

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਦੇ 'ਮੈਗਾ ਫੂਡ ਡਰਾਈਵ' ਵਿਚ ਦਾਨੀਆਂ ਨੇ 216 ਟਨ ਫੂਡ ਦਾਨ ਕੀਤਾ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਹਰਦਮ ਮਾਨ

ਸਰੀ, 10 ਜੁਲਾਈ : ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੀ ਪੰਜਵੀਂ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ ਮੌਕੇ 'ਮੈਗਾ ਫੂਡ ਡਰਾਈਵ' ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜਿਸ ਵਿਚ ਦਾਨੀਆਂ ਨੇ ਭਰਵਾਂ ਹੁੰਗਾਰਾ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਮੈਗਾ ਡਰਾਈਵ ਦੌਰਾਨ 216 ਟਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫੂਡ ਇਕੱਠਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।



ਫੂਡ ਡਰਾਈਵ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਕੇ ਕਈ ਸਥਾਨਕ ਰਾਜਨੀਤਕ ਆਗੂਆਂ ਅਤੇ ਉੱਘੀਆਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤਾਂ ਨੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਦਾਨੀ ਸੱਜਣਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਤੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੀ ਹੌਂਸਲਾ ਅਫ਼ਜ਼ਾਈ ਕੀਤੀ। 100 ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਫੂਡ ਡਰਾਈਵ ਦੌਰਾਨ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਬਤੌਰ ਵਲੰਟੀਅਰ ਸੇਵਾ ਨਿਭਾਈ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਦਾਨ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ-ਤੋੜ 384.5 ਟਨ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਘੱਟ ਰਿਹਾ ਪਰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੋਕ ਮੌਜੂਦਾ ਅੱਖੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੇ ਹਨ। ਆਰਥਿਕ ਮੰਦੀ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵੱਲੋਂ ਸੇਵਾ ਤੇ ਦਾਨ ਲਈ ਅੱਗੇ ਆਉਣਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਵੱਲੋਂ ਪਿਛਲੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ 72,000 ਵਲੰਟੀਅਰ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਮੀਲ ਪੱਥਰ ਦਾ ਜਸ਼ਨ ਵੀ ਮਨਾਇਆ। 11 ਸਾਲਾ ਲਕਸ਼ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਿਸ ਨੇ 1 ਜੁਲਾਈ, 2020 ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਨਾਲ ਸਵੈ-ਸੇਵਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਸੀ ਅਤੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਬਤੌਰ ਵਲੰਟੀਅਰ 2,765 ਘੰਟੇ ਪੂਰੇ ਕਰ ਲਏ ਹਨ। ਇਹ ਸਮਰਪਣ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੇਵਾ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਮਿਸਾਲ ਹੈ। ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਫੂਡ ਡਰਾਈਵ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਸਾਰੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ, ਸਮਰਥਕਾਂ ਅਤੇ ਦਾਨੀਆਂ ਦਾ ਪੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

'ਸਰਬਾਲਾ ਜੀ' 18 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋਏਗੀ

ਮੋਹਾਲੀ ਕਲੱਬ 'ਚ 'ਸਰਬਾਲਾ ਜੀ' ਦਾ ਟ੍ਰੇਲਰ ਲਾਂਚ ਹੋਇਆ

ਗਿੱਪੀ ਗਰੇਵਾਲ, ਐਮੀ ਵਿਰਕ, ਸਰਗੁਣ ਮਹਿਤਾ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਟੀਮ ਮੌਜੂਦ ਰਹੀ

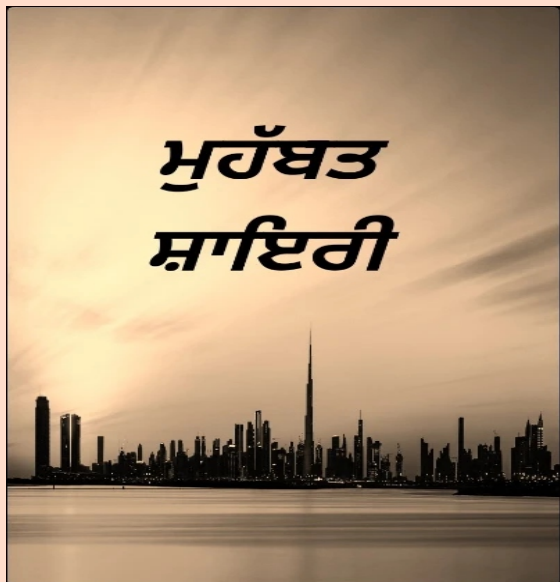
ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਹਰਦਮ ਮਾਨ

ਮੋਹਾਲੀ, 10 ਜੁਲਾਈ : ਪੰਜਾਬੀ ਫਿਲਮ 'ਸਰਬਾਲਾ ਜੀ' ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਕਹਾਣੀ ਹੈ, ਜੋ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਮਿੱਟੀ, ਇਸਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਅਤੇ ਇਸਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਪਰਦੇ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਫਿਲਮ ਦਾ ਟ੍ਰੇਲਰ 'ਮੋਹਾਲੀ ਕਲੱਬ, ਵਿੰਡਹੈਮ' ਵਿਖੇ ਲਾਂਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜਿੱਥੇ ਫਿਲਮ ਦੀ ਪੂਰੀ ਟੀਮ ਮੌਜੂਦ ਸੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਗਿੱਪੀ ਗਰੇਵਾਲ, ਐਮੀ ਵਿਰਕ, ਸਰਗੁਣ ਮਹਿਤਾ, ਨਿਮਰਤ ਖਹਿਰਾ, ਗੁੱਗੂ ਗਿੱਲ, ਗਿਰੀਸ਼ ਕੁਮਾਰ, ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਮਨਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਤਾ ਕੁਮਾਰ ਤੌਰਾਨੀ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਫਿਲਮ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ। ਸਰਬਾਲਾ ਜੀ 1930 ਦੇ ਦਹਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸੈੱਟ ਕੀਤੀ ਗਈ ਇੱਕ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਫਿਲਮ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਚਰੇਰੇ ਭਾਈਆਂ ਸੁੱਚਾ ਅਤੇ ਗੱਜਣ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਗੱਜਣ ਅਤੇ ਪਯਾਰੇ ਦੇ ਅਨੇਕੇ ਵਿਆਹ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦੀ ਹੈ।



ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਸ਼ਰਮੀਲਾ ਗੱਜਣ ਹੈ, ਜੋ ਵਿਆਹ ਦਾ ਨਾਮ ਸੁਣਦੇ ਹੀ ਪਸੀਨਾ ਵਹਾਉਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਪਯਾਰੇ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਮੁੰਡਿਆਂ ਵਰਗੇ ਰਵੱਈਏ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਦ੍ਰਿੜ ਇਰਾਦੇ ਵਾਲੀ ਕੁੜੀ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਕਹਾਣੀ ਫਿਲਮ ਦੇਖਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗੀ। ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਮਨਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਸਰਬਾਲਾ ਜੀ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸੱਚੀ ਕਹਾਣੀ ਹੈ, ਜੋ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਲਾਂ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਜੀਉਂਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਕਦੇ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾਉਂਦੇ।" ਗਿੱਪੀ ਗਰੇਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਇਹ ਕੋਈ ਫਿਲਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਹ ਇੱਕ ਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਜੋਂ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।" ਟਿਪਸ ਫਿਲਮਜ਼ ਲਿਮਟਿਡ ਦੇ ਬੈਨਰ ਹੇਠ ਬਣੀ, ਇਹ ਫਿਲਮ ਮਨਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਅਤੇ ਕੁਮਾਰ ਤੌਰਾਨੀ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਫਿਲਮ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਲਿਖਣ ਦਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਇੰਦਰਜੀਤ ਮੇਗਾ ਨੂੰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਲਮ ਦੇ ਕੈਮਰਾਮੈਨ ਨਵਨੀਤ ਮਿਸਰ ਹਨ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਏ.ਵੀ. ਸਰਾ ਨੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਫਿਲਮ 18 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਸਿਨੇਮਾਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋਣ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਮੁਹੱਬਤ



ਤੇਰੀ ਦਿਲ ਤੋਂ ਯਾਦ ਭੁਲਾਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ
ਖੁਦ ਨਾਲ ਮੁਹੱਬਤ ਪਾਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ

ਗਮ ਦੇ ਵੇਹੜੇ ਵਿੱਚੋਂ ਚੱਕਰੇ ਮੰਜਾ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਅਮਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ

ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਵੇਹੜੇ ਡਾਹਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ

ਤੇਰਾ ਪਿਆਰ ਅਜਮਾਕੇ ਦੇਖ ਲਿਆ
ਹੁਣ ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਅਜਮਾਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ

ਦੁੱਖ ਦੀ ਦੂਰ ਦਿਲਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣ ਨੀ ਦੇਣੇ
ਸੁੱਖ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਬਿਠਾਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ

ਮੰਗਿਆਂ ਮੁੱਲ ਮੁਹੱਬਤ ਮਿਲਦੀ ਨਾ
ਸੱਜਣਾਂ ਦੇ ਦਰ ਅਲਖ ਜਗਾਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ

ਸਿੱਧੂ, ਗੁੱਸਿਆ ਯਾਰ ਮਨਾਵਨ ਲਈ
ਪੈਰੀਂ ਬੰਨ੍ਹ ਝਾਂਜਰ ਛਣਕਾਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ

ਸਾਡੇ ਦੇਵਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਆਵੇ ਨਾ
ਮਲੇਟੀਏ ਨੂੰ ਸਮਝਾਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ

ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਪਿਆਰ ਜਗਾਵਨ ਲਈ
ਨਫ਼ਰਤ ਦੀਆਂ ਕੁੰਧਾਂ ਢਾਹਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ

ਪ੍ਰੋ. ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਮੈਮੋਰੀਅਲ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ 'ਮੇਲਾ ਗ਼ਦਰੀ ਬਾਬਿਆਂ ਦਾ' 26 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਹਰਦਮ ਮਾਨ

ਸਰੀ, 10 ਜੁਲਾਈ : ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਮੈਮੋਰੀਅਲ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ (ਕੈਨੇਡਾ) ਵੱਲੋਂ 29ਵਾਂ ਸਾਲਾਨਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ 'ਮੇਲਾ ਗ਼ਦਰੀ ਬਾਬਿਆਂ ਦਾ' 26 ਜੁਲਾਈ 2025 ਨੂੰ ਬੇਅਰ ਕਰੀਕ ਪਾਰਕ ਸਰੀ ਵਿਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਾਹਿਬ ਸਿੰਘ ਥਿੰਦ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮੇਲਾ ਗ਼ਦਰੀ ਬਾਬਾ ਨਿਧਾਨ ਸਿੰਘ ਚੁੱਗਾ ਅਤੇ ਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਹੋਵਾਲ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਸਮੂਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੇਲੇ ਵਿਚ ਪੁੱਜਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੇਲੇ ਵਿਚ ਦਾਖ਼ਲਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਮੇਲੇ ਵਿਚ ਗ਼ਦਰੀ ਬਾਬਿਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਗੀਤ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਮੇਲੇ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਾਹਿਬ ਸਿੰਘ ਥਿੰਦ ਨਾਲ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 604-751-6267 ਅਤੇ ਕਿਰਨਪਾਲ ਸਿੰਘ ਗਰੇਵਾਲ ਨਾਲ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 604-649-5284 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਬਰੈਂਪਟਨ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਅਮਰਜੀਤ ਕੌਂਕੇ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਨਮਾਨ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਹਰਦਮ ਮਾਨ

ਕੈਨੇਡਾ 10 ਜੁਲਾਈ: ਅੱਜ ਵਿਸ਼ਵ ਪੰਜਾਬੀ ਸਭਾ, ਕਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਰਦਾਰ ਦਲਵੀਰ ਸਿੰਘ ਕਬੂਰੀਆ ਵੱਲੋਂ ਪਟਿਆਲਾ, ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਆਏ ਡਾ. ਅਮਰਜੀਤ ਕੌਂਕੇ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਨਮਾਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮੁਮੈਂਟੋ ਅਤੇ ਦੁਸ਼ਾਲੇ ਦੇ ਨਾਲ ਸੁਸ਼ੋਭਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਅਮਰਜੀਤ ਕੌਂਕੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਦੇ ਵਿੱਚ



