ਸਾਂਝੀ ਵਿਰਾਸਤ

ਜਿਲਦ 3 ਅੰਕ 35 **2024** **1- ਮੱਘਰ (14-ਨਵੰਬਰ)**

ਸਾਂਝੀ ਵਿਰਾਸਤ (Shared Heritage)

ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ, ਸਭਿਅਤਾ, ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਦੀ ਔਨਲਾਈਨ

ਗੈਰ-ਸਿਆਸੀ ਮਾਸਿਕ ਮੈਗਜ਼ੀਨ

A monthly Non-political, Not-for-profit (Bilingual) On-line magazine of

Panjabi Language, Culture, History and Heritage

Website: **sanjhivirasat.org**

ਵਿਸ਼ਾ ਸੂਚੀ (1-ਮੱਘਰ / 14-ਨਵੰਬਰ 2024)

1.	ਸੰਪਾਦਕੀ ਨੋਟ	ਮੁਖ ਸੰਪਾਦਕ	3
2.	ਵਿਆਖਿਆ ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਤੁਖਾਰੀ ਮ: 1	ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਸਰਦਾਰ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ	4
3.	ਵਿਆਖਿਆ ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਂਝ ਮਹਲਾ 5	ਸਰਦਾਰ ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂਰ	5
4.	ਬਿਨੁ ਤੇਲ ਦੀਵਾ ਕਿਉ ਜਲੈ	ਸਰਦਾਰਨੀ ਕਿਰਪਾਲ ਕੌਰ	8
5.	ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ – ਯਾਤਰੀ	ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਸਰਦਾਰ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ	10
6.	ਕਿਹੜੀ ਕਲਮ ਨਾਲ ਤੈਨੂੰ ਪੈਗਾਮ ਲਿਖਾਂ	ਸਰਦਾਰਨੀ ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ	12
7.	ਵਿਗਿਆਨ ਅਨੁਸਾਰ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਜ਼ਮੀਨ – 1	ਡਾ. ਸਰਦਾਰ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ	13
8.	AI is shaping the Future of Aging	Dr. Sardar D. P. Singh	16
9.	ਖੇਤੀ ਮਾਹਰ – ਡਾ. ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ	ਡਾ. ਸਰਦਾਰ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ	19
10.	Role of Elite in Punjab Crisis	Dr. S. Sukhmander Singh	22
11.	ਨੌਂਵੀਂ ਜੋਤਿ ਦੀ ਸ਼ਹਾਦਤ ਅਤੇ ਜੂਨ ਚੁਰਾਸੀ	ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ (9 ਨਵੰਬਰ)	23
12.	ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ	ਪ੍ਰਸ਼ਨ – ਉੱਤਰ	25
13.	ਦੂਰ ਹੋ ਕੇ ਕੋਲ ਦਿਸਦਾ (ਗਜ਼ਲ)	ਸ਼੍ਰੀ ਸਤੀਸ਼ ਗੁਲਾਟੀ	26
14.	ਸਾਖੀ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ – ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ	ਸਰਦਾਰ ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ	27
15.	ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਵਿਤਾ	ਸਰਦਾਰਨੀ ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ	29
16.	Movember	S. Ransher Raj Singh	30
17.	ਨਾਨਕਿਆਂ ਵਲੋਂ ਮਿਲਦੀ ਜਿਣਸੀ ਵਿਰਾਸਤ	ਡਾ. ਸਰਦਾਰ ਜੈ ਰੂਪ ਸਿੰਘ	31
18.	ਇਸ ਅੰਕ ਦੇ ਲੇਖਕਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ	ਐਡੀਟੋਰੀਅਲ ਬੋਰਡ	32
19.	ਲੇਖਕਾਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ	ਸਾਂਝੀ ਵਿਰਾਸਤ	34
20.	ਐਡੀਟੋਰੀਅਲ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰ	ਸਾਂਝੀ ਵਿਰਾਸਤ	35

ਸੰਪਾਦਕੀ ਨੋਟ

(1-ਮੱਘਰ / 14-ਨਵੰਬਰ 2024 ਅੰਕ)

ਮੂਲ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਅਨੁਸਾਰ ਨਵੰਬਰ ਦੀ 14 ਤਾਰੀਖ ਤੋਂ ਮੱਘਰ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦੁਰ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸ਼ਹੀਦੀ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਗੁਰਗੱਦੀ ਦਿਵਸ 11 ਮੱਘਰ (24 ਨਵੰਬਰ) ਹੈ। ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਇਹ ਹਨ।

ਨਵੰਬਰ ਦੀ 10 ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ Science Day ਹੈ ਜਦ ਕਿ 9 ਤੋਂ 14 ਨਵੰਬਰ ਵਾਲਾ ਹਫ਼ਤਾ International Week of Science for Peace ਨੀਯਤ ਹੈ। ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਮਕਸਦ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕੀ ਖੋਜਾਂ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਭਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਿਚ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ 3 ਨਵੰਬਰ ਤੋਂ Daylight Saving Time (DST) ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੰਤਵ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿਚ ਘੜੀਆਂ ਇਕ ਘੰਟਾ ਪਿਛੇ (Fall Back) ਕਰ ਕੇ ਕੰਮ ਦਾ ਸਮਾਂ ਵਧਾਉਣਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ 11 ਨਵੰਬਰ ਸ਼ਹੀਦ Remembrance Day ਹੈ 20 ਨਵੰਬਰ International Children's Day ਅਤੇ 25 ਨਵੰਬਰ Prevention of Violence Against Women ਦੇ ਦਿਨ ਮਨਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ, ਸਭਿੱਅਤਾ, ਇਤਿਹਾਸ ਜਾਂ ਵਿਰਾਸਤ ਬਾਰੇ ਲੇਖਕ ਮੌਲਿਕ ਰਚਨਾਵਾਂ 10 ਤਾਰੀਖ ਤਕ ਭੇਜ ਦਿਆ ਕਰਣ। ਕਿਸੇ ਧਰਮ, ਸੰਸਥਾ ਜਾਂ ਪਾਰਟੀ ਵਿਰੁੱਧ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਵਾਦਤ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਰੇ ਲੇਖ ਨਹੀਂ ਛਾਪੇ ਜਾਣਗੇ। ਇਕਸਾਰਤਾ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਰ ਅੰਕ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵੈਬਸਾਈਟ (sanjhivirasat.org) ਤੇ ਵੀ ਹੈ। ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬੀ ਰਚਨਾਵਾਂ "ਅਨਮੋਲ ਲਿਪੀ" ਵਿਚ ਹੀ ਭੇਜੀਆਂ ਜਾਣ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਲਿਖੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਵੀ ਛਾਪੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਰਚਨਾਵਾਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੋ ਪਨਿੰਆਂ (ਕੁਲ 800 ਸ਼ਬਦਾਂ) ਤਕ ਹੀ ਹੋਣ। ਲੰਬੇ ਲੇਖ ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਦੇ 'ਬਲਾਗ' ਉਤੇ ਜਾਂ ਲੜੀਵਾਰ ਛਾਪੇ ਜਾਣਗੇ।

ਇਸ ਅੰਕ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਲੇਖਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਲੜੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਪਾਠਕਾਂ ਅਤੇ ਲੇਖਕਾਂ ਦੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦਾ ਅਸੀਂ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਤੇ ਵਿਚਾਰ ਜ਼ਰੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਧੰਨਵਾਦ।

ਡਾ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਭੱਟੀ, ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ
(sanjhivirasat13@gmail.com)

ਮੱਘਰ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਪਾਠ ਅਤੇ ਵਿਆਖਿਆ

ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਤੁਖਾਰੀ ਛੰਤ ਮਹਲਾ 1

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ॥

ਮੰਘਰ ਮਾਹੁ ਭਲਾ ਹਰਿ ਗੁਣ ਅੰਕਿ ਸਮਾਵਏ ॥
ਗੁਣਵੰਤੀ ਗੁਣ ਰਵੈ ਮੈ ਪਿਰੁ ਨਿਹਚਲੁ ਭਾਵਏ ॥
ਨਿਹਚਲੁ ਚਤੁਰੁ ਸੁਜਾਣੁ ਬਿਧਾਤਾ ਚੰਚਲੁ ਜਗਤੁ ਸਬਾਇਆ ॥
ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਗੁਣ ਅੰਕਿ ਸਮਾਣੇ ਪ੍ਰਭ ਭਾਣੇ ਤਾ ਭਾਇਆ ॥
ਗੀਤ ਨਾਦ ਕਵਿਤ ਕਵੇ ਸੁਣਿ ਰਾਮ ਨਾਮਿ ਦੁਖੁ ਭਾਗੈ ॥
ਨਾਨਕ ਸਾ ਧਨ ਨਾਹ ਪਿਆਰੀ ਅਭ ਭਗਤੀ ਪਿਰ ਆਗੈ ॥੧੩॥ {ਪੰਨਾ 1109}

ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਲਈ ਮੱਘਰ ਰੂਪੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਹਰੀ ਦੇ ਗੁਣਾ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਸੁਹਾਵਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾ ਵਾਲੀ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੂੰ ਸਦੀਵੀ ਪਤੀ ਪ੍ਰਮੇਸ਼ਵਰ ਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਦਾ ਸਥਿਰ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਸਭ ਕੁਝ ਜਾਣਨ ਤੇ ਸਾਰੇ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਚਲਾਇਮਾਨ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਪ੍ਰਭੂ ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਤੱਤ ਗਿਆਨ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾਂ ਵਿਚ ਬਿਰਤੀ ਜੋੜਨ ਨਾਲ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਪਤੀ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ।ਕਵੀਆਂ ਪਾਸੋਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਦੇ ਗੀਤ ਸੁਣਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਪਤੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰੀ ਲਗਦੀ ਹੈ ਜੋ ਭਗਤੀ ਦੁਆਰਾ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਨੂੰ ਰਿਝਾ ਕੇ ਅਸਥਿਰ ਸੰਸਾਰ ਰੂਪੀ ਪੇਕੇ ਘਰ ਤੋਂ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਦੇ ਸਥਿਰ ਘਰ ਜਾਣ ਲਈ ਭਗਤੀ ਦੇ ਗੁਣਾ ਦਾ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਵਿਆਖਿਆ

ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਸਰਦਾਰ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ
ਐਡਮਿੰਟਨ (ਕੈਨੇਡਾ)

ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਂਝ ਮਹਲਾ 5 (ਘਰ 4) ਵਿੱਚੋਂ
ਮੱਘਰ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਪਾਠ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ਮੰਘਿਰਿ ਮਾਹਿ ਸੋਹੰਦੀਆ ਹਰਿ ਪਿਰ ਸੰਗਿ ਬੈਠੜੀਆਹ ॥
ਤਿਨ ਕੀ ਸੋਭਾ ਕਿਆ ਗਣੀ ਜਿ ਸਾਹਿਬਿ ਮੇਲੜੀਆਹ॥
ਤਨੁ ਮਨੁ ਮਉਲਿਆ ਰਾਮ ਸਿਉ ਸੰਗਿ ਸਾਧ ਸਹੇਲੜੀਆਹ ॥
ਸਾਧ ਜਨਾ ਤੇ ਬਾਹਰੀ ਸੇ ਰਹਨਿ ਇਕੇਲੜੀਆਹ ॥
ਤਿਨ ਦੁਖੁ ਨ ਕਬਹੂ ਉਤਰੈ ਸੇ ਜਮ ਕੈ ਵਸਿ ਪੜੀਆਹ॥
ਜਿਨੀ ਰਾਵਿਆ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਣਾ ਸੇ ਦਿਸਨਿ ਨਿਤ ਖੜੀਆਹ॥
ਰਤਨ ਜਵੇਹਰ ਲਾਲ ਹਰਿ ਕੰਠਿ ਤਿਨਾ ਜੜੀਆਹ ॥
ਨਾਨਕ ਬਾਂਛੈ ਧੂੜਿ ਤਿਨ ਪ੍ਰਭ ਸਰਣੀ ਦਰਿ ਪੜੀਆਹ॥
ਮੰਘਿਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਆਰਾਧਣਾ ਬਹੁੜਿ ਨ ਜਨਮੜੀਆਹ ॥੧੦॥
(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਪੰਨਾ 135)

ਭਾਵ ਅਰਥ

ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਸਰਦਾਰ ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂਰ, ਜਲੰਧਰ (ਭਾਰਤ)

ਮੱਘਰ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਬਾਰੇ ਪੰਚਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਉਪਦੇਸ਼ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਮੱਘਰ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਠੰਢੀ ਠੰਢੀ ਰੁੱਤ ਵਿੱਚ ਉਹੀ ਜੀਵ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਸਦਾ ਖਿੜਾਓ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਸੁਆਦ ਮਾਣਦੀਆਂ ਹਨ।ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਰੱਬ ਤੋਂ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਜੀਵ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਸਦਾ ਦੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਜਮਾਂ ਦੇ ਵੱਸ ਪੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜੀਵ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭੂ ਆਰਾਧਿਆ ਹੈ ਉਹ ਸਦਾ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰ ਤੇ (ਵੱਡਮੁੱਲੇ ਰੱਬੀ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਿੰਗਾਰੀਆ ਹੋਈਆਂ) ਸੋਹਣੀਆਂ ਲਗਦੀਆ ਹਨ। ਪੰਜਵੇਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰ ਤੇ (ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਰਨ ਆਏ ਜੀਵਾਂ ਦੀ) ਚਰਨ-ਧੂੜ ਮੰਗਦੇ ਹਨ। ਮੱਘਰ ਵਿਚ ਕਰਤਾਰ ਨੂੰ ਜਪਣ ਵਾਲਾ ਜੰਮਣ ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਚੋਂ ਛੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਂਝ ਮਹਲਾ 5 ਵਿੱਚੋਂ
ਮੱਘਰ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਪਾਠ ਦੀ ਕਾਵਿਕ ਵਿਆਖਿਆ

ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਸਰਦਾਰ ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂਰ
ਜਲੰਧਰ (ਭਾਰਤ), 9815023970

ਜੀਵ ਇਸਤਰੀਆਂ ਉਹੋ ਹੀ ਸੋਹਣੀਆਂ ਨੇ,
ਲੈਂਦਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਲ ਬਿਠਾਲ ਸਾਹਿਬ ।
ਸ਼ੋਭਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ,
ਮੇਲੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਸਾਹਿਬ ।
ਤਨ ਮਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖਿੜਿਆ ਹੈ ਸਦਾ ਰਹਿੰਦਾ,
ਸਤਿ ਸੰਗਣਾ ਨਾਲ ਜੋ ਰਲੀਆਂ ਨੇ ।
ਜੋ ਸੱਤ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਵਾਂਝੀਆਂ ਰਹਿ ਗਈਆਂ,
ਰਹਿ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਦਾ ਇਕੱਲੀਆਂ ਨੇ ।
ਦੁੱਖ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦੇ,
ਵੱਸ ਜਮ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੈ ਪੈ ਰੋਂਦੀਆਂ ਨੇ ।
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਾਣਿਆ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਾਥ ਉਹ ਤਾਂ,
ਹੋ ਕੇ ਸਦਾ ਸੁਚੇਤ ਖਲੋਂਦੀਆਂ ਨੇ ।
ਹੀਰੇ ਲਾਲਾਂ ਜਹੇ ਰੱਬ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੇ ,
ਹਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗਲੇ ਵਿਚ ਪਏ ਹੋਏ ਨੇ ।
ਨਾਨਕ ਮੰਗਦੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧੂੜ ਹਰਦਮ,
ਜਿਹੜੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਚ ਢਹੇ ਹੋਏ ਨੇ ।
ਛੁੱਟੜ ਇਸਤਰੀ ਵਾਂਗ ਹੈ ਜੀਵ ਓਹ ਤਾਂ ,
ਜਿਹੜਾ ਰਾਮ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੈ ।
ਮੱਘਰ ਵਿੱਚ ਕਰਤਾਰ ਨੂੰ ਜਾਪਣ ਵਾਲਾ '
ਜੰਮਣ ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਚੋਂ ਛੁੱਟ ਜਾਂਦੈ ॥

