੋਂ, ਅਜਿਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਸਿਖਸ਼ਕ, ਅਧਿਆਪਕ, ਗੁਰੂਜਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਆਤਮ-ਸਨਮਾਨ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਸੀਨੀਅਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਦੀ ਕਾਰ ਸਕੂਲ ਪਹੁੰਚਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਹਰ ਕੋਈ ਚੌਕਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਅਧਿਕਾਰੀ ਕਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਉੱਤਰ ਕੇ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਅਧਿਆਪਕ ਕੋਲ ਗਿਆ ਜਿੱਥੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਅਧਿਆਪਕ ਬੈਠੇ ਸਨ। ਉਥੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਚਰਣ-ਵੰਦਨਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਘੜੀ ਚੋਰੀ ਦੀ ਘਟਨਾ ਸੁਣਾਈ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਛਾਣਿਆ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਚਿਹਰਾ ਯਾਦ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੀਖਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮੈਂ ਵੀ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰ ਲਈਆਂ ਸਨ।

ਸਿਖਸ਼ਕ, ਅਧਿਆਪਕ, ਗੁਰੂਜਨ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਫਰਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਨਾ ਦਿਓ। ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹੇ, ਇਹ ਇੱਕ ਡੂੰਘਾ ਰਾਜ਼ ਹੈ। ਜੋ ਜਾਣਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਅਣਜਾਣ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਚਰਣ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਰਾਹੀਂ ਨੈਤਿਕਤਾ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਬਣੋ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਸੰਪਾਦਕ





ਸੰਪੂਰਣ

# ਹਰਦੇਵ ਬਾਣੀ

## ੧ ਤੂੰ ਹੀ ਨਿਰੰਕਾਰ

ਨਿਰਗੁਣ ਨਿਆਰੇ ਤੇਰੇ ਸਹਾਰੇ ਟਿਕਿਆ ਇਹ ਜੱਗ ਸਾਰਾ ਹੈ।  
 ਸੂਰਜ ਚੰਨ ਤਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤੇਰਾ ਹੀ ਉਜਿਆਰਾ ਹੈ।  
 ਹਰ ਕਾਰਜ ਦਾ ਕਰਤਾ ਧਰਤਾ ਕਰਣ ਕਰਾਵਣਹਾਰ ਹੈਂ ਤੂੰ।  
 ਬੰਦਾ ਹੈ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਪੁਤਲਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੈਂ ਤੂੰ।  
 ਕਣ ਕਣ ਵਿੱਚ ਤੂੰ ਆਪ ਵਿਰਾਜੇ ਹਰ ਘਟ ਤੇਰਾ ਡੇਰਾ ਹੈ।  
 ਤੇਰੇ ਬਿਨ ਪੱਤਾ ਨਹੀਂ ਹਿੱਲਦਾ ਸਭ ਤੇ ਸ਼ਾਸਨ ਤੇਰਾ ਹੈ।  
 ਸਭ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਕੇ ਸਭ ਨੂੰ ਪਾਲ ਰਿਹਾ ਏਂ ਦਾਤਾ ਤੂੰ।  
 ਆਪਣੇ ਵਿੱਚ ਸਮੇਟੇਂ ਸਭ ਕੁੱਝ ਪਰਲਯ ਸਮੇਂ ਵਿਧਾਤਾ ਤੂੰ।  
 ਤੂੰ ਸੁੱਖ ਦਾਤਾ ਤੂੰ ਦੁੱਖ ਭੰਜਨ ਆਨੰਦ ਨਾਲ ਹੈਂ ਤੂੰ ਭਰਪੂਰ।  
 ਕਹੇ 'ਹਰਦੇਵ' ਹੈ ਗੁਰੂ ਦਿਖਾਇਆ ਸਭ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇਰਾ ਨੂਰ।

- ਸੰਪੂਰਣ ਹਰਦੇਵ ਬਾਣੀ ਸ਼ਬਦ ਨੰ. 4

### ਭਾਵਾਰਥ:

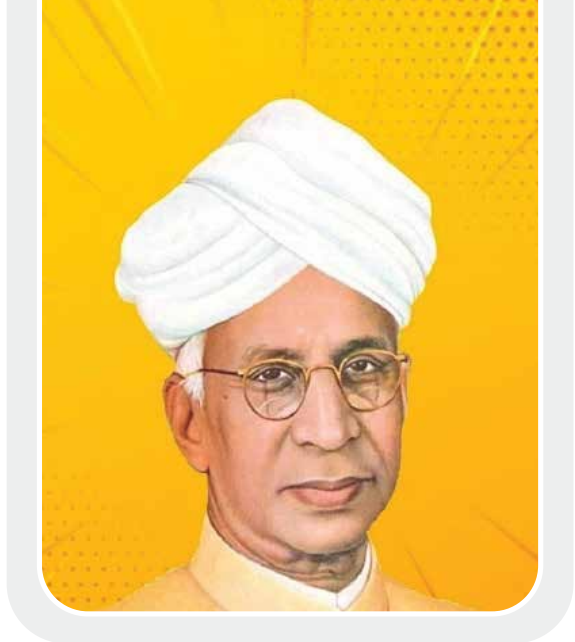
ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਵਿੱਚ ਬਾਬਾ ਹਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਜੀ ਫੁਰਮਾ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਹੇ ਸੱਚੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਨਿਰੰਕਾਰ ਪ੍ਰਭੂ! ਤੇਰੇ ਹੀ ਸਹਾਰੇ ਇਹ ਸਮਸਤ ਜਗਤ ਵਿਚਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਟਿਕੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਤੇਰਾ ਆਸਰਾ ਲੈ ਕੇ ਹਰ ਕੋਈ ਇਸ ਜਗਤ ਵਿੱਚ ਕਾਰਜ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੂੰ ਇਸ ਸਭ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਜਾਂ ਤੋਂ ਨਿਆਰਾ ਰਹਿ ਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ-ਅਵਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਹੈਂ। ਸੂਰਜ, ਚੰਨ, ਤਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੇਰੀ ਹੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਹੈ ਜੋ ਸਮਸਤ ਜਗਤ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਰ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਉਸ ਕਾਰਜ ਦੇ ਹੋਣ ਪਿੱਛੇ ਦਾ ਮੂਲ ਕਾਰਣ ਵੀ ਤੂੰ ਹੀ ਹੈਂ। ਇਨਸਾਨ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਮੂਰਤ ਵਾਂਗ ਵਿਚਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਦਕਿ ਤੂੰ ਉਸਦੇ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੈਂ। ਇਸ ਜਗ ਦੇ ਕਣ-ਕਣ ਵਿੱਚ ਤੂੰ ਆਪ ਵਿਰਾਜ ਰਿਹਾ ਹੈਂ ਅਤੇ ਘਟ-ਘਟ ਵਿੱਚ ਤੇਰਾ ਹੀ ਘਰ ਹੈ। ਤੇਰਾ ਸ਼ਾਸਨ ਇਸ ਸਮਸਤ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਤੇ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਕਾਇਮ-ਦਾਇਮ ਹੈ ਅਤੇ ਤੇਰੇ ਆਦੇਸ਼ ਬਿਨਾਂ ਇਕ ਪੱਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹਿੱਲ ਸਕਦਾ। ਤੂੰ ਹੀ ਇਸ ਜਗਤ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਭ ਦਾ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਵੀ ਤੂੰ ਹੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈਂ। ਹੇ ਵਿਧਾਤਾ, ਪਰਲਯ ਸਮੇਂ ਤੂੰ ਹੀ ਇਸ ਸਮਸਤ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਸਮੇਟ ਲਵੇਂਗਾ। ਅਰਥਾਤ ਇਸ ਜਗਤ ਦਾ ਰਚਣਹਾਰ, ਪਾਲਣਹਾਰ ਅਤੇ ਇਸ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਅੰਤ ਸਮੇਂ ਦਾ ਸੰਹਾਰਕਰਤਾ ਵੀ ਤੂੰ ਹੀ ਹੈਂ। ਤੂੰ ਹੀ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਜੜ੍ਹੋਂ ਖਤਮ ਕਰਕੇ ਸੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਮੂਲ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈਂ ਜੋ ਕਿ ਆਨੰਦ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈਂ।

ਬਾਬਾ ਹਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਜੀ ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਫੁਰਮਾ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਮੇਰੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੇ ਸਮਸਤ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇਰੇ ਹੀ ਇਸ ਨਿਰੰਕਾਰ ਰੂਪ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਵਾ ਕੇ ਕਿਰਪਾ ਕੀਤੀ ਹੈ।

# ਕਿਵੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ

(ਡਾ. ਰਾਧਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਣਨ ਜੀ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ)

- ਰਮਨ ਸਿੰਘ



ਵਿਨੋਬਾ ਭਾਵੇ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਕੱਲ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਕੱਲ ਨੂੰ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕੌਣ ਹਨ? ਗੱਲ ਸਿੱਧੀ ਜਿਹੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਕੱਲ ਨੂੰ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਅਧਿਆਪਕ ਹਨ।

ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸਥਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਧਿਆਪਕ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਸਹੀ ਰਾਹ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਕ ਵਧੀਆ ਨਾਗਰਿਕ ਤੇ ਚੰਗਾ ਇਨਸਾਨ ਬਣਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਸਾਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸੰਘਰਸ਼ ਨਾਲ ਜੂਝਣਾ ਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਾਹ ਦੱਸਦੇ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹੰਕਾਰ ਅਤੇ ਘਮੰਡ ਦੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬੀ ਦੇ ਸਿਖਰ ਤਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਮਾਨ ਤੇ ਸਨਮਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਤੇ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਕਿ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਦਿਨ ਯਾਦਗਾਰ ਬਣ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਣ।

ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ “ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ” 5 ਸਤੰਬਰ 1962 ਨੂੰ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਹੋਇਆ ਇੰਝ ਕਿ ਡਾ. ਰਾਧਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਣਨ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਨਮਦਿਨ ਮਨਾਉਣਾ

ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਡਾ. ਰਾਧਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਣਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਦਿਨ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਇਕੱਲੇ ਦੇ ਜਨਮਦਿਨ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਜੇਕਰ ਇਸ ਨੂੰ ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਮਨਾਉ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਤਾਂ ਹੀ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ 5 ਸਤੰਬਰ ਦਾ ਦਿਨ ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਡਾ. ਰਾਧਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਣਨ ਕੇਵਲ ਅਧਿਆਪਕ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਨ, ਉਹ ਯੂਨੇਸਕੋ ਤੇ ਮਾਸਕੋ ਵਿਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਾਜਦੂਤ ਵੀ ਬਣੇ। ਸਾਲ 1954 ਵਿਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਰਵਉੱਚ ਸਨਮਾਨ ਭਾਰਤ ਰਤਨ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਾਲ 1961 ਵਿਚ ਜਰਮਨ ਬੁਕ ਟ੍ਰੇਡ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪੁਰਸਕਾਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ।

ਡਾ. ਰਾਧਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਣਨ ਬੜੇ ਹੀ ਸਤਿਕਾਰਯੋਗ ਤੇ ਦਿਆਲੂ ਸਨ। ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਭਵਨ ਵਿਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਕੋਈ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਨਖਾਹ 10 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਸੀ, ਪਰੰਤੂ ਉਹ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕੇਵਲ 2500 ਰੁਪਏ ਹੀ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਬਾਕੀ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਉਹ ਪ੍ਰਧਾਨਮੰਤਰੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਹਤ ਫੰਡ ਵਿਚ ਦਾਨ ਦੇ ਦਿੰਦੇ ਸਨ। 17 ਜੁਲਾਈ 1975 ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਦੇਹਾਂਤ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ♦

# ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਸਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰੀਏ

- ਦੀਪੀ

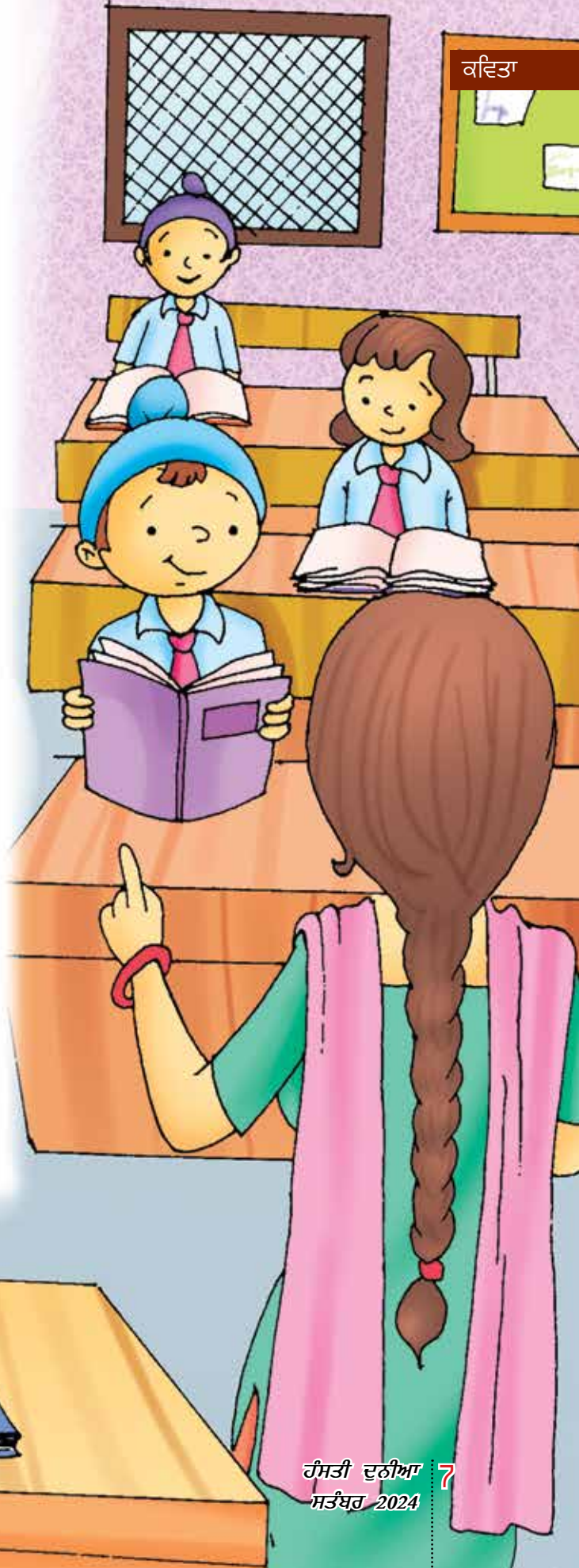
ਮਿਹਨਤ ਤੋਂ ਮਨ ਨਾ ਚੁਗਾਉਣਾ ਬੱਚਿਉ।  
ਔਕੜਾਂ ਤੋਂ ਨਹੀਉਂ, ਘਬਰਾਉਣਾ ਬੱਚਿਉ।

ਔਕੜਾਂ ਵੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦੀਆਂ।  
ਹਰ ਬੰਦੇ ਦਾ ਹੀ, ਇਹ ਤਾਂ ਕਿੱਸਾ ਹੁੰਦੀਆਂ।  
ਮਜ਼ਬੂਤ ਖੁਦ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣਾ ਬੱਚਿਉ...