ਇੱਕ ਉਘਾ ਨਾਮ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਪੁਸਤਕਾਂ, ਹਿੰਦੀ ਵਿੱਚ ਛੇ ਪੁਸਤਕਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 40 ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਹਿੰਦੀ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਤੋਂ ਹਿੰਦੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਹ ਇੱਕ ਪੰਜਾਬੀ ਮੈਗਜ਼ੀਨ "ਪ੍ਰਤਿਮਾਨ" ਦਾ 22 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਸੰਪਾਦਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਵਿ ਪੁਸਤਕ "ਇਸ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦਿਆਂ" ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤਕ ਹਲਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਚਰਚਾ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਬੂਰੀਆ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਪੁਸਤਕ ਅਤੇ "ਪ੍ਰਤਿਮਾਨ" ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਦੀ ਤਾਜ਼ਾ ਕਾਪੀ ਭੇਟ ਕੀਤੀ। ਪੰਜਾਬੀ ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੇ ਉਦਘਾਟਨੀ ਸਮਾਰੋਹ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ। ਅੱਜ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਰਦਿਆਂ ਸਰਦਾਰ ਦਲਵੀਰ ਸਿੰਘ ਕਬੂਰੀਆ, ਪ੍ਰੀਤ ਹੀਰ, ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਠਾਝੂ ਅਤੇ ਲਖਵਿੰਦਰ ਲੱਖਾ ਸਲੇਮ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪ੍ਰੈਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ " ਈ.ਪੀ.ਏ " ਦੀ ਹੋਈ ਪਹਿਲੀ ਮੀਟਿੰਗ-ਕਈ ਮੁੱਦਿਆਂ ਤੇ ਹੋਈ ਚਰਚਾ

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪ੍ਰੈਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ " ਈ.ਪੀ.ਏ " ਦੀ ਹੋਈ ਸਰਬਸੰਮਤੀ ਨਾਲ ਚੋਣ ਫਿਲਮਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਮੋਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨੇ ਬਣਾਈ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪ੍ਰੈਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ " ਈ.ਪੀ.ਏ " ਦੇ ਬਣੇ ਕੁਲਵੰਤ ਗਿੱਲ ਪ੍ਰਧਾਨ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 10 ਜੁਲਾਈ : ਪੰਜਾਬ ਹੁਣ ਮੰਨੇਰੰਜਨ ਦਾ ਹੱਥ ਬਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਫਿਲਮਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਬਣਨ ਕਰਕੇ ਵਪਾਰ ਵੀ ਵਧਿਆ ਹੈ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਮੰਨੇਰੰਜਨ ਦੇ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਫਿਰ ਚਾਹੇ ਉਹ ਸੈਟਾਲਾਈਟ ਚੈਨਲ ਹੋਣ ਜਾਂ ਫਿਰ ਵੈਬ ਚੈਨਲ ਅੱਜ ਦੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕੋਈ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਦਰਪੇਸ਼ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਸੰਸਥਾ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੀ, ਇਸੇ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਟੀਵੀ ਚੈਨਲਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਮੁੱਖੀਆਂ ਨੇ ਮਿਲਕੇ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਅਜਿਹੀ ਸੰਸਥਾ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ,ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਉਧਮ ਸਦਕਾ ਇਕ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਬੋਡੀ ਦਾ ਗਠਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸਦਾ ਨਾਮ



ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪ੍ਰੈਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ। ਅੱਜ ਮੋਹਾਲੀ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਹੋਟਲ ਵਿੱਚ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਸਰਪਰੰਸਤ ਏਬੀਸੀ ਨਿਊਜ਼ ਦੇ ਮੁੱਖੀ ਸ.ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਭੁੱਲਰ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਪਲੇਟੀ ਮੀਟਿੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰਬਸੰਮਤੀ ਨਾਲ ਫੋਰਐਵਰ ਟੀਵੀ ਚੈਨਲ ਤੋਂ ਜਸ਼ਨ ਗਿੱਲ ਨੂੰ ਬਤੌਰ ਚੇਅਰਮੈਨ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਇਸ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਲਿਸ਼ਕਾਰਾ ਟੀਵੀ ਤੋਂ ਕੁਲਵੰਤ ਗਿੱਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਧਾਨ,ਪੇਲੀਵੰਡ ਪੋਸਟ ਤੋਂ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਜਵੰਦਾ ਨੂੰ ਸਵਾਗਤੀ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਚੇਅਰਮੈਨ, ਡਰੀਮ ਪੰਜਾਬੀ ਤੋਂ ਦਿਨੇਸ਼ ਨੂੰ ਖਜ਼ਾਨਚੀ, ਸੀਨੀਅਰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਚਸਕਾ ਟੀਵੀ ਤੋਂ ਸੰਦੀਪ ਜੋਸ਼ੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਟਿਕਾਣਾ ਤੋਂ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸੁੱਖੀ ਨੂੰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ,ਲਿਸ਼ਕਾਰਾ ਟੀਵੀ ਤੋਂ ਤੇਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਨੂੰ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ , ਡੇਲੀ ਪੋਸਟ ਤੋਂ ਸੰਦੀਪ ਕੰਬੋਜ ਨੂੰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ,ਆਰ.ਬੇ.ਜੇ ਚੌਹਾਨ ਨੂੰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ,ਪੇਂਡੂ ਟੀਵੀ ਤੋਂ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ,ਲਿਵਆਨ ਚੈਨਲ ਤੋਂ ਰਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ,ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਤੋਂ ਸ਼ਿਵਮ ਮਹਾਜਨ ਨੂੰ ਸਟੇਜ ਸਕੱਤਰ,ਫੈਕਟ ਨਿਊਜ਼ ਤੋਂ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਔਲਖ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਸ ਸੈਕਟਰੀ, ਸਿੱਧੀ ਗੱਲ ਟੀਵੀ ਚੈਨਲ ਤੋਂ ਨਰਿੰਜਨ ਲਹਿਲ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਸ.ਕੁਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ ਨੂੰ ਫਾਇਨੈਂਸ਼ਨਲ ਵਰਲਡ ਦਾ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਡਾਰੀ ਚੈਨਲ ਤੋਂ ਸਿਮਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਲਾਹਕਾਰ ਤੇ ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ (ਸਿੰਗਲ ਟਰੈਕ ਸਟੂਡਿਓ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਦੁਨੀਆ ਡਾਟ ਕਾਮ) ਨੂੰ ਮੈਂਬਰ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਇਸ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਕੈਮਰਾਮੈਨ ਨਿਤਿਨ (ਡੇਲੀ ਪੋਸਟ) ਨੂੰ ਮੈਂਬਰ,ਦੈਨਿਕ ਸਵੇਰਾ ਤੋਂ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਭੁੱਲਰ ਨੂੰ ਮੈਂਬਰ,ਕੁਦਰਤ ਟੀਵੀ ਤੋਂ ਹੇਰਿਤ ਬਜਾਜ ,ਗਰੇਟ ਪੰਜਾਬ ਟੀਵੀ ਤੋਂ ਸੁਮਿਤ ਖੰਨਾ ਨੂੰ ਮੈਂਬਰ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ , ਇਸ ਖਾਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਹਰਜਿੰਦਰ ਜਵੰਦਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਸੀ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਸੰਸਥਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਤੇ ਅੱਜ ਉਹ ਸੰਸਥਾ ਬਣਾ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹਨ ,ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕੁਲਵੰਤ ਗਿੱਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਫੀਲਡ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਉਸਦਾ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਹੋਰ ਤਾਂ ਹੋਰ ਹਰ ਪੱਤਰਕਾਰ ਦਾ 5 ਲੱਖ ਦਾ ਬੀਮਾ ਵੀ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ,ਚੇਅਰਮੈਨ ਜਸ਼ਨ ਗਿੱਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿਹਾ ਪੱਤਰਕਾਰ ਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਮੁਸ਼ੀਬਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਈ.ਪੀ.ਏ ਦੀ ਸਾਰੀ ਟੀਮ ਉਸ ਲੋੜਵੰਦ ਪੱਤਰਕਾਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ,ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਜਨਰਲ ਸੈਕਟਰੀ ਤੇਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਵੱਡਾ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਤਾਜ਼ਪੋਸ਼ੀ ਹੋਵੇਗੀ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਰਾਜਨੀਤੀ,ਫਿਲਮਾਂ ਪ੍ਰਮੋਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਪੀ.ਆਰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੇ ਫਿਲਮ ਜਗਤ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਹਸਤੀਆਂ ਸ਼ਿਕਰਤ ਕਰਨਗੀਆਂ