--*:*--

ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਤੁਖਾਰੀ ਮਹਲਾ 1 ਵਿੱਚੋਂ ਮੰਘਰ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਪਾਠ
ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਕਾਵਿਕ ਵਿਆਖਿਆ

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ
ਮੰਘਰ ਮਾਹੁ ਭਲਾ ਹਰਿ ਗੁਣ ਅੰਕਿ ਸਮਾਵਏ॥
ਗੁਣਵੰਤੀ ਗੁਣ ਰਵੈ ਮੈ ਪਿਰੁ ਨਿਹਚਲੁ ਭਾਵਏ॥
ਨਿਹਚਲੁ ਚਤੁਰੁ ਸੁਜਾਣੁ ਬਿਧਾਤਾ ਚੰਚਲੁ ਜਗਤੁ ਸਬਾਇਆ॥
ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਗੁਣ ਅੰਕਿ ਸਮਾਣੇ ਪ੍ਰਭ ਭਾਣੇ ਤਾ ਭਾਇਆ॥
ਗੀਤ ਨਾਦ ਕਵਿਤ ਕਵੇ ਸੁਣਿ ਰਾਮ ਨਾਮਿ ਦੁਖੁ ਭਾਗੈ॥
ਨਾਨਕ ਸਾ ਧਨ ਨਾਹ ਪਿਆਰੀ ਅਭ ਭਗਤੀ ਪਿਰ ਆਗੈ॥੧੩॥

ਮੰਘਰ ਮਹੀਨਾ ਚੰਗਾ ਉਸ ਜੀਵ ਇਸਤਰੀ ਦਾ, ਗੁਣ ਉਹਦੇ ਗਾ ਕੇ ਉਹਨੂੰ ਦਿਲ 'ਚ ਵਸਾ ਲਵੇ।

ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੀ ਨੂੰ ਹੀ, ਸਦਾ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਭੂ ਪਤੀ, ਲਗਦਾ ਪਿਆਰਾ ਜਿਹੜੀ ਗੁਣ ਉਹਦੇ ਗਾ ਲਵੇ।

ਚਤੁਰ ਸਿਆਣਾ ਪ੍ਰਭੂ, ਇਕੋ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ, ਨਾਸ਼ਵੰਤ ਹੋਰ ਹੈ ਸਮਾਨ ਸਾਰਾ ਜੱਗ ਦਾ।

ਜੁੜ ਜਾਂਦੀ ਸੁਰਤ ਗੁਣ ਹਿਰਦੇ ਚ ਵੱਸ ਜਾਂਦੇ, ਉਹਦੀ ਰਜ਼ਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਚੰਗਾ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ।

ਗੀਤ ਉਹਦੀ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਵਾਲੇ ਸੁਣ ਸੁਣ, ਭੱਜ ਜਾਂਦਾ ਦੁੱਖ ਸਾਰਾ ਮਾਰ ਕੇ ਉਡਾਰੀ ਹੈ।

ਭਗਤੀ ਦੀ ਭੇਟਾ ਅੱਗੇ ਰੱਖਦੀ ਜੋ ਨਾਨਕ ਜੀ, ਪ੍ਰਭੂ ਪਤੀ ਨੂੰ ਉਹ ਜੀਵ ਇਸਤਰੀ ਪਿਆਰੀ ਹੈ।

(ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਸਰਦਾਰ ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂਰ, ਜਲੰਧਰ)

ਪੁਸਤਕ ਸਮੀਖਿਆ

ਬਿਨੁ ਤੇਲ ਦੀਵਾ ਕਿਉ ਜਲੈ

ਸਰਦਾਰਨੀ ਕਿਰਪਾਲ ਕੌਰ, ਨਿਆਗਰਾ ਫ਼ਾਲਸ (ਕੈਨੇਡਾ)

E-mail ; girnkirpal@gmail.com

ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦਾ ਸਿਰਲੇਖ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸਿਰੀ ਰਾਗੁ ਮਹਲਾ 1 ਘਰੁ 5 ਦੇ ਪੰਨਾਂ 477 ਤੇ ਦਰਜ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਇਹ ਪੂਰਾ ਸ਼ਬਦ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੈ :

ਅਛਲ ਛਲਾਈ ਨਹ ਛਲੈ ਨਹ ਘਾਉ ਕਟਾਰਾ ਕਰਿ ਸਕੈ॥
ਜਿਉ ਸਾਹਿਬੁ ਰਾਖੈ ਤਿਉ ਰਹੈ ਇਸੁ ਲੋਭੀ ਕਾ ਜੀਉ ਟਲ ਪਲੈ॥1॥
ਬਿਨੁ ਤੇਲ ਦੀਵਾ ਕਿਉ ਜਲੈ॥1॥
॥ ਰਹਾਉ ॥

ਪੋਥੀ ਪੁਰਾਣ ਕਮਾਈਐ॥ ਭਉ ਵਟੀ ਇਤੁ ਤਨਿ ਪਾਈਐ ॥
ਸਚੁ ਬੂਝਣੁ ਆਣਿ ਜਲਾਈਐ॥2॥

ਇਹੁ ਤੇਲੁ ਦੀਵਾ ਇਉ ਜਲੈ ॥

ਕਰਿ ਚਾਨਣੁ ਸਾਹਿਬ ਤਉ ਮਿਲੈ॥1॥
॥ ਰਹਾਉ ॥
ਇਤੁ ਤਨਿ ਲਾਗੈ ਬਾਣੀਆ॥
ਸੁਖੁ ਹੋਵੈ ਸੇਵ ਕਮਾਣੀਆ ॥
ਸਭ ਦੁਨੀਆ ਆਵਣ ਜਾਣੀਆ॥3॥

ਵਿਚਿ ਦੁਨੀਆ ਸੇਵ ਕਮਾਈਐ ॥
ਤਾ ਦਰਗਹ ਬੈਸਣੁ ਪਾਈਐ॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਬਾਹ ਲੁਡਾਈਐ ॥4॥33॥

ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਅਛਲ ਹੈ। ਨਾ ਕੋਈ ਉਸ ਨਾਲ ਛਲ ਕਪਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਕੋਈ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਪੁਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਉਹ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਰਖੇ, ਉਸੇ ਤਰਾਂ ਰਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਲਾਲਚ ਵਿਚ ਪੈਣ ਨਾਲ ਮਨ ਇਧੱਰ ਉਧੱਰ ਵਿਅਰਥ ਭਟਕਦਾ ਰਹੇਗਾ, ਕੁਝ ਮਿਲਣਾ ਨਹੀਂ। ਮਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤਾਂ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ ਜੇ ਅਸੀਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈ ਕੇ ਇਸ ਅੰਦਰ ਗਿਆਨ ਦਾ ਦੀਵਾ ਜਗਾਈਏ। ਪਰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੇਲ ਦੇ ਬਿਨਾ ਦੀਵਾ ਜਲਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਗਿਆਨ ਦਾ ਤੇਲ ਪਾ ਕੇ ਦੀਵਾ ਜਲਾਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਗਿਆਨ ਦੇ ਸੋਮਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ, ਗਿਆਨ ਦੇ ਤੇਲ ਵਿਚ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਭਉ ਦੀ ਵੱਟੀ ਮਨ ਵਿਚ ਰਖੀਏ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਸਮਝੀਏ। ਨਾਲ ਦੀ ਨਾਲ, ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਇੱਜ਼ਤ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲ ਸਕਣਗੇ। ਵਰਨਾ ਮਨੱਖੀ ਜੀਵਨ ਭਟਕਣਾ ਵਿਚ ਹੀ ਆਉਂਦਾ ਜਾਂਦਾ ਰਹੇਗਾ।

ਸਰਦਾਰਨੀ ਕਿਰਪਾਲ ਕੌਰ ਨੇ ਗਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਤੇ ਗਿਆਨੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਪੇਂਟਿੰਗ ਦੀ ਮੁਹਾਰਤ ਹਾਸਲ ਕਰ ਕੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਖੁੱਲੇ ਫਰੀ ਸਿਲਾਈ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ, ਗਰੀਬ ਲੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ।

ਕੈਨੇਡਾ ਆ ਕੇ ਇਕ ਫੈਕਟਰੀ ਵਿਚ ਕਈ ਸਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਗੁਰੂ ਦਾ ਲੜ ਨਹੀਂ ਛੱਡਿਆ। ਸਿੱਖ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖਣ ਅਤੇ ਲੈਕਚਰ ਦੇਣ ਦਾ ਸ਼ੌਕ ਹੈ। ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਬੀਬੀ ਕਿਰਪਾਲ ਕੌਰ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਇਸ ਉਪੁਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਸਨਮੁਖ ਰਖਦਿਆਂ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪਰੋਏ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਲਈ ਜਿਹੜੇ ਵਿਸ਼ੇ ਚੁਣੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਇਹ ਹਨ : ਕਾਲ (ਜਨਮ ਉਤੇ ਮਰਨ), ਚਾਰ ਜੁਗ, ਮਨੁੱਖੀ ਕਾਇਆ, ਸਿਰ ਦੇ ਲੇਖ, ਮਨ ਦੇ ਫੁਰਨੇ, ਦੂਜਾ ਭਾਉ, ਨਿੰਦਕ, ਗੀਤ ਤੇ ਪ੍ਰੀਤ, ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲਣ ਦਾ ਚਾਉ, ਅਰਦਾਸ, ਜੋਗ ਦਾ ਸਹੀ ਤਰੀਕਾ, ਸੱਚੀ ਭਗਤੀ, ਨਾਮ, ਹੰਕਾਰ, ਬਿਬੇਕ, ਗੁਰ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਮਹੱਤਾ, ਅਮ੍ਰਿਤ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਅਵਸਥਾ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਗਹਿਰਾਈ ਤਕ ਉਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾ ਕੇ, ਉਸ ਦੇ (ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤ ਅਨੁਸਾਰ) ਦੱਸੇ ਮਾਰਗ ਦੇ ਨਿਜੀ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤੇ ਹੋਣ। ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਤੋਂ ਕਈ ਨਵੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗੇਗਾ। ਹਰ ਗੁਰਸਿੱਖ ਘਰ ਵਿਚ ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਸਿਰਫ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦਾ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ – ਯਾਤਰੀ
ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ
ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਸਰਦਾਰ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਐਡਮਿੰਟਨ (ਕੈਨੇਡਾ)

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਹੀ, ਤੇ ਮੂੰਹ ਹਨੇਰੇ ਹੀ। ਪੂਰਬ ਦੀ ਬਾਰੀ ਚੋਂ, ਤਾਰਿਆਂ ਦੀ ਖਾਰੀ ਚੋਂ।
ਪੁਨਿੰਆ ਦੇ ਚੰਨ ਜਿਹਾ, ਚਾਨਣ ਦਾ ਬੰਨ੍ਹ ਜਿਹਾ। ਖਿੜਿਆ ਕੋਈ ਨੂਰ ਜਿਹਾ, ਅਦਭੁਤ ਕੋਹਤੂਰ ਜਿਹਾ।
ਜਗਮਗ ਭਰਪੂਰ ਜਿਹਾ, ਚਾਨਣ ਦਾ ਪੂਰ ਜਿਹਾ। ਘੁੱਪ ਘੇਰ ਹਨੇਰੇ ਚੋਂ, ਆਕੇ ਮੁਸਕਾਂਦਾ ਏ।
ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।

ਸਰਘੀ ਦੀ ਲਾਲੀ ਚੋਂ, ਗਗਨਾ ਦੀ ਥਾਲੀ ਚੋਂ। ਇਕ ਨੂਰ ਉਲਰਦਾ ਏ, ਸੁਹਲ ਪਗ ਧਰਦਾ ਏ।
ਜੰਗਲ ਵਿਰਾਨਾ ਤੇ, ਪਰਬਤ ਮੈਦਾਨਾ ਤੇ। ਸਰਸਬਜ਼ ਬਹਾਰਾਂ ਤੇ, ਫੁੱਲਾਂ ਤੇ ਖਾਰਾਂ ਤੇ।
ਸਾਗਰ ਦੀ ਛੱਲ ਉੱਤੇ, ਰੇਤੀਲੇ ਥਲ ਉੱਤੇ। ਮਹਿਲਾਂ ਤੇ ਝੁਗੀਆ ਤੇ, ਤਕਦੀਰਾਂ ਸੁਤੀਆਂ ਤੇ।
ਰਹਿਮਤ ਵਰਸਾਂਦਾ ਏ।
ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।

ਅਕਲਾਂ ਦੇ ਕੋਟਾਂ ਤੇ, ਦਿੱਲਾਂ ਦੇ ਖੋਟਾਂ ਤੇ। ਮਜ਼ਹਬੀ ਜਨੂੰਨਾਂ ਤੇ, ਜਾਬਰ ਕਨੂੰਨਾਂ ਤੇ।
ਵੱਲੀਆਂ ਦੀਵਾਰਾਂ ਤੇ, ਤੰਗ ਨਜ਼ਰ ਮਜ਼ਾਰਾਂ ਤੇ। ਕੌਮਾਂ ਦੀਆ ਵੰਡਾਂ ਤੇ, ਕੂੜਾਂ ਦੀਆਂ ਪੰਡਾਂ ਤੇ।
ਮਹਿਨਤ ਦੇ ਢਾਰੇ ਤੇ, ਲੁੱਟ ਦੇ ਚੋਬਾਰੇ ਤੇ। ਕਿਰਤੀ ਕਿਰਸਾਨਾ ਤੇ, ਲੋਟੂ ਸ਼ੈਤਾਨਾਂ ਤੇ।
ਉਹ ਝਾਤੀ ਪਾਂਦਾਂ ਏ ।
ਤੇ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।

ਸ਼ਾਹਾਂ ਤੇ ਖਾਨਾ ਤੇ, ਜ਼ਾਲਮ ਹੈਵਾਨਾ ਤੇ। ਦੁਖੜੇ ਤੇ ਰੰਜਾਂ ਤੇ, ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਆ ਜੰਞਾਂ ਤੇ।
ਨੇਜ਼ੇ ਦੀ ਚਿਲਕਣ ਤੇ, ਮਾਸੂਮ ਦੀ ਵਿਲਕਣ ਤੇ। ਤੋਪਾਂ ਤੇ ਬੰਬਾਂ ਤੇ, ਕੀਮਾਂ ਹਏ ਅੰਗਾਂ ਤੇ।
ਬਿਖਰੇ ਸੰਧੂਰਾਂ ਤੇ, ਖੰਡਰਾਂ ਮਨੂੰਰਾਂ ਤੇ। ਢਹਿ ਢੇਰੀ ਛੱਤਾਂ ਤੇ, ਲੁੱਟ ਗਈਆ ਪੱਤਾਂ ਤੇ।
ਅਥਰੂ ਵਰਸਾਂਦਾ ਏ ।
ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।

ਉਹ ਅਜ ਵੀ ਸੱਜਣ ਦੇ ਜਦ ਬੂਹੇ ਵੜਦਾ ਏ, ਤਾਂ ਸੱਜਣ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੋਕੇ ਉਹਨੂੰ ਅੰਦਰ ਖੜਦਾ ਏ।
ਉਹਦੀ ਆਰਤੀ ਕਰਦਾ ਏ, ਉਹਦੇ ਸੋਹਿਲੇ ਪੜ੍ਹਦਾ ਏ। ਉਹ ਪਾਠ ਰਖਾਂਦਾ ਏ, ਤੇ ਭੋਗ ਪਵਾਂਦਾ ਏ।
ਪਰ ਅੰਦਰ ਵੰਨੀ ਉਹ, ਖਿਸਕਾ ਕੇ ਕੰਨੀ ਉਹ। ਮਜ਼ਲੂਮ ਦੀ ਗਰਦਨ ਤੇ, ਜਦ ਛੁਰੀ ਚਲਾਂਦਾ ਏ।
ਬਾਬਾ ਕੁਰਲਾਂਦਾ ਏ ।
ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।