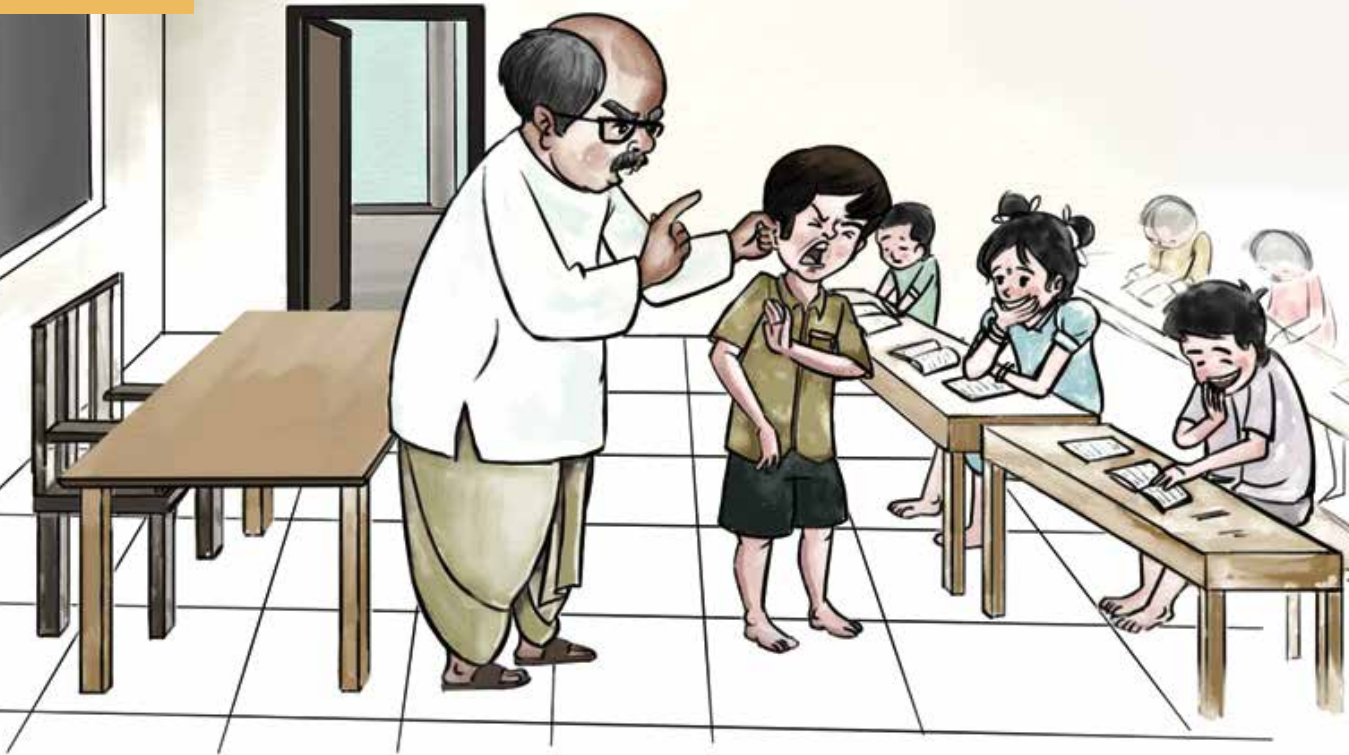
ਚੰਗੇ ਇਨਸਾਨ ਬਣੋ ਲਿਖ-ਪੜ ਕੇ।  
ਦੁਨੀਆ ਵੀ ਵੇਖੇ ਜਦੋਂ ਖੜ੍ਹ-ਖੜ੍ਹ ਕੇ।  
ਮਨ'ਚ ਹੰਕਾਰ ਨਹੀਂ, ਲਿਆਉਣਾ ਬੱਚਿਉ...

ਕੰਮ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਿਲ ਲਾ ਕੇ ਕਰੀਏ।  
ਸਮਝ ਦਿਮਾਗ'ਚ ਬਿਠਾ ਕੇ ਕਰੀਏ।  
ਰੱਟਾ ਨਹੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਲਗਾਉਣਾ ਬੱਚਿਉ...

ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਸਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰੀਏ।  
ਦੀਪੀ 'ਬੱਲੂਆਣੇ' ਉੱਚਾ ਮਿਆਰ ਕਰੀਏ।  
ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੀ ਪਾਰ ਹੈ, ਲਗਾਉਣਾ ਬੱਚਿਉ...







## ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਵਧੋ

- ਮਨਮੋਹਨ ਬਾਵਾ

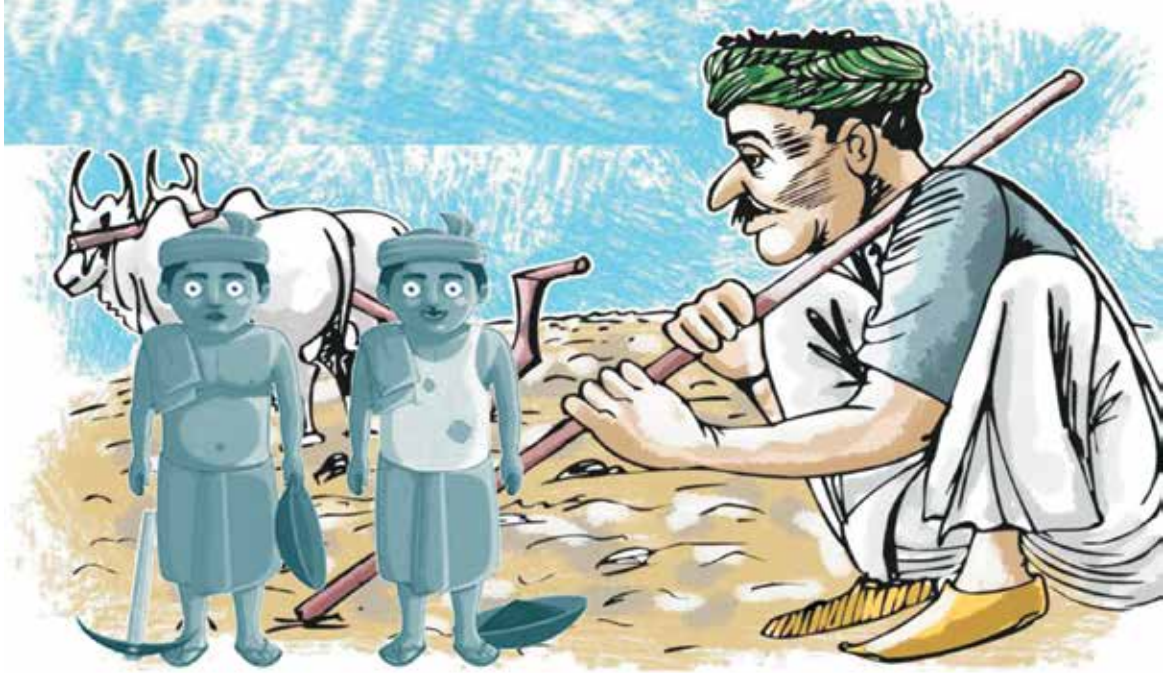
ਵਿਦਿਆ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਹਾਨ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਦਿਆ ਨਿਮਰਤਾ ਅਤੇ ਲਗਨ ਨਾਲ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਧਿਆਪਕ ਜੋ ਕੁਝ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ ਉਹਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਦੇ-ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਚੰਗੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਆ ਕੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਜੋ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਉਹਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਅਧਿਆਪਕ ਕੀ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹਨ ਉਹਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂਕਿ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਜਦ ਪੜ੍ਹਾਏ ਤਾਂ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਨਾਲ ਸਮਝ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਜਾਏ।

ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਹਾਇਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਬੋਰਡ ਦੀ ਦਸਵੀਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਟਾਪ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥਣ ਤੋਂ ਜਦ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਆਪ ਐਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅੰਕ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਸਫਲ ਰਹੇ

ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਵੀ ਇਹੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨਪੂਰਵਕ ਸੁਣਨਾ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਦਿਨ ਕੀ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾਏਗਾ ਉਹ ਘਰੋਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਜਾਣਾ ਹੀ ਮੇਰਾ ਉਹ ਤਰੀਕਾ ਸੀ ਜਿਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਲੱਖਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਦਿਵਾਇਆ।

ਬੱਚੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਅਣਸੁਣਾ ਕਰਕੇ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਦ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਦਿਨ ਨੇੜੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤਦ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਫਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਲੇਕਿਨ ਇਹ ਅਸਾਵਧਾਨੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਹਿੰਗੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੰਝ ਹੀ ਇਕ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਇਕ ਕਿਸਾਨ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਉਸਦੇ ਦੋ ਬੇਟੇ ਸਨ। ਕਿਸਾਨ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਖੇਤੀ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਉਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਉਸਦੇ ਬੇਟੇ ਪੜ੍ਹ-ਲਿਖ ਕੇ ਵੱਡੇ ਆਦਮੀ





ਬਣਨ ਲੇਕਿਨ ਦੋਵੇਂ ਬੇਟੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਤੇ ਖਰੇ ਨਹੀਂ ਉਤਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਹ ਸਾਲ ਭਰ ਮਟਰਗਸ਼ਤੀ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕਿਤਾਬਾਂ ਖੋਲਦੇ। ਉਹ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ, ਲੇਕਿਨ ਸਾਲ ਭਰ ਦੀ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਦੇ ਕਾਰਣ ਚੰਗੇ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਸਨ। ਕਿਸਾਨ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੇਟਿਆਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਸਮਝਾਇਆ ਲੇਕਿਨ ਉਹ ਲਾਪਰਵਾਹ ਹੀ ਬਣੇ ਰਹੇ। ਉਹ ਉਲਟਾ ਉਲਾਂਭਾ ਦਿੰਦੇ - ਆਪ ਤਾਂ ਖੇਤੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਆਪ ਨੂੰ ਕੀ ਪਤਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ?

ਕਿਸਾਨ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇਸ ਵਰਤਾਉ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਸੀ। ਇਕ ਦਿਨ ਉਸਨੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਪੱਕਾ ਕਰ ਲਿਆ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਬਕ ਸਿਖਾਏਗਾ। ਉਸਨੇ ਅਚਾਨਕ ਆਪਣੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਕ ਦਿਨ, ਦੋ ਦਿਨ, ਇਕ ਹਫ਼ਤਾ, ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਗੁਜ਼ਰ ਗਏ। ਇਕ ਦਿਨ ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ - ਕੀ ਹੋਇਆ, ਅੱਜਕਲ ਆਪ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਹੇ?

ਕਿਸਾਨ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਬਕ ਸਿਖਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨੂੰ ਇੰਝ

ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੇ। ਆਖਿਰ ਜਦ ਬਿਜਾਈ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਇਆ ਤਾਂ ਕਿਸਾਨ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਦੋਹਾਂ ਬੇਟਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕਿਸਾਨ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਿਆ। ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਖਰਪਤਵਾਰ ਫੈਲੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਜਮੀਨ ਸਖਤ ਹੋ ਕੇ ਫਟਣ ਲੱਗੀ ਸੀ। ਖਰਪਤਵਾਰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਵੇਰ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ ਹੋ ਗਈ। ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਜਮੀਨ ਖੋਦਣੀ ਸੀ। ਜਮੀਨ ਐਨੀ ਸਖਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਸੀ ਕਿ ਦੋਹਾਂ ਬੇਟਿਆਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ ਪੈ ਗਏ। ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਕੇ ਉਹ ਕਿਸਾਨ ਨੂੰ ਬੋਲੇ - ਬਾਪੂ ਆਪਣੇ ਪਹਿਲਾਂ ਖੇਤ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਇਹ ਨੌਬਤ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਇਸ ਸਾਲ ਫਸਲ ਚੋਪਟ ਹੋ ਜਾਏਗੀ।

ਕਿਸਾਨ ਮੁਸਕਰਾ ਕੇ ਬੋਲਿਆ - "ਮੈਂ ਤਾਂ ਅਨਪੜ੍ਹ ਕਿਸਾਨ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹੀ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਸਾਲ ਭਰ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਕੀ ਲਾਭ, ਜਦ ਫਸਲ ਬੀਜਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਏਗਾ ਮੈਂ ਤਦ ਬਿਜਾਈ ਕਰ ਲਵਾਂਗਾ।" ਬੇਟਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਤਾ ਦਾ ਸਬਕ ਸਮਝ ਆ ਗਿਆ ਸੀ। ♦



# ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਬਣੋ

- ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ

**ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਉ!** ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲ ਇਨਸਾਨ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਇਹ ਸਫਲਤਾ ਬਿਨਾਂ ਮਿਹਨਤ ਕੀਤਿਆਂ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕੀਤਿਆਂ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕੀਤੀ ਮਿਹਨਤ ਤੇ ਪੂਰਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਅੱਧਾ ਤਾਂ ਉਦੋਂ ਹੀ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਜਿਵੇਂ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਦਿਨ ਹਨ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਕੀਤੀ ਮਿਹਨਤ ਦਾ ਫਲ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਮਿਲੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਬੱਚੇ ਅਜਿਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਪੂਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਹੀ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ

ਹੁੰਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੇਪਰਾਂ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸਾਲ ਦਾ ਕੰਮ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਉਹ ਪੜ੍ਹਨ ਵਲ ਧਿਆਨ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਨਾ ਪੇਪਰਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਹੀਨ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪੂਰੀ ਤਿਆਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਇਹ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਰ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਉ! ਕੁਝ ਵੀ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਨਹੀਂ, ਬਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਇਕ ਟਾਈਮ-ਟੇਬਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਕੰਮ ਮਿੱਥੇ ਸਮੇਂ ਤੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਮੇਂ ਦੀ

ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਨਾ ਕਿ ਇਹ ਸੋਚੋ ਕਿ ਕੱਲ੍ਹ ਕਰ ਲਵਾਂਗੇ। ਖੇਡਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪਣੇ ਨੋਟਸ ਬਣਾਉਣ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਉ। ਜੇ ਵਿਸ਼ਾ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਉਸ ਬਾਰੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪੂਰੀ ਤਿਆਰੀ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਆ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਸਮਝ ਲਉ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਦੇ ਬਹੁਤ ਨੇੜੇ ਆ ਗਏ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਲਈ ਤਿਆਰੀ। ਇਹ ਗੱਲ ਕਦੇ ਨਾ ਸੋਚੋ ਕਿ ਹੁਣ ਸਮਾਂ ਲੰਘ ਗਿਆ ਹੈ ਸਗੋਂ ਇਹ ਸੋਚੋ ਜੇ ਸਮਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬਚ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਸਹੀ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਗੁਣ ਜ਼ਰੂਰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਬਸ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਂਕਣ ਦੀ। ਇਕ ਵਾਰ ਜਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਛੁਪੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਪੜ੍ਹਦੇ ਰਹੋ ਤੇ ਸਦਾ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਝਾਕ ਵਿਚ ਰਹੋ। ਆਪਣੇ

ਗਿਆਨ ਤੇ ਸੋਚ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਨੂੰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਹੋ ਸਕੇ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦੇ ਰਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਗੁਆ ਬਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹਾਰੇ ਹੋਏ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਹਿੰਮਤ ਕਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਇਹ ਹੀ ਕਮੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਿਛਲੀ ਕਤਾਰ ਵਿਚ ਖੜਾ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਰਾਏ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਜੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਭਰੋਸੇ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਉ! ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਈ ਰਾਹਾਂ ਤੇ ਤੁਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਤੇ ਕਈ ਇਮਤਿਹਾਨਾਂ ਚੋਂ ਨਿਕਲਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਹੁਣ ਤੋਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲਉਗੇ ਤਾਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਕਾਮਯਾਬੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰ ਸਕੋਗੇ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿਚ ਅੱਗੇ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਤਿਆਰ-ਬਰ-ਤਿਆਰ ਬੈਠੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਕਾਬਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰੇ। ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਵੀ ਸਥਿਤੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਡੋਲਣ ਨਾ ਦਿਉ, ਸਗੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੱਚੀ ਗੱਲ ਕਹਿਣ ਲੱਗਿਆਂ ਆਪਣੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। ♦

## ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ

- ❖ ਸੂਰਜ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਚੰਦ੍ਰਮਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ 13 ਸੈਕੰਡ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਖਾਨਾਂ ਹੀਰੇ ਲਈ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹਨ।
- ❖ ਜੈ ਕਿਸਾਨ, ਜੈ ਜਵਾਨ, ਜੈ ਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਨਾਅਰਾ ਅਟਲ ਬਿਹਾਰੀ ਵਾਜਪੇਈ ਜੀ ਨੇ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।
- ❖ ਰਿਆਸਤਾਂ ਮਿਲਾਉਣ ਦੀ ਨੀਤੀ ਲਾਰਡ ਡਲਹੌਜੀ ਨੇ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀ ਸੀ।
- ❖ ਉਸਤਾਦ ਜਾਕਿਰ ਹੁਸੈਨ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਤਬਲਾ ਸਾਜ਼ ਨਾਲ ਸੀ।

ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਕਰਤਾ : ਜੀਤ ਕੌਰ





ਦਿਲਚਸਪ ਕਹਾਣੀ

# ਰੇਸ਼ਮ ਦੀ

— ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ

**ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ!** ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬੜੇ ਹੀ ਸੁੰਦਰ, ਰੰਗਦਾਰ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨਦਾਰ ਕੱਪੜੇ ਹੋਣਗੇ ਜਿਹੜੇ ਕਿ ਸੂਤੀ, ਉਨੀ ਜਾਂ ਰੇਸ਼ਮੀ ਧਾਗਿਆਂ ਤੋਂ ਬਣੇ ਹੋਣਗੇ। ਆਓ! ਅੱਜ ਰੇਸ਼ਮ ਦੇ ਬਣਨ, ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿਚ ਵਰਤੇ ਅਤੇ ਪਸੰਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਜਾਣੀਏ।

ਬੱਚਿਓ, ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੇਸ਼ਮ ਦੀ ਖੋਜ ਲਗਭਗ ਚਾਰ ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਚੀਨ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕੀਤੀ ਸੀ ਤੇ ਕਈ ਸੌ ਸਾਲ ਤੱਕ ਰੇਸ਼ਮ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕਲਾ ਦਾ ਰਾਜ ਚੀਨੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਬਾਕੀ ਮੁਲਕਾਂ ਤੋਂ ਲੁਕਾ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਸੀ। ਇਕ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਦੰਤ-ਕਥਾ ਅਨੁਸਾਰ ਚੀਨ ਦੇ ਸਮਰਾਟ ਦੀ ਪਤਨੀ ਇਕ ਦਿਨ ਸ਼ਹਿਤੂਤ ਦੇ ਇਕ ਰੁੱਖ ਹੇਠਾਂ ਬੈਠੀ ਇਕ ਗਰਮ-ਗਰਮ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀ ਰਹੀ ਸੀ ਕਿ ਅਚਾਨਕ ਉਸ ਰੁੱਖ ਤੋਂ ਇਕ ਕੀੜਾ ਹੇਠਾਂ ਡਿਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕੱਪ ਵਿਚ ਪਏ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ 'ਚ ਪੈ ਗਿਆ। ਸਮਰਾਟ ਦੀ ਪਤਨੀ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਉਸ ਕੀੜੇ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੁਆਲੇ ਇਕ ਰੇਸ਼ਮੀ ਧਾਗਾ ਲਿਪਟਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਜੋ ਕਿ ਕਾਫੀ ਲੰਮਾ ਸੀ। ਆਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਮਰਾਟ ਹੁਆਂਗ-ਤੀ ਦੀ ਪਤਨੀ ਸੀ-ਲਿੰਗ-ਚੀ ਨੇ ਰੇਸ਼ਮ ਦਾ ਧਾਗਾ ਬਣਾ ਕੇ ਕੱਪੜਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕਲਾ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਚੀਨ ਦੀ ਮਹਾਰਾਣੀ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਰੇਸ਼ਮ ਦੀ ਇਸ ਖੋਜ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਬਾਕੀ ਮੁਲਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿਚ ਕਈ ਸੌ ਸਾਲ ਲੱਗ ਗਏ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੱਕ ਚੀਨ 'ਚੀਨ ਦੀ ਮਹਾਨ ਦੀਵਾਰ' ਦੇ ਕਾਰਣ ਆਪਣੀ ਇਸ ਕੀਮਤੀ ਖੋਜ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਸਫਲ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਸ ਉਪਰੰਤ ਜਦ ਚੀਨ ਨੇ ਰੇਸ਼ਮ ਦੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ

'ਤੇ ਨਿਰਮਾਣ ਅਤੇ ਵਪਾਰ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਚੀਨ ਦੀ ਅਰਥ-ਵਿਵਸਥਾ ਵਿਚ ਇਕਦਮ ਤੇਜ਼ੀ ਆ ਗਈ ਤੇ ਰੇਸ਼ਮ ਕਾਰਨ ਚੀਨ ਤਰੱਕੀ ਦੀ ਰਾਹ ਤੇ ਦੌੜਨ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਉਝ ਰੇਸ਼ਮ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕਲਾ ਦਾ ਰਾਜ ਤੀਜੀ ਈਸਵੀ ਸਦੀ ਵਿਚ ਜਾਪਾਨ ਕੋਲ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਸੀ।

ਸੂਝਵਾਨ ਬੱਚਿਓ! ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਿਤਾਬਾਂ ਵਿਚ ਜ਼ਰੂਰ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਰੇਸ਼ਮ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਸ਼ਹਿਤੂਤ ਦੇ ਰੁੱਖ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਤੂਤ ਦੇ ਪੱਤੇ ਖਾ ਕੇ ਪਲਣ ਵਾਲੇ ਇਕ ਕੀੜੇ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ 'ਚੋਂ ਲਾਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਇਕ ਰੇਸ਼ਮੀ ਧਾਗਾ ਕੱਢਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਧਾਗੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੁਆਲੇ ਲਪੇਟੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਕੀੜੇ ਦੇ ਬਦਨ 'ਤੇ ਲਿਪਟਿਆ ਰੇਸ਼ਮ ਦਾ ਧਾਗਾ ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਉਸ ਰੇਸ਼ਮ ਦੇ ਕੀੜੇ ਨੂੰ ਉਬਲਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰੇਕ ਕੀੜੇ (ਕੋਕੂਨ) ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ 500 ਗਜ਼ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 1200 ਗਜ਼ ਤੱਕ ਲੰਮਾ ਰੇਸ਼ਮ ਦਾ ਧਾਗਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਨਵਤਾ ਪ੍ਰੇਮੀ ਬਾਲਕੋ ! ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੂਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਮਾਨਵਤਾ ਦਾ ਭਲਾ ਮੰਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਥੇ-ਬੰਦੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਪਸ਼ੂ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਵਪਾਰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਰੇਸ਼ਮ ਦੇ ਕੀੜੇ ਤੋਂ ਰੇਸ਼ਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਉਬਲਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਜਾਨ ਲੈਣ ਕਾਰਨ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੀ ਕੁਝ ਜੀਵ ਪ੍ਰੇਮੀ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਰੇਸ਼ਮ ਦਾ ਕੱਪੜਾ ਪਹਿਨਣ ਜਾਂ ਖਰੀਦਣ ਖਿਲਾਫ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਵੀ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ♦



# ਵਿਗਿਆਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ

□ ਘਮੰਡੀਲਾਲ ਅਗਰਵਾਲ

**ਪ੍ਰਸ਼ਨ :** ਕੁਝ ਲੋਕ ਬੈਠਣ ਜਾਂ ਲੇਟਣ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਪੈਰ ਕਿਉਂ ਹਿਲਾਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ?

**ਉੱਤਰ :** ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੈਠਣ ਜਾਂ ਲੇਟਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਪੈਰ ਹਿਲਾਉਣ ਦੀ ਆਦਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ, ਇਹ ਵੀ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਲੋਕ ਰਾਤ ਵਿੱਚ ਸੌ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਰਾਤ ਵਿੱਚ ਨਾ ਸੌ ਸਕਣ ਤੋਂ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਸੁਸਤੀ ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲੋਹ ਤੱਤ ਦੀ ਕਮੀ ਵੀ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।

**ਪ੍ਰਸ਼ਨ :** ਪ੍ਰਸ਼ਨੰਤਾ ਸ਼ਾਤੀ ਕਿਉਂ ਦਿੰਦੀ ਹੈ?

**ਉੱਤਰ :** ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਆਦਮੀ ਵੀ ਇਕ ਸਫਲ ਆਦਮੀ ਦੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਾਤੀ ਸਹਿਜ ਹੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਵਿਉਹਾਰ ਅਤੇ ਬੋਲਚਾਲ ਵਿੱਚ ਇਕ ਅਜੀਬ ਲੈਅ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਉਰਜਾ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂ? ਇਕ ਸ਼ੋਧ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਆਦਮੀ ਦਾ ਹਿਰਦਾ ਵੀ ਸੁੱਧ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਆਦਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਟਿਰਸੋਲ (ਤਨਾਵ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇਕ ਰਸਾਇਣ) ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

**ਪ੍ਰਸ਼ਨ :** ਕਿਸੇ-ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਨੀਂਦ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ?

**ਉੱਤਰ :** ਕਿਸੇ-ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਘੰਟੇ ਕਰਵਟਾਂ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂ? ਸੌਣ ਤੋਂ 1-2 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲੇ ਕੋਫੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹੀ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਣਾ ਵੀ ਨੀਂਦ ਨਾ ਆਉਣ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਵਸਾ ਭਰਪੂਰ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਨਾਲ ਵੀ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਡਿਨਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਤੇ ਵੀ ਨੀਂਦ ਉੱਡ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਾਰਟੀ ਵਿੱਚ ਹੱਲਾ-ਗੁੱਲਾ ਕਰਕੇ ਘਰ ਵਾਪਿਸ ਆਉਣ ਤੇ ਵੀ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

**ਪ੍ਰਸ਼ਨ :** ਆਲੂ ਸ਼ਕਤੀਵਰਧਕ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

**ਉੱਤਰ :** ਆਲੂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਸ਼ਕਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਆਲੂ ਵਿੱਚ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਸਟਾਰਚ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਨੂੰ ਚਬਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਗਲੂਕੋਜ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਲੂ ਨੂੰ ਉਰਜਾ ਦਾ ਸਰੋਤ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਸਿੱਧੇ ਕੱਟ ਕੇ, ਤਲ ਕੇ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਬਲਕਿ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਧੋਣਾ ਜਾਂ ਉਬਾਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਲੂ ਐਸਿਡਿਟੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ♦



- ਚੰਦਰਭਾਨ

ਸੁੰਦਰਵਨ ਵਿੱਚ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਚਲ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਵਨ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਕਾਇਮ ਸੀ। ਨਿਆਂ ਲਈ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰਾਜਾ ਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਪੂਰਾ ਭਰੋਸਾ ਸੀ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਇਸ ਜੰਗਲ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਨੂੰ ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਹੀ ਲਗ ਗਈ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਲਾਗੇ ਦੇ ਜੰਗਲ ਤੋਂ ਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਦਾ ਭਤੀਜਾ ਇਸ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਸੀ ਤੇਜ ਸਿੰਘ ; ਜਿਹੋ ਜਿਹਾ ਨਾਮ ਉਹੋ ਜਿਹਾ ਕੰਮ। ਉਸ ਨੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਦਮ ਕਰ ਰੱਖਿਆ ਸੀ। ਅਗਰ ਉਹਨੂੰ ਭੋਜਨ ਲਈ ਇਕ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਸੀ ਤਾਂ ਉਹ ਚਾਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਦਾ। ਇਕ ਦਿਨ ਜਦ ਗਿੱਲੂ ਗਲਿਹਰੀ ਨੇ ਉਹਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਗਿੱਲੂ ਦੇ ਘਰ ਨੂੰ ਤੋੜ ਦਿੱਤਾ

ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕੁੱਖ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਸੁੱਟ ਕੇ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ। ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਜਾਨਵਰ ਉਸ ਦੀਆਂ ਘਿਨਾਉਣੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਤੋਂ ਤੰਗ ਆ ਗਏ ਸਨ। ਤੰਗ ਆਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੇ ਰਾਜਾ ਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾਇਆ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਸੁਣਨ ਦੇ ਬਾਦ ਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨੇੜੇ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਉਹ ਤੇਜ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹੀਂ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਂ ਅਗਰ ਉਹ ਖੁਦ ਚਲਾ ਜਾਏ ਤਾਂ ਉਹ ਉਹਨੂੰ ਰੁਕਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਹਿਣਗੇ। ਇਹ ਸੁਣ ਦੇ ਜੰਗਲਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਆਖਰੀ ਉਮੀਦ ਤੇ ਵੀ ਪਾਣੀ ਫਿਰ ਗਿਆ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਤੇਜ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਤਾਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣਾ ਹੀ ਸੀ ਇਸ ਲਈ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੇ ਗੱਜੂ ਹਾਥੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਇਕ ਸਭਾ

ਬੁਲਾਈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੇ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਦੀ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਰੱਖੀ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਕੋਈ ਹੱਲ ਨਿਕਲੇ ਬਿਨਾ ਹੀ ਬੈਠਕ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਈ।

ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਚਲਾਕ ਲੁੰਮੜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਦੱਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਇਕ ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਨੇ ਸ਼ੇਰ ਨੂੰ ਫੜਨ ਲਈ ਇਕ ਗਹਿਰਾ ਖੱਡਾ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਫਸਾ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਸਾਰੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੇ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਸਹੀ ਦੱਸ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਸਾਥ ਦੇਣ ਦੀ ਹਾਮੀ ਭਰੀ।

ਅਗਲੇ ਹੀ ਦਿਨ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਰੁੱਖ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਸੌ ਰਹੇ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਉਤੇ ਚਿਪਕੂ ਬਾਂਦਰ ਨੇ ਰੁੱਖ ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਪੱਥਰ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ। ਸੁੱਟ ਖਾਈ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਨੇ 'ਆਵ ਵੇਖਿਆ ਨਾ ਤਾਵ' ਅਤੇ ਚਿਪਕੂ ਨੂੰ ਸਜਾ ਦੇਣ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ-ਪਿੱਛੇ ਦੌੜਿਆ। ਚਿਪਕੂ ਤਾਂ ਕੁਦ ਕੇ ਖੱਡਾ ਪਾਰ ਕਰਕੇ ਰੁੱਖ ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਗਿਆ ਪ੍ਰੰਤੂ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਘਾਹਫੂਸ ਨਾਲ ਢੱਕੇ ਖੱਡੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਵੇਖ ਸਕਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਡਿਗ ਗਿਆ। ਉਸ ਦੇ ਡਿਗਦੇ ਹੀ ਸਾਰੇ ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਆਸ-ਪਾਸ ਲੁਕੇ ਹੋਏ ਸਨ, ਬਾਹਰ ਆ ਗਏ ਅਤੇ ਚਿਪਕੂ ਬਾਂਦਰ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਤੇ ਵਧਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗੇ।

ਇਹ ਵੇਖ ਕੇ ਹੁਣ ਤਕ ਸਾਰੀ ਯੋਜਨਾ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਆ ਗਈ ਸੀ। ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੇ ਕਹਿਰ ਵਰਸਾਉਣ ਵਾਲਾ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਅੱਜ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬੇਵੱਸ ਖੜਾ ਸੀ। ਜਾਨਵਰਾਂ

ਦੇ ਕੁਝ ਕਹੇ ਬਿਨਾ ਹੀ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਉਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਆਉਣ ਲੱਗੇ ਜਦ ਉਸ ਨੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਤੰਗ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਉਹ ਖੁਦ ਤੇ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਹੋ ਕੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਮਾਫ਼ੀ ਮੰਗਣ ਲੱਗਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਤੇ ਪਛਾਤਾਵਾ ਕਰਨ ਲੱਗਾ। ਉਹ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਤੋਂ ਬਾਝ ਆਉਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ। ਹੁਣ ਤਕ ਜੰਗਲ ਦਾ ਰਾਜਾ ਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਵੀ ਉਥੇ ਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਜਾਨਵਰ ਉਹਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ ਪ੍ਰੰਤੂ ਚਿਪਕੂ ਬਾਂਦਰ ਜੋ ਹੁਣ ਤਕ ਸ਼ਾਂਤ ਸੀ, ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ ਸਾਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਾਡਾ ਮਹਿਮਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਰ ਇਹਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਫੜ ਕੇ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗਵਾਂਢ ਦੇ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਵਾਬ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਸਾਨੂੰ ਬੁਰਾਈ ਦਾ ਬਦਲਾ ਚੰਗਿਆਈ ਨਾਲ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਬੁਰਾਈ ਨਾਲ।

ਸਾਰੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੇ ਚਿਪਕੂ ਦੀ ਸਮਝਦਾਰੀ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਕਰ ਦਿਤਾ। ਗੱਜੂ ਹਾਥੀ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁੰਡ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ। ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਨੇ ਸਾਰੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਗਲਤੀ ਦੁਬਾਰਾ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਚਲਾ ਗਿਆ। ਹੁਣ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਫਿਰ ਪਹਿਲਾਂ ਵਰਗੀ ਅਮਨ-ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਾਪਸ ਆਈ ਸੀ। ♦





# ਨਜ਼ਰੀਆ

- ਨਿਰਮਲ ਪ੍ਰੇਮੀ



ਕੰਨਫਯੂਸ਼ੀਅਸ ਚੀਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਵਿਚਾਰਕ ਸੰਤ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਕ ਦਿਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੋਲ ਇਕ ਜਗਿਆਸੂ ਆ ਕੇ ਬੋਲਿਆ- ਸ੍ਰੀ ਮਾਨ ਜੀ, ਮੈਂ ਮਨ ਨੂੰ ਜਿੱਤ ਕੇ ਉਸ ਤੇ ਆਪਣਾ ਅਧਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ। ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਬੜੇ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਹਨ ਪਰ ਅੱਜੇ ਤਕ ਮੈਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੜੇ ਚਿੰਤਕ, ਵਿਚਾਰਕ ਅਤੇ ਸਾਧਕ ਹੋ। ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਰਾਹ ਦਿਖਾਉ।

ਕੰਨਫਯੂਸ਼ੀਅਸ ਉਸ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਕੇ ਮੁਸਕਰਾਏ ਅਤੇ ਬੋਲੇ - ਭਾਈ ਸਹਿਬ! ਐਨੀ ਜਿਹੀ ਗੱਲ ਦੇ ਲਈ ਇਥੇ ਆਉਣ ਦਾ ਕਸ਼ਟ ਕੀਤਾ। ਖੈਰ, ਇਹ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੁਣਦੇ ਕਿਹਦੇ ਨਾਲ ਹੋ?