ਸੌਣ ਮਹੀਨਾ ਜੇ ਨਾ ਆਵੇ



ਸੌਣ ਮਹੀਨਾ ਜੇ ਨਾ ਆਵੇ
ਸੇ ਸੇ ਸੁਕਰ ਮਨਾਵਾ
ਜੀ ਕਰਦਾ ਮੈ ਭੁੱਲ ਕੇ ਵੀ ਨਾ
ਇਸਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਪਾਵਾਂ
ਬਹੁਤ ਲਿਖਾਰੀ ਲਿਖਣ ਇਸ ਨੂੰ
ਏਹ ਛੇਤੀ ਆ ਜਾਵੇ
ਕੁ ਕੁ ਕਰਦੀ ਕੋਇਲ ਅੰਬਾ ਤੇ
ਮੋਰ ਵੀ ਪੈਲਾਂ ਪਾਵੇ
ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਸੌਣ ਮਹੀਨਾ
ਹੁੰਦਾ ਬੜਾ ਕਲਿਹਣਾ
ਜਦ ਆ ਜਾਂਦਾ ਏ
ਮੈ ਸੋਚਦਾ ਏ ਮਗਰੋਂ ਨੀ ਲਹਿਣਾ
ਏਹ ਮਹੀਨਾ ਸਾਲ ਦੇ ਜਿੱਡਾ
ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਰਹਿੰਦਾ
ਬਾਕੀ ਚੰਗਾ ਸਾਲ ਦੇਸਤੇ
ਲੰਘ ਜਾਂਦਾ ਏ ਵਿਹਦਾ
ਏਸ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅੱਜ ਔਗਣ
ਸੁਣ ਲਓ ਯਾਰ ਪਿਆਰੇ
ਏਸ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ
ਦੁਖੀ ਗਰੀਬ ਵਿਚਾਰੇ
ਸੌਣ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲ
ਜੰਦ ਹੈ ਮੀਂਹ ਵਰਸੇਂਦਾ
ਕੱਚੇ ਕੋਠੇ ਢਹਿ ਜਾਂਦੇ ਏ
ਪੱਕਿਆ ਨੂੰ ਚਮਕੋਂਦਾ
ਸਭ ਤੋਂ ਬੁਰੀ ਮੁਸੀਬਤ ਏ ਦੇ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਤੇਜ਼ਾ ਸਿੰਘ ਲੌਕੀ



ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਤੇ ਆਉਂਦੀ
ਬਚਨ ਲਈ ਬਰਸਾਤ ਤੋਂ ਉਸਨੂੰ
ਥਾਂ ਨਾ ਕਿੱਤੇ ਬਿਆਉਦੀ
ਦੂਜਾ ਅੰਗਣ ਮੱਛਰ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਚਾਰ ਚੁਫੇਰੇ
ਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੌਣ ਨੀ ਦਿੰਦਾ
ਲੜਦਾ ਨਿੱਤ ਹਨੇਰੇ
ਮੱਛਰ ਨਾਲ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ
ਲੋਕ ਦੁਖੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ
ਕੋਲ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੇ ਜਾ ਜਾ ਕੇ
ਟੀਕੇ ਨਿੱਤ ਲਵਾਂਦੇ
ਨਾਲ ਪਸੀਨੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦਾ
ਹਾਲ ਬੁਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ
ਕਿੰਨਾ ਚੰਗਾ ਕਪੜਾ ਹੋਵੇ
ਮਹੀਨਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾਂਦਾ
ਸਬਜੀ ਦੀ ਵੀ ਜੜ੍ਹ ਕੱਢ ਦਿੰਦਾ
ਜੇ ਘੱਟਾ ਬਚ ਜਾਵੇ
ਜੇ ਮੌਕੇ ਤੇ ਖਾਈ ਜਾਦੀ
ਉਹੋ ਹੀ ਕੰਮ ਆਵੇ
ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹਾਈਆ ਲੋਕਾ ਨੂੰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ
ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਕੋਲੋਂ ਕੋਈ
ਵਿਰਲਾ ਜਾਨ ਛਡਾਂਦਾ
ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਦੀ
ਰੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਮਜ਼ਦੂਰੀ
ਵਰਖਾ ਕਾਰਨ ਕੰਮ ਨਾ ਚੱਲੇ
ਬਣੇ ਮੁਸੀਬਤ ਪੂਰੀ
ਸਾਥੀਓਂ ਗਿਣ ਕੇ ਦੱਸ ਨੀ ਸਕਦਾ
ਅੰਗਣ ਹੋਰ ਬਥੇਰੇ
ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਨੂੰ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਜੋ
ਚਾਰ ਚੁਫੇਰਿਓ ਘੇਰੇ
ਜੋ ਸਰਮਾਏਦਾਰ ਨੇ ਲੋਕੀਂ
ਇਸ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਮਨਾਉਂਦੇ
ਮੇਰੇ ਜਿਹੇ ਗਰੀਬ ਆਦਮੀ
ਇਸ ਤੋਂ ਹੈ ਘਬਰਾਉਂਦੇ
ਆਪਣੇ ਖਿਆਲ ਮੁਤਾਬਕ
ਤੇਜੇ ਸ਼ੌਂਕੀ ਕਰੀ ਲਿਖਾਈ
ਏਹੋ ਰੁੱਤ ਭਲੂਰ ਵਾਲਿਆ
ਮੈਨੂੰ ਰਾਸ ਨੀ ਆਈ