ਉਹ ਅਜ ਵੀ ਕਿਸੇ ਭੋਜ, ਦੇ ਵਿਚ ਜਦ ਪੁੱਜਦਾ ਏ। ਕਿਰਤੀ ਦਾ ਉਥੇ ਵੀ, ਬਸ ਮਾਸ ਹੀ ਭੁੱਜਦਾ ਏ।
ਲਾਲੋ ਦੀ ਮਜ਼ਦੂਰੀ, ਤੇ ਭਾਗੋ ਦੀ ਚੂਰੀ। ਲਾਲੋ ਦੀ ਮਜਬੂਰੀ, ਭਾਗੋ ਦੀ ਮਹਿ ਬੂਰੀ।
ਇਹ ਮੁੜ੍ਹਕਾ ਡੋਲ੍ਹਦਾ ਏ, ਉਹ ਰੱਤ ਨਿਚੋੜਦਾ ਏ। ਉਹ ਭੁੱਖਣ ਭਾਣਾ ਹੀ, ਤੇ ਜੀਅ ਭਿਆਣਾ ਹੀ।
ਉੱਥੋਂ ਉੱਠ ਆਉਂਦਾ ਏ ।
ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।

ਉਹ ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਵੇਹੜੇ , ਤਕਦਾ ਉਹੀਓ ਝੇੜੇ। ਧੜਿਆ ਗੁੱਟਬੰਦੀਆਂ ਨੇ, ਪਾਈਆ ਅਜ ਵੰਡੀਆਂ ਨੇ।
ਸੱਚੇ ਲਾਚਾਰ ਬਣੇ, ਕੂੜੇ ਸਿਕਦਾਰ ਬਣੇ। ਉਹ ਬਾਬਿਆ ਭਾਈਆਂ ਨੇ, ਅੱਜ ਹੱਟੀਆਂ ਪਾਈਆਂ ਨੇ।
ਉਹ ਰਾਮ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ, ਰਲਕੇ ਮਸਜਿਦ ਢਾਹੀ, ਰਹੀਮ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ, ਮੰਦਰ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਈ।
ਤਕ ਤਕ ਰੋਹ ਖਾਂਦਾ ਏ ।
ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।

ਉਹ ਹੰਭ ਕੇ ਆ ਬਹਿੰਦਾ, ਤੇ ਲਾਲੋ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦਾ। ਅੱਜ ਪਾਪਾ ਦੀਆ ਜੰਵਾਂ, ਹਰ ਪਾਸੋਂ ਆਈਆਂ ਨੇ।
ਤੇ ਸ਼ਰਮਾਂ ਧਰਮਾ ਨੇ, ਖ਼ੁੱਦ ਲੋਈਆ ਲਾਹੀਆਂ ਨੇ। ਪਰ ਤੂੰ ਮਨ ਘੜਦਾ ਰਹੁ, ਇਹੀਓ ਕੰਮ ਤੇਰਾ ਏ।
ਤੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਚਲਦਾ ਹਾਂ, ਅਜੇ ਸਫ਼ਰ ਬਥੇਰਾ ਏ । ਕਹਿ ਫ਼ਤਿਹ ਬੁਲਾਂਦਾ ਏ ।

ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।
ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ, ਉਹ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਏ ।

ਗ਼ਜ਼ਲ

ਕਿਹੜੀ ਕਲਮ ਨਾਲ ਤੈਨੂੰ ਪੈਗਾਮ ਲਿਖਾਂ?

ਸਰਦਾਰਨੀ ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ, ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)

ਕਿਹੜੀ ਕਲਮ ਨਾਲ ਤੈਨੂੰ ਪੈਗਾਮ ਲਿਖਾਂ?
ਦਿਲ ਦੇ ਵਰਕੇ ਉੱਤੇ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਲਿਖਾਂ।

ਤੂੰ ਹੈਂ ਇੱਕ ਪਰ ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕਾਂ ਨੇ,
ਅੱਲਾ, ਨਾਨਕ, ਗੋਬਿੰਦ ਜਾਂ ਫਿਰ ਰਾਮ ਲਿਖਾਂ
ਨੀਹਾਂ ਵਿੱਚ ਖਲੋ, ਜੋ ਸਿਦਕੋਂ ਡੋਲੇ ਨਾ,
ਕਲਮ ਨੂੰ ਕੰਬਣੀ ਛਿੜਦੀ, ਕਿੰਝ ਪ੍ਰਣਾਮ
ਲਿਖਾਂ ?

ਕਿਹੜੇ ਕਿਹੜੇ ਸ਼ਖਸ ਨੂੰ ਮੈਂ ਉਪਰਾਮ ਲਿਖਾਂ?
ਚਹੁੰ ਛਿੱਲੜਾਂ ਦੀ ਖਾਤਿਰ ਪਾਪ ਕਮਾਇਆ
ਜਿਸ, ਉਸ ਗੰਗੂ ਨੂੰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਨਮਕ ਹਰਾਮ
ਲਿਖਾਂ?

ਸਾਹਾਂ ਵਾਲੀ ਡੋਰ ਦਿਨੋ ਦਿਨ ਛਿੱਜ ਰਹੀ,
ਲੰਬੀ ਉਮਰਾ ਕਿ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸ਼ਾਮ ਲਿਖਾਂ?
ਮੁਰਝਾਇਆ ਹਰ ਚਿਹਰਾ ਏਸ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿੱਚ,
ਜਿੱਥੇ ਜਿੱਥੇ 'ਦੀਸ਼' ਗੁਰਾਂ ਨੇ ਪੈਰ ਧਰੇ,
ਉਹਨਾਂ ਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਮੈਂ ਗੁਰਧਾਮ ਲਿਖਾਂ।

ਕਿਹੜੀ ਕਲਮ ਨਾਲ ਤੈਨੂੰ ਪੈਗਾਮ ਲਿਖਾਂ?

ਗੁਰਬਾਣੀ ਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਵਿਚ ਧਰਤੀ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਸਮਾਨਤਾ:
ਭਾਗ – 1 : ਵਿਗਿਆਨ ਅਨੁਸਾਰ ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਜ਼ਮੀਨ

ਡਾ. ਸਰਦਾਰ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ, ਐਡਮਿੰਟਨ (ਕੈਨੇਡਾ)

ਮਹਾਂਨ ਕੋਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਧਰਤਿ/ਧਰਤੀ ਦਾ ਅਰਥ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ, ਪ੍ਰਿਥਿਵੀ, ਜ਼ਮੀਨ, ਭੂਮਿ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਂਸ਼ਟਰ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸੰਗਠਨ (FAO) ਦਾ ਨਾਹਰਾ, **'ਜ਼ਮੀਨ (soil), ਜਿਥੇ ਜੀਵਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੂੰਦਾ ਹੈ।'**

ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ

ਜ਼ਮੀਨ, ਧਰਤੀ ਉਪਰ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਬਣੀ ਤਹਿ, ਜਿਸਦਾ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਖੇਤਰਫਲ 1 ਮੀਟਰ ਤੇ ਡੂੰਗਾਈ 0.10 ਮੀਟਰ ਹੋਵੇ। ਇਹ 2 ਮਿਲੀਮੀਟਰ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਕਣਾਂ (ਰੇਤ, ਭਲ ਤੇ ਚੀਕਣਾਂ ਮਾਦਾ), ਖਣਿਜ, ਤੇ ਜੈਵਿਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਵਿਚ ਪੌਦਿਆਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਤੇ ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਹੋਵੇ। ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਛੋਟੇ ਹਿਸੇ ਨੂੰ ਨਮੂੰਨਾ ਕਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਜੇਕਰ ਧਰਤੀ ਦਾ ਕੋਈ ਹਿਸਾ ਉਪਰਲੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੁਰੀਆਂ ਨ ਕਰੇ ਤਾਂ ਉਹ ਜ਼ਮੀਨ (soil) ਨਹੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਧਰਤੀ (earth) ਦੇ ਉਪਰ ਜਾਂ ਥੱਲੇ ਰੋੜੇ, ਪੱਥਰ, ਮਿੱਟੀ, ਆਦਿ।

ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਕਿਸਮ

ਰੇਤਲੀ, ਮੈਰਾ, ਚੀਕਨੀ, ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਸਮ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਪੱਥਰਾਂ, ਮੌਸਮ, ਢਲਾਂਣ, ਬਨਸਪਤੀ, ਤੇ ਸਮਾਂ; ਅਤੇ ਰੇਤ (2–0.05 ਮਿਲੀਮੀਟਰ), ਭਲ (0.05–0.002 ਮਿਲੀਮੀਟਰ) ਤੇ ਚੀਕਣਾਂ ਮਾਦਾ। (<0.002 ਮਿਲੀਮੀਟਰ) ਦੀ ਅਨੁਪਾਤ ਉਪਰ ਨਿਰਭਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ (ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਤੇ ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ) ਕਿਸਮ ਉਪਰ ਨਿਰਭਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਟਿਲਤਾ

ਸਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਜਟਿਲਤਾ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾ:

ਜਮੀਨ ਦੀ 2.5 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਤਹਿ ਬਣਨ ਲਈ ਤਕਰੀਬਨ 500 ਸਾਲ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ 20,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਣੂਆਂ (ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਉਲੀ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਰੋਗਾਣੂ) ਅਤੇ ਕੁਝ ਜੀਵਾਂ (ਗਡੋਏ, ਕੀੜੇ, ਚੂਹੇ, ਆਦਿ) ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਚਿਮਚੇ ਮਿੱਟੀ ਵਿਚ ਸੂਖਮ ਜਿਵਾਣੂੰਆਂ ਤੇ ਜੀਵਾਂ ਕੁਲ ਗਿਣਤੀ ਕਈ ਕਰੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।(ਵੇਖੋ ਚਿੱਤਰ)।

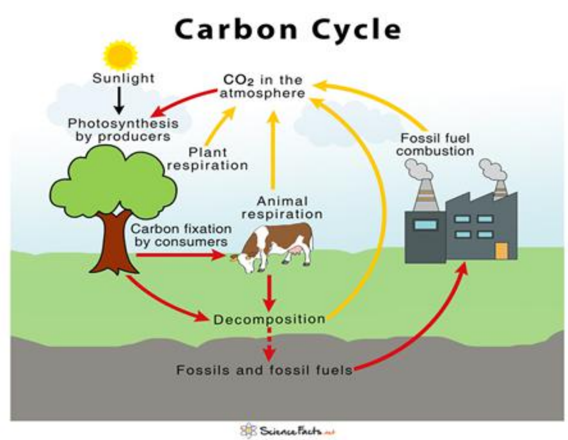
ਇਕ ਚਿਮਚਾ ਮਿੱਟੀ ਵਿਚ ਕਿਨੇਂ ਜੀਵਾਣੂੰ?

ਉਪਰ ਲਿਖੇ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤੱਤ ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਣੇ ਅਕਾਰਗਨਿਕ (inorganic), ਅਤੇ ਜੈਵਿਕ (organic) ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਮਿਸ਼ਰਣ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਇਕ ਲਿਟਰ ਠੋਸ ਕਣਾਂ ਦਾ ਭਾਰ 2.65 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਇਕ ਲਿਟਰ ਦਾ ਭਾਰ 1-1.5 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚ 40-58% ਠੋਸ ਕਣ ਅਤੇ 42-60% ਪਾਣੀ+ਹਵਾ ਦੀ ਮਿਕਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। **ਇੱਕ ਕਿਲੇ (ਏਕੜ) ਵਿਚ ਉਪਰਲੀ 0.15 ਮੀਟਰ ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਭਾਰ 6070-9106 ਕੁਇੰਟਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

ਇਕ ਗਰਾਮ ਚੀਕਨੇਂ ਮਾਦੇ ਦਾ ਸਤਹ ਖੇਤਰ 12.5 ਤੋਂ 750 ਮੀਟਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਵਰਗ ਮੀਟਰ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ 0.15 ਮੀਟਰ ਉਪਰਲੀ ਤਹਿ ਲਈ 46.6 ਤੋਂ 2799 ਕਰੋੜ ਮੀਟਰ ਦੇ ਬਰਾਬਰਹੈ।ਵਿਸ਼ਵ-ਵਿਦਿਆਲਿਆਂ ਵਿਚ ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਤੇ ਠੀਕ ਤਰਾਂ ਵਰਤ ਕੇ ਚੰਗੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਲੈਂਣ ਲਈ ਵਖਰੇ ਭੂਮੀ ਵਿਭਾਗ ਵੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਜਟਿਲਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਕੰਮ

ਮਾਂ ਵਾਂਗ ਜਮੀਂਨ ਪੌਦਿਆਂ ਤੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਸਭ ਕੁਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ: ਪੌਦਿਆਂ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿਸਿਆਂ ਤੇ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚਲੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਤੇ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਵੱਧਣ ਫੁਲਣ ਲਈ ਨਿਵਾਸ ਸਥਾਂਨ, ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਤੇ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ। ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਤੇ ਪਾਣੀ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚੋਂ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਮਨੁਖਾਂ ਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਰਹਿਣ, ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਮਾਰਤਾਂ ਲਈ ਜਗਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਪੌਦਿਆਂ ਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਰਹਿੰਦ ਖੂੰਦ ਨੂੰ ਗਾਲ ਕੇ ਪੌਦਿਆਂ ਲਈ ਖੁਰਾਕ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜਮੀਨ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਣੂੰ ਤੇ ਜੀਵ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੇ ਪੌਦਿਆਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਖਾ ਕੇ ਜਾਂ ਵਰਤ ਕੇ ਆਪਣਾਂ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬਾਕੀ ਜੀਵ ਪੌਦਿਆਂ ਤੋਂ ਖੁਰਾਕ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਚਲਦਾ ਹੈ।



ਕਾਰਬਨ ਚਕਰ ਜਮੀਨ ਤੋਂ ਪੌਦਿਆਂ ਤੇ ਜੀਵਾਂ ਲਈ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਤੇ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦ੍ਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ

ਪੌਦਿਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤੇ ਜਰੂਰੀ ਤੱਤ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚੋਂ

ਪੌਦੇ 90 ਤੱਤ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ 17 ਤੱਤ ਜੀਵਨ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਹਨ। **3 ਜਰੂਰੀ ਤੱਤ ਹਵਾ ਵਿਚੋਂ:** ਕਾਰਬਨ, ਹਾਈਡਰੋਜਨ, ਤੇ ਆਕਸੀਜਨ, ਸੂਰਜ ਦੀ ਊਰਜਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਰਾਹੀ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਔਕਸਾਈਡ ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੰਸਲੇਸ਼ਣ (Photosynthesis) ਰਾਹੀਂ।

14 ਜਰੂਰੀ ਤੱਤ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚੋਂ ਜੜਾਂ ਰਾਹੀਂ:

ਮੁੱਖ ਤੱਤ (3): ਨਾਈਟ੍ਰੋਜਨ, ਫਾਸਫੋਰਸ, ਤੇ ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ। **ਸਹਾਇਕ ਤੱਤ (3):** ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ, ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ, ਤੇ ਸਲਫਰ। **ਸੂਖਮ ਤੱਤ (8):** ਜ਼ਿੰਕ, ਮੈਂਗਨੀਜ਼, ਲੋਹਾ, ਮੌਲੀਬਿਡਨਮ, ਬੋਰੋਨ, ਕਲੋਰਾਈਡ, ਤਾਂਬਾ, ਤੇ ਨਿਕੱਲ। ਬਹੁਤੇ ਪੌਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜੜਾਂ ਸਾਹ ਲਈ ਧਰਤੀ ਵਿਚੋਂ ਔਕਸੀਜਨ ਵੀ ਲੈਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਪੌਦੇ (ਝੋਨਾਂ ਆਦਿ) ਹੀ ਪਤਿਆਂ ਤੋਂ ਜੜਾਂ ਨੂੰ ਔਕਸੀਜਨ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚ ਪੌਦਿਆਂ ਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਰਹਿੰਦ ਖੂੰਦ ਨੂੰ ਗਾਲਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ

ਗਾਲਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਧਰਤੀ ਤੇ ਜੀਵਨ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਨਾ ਧਰਤੀ ਮਰੇ ਹੋਏ ਪੌਦਿਆਂ ਤੇ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਪਹਾੜਾਂ ਹੇਠ ਨੱਪੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਕਰਿਆਿ ਵਿਚ: ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚਲੇ ਵਡੇ ਜੀਵ (ਗਡੋਏ, ਕੀੜੇ, ਚੂਹੇ, ਆਦਿ) ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਛੋਟੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਵਿਚ ਤੋੜਦੇ ਹਨ। ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਣੂੰ (ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਉਲੀ, ਐਕਟੀਨੋਮਾਈਸੀਦਸ, ਆਦਿ) ਛੋਟੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਰਾਂ ਇਹ ਕਾਰਬਨ, ਪਾਣੀ, ਅਤੇ ਬੂਟਿਆਂ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਤੱਤ, ਤੇ ਅਸਥਿਰ ਜੈਵਿਕ ਤੱਤ ਬਣਾਂਉਂਦੇ ਹਨ।

ਅਸਥਿਰ ਜੈਵਿਕ ਪਦਾਰਥ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਜਰੂਰੀ ਤੱਤ ਤੇ ਪਾਣੀ ਪੌਦੇ ਵਰਤ ਲੈਦੇ ਹਨ। ਬਾਕੀ ਗਲ ਕੇ ਸਥਿਰ ਜੈਵਿਕ ਪਦਾਰਥ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਥਿਰ ਜੈਵਿਕ ਪਦਾਰਥ ਦਾ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਸਦੀਆਂ ਤਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ, ਬੂਟਿਆਂ ਲਈ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਮੀਂਨ ਦੀ ਬਣਤਰ ਵਿਚ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਰੁੜਨ ਜਾਂ ਡੂੰਘਾ ਜਾਂਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਰੁੜਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਖਤ ਹੋਂਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਜਿਆਦਾ ਤੇਜਾਬੀ ਜਾਂ ਖਾਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕਾਲਾ ਰੰਗ ਸਥਿਰ ਜੈਵਿਕ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਉਪਸਥਿਤੀ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਗਿਆਨ ਅਨੁਸਾਰ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮਾਂ ਵਾਂਗ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਪਾਲਦੀ **ਹੈ।**

(ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜ਼ਮੀਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਭਾਗ-2 ਵਿਚ ਪੜੋ ਜੀ)

Transforming Senior Care: How AI is Shaping the Future of Aging

Dr. Devinder Pal Singh, Mississauga, Ontario (Canada)

As the global population ages, ensuring seniors' health and independence becomes a growing challenge. Advances in AI offer solutions and transformative possibilities for senior care, impacting health monitoring, medical diagnosis, social engagement, and daily living assistance. This article explores how AI can empower seniors, focusing on health benefits, independence, and the potential challenges and ethical concerns these technologies raise.

1. Health Monitoring and Management

AI's continuous health monitoring provides seniors with critical support in managing chronic conditions such as diabetes, hypertension, and heart disease. By tracking vital signs, monitoring medication adherence, and delivering real-time data to caregivers, AI devices promote a proactive approach to health management, offering seniors reassurance and peace of mind.

AI-enabled wearable devices, such as smartwatches and fitness trackers, can monitor heart rate, blood pressure, and glucose levels. These devices alert healthcare providers or family members in emergencies, such as irregular heart rhythms. Additionally, they can remind seniors to take their medications, reducing the risk of missed doses and improving health outcomes. AI can predict potential health issues before they become critical. By analyzing health data patterns, AI algorithms can assess risks, such as falls or infections, and enable early intervention. For instance, AI can analyze gait and balance to predict falls, allowing caregivers to implement preventive measures that reduce hospitalizations.

2. Enhancing Medical Diagnosis and Treatment

AI also holds the potential to revolutionize medical diagnosis and treatment for seniors by processing vast amounts of data with speed and accuracy, assisting doctors in creating more personalized treatment plans. AI algorithms can analyze medical images like X-rays and MRIs with remarkable precision, detecting anomalies that may go unnoticed by humans. AI can identify early signs of Alzheimer's disease or certain cancers, allowing for earlier interventions and improved outcomes. AI supports personalized medicine by analyzing a patient's genetic, lifestyle, and medical history data to recommend tailored treatments. This leads to more effective and targeted therapies with fewer side effects, improving seniors' overall quality of life.

3. Promoting Independence in Daily Living

AI technologies help seniors maintain independence by assisting them with daily activities, enabling them to live independently for extended periods. AI-powered smart home technology can create safer living environments for seniors. Voice-activated assistants like Amazon's Alexa or Google Assistant help seniors set reminders, make calls, and control home appliances. AI-based security systems can detect unusual activity and alert caregivers in emergencies like fires or break-ins. Assistive robots can aid seniors with mobility and daily tasks, such as getting out of bed, bathing, or preparing meals. Some advanced robots use AI to learn and adapt to a person's specific needs, providing personalized assistance that enhances quality of life.

4. Social Engagement and Mental Health

Social isolation is a common problem among seniors, particularly those living alone. AI can significantly improve social engagement and mental health. AI-powered virtual companions like chatbots and robotic pets offer emotional support and companionship. These companions can engage in conversations, play games, and provide reminders, helping to alleviate loneliness. AI applications can provide cognitive stimulation through games and activities designed to keep the mind active. These tools can also offer therapeutic activities for seniors with dementia, helping to improve memory and cognitive function.

5. Challenges and Ethical Considerations

While AI offers many benefits, several challenges and ethical issues must be addressed to ensure its responsible use in senior care. AI-driven health monitoring and home automation raise data privacy and security concerns. Personal health information must be protected from unauthorized access and misuse. Ensuring strong data encryption and access controls is crucial to safeguarding seniors' privacy.

AI technologies should be designed considering seniors' needs and capabilities. This includes creating user-friendly interfaces and ensuring accessibility for individuals with varying levels of technical expertise. Providing training and support for seniors and caregivers is essential to maximizing the benefits of these technologies. Transparency, accountability, and fairness are vital in the ethical use of AI in senior care. Algorithms should be free of biases that could negatively affect certain groups of seniors. Clear guidelines and regulations are necessary to protect seniors' rights and well-being in healthcare settings.

Conclusion

In conclusion, AI has the potential to significantly enhance seniors' health and independence, offering solutions for health monitoring, medical diagnosis, daily living assistance, and social engagement. By leveraging AI technologies, seniors can enjoy better health outcomes, greater independence, and an improved quality of life. However, addressing AI's challenges and ethical concerns is crucial to ensuring these technologies are used responsibly and effectively. As AI continues to evolve, it promises to transform senior care, empowering seniors to live healthier, more independent lives.

....

Dr. Devinder Pal Singh, M.Sc. Ph.D. is the Director of Canbridge Learning Center, Mississauga, ON, Canada

.

ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਦੇ ਜੁਮੇਵਾਰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਗਿਆਨੀ ਤੇ ਮਾਹਰ - ਭਾਗ 2

ਪੇਂਡੂ ਤੇ ਖੇਤੀ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਮੋਢੀ:
ਡਾ. ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ (ਫਰਵਰੀ 1909 ਤੋਂ ਮਾਰਚ 1986)

ਡਾ. ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਨੇਂ 1934 ਤੋਂ ਭਾਰਤੀ ਸਿਵਲ ਸੇਵਾ (ICS) ਵਿੱਚ ਸੰਯੁਕਤ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਛੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ 'ਤੇ 1945 ਵਿੱਚ ਇੰਪੀਰੀਅਲ ਕੌਂਸਲ ਆਫ਼ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਰਿਸਰਚ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਬਣੇ। 1946 ਤੋਂ 1949 ਤੱਕ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਵਜੋਂ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਆਸਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਵਧੀਆ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ADG/DG (ਮੁੜ ਵਸੇਬਾ) ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਕਮਿਸ਼ਨਰ 'ਤੇ ਪੁਨਰਵਾਸ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਵਜੋਂ, ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵਸਾਉਣ ਦੀ ਜੁਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਈ। ਐਂਗਲੋ ਸਿੱਖ ਵਾਰ ਮੈਮੋਰੀਅਲ (Anglo-Sikh War Memorial) ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਟੂਰਿਜ਼ਮ ਹੋਟਲਾਂ ਦੀ ਲੈਂਡਸਕੇਪਿੰਗ ਲਈ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ।

Dr M S RANDHAWA

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਵਜੋਂ ਲੈਂਡਸਕੇਪਿੰਗ, ਸਰਕਾਰੀ ਅਜਾਇਬ ਘਰ, ਆਰਟ ਗੈਲਰੀ, ਪੰਜਾਬ ਆਰਟਸ ਕੌਂਸਲ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ ਗਾਰਡਨ (Rose Garden) ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵਿਹਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਟੀ ਬਿਊਟੀਫੁੱਲ ਨੂੰ ਚਰਿੱਤਰ ਅਤੇ ਆਤਮਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ।

ਵਾਈਸ ਪ੍ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ (ਹੁਣ ਦੇ DG ਦੇ ਬਰਾਬਰ) ਇੰਡੀਅਨ ਕੌਂਸਲ ਆਫ਼ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਰਿਸਰਚ (ICAR), ਵਧੀਕ ਸਕੱਤਰ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਕੱਤਰ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ, ਅਤੇ DG ਉੱਚ ਉਪਜ ਤੇ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹਰੀ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਲਈ ਜ਼ਮੀਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ।

ਡਾ. ਰੰਧਾਵਾ 1968 ਤੋਂ 1976 ਤੱਕ ਪੰਜਾਬ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਪੀ. ਏ. ਯੂ) ਦੇ VC ਰਹੇ। 1968 ਵਿਚ ਸਿਰਫ਼ ਚਾਰ ਮੁੱਖ ਇਮਾਰਤਾਂ ਸਨ (ਥਾਪਰ ਹਾਲ, ਐਗਰੀਕਲਚਰ ਕਾਲਜ, ਪੀ.ਜੀ. ਬਿਲਡਿੰਗ ਅਤੇ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਇੰਜਨੀਅਰਿੰਗ ਕਾਲਜ)। ਅਕਤੂਬਰ 1970 ਵਿੱਚ ਪੁਰਾਣੇ ਪੀ. ਏ. ਯੂ (ਲੁਧਿਆਣਾ, ਹਿਸਾਰ ਅਤੇ ਪਾਲਮਪੁਰ ਕੈਂਪਸ) ਨੂੰ ਤੋੜ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਉਸ ਦੇ ਕੱਦ, ਅਗਵਾਈ ਅਤੇ ਨਿਰਣਾਇਕਤਾ ਸਦਕਾ ਤਕਰੀਬਨ ਰਾਤੋ ਰਾਤ ਲੁਧਿਆਣਾ ਵਿਖੇ ਵੈਟਰਨਰੀ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਕਈ ਪੋਸਟ-ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ। ਉਸ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਭੌਤਿਕ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚਾ ਬਣਿਆਂ। ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ICAR ਦੁਆਰਾ ਉਦਾਰ ਫੰਡਾਂ ਨਾਲ ਖੋਜ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋਇਆ। ਖੋਜ, ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਪ੍ਰਸਾਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਫੈਕਲਟੀ ਵਿਚ 35% ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ। ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਰਹੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਪਸ਼ੂ ਪਾਲਣ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਦਾਖਲਾ ਸਮਰੱਥਾ ਵਧਾਈ ਗਈ 'ਤੇ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਗਏ।

ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਗਿਆਨ ਦੇ ਤੀਜੇ ਥੰਮ੍ਹ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਡਾ. ਰੰਧਾਵਾ ਵਲੋਂ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਕਿਸਾਨ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ (District-level Farmers' Advisory Services) ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਮੇ ਵਿਚ ਪੀ.ਏ. ਯੂ. ਨੇ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਵਧਾਉਣ, ਡੇਅਰੀ ਅਤੇ ਪੋਲਟਰੀ ਨੂੰ ਵਿਸਤਾਰ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਮੁੱਖ ਧਾਰਾ ਵਿੱਚ ਲਿਆਂਦਾ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਤੁਰੰਤ ਅਪਣਾਇਆ।

ਪੰਜਾਬ ਭਾਰਤ ਦੀ ਰੋਟੀ ਦੀ ਟੋਕਰੀ (Bread Basket) ਅਤੇ ਪੀ. ਏ. ਯੂ. ਹਰੀ ਕ੍ਰਾਂਤੀ (Green Revolution) ਦੇ ਪੰਘੂੜੇ ਵਜੋਂ ਉੱਭਰੇ। ਉਹ ਪੀ. ਏ. ਯੂ. ਦਾ ਸੁਨਹਿਰੀ ਦੌਰ ਸੀ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੇ ਸਨ। ਜਨਤਕ ਭਲੇ ਲਈ ਪੀ. ਏ. ਯੂ. ਨੂੰ ਬਾਹਰਮੁਖੀ, ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਅਤੇ ਜੋਸ਼ ਨਾਲ ਚਲਾਉਣ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਗਤੀ ਕਰ ਕੇ ਪੀ. ਏ. ਯੂ. ਨੇ ਅਗਲੇ 15 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਸੁਧਾਰਨ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਣ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਕਲਾ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਇਤਿਹਾਸ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਕੀਤਾ। ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਗੁਲਜ਼ਾਰ ਸੰਧੂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਛੇਵਾਂ ਦਰਿਆ ਕਿਹਾ। ਸਿਵਲ ਸੇਵਕ, ਵਿਗਿਆਨੀ, ਇਤਿਹਾਸਕਾਰ, ਅਤੇ ਕਲਾ ਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਮੋਟਰ ਡਾ. ਰੰਧਾਵਾ ਨੂੰ ਪਦਮ ਭੂਸ਼ਣ, ਇਨੋਵੇਟਰ ਇਨ ਐਗਰੀਕਲਚਰ ਆਨਰ, ਪੰਜਾਬ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਰੋਬ ਆਫ ਆਨਰ, ਰਾਇਲ ਐਗਰੋ-ਹਾਰਟੀਕਲਚਰਲ ਸੋਸਾਇਟੀ ਦੁਆਰਾ ਗ੍ਰਾਂਟ ਗੋਲਡ ਮੈਡਲ, ਅਤੇ Indian National Science Academy ਸਿਲਵਰ ਜੁਬਲੀ ਯਾਦਗਾਰੀ ਮੈਡਲ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪੁਰਸਕਾਰ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਮਿਲੇ।

ਲਿਖਤ : ਡਾ. ਸਰਦਾਰ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ, ਐਡਮਿੰਟਨ (ਕੈਨੇਡਾ)

Role of Elite in the Punjab Crisis

(Religious, economic, social, political and cultural degeneration of Punjab)

Dr. Sardar Sukhmander Singh

Professor, Santa Clara University, California (USA)

Abstract

During the last three decades, most of the educated elites of Punjab have been sending their children abroad. Upon retirement, they leave Punjab to be with their sons/daughters saying that there is nothing left in Punjab. Those who came abroad for advanced studies, never returned to pay for the education they received before coming here. This is a critical analysis of these. Today Punjab's intellectual and financial power exists outside.