ਜਗਿਆਸੂ ਨੇ ਜਵਾਬ ਦਿਤਾ - ਮੈਂ ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਸੁਣਦਾ ਹਾਂ।

ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਕਿਸ ਨਾਲ ਹੋ? ਵਿਚਾਰਕ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ।

ਜਗਿਆਸੂ ਨੇ ਕਿਹਾ - ਮੈਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਦੇਖਦਾ ਹਾਂ।

ਕੰਨਫਯੂਸ਼ੀਅਸ ਨੇ ਕਿਹਾ - ਮੈਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਸੁਣਦੇ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਦੇਖਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਕੰਮ ਤੁਸੀਂ

ਮਨ ਨਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਜਿਸ ਦਾ ਕੰਮ ਉਸੇ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੇਵੇ, ਇਹ ਮਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਇਕ ਥਾਂ ਟਿਕ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜਗਿਆਸੂ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ - ਉਹ ਕਿਵੇਂ?

ਕੰਨਫਯੂਸ਼ੀਅਸ ਬੋਲੇ - ਕੰਨਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਸੁਣਨਾ ਹੈ ਪਰ ਮਨ ਦਾ ਕੰਮ ਚੰਗਾ ਜਾਂ ਬੁਰਾ ਦੱਸਣਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਿਰਫ਼ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਉਹ ਕੰਨ ਹੈ। ਜੇ ਸੁਣੇ ਹੋਏ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਜਾਂ ਬੁਰਾ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਉਸੁਹ ਮਨ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਸੁਣੋ। ਇੰਝ ਹੀ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਦੇਖਣਾ ਹੈ। ਜਦ ਕਿ ਮਨ ਦਾ ਕੰਮ ਸੁੰਦਰ ਅਤੇ ਬਦਸੂਰਤ ਦੱਸਣਾ ਹੈ।

ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਰੂਪ ਚੰਗੇ ਜਾਂ ਬੁਰੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਚੰਗਾ ਜਾਂ ਬੁਰਾ ਤਾਂ ਮਨ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮਨ ਨੂੰ ਮਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇਵੋ ਅਤੇ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ। ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਤਾਲਮੇਲ ਨਾ ਹੋਣ ਦੇਣਾ। ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਹੋਣ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਮਨ ਤੇ ਰਾਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੰਨਫਯੂਸ਼ੀਅਸ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਕੇ ਜਗਿਆਸੂ ਨੇ ਕਿਹਾ - ਹੁਣ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨੂੰ ਦਰੁਸਤ ਕਰ ਲਊਂਗਾ।

ਕੰਨਫਯੂਸ਼ੀਅਸ ਬੋਲੇ - ਨਜ਼ਰੀਆ ਠੀਕ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਨਜ਼ਾਰਾ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ♦



# ਬੱਚੇ

- ਜਸਵਿੰਦਰ

ਬੱਚੇ ਸਾਨੂੰ ਲੱਗਦੇ ਬੜੇ ਪਿਆਰੇ,  
ਇਹ ਨੇ ਸਾਡੇ ਦਿਲਾਂ ਦੇ ਸਹਾਰੇ।

ਆਪਸ ਵਿਚ ਇਹ ਹੱਸਦੇ ਗਾਉਂਦੇ,  
ਸਭ ਦੇ ਮਨਾਂ ਨੂੰ ਬੜਾ ਭਾਉਂਦੇ,  
ਮੁੱਖ ਤੇ ਚਮਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਸਦਾ ਹੀ  
ਜਿਵੇਂ ਅੰਬਰ ਵਿਚ ਚਮਕਣ ਤਾਰੇ।  
ਬੱਚੇ...

ਬੱਸ ਭੁੱਖੇ ਹੁੰਦੇ ਨੇ ਇਹ ਪਿਆਰ ਦੇ,  
ਫੁੱਲਾਂ ਵਾਂਗ ਰਹਿਣ ਮਹਿਕਾਂ ਖਿਲਾਰਦੇ,  
ਨੱਚਣਾ-ਟੱਪਣਾ ਹੱਸੀ ਜਾਣਾ  
ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਨੇ ਚੌਝ ਨਿਆਰੇ  
ਬੱਚੇ...

ਹੈ ਕੱਠੇ ਖੇਡਣ ਲੁੱਕਣ-ਮਚਾਈ  
ਆਪਸ ਵਿਚ ਨਾ ਕਰਨ ਲੜਾਈ  
ਕੌਮਲ-ਕੌਮਲ ਫੁੱਲਾਂ ਵਰਗੇ  
'ਸ਼ਾਇਰ' ਦੇ ਨੇ ਰਾਜ-ਦੁਲਾਰੇ  
ਬੱਚੇ...



# ਹਾਸਾ ਖੇਡਾ



ਅਧਿਆਪਕਾ : ਰਾਹੁਲ ਦੱਸੋ, ਹਾਥੀ ਦੀ ਕੀ ਪਹਿਚਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਰਾਹੁਲ : ਮੈਡਮ ਜੀ, ਹਾਥੀ ਦੀਆਂ ਦੋ ਪੂਛਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਇਕ ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਇਕ ਪਿੱਛੇ।

ਕਵੀ : ਆਪ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਕਵਿਤਾ ਪਸੰਦ ਆਈ?

ਸਰੋਤਾ : ਮੈਨੂੰ ਉਸਦਾ ਅੰਤ ਸੁੰਦਰ ਲਗਿਆ।

ਕਵੀ : ਕਿਸ ਜਗ੍ਹਾ?

ਸਰੋਤਾ : ਜਦ ਆਪ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਵਿਤਾ ਸਮਾਪਤ ਹੋਈ।

- ਸ਼ਾਮੀਮ ਉਸਮਾਨੀ



ਸੁਨੀਤਾ : (ਸਪਨਾ ਨੂੰ) ਕੀ ਦੱਸਾਂ ਮੇਰਾ ਮੁੰਨਾ ਤਾਂ ਹਰਦਮ ਅੰਗੂਠਾ ਹੀ ਚੂਸਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਉਪਾਅ ਦੱਸੋ?

ਸਪਨਾ : ਤੂੰ ਇੰਝ ਕਰ ਆਪਣੇ ਮੁੰਨੇ ਨੂੰ ਇਕ ਢਿੱਲੀ ਨਿੱਕਰ ਪਾ ਦੇ। ਦਿਨਭਰ ਉਹ ਅਪਣੀ ਨਿੱਕਰ ਨੂੰ ਹੀ ਸੰਭਾਲਦਾ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਅੰਗੂਠਾ ਚੂਸਣ ਦੀ ਆਦਤ-ਆਪੇ ਛੱਟ ਜਾਏਗੀ।

ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨੇ ਇਕ ਐਕਟਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ -  
ਸਿਰਫ਼ ਮੁਸਕਰਾਉ ਨਹੀਂ ਦੰਦ ਵੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ।

- ਐਕਟਰ ਨੇ ਫੋਰਨ ਆਪਣੇ ਨਕਲੀ ਦੰਦ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦਿੱਤੇ।

- ਨੇਹਾ



ਅਧਿਆਪਕ : (ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ) ਦੱਸੋ ਸਵਰ ਅਤੇ ਵਿਅੰਜਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਫ਼ਰਕ ਹੈ?

ਵਿਦਿਆਰਥੀ : ਸਰ, ਸਵਰ ਤਾਂ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਵਿਅੰਜਨ ਮੂੰਹ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।



- ਬਬਲੂ



ਪੱਪੂ : (ਅੰਕਲ ਨੂੰ) ਅੰਕਲ, ਮਾਂ ਦੇ  
ਭਰਾ ਨੂੰ ਮਾਮਾ ਬੋਲਣ ਦਾ  
ਸਿਲਸਿਲਾ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ?  
ਅੰਕਲ : ਇਕ ਦਿਨ ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਭਰਾ  
ਦੇ ਕੋਲ ਆਪਣਾ ਬੱਚਾ ਛੱਡ ਕੇ  
ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਲਈ ਬਾਹਰ ਚਲੀ  
ਗਈ, ਕੁਝ ਦੇਰ ਬਾਦ ਬੱਚਾ ਮਾਂ  
ਮਾਂ ਕਹਿ ਕੇ ਰੋਣ ਲਗਾ। ਬਸ  
ਤਦ ਤੋਂ...

.....  
ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ  
ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਬੋਲਿਆ -  
ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਦੱਸੋ ਜੋ ਬ੍ਰੇਕਫਾਸਟ  
ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਖਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ।  
ਦੋਸਤ : 'ਇਕ' ਕੀ ਮੈਂ 'ਦੋ' ਦੱਸਦਾ ਹਾਂ।  
ਵਿਅਕਤੀ : ਠੀਕ ਹੈ, ਦੋ ਦੱਸੋ।  
ਦੋਸਤ : 'ਲੰਚ' ਅਤੇ 'ਡਿਨਰ'।

.....  
ਇੱਕ ਦਿਨ ਪੱਪੂ ਬਜ਼ਾਰ ਗਿਆ। ਰਾਹ  
ਵਿੱਚ ਇਕ ਚੋਰ ਉਸਦਾ ਮੋਬਾਇਲ ਖੋਹ  
ਕੇ ਭੱਜ ਗਿਆ। ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਪੱਪੂ ਉਸ  
ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਭੱਜਿਆ, ਲੇਕਿਨ ਥੋੜੀ ਦੂਰ  
ਜਾ ਕੇ ਰੁਕ ਗਿਆ ਅਤੇ ਜ਼ੋਰ-ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ  
ਚਿਲਾਇਆ -  
ਲੈ ਜਾ, ਲੈ ਜਾ ... ਇਸਦਾ ਚਾਰਜਰ  
ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਹੀ ਹੈ।

- ਸੁਮਨ



ਬੇਟੀ ਨੂੰ ਮਾਂ ਨੇ ਸਮਝਾਇਆ -  
'ਸੱਸ ਮਾਂ' ਦੀ ਗੱਲ ਤੇ ਕਦੇ  
'ਨਾ' ਨਹੀਂ ਕਹਿਣਾ। ਉਹ ਜੋ  
ਵੀ ਕਹੇ ਹਮੇਸ਼ਾ 'ਹਾਂ ਜੀ' ਹੀ  
ਕਹਿਣਾ।  
ਬੇਟੀ ਦੇ ਸਹੁਰੇ ਘਰ ਆਉਣ ਤੇ  
ਉਸਦੀ ਸੱਸ ਨੇ ਇਕ ਵਾਰ ਬੁਢਾਪੇ  
ਤੋਂ ਤੰਗ ਹੋ ਕੇ ਕਿਹਾ -  
ਬਹੁ ਇਸ ਬੁਢਾਪੇ ਤੋਂ ਤਾਂ ਮੇਰਾ  
ਮਰ ਜਾਣਾ ਹੀ ਚੰਗਾ ਹੈ।  
ਬਹੁ ਤਪਾਕ ਨਾਲ ਬੋਲੀ -  
ਹਾਂ ਜੀ।

- ਰਾਜੀ



ਮਰੀਜ਼ : (ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ) ਡਾਕਟਰ ਸਾਹਿਬ  
ਆਪ ਨੇ ਸਿਰ, ਬਦਨ ਅਤੇ  
ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਦਰਦ  
ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।  
ਹੁਣ ਇਕ ਤਕਲੀਫ਼ ਰਹਿ  
ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਪਸੀਨਾ  
ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।  
ਡਾਕਟਰ : ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ, ਬਿਲ ਵੇਖ ਕੇ  
ਆਪਦੀ ਇਹ ਤਕਲੀਫ਼ ਵੀ  
ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਏਗੀ।

.....  
ਵਿਨੈ : (ਟੌਕਰ ਨੂੰ) ਮੈਂ ਇਕ ਘੰਟੇ ਤੋਂ  
ਘੰਟੀ ਵਜਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਤੇਨੂੰ  
ਸੁਣਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ?  
ਟੌਕਰ : ਆਪ ਮਾਲਿਕ ਹੋ ਆਪ ਇਕ  
ਘੰਟਾ ਕੀ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਵਜਾ  
ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਗੀਨਾ



# ਖੂਬੀਆਂ ਉਠ ਦੀਆਂ

- ਡਾ. ਵਿਨੋਦ ਗੁਪਤਾ



ਉਠ ਨੂੰ ਰੇਗਿਸਤਾਨ ਦਾ ਜਹਾਜ਼ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਇਸਦੀ ਬਨਾਵਟ ਥੋੜੀ ਵਿਚਿੱਤਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦੀ ਚਾਲ ਬੇਢੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕ ਖੂਬੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਬਾਕੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ।

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਉਠਾਂ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੈਯਾ, ਜਾਖੇੜਾ, ਜਾਖੀ, ਕਹਰਲ, ਸਾਢਾ ਜਾਕੋਡੀ, ਓਡਾਰੂ, ਟੋਟਿਆ ਆਦਿ ਨਾਮ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹਨ। ਨਸਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੀਕਾਨੇਰੀ, ਜੈਸਲਮੇਰੀ ਅਤੇ ਮੇਵਾੜੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹਨ। ਉਠ ਦੀ ਨਸਲ ਦਾ ਪਤਾ ਕੁਬੜਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਤੋਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਕੁਬੜ ਵਾਲੇ ਉਠ ਅਰੇਬੀਅਨ ਅਤੇ ਦੋ ਕੁਬੜ ਵਾਲੇ ਬੈਕਿਟ੍ਰਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਠ ਦੀ ਨੱਕ, ਕੰਨ ਅਤੇ ਅੱਖ ਦੀ ਬਨਾਵਟ ਅਜਿਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਤੇ ਰੇਗਿਸਤਾਨੀ ਧੂੜ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ।