ਗੀਤ ਸਾਉਣ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼

ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਸਾਉਣ ਮਹੀਨਾ ਵਿਰਸੇ ਵਾਲਾ ਬਣ ਗਿਆ ਦੰਦ ਕਥਾਵਾਂ।
ਬਾਪੂ ਵਰਗੇ ਖੇਤ ਪਿਆਰੇ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਕਰਜ਼ਾਈ।
ਵਿਚ ਪਦਰੇਸ਼ਾਂ ਪੁੱਤਰ ਭੇਜੇ ਮੁੜਕੇ ਸਾਰ ਨਾ ਆਈ।
ਘਰ ਤਾਂ ਖਾਲਮ ਖਾਲੀ ਹੋ ਗਏ ਮਿਲ ਦਾ ਨਾ ਸਿਰਨਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਹੋਟਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਬਾਗ਼ਾਂ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ।
ਨਕਲੀ ਗਹਿਣੇਂ ਨਕਲੀ ਕਪੜੇ ਨਕਲੀ ਹਾਰ ਸ਼ਿੰਗਾਰ।
ਨਕਲੀ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਚੱਲਣ ਮੋਟਰ ਨਾਲ ਹਵਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਹਾਕਿਮ ਤੇਰੀ ਨੀਤੀ ਕਰਕੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੁਲੰਦੀ।
ਬਦਬੂ ਬਣ ਕੇ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ ਚਹੁ ਪਾਸੇ ਸੁਗੰਧੀ।
ਅਰਥੀ ਵਿੱਚੋਂ ਪੁੱਤਰ ਲੱਭਣ 'ਵਾਜ਼ਾਂ ਮਾਰ ਕੇ ਮਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਨਾ ਹੁਣ ਕਿਧਰੇ ਪੂੜੇ ਪਕਦੇ ਨਾ ਖੀਰਾਂ ਨਾ ਹਾਸੇ।
ਨਾ ਹੀ ਸਖੀਆਂ ਕਠੀਆਂ ਹੋਵਣ ਨਾ ਹੀ ਘੁਲਣ ਪਤਾਸੇ।
ਸਿਰਫ਼ ਸਵਾਰਥ ਦੇ ਵਿਚ ਉਠਣ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਬਾਝਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਹੀ ਮਾਰਨ ਦੇ ਲਈ ਹਥਿਆਰ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ।
ਹੱਦਾਂ ਬੰਨੇ ਖੇਵਣ ਦੇ ਲਈ ਬੰਬ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ।
ਆਧੁਨਿਕਤਾ ਦੇ ਦੌਰ 'ਚ ਵਧੀਆ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਘਟਨਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਘਰ-ਘਰ ਦੇ ਵਿਚ ਇਕ ਹੀ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਦੀ ਕਿਲਕਾਰੀ।
ਭੂਆ ਚਾਚੇ ਤਾਏ ਵਾਲੀ ਮੁੱਕ ਚੱਲੀ ਸਰਦਾਰੀ।
ਲੋਕੀਂ ਉਡਦੇ ਫ਼ਿਰਦੇ ਲਭਦੇ, ਲਭਦਾ ਨਈਂ ਸਿਰਨਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਆਧੁਨਿਕਤਾ ਨੇ ਉਨਤੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ ਬਰਬਾਦੀ।
ਪਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਪਾਈ ਮਗਰ ਗੁਲਾਮੀ ਵਿਚ ਆਜ਼ਾਦੀ।
ਸੰਜੀਵ ਦਿਸ਼ਾ ਤੋਂ ਹੋਂਦ ਬਣਾਉਂਦਾ ਜਿੰਦਾਂ ਇਕ ਪਰਛਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਸਿਰਫ਼ ਬਣਾਉਣੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਰਹਿ ਗਏ ਪੈਸੇ ਦੀ ਵੰਡਿਆਈ।
ਮੋਹ ਮਮਤਾ ਤੋਂ ਵਖਰੀ ਹੋ ਕੇ ਵੱਜਦੀ ਹੈ ਸ਼ਹਿਨਾਈ।
ਸੁੱਖਾਂ ਦੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਵੜ੍ਹ ਕੇ ਸੰਨ ਲਗਾਈ ਚਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਜੰਨਤ ਵਰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ ਇਕ ਰੀਤ।
ਸਾਝਾਂ ਵਾਲੀ ਉਲਫ਼ਤ ਵਾਲੀ ਜੱਫੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰੀਤ।
ਲੈਪ ਦੀਵੇ ਦੀ ਲੋਅ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿੱਥੇ ਨੇ ਉਹ ਥਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਲੈਪਟੋਪ ਮੋਬਾਈਲ ਦੇ ਵਿਚ ਵੜ੍ਹ ਗਏ ਬੱਚੇ ਸਾਰੇ।
ਰਿਸ਼ਤੇ ਨਾਤੇ ਬੋਲੇ ਹੋ ਗਏ ਮਸਤਕ ਹੋ ਗਏ ਭਾਰੇ।
ਚਾਵਾਂ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਬਦਲੀ ਪਹੀਏ ਨਾਲ ਇੱਛਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।
ਯੁਗ ਪਰਿਵਰਤਨ ਸ਼ੀਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਯੁਗ ਨਾਲ ਚਲਣਾ ਪੈਂਦਾ।
ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਵੀ ਸੂਰਜ ਵਾਂਗੂੰ ਚੜ੍ਹਣਾ ਢਲਣਾ ਪੈਂਦਾ।
ਬਾਲਮ ਆਖੇ ਇਸ ਯੁਗ ਕੋਲੋਂ ਜਿੱਤਾਂ ਜਾ ਹਰ ਜਾਵਾਂ।
ਨਾ ਉਹ ਕਿਧਰੇ ਪੀਂਘਾਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾ ਉਹ ਬੋਹੜ ਨਾ ਛਾਵਾਂ।



ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਬਲਵਿੰਦਰ 'ਬਾਲਮ' ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ

ਰਿਸ਼ੀ ਤੇ ਨਰਤਕੀ***

ਨਰਤਕੀ ਨੇ ਰਿਸ਼ੀ ਨੂੰ ਕਿਹਾ
ਰਿਸ਼ੀ ਇਹ ਮੇਨਕਾ ਨਹੀਂ
ਤੂੰ ਕਿੱਤੇ ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਜਾਲ ਵਿਚ ਨਾ ਫਸ ਜਾਈ।
ਇਸ ਦੇ ਤਾਂਬੀ ਸੋਲ੍ਹਾਂ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਨੂੰ।
ਸੋਨੇ ਹੀਰਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਸਮਝ
ਇਸ ਦੇ ਭਰਮ ਜਾਲ ਵਿਚ ਨਾ ਫੱਸੀ।
ਇਹ ਨਰਤਕੀ ਮੇਨਕਾ ਨਹੀਂ
ਮ੍ਰਿਗਜਾਲ ਹੈ