The Armchair Sikhs

The first question is that when all these degenerations were taking place, did they make any effort to stem them. Did they write about it, organize reform movements or initiate any corrective action? There have been exceptions but very few. Most of them seem to have enjoyed their lives in the comfort zones provided by their secure jobs, except to focus on their promotions. Hence, they were part of the system that facilitated these degenerations.

We can lay Blame on :

(1) Politicians elected for money, but people get the leaders they deserve

(2) Open unchecked Corruption seeps down in every walk of life

(3) Lavish arriages/birthdays/parties, show-off encouraged by the rich elites

(4) Free flowing Liquor and other drugs, for want of employment base in Punjab

(5) After 1984 for trashy and non 'Sabat-soorat' Sikhs and the absence of Singh and Kaur with their names.

(6) Increasing vulgarity in the Punjabi Entertainment Industry, including the Punjabi films and plays.

It is tragic that upon a thorough search of written material, one could not find many write-ups on the above subjects, which could have brought about, in-depth analysis of the causes and suggest cures for Punjab's misery. Most of the attention and focus seem to have been spent on subjects of arts, poetry, language, literature, history and theology. This is not to devalue their contributions - some for spiritual quest, some for historic truth still others to show off their scholastic pursuits on these subjects. So be it. Even the Agricultural University seems to have not written much to warn against the onslaught of harmful insects on the new high yield breeds and hence the ever-increasing use of chemical fertilizers and the pesticide-sprays ruining the health of Punjabis.

If add all those who came here for advanced studies but never returned to pay back for the foundation education they received before coming here, makes the picture very gloomy. Those who attempted but came back frustrated and shut down all efforts to fix it but would criticize Punjab rather than suggesting/writing any solutions. This is not to deny that there have been exceptions. Some did write a few articles. Some diaspora Punjabis have funded projects back home especially on education and is commendable.

Diaspora Sikhs

The highly educated and well settled diaspora have been doing a creditable job professionally abroad. Lots of efforts are underway to spread wisdom related to Gurbani. Many of us have benefitted tremendously from the highly learned speakers on the seminars which often deal with clarifying profoundly theological aspects. All praise for that. Sadly, they would not allow any talks or presentations related to the above-mentioned problems, possibly due to the inconsistency of the subjects.

Suggestion

It is humbly suggested that once in a while there should be presentations or discussions on the solutions for the above-mentioned problems to help Punjab out of its misery. We owe this to our motherland - the land of our Gurus. This article is not meant to criticize any one segment of our society. There are several other contributing factors to the degeneration.

(E-mail : ssingh@scu.edu)

ਨੌਂਵੀਂ ਜੋਤਿ ਦੀ ਸ਼ਹਾਦਤ ਅਤੇ ਜੂਨ ਚੁਰਾਸੀ

ਈ ਦੀਵਾਨ ਸੋਸਾਇਟੀ, ਕੈਲਗਰੀ, ਵੱਲੋਂ 9 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਕਰਵਾਏ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ
(ਸੰਚਾਲਕ : ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ ਅਤੇ ਸੁਜਾਨ ਸਿੰਘ ਸੁਜਾਨ)

ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਜੀ ਦੇ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਿਹਾੜੇ ਅਤੇ ਚੁਰਾਸੀ ਦੇ ਦੁਖਾਂਤ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਇੱਸ ਆਨਲਾਈਨ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਵਿੱਚ ਕਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਕਵੀਆਂ ਨੇ ਰਚਨਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ। ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਭੱਟੀ ਨੇ ਸਭ ਨੂੰ 'ਜੀਅ ਆਇਆਂ' ਆਖਦੇ ਹੋਏ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਦੇ ਮਕਸਦ ਤੇ ਚਾਨਣਾ ਪਾਇਆ। ਆਰੰਭ ਟੋਰਾਂਟੋ ਤੋਂ ਅਮਿਤੋਜ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਨੁਰੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਰਸਭਿੰਨੇ ਕੀਰਤਨ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਪਰਨੀਤ ਕੌਰ, ਸਿਮਰਲੀਨ ਕੌਰ ਨੇ ਨੌਂਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਾਇਆ।

ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਪਹਿਲੇ ਕੈਲਗਰੀ ਤੋਂ ਸ੍ਰੀ ਰਵੀ ਜਨਾਗਲ ਨੇ ਸੰਤ ਰਾਮ ਉਦਾਸੀ ਦਾ ਲਿਖਿਆ ਗੀਤ "ਦਿੱਲੀਏ ਦਿਆਲਾ ਦੇਖ ਦੇਗ 'ਚ ਉਬਲਦਾ ਨੀ" ਗਾ ਕੇ ਸਰੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਚਾਂਦਨੀ ਚੌਕ ਲੈ ਆਂਦਾ। ਸਾਹਨੇਵਾਲ (ਭਾਰਤ) ਤੋਂ ਤਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ ਨੇ ਇਕ ਗੀਤ "ਸਾਡੇ ਛੇੜ ਨਾ ਜਖਮਾਂ ਨੂੰ, ਸਾਨੂੰ ਭੁੱਲਦੀ ਨਹੀਂ ਚੁਰਾਸੀ" ਰਾਹੀਂ ਨਵੰਬਰ '84 ਦੇ ਕਤਲੇਆਮ ਦੀ ਦਰਦ ਭਰੀ ਦਾਸਤਾਨ ਸੁਣਾਈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਕੌਰ ਜਲੰਧਰ ਨੇ "ਧਨੀ ਤੇਗ ਤੇ ਬਾਣੀ ਦੇ ਮਹਾਂ ਸਾਗਰ" ਕਵਿਤਾ ਰਾਹੀਂ ਨੌਂਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ। ਉਪਰੰਤ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ ਗੁਰਗੱਦੀ ਮਿਲਣ ਦਾ ਪ੍ਰਸੰਗ ਕੈਲਗਰੀ ਤੋਂ ਸਰੂਪ ਸਿੰਘ ਮੰਡੇਰ ਨੇ "ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਕੇ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਹਿਣ ਹਜੂਰ" ਕਵਿਤਾ ਰਾਹੀਂ ਸੁਣਾਇਆ। ਟੋਰਾਂਟੋ ਤੋਂ ਹਰਦਿਆਲ ਸਿੰਘ ਝੀਤਾ ਨੇ ਆਪਣੀ ਇਹ ਰਚਨਾ ਸੁਣਾਈ: "ਇਹ ਮਸਲਾ 'ਹੋਣ' ਦਾ ਨਹੀਂ, 'ਹੋਂਦ' ਦਾ ਯਾਰੋ" ਦਲਜੀਤ ਕੌਰ ਕੈਲਗਰੀ ਨੇ ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ ਦਾ ਗੀਤ "ਬਣ ਕੇ ਸਵਾਲੀ ਦਾਤਾ ਦਰ ਤੇਰੇ ਆਏ ਹਾਂ" ਨੇ ਕਸ਼ਮੀਰੀ ਪੰਡਤਾਂ ਦੀ ਪੁਕਾਰ ਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਦਰਸਾਇਆ। ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕਵਿਤਾ "ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰੀਐ" ਰਾਹੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਸਿਜਦਾ ਕੀਤਾ। ਸੁਜਾਨ ਸਿੰਘ ਸੁਜਾਨ ਟੋਰਾਂਟੋ ਨੇ ਇਕ ਗੀਤ "ਦੁਖੀਆਂ ਦੀ ਸੁਣ ਕੇ ਅਰਜ਼ੋਈ ਮੌਤ ਵਿਹਾਜਣ ਤੁਰਿਆ ਕੋਈ" ਤਰੰਨਮ ਵਿੱਚ ਗਾ ਕੇ ਸੁਣਾਇਆ।

ਦੂਸਰੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਰੂਪ ਸਿੰਘ ਮੰਡੇਰ ਨੇ ਕਵਿਤਾ "ਦੁਸ਼ਮਣ ਬਣ ਗਏ ਆਪਣੇ ਵਾੜ ਖੇਤ ਨੂੰ ਖਾ ਗਈ" ਸੁਣਾਈ। ਟੋਰਾਂਟੋ ਦੇ ਸੁਜਾਨ ਸਿੰਘ ਸੁਜਾਨ ਦੇ ਗੀਤ "ਸੀਸ ਉੱਤੇ ਆਰਾ ਰੱਖ ਕੇ ਜਦੋਂ ਜ਼ਾਲਮਾਂ ਨੇ ਆਰੇ ਨੂੰ ਚਲਾਇਆ। ਉਦੋਂ ਭਾਈ ਮਤੀ ਦਾਸ ਨੇ ਨੌਂਵੇਂ ਗੁਰਾਂ ਦਾ ਸੀ ਸ਼ੁਕਰ ਮਨਾਇਆ" ਨੇ ਸਰੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਭਾਵੁਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਦਾ ਅੰਤ ਜੈਕਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਹੋਇਆ। ਉਪਰੰਤ ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਭੱਟੀ ਅਤੇ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਕਵੀਆਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ, ਅਤੇ ਸੋਸਾਇਟੀ ਦੇ ਮੈਗਜ਼ੀਨ 'ਸਾਂਝੀ ਵਿਰਾਸਤ' ਲਈ ਰਚਨਾਵਾਂ ਭੇਜਣ ਲਈ ਵੀ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ। ਜੈਪੁਰ ਤੋਂ ਬ੍ਰਿਜਮਿੰਦਰ ਕੌਰ ਨੇ ਆਨੰਦ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਾਠ ਸੁਣਾਇਆ। ਪਰੰਪਰਾ ਅਨੁਸਾਰ ਜਗਬੀਰ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀ ਅਰਦਾਸ ਅਤੇ ਹੁਕਮਨਾਮੇ ਨਾਲ ਸਮਾਪਤੀ ਹੋਈ।

(ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰੁਪਾਲ)

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

Information about Sri Guru granth Sahib

Q5. How many Guru Sahibs' 'Bani' had been included in Sri Guru Granth Sahib's first 'Prakash' in 1604?

Ans. 'Bani' of five Guru Sahibs had been included in Sri Guru Granth Sahib when first 'Prakash' was performed in 1604.

प्रश्न 5: 1604 ई0 में श्री गुरु ग्रंथ साहिब के पहले प्रकाश में कितने गुरूओं की बाणी दर्ज थी?

उत्तरः 1604 ई0 में श्री गुरू ग्रंथ साहिब के पहले प्रकाश में पांच गुरू साहिबानों की वाणी दर्ज थी।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 6. ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਬੀੜ ਦੀ ਜਿਲਦ ਬੰਨਵਾਉਣ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਿਸ ਨੇ ਕੀਤੀ ਸੀ ?

ਉੱਤਰ:- ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਬੀੜ ਦੀ ਜਿਲਦ ਬੰਨਵਾਉਣ ਦੀ ਸੇਵਾ ਭਾਈ ਬੰਨੋ ਜੀ ਨੇ ਕੀਤੀ ਸੀ ।

Q6. Who did the binding of the first 'Bir' of Sri Guru Granth Sahib?

Ans. Bhai Banno Ji did the binding of the first 'Bir' of Sri Guru Granth Sahib.

प्रश्न 6: श्री गुरू ग्रंथ साहिब जी की पहली बीड़ पर जिल्द बनाने की सेवा किसने की थी।

उत्तरः श्री गुरू ग्रंथ साहिब जी की पहली बीड़ पर जिल्द बनाने की सेवा भाई बन्नो जी ने की थी।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 7. ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਕਿਥੇ ਹੋਇਆ ਸੀ ?

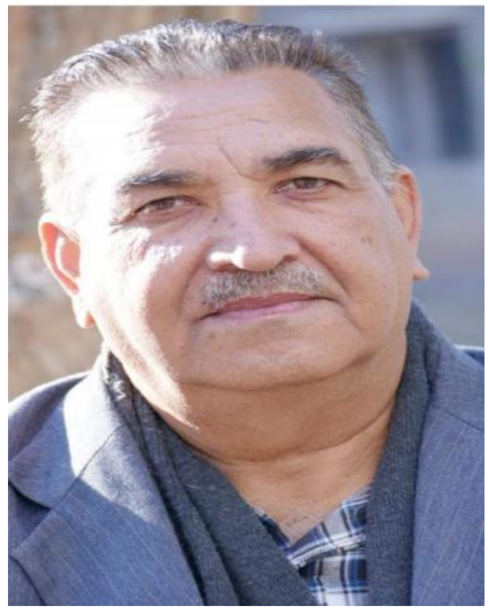
ਉੱਤਰ:- ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਮੰਦਰ ਸਾਹਿਬ (ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ) ਵਿਖੇ ਹੋਇਆ ਸੀ ।

Q7. Where was the first 'Prakash' of Sri Guru Granth Sahib performed?

Ans. The first 'Prakash' of Sri Guru Granth Sahib was performed at Sri Harmandir Sahib (Sri Amritsar Sahib).

ਦੂਰ ਹੋ ਕੇ ਕੋਲ ਦਿਸਦਾ

ਸ਼੍ਰੀ ਸਤੀਸ਼ ਗੁਲਾਟੀ, ਲੁਧਿਆਣਾ (ਪੰਜਾਬ)
ਭਾਰਤ



ਆਪਣਾ ਹੀ ਚਿਹਨ-ਚੱਕਰ, ਆਪਣੀ ਹੀ ਭਾਲ ਹੈ

ਮੇਰੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤਾਰਿਆਂ ਦਾ ਥਾਲ ਹੈ

ਖਬਰੇ ਕਿਹੜੇ ਯੁਗ 'ਚ ਹਾਂ, ਨਾ ਕਾਲ, ਨਾ ਸਮਕਾਲ ਹੈ

ਨਾ ਸਤਹਿ ਧਰਤੀ ਦੀ ਦਿਸਦੀ, ਨਾ ਕਿਤੇ ਪਾਤਾਲ ਹੈ

ਰੇਤ-ਛਲ ਵੀ, ਜਲ-ਭਰਮ ਵੀ, ਸਾਥ ਮੇਰਾ ਮਾਣਦੇ

ਮੈਂ ਇਕੱਲਾ ਕਦ ਸੀ, ਰੇਗਿਸਤਾਨ ਚੁੱਪ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਹੈ

ਓਸ ਦਾ ਮੈਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਵਾਂ, ਤੇ ਕਿਉਂ ਹੋਵਾਂ ਭਲਾ ?

ਜੋ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਤੀਰ ਛੱਡਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਹੈ

ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਉਂ, ਹੈ ਕੋਈ ਇਸ ਦੀ
ਡਿਮਾਂਡ,

ਦਿਲ ਦੀ ਇਕ ਨਾੜੀ ਜਿਵੇਂ ਕਰਦੀ ਪਈ ਹੜਤਾਲ ਹੈ

ਏਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਕੋਈ ਦੌਲਤ ਨਹੀਂ, ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ

ਜਿਸ ਦੇ ਕੋਲੇ ਸ਼ਬਦ ਹੈ, ਉਹ ਸ਼ਖ਼ਸ ਮਾਲਾਮਾਲ ਹੈ

ਜਿਸਮ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਜੁੜ ਕੇ
ਰਹਿੰਦੀਆਂ,

ਵੱਖਰੀ ਨਾੜਾਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆ, ਵੱਖਰਾ ਇਹ ਜਾਲ਼ ਹੈ

ਦੂਰ ਹੋ ਕੇ ਕੋਲ ਦਿਸਦਾ, ਕੋਲ ਹੋ ਕੇ ਦੂਰ ਹੀ,

ਕੌਣ ਉਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੈ ਤੇ ਕੌਣ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਹੈ ?

ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਦੀ ਸਾਖੀ : ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ : ਭਾਗ-1

ਸਰਦਾਰ ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ, ਵਿਕਟੋਰੀਆ (ਬੀ ਸੀ, ਕੈਨੇਡਾ, 250-361-7327)

ਗੁਰਦਵਾਰਿਆਂ ਦੇ ਸਟੇਜਾਂ ਤੋਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰਚਾਰ ਸਾਧਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅਨੇਕਾਂ ਸਾਖੀਆਂ ਸੁਣਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਮਾਣਕਤਾ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜੋੜ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।'**ਸਾਖੀ**'- ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਖਸ਼ੀ ਸਿਖਿਆ ਹੈ ਅਤੇ **ਕਹਾਣੀ**'- ਕਿਸੇ ਵਲੋਂ ਘੜੀ ਗਈ ਮਨੋਕਲਪਤ ਸਾਖੀ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਿਖਿਆ ਅਤੇ ਸਾਖੀ ਦੋਵੇਂ ਲਫਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਮ-1: ਸਿਖਿਆ ਦੀਖਿਆ ਭੋਜਨ ਭਾਉ॥ ਹੁਕਮਿ ਸੰਜੋਗੀ ਨਿਜ ਘਰਿ ਜਾਉ॥ (ਅੰਕ 221)।

ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਖਿਆ-ਗਿਆਨ ਉਪਦੇਸ਼, ਦੀਖਿਆ-ਗੁਰੂ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮ ਹੀ ਮੇਰੇ ਮਨ ਦਾ ਭੋਜਨ ਹੈ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੈਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨਿਜ ਘਰਿ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਮ-3: ਜਿਨੀ ਸੁਣਿ ਕੈ ਮੰਨਿਆ ਤਿਨਾ ਨਿਜ ਘਰਿ ਵਾਸੁ॥ ਗੁਰਮਤੀ ਸਾਲਾਹਿ ਸਚੁ ਹਰਿ ਪਾਇਆ ਗੁਣਤਾਸੁ॥ ਸਬਦਿ ਰਤੇ ਸੇ ਨਿਰਮਲੇ ਹਉ ਸਦ ਬਲਿਹਾਰੈ ਜਾਸੁ॥ ਹਿਰਦੈ ਜਿਨ ਕੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਤਿਤੁ ਘਟਿ ਹੈ ਪਰਗਾਸੁ ॥1॥(ਅੰਕ 27)।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸੁਣ ਕੇ ਮੰਨ ਲਿਆ ਹੈ (ਗੁਰਮਤਿ ਗਿਆਨ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰ ਲਿਆ) ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਅੰਤਰ-ਆਤਮੇ ਨਿਵਾਸ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਮਨ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਭਟਕਦਾ)। ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਰ ਕੇ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਜੇਹੜੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹਨ, ਉਹ ਪਵਿਤ੍ਰ ਆਚਰਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਸਦਕੇ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਆ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚਾਨਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਸਹੀ ਜੀਵਨ ਜੀਊਣ ਦੀ ਸੂਝ-ਬੂਝ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

'ਗੁਰੁ ਕੀ ਸਾਖੀ' - ਕਿਸੇ ਵਲੋਂ ਘੜੀ ਗਈ ਮਨੋਕਲਪੱਤ ਕਹਾਣੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਮ-1: ਗੁਰ ਸਾਖੀ ਅੰਤਰਿ ਜਾਗੀ॥ ਤਾ ਚੰਚਲ ਮਤਿ ਤਿਆਗੀ॥ ਗੁਰ ਸਾਖੀ ਕਾ ਉਜੀਆਰਾ ਤਾ ਮਿਟਿਆ ਸਗਲ ਅੰਧ੍ਯਾਰਾ॥2॥(ਅੰਕ 599)।

ਮ-5: ਜਪਿ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਨਾਨਕ ਨਿਸਤਰੀਐ ਹੋਰੁ ਦੁਤੀਆ ਬਿਰਥੀ ਸਾਖੀ॥(ਅੰਕ 1227)।

ਗੁਰੁ ਸਾਹਿਬ ਅਨੁਸਾਰ ਰਾਮ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰ ਕੇ ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘੀਦਾ ਹੈ, ਮੈਲੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਈਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਸਿਖਿਆ, ਦਵੈਤ ਕਹਾਣੀਆਂ ਵਿਅਰਥ ਹਨ।

ਗੁਰੂ ਦੀਆਂ ਸਾਖੀਆਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹਨ ?

ਮ-3: ਬਾਬਾਣੀਆ ਕਹਾਣੀਆ ਪੁਤ ਸਪੁਤ ਕਰੇਨਿ॥ ਜਿ ਸਤਿਗੁਰ ਭਾਵੈ ਸੁ ਮੰਨਿ ਲੈਨਿ ਸੇਈ ਕਰਮ ਕਰੇਨਿ॥ (ਅੰਕ 951)।

ਹਰ ਸਾਖੀ ਨੂੰ ਗੁਰੁ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਕਸਵੱਟੀ ਤੇ ਪਰੱਖ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਬੀਰ ਕਸਉਟੀ ਰਾਮ ਕੀ ਝੂਠਾ ਟਿਕੈ ਨ ਕੋਇ॥ (ਅੰਕ 948)।

ਇਕ ਸਾਖੀ ਬੜੇ ਲੰਮੇਂ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਜਨਮ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਸਿਖ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੰਜਵੇਂ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹ ਦੇ ਕਹਣਿ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਹਿਲ ਮਾਤਾ ਗੰਗਾਂ ਜੀ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਪਾਸ ਪੁਤੱਰ ਦੀ ਦਾਤ ਮੰਗਣ ਵਾਸਤੇ ਗਏ ਤੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਅਰਦਾਸ ਕੀਤੀ ਤੇ ਮਾਤਾ ਗੰਗਾ ਜੀ ਨੂੰ ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਵਰ ਦਿਤਾ ਤਾਂ ਮਾਤਾ ਜੀ ਦੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਹੀ ਹਵਾ ਭਰ ਗਈ-ਭਾਵ ਕਿ ਮਾਤਾ ਗੰਗਾ ਜੀ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਗਏ। ਇਹ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਦਸਦਾ ਕਿ ਅਰਦਾਸ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਕੀ ਸੀ। ਜਿਹੜੀ ਅਰਦਾਸ ਅਸੀਂ ਅਜ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਉਹ 7 ਜਨਵਰੀ, 1945 ਤੋਂ ਅਰੰਭ ਹੋਈ ਸੀ। ਸਾਖੀ ਵਿਚ ਇਹ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਫਿਰ ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹ ਦਾ ਜਨਮ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਸਾਖੀ ਨਾਲ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚੋਂ ਤਿੰਨ ਪੰਗਤੀਆਂ ਵੀ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਹਨ: **ਜੰਮਿਆ ਪੂਤੁ ਭਗਤੁ ਗੋਵਿੰਦ ਕਾ, ਸਤਿਗੁਰ ਸਾਚੈ ਦੀਆ ਭੇਜਿ** ਅਤੇ **ਵਧੀ ਵੇਲਿ ਬਹੁ ਪੀੜੀ ਚਾਲੀ॥** ਇਹ ਸਾਖੀ ਹਰ ਵਰ੍ਹੇ ਗੁਰੁ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਉਤਸੱਵ ਸਮੇਂ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ ਦੇ ਗੁਰਦਵਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਸੁਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤਰਨਤਾਰਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਦੇ ਗੁਰਦਵਾਰੇ ਲੋਕ ਪੁਤੱਰਾਂ ਦੀ ਦਾਤਾਂ ਮੰਗਣ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਕਰਾ ਕੇ ਸੁਖਣਾਂ ਸੁਖਦੇ ਹਨ। ਟਰਾਂਟੋ (ਕੈਨੇਡਾ) ਵਿਚ ਵੀ ਇਕ ਗੁਰਦਵਾਰਾ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਬਣਿਆਂ ਹੈ। ਗੁਰਮੱਤ ਦੀ ਸੋਝੀ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਬੇਅੰਤ ਸੰਗਤਾਂ ਉਥੇ ਪੁਤੱਰਾਂ ਦੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਮੰਗਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਸੁਖਣਾ ਸੁਖਦੀਆਂ ਹਨ ਚੜ੍ਹਾਵੇ ਚੜਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਗੁਰਮੱਤ ਵਿਚ 'ਵਰ' ਦੇਣ ਦਾ ਕੋਈ ਅਸਥਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।ਜਨਮ ਬਾਰੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਬਚਨ ਹੈ:

"ਮ-1: ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਸੰਜੋਗਿ ਉਪਾਏ ਰਕਤੁ ਬਿੰਦੁ ਮਿਲਿ ਪਿੰਡੁ ਕਰੇ॥" (ਅੰਕ 1013)।

ਅਰਥਾਤ ਮਾਤਾ ਅਤੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਸੰਜੋਗ ਨਾਲ ਹੀ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ॥

ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਬਾਰੇ ਇਹ ਸਾਖੀ ਆਈ ਹੈ ਗੁਰਬਿਲਾਸ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹੀ ਛੇਵੀਂ ਵਿਚੋਂ ਜੋ 1718 ਵਿਚ ਵਿਚ ਲਿਖੀ ਗਈ। ਪਰ ਇਸ ਵਿਚ ਕਈ ਐਸੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਰਜ਼ ਹਨ ਜੋ 1718 ਤੱਕ ਵਾਪਰੀਆਂ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਇਹ 1839-1840 ਵਿਚ ਲਿਖੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਸ ਨੂੰ 'ਪੁਰਾਤਨ' ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਸਾਲ 1718 ਲਿਖਿਆ ਹੈ। ਸ. ਸਤਿਬੀਰ ਸਿੰਘ ਦੀ ਕਿਤਾਬ "ਗੁਰ ਭਾਰੀ-ਜੀਵਨੀ ਗੁਰੂ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਜੀ" (ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ, ਵਲੋਂ ਸਤਵੀਂ ਵਾਰੀ 1998 ਵਿਚ ਛਪੀ) ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਪਾਸ ਪੁਤੱਰ ਦੀ ਦਾਤ ਮੰਗਣ ਵਾਸਤੇ ਮਾਤਾ ਗੰਗਾ ਜੀ ਦੇ ਨਾਲ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹ ਵੀ ਗਏ ਸਨ।

(ਸਾਖੀ ਬਾਰੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਚਾਰ ਭਾਗ-2 ਵਿਚ ਹਨ ਜੀ)

ਚਿੜੀਆ ਘਰ ਦੀ ਸੈਰ

ਐਤਵਾਰ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਆਈ,
ਚਿੜੀਆ ਘਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਬਣਾਈ।

ਜਲਦੀ ਜਲਦੀ ਹੋਏ ਤਿਆਰ,
ਚੱਲ ਪਿਆ ਸਾਰਾ ਪਰਿਵਾਰ।

ਜੰਗਲ ਦੇ ਵਿੱਚ ਦੇਖ ਨਜ਼ਾਰਾ,
ਲੱਗਾ ਸਾਨੂੰ ਬੜਾ ਪਿਆਰਾ।

ਰਿੱਛ ਤੇ ਭਾਲੂ ਸੈਰਾਂ ਕਰਦੇ,
ਨੇੜੇ ਪਹੁੰਚੇ ਡਰਦੇ ਡਰਦੇ।

ਦਰਿਆਈ ਘੋੜੇ ਤੇ ਊਤਬਲਾ,
ਪਾਣੀ 'ਚ ਰਹੇ ਡੁਬਕੀਆਂ ਲਾ।

ਬਾਰਾਂਸਿੰਗੇ ਤੇ ਚਿੱਟੇ ਹਿਰਨ,
ਸ਼ੇਰ ਅਤੇ ਟਾਈਗਰ ਵੀ ਫਿਰਨ।

ਪਾਣੀ ਦੇ ਵਿੱਚ 'ਪੈਂਗੂਅਨ' ਤਰਦਾ,
ਮਗਰਮੱਛ ਵੀ ਮਸਤੀ ਕਰਦਾ।

ਘੁੰਮਣ ਜ਼ੈਬਰਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿਰਾਫ,
ਭੇੜੀਆ, ਲੈਪਰਡ ਦਿਸਦੇ ਸਾਫ।

ਚਿੜੀਆਂ ਉਡਣ ਰੰਗ ਬਰੰਗੀਆਂ,
ਲੱਗਣ ਸਾਨੂੰ ਬੜੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ।

ਮੋਰ ਵੀ ਲੱਗਣ ਬੜੇ ਪਿਆਰੇ,
ਪੈਲਾਂ ਪਾਵਣ, ਖੰਭ ਖਿਲਾਰੇ।

ਕਿਧਰੇ ਲਮਕੇ ਪਿਆ ਲੰਗੂਰ,
ਦੇਖ ਰਹੇ ਸਾਂ ਖੜ ਕੇ ਦੂਰ।

ਏਨਾ ਵੱਡਾ ਚਿੜੀਆ ਘਰ!
ਥੱਕ ਗਏ ਸਾਂ ਘੁੰਮਦੇ ਪਰ!

ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਬਹਿ ਖਾਣਾ ਖਾਇਆ,
ਸਾਨੂੰ ਮਜ਼ਾ ਬੜਾ ਸੀ ਆਇਆ।

ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਕਰੋ ਪਿਆਰ,
ਇਹ ਵੀ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਉਪਹਾਰ।

ਦਾਦੀ 'ਦੀਸ਼' ਗਈ ਸੀ ਨਾਲ,
ਕਵਿਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਣਾਇਆ ਹਾਲ।

ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਸੰਪਰਕ: +1 403 404 1450

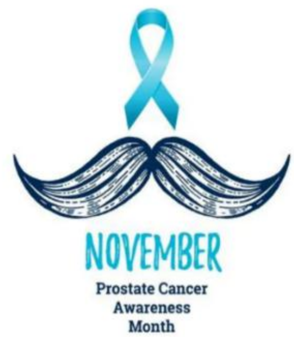
"Movember" - The Men's Health Month

Ransher Raj Singh (Student, Grade – 12)

Movember is an annual event started in 2003, in Melbourne (Australia), Los Angeles (USA) , London (UK), and Toronto (Canada). It supports growing of moustaches and beard to raise awareness of men's health problems, such as prostate or testicular cancer, and men's mental health issues. Globally about 60 men slip into severe depression every hour due to their chronic ailments. Many sympathetic women, called ***Sistas***, support the men in their life in promoting their health.

Movember is a word formed from the words **Moustache** and **Novembe**r, **mo**(ustache) and (No)**vember**. Its motive is to let the facial hair grow freely and save money on haircare for donation to cancer patients. The money is used to help men live happier, healthier, and longer lives. Since 2003, Movember has raised about $ 1000 million and helped more than 1,325 men's health projects in 20 countries. Their "motto" is "literally changing face of men's health". It is the only organization focused solely on men's health.

My Note**:** It is better to celebrate nature's gift of uncut beard and moustaches all one's life. It saves 12 times the yearly shaving expenses for



these **mo-bros**. People ascribe bearded faces a higher social status than the same men when clean-shaven. They are perceived to be more attractive, industrious, creative, masculine, dominant and mature by both men and women as shown by research conducted by Hellström and Tekle (published in *European Journal of Social Psychology in November 1994*).

ਨਾਨਕਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲਦੀ ਜਿਨਸੀ ਵਿਰਾਸਤ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਨਕਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਿਨਸੀ ਵਿਰਾਸਤ ਮਿਲੇਗੀ ਇਸ ਬੁਝਾਰਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਅਹਿਮ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ...

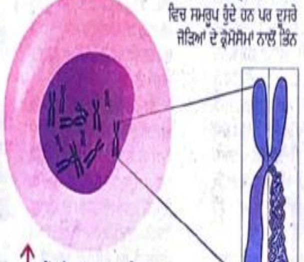
• ਡਾ. ਜੈ ਰੂਪ ਸਿੰਘ
98769-55155

ਹਰ ਬੱਚੀ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪੰਜ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਨਕਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਿਨਸੀ (ਅਣੂਵੰਸ਼ਕ) ਵਿਰਾਸਤ ਮਿਲੇਗੀ। ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਵ ਹੈ? ਆਓ ਇਸ ਬੁਝਾਰਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੀਏ।

ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੰਮਣ ਸਾਰ ਜੋ ਸੁਆਲ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - ਉਹ ਹੈ : ਮੁੰਡਾ ਹੋਇਆ ਕਿ ਕੁੜੀ? ਤੇ ਦੂਸਰਾ ਸੁਆਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ - ਕਿਸ ਉੱਤੇ ਗਿਆ ਹੈ? ਮਾਂ ਵਰਗਾ ਕਿ ਪਿਉ ਵਰਗਾ? ਇਹ ਸੁਆਲ ਬਹੁਤ ਸਰਲ ਤੇ ਸਿੱਧੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ - ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਜਾਤੀ ਦਾ ਸਬੰਧ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੋਂ ਜੁੜਿਆ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਤੋਂ ਆਦਮ ਤੇ ਹਵਾ ਨੇ ਸਵਰਗ ਨਿਕਾਲੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਅਪਣਾਇਆ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ - ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਝਲਕ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕੁਝ ਵੱਖਰਾਪਣ ਵੀ ਵੇਖਿਆ। ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਬੱਚਾ ਕਦੇ ਲੜਕਾ ਤੇ ਕਦੇ ਲੜਕੀ - ਇੰਜ ਕਿਉਂ? ਬੱਚੇ ਦਾ ਲਿੰਗ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੇ ਕਦੋਂ ਮਿਥਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਬੱਚੇ ਦਾ ਬਹੁਤਾ ਮੁਹਾਂਦਰਾ ਤੇ ਲੱਛਣ ਮਾਂ ਜਾਂ ਪਿਉ ਵਰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਨਾ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਬਿਲਕੁਲ ਮਾਂ ਵਰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਪੂਰੇ ਦੇ ਪੂਰੇ ਪਿਉ ਵਰਗੇ। ਕਿਸੇ ਵਿਚ ਮਾਂ ਦੀ ਝਲਕ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਪਿਉ ਦੀ। ਇੰਜ ਕਿਉਂ? ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਕਈ ਅਜਿਹੇ ਗੁਣ-ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮਾਂ ਜਾਂ ਪਿਉ ਵਿਚ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਦਿਸਦੇ, ਪਰ ਨਾਨਕੇ ਜਾਂ ਦਾਦਕਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਆਏ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਰੰਗ, ਨੱਕ ਦੀ ਸ਼ਕਲ, ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਸੰਘਣਾਪਣ, ਕੰਨਾਂ ਦੀ ਬਣਤਰ, ਉਂਗਲਾਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ, ਕੱਦ, ਗੋਰਾਪਣ, ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਚਮਕ, ਸਰੀਰਕ ਬਣਤਰ ਆਦਿ ਸਭ ਕੁਝ ਸਾਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਤੇ ਵਿਗਾੜ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਪਿਛਲੀ ਪੁਸ਼ਤ ਤੋਂ ਹੀ ਆਏ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੁਣ-ਲੱਛਣ ਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ? ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਜੁਆਬ ਸਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਵੀਹਵੀਂ ਸਦੀ ਤੋਂ ਹੀ ਮਿਲਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਏ ਹਨ।

ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਲਿੰਗ, ਉਸ ਦਾ ਰੰਗ-ਰੰਗ ਰੂਪ, ਕੱਦ-ਕਾਠ, ਸਿਆਣਪ, ਬਿਮਾਰ-ਪਣ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਗੁਣ-ਲੱਛਣ ਤਕਰੀਬਨ ਸਾਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਹੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਗਰਭ ਠਹਿਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੱਛਣ ਤੇ 8000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੇ ਵਿਗਾੜ ਸਭ ਕੁਝ ਜੰਮਣ ਤੋਂ ਨੌਂ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਿੱਥਿਆ ਜਾਣ? ਅਤੇ ਫੇਰ ਇਹ ਬੱਚਾ ਜੁਆਨ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਹੋ ਵਿਰਸੇ ਵਿਚ ਮਿਲੀਆਂ ਖੂਬੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਔਲਾਦ ਨੂੰ ਵਿਰਸੇ ਵਿਚ ਅਗਾਂਹ ਦੇਵੇ?

ਇਹ ਸਾਰੀ ਚਮਤਕਾਰੀ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੀਨ - ਧਾਗੇ ਵਰਗੀ ਚੀਜ਼ ਰਾਹੀਂ ਰਚੀ ਹੋਈ ਹੈ - ਜੋ ਇਸ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਨਿਯੰਤਰਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

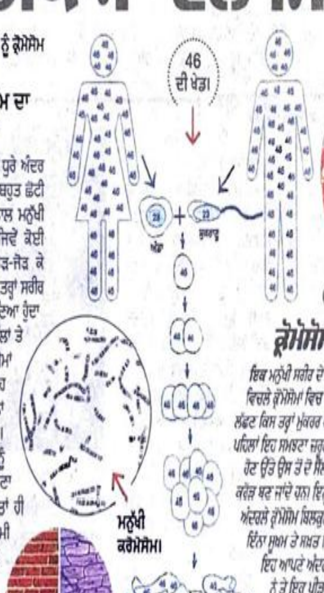


ਸੈੱਲ ਤੇ ਕਰੋਮੋਸੋਮ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ।

ਇਸ ਧਾਗੇ-ਨੁਮਾ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਆਖਦੇ ਹਨ।

ਸੈੱਲ ਤੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ

ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ, ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਧੁਰੇ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੈੱਲ ਇਕ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀ ਇਕਾਈ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਮਕਾਨ ਇੱਟਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜ-ਜੋੜ ਕੇ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰੀਰ ਵੀ ਸੈੱਲਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ? ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਖੁਰਦਬੀਨ ਹੇਠਾਂ ਹੀ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਖੁਰਦਬੀਨ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਤਾਂ ਹੀ ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ ਜੇ ਆਦਮੀ ਦੇ ਸੈੱਲ ਇਕ ਵੱਡੇ ਹਦਵਾਣੇ ਜਿੱਡੇ ਹੋਣ। ਜਿਸ ਦੇ ਸੈੱਲ ਤਰਬੂਜ਼ ਜਿੱਡੇ ਹੋਣਗੇ ਉਸ ਦਾਨਵ-ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕੱਦ 150 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਉੱਚਾ-ਲੰਬਾ ਹੋਵੇਗਾ।



ਮਨੁੱਖੀ ਕਰੋਮੋਸੋਮ।

ਇੱਟਾਂ ਤੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਸਮਾਨਤਾ।

46 ਦੀ ਖੇਡ

ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਰ ਸੈੱਲ ਦੇ ਧੁਰੇ ਅੰਦਰ 23 ਜੋੜੇ (ਕੁਲ 46) ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ 23 ਜੋੜਿਆਂ ਵਿਚਲੇ ਹਰ ਇਕ ਜੋੜੇ ਦੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਆਪਸ ਵਿਚ ਸਮਰੂਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਦੂਸਰੇ ਜੋੜਿਆਂ ਦੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਨਾਲੋਂ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ 22 ਜੋੜਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨੰਬਰਾਂ ਨਾਲ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ 1,2,3,..ਤੇ 22 ਨੰਬਰ। ਤੇਈਵੇਂ ਜੋੜੇ ਦੇ ਦੋ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਲਿੰਗ ਨਿਰਧਾਰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਆਪਸੀ ਸ਼ਕਲ ਤੇ ਆਕਾਰ ਵੀ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ "ਐਕਸ" (X) ਤੇ "ਵਾਈ" (Y) ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲਿੰਗ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਵਿੱਚ, ਔਰਤ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਦੋ ਐਕਸ (XX) ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਰਦ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਐਕਸ ਤੇ ਇਕ ਵਾਈ (XY) ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਔਰਤ ਵਿਚ ਆਂਡੇ ਤੇ ਮਰਦ ਵਿਚ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ ਬਣਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਦਾ ਨੰਬਰ ਅੱਧਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਆਂਡਿਆਂ ਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂਆਂ ਅੰਦਰ 23-23 ਜੋੜੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ (46-46 ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ) ਦੀ ਥਾਂ 23-23 ਇਕੱਲੇ-ਇਕੱਲੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਆਂਡੇ ਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 46 ਵਾਲਾ ਨੰਬਰ ਮੁੜ ਪੂਰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗਰਭ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ 46 ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 23 ਮਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਤੇ 23 ਪਿਤਾ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਦਾ ਦੋਨੋਂ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ 23-23 ਦਾ ਹੀ ਆਉਣਾ ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਟੁੱਟ-ਭੱਜ ਤੋਂ ਆਉਣਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਠੀਕ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। 23-23 ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਵਾਲੇ ਆਂਡਿਆਂ ਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂਆਂ ਦੀ ਉਪਜ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਰਦਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ ਅੰਡ-ਕੋਸ਼ਾਂ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਤੋਂ ਜਵਾਨੀ ਵੇਲੇ ਬਣਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਬਣਦੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ, ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਆਂਡਿਆਂ ਦੀ ਉਪਜ ਬਾਰੇ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਵੱਖਰੇ ਹੀ ਨਿਯਮ ਤੈਅ ਕੀਤੇ ਹਨ।

ਮਾਦਾ (ਔਰਤ) ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਅੰਦਰ ਅਜੇ 9 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਭਰੂਣ-ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਹੀ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਰਹੇ ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਅੰਦਰ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਂਡਿਆਂ ਦੇ ਬਣਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵੀ ਪ੍ਰਾਰੰਭ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਕਤ ਇਸ ਭਰੂਣ ਦਾ ਆਪਣਾ ਆਕਾਰ ਸਿਰਫ਼ 17 ਤੋਂ 22 ਮਿਲੀਮੀਟਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਇਸ ਵਿਕਾਸ ਹੋ ਰਹੀ ਭਰੂਣ ਦੀ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ-ਕਾਲ ਸਿਰਫ਼ 16 ਤੋਂ 20 ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਉਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਆਕਾਰ ਸਿਰਫ਼ 120 ਤੋਂ 140 ਮਿਲੀਮੀਟਰ ਤੇ ਭਾਰ 110 ਤੋਂ 200 ਗਰਾਮ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਅੰਦਰ ਆਂਡੇ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ, ਤਕਰੀਬਨ 70 ਲੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘਟਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬੱਚੀ ਦੀ ਪੈਦਾਇਸ਼ ਵੇਲੇ ਇਹ ਸਿਰਫ਼ 20 ਲੱਖ ਦੇ ਕਰੀਬ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਂਡੇ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲ, ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਵਿਭਾਜਨ ਦੀ ਇਕ ਖ਼ਾਸ ਸਥਿਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਡਿਪਲੋਟੀਨ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉੱਪਰ ਹੀ ਰੁਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਇਸ 'ਡਿਪਲੋਟੀਨ' ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਜ਼ਿੰਦਾ ਪਰ ਇਕ ਅਹਿਲ-ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਹੀ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਅਹਿਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਗਾਤਾਰ ਘਟਦੀ ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ-ਜੋ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਲਗਾਤਾਰ ਘੱਟਦੀ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਔਰਤ/ ਮਾਦਾ ਦੇ ਜਵਾਨ ਹੋਣ ਉੱਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਰਧ - ਸੁੱਤੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਸੈੱਲ - ਆਂਡੇ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਪੂਰਨ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਕੇ ਆਂਡੇਦਾਨੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਆਂਡੇ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਦੀ ਮਿਲਣੀ ਅਗਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਸੋ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਨੀ ਦੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਹੀ ਇਹ ਇਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋਹਤੀ ਜਾਂ ਦੋਹਤੇ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਨੇ-ਨਾਨੀ ਵੱਲੋਂ, ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਰਾਹੀਂ, ਕੀ ਅਣੂਵੰਸ਼ਕ (ਜਨੈਟਿਕ) ਯੋਗਦਾਨ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਮਿਲਣਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਨਾਨੀ ਦੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵੇਲੇ ਲਈ ਖੁਰਾਕ ਦਾ ਮਾਂ ਦੇ ਆਂਡਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਗਾਂਹ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

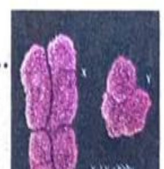
ਆਖ਼ਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਅੰਦਰ ਕੀ ਅਜਿਹੀ ਜਾਦੂਗਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪੁਸ਼ਤ-ਦਰ-ਪੁਸ਼ਤ ਏਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਅਗਲੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ? ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਅੰਦਰ ਇਹ ਸਾਰੀ ਜਨੈਟਿਕ (ਅਣੂਵੰਸ਼ਕ/ਜਿਨਸੀ) ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕ ਖੁਫ਼ੀਆ, ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਕੀਮਿਆਈ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿਚ, ਬਹੁਤ ਸੂਖਮ, ਨਿਸ਼ਚਿਤ, ਅਤਿ-ਸ਼ੁਧ ਤੇ ਹਿਸਾਬੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜੀਨਾਂ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਇਕ ਰਸਾਇਣਿਕੀ ਪਦਾਰਥ ਅੰਦਰ ਸੰਭਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਕਮਾਲ ਚਮਤਕਾਰੀ ਰਸਾਇਣਿਕ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ DNA ਆਖਦੇ ਹਨ। ਇਸ DNA ਤੇ ਕੁਝ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖ਼ਾਸ ਪ੍ਰੋਟੀਨਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਸੀ ਮਿਲਾਪੀ-ਗਲਵਕੜੀਆਂ ਹੀ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਅਖ਼ਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। •

ਸਾਬਕਾ ਵਾਈਸ ਚਾਂਸਲਰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਕੇਂਦਰੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਬਠਿੰਡਾ।

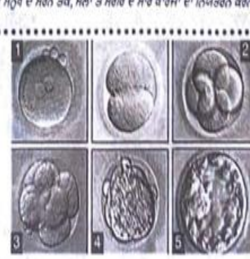
16-20 ਹਫਤਿਆਂ ਦੀ ਭਰੂਣ ਅਵਸਥਾ।

ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਦੀ ਇਕ ਪੁਸ਼ਤ ਤੋਂ ਦੂਸਰੀ ਤਕ ਦੀ ਯਾਤਰਾ

ਇਕ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਣਨ ਲਈ ਕਈ ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਸੈੱਲ ਚਾਹੀਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਏਨੇ ਕਰੋੜਾਂ ਸੈੱਲ ਕਿੱਥੋਂ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ? ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਲੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਵਿਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਇਹ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਇਕ ਪੁਸ਼ਤ ਤੋਂ ਦੂਸਰੀ ਪੁਸ਼ਤ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ? ਇਹ ਗੁਣ-ਲੱਛਣ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੁਕੱਰਰ ਕਰਦੇ ਹਨ? ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੈਂਕੜੇ ਸੁਆਲ ਮਨ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੁਆਬ ਜਾਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਗਰਭ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਸੈੱਲ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਸੈੱਲ ਦੇ ਵਿਭਾਜਤ ਹੋਣ ਉੱਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਦੋ ਸੈੱਲ ਬਣਦੇ ਹਨ - ਦੋ ਤੋਂ ਚਾਰ, ਚਾਰ ਤੋਂ ਅੱਠ, ਅੱਠ ਤੋਂ ਸੋਲਾਂ ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਤਾਈਂ ਇਹ ਕਈ ਕਰੋੜ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਰੇਕ ਕਰੋੜਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਸੈੱਲ ਲਹੂ ਦੇ ਹੋਣ, ਭਾਵੇਂ ਅੱਖ ਦੇ ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਦਿਮਾਗ ਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰਲੇ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿਆਂ ਨਾਲ ਉਸ ਬੱਚੇ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਸੈੱਲ ਬਣਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਇੰਨਾ ਸੂਖਮ ਤੇ ਸਖ਼ਤ ਨਿਯੰਤਰਨ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕ੍ਰੋਮੋਸੋਮਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮੇਟੀ ਹੋਈ ਸਾਰੀ ਅਣੂਵੰਸ਼ਕ (ਜਨੈਟਿਕ) ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਹਿਫ਼ਾਜ਼ਤ ਨਾਲ ਇਕ ਸੈੱਲ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਸੈੱਲ ਨੂੰ ਤੇ ਇਕ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ - ਕਿਉਂਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਜਨੈਟਿਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੇ ਹੀ, ਗਰਭ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਰਨ ਤਕ, ਸੈੱਲਾਂ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਨਿਯੰਤਰਨ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



X ਤੇ Y ਕਰੋਮੋਸੋਮ।



ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 5 ਦਿਨ।

9 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਭਰੂਣ ਅਵਸਥਾ।

ਇਸ ਅੰਕ ਦੇ ਲੇਖਕਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

Prof. Dr. Jai Rup Singh, a Ph.D. from AIMS, Delhi, joined Guru Nanak Dev University in 1973 and later became its Vice Chancellor. He was the founder V C of the Central University of Punjab and is amongst pioneers of human genetics in India. Presently he is Honorary Professor of Panjab University, is member of Chandigarh UT Committee on Higher Education. He was also member of Punjab Chief Minister's Advisory Committee on Higher Education.