ਉਠ ਦੀ ਪਿੱਠ ਤੇ ਕੁਬੜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਚਰਬੀ ਦਾ ਭੰਡਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਜੰਮੀ ਚਰਬੀ ਨੂੰ ਉਹ ਉਰਜਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਦੀ ਕਮੀ ਦੌਰਾਨ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁਬੜ ਵਿੱਚ ਜਮਾ ਚਰਬੀ ਅਤੇ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਜਮਾ ਪਾਣੀ ਦੇ ਭਰੋਸੇ ਹੀ ਉਹ ਰੇਗਿਸਤਾਨ ਵਿੱਚ ਬਿਨਾ ਭੋਜਨ-ਪਾਣੀ ਦੇ ਕਈ ਦਿਨ ਤਕ ਰਹਿ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਯਾਤਰਾ ਕਰਕੇ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੇ ਉਠ ਦਾ ਕੁਬੜ ਢਿੱਲਾ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਵਿੱਚ ਜਮਾ ਚਰਬੀ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਈ ਦਿਨ ਲਈ ਰਾਸ਼ਨ ਪਾਣੀ ਇਕ ਹੀ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਮਾ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਲੰਮੀ ਯਾਤਰਾ ਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਠ ਢੇਰ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਪੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਉਸ ਦੇ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਥੈਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਇਕ-ਇਕ ਥੈਲੀ ਖਰਚ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਵੀ ਰੇਗਿਸਤਾਨ ਅਤੇ ਰੇਤੀਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰੀ ਅਤੇ ਬੋਝ ਢੋਹਣ ਵਿੱਚ ਉਠ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਉਠਾਂ ਦੇ ਵਾਲਾ ਦੀ ਕਟਾਈ ਹੌਲੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਗਰਮੀਆਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਉਠ ਦੇ ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਨਾਲ ਕਰੀਬ 700 ਗ੍ਰਾਮ ਉਨੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਰੂਪ ਬਣਾ ਕੇ ਉਠਾਂ ਨੂੰ ਸਜਾਉਣ ਦੀ ਹੋੜ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਬੀ.ਐਸ.ਐਫ. ਅਤੇ ਸੈਨਾ ਵਿੱਚ ਉਠਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ। ਗਣਤੰਤਰ ਦਿਵਸ ਦੀ ਪਰੇਡ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੀਕਾਨੇਰ ਰਿਆਸਤ ਵਿੱਚ ਢਾਈ ਹਜ਼ਾਰ ਉਠਾਂ ਦੀ ਸੈਨਾ ਸੀ। ਇਹਨੂੰ ਗੰਗਾ ਰਿਸਾਲਾ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਉਠਣੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪੋਸ਼ਕ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨੂੰ ਸ਼ੂਗਰ ਅਤੇ ਟੀ.ਬੀ. ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਦੁੱਧ ਨਾਲ ਤਰ੍ਹਾਂ-ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਿਠਾਈਆਂ ਅਤੇ ਵਿਅੰਜਨ ਵੀ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਇਲਾਵਾ ਆਈਸਕ੍ਰੀਮ ਅਤੇ ਚਾਕਲੇਟ ਵੀ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ♦





# ਸਾਧਾਰਣ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ



(ਸਭ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ 'ਦ' ਅੱਖਰ ਤੇ ਖਤਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪੈਨ ਜਾਂ ਪੈਂਸਿਲ ਉਠਾਉ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਚਿੰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉੱਤਰ ਲਿਖਦੇ ਜਾਉ।)

- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1) ਤਿਰੰਗੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵਾਲੀ ਪੱਟੀ ਦਾ ਰੰਗ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2) ਉੱਤਰ-ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦਾ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਹਿਰ ਗੰਗਾ, ਯਮੁਨਾ ਅਤੇ ਸਰਸਵਤੀ ਦੇ ਸੰਗਮ ਉਤੇ ਵੱਸਿਆ ਹੈ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3) ਭਾਰਤ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਕੌਣ ਸਨ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4) ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਤਕ ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਕੌਣ ਰਹੇ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5) ਕਿਹੜੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹਿੰਦੀ ਲੇਖਕ ਉਰਦੂ ਵਿਚ 'ਨਵਾਬ' ਦੇ ਨਾਂ ਨਾਲ ਲਿਖਦੇ ਸਨ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 6) ਕਿਸ ਭਗਤ ਦੇ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿਚ ਹੌਲੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 7) ਕਿਸ ਵੇਦ ਦੀ ਰਚਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵਿਚ ਹੋਈ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 8) ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦਾ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਹਿਰ ਕੱਚ ਦੀਆਂ ਚੂੜੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੈ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 9) 'ਲਤਾ ਮੰਗੇਸ਼ਕਰ' ਪੁਰਸਕਾਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਵਿਜੇਤਾ ਕਿਹੜੇ ਫਿਲਮ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਸਨ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 10) ਬਾਲੀ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਕੀ ਨਾਂ ਸੀ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 11) ਕਨੌਜ ਦੇ ਕਿਸ ਰਾਜੇ ਨੇ ਮੁਹੰਮਦ ਗੌਰੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਿਥਵੀਰਾਜ ਚੌਹਾਨ ਨਾਲ ਗੱਦਾਰੀ ਕੀਤੀ ਸੀ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 12) ਕਿਸ ਸ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਹੋਦਰਾਬਾਦ ਦਾ ਜੁੜਵਾਂ-ਨਗਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 13) ਸੰਨ 1975 ਵਿਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ ਸਮੇਂ ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਕੌਣ ਸਨ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 14) ਚੰਦਰਗੁਪਤ ਨੇ ਪਾਟਲੀ ਪੁੱਤਰ ਵਿਚ ਕਿਸ ਵੰਸ਼ ਨੂੰ ਉਖਾੜ ਕੇ ਮੌਰੀਆ ਵੰਸ਼ ਦੀ ਨੀਂਹ ਰੱਖੀ?

ਪੇਸ਼ਕਸ਼ : ਵਿਕਾਸ ਅਰੋੜਾ

(ਸਹੀ ਉੱਤਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੰਨੇ ਤੇ ਵੇਖੋ)

5 ਸਤੰਬਰ, ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼:

## ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਆਦਰ ਅਤੇ ਸਮਰਪਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ



ਸਿੱਖਿਆ ਹੀ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕਲਿਆਣ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਹੀ ਇਸ ਕੁੰਜੀ ਦੇ ਧਾਰਕ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵ ਦੱਸਣ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਹਰ ਸਾਲ 5 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸਮਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੀ ਸਾਡੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ ਸਾਡੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਤਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਨਵੇਂ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਕੇਵਲ ਗਿਆਨ ਦੇਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਜੀਵਨ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਮੰਤਵ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

### ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਦਾ ਮਹੱਤਵ:

ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਦੇ ਦਿਨ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਧੰਨਵਾਦ ਅਤੇ ਸਮਰਪਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀਆਂ ਹਾਸਿਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਜੁੜ ਸਕੀਏ। ਇਸ ਦਿਨ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾ ਕੇਵਲ ਗਿਆਨ ਦੇ ਦਾਤਾ ਹਨ, ਬਲਕਿ ਉਹ ਸਾਡੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਸਰੋਤ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਬਿਨਾ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮਾਜ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ, ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਰਪਣ ਅਤੇ ਆਦਰ ਵਿਖਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਨਾ ਕੇਵਲ ਸਾਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਬਲਕਿ ਸਾਡੇ ਚਰਿੱਤਰ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦਿਨ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਸ਼ਲਾਂਘਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾਦਾਇਕ ਅਧਿਆਪਨ ਲਈ ਧੰਨ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ।

ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਸਾਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਵੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਦਿਨ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਹੀ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕਲਿਆਣ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਹੀ ਇਸ ਕੁੰਜੀ

ਦੇ ਧਾਰਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਸਾਡੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰਣ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼:

ਇਸ ਦਿਨ ਅਸੀਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਥੀ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਟੀਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹੜਾ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਉੱਨਤੀ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।

ਇਹ ਦਿਨ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਧਿਆਪਕ, ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ, ਸਮਰਪਣ ਅਤੇ ਪੂਰਾ ਦਿਲ ਲਗਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਜੀਵਨੀ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

### ਸਿੱਟਾ:

ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਡੀ ਆਦਰ ਅਤੇ ਸਮਰਪਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਰਾਧਾ ਕਿਸ਼ਣਨ ਜੀ ਦਾ 5 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਦੇ ਅਹੁਦੇ ਤੋਂ ਪਹੁੰਚਣ ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਬਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਚੰਗੇ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਿੰਦੇ ਸਨ।

ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਦੀ ਸਲਾਘਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਕੰਮ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਅਧਿਆਪਕ ਦਿਵਸ ਸਾਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਮਾਨਤਾ ਦੇਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਧੰਨਵਾਦੀ ਅਤੇ ਸਮਰਪਿਤ ਰਹਿਣ ਦਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਅਧਿਆਪਕ ਸਾਡੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਤਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਨਵੇਂ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਕੇਵਲ ਗਿਆਨ ਦੇਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਜੀਵਨ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਮੰਤਵ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

(ਵੈਥ ਦੁਨੀਆ ਤੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਸਹਿਤ) ♦

## ਬੁਝਾਰਤਾਂ

- ਭੀਮ ਸੈਨ



1. ਆਪ ਖੜਿਆ ਧੁੱਧੇ,  
ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੰਦਾ ਛਾਂ।  
ਬੱਚਿਓ ਇਹ ਬੁੱਝਿਓ ਤਾਂ।
2. ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦਿੰਦੀ,  
ਆਪ ਸੜੇ, ਪਾਣੀ ਨਹੀਂ ਪੀਂਦੀ।
3. ਚਾਰ ਲੱਤਾਂ ਦਿਨ ਰਾਤ ਖੜੇ,  
ਦੁਨੀਆਂ ਪੜ੍ਹਾਵੇ ਆਪ ਨਾ ਪੜ੍ਹੇ।

4. ਆਪ ਭੋਰਾ ਵੀ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ,  
ਪਾਉਂਦਾ ਦਿਨ ਰਾਤ ਰੌਲਾ।  
ਜੇ ਲਾਇਟ ਜਾਂ ਬੈਟਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ,  
ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਗੁੰਗਾ ਬੋਲਾ।
5. ਰੋਜ਼ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰਦਾ,  
ਬਾਜ਼ਾਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਡਰਦਾ।  
ਕੋਈ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚ ਕਰੇ,  
ਭੋਰਾ ਵੀ ਤਕਰਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

1. ਖੜੇ 2. ਪੜ੍ਹੇ 3. ਖੜੇ 4. ਸੁੱਧੇ 5. ਰੌਲੇ  
- ਪੜ੍ਹੇ



# ਰੁੱਖ ਲਗਾਈਏ

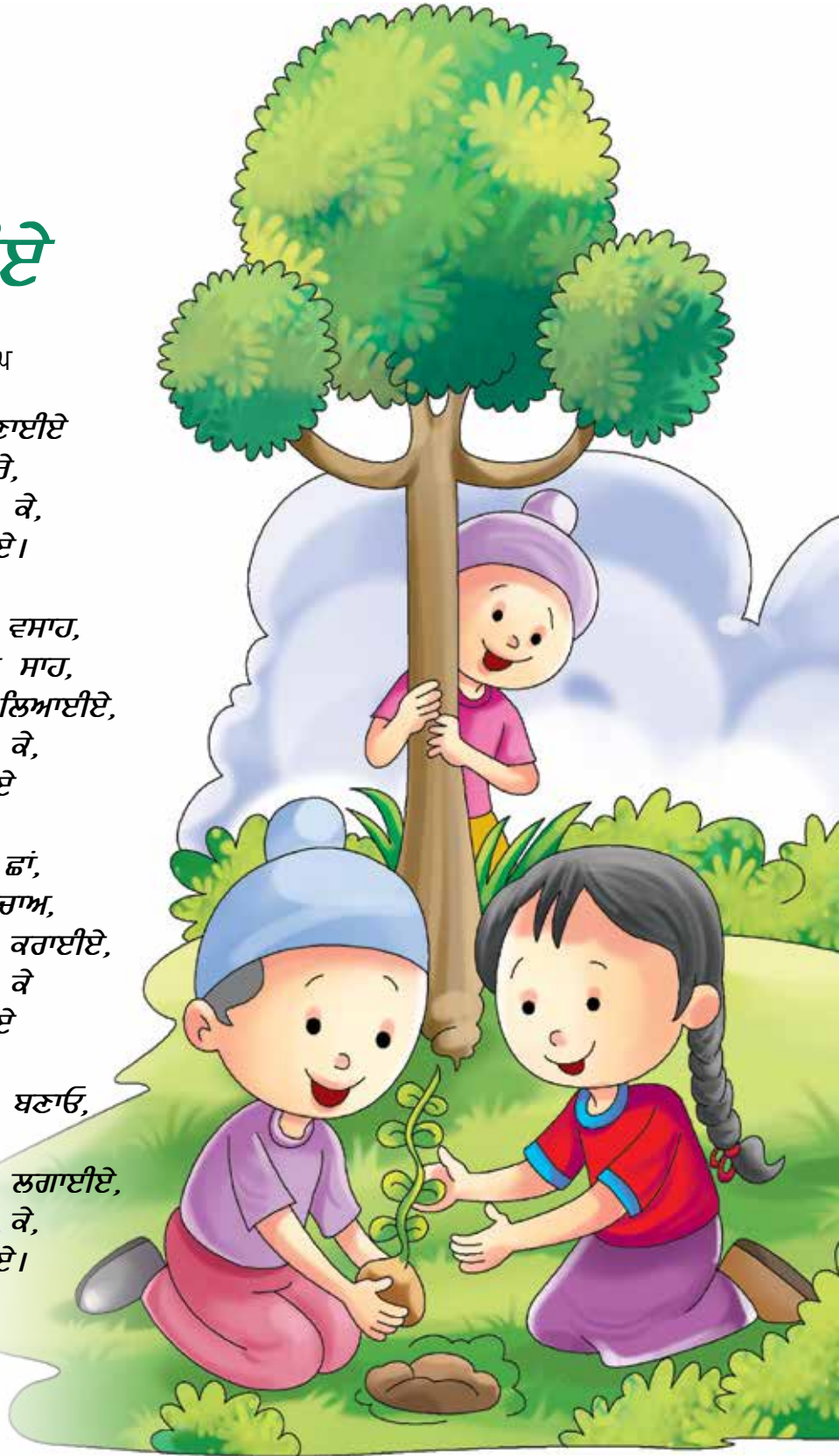
- ਅਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ

ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਹਰਾ-ਭਰਾ ਬਣਾਈਏ  
ਇਧਰ-ਉਧਰ, ਚਾਰ ਚੁਫੇਰੇ,  
ਆਓ ਬੱਚਿਓ ਸਾਰੇ ਰਲ ਕੇ,  
ਇੱਕ-ਇੱਕ ਰੁੱਖ ਲਗਾਈਏ।

ਰੁੱਖਾਂ ਬਿਨਾ ਨਹੀਂ ਸਾਡਾ ਵਸਾਹ,  
ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਚੱਲਦੇ ਸਾਹ,  
ਸਾਰੇ ਮਿਲ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਲਿਆਈਏ,  
ਆਓ ਬੱਚਿਓ ਸਾਰੇ ਰਲ ਕੇ,  
ਇੱਕ-ਇੱਕ ਰੁੱਖ ਲਗਾਈਏ

ਰੁੱਖ ਦੇ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਠੰਢੀ ਛਾਂ,  
ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਾਡਾ ਬਚਾਅ,  
ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟਣਾ ਬੰਦ ਕਰਾਈਏ,  
ਆਓ ਬੱਚਿਓ ਸਾਰੇ ਰਲ ਕੇ  
ਇੱਕ-ਇੱਕ ਰੁੱਖ ਲਗਾਈਏ

ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਸੁੱਧ ਤੇ ਸਾਫ਼ ਬਣਾਓ,  
ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਰੁੱਖ ਲਗਾਓ,  
ਆਉ! ਮਿਲ ਕੇ ਨਾਅਰਾ ਲਗਾਈਏ,  
ਆਓ ਬੱਚਿਓ ਸਾਰੇ ਰਲ ਕੇ,  
ਇੱਕ-ਇੱਕ ਰੁੱਖ ਲਗਾਈਏ।





## ਬਹੁਤ ਹੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਫਲ ਹੈ ਜਾਮਣ

- ਮੇਘਾ

**ਜਾਮਣ** ਇਕ ਕਮੈਲੇ, ਮਿੱਠੇ ਸਵਾਦ ਵਾਲਾ ਫਲ ਹੈ, ਜੋ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸਭ ਨੂੰ ਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਫਲ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਸਮੋਏ ਹੋਏ ਹਨ। ਜਾਮਣ ਫਲ ਤਾਂ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ ਹੀ, ਇਸ ਦੇ ਪੱਤੇ ਅਤੇ ਗਿਟਕਾਂ ਵੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹਨ। ਜਾਮਣ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਹੁਣ ਹੈਲਥੀ ਫੂਡ ਵਿਚ ਸ਼ੁਮਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਓ ਜਾਣੀਏ ਇਸ ਦੇ ਲਾਭ -

### ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਲਈ:

ਜਾਮਣ ਵਿਚ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ, ਆਇਰਨ, ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ ਅਤੇ ਵਿਟਾਮਿਨ 'ਸੀ' ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

### ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਲਈ ਵੀ ਲਾਭਦਾਇਕ:

ਜਾਮਣ ਦਾ ਰਸ ਜੇਕਰ ਮਸੂੜਿਆਂ ਤੇ ਮਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਸੂੜੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੀਜਾਂ ਦੇ ਪਾਊਡਰ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਘੋਲ ਕੇ ਕੁਰਲੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦੀ ਬਦਬੂ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਾਮਣ ਵਿਚ ਐਂਟੀ-ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਗੁਣ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੰਦ ਅਤੇ ਮਸੂੜੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਦੇ ਹਨ।

### ਸ਼ੂਗਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ ਜਾਮਣ:

ਜਾਮਣ ਵਿਚ ਗਲਾਈਸੇਮਿਕ ਇੰਡੈਕਸ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਖੋਜ ਅਨੁਸਾਰ ਜਾਮਣ ਦੇ ਬੀਜ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ 30 ਫੀਸਦੀ ਤੱਕ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੀ ਗਿਟਕ ਦੇ ਪਾਊਡਰ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਹ ਖੰਡ ਨੂੰ ਸਟਾਰਚ ਵਿਚ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਮਣ ਦੀ ਗਿਟਕ ਦਾ ਪਾਊਡਰ ਸਵੇਰੇ-ਸ਼ਾਮ ਇਕ-ਇਕ ਚਮਚ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਲੈਣ ਨਾਲ ਲਾਭ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਯਾਦ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਾਉਣ ਵਿਚ ਵੀ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖੂਨ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧੀ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਮਣ।

### ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ:

ਦੋ-ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੁਰਾਣੇ ਜਾਮਣ ਨਾ ਖਾਓ। ਢਿੱਲੇ ਅਤੇ ਮੁਰਝਾਏ ਜਾਮਣ ਦਾ ਸੇਵਨ ਵੀ ਨਾ ਕਰੋ। ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਵੀ ਜਾਮਣ ਦਾ ਸੇਵਨ ਨਾ ਕਰੋ। ਜਾਮਣ ਖਾਣ ਤੋਂ ਇਕ ਘੰਟਾ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਇਕ ਘੰਟਾ ਬਾਅਦ ਦੁੱਧ ਨਾ ਪੀਓ। ਇਕ ਵਾਰ ਇਕ ਮੁੱਠੀ ਭਰ ਕੇ ਜਾਮਣ ਹੀ ਖਾਓ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਮਣ ਇਕੱਠੇ ਨਾ ਖਾਓ। ♦

## ਇਕ ਖੂਬਸੂਰਤ ਚਿੜੀ

# ਮੈਨਾ

- ਕਿਰਣ ਬਾਲਾ



**ਮੈਨਾ** ਇਕ ਖੂਬਸੂਰਤ ਅਤੇ ਮਸਤਮੌਲਾ ਚਿੜੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੇ ਘਰ-ਵਿਹੜੇ, ਬਾਗ-ਬਗੀਚਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪਹਾੜਾਂ ਅਤੇ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਹਾੜੀ ਮੈਨਾ ਛੱਤੀਸਗੜ ਦਾ ਰਾਜ ਪੰਛੀ ਵੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਰੰਗ-ਰੂਪ ਅਤੇ ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ ਥੋੜੀ ਭਿੰਨਤਾ ਵੇਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਪਹਾੜੀ ਮੈਨਾ ਦੇ ਖੰਭ ਅਤੇ ਸਿਰ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦ ਕਿ ਪਰਾਂ ਦਾ ਰੰਗ ਕਾਲਾ, ਚੁੰਝ ਨਾਰੰਗੀ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਕਾਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। 'ਕਿਲਹਟਾ ਮੈਨਾ' ਦਾ ਸਿਰ, ਗਰਦਨ, ਸੀਨਾ ਅਤੇ ਪੂਛ ਦਾ ਰੰਗ ਕਾਲਾ ਅਤੇ ਖੰਭ ਅਤੇ ਪੈਰ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। 'ਦਰਿਆ ਮੈਨਾ' ਦੀ ਚੁੰਝ ਨਾਰੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮੈਨਾ ਦੀ ਇਕ ਪ੍ਰਜਾਤੀ 'ਗੁਲਾਬੀ ਮੈਨਾ' ਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਰੀਰ ਗੁਲਾਬੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਬਾਕੀ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਦੀ ਮੈਨਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁੰਦਰ ਲਗਦੀ ਹੈ। 'ਤੇਲੀਆ ਮੈਨਾ' ਚਮਕੀਲੇ ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਹੋਰ ਪ੍ਰਜਾਤੀ ਬਾਦਾਮੀ ਰੰਗ ਵਾਲੀ 'ਪਵਈ ਮੈਨਾ' ਦੀ ਵੀ ਹੈ, ਇਸਦੀ ਚੁੰਝ ਤਿੰਨ ਰੰਗਾਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਨਸਾਨੀ ਬਸਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਮੈਨਾ ਬੜੀ ਚੇਤੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬਾਜ਼, ਸੱਪ, ਨੇਵਲਾ ਆਦਿ ਖਤਰਨਾਕ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਦਿਸਦੇ ਹੀ ਇਹ ਚਿਲਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

'ਪਹਾੜੀ ਮੈਨਾ' ਗਜ਼ਬ ਦਾ ਗਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਤੋਤੇ ਵਾਂਗ ਉਹ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਨਕਲ ਵੀ

ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗਾ ਵੀ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇੰਝ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ-ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਗੀਤ ਵੱਜ ਰਹੇ ਹੋਣ। ਉੰਝ ਇਹ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਬਾਕੀ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਾਹਿਰ ਹੈ।

ਪਹਾੜੀ ਮੈਨਾ ਇਨਸਾਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਪਹਾੜੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੱਸਦੀ ਹੈ ਜਿਥੇ ਇਸਦਾ ਮੁਖ ਭੋਜਨ ਫਲ ਹੈ।

ਮੈਨਾ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਮਿੱਤਰ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਖੇਤੀ ਦੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਕੀੜੇ - ਮਕੋੜਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾ ਕੇ ਫਸਲ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੁੱਖਾਂ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਜਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਦਿਆਂ ਤਾਰਾਂ ਤੇ ਬੈਠਾ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਲਾਇਨ ਵਿੱਚ ਬੈਠਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮੈਨਾ ਰੁੱਖਾਂ, ਖੂਹਾਂ ਜਾਂ ਮਕਾਨਾਂ ਦੇ ਸੁਰਾਖਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਲ੍ਹਣੇ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੂਨ ਤੋਂ ਅਗਸਤ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਅੰਡੇ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ 4 ਜਾਂ 6 ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ♦

### ਸਾਧਾਰਣ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਤਰੀ ਦੇ ਉੱਤਰ

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| 1) ਸਫੇਦ             | 8) ਫਿਰੋਜ਼ਾਬਾਦ         |
| 2) ਇਲਾਹਾਬਾਦ         | 9) ਨੌਸ਼ਾਦ             |
| 3) ਅਬਦੁਲ ਕਲਾਮ ਅਜ਼ਾਦ | 10) ਅੰਗਦ              |
| 4) ਰਾਜਿੰਦਰ ਪ੍ਰਸਾਦ   | 11) ਜੈ ਚੰਦ            |
| 5) ਪ੍ਰੇਮ ਚੰਦ        | 12) ਸਿੰਕਦਰਾਬਾਦ        |
| 6) ਪ੍ਰਹਿਲਾਦ         | 13) ਫਖਰੂਦੀਨ ਅਲੀ ਅਹਿਮਦ |
| 7) ਅਥਰਵੇਦ           | 14) ਨੰਦ ਵੰਸ਼          |

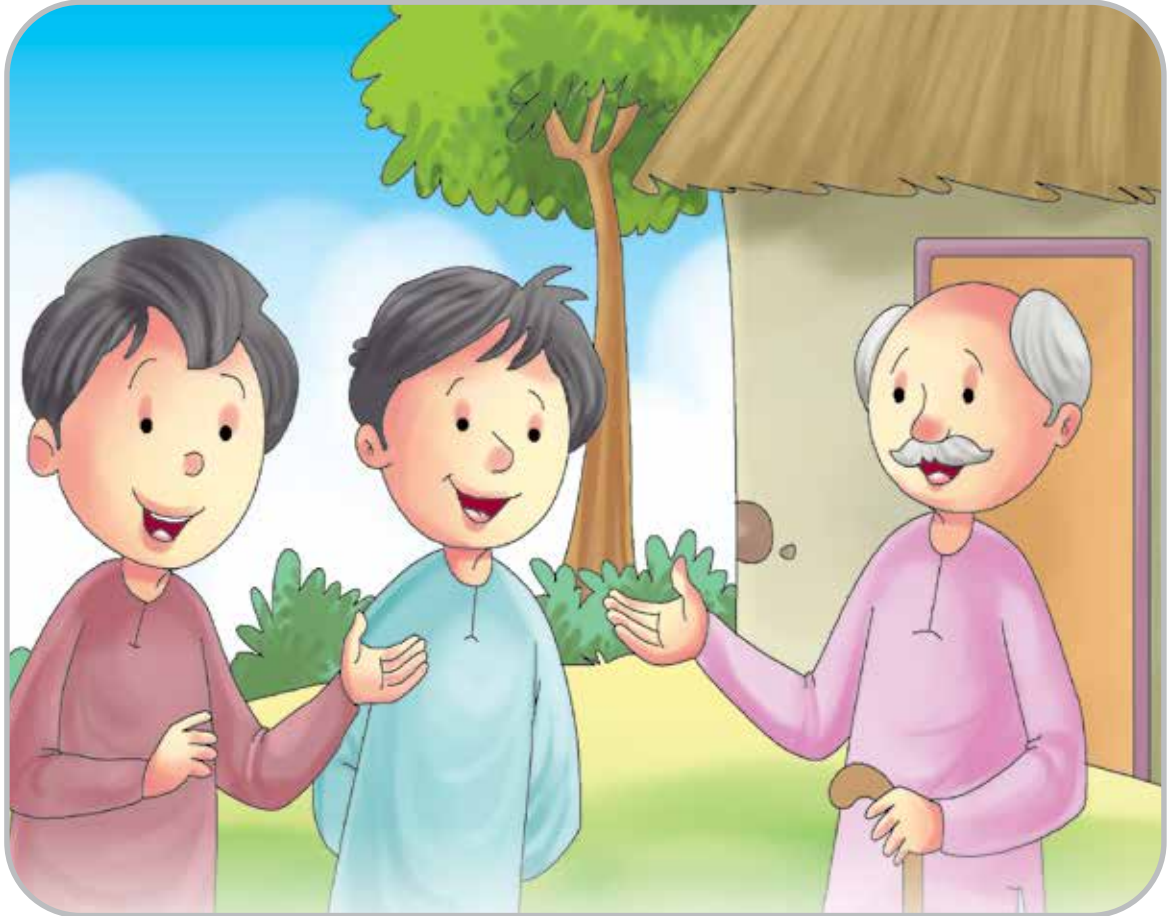




## ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ

- ❖ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਬੰਨ ਭਾਖੜਾ ਨੰਗਲ ਹੈ
- ❖ ਸੁਆਮੀ ਦਯਾਨੰਦ ਸਰਸਵਤੀ ਨੇ ਆਰੀਆ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਸੀ।
- ❖ ਭਾਰਤ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਏ.ਪੀ.ਜੇ ਅਬਦੁਲ ਕਲਾਮ ਸਨ।
- ❖ ਸੰਨ 1962 ਵਿਚ ਚੀਨ ਨੇ ਭਾਰਤ ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਸੀ।
- ❖ ਅਰਜੁਨ ਦੇ ਧਨੁਸ਼ ਦਾ ਨਾਂ ਗਾਂਡੀਵ ਸੀ।
- ❖ ਜੁਲਾਈ 2011 ਵਿਚ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਠਾਨਕੋਟ ਅਤੇ ਫਾਜ਼ਿਲਕਾ ਦੇ ਨਵੇਂ ਜਿਲੇ ਬਣਾਏ ਗਏ।
- ❖ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਪਹਿਲਾ ਭਾਰਤੀ ਰਾਕੇਸ਼ ਸ਼ਰਮਾ ਸੀ।
- ❖ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਇਬਰਾਹੀਮ ਲਿੰਕਨ ਦਾ ਵਾਕ 'ਜਨਤਾ ਕੀ ਸਰਕਾਰ, ਜਨਤਾ ਕੇ ਦੁਆਰਾ, ਜਨਤਾ ਕੇ ਲੀਏ ਅੱਜ ਵੀ ਆਦਰਸ਼ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦਾ ਸੂਤਰ ਹੈ।
- ❖ ਜਨਵਰੀ ਮਹੀਨੇ ਦੀ 26 ਤਰੀਕ ਨੂੰ 'ਗਣਤੰਤਰ ਦਿਵਸ' ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਬਾਲ ਸੰਗਤਾਂ ਦਾ ਕੰਟਰੋਲ ਚੰਡੀਗੜ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ❖ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਪਹਿਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਯੂਰੀ ਗਾਗਰਿਨ (ਰੂਸ) ਸੀ।
- ❖ ਚੰਦਰਮਾ ਤੇ ਪੈਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ ਪਹਿਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਨੀਲ.ਏ. ਆਰਮਸਟ੍ਰਾਂਗ ਸੀ।
- ❖ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਮਹਿਲਾ ਵੈਲੇਂਟੀਨਾ ਤੇਰੇਸ਼ਕੋਵਾ ਸੀ।
- ❖ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਭਾਰਤੀ ਮਹਿਲਾ ਕਲਪਨਾ ਚਾਵਲਾ ਸੀ।
- ❖ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਜਾਨਵਰ ਲਾਇਕਾ ਨਾਮ ਦੀ ਕੁੱਤੀ ਸੀ।
- ❖ ਰਾਵਣ ਨੇ ਲੰਕਾ ਵਿਚ ਸੀਤਾ ਨੂੰ ਅਸ਼ੋਕ ਵਾਟਿਕਾ ਵਿਚ ਬੰਧਕ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਸੀ।

ਪੇਸ਼ਕਸ਼ : ਜਗਤਾਰ ਚਮਨ



## ਮਿਹਨਤ ਹੀ ਜੀਵਨ ਹੈ

- ਸੁਸ਼ੀਲਾ

ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਨਾਮਕ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸੀ। ਬੜਾ ਹੀ ਨੇਕ, ਇਮਾਨਦਾਰ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤੀ। ਉਸਦੇ ਦੋ ਲੜਕੇ ਸਨ। ਦੋਵੇਂ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਆਲਸੀ, ਇਕ ਨੰਬਰ ਦੇ ਕੰਮਚੋਰ ਅਤੇ ਅਵਾਰਾ ਸਨ। ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਬੁੱਢਾ ਹੋ ਚਲਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਦੋਹਾਂ ਲੜਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਆਹ ਜਿਵੇਂ-ਤਿਵੇਂ ਚੰਗੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤੇ ਸਨ। ਦੋਵੇਂ ਲੜਕੇ ਦਿਨ ਭਰ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਅਤੇ ਪਤਨੀਆਂ ਚੀਕਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਸਨ। ਕਦੇ ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਨੂੰ ਕੋਸਦੀਆਂ ਅਤੇ ਕਦੇ ਆਪਣੇ ਸਹੁਰੇ ਨੂੰ। ਹੁਣ ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਦਾ

ਦਿਮਾਗ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਫਿਰ ਵੀ ਉਹ ਸੋਚਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ?