ਰਿਸ਼ੀ ਚੁੱਪ ਰਿਹਾ
ਨਰਤਕੀ ਨੇ ਮੁੜ ਕਿਹਾ
ਇਹ ਜੋ ਕੰਨਿਆ
ਅਰੂਹੀ ਨਿਰਮੋਹੀ
ਜਾਣਦੀ ਹੈ ਸਾਰੀ ਭਾਵ, ਭੰਗਿਆਂ
ਕਿਤੇ ਇਸ ਦੀ ਅਦਾ ਕਾਰੀ ਨੂੰ
ਪ੍ਰੇਮਸਮਝ ਕੇ ਨਾ ਭਟਕੀ
ਰਿਸ਼ੀ ਬੋੜਾ ਮੁਸਕਰਾ ਪਿਆ
ਨਰਤਕੀ ਫਿਰ ਕਿਹਾ
ਰਿਸ਼ੀ ਇਹ ਬੱਦਲਾਂ ਦੀ ਗਰਜ਼
ਇਹ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਚਮਕ
ਇਹ ਬੱਦਲਾਂ ਦੀ ਗਰਜ਼ਨ ਵਿਚ
ਹੋਈ ਬਰਸਾਤ ਨਹੀਂ ਹੈ
ਇਹ ਸੁਪਨ ਦੀ ਬਾਰਸ਼ ਹੈ
ਹੁਣ ਰਿਸ਼ੀ ਬੱਦਲਾਂ ਦੀ ਗਰਜ਼
ਜਿਹਾ ਹੱਸ ਪਿਆ।
ਨਰਤਕੀ ਨੇ ਸੋਚਿਆ
ਮੇਰਾ ਜਾਦੂ ਚਲ ਗਿਆ
ਨਰਤਕੀ ਵਲ ਜਿੱਤ ਤੇ ਸਵਾਲੀਆ ਨਜ਼ਰੀਂ ਨਾਲ

ਤੋਂਕਿਆ।
ਰਿਸ਼ੀ ਨੇ ਕਿਹਾ
ਜਿਹੜੇ ਮੁਹਾਣੇ ਤੂੰ ਮੁੜਣਾ ਚਾਹੇ ਨਰਤਕੀ
ਜਿਸ ਨਦੀ ਤੇ ਮੇਰਾ ਰੁੱਖ ਪਲਟਣਾ ਚਾਹੋਂ
ਉਹ ਪਾਣੀ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਵਗਦਾ ਹੈ
ਉਸ ਦੇ ਛਲਾਵੇ ਕਿ ਕਲਾਵੇ
ਮੇਰੇ ਅੰਗ ਸੰਗ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ
ਉਹ ਮੇਨਕਾ
ਮੈਂ ਮੇਨਕਾ
ਉਹ ਨਰਤਕੀ ਮੈ ਤਾਲ ਉਸ ਦੀ ਲੈਅ
ਹੁਣ ਨਰਤਕੀ ਤਨ ਅਗਨਸਾਰ ਹੋਇਆ
ਮਨ ਅਗਨ ਬਾਣ ਹੋਇਆ
ਉਸ ਦਾ ਜਗ ਸੁਆਹ ਹੋਇਆ।

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਸੁਰਜੀਤ ਸਾਰੰਗ



ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵੀ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਦੇਖ ਕੇ ਖਾਣਾ ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋ ਜਾਊ ਸਾਵਧਾਨ।

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਸਦੀਪ ਕਰੋਜ



ਨਸ਼ਾ ਇਕ ਬਹੁਤ ਬੁਰੀ ਆਦਤ ਹੈ।ਇਹ ਨਸ਼ਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਕੱਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਵੱਡਿਆਂ ਤੱਕ ਸਭ ਨੂੰ ਸਮਾਰਟ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਚਲਾ ਕੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇਖਣ, ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਣ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਬਣਾਉਣ ਦੇਖਣ ਦਾ ਨਸ਼ਾ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਸ਼ਾ ਅੱਜ ਕੱਲ ਦੇ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਮਾਸੂਮ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੱਗ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਦਾ ਨਸ਼ਾ ਇਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਦੇਖੇ ਬਿਨਾਂ ਖਾਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ, ਨਾਂ ਹੀ ਦੁੱਧ ਪੀਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾਂ ਹੋਰ ਕੁਝ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਸਾਨੂੰ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਦਿਉਗੇ ਤਾਂ ਹੀ ਰੋਟੀ ਖਾਵਾਂਗੇ।ਇਸ ਲਈ ਮਾਂ -ਬਾਪ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਮੋਬਾਇਲ ਦੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਚਲੇ ਇਸ ਬਹਾਨੇ ਸਾਡਾ ਬੱਚਾ ਰੋਟੀ ਖਾ ਲਵੇਗਾ। ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਰੋਟੀ ਖਾਂਦੇ ਹੋਏ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਕਿ ਬੱਚਾ ਖਾਣਾ ਖਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।ਕਈ ਵਾਰ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਫ਼ੋਨ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਲਿਮੀਟ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਖਾਣਾ ਖਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਹੀ ਫ਼ੋਨ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਨਾਂ ਕਿ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਵਿੱਚ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਾ ਫੋਨ 'ਚ ਰੁੱਝ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਖਾਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਦੇਖਣਾ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਛੋਟੇ ਵੱਡਿਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੈ।ਪਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਾਜ਼ੁਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਰਹੀਆਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਕਿਰਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਉਹ ਆਨਲਾਇਨ ਕਲਾਸ ਦਾ ਬਹਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।ਸਾਨੂੰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਇਹ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਨਾਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਿਡੌਣਿਆ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਈ ਜਾਵੇ।ਇਕ ਵਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇਗਾ ਪਰ ਹੋਲੀ ਹੋਲੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਿਡੌਣਿਆ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪੈ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਬਿਨਾਂ ਰੋਟੀ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦਾ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਿਡੌਣੇ ਨਾਲ ਖਿਡਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਰੋਟੀ ਖਾਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਈ ਜਾਵੇ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੇ ਅੱਜ ਕੱਲ ਬਹੁਤ ਤਰਾਂ ਦਾ ਮਾੜਾ ਚੰਗਾ ਡਾਟਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਕਿ ਸਾਡਾ ਬੱਚਾ ਮੋਬਾਇਲ ਤੇ ਚੰਗੀ ਚੀਜ਼ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੁਝ ਅਸ਼ਲੀਲ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਇਕ ਵਾਰ ਅਸ਼ਲੀਲ ਵੀਡੀਓ ਵੇਖਣ ਲੱਗ ਗਿਆ ਤਾਂ ਫਿਰ ਵਾਰ ਵਾਰ ਸਕਰੋਲ ਕਰਨ ਤੇ ਅਸ਼ਲੀਲ ਵੀਡੀਓ ਹੀ ਸਕਰੀਨ ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਗੀਆਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਸਾਡਾ ਬੱਚਾ ਘਰ ਬੈਠਿਆਂ ਹੀ ਵਿਗੜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੁਰੇ ਰਸਤੇ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਕੋਈ ਕ੍ਰਾਈਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਦੇਖਣ ਲੱਗ ਗਿਆ ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਕ੍ਰੀਨ ਤੇ ਸਕਰੋਲ ਕਰਨ ਤੇ ਕ੍ਰਾਈਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਹੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਗੀਆਂ।ਇਹ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਦੇਖ ਕੇ ਬੱਚਾ ਗਲਤ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵਿੱਚ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਤਬਾਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਪੂਰੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਾਂ ਹੋਵੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ।ਕਈ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਜਿਹੇ ਹਨ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ 'ਚ ਵਿਅਸਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ। ਉਹ ਕੰਮ ਦੇ ਚੱਕਰ 'ਚ ਖੁਦ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਦੇ ਕੇ ਬਿਠਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਗ਼ਲਤ ਹੈ।ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਦੀ ਆਦਤ ਛੁਡਵਾ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਊਟਡੋਰ ਖੇਡਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇ। ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਵੀ ਫ਼ਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡ ਗਰਾਊਂਡ ਲੈ ਕੇ ਜਾਇਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਖੁਦ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗਰਾਊਂਡ ਵਿੱਚ ਖੇਡਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਖੇਡਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਰੁਚੀ ਵੱਧ ਸਕੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕਦੇ ਵੀ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵੀ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ।ਸਾਨੂੰ ਸੋਣ ਲੱਗਿਆਂ ਵੀ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 5 ਫੁੱਟ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚੋ- ਮਾਸਟਰ ਪਰਮ ਵੇਦ