He was President of Indian Society of Human Genetics; Chairman of Indian Genetic Alliance for Prevention of Genetic Disorders & Care of the Families; Vice-President of International Genetic Alliance and World Eye Foundation; Scientific Advisor of GENDIA International Foundation, USA; Fellow of International, National and Punjab Medical Sciences Academies and a recipient of the Czech Mendel Medal, Jaswant Singh Rai Memorial, Punjab Government and many other Awards.

He has published 4 books, 11 manuals and over 100 research papers and delivered over 60 invitee talks in USA, FRG, UK, France, Japan, Italy, Australia, Netherlands, Cyprus, Czech Republic, Mexico, Brazil, South Africa, and is a Visiting Professor at European and South American Universities. (Phone: 9876955155)

ਸਰਦਾਰਨੀ ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ ਦੇ ਲੇਖ ਅਤੇ ਗੀਤ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹਨ। ਉਹ ਵਿਸ਼ਵ ਪੰਜਾਬੀ ਕਵੀ ਸਭਾ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਅਤੇ ਕੈਲਗਰੀ ਵੂਮੈਨ ਕਲਚਰਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੱਤ ਕਿਤਾਬਾਂ (ਕਵਿਤਾ ਅਤੇ ਵਾਰਤਕ) ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਦੋ ਵਾਰ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਸਨਮਾਨ ਮਿਲੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਦੇਸ ਪੰਜਾਬ ਟਾਈਮਜ਼', ਕੈਲਗਰੀ, ਦੁਆਰਾ 'ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਜੀ' ਅਵਾਰਡ ਨਾਲ ਵੀ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। **(gurdish.grewal@gmail.com)**

ਡਾ. ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ, ਐਮ.ਐਸ.ਸੀ. ਅਤੇ ਪੀ.ਐਚ.ਡੀ. ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਤੋਂ ਕਰ ਕੇ ਭਾਰਤ, ਜ਼ੈਂਬੀਆ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੇ ਮੁਖੀ, ਤਕਨੀਕੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਅਤੇ ਕਾਲਜਾਂ ਦੇ ਡੀਨ ਰਹੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਸਮਕਾਲੀ ਮਸਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਲੈਕਚਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ੂਮ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਤਾਲਮੇਲ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। **(singhkabal285@gmail.com)**

ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਐਮ.ਏ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਕਾਲਜ ਧਨਬਾਦ ਵਿੱਚ ਲੈਕਚਰਾਰ ਰਹਿ ਚੁਕੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੂਰਬੀ ਭਾਰਤ, ਮਲੇਸ਼ੀਆ, ਸਿੰਗਾਪੁਰ, ਕੈਲਗਰੀ ਅਤੇ ਐਡਮਿੰਟਨ (ਕੈਨੇਡਾ) ਵਿੱਚ ਸਿੱਖ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ, ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਪੰਜਾਬੀ ਮੈਗਜ਼ੀਨ "ਜੋਤ ਤੇ ਜੁਗਤ" ਅਤੇ 4 ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਸੰਪਾਦਨ ਵੀ ਕੀਤਾ ਹੈ। (**Web: http://www.mypanorama.ca.**)

ਸਰਦਾਰ ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂਰ ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਬਿਜਲੀ ਬੋਰਡ ਤੋਂ 2008 ਵਿਚੋਂ ਐਕਸੀਅਨ ਰਿਟਾਇਰ ਹੋਏ। ਅੱਠ ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਛਪੇ ਹਨ। ਗੁਰੁ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ ਦੇ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਤੇ ਸਕੱਤਰ ਸਨ। ਇੰਗਲੈਂਡ, ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿਖੇ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰਾਂ ਵਿਚ ਸਨਮਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ। ਦਿੱਲੀ ਵਿਖੇ ਸਪਤ ਸ੍ਰਿੰਗ ਕਵੀ ਸਭਾ ਵਲੋਂ ਸ੍ਰ. ਪ੍ਰੀਤਮ ਸਿੰਘ ਕਾਸਦ ਯਾਦਗਾਰੀ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦਿਤਾ ਗਿਆ। ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਦੂਰਦਰਸ਼ਨ ਜਲੰਧਰ ਵਲੋਂ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰਾਂ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਕੀਤਾ। ਸ੍ਰੀ ਦਸਮੇਸ਼ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪੰਜਾਬੀ ਕਵੀ ਸਭਾ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। **(ksnoor50@gmail.com.)**

ਡਾ. ਡੀ.ਪੀ.ਸਿੰਘ, ਭੌਤਿਕ ਵਿਗਿਆਨੀ, ਅਧਿਆਪਕ, ਅਤੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਲੇਖਕ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਸਮਾਜਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਉੱਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਲਿਖਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 24 ਕਿਤਾਬਾਂ, ਸੈਂਕੜੇ ਲੇਖ ਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ, 26 ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੇ ਅਧਿਆਏ, ਅਤੇ 25 ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਮਿਸੀਸਾਗਾ (ਓਨਟਾਰੀਓ) ਵਿਖੇ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਅੰਡਰਸਟੈਂਡਿੰਗ ਸਿੱਖਇਜ਼ਮ ਦੇ ਆਨਰੇਰੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਹਨ।

Dr Sukhmander Singh, BSc Engg (Thapar College of Engg & Tech), Master's in Civil Engg from IIT, Delhi and PhD from University of California at Berkeley (USA), was Project Engr-Consultant (San Francisco), is Professor of Civil, Environmental and Sustainable Engg at Santa Clara University (California).

First Sikh Endowed Professor, he worked with the Trans-Alaska Pipeline and the San Pablo Clearwell Dam, has been teaching in SCU for 36 years and is Visiting Professor at Cambridge University, UK. Got Lifetime Achievement Award from Amer Soc of Civil Engg. He wrote a book, "*Walking with the SIKHS of Today*", and is President of Sikh Council of North America.

.

ਲੇਖਕਾਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

1. ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਦੀ ਨੀਤੀ: ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਇਤਿਹਾਸ, ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਸੰਬੰਧਤ ਧਰਮ-ਨਿਰਪੱਖ, ਗੈਰ-ਸਿਆਸੀ, ਗੈਰ-ਨਿੱਜੀ ਲਿਖਤਾਂ, ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਕੇ ਛਾਪਣਾ।
2. ਲੇਖਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿਮੇਵਾਰੀ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਸੰਪਾਦਕੀ ਬੋਰਡ ਦੀ ਨਹੀਂ।
3. ਲਿਖਤ ਅਨਮੋਲ ਲਿਪੀ ਵਿਚ ਜਾਂ **Times New Roman** (14 ਫੌਂਟ) ਵਿਚ ਹੋਵੇ।
4. ਪ੍ਰਿੰਟ-ਸਕ੍ਰੀਨ, ਫੋਟੋ-ਕਾਪੀ, ਸਨਿੱਪ-ਟੂਲ, ਪੀ ਡੀ ਐਫ ਜਾਂ ਆਫਿਸ ਲੈਂਸ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜੀ।
5. ਸਿੰਗਲ (1.0) ਲਾਈਨ ਸਪੇਸਿੰਗ ਅਤੇ ਹਾਸ਼ੀਏ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਇੰਚ ਜਗ੍ਹਾ ਛੱਡੀ ਹੋਵੇ।
6. ਲੇਖਕ ਆਪਣਾ ਨਾਮ, ਸ਼ਹਿਰ, ਦੇਸ਼, (ਚਾਹੁਣ ਤਾਂ ਫੋਟੋ), ਫ਼ੋਨ, ਈ-ਮੇਲ, ਵੱਟਸਐਪ ਤੇ ਸੰਖੇਪ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ ਜੀ।
7. ਕੁਲ ਲੰਬਾਈ (ਲੈਪਟਾਪ ਦੇ) ਦੋ ਪੰਨੇ-800 ਸ਼ਬਦ (ਫੋਟੋ ਲਈ ਸਪੇਸ ਸਮੇਤ) ਹੋਣ ਜੀ।
8. ਲੰਬੇ ਲੇਖ ***sanjihivrasat.org*** ਦੇ 'ਬਲੌਗ' ਉਤੇ ਜਾਂ ਲੜੀਵਾਰ ਛਾਪੇ ਜਾਣਗੇ।
9. ਲੇਖਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਮੇਵਾਰੀ ਹੋਵੇਗੀ ਦੇਖਣ ਕਿ '***Copyright Infringement***' ਨਾ ਹੋਵੇ।
10. ਹਵਾਲੇ ਵਿਚ ਟਾਈਟਲ, ਮੂਲ ਲੇਖਕ, ਜਰਨਲ ਦਾ ਅੰਕ / ਕਿਤਾਬ ਦਾ ਨਾਮ, ਸਾਲ ਤੇ ਪੰਨਾਂ ਨੰਬਰ ਦਿਓ ਜੀ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਲਈ ਸਰੋਤ ਤੇ ਪੰਨਾਂ ਨੰਬਰ ਦਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜੀ।

Important Information for Authors

1. **Magazine Policy** : To Promote Punjabi Culture, History and Heritage. (By Secular, Non-Political, Non-Personal Articles/Poems, after Review)
2. **Editorial Board** : Will not be responsible for views of Authors / Poets.
3. **Font size 12/14** : Panjabi-'Anmol Lipi' (English -Times New Roman)
4. **Spacing, margin** : Line-to-line 1.0, Margins One Inch on all four sides.
5. **Format -WORD** : No PDF, Photocopy, Print-screen, Snip, Office-Lens
6. **Author's Data** : Name, City (Country), A Brief (own) Introduction, Give Phone, E-mail, or WhatsApp. (photo is optional).
7. **Maximum Length** : Two pages (Including Photo) of 800 Laptop words.
8. **Longer Articles** : On BLOG Website ***(sanjhivirasat.org)*** or serialized.
9. **Copy -Right (CR)** : Authors will ensure there is 'No CR' Infringement.
10. **References/Photos** : Source (Author, Title, Journal / Book, Year, Pages.

ਸੰਪਾਦਕੀ ਮੰਡਲ (ਸਾਂਝੀ ਵਿਰਾਸਤ)

Editorial Board (*Sanjhi Virasat*)

ਡਾ. ਰਾਜਾ ਬਲਰਾਜ ਸਿੰਘ	ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਸਰਦਾਰਨੀ ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ	ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ	ਐਡਮਿੰਟਨ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਡਾ. ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ	ਐਡਮਿੰਟਨ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਡਾ. ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ	ਐਡਮਿੰਟਨ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਸਰਦਾਰ ਜਗਬੀਰ ਸਿੰਘ ਕੋਹਲੀ	ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਸਰਦਾਰ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ	ਟੋਰੋਂਟੋ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਮਨਮੋਹਨ ਕੌਰ	ਦਿੱਲੀ (ਭਾਰਤ
ਸਰਦਾਰ ਉਂਕਾਰ ਸਿੰਘ ਟਿਵਾਣਾ	ਓਨਟਾਰੀਓ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਡਾ. ਰਾਜਬੀਰ ਸਿੰਘ ਭੱਟੀ (ਮੁਖ ਤਕਨੀਕੀ ਸੰਪਾਦਕ)	ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਸਰਦਾਰ ਯੁਵਰਾਜ ਸਿੰਘ (ਤਕਨੀਕੀ ਸਲਾਹਕਾਰ)	ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਡਾ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਭੱਟੀ (ਮੁਖ ਸੰਪਾਦਕ)	ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)

ਸ਼ਲਾਹਕਾਰ

ਡਾ. ਕਾਲਾ ਸਿੰਘ	ਵੈਨਕੂਵਰ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਡਾ. ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੇਖੋਂ	ਵਿੰਡਸਰ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਡਾ. ਦਵਿੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ	ਮਿਸੀਸਾਗਾ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਡਾ. ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ	ਵੈਨਕੂਵਰ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਸਰਦਾਰ ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂਰ	ਜਲੰਧਰ (ਭਾਰਤ)
ਸਰਦਾਰਨੀ ਅਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਕੌਰ	ਜਲੰਧਰ (ਭਾਰਤ)
ਸ਼੍ਰੀ ਰਿਸ਼ੀ ਨਾਗਰ	ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)
ਸ੍ਰ. ਰਣਸ਼ੇਰ ਰਾਜ ਸਿੰਘ (ਤਕਨੀਕੀ ਸਹਾਇਕ)	ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ)

ਐਡੀਟੋਰੀਅਲ ਬੋਰਡ

ਡਾ. ਰਾਜਾ ਬਲਰਾਜ ਸਿੰਘ

ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ

ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ

ਡਾ. ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ

ਡਾ. ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ

ਸ. ਜਗਬੀਰ ਸਿੰਘ ਕੋਹਲੀ

ਸ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ

ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਮਨਮੋਹਨ ਕੌਰ

ਸ੍ਰ. ਉਂਕਾਰ ਸਿੰਘ ਟਿਵਾਣਾ

ਡਾ. ਰਾਜਬੀਰ ਸਿੰਘ ਭੱਟੀ

ਸ. ਯੁਵਰਾਜ ਸਿੰਘ

ਡਾ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਭੱਟੀ

ਸਲਾਹਕਾਰ

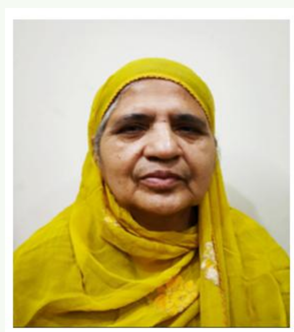
ਡਾ. ਕਾਲਾ ਸਿੰਘ

ਡਾ. ਡੀ. ਪੀ ਸਿੰਘ

ਡਾ. ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ

ਡਾ. ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੇਖ਼ੋਂ

ਸ੍ਰ. ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂਰ



ਅਮ੍ਰਿਤਪਾਂਲ ਕੌਰ

ਰਿਸ਼ੀ ਨਾਗਰ

ਰਣਸ਼ੇਰ ਰਾਜ ਸਿੰਘ
ਤਕਨੀਕੀ ਸਹਾਇਕ