ਬਹੁਤ ਸੋਚ-ਸੋਚ ਕੇ ਇਕ ਦਿਨ ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਨੇ ਤੀਰਥ-ਯਾਤਰਾ ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕੀਤੀ। ਜਾਂਦੇ-ਜਾਂਦੇ ਆਪਣੇ ਬੇਟਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ - ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਰੁਪਏ-ਪੈਸੇ ਦੱਬ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਮੇਰੀ ਗੈਰ-ਹਾਜ਼ਿਰੀ ਵਿੱਚ ਜਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਪਏ ਤਾਂ ਉਸ ਧਨ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਖੋਦ ਕੇ ਕੱਢ ਲੈਣਾ। ਐਨਾ ਕਹਿ ਕੇ ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਆਪਣੀ ਤੀਰਥ-ਯਾਤਰਾ ਤੇ ਤੁਰ ਪਿਆ।



ਜਦ ਦੋਵੇਂ ਬੇਟਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪਤਨੀਆਂ ਨੇ ਸੁਣਿਆ ਤਾਂ ਲਾਲਚ ਦੀ ਸੀਮਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਉਹ ਦੋਵੇਂ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਆਲਸੀ ਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਲਚ ਦਿੰਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ, ਕਲਪਨਾਵਾਂ ਦੇ ਪੁੱਲ ਬੰਨਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ। ਆਲਸੀ ਬੇਟਿਆਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਲਾਲਚ ਅਤੇ ਆਲਸ ਦਾ ਝਗੜਾ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਤਕ ਚਲਦਾ ਰਿਹਾ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਲਾਲਚ ਦਾ ਪਲੜਾ ਭਾਰੀ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਦੋਹਾਂ ਭਰਾਵਾਂ ਨੇ ਧਨ ਦੇ ਲਾਲਚ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਖੇਤ ਖੋਦ ਸੁਟਿਆ ਪੁੰਤੂ ਉਥੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਉਹ ਦੋਵੇਂ ਬੜੇ ਦੁਖੀ ਹੋਏ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਕਿ ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬੇਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰਵਾਈ ਹੈ।

ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰੱਖੀ ਸੀ। ਵਾਪਸ ਆ ਕੇ ਉਹ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਖੇਤ ਤੇ ਪਹੁੰਚ, ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਖੇਤ ਪੂਰਾ ਖੁਦਿਆ

ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਬੇਟੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਉਦਾਸ ਬੈਠੇ ਹਨ।

ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਬੋਲਿਆ - ਬਈ! ਤੁਸੀਂ ਉਦਾਸ ਕਿਉਂ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਖੇਤ ਗੋਡ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਹੁਣ ਇਸ ਵਿੱਚ ਬੀਜ ਪਾ ਦਿਉ।

ਦੋਹਾਂ ਲੜਕਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੁੱਢੇ ਪਿਤਾ ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਦੀ ਗੱਲ ਮੰਨ ਲਈ। ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਹੋਇਆ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਐਨੀ ਫਸਲ ਹੋਈ, ਜਿੰਨੀ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਸੀ। ਦੋਹਾਂ ਭਰਾਵਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਠਿਕਾਣਾ ਨਾ ਰਿਹਾ। ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਪਤਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਲਪਨਾਵਾਂ ਵੀ ਸਾਕਾਰ ਹੋਣ ਲੱਗੀਆਂ।

ਆਖਿਰ ਬੁੱਢੇ ਪਿਤਾ ਕਿਰਪਾਰਾਮ ਨੇ ਆਪਣੇ ਦੋਹਾਂ ਬੇਟਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾ ਦਿੱਤਾ ਕਿ -

**ਮਿਹਨਤ ਹੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ  
ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਮੰਤਰ ਹੈ।** ♦

ਜੇਕਰ ਕਮੀਜ਼ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾ ਬਟਨ ਹੀ ਗਲਤ ਲਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਾਕੀ ਬਟਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਗਲਤ ਲੱਗਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਲਈ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਉਠਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

*(ਸਤਿਗੁਰੂ ਮਾਤਾ ਸੁਦੀਕਸ਼ਾ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ)*





ਵਿਸ਼ਵ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਦਿਵਸ - 27 ਸਤੰਬਰ ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼

## ਵਿਸ਼ਵ ਏਕਤਾ ਦਾ ਸੂਤਰ ਹੈ - ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ

- ਮਨੋਹਰ ਪੁਰੀ

ਸੰਚਾਰ ਮਾਧਿਅਮ ਦੇ ਬਾਅਦ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਜੋੜਨ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੜੀ ਹੈ, ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ। ਜਿੱਥੇ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨ ਆਪਸੀ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਥੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਪ੍ਰਤੱਖ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਅਮਲੀ ਰੂਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਨਾਦਿ ਕਾਲ ਤੋਂ ਵਿਸ਼ਵ ਦੀਆਂ ਵਿਭਿੰਨ ਸੱਭਿਆਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਨੇ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਭੂਮਿਕਾ ਦਾ ਨਿਰਵਾਹ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸਹਿ-ਹੋਂਦ ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਨੀਤੀ ਦਾ ਮੂਲ ਵਿਚਾਰ ਹੈ, ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਦੇ ਪ੍ਰਚਾਰ-ਪ੍ਰਸਾਰ ਨਾਲ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਨਹੀਂ।

ਪ੍ਰਾਚੀਨਕਾਲ ਤੋਂ ਲੋਕ ਗਿਆਨ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼-ਵਿਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਕਰਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਜਿੱਥੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜਿਗਿਆਸਾ ਸ਼ਾਂਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਥੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀਆਂ ਦੂਰੀਆਂ ਵੀ ਘੱਟਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਨਾਲ ਸੱਭਿਆਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗਿਆਨ-ਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਸੀ ਸਹਿ-ਹੋਂਦ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਰੱਕੀ ਦਾ ਮਾਰਗ ਖੁੱਲਦਾ ਹੈ।

ਅੱਜ ਸੰਚਾਰ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਅਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋਈ ਤਰੱਕੀ ਨਾਲ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਨੂੰ ਵਿਆਪਕ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਅੱਤਵਾਦ ਦੇ ਫੈਲਾਵ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਇਹ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਬੰਦੀ ਬਾਕੀ ਨਾ ਰਹਿਣ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਤੱਥ ਨੂੰ ਸਿਧਾਂਤਕ ਰੂਪ ਨਾਲ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਆਧਾਰ ਮੰਨਣਾ ਹੀ ਪਏਗਾ।

ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਭਾਰਤੀ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਿੱਸਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਨਾ ਸਿਰਫ ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ ਸਗੋਂ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਏ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਮਹਿਮਾਨ ਮੰਨ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਭਰਪੂਰ ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ। ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ੀਆਂ-ਮੁਨੀਆਂ ਨੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਇਸ ਨੂੰ ਧਰਮ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਧਰਮ ਇੱਕ ਮਹਾਨ ਪ੍ਰੇਰਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਸਾਡੇ ਮੇਲਿਆਂ, ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਯਾਤਰਾਵਾਂ, ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸੰਪੂਰਣ ਮਾਨਵ ਜਾਤੀ ਦੀ ਏਕਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ

ਭਾਰਤੀ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੇ ਮੂਲ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਅਸੀਂ 'ਵਸੂਧੈਵ ਕੁਟੁੰਬਕਮ' ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਕੀਇੰਗ ਕਰਨੇ ਯੋਗ ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਮੇ ਸਕੀਇੰਗ ਮਾਰਗ ਹਨ। ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੇ ਰੇਤੀਲੇ ਮੈਦਾਨ ਹਨ। ਭਾਰਤੀ ਸਮੁੰਦਰੀ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ, ਪਰਬਤਾਂ ਦੀਆਂ ਚੋਟੀਆਂ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਭੇਤ ਕਿਸੇ ਦਾ ਵੀ ਮਨ ਮੋਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਹਨ। ਹੋਣਾ ਤਾਂ ਇਹ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਦੇ ਸੈਲਾਨੀ ਪਹਾੜਾਂ ਤੇ ਚੜਨਾ, ਟ੍ਰੈਕਿੰਗ ਰਾਕ, ਕਲਾਈਮਿੰਗ, ਸਕੀਇੰਗ, ਪੈਰਾ ਗਲਾਈਡਿੰਗ, ਰੀਵਰ ਰਾਫਟਿੰਗ, ਵਾਟਰ

ਸਕੀਇੰਗ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਹਸੀ ਖੇਡਾਂ ਦਾ ਭਰਪੂਰ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਲਈ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਖਰੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਮੰਨਣ। ਭਾਰਤ ਦੇ ਪੰਜ ਲੱਖ ਵਰਗ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੇ ਪਰਬਤੀ ਭੂ-ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਖਾਈ ਦੇਣ। ਉਹ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਰਹਿਤ ਸਮੁੰਦਰੀ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਮਹਾਂਸਾਗਰ ਵਿੱਚ ਇੱਥੇ-ਉੱਥੇ ਮੋਤੀਆਂ ਵਾਂਗ ਖਿਲਰੇ ਦੀਪ ਸਮੂਹਾਂ ਦੀ ਗੋਦ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣ ਲਈ ਵਿਆਕੁਲ ਹੋ ਉਠਣ। ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਬੰਧ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਦੀ ਭੂਮੀ ਸਰਵੋਤਮ ਸਥਾਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਯਾਦ ਰਹੇ। ♦

## ਬੱਦਲ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰ

- ਰਾਧੇਲਾਲ 'ਨਵਚੱਕਰ'

ਇੱਕ ਦਿਨ ਸਮੁੰਦਰ ਨੇ ਬੱਦਲਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛਿਆ - ਮੇਰਾ ਪਾਣੀ ਤਾਂ ਖਾਰਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਪਸ਼ੂ-ਪੰਛੀ ਤੱਕ ਪੀਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ। ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

- ਵਰਸ ਕੇ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਨੂੰ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ। - ਬੱਦਲ ਨੇ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ।

- ਭਲਾ ਖਾਰੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਸ ਨੂੰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ?

- ਸਮੁੰਦਰ ਨੂੰ ਬੱਦਲ ਦੀ ਗੱਲ ਸਮਝ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਆਈ।

ਬੱਦਲ ਬੋਲਿਆ - ਜਦ ਤਕ ਉਹ ਪਾਣੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ, ਤਦੇ ਤਕ ਖਾਰਾ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉਹ ਮਿੱਠਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

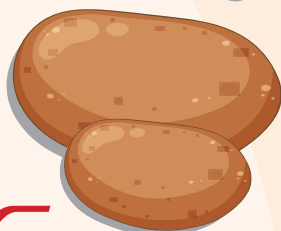
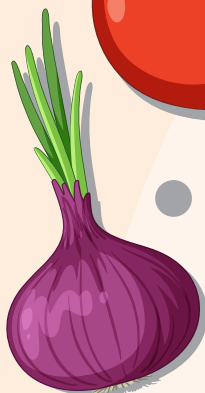
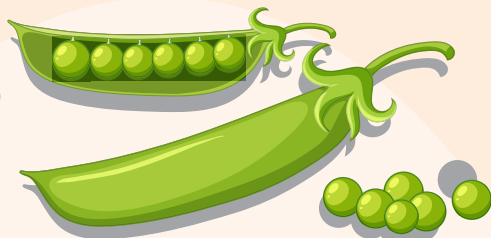
- ਉਹ ਕਿਵੇਂ? - ਸਮੁੰਦਰ ਉਤਸੁਕ ਹੋ ਉਠਿਆ।

- ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਜਿੰਨਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਉਸ ਅਨੁਪਾਤ ਵਿੱਚ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਇਹੀ



ਵਜ੍ਹਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਾਣੀ ਸਦਾ ਖਾਰਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। - ਬੱਦਲ ਨੇ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ - ਪਰ ਮੈਂ ਜਿੰਨਾ ਪਾਣੀ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ, ਕੁੱਝ ਵੀ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ। ਸਾਰਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ। ਇਹੀ ਮੁੱਖ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਖਾਰੇ ਤੋਂ ਮਿੱਠਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਵੀ ਖਾਰਾਪਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। - ਬੱਦਲ ਨੇ ਸਮਝਾਇਆ।

ਬੱਦਲ ਦੀ ਤਰਕਪੂਰਣ ਗੱਲਾਂ ਸੁਣ ਕੇ ਸਮੁੰਦਰ ਚੁਪ ਹੋ ਗਿਆ। ♦



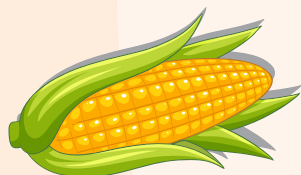
# ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ! ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਖਾਓ

- ਅਮਨ

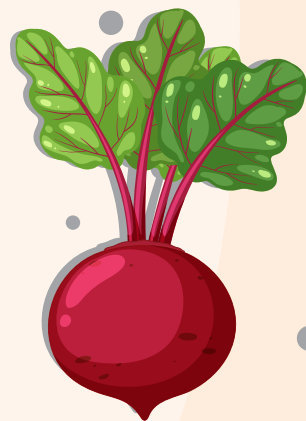
ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ! ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਖਾਓ।  
ਹੱਸੋ, ਖੇਡੋ ਤੇ ਮੌਜ ਮਨਾਓ।



ਵਿਟਾਮਿਨ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਭਰਪੂਰ।  
ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ ਇਹ ਕਰਦੀਆਂ ਦੂਰ।



ਹਰੀਆਂ-ਹਰੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ-ਸਾਗ।  
ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਨਜ਼ਰ ਤੇ ਦਿਮਾਗ।



ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਰਾਜ਼ ਇਹ ਹੁੰਦੀਆਂ।  
ਸੁੰਦਰਤਾ ਦਾ ਭੰਡਾਰ ਇਹ ਹੁੰਦੀਆਂ।

'ਅਮਨ' ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੇ ਗੁਣਕਾਰੀ।  
ਆਵੇ ਤਾਕਤ ਜਾਵੇ ਬੀਮਾਰੀ।





# ਰੰਗ ਭਰੋ



ਨਾਂ ..... ਉਮਰ .....

ਪੂਰਾ ਪਤਾ .....

.....

# ਜੁਲਾਈ ਅੰਕ ਦੀ ਰੰਗ ਭਰੇ ਪ੍ਰਤਿਯੋਗਤਾ ਦਾ ਨਤੀਜਾ

## ਪਹਿਲਾ ਨੰ.

ਕਾਰਤੀਕਿਯ (ਉਮਰ 13 ਸਾਲ)  
ਡਾਕੀ ਚੌਕ, ਨਜ਼ਦੀਕ ਸ਼ਿਵ ਮੰਦਿਰ  
ਪਠਾਨਕੋਟ - 145001 (ਪੰਜਾਬ)

## ਦੂਸਰਾ ਨੰ.

ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ (ਉਮਰ 09 ਸਾਲ)  
ਪਿੰਡ - ਭੈਰੋ ਮਾਜਰਾ  
ਜ਼ਿਲਾ - ਸ਼. ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ (ਪੰਜਾਬ)

## ਤੀਸਰਾ ਨੰ.

ਮਦਨ (ਉਮਰ 10 ਸਾਲ)  
ਸੰਤ ਨਿਰੰਕਾਰੀ ਕਲੋਨੀ  
ਦਿੱਲੀ - 110009



## ਪਸੰਦ ਕੀਤੇ ਗਏ -

ਖੁਸ਼ਵੰਤ (ਬਰਨਾਲਾ),  
ਜਸ਼ਨੂਰਪ੍ਰੀਤ (ਜਗਰਾਉਂ),  
ਸੁਭਪ੍ਰੀਤ (ਨਵਾਂ ਸ਼ਹਿਰ),  
ਸੁਖਮੀਤ (ਸਰਦੂਲਗੜ),  
ਪਰਵੀਨ (ਜਗਰਾਉਂ),  
ਰਾਧਾ (ਬਰਨਾਲਾ)  
ਪ੍ਰਦੀਪ (ਜ਼ੀਰਾ),  
ਆਰਾਧਿਆ (ਦਿੱਲੀ),  
ਨਿਤਿਨ (ਦਿੱਲੀ),  
ਸਿਮਰਨ (ਮਾਨਸਾ),  
ਗੁਰਵਿੰਦਰ (ਜ਼ੀਰਾ),  
ਪ੍ਰੇਰਨਾ (ਬੱਸੀ ਪਠਾਣਾ),  
ਸੁਖਮੀਤ (ਸਰਦੂਲਗੜ),  
ਪਰਵੀਨ (ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ),  
ਅਰਸ਼ਦੀਪ (ਗੁਪੋਵਾਲ),  
ਸਰਬਜੀਤ (ਜਗਰਾਉਂ),  
ਵੈਸ਼ਿਕਾ (ਬੋਹਾ)

## ਸਤੰਬਰ ਅੰਕ ਦੀ ਰੰਗ ਭਰੇ ਪ੍ਰਤਿਯੋਗਤਾ

ਪਿਛਲੇ ਸਫ਼ੇ ਤੇ ਇਕ ਚਿੱਤਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਚਿੱਤਰ 'ਚ ਸੋਹਣੇ-ਸੋਹਣੇ ਰੰਗ ਭਰ ਕੇ **25 ਸਤੰਬਰ 2024** ਤਕ ਸੰਪਾਦਕ, 'ਹੰਸਤੀ ਦੁਨੀਆ', ਨਿਰੰਕਾਰੀ ਕੰਪਲੈਕਸ, ਸੰਤ ਨਿਰੰਕਾਰੀ ਕਾਲੋਨੀ, ਦਿੱਲੀ-110009 ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਚ ਭੇਜ ਦਿਉ।

ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ 'ਹੰਸਤੀ ਦੁਨੀਆ' ਦੇ **ਨਵੰਬਰ 2024** ਅੰਕ 'ਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਚਿੱਤਰ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਅਤੇ ਪੂਰਾ ਪਤਾ ਸਾਫ਼-ਸਾਫ਼ ਜ਼ਰੂਰ ਲਿਖੋ।

15 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤਕ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

# ਕਦੇ ਨਾ ਭੁੱਲੋ

- ❖ ਉਸ ਦਿਨ ਸਾਡੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ ਜਿਸ ਦਿਨ ਸਾਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਹਰ ਕੰਮ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।  
- ਸਤਿਗੁਰੂ ਮਾਤਾ ਸੁਦੀਕਸ਼ਾ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ
- ❖ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਚਾਹੇ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਚੱਕਰ ਲਗਾ ਆਈਏ, ਅਗਰ ਉਹ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗੀ।  
- ਇਮਰਸਨ
- ❖ ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਫਰਜ਼ ਨਹੀਂ ਦਿਸਦਾ ਉਹ ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।  
❖ ਫਰਜ਼ ਪਾਲਣਾ ਹੀ ਸੱਚੀ ਅਰਾਧਨਾ ਹੈ।  
- ਅਰਸਤੂ
- ❖ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਸੰਤੋਖ ਹੋਣਾ ਸਵਰਗ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਹੈ। ਸੰਤੋਖ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸੁਖ ਹੈ ਉਸ ਤੋਂ ਵਧ ਕੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।  
- ਵੇਦਵਿਆਸ
- ❖ ਜਿਸ ਕੋਲ ਧੀਰਜ ਹੈ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਤੋਂ ਘਬਰਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ, ਕਾਮਯਾਬੀ ਉਸ ਦੀ ਦਾਸੀ ਹੈ।  
- ਸਵਾਮੀ ਦਯਾਨੰਦ ਸਰਸਵਤੀ
- ❖ ਦਇਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਭਰੇ ਸ਼ਬਦ ਛੋਟੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਲੇਕਿਨ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੂੰਜ ਅਨੰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।  
- ਮਦਰ ਟੇਰੇਸਾ
- ❖ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਫਰਜ਼ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਲੇਕਿਨ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰ ਯਾਦ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।  
- ਇੰਦਰਾ ਗਾਂਧੀ
- ❖ ਸਾਡੇ ਬਲੀਦਾਨ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਜੋ ਆਜ਼ਾਦੀ ਮਿਲੀ ਹੈ, ਉਹਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।  
- ਸੁਭਾਸ਼ਚੰਦਰ ਬੋਸ
- ❖ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕੇਵਲ ਸੈਨਿਕਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਾ ਪਏਗਾ।  
- ਲਾਲ ਬਹਾਦਰ ਸ਼ਾਸਤਰੀ

ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਕਰਤਾ : ਡਿੱਪਲਜੀਤ ਰੰਧਾਵਾ





# ਸੌਣੇ ਦੇ ਪੱਤੇ

- ਦੀਪਕ ਕੁਮਾਰ

ਇੱਕ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਿਧਵਾ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ। ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਨਾਮ ਨਾਰਾਇਣ ਸੀ। ਮਾਂ-ਪੁੱਤਰ ਦੋਵੇਂ ਬੜੇ ਮਿਹਨਤੀ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰ ਦੇ ਕੋਲ ਹੀ ਇੱਕ ਰੁੱਖ ਸੀ। ਨਾਰਾਇਣ ਦਾ ਰੋਜ਼ ਦਾ ਇੱਕ ਅਟੁੱਟ ਨਿਯਮ ਸੀ। ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਇੱਕ-ਦੋ ਗੜਵੇ ਪਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰ ਪਾਉਂਦਾ, ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਉਹਨੂੰ ਰੁੱਖਾਂ ਨਾਲ ਬੜਾ ਲਗਾਓ ਸੀ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਨਾਰਾਇਣ ਬੀਮਾਰ ਪੈ ਗਿਆ, ਕਈ ਦਿਨ ਬੀਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਗਈ। ਬੀਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਸ ਨੇ ਮੰਜੇ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਪਾਣੀ ਪਾਉਣਾ ਨਾ ਛੱਡਿਆ। ਇੱਕ ਦਿਨ ਨਾਰਾਇਣ ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਪਾਉਣ ਲੱਗਾ ਤਾਂ ਰੁੱਖ ਨੇ ਕਿਹਾ - "ਮੈਂ

ਤੇਰੀ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹਾਂ, ਤੂੰ ਕੋਈ ਵਰ ਮੰਗ ਲੈ।"

ਨਾਰਾਇਣ ਬੋਲਿਆ, "ਹੇ ਰੁੱਖਦੇਵ, ਮੈਂ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਆਪਣਾ ਫਰਜ਼ ਨਿਭਾਇਆ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਉਪਕਾਰਾਂ ਥੱਲੇ ਦੱਬੇ ਹਾਂ। ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਹੀ ਤਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਰੁੱਖ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸੱਚੇ ਸਾਥੀ ਹਨ। ਸ਼ੁੱਧ ਹਵਾ, ਛਾਂ ਅਤੇ ਫਲ ਤਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹੀ ਹਨ, ਇਸ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਲਈ ਲਕੜੀ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਰੁੱਖ ਦੇਵ ਨਹੀਂ ਮੰਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਵਰ ਮੰਗਣ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਨਾਰਾਇਣ ਬੋਲਿਆ, "ਤੁਹਾਡੀ ਇਹੀ ਇੱਛਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਡਿੱਗੇ ਆਪਣੇ ਪੱਤੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿਉ। ਇਸ



ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲਾਗੇ-ਲਾਗੇ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਵੀ ਹੋ ਜਾਇਆ ਕਰੇਗੀ।”

ਨਾਰਾਇਣ ਰੁੱਖ ਦੇ ਪੱਤੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਲੈ ਗਿਆ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਇੱਕ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੇ ਢੇਰ ਲਗਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਸਨੇ ਸੋਚਿਆ ਜਦੋਂ ਪੱਤੇ ਕਾਫੀ ਸਾਰੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਸੁੱਕ ਜਾਣਗੇ ਤਾਂ ਚੁੱਲਾ ਬਾਲਣ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਣਗੇ। ਦੂਸਰੇ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ ਮਾਂ-ਬੇਟੇ ਦੀ ਹੈਰਾਨੀ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਪੱਤਿਆਂ ਦਾ ਰੰਗ ਬਦਲਦੇ ਵੇਖਿਆ, ਉਹ ਪੀਲੀ ਧਾਤੂ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਕੇ ਚਮਕ ਰਹੇ ਸਨ।

ਨਾਰਾਇਣ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ ਕਿ ਕਿਤੇ ਇਹ ਸੋਨੇ ਦੇ ਪੱਤੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਬਣ ਗਏ।

ਮਾਂ ਉਹਨਾਂ ਪੱਤਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸੁਨਿਆਰੇ ਕੋਲ ਗਈ ਤਾਂ ਉਹ ਪੱਤੇ ਵੇਖ ਕੇ ਚੌਂਕਿਆ। ਜਾਂਚਣ ਤੇ ਖਰਾ ਸੋਨਾ ਨਿਕਲਿਆ। ਸੁਨਿਆਰੇ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੱਤਿਆਂ ਦੀ ਅਸਲੀ ਕੀਮਤ ਦੇ ਦਿੱਤੀ। ਹੁਣ ਮਾਂ-ਬੇਟੇ ਦਾ ਜੀਵਨ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਬਤੀਤ ਹੋਣ ਲੱਗਾ।

ਹੁਣ ਨਾਰਾਇਣ ਨੇ ਆਪਣਾ ਪੂਰਾ ਜੀਵਨ ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰਪਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਉਹ ਖਾਲੀ ਪਈ ਬੰਜਰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਰੁੱਖ ਲਾਉਣ ਲੱਗਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਖੇਤਰ ਹਰਿਆ-ਭਰਿਆ ਹੋ ਗਿਆ। ਨਾਰਾਇਣ ਦਾ ਨਾਮ ਰੁੱਖ ਪ੍ਰੇਮੀ ਮਾਨਵ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੂਰ-ਦੂਰ ਤੱਕ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਨਾਰਾਇਣ ਦੀ ਮਸ਼ਹੂਰੀ ਦੂਰ-ਦੂਰ ਤਕ ਫੈਲ ਗਈ। ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਿਹਾ ਕਰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਰੁੱਖ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ, ਤਾਂ ਸੌਕਾ ਪੈ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕਈ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਗੁਵਾਂਢ ਦੇ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਸੌਕਾ ਪਿਆ। ਪਾਣੀ ਵਰਸਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਗੁਵਾਂਢੀ ਰਾਜੇ ਨੇ ਨਾਰਾਇਣ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦੇ ਕੇ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਬੁਲਾਇਆ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਮੰਗੀ।

ਨਾਰਾਇਣ ਨੇ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ - ਰਾਜਨ! ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਇਹੀ ਤਾਂ ਸੌਕੇ ਦਾ ਕਾਰਣ ਹੈ ਜਦਕਿ ਰੁੱਖ ਹੀ ਤਾਂ ਬੱਦਲਾਂ ਨਾਲ ਵਰਖਾ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਰੁੱਖ ਸਾਨੂੰ ਫਲ-ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਲੱਕੜੀਆਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਨਾਰਾਇਣ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਕੇ ਰਾਜੇ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹ ਗਈਆਂ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਰੁੱਖ ਲਗਵਾਏ। ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਾਈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਤੋਂ ਉਹ ਦੇਸ਼ ਹਰਿਆ-ਭਰਿਆ ਅਤੇ ਸੁਖੀ ਰਾਜ ਹੋ ਗਿਆ। ♦

## ਮੂਰਖ ਗਾਲੜੀ ਕੱਛੂਕੰਮਾ

ਚਿੱਤਰਕਾਰ ਅਤੇ ਲੇਖਕ : ਸਿਮਰਨ ਇੰਦਰ



ਕਿਸੇ ਤਾਲਾਬ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕੱਛੂਕੰਮਾ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ।  
ਤਾਲਾਬ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਵਿਕਟ  
ਨਾਮੀ ਹੰਸਾਂ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਗੂੜੀ ਮਿੱਤਰਤਾ ਸੀ।



ਤਾਲਾਬ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਤਿੰਨੋਂ ਹਰ ਰੋਜ਼  
ਖੂਬ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਹੋਣ ਤੇ  
ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰ ਪੈਂਦੇ।



ਇੱਕ ਸਾਲ ਉਸ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਵਰਖਾ ਨਹੀਂ ਹੋਈ  
ਤਾਂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਉਹ ਤਲਾਬ ਵੀ ਸੁੱਕਣ ਲੱਗਾ।



ਹੁਣ ਹੀਸਾਂ ਨੂੰ ਕੱਛਕੀਮੇ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਹੋਣ ਲੱਗੀ। ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ  
ਆਪਣੀ ਚਿੰਤਾ ਕੱਛਕੀਮੇ ਨੂੰ ਦੱਸੀ ਤਾਂ ਕੱਛਕੀਮੇ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ  
ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਉਸ ਨੇ ਹੀਸਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਦੱਸੀ।



ਉਸ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨੱਕੋਨੱਕ ਭਰੇ ਤਾਲਾਬ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਫਿਰ ਇੱਕ ਲਕੜੀ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਨਾਲ ਲਟਕਾ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਤਾਲਾਬ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਣ।



ਉਸ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਕੇ ਹੰਸਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਠੀਕ ਹੈ ਪਰ ਉਡਾਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਬੰਦ ਰੱਖਣਾ ਪਏਗਾ।





ਕੱਛੂਕੰਮੇ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਇਆ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਨਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹੇਗਾ। ਕੱਛੂਕੰਮੇ ਨੇ ਲਕੜੀ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨਾਲ ਘੁੱਟਕੇ ਮੂੰਹ ਬੰਦ ਕਰ ਲਿਆ ਅਤੇ ਫਿਰ ਦੋਵੇਂ ਹੰਸ ਉਸ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਉਡ ਪਏ। ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਨਗਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਇੱਕ ਕੱਛੂਕੰਮਾ ਆਕਾਸ਼ ਵਿੱਚ ਉਡੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਹੈਰਾਨ ਹੋ ਚੀਕਣ ਲੱਗੇ।



ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੇ ਚੀਕਦੇ ਵੇਖਕੇ ਦੇ ਕੱਛੂਕੰਮੇ ਤੋਂ ਰਿਹਾ ਨਹੀਂ ਗਿਆ। ਉਹ ਆਪਣਾ ਵਾਅਦਾ ਭੁੱਲ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਜਿਉਂ ਹੀ ਕੁੱਝ ਕਹਿਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਕਿ ਉਹ ਆਕਾਸ਼ ਤੋਂ ਡਿੱਗ ਪਿਆ। ਉਚਾਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਉਹ ਸੱਟ ਝੱਲ ਨਾ ਸਕਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਦਮ ਤੋੜ ਦਿੱਤਾ।



ਕਿਹਾ ਵੀ ਹੈ - "ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਜੇਕਰ ਆਪਣੀ ਚੰਚਲਤਾ ਤੇ ਕਾਬੂ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨਤੀਜਾ ਬੁਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।"



# ਬੁੱਧੀ ਦੀ ਪਰਖ

ਦੋਹਾਂ ਚਿੱਤਰਾਂ ਵਿਚੋਂ 10 ਅੰਤਰ ਲੱਭੋ!





New Episode  
uploaded on the 1<sup>st</sup> & 16<sup>th</sup>  
of every month



New Episode uploaded  
on the 10<sup>th</sup> of every month



New Episode uploaded  
on the 5<sup>th</sup> of every month

IT'S LIVE,  
DOWNLOAD NOW



SNM  
MOBILE APP



शुनो तराने  
नए पुराने



Bhakti Sangeet

New Episode uploaded  
on the 20<sup>th</sup> of every month

महफिल  
रुहानियत  
Mehfil-E-Ruhaniyat

Special programme

New Episode  
uploaded on the  
23<sup>rd</sup> of every month



SOUL VIBES

New Episode uploaded  
on the 27<sup>th</sup> of every month

## Download The App



### Sant Nirankari Mission "SNM" App

The application is available for the  
iOS & Android smartphones.



Download on the  
App Store



ANDROID APP ON  
Google Play

## Scan QR code

Scan QR code to download Sant Nirankari Mission "SNM" App



For iOS Devices



For Android Devices



Registered with the Registrar of Newspapers  
For India Under RNI No. 32345/1977



# NIRANKARI JEWELS

78-84, Edward Line, Kingsway Camp, Delhi, 110009  
Near G.T.B. Nagar Metro Station Gate No. 4

011-42870440, 42870441, 47058133

nirankari\_jewels@hotmail.com

www.nirankarijewels.com

@nirankarijewelsdelhi

Nirankari Jewels Pvt. Ltd.



Monday Closed

Customer Care : 9818883394