ਲੜਕੇ ਨੂੰ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਦੀ ਥਾਂ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸੋਚ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਵੱਲ ਲਾਇਆ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਮਾਸਟਰ ਪਰਮਵੇਦ

ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਟੁੱਟ ਅੰਗ ਬਣ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਧੂਰੇ/ਅੰਗਰੀਣ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ। ਉਸ ਰਾਹੀਂ ਅਸੀਂ ਹਰ ਸਮੇਂ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਉਸ ਨੇ ਘੜੀ, ਰਿਕਾਰਡਰ, ਕੈਮਰਾ, ਟਾਈਪਰਾਈਟਰ ,ਡਿਟਸ਼ਨਰੀ ਆਦਿ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮੇਂ ਲਿਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਚਾਹੇਂ ਫੋਟੋ ਖਿੱਚ ਲਓ, ਜਦੋਂ ਚਾਹੇ ਵੀਡੀਓ ਬਣਾ ਲਓ, ਟਾਈਮ ਦੇਖਣਾ ਹੋਵੇ ਟਾਈਮ ਦੇਖ ਲਓ, ਖ਼ਬਰਾਂ ਸੁਣ ਲਓ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੁਨੇਹਾ ਦੇ ਦਿਓ, ਕਿਸੇ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਓ, ਜਦੋਂ ਕੁੱਝ ਟਾਈਪ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਟਾਈਪ ਕਰ ਲਓ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਦੇਖ ਲਵੋ।ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਵਰਤਿਆਂ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੇ ਅਥਾਹ ਫਾਇਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾਂ ਇਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਿਰਫ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਜੋ ਅੱਖਾਂ ਲਗਦਾ ਸੀ, ਮਹਿੰਗਾ ਵੀ ਸੀ, ਪਰ ਹੁਣ ਮੋਬਾਈਲ 'ਤੇ ਹੀ ਆਨ ਲਾਈਨ ਹੋ ਕੇ ਤੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠ ਕੇ ਸਾਰੀ ਗੱਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ। ਕੀ-ਕੀ ਲਾਭ ਗਿਣਾਈਏ।ਪਰ ਅਜ ਕਲ ਇਸ ਦੀ ਗਲਤ ਵਰਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹ ਗਈ ਹੈ।ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਨੌਕਰੀ ਪੇਸ਼ਾ ਵਿਅਕਤੀ ਵੀ ਕ੍ਰਿਕਟ ਵਾਹੂੰ ਇਸਦੇ ਮਰਜ਼ੀ ਬਣਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸੰਗਰੂਰ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਬਣੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗੀ ਦਾ ਇਕ ਕੇਸ ਆਇਆ। ਘਰਦਿਆਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਾਡਾ ਲੜਕਾ ਹਰ ਸਮੇਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਹੀ ਵਰਤਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਵੜਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਨੌਕਰੀ ਤੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਉਹ ਹਰ ਸਮੇਂ ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਸੂਡੋਕੋ ਆਦਿ ਗੇਮ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੇਡਦਾ ਹੈ। ਬੱਸ ਖੇਡੀ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੋਟੀ ਵੀ ਘੱਟ ਹੀ ਖਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਗਿਰਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਣ ਤੋਂ ਵਰਜਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਘਰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, “ਉਸ ਦੀ ਆਦਤ ਛੁਡਾਉਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪੱਕ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਅਸੀਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਜੇ ਸਾਡੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ ਲੱਗ ਪਿਆ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸਦੀ ਆਦਤ ਛੁਡਵਾ ਦਿਆਗੇ। ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰੋ। ਬੱਚੇ ਨਕਲ ਕਰਦੇ ਨੇ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਹੀਂ ਉਸਦੀ ਆਦਤ ਜਾਣ ਲਈ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਉਸ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਆਪਣੇ ਲੜਕੇ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਗਏ। ਸਾਡੀ ਤਿੰਨ ਮੈਂਬਰੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਤੇ ਮੈਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਟੀਮ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਬੜੇ ਹੀ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਬਿਠਾਇਆ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਲੜਕੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਜਾਣਦਾ ਸੀ। ਉਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਲੜਕਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਕਿਹਾ, “ਤੇਰੀ ਨੌਕਰੀ ਦਾ ਕੀ ਹਾਲ ਹੈ? ਅੱਜ ਕੱਲ ਕਿੱਥੇ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦੈਂ?” ਨੌਕਰੀ ਦਾ ਸਥਾਨ, ਸਮਾਂ, ਤਰੱਕੀ ਤੇ ਸੈਲਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈ ਗਿਆ ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਸ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਾਇਆ ਕਿ ਉਹ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਖੇਡਾਂ ਵਿਚ ਕਿੰਨਾ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਸੀ। ਮੈਂ ਕਿਹਾ, “ਮੈਨੂੰ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤੇਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਤਾਰੀਫ਼ਾਂ ਯਾਦ ਨੇ। ਅਧਿਆਪਕ ਤੇਰੀਆਂ ਬੜੀਆਂ ਤਾਰੀਫ਼ਾਂ ਕਰਿਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁੱਲ ਵੀ ਬਰਬਾਦ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਰਦਾ। ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਕਰਦਾ ਸੀ।” ਮੈਂ ਉਸ ਤੋਂ ਪੁੱਛਿਆ, “ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਵੀ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ? ਤੇਰੇ ਸਾਥੀ ਤੇਰੀ ਹੁਣ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹੋਣਗੇ।” ਮੈਂ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਗਿਆ। ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਕੀ ਦੱਸਾਂ ਅੰਕਲ ਜੀ ! ਹੁਣ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਗੰਦੀ ਆਦਤ ਪੈ ਗਈ ਹੈ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਦੇਸਤ ਮੈਨੂੰ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਨੇ। ਮੈਂ ਤਾਂ ਹੁਣ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਣੋਂ ਵੀ ਹਟ ਗਿਆ ਹਾਂ।” ਉਸਦੇ ਮਨ ਦੀ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਉਸ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਤੋਂ ਸਾਫ਼ ਝਲਕ ਰਹੀ ਸੀ। ਉਹ ਬਹੁਤ ਦੁੱਖ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, “ ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆਇਆ ਕਰ। ਆਪਾਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਿਆ ਕਰਾਂਗੇ। ਮੈਂ ਉਸਨੂੰ ਸਿਰਾਮੰਡ ਫਰਾਈਡ ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਦਿੱਤੀ। ਉਹ ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਮੰਨ ਗਿਆ ਤੇ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਆਉਣ ਬਾਰੇ ਕਹਿ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਚਲਾ ਗਿਆ। ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਉਹ ਆਪ ਨਹੀਂ ਆਇਆ, ਸਗੋਂ ਮੈਂ ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਗਿਆ। ਉਹ ਇਕਦਮ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਤੁਰ ਪਿਆ। ਅਸੀਂ ਬਾਹਰ ਸੈਰ ਕਰਨ ਚਲੇ ਪਏ। ਮੈਂ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ। ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ, “ਅਜੇ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ। ਕੱਲ੍ਹ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਾਂਗਾ।” ਮੈਂ ਕਿਹਾ, “ਅੱਜ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ। ਅੱਜ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ। ਪੜ੍ਹ ਲੈ। ਤੂੰ ਆਪ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਆਦਤ ਨੂੰ ਗੰਦੀ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਤੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੋਇਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਛੱਡ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ, ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਲੱਗ। ਦੇਖੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਤੇਰੀ ਆਦਤ ਬਦਲ ਜਾਵੇਗੀ ਤੇ ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਵੇਂਗਾ। ਤੇਰੇ ਘਰ ਵਾਲੇ ਤੇਰਾ ਵਿਆਹ ਕਰਨ ਦੀ ਸੋਚ ਰਹੇ ਨੇ। ਵਧੀਆ ਰਿਸ਼ਤਾ ਤੇਰੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।” ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਕੇ ਵਾਪਸ ਘਰ ਆ ਗਿਆ।ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਉਹ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਆ ਗਿਆ ਤੇ ਕਹਿੰਦਾ, “ਅੰਕਲ ਕਿਤਾਬ ਬੜੀ ਵਧੀਐ। ਮੈਂ ਕਾਫ਼ੀ ਪੜ੍ਹ ਲਈ ਹੈ। ਚਾਰ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਕਰ ਦੇਵਾਂਗਾ।” ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਦੇ ਕਾਫ਼ੀ ਨੁਕਸਾਨ ਗਿਣਾਏ ਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਕਿਹਾ, “ਲੋਕ ਵਰੀਕਲ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਦੁਰਘਟਨਾ ਦਾ ਡਰ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਤਣਾਅ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਨੇ। ਉਹ ਸਮਝਦੇ ਨੇ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿਗ੍ਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸਿਹਤ ਵਿਗੜਦੀ ਹੈ। ਅੱਖਾਂ, ਕੰਨ ਤੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਨਵੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਮੋਬਾਈਲ ਗੇਮਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਗੇਮਾਂ ਦਿੰਨੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਲਗਦੀਆਂ ਹੋ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਸ਼ਾ ਜਿਹਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੇਸਮਝ ਲੋਕ ਸੌਂਦੇ, ਜਾਗਦੇ, ਖਾਂਦੇ, ਪੀਂਦੇ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਨੇ। ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਪੈਰ ਆਪ ਕੁਰਾੜਾ ਮਾਰ ਰਹੇ ਨੇ। ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੁੱਟਣਾ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਲੁੱਟ ਦਾ ਮਾਰੋਲ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਸੋਚ ਆਪ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੇ ਸਾਡੇ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਸੋਚਣਾ, ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ ਲਾਭ ਲਈ ਹੀ ਸੋਚਦੇ ਨੇ। ਬਹੁਤੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵਾਲੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆ ਦੀ ਸਿਹਤ, ਸਮਾਂ, ਸਿੱਖਿਆ ਸਭ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਨੇ।ਸੇ ਸਾਨੂੰ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਅਤੀ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਖੋਜ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖਤਾ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਨਹੀਂ ਬਣਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਤੇਰੇ ਵਰਗੇ ਸੁਝਵਾਨ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਹੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਫੇਰ ਉਸ ਤੋਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਸਦੇ ਵਿਚਾਰ ਜਾਣੇ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਅੰਕਲ ਜੀ! ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਫੋਨ ਦੀ ਥਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਿਆ ਕਰਾਂਗਾ। ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਿਓ।” ਮੈਂ ਵਿਗਿਆਨਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਕਾਰਨ ਤੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਸ਼ਿਆਮ ਸੁੰਦਰ ਦੀਪਤੀ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ।ਘਰਦਿਆਂ ਤੋਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਰਿਪੋਰਟ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਤੇ ਦੂਜੇ ਤੀਜੇ ਦਿਨ ਲੜਕੇ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਵੀ ਜਾਂਦਾ। ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੀ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਪੂਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਗਏ। ਅੱਜ ਕੱਲ ਉਹ ਆਪਣਾ ਵਾਧੂ ਸਮਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਵਿੱਚ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਘਰਦੇ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹਨ।