ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼

WORLD PUNJABI TIMES

A Punjabi News Protal & Epaper From Winnipeg, Canada

Visit us at : www.worldpunjabitimes.com

Mob: 7973333573, +1 (418) 887-0162

Epaper World Punjabi Times | 30 ਸਤੰਬਰ 2025 ਦਿਨ ਮੰਗਲਵਾਰ | ਈ-ਪੇਪਰ ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼

ਪੰਜਾਬੀ ਕਵੀ ਗੁਰਭਜਨ ਗਿੱਲ ਦਾ ਸੱਜਰਾ ਗ਼ਜ਼ਲ ਸੰਗ੍ਰਹਿ "ਜ਼ੇਵਰ" ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਕੰਗ ਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਲੁਧਿਆਣਾ ਵਿਖੇ ਲੋਕ ਅਰਪਣ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼

ਲੁਧਿਆਣਾ: 30 ਸਤੰਬਰ : ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ 118ਵੇਂ ਜਨਮ ਦਿਹਾੜੇ ਦੀ ਪੂਰਵ ਸੰਧਿਆ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਵਿਰਾਸਤ ਅਕਾਡਮੀ ਲੁਧਿਆਣਾ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਕਵੀ ਗੁਰਭਜਨ ਗਿੱਲ ਦਾ ਨਵਾਂ ਤੇ ਨੌਂਵਾਂ ਗ਼ਜ਼ਲ ਸੰਗ੍ਰਹਿ (ਲਾਸ ਏਂਜਲਸ)ਅਮਰੀਕਾ ਵੱਸਦੇ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰੀਏ ਵੀਰ ਸ. ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਕੰਗ ਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਹੱਥੋਂ ਲੋਕ ਅਰਪਣ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ।

ਸ. ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਕੰਗ ਨੇ "ਜ਼ੇਵਰ" ਲੋਕ ਅਰਪਣ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਵੱਡੇ ਮਾਣ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੀ ਤੇ ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਜਨਮ ਭੂਮੀ ਇੱਕ ਹੈ ਪਰ ਕਰਮਭੂਮੀ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸੁਪਨੇ ਇੱਕੋ ਜਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਪਣੀ ਲਿਖਤ ਰਾਹੀ ਜਾਤ-ਪਾਤ ਰਹਿਤ ਵਿਕਸਤ ਪੰਜਾਬੀ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਸਮਾਜ ਉਸਾਰਨ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਹਨ ਉੱਥੇ ਦੇਸ਼ ਬਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਾਰੋਬਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਰਤ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ, ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਵਾਲਾ ਲੁੱਟ ਰਹਿਤ ਸਮਾਜ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਾਂ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਹੋਰ ਵੀ ਸੁਭਾਗ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਭਾ ਜੀ ਗੁਰਭਜਨ ਗਿੱਲ ਨੇ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਲੋਕ ਅਰਪਣ ਕਰਨ ਦਾ ਮਾਣ ਮੈਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਨੌਜਵਾਨ ਤੇ ਦੁਬਈ ਵੱਸਦੇ ਉਤਸ਼ਾਹੀ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਕਰਣਵੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਗੁਰਭਜਨ ਗਿੱਲ ਜੀ ਮੇਰੇ ਸਤਿਕਾਰਤ ਪਿਤਾ ਜੀ ਸ. ਗੁਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਮਿੱਤਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਭਾਵੁਕ ਮੌਕਾ ਹੈ।

ਧੰਨਵਾਦ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਬੋਲਦਿਆਂ ਪ੍ਰੋ. ਗੁਰਭਜਨ ਗਿੱਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ. ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਕੰਗ ਸਿਰਫ਼ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਰਬਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਬਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਵੀ ਲਗਾਤਾਰ ਕਰਮਸ਼ੀਲ ਹਨ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਹੁਣ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪੁਸਤਕ ਲੋਕ ਅਰਪਣ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਘਟਨਾ ਨਹੀਂ ਬਣਦਾ ਸਗੋਂ ਜਿਹੜਾ ਕਦਰਦਾਨ ਪਹਿਲਾਂ ਮਿਲ ਗਿਆ ਉਸੇ ਦੇ ਕਰ ਕਮਲਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਦ ਮੁਰਾਦੇ ਅੰਦਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਇਹ ਰਸਮ ਨਿਭਾ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪੋਤਰੀ ਅਸੀਸ ਕੌਰ ਦੇ 8ਵੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮੌਕੇ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਦ 104 ਗ਼ਜ਼ਲਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਦਾ ਕੋਈ ਮੁੱਖ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਿਰਫ਼ ਬਲਵਿੰਦਰ ਸੰਧੂ (ਪਟਿਆਲਾ) ਦਾ ਲਿਖਿਆ ਸ਼ਬਦ-ਚਿੱਤਰ ਹੀ ਹੈ।

ਕਿਤਾਬ ਬਾਰੇ ਪੰਜਾਬੀ ਕਵੀ ਬੂਟਾ ਸਿੰਘ ਚੋਹਾਨ ਦੀ ਟਿੱਪਣੀ ਵਾਚਣ ਯੋਗ ਹੈ।

ਜਦ ਕਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ਗ਼ਜ਼ਲ ਵਿਚ ਸਰੋਦ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਸ਼ਾਇਰਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪਰਖ਼ ਪੜਚੋਲ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਗੁਰਭਜਨ ਗਿੱਲ ਦਾ ਨਾਮ ਪਹਿਲੀ ਕਤਾਰ ਵਿਚ ਆਵੇਗਾ। ਉਸਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਵੀ ਚਿਰਜੀਵੀ ਸ਼ਿਅਰ ਕਹੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਬਹੁਤੇ ਸ਼ਾਇਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪੇ ਉਚੇਰੀ ਹਸਤੀ ਮੰਨ ਕੇ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਭਜਨ ਗਿੱਲ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਸਮਕਾਲੀ ਗ਼ਜ਼ਲਕਾਰ ਆਪਣੀ ਸੁਚੇਤ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾਲ ਰੂਪਗਤ ਪਕਿਆਈ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਗ਼ਜ਼ਲ ਨੂੰ ਧੁੰਦਲੇ ਰਾਹ ਦਾ ਪਾਂਧੀ ਬਣਾ ਕੇ ਅਸਪਸ਼ਟ ਭਾਵਾਂ ਦਾ ਰੰਗ ਚਾੜ੍ਹਣ ਦੇ ਰਾਹ ਤੁਰੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਗੁਰਭਜਨ ਗਿੱਲ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਪੰਜਾਬੀ ਗ਼ਜ਼ਲ ਨੂੰ ਉਸ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦਾ ਭਾਗੀਦਾਰ ਵੀ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਗ਼ਜ਼ਲ ਨਾਲ਼ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਦੂਰ ਦਾ ਵੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਉਸ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਗ਼ਜ਼ਲ ਦੀ ਬੁੱਕਲ਼ ਵੱਡੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਉਸਨੇ ਕਈ ਥਾਈਂ ਲੋਕ ਸੰਗੀਤਕ ਬਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਗ਼ਜ਼ਲ ਦਾ ਆਧਾਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਉਹ ਸ਼ੁਭ-ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਾ, ਸਮਾਜਿਕ ਊਚ-ਨੀਚ ਵੇਖਦਾ ਤੇ ਜਗਤ ਵਰਤਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਖਦਾ-ਪਰਖਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਆਦਮ ਕੱਦ ਅਕਸ ਉਸਦੀ ਸ਼ਾਇਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਹਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਅੰਤਰ ਧਿਆਨ ਹੋ ਕੇ ਉਸਦੀ ਸ਼ਾਇਰੀ ਤੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨੂੰ ਇਕੱਠਿਆਂ ਵੇਖਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਦੋ ਚਿਹਰੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ ਸਗੋਂ ਇੱਕੋ ਚਮਕਦੀ, ਡਲ਼ਕਦੀ ਤੇ ਦਮਕਦੀ ਸੋਨੇ ਦੀ ਗਿੰਨੀ ਦੇ ਦੋ ਪਾਸੇ ਦਿਸਦੇ ਨੇ ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਸ. ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, ਸ. ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, ਸ. ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ ਤੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਸੱਜਣ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਰਜਿ ਫਰੀਦਕੋਟ ਵੱਲੋਂ ਤਰਕ ਭਾਰਤੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਬਰਨਾਲਾ ਦੀ ਦਫ਼ਤਰ ਇੰਚਾਰਜ ਮਿਸ ਅਨੁਰਾਧਾ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼

ਫਰੀਦਕੋਟ 30 ਸਤੰਬਰ : ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਰਜ਼ਿ ਫਰੀਦਕੋਟ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕਵੀ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨਵਰਾਹੀ ਘੁਗਿਆਣਵੀ ਜੀ ਦੇ ਉੱਦਮ ਨਾਲ ਮਿਤੀ 29 ਸਤੰਬਰ 2025 ਨੂੰ ਤਰਕ ਭਾਰਤੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਬਰਨਾਲਾ ਦੀ ਇੰਚਾਰਜ ਮਿਸ ਅਨੁਰਾਧਾ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ

ਗਿਆ। ਸਨਮਾਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸ਼ਾਲ , ਬੁੱਕਾ ਅਤੇ ਕੁਝ ਨਗਦੀ ਰਾਸ਼ੀ ਭੇਂਟ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਮਿਸ ਅਨੁਰਾਧਾ ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਰਜਿ ਫਰੀਦਕੋਟ ਦੇ ਕਈ ਲੇਖਕਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨਵਰਾਹੀ ਘੁਗਿਆਣਵੀ , ਇੰਜੀ: ਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਰੋਮਾਣਾ ਅਤੇ ਸੁਖਚੈਨ ਥਾਂਦੇਵਾਲਾ ਦੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾ ਵਿੱਚ ਕਾਫ਼ੀ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ। ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਇਸ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਸਭਾ ਵੱਲੋਂ ਉਸ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਨਮਾਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਕਬਾਲ ਘਾਰੂ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨਵਰਾਹੀ ਘੁਗਿਆਣਵੀ , ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਲਾਲ ਬਕੋਲੀਆ, ਨੌਜਵਾਨ ਲੇਖਕ ਵਤਨਵੀਰ ਜ਼ਖਮੀ, ਤਰਕ ਭਾਰਤੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੇ ਸੰਚਾਲਕ ਸ੍ਰੀ ਅਮਿਤ ਜੀ ਦੇ ਸਪੁੱਤਰ ਪਾਵੇਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ ਲੜਕੇ ਲੜਕੀਆਂ ਵੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ। ਸਨਮਾਨ ਮਿਲਣ ਤੇ ਮਿਸ ਅਨੁਰਾਧਾ ਨੇ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਰਜਿ ਫਰੀਦਕੋਟ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਨ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ।

ਐੱਚ.ਕੇ.ਐੱਸ. ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਖੇਡਾਂ 'ਚ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਟਿੰਕੂ ਕੁਮਾਰ

ਕੋਟਕਪੂਰਾ/ਪੰਜਗਰਾਈਂ ਕਲਾਂ, 30 ਸਤੰਬਰ : ਰੋੜੇ ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਖੇਡਾਂ ਦੌਰਾਨ ਹੈੱਡ ਮਾਸਟਰ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਮਾਡਲ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਸਮਾਲਸਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਰੱਸਾਕਸੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਦੇ ਜ਼ੋਰ 'ਤੇ ਸਭ ਦਾ ਦਿਲ ਜਿੱਤ ਲਿਆ। ਅੰਡਰ-11 ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੈੱਡ ਮਾਸਟਰ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਮਾਡਲ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਸਮਾਲਸਰ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਸਥਾਨ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾਮ ਰੌਸ਼ਨ ਕੀਤਾ, ਬਲਕਿ ਪੂਰੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮਾਣ ਵਧਾਇਆ। ਸਕੂਲ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸਰਦਾਰ ਜਸਕਰਨ ਸਿੰਘ, ਵਾਈਸ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸਰਦਾਰ ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਮੈਡਮ ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਸਿੱਧੂ, ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਰਦਾਰ ਇਨਸਾਫ਼ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ ਅਤੇ ਡੀ.ਪੀ. ਗੁਰਸੇਵਕ ਸਿੰਘ ਧਾਲੀਵਾਲ ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰਾਪਤੀ 'ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਇਹ ਜਜ਼ਬਾ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵੱਡੀਆਂ ਸਫ਼ਲਤਾਵਾਂ ਦੀ ਨੀਂਹ ਰੱਖੇਗਾ। ਇਸ ਖ਼ਾਸ ਮੌਕੇ ਸਕੂਲ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਵੱਲੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮੈਡਲ ਭੇਟ ਕਰਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਰਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੌਂਸਲਾ ਅਫ਼ਜ਼ਾਈ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਚੇਅਰਮੈਨ ਜਸਕਰਨ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਖੇਡਾਂ ਸਰੀਰਕ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਵੱਲੋਂ 58ਵੀਂ ਸਾਲਾਨਾ ਸਾਹਿਤਕ ਮਿਲਣੀ ਮਨਾਈ ਗਈ।

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਬਲਵਿੰਦਰ 'ਬਾਲਮ' ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ

ਸ੍ਰੀਨਗਰ, 30 ਸਤੰਬਰ : ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਸ੍ਰੀਨਗਰ ਅਤੇ ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਅਕੈਡਮੀ ਆਫ਼ ਆਰਟ, ਕਲਚਰ ਐਂਡ ਲੈਂਗਵੇਜਿਜ਼ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਸਾਹਿਤਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਦੇ ਅਧੀਨ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਵੱਲੋਂ ਸਭਾ ਦੀ 58ਵੀਂ ਸਾਲਾਨਾ ਸਾਹਿਤਕ ਮਿਲਣੀ ਮਨਾਈ ਗਈ।

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਗੁਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਅਰਸ਼ੀ ਨੇ "ਅਵਲਿ ਅਲਹ ਨੂਰੁ ਉਪਾਇਆ" ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਾ ਕੇ ਸਮਾਗਮ ਨੂੰ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਰੰਗ ਬਖ਼ਸ਼ਿਆ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਿੱਖ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸ. ਜਗਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਰੈਣਾ, ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਲੇਖਕ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਸਤਾਨਾ, ਸ਼ੀਰਾਜ਼ਾ ਦੇ ਸੰਪਾਦਕ ਪੋਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪਰਾਸ, ਐਸ.ਐਸ. ਕੁੱਕਲ, ਮੰਗਤ ਸਿੰਘ ਜੁਗਨੂੰ (ਪ੍ਰਧਾਨ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਸ੍ਰੀਨਗਰ), ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪਿਲੀ ਸਮੇਤ ਕਈ ਵਿਦਵਾਨ ਹਸਤੀਆਂ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਸਭਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਗਤ ਸਿੰਘ ਜੁਗਨੂੰ ਨੇ ਆਏ ਹੋਏ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦਾ ਵਿਦਵਤ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ ਤੇ ਸਭਾ ਦੀ ਵਰ੍ਹਾਵਾਰ ਰਿਪੋਰਟ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ। ਸ੍ਰ.ਜਗਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਰੈਣਾ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਅਤੇ ਅਕੈਡਮੀ ਵਲੋਂ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ। ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਅਜਿਹੇ ਸਾਹਿਤਕ ਸਮਾਗਮ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਸੇ ਮੌਕੇ ਤੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸੰਪਾਦਕ ਸੰਪਾਦਕ ਸ਼ੀਰਾਜ਼ਾ ਪੋਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪਰਾਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸੰਬੋਧਨ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਕੈਡਮੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਦੇ ਨਾਲ ਖੜੀ ਹੈ। ਅਕੈਡਮੀ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਨਵੇਂ ਲੇਖਕਾਂ ਨੂੰ ਮੰਚ ਮਿਲੇ ਅਤੇ ਜੰਮੂ ਕਸ਼ਮੀਰ ਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੇਖਕਾਂ ਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਸਾਹਿਤ ਲਈ ਵਡਮੁੱਲਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਦਰ ਹੈ ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਅਕੈਡਮੀ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਕਵਿਤਾ ਦਰਬਾਰ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨਕ ਕਵੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ। ਜਿਵੇਂ ਜੋਗਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ਾਨ, ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਸਤਾਨਾ, ਮੰਗਤ ਸਿੰਘ ਜੁਗਨੂ, ਐਚ.ਐਸ. ਪਾਲੀ, ਕੇਵਲਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਐਚ.ਐਸ. ਉਪਾਸ਼ਕ, ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਇਕਬਾਲ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਅਰਸ਼ੀ, ਜਸਬੀਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਇਛਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕਵਿਤਾ ਰਾਹੀਂ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਰੁਝਾਇਆ।

ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਲੇਖਕ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਸਤਾਨਾ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਲਚਰਲ ਅਕੈਡਮੀ ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਸ੍ਰੀਨਗਰ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਥ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਤੇ ਅਕੈਡਮੀ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ।

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸੰਚਾਲਨਾ ਹਰਪਾਲੀ ਸਿੰਘ ਪਾਲੀ ਸਕੱਤਰ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਸ੍ਰੀਨਗਰ ਨੇ ਬਖ਼ੂਬੀ ਨਿਭਾਈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ, ਹੀਮਲ ਅੰਕ ਅਤੇ ਕਿਰਨਪਾਲ ਵੱਲੋਂ ਲਿਖੀ ਪੁਸਤਕ "ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਰਾਹ" ਦਾ ਵੀ ਵਿਮੋਚਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕਈ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸਾਹਿਤ, ਕਲਾ ਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹਸਤੀਆਂ ਨੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰੀ ਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਇਆ।

ਮਾਨਸਰੋਵਰ ਸਾਹਿਤ ਅਕਾਦਮੀ ਵੱਲੋਂ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਲਾਇਵ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ – ਸੂਦ ਵਿਰਕ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼
ਅਸ਼ੋਕ ਸ਼ਰਮਾ

ਫ਼ਗਵਾੜਾ 30 ਸਤੰਬਰ : ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਇਕਾਈ ਮਾਨਸਰੋਵਰ ਸਾਹਿਤ ਅਕਾਦਮੀ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵੱਲੋਂ ਮਿਤੀ 28 ਸਤੰਬਰ 2025 ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਵੀ ਗਗਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਏਕਤਾ ਸਿੰਘ 'ਭੁਪਾਲ' ਮੋਗਾ, ਹੈਪੀ ਰਾਜਪਾਲ ਕੋਟਭਾਈ ਸ੍ਰੀ ਮੁਕਤਸਰ ਸਾਹਿਬ, ਬਿਸ਼ੰਬਰ ਅਵਾਂਖੀਆ, ਪ੍ਰਤਾਪ 'ਪਾਰਸ' ਗੁਰਦਾਸਪੁਰੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਏ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਆਗਾਜ਼ ਸੰਚਾਲਕ ਮਹਿੰਦਰ ਸੂਦ ਵਿਰਕ ਨੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ। ਫਿਰ ਪ੍ਰਤਾਪ 'ਪਾਰਸ' ਗੁਰਦਾਸਪੁਰੀ ਅਤੇ ਬਿਸ਼ੰਬਰ ਅਵਾਂਖੀਆ ਨੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਸੁਣਾ ਕੇ ਸਰੋਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵਾਹ-ਵਾਹ ਖੱਟੀ। ਏਕਤਾ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਗਗਨਦੀਪ ਕੌਰ ਨੇ ਸੇਧ ਵਰਧਕ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ। ਹੈਪੀ ਰਾਜਪਾਲ ਨੇ ਵੀ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਖੂਬ ਸਮਾਂ ਬੰਨ੍ਹਿਆ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਇਕਬਾਲ ਸਿੰਘ ਸਹੋਤਾ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਪਕ ਮਾਨ ਸਿੰਘ ਸੁਥਾਰ ਤੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਮੈਡਮ ਸੀਯਾ ਭਾਰਤੀ ਜੀ ਨੇ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਸਾਰੇ ਕਵੀ ਸਾਹਿਬਾਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਪੱਤਰ ਦੇ ਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ। ਅਖੀਰ ਸੰਚਾਲਕ ਸੂਦ ਵਿਰਕ ਨੇ ਆਪਸੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖਣ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੱਤਾ।

ਸਿਲਵਰ ਓਕਸ ਸਕੂਲ ਨੇ 'ਗੁੱਡ ਟੱਚ ਅਤੇ ਬੈਡ ਟੱਚ' ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸੈਮੀਨਾਰ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ

ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼

ਫਰੀਦਕੋਟ, 30 ਸਤੰਬਰ : ਸਿਲਵਰ ਓਕਸ ਸਕੂਲ ਸੇਵੇਵਾਲਾ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਬਾਲ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਬਾਲ ਜਿਣਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ 'ਚੰਗਾ ਛੋਹ ਅਤੇ ਮਾੜਾ ਛੋਹ' ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮ ਚੁੱਕਿਆ, ਇਸ ਸੈਮੀਨਾਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਸਾਂਝ ਜਾਗ੍ਰਿਤੀ ਦੀ ਮੈਂਬਰ ਵੀਰਪਾਲ ਕੌਰ ਸੀਨੀਅਰ ਕਾਂਸਟੇਬਲ ਜੈਤੋ ਨੇ ਐਸਐਸਪੀ ਡਾ. ਪ੍ਰਗਿਆ ਜੈਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਰਬਜੀਤ ਕੌਰ (ਸਾਂਝ ਕੇਂਦਰ) ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਏ। ਮੈਡਮ ਵੀਰਪਾਲ ਕੌਰ ਵੱਲੋਂ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਚੰਗੀ ਛੋਹ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ ਨੂੰ ਜੱਫੀ ਪਾਉਣਾ) ਅਤੇ ਮਾੜੀ ਛੋਹ (ਅਣਚਾਹੀ ਛੋਹ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੇਆਰਾਮ ਕਰਦੀ ਹੈ) ਦੀ ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ ਅਤੇ ਬਾਲ-ਅਨੁਕੂਲ ਵਿਆਖਿਆ ਨਾਲ ਹੋਈ। ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਗ੍ਰੇਡਾਂ ਲਈ ਸੈਮੀਨਾਰ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀ ਛੋਹ ਅਤੇ ਮਾੜੀ ਛੋਹ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਸੀ। ਸੈਮੀਨਾਰ ਦੌਰਾਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ, ਪ੍ਰੇਰਕ ਬੁਲਾਰੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ 'ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਚੁੱਪ ਰਹਿਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਬਚਪਨ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਿਰੁੱਧ ਬੋਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਲ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਪੀੜਤ ਦੀ ਆਤਮਾ 'ਤੇ ਦਾਗ ਛੱਡਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਬੋਲਣ। ਇਹ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣਾ ਇਸ ਮੁੱਦੇ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਲਵਰ ਓਕਸ ਸਕੂਲ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਨ ਦੀ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਕੂਲ ਦਾ ਆਪਣੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਰਪਣ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਪ੍ਰਿਅੰਕਾ ਮਹਿਤਾ ਨੇ ਵੀਰਪਾਲ ਕੌਰ ਦਾ ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਛੋਹ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਾਇਆ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿ ਸਕਣ ਅਤੇ ਅਜਨਬੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਣ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਣਹੋਣੀ ਦੁਰਘਟਨਾ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਣ।

ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ

ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਦਾ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਕੋਈ ਕਿਤਾਬ ਹੋਵੇ, ਫ਼ਿਲਮ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਲੇਖ- ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਕੇ ਅੱਜ ਸਾਡੀ ਪਹੁੰਚ ਵਿੱਚ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਅਨੁਵਾਦ ਨਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ। ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਗੂਗਲ ਟਰਾਂਸਲੇਟ ਵਰਗੇ ਟੂਲ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਵੀ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਸਮਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕੇ ਹਾਂ। ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਹਰ ਸਾਲ 30 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਸੇਂਟ ਜੇਰੋਮ (St. Jerome) ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਰਸੀ (30 ਸਤੰਬਰ 420) ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇੱਕ ਰੋਮਨ ਪੁਜਾਰੀ ਸਨ, ਜੋ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬੀ ਇਟਲੀ ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਨ। ਸੇਂਟ ਜੇਰੋਮ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਬਾਈਬਲ ਦੇ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ ਦੀਆਂ ਗਰੀਕ ਪਾਂਡੁਲਿਪੀਆਂ ਦਾ ਲੈਟਿਨ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹਿਬਰੂ ਗੌਸਪਲ ਦੇ ਕੁਝ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਵੀ ਗਰੀਕ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਿਰਫ ਬਾਈਬਲ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਸਗੋਂ ਅਨੁਵਾਦ ਦੇ ਸਿੱਧਾਂਤਾਂ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਿੱਤਾ ਬਣਾਇਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ "ਅਨੁਵਾਦਕਾਂ ਦਾ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਸੰਤ" ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 1953 ਵਿੱਚ ਇਸਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਸ ਦਿਨ ਨੂੰ ਐਫ਼ਆਈਟੀ (International Fedration of Translators, ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਅਨੁਵਾਦਕਾਂ ਦਾ ਸੰਘ) ਦੁਆਰਾ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। 1991 ਵਿੱਚ, ਐਫ਼ਆਈਟੀ ਨੇ ਦੁਨੀਆਂ-ਭਰ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਇਹ ਦਿਨ ਅਨੁਵਾਦ ਕਾਰਜ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਨ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਾਰਜ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਇਸ ਦਿਨ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕੂਟਨੀਤਕ ਸੰਚਾਰ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾ ਮਾਹਿਰਾਂ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਸਾਹਿਤਕ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਕੰਮਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਅਤੇ ਸਪਸ਼ਟ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਮਹਾਸਭਾ ਦੁਆਰਾ 24 ਮਈ, 2017 ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਤਾ ਪਾਸ ਕਰਕੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਅਨੁਵਾਦ ਰਾਸ਼ਟਰਾਂ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਲਿਆਉਣ, ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਸੁਚਾਰੂ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। 30 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਵਜੋਂ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਬਾਈਬਲ ਦੇ ਅਨੁਵਾਦਕ ਸੇਂਟ ਜੇਰੋਮ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੋਰ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦਿਵਸ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ, ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਵੀ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦਿਨ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਾਰਜ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਨੁਵਾਦਕਾਂ, ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ, ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਦਾ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ-ਭਰ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ ਭਾਰਤ ਸਮੇਤ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੀਆਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ, ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਸੰਗਠਨ ਅਨੁਵਾਦ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੰਵਾਦ, ਸਿੰਪੋਜ਼ੀਅਮ, ਸੈਮੀਨਾਰ ਅਤੇ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਸਥਿਤੀ, ਹਾਲਾਤ, ਮਹੱਤਵ, ਤਕਨੀਕਾਂ, ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ 'ਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਅਨੁਵਾਦਕ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਰਾਜਦੂਤ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਉਦਯੋਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਨ ਦੇ ਇਸ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਸਵਦੇਸ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਲੋਪ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਧਰਮ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਸਾਰ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੋਇਆ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਬਦਲਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਅਨੁਵਾਦ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਧਾਰਮਿਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਗੋਂ ਸਭਿਅਤਾ, ਸਭਿਆਚਾਰ, ਸੰਚਾਰ, ਵਪਾਰ, ਕਾਰੋਬਾਰ, ਅੰਤਰ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸੰਵਾਦ, ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ, ਸਾਫਟਵੇਅਰ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਗੋਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਰਮਾਂ, ਜਾਤਾਂ ਅਤੇ ਵਰਗਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਵਿਭਿੰਨ ਭਾਸ਼ਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵੀ ਹੈ। ਉੱਤਰ ਤੋਂ ਦੱਖਣ ਅਤੇ ਪੂਰਬ ਤੋਂ ਪੱਛਮ ਤੱਕ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਪਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਦੱਖਣੀ ਭਾਰਤ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਉੱਥੋਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਾਡੀ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਅਨੁਵਾਦਕ ਇਸਦਾ ਸਾਡੀ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਭਾਰਤ ਦੇ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ 22 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ, ਪਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਾਜਾਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਉਪਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ 121 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੋਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸਮਝੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੱਦੀ ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਅਕਸਰ ਭਾਸ਼ਾਈ ਅੰਤਰਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਡੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਸਾਡੀ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਕਈ ਰੂਪ ਬੋਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਝੀ, ਮਲਵੱਈ, ਦੁਆਬੀ ਤੇ ਪੁਆਧੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹਨ।

ਪਹਿਲਾਂ ਅਨੁਵਾਦ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸ਼ੁੱਧ ਭਾਸ਼ਾਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਵੀਹਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਆਖਰੀ ਦਹਾਕੇ ਤੋਂ, ਅਨੁਵਾਦ ਦਾ ਖੇਤਰ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਮੋੜ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਅਨੁਵਾਦ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਾਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਹੱਤਵ ਦੇ ਕੰਮ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਣ ਲੱਗਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹਨ:

* ਪਹਿਲਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ 21ਵੀਂ ਸਦੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਸਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ, ਅਨੁਵਾਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ।

* ਦੂਜਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਗੂਗਲ, ਐਮੇਜ਼ੋਨ, ਫਲਿਪਕਾਰਟ, ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਾਫਟ ਅਤੇ ਅਲੀਬਾਬਾ ਸਮੇਤ ਵੱਡੀਆਂ ਗਲੋਬਲ ਕੰਪਨੀਆਂ ਹੁਣ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਫਲਿਪਕਾਰਟ, ਐਮੇਜ਼ੋਨ, ਅਲੀਬਾਬਾ ਅਤੇ ਗੋ ਡੈਡੀ ਵਰਗੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦਾ ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਰਤੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ, ਅਨੁਵਾਦ ਦੇ ਵਧਦੇ ਮਹੱਤਵ ਦਾ ਸਬੂਤ ਹੈ।

* ਤੀਜਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਨ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਪਸੀ ਤੌਰ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਢੁਕਵੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਲਿਆਂ ਵਿਕਸਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਸਾਰੇ ਸਰੋਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ।

* ਚੌਥਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨੇਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਖੇਤਰੀ ਫੋਰਮਾਂ 'ਤੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਅਨੁਵਾਦਕਾਂ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਵਿਆਖਿਆ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾ ਅਕੈਡਮੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਹਿਤ ਅਕਾਦਮੀ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਬੁੱਕ ਟਰੱਸਟ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਵਾਦ ਮਿਸ਼ਨ, ਕੇਂਦਰੀ ਹਿੰਦੀ ਸੰਸਥਾ, ਹਿੰਦੀ ਗ੍ਰੰਥ ਅਕੈਡਮੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਲਿਖਤੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮੋਹਰੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੀ ਕਈ ਸੰਸਥਾਨ ਮਸ਼ੀਨੀ ਅਨੁਵਾਦ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਕੁਝ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਹਿਤ ਅਕਾਦਮੀ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਬੁੱਕ ਟਰੱਸਟ, ਭਾਰਤੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਤੋਂ ਭਾਰਤੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਚਲਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਮੈਂ ਅਨੁਵਾਦ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚੈਲੰਜ ਵਜੋਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਰਚਨਾ ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦੀ ਮਾਸਿਕ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ 'ਪੰਖੜੀਆਂ' (1986) ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਸੀ। ਤੇ ਫਿਰ ਚੱਲ ਸੋ ਚੱਲ...। ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਤੇ ਸੰਪਾਦਿਤ ਪਹਿਲੀ ਪੁਸਤਕ 'ਦੇਸ਼ ਦੇਸ਼ਾਂਤਰ' 1989 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਈ ਸੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਤੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ 11 ਕਹਾਣੀਆਂ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਹਿੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਸਮੀਖਿਅਕਾਰਾਂ ਨੇ ਭਰਪੂਰ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮ ਸਿੰਘ ਨੇ 'ਅੰਗਸੰਗ' ਕਾਲਮ ਵਿੱਚ ਇਹਦੇ ਬਾਰੇ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਲਿਖਿਆ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਅਨੁਵਾਦ ਕਾਰਜ ਬਾਰੇ ਮੇਰੇ ਹੀ ਇੱਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਨਿਰਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਿਆਂ ਏਥੋਂ ਤੱਕ ਕਹਿ ਦਿੱਤਾ ਸੀ, "ਇਹ ਕੀ ਅਨੁਵਾਦ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਰਹਿਨੈਂ, ਕੋਈ ਆਪਣੀ ਮੌਲਿਕ ਰਚਨਾ ਲਿਖਿਆ ਕਰ।" ਪਰ ਮੈਂ ਉਹਦੇ ਕਥਨ ਨੂੰ ਠੁਕਰਾ ਕੇ ਹੋਰ ਜ਼ੋਰ-ਸ਼ੋਰ ਨਾਲ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆ ਤੇ ਅੱਜ ਮੇਰੀਆਂ 25 ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਕਿਤਾਬਾਂ ਛਪ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਹੁਣ ਉਹੀ ਅਧਿਆਪਕ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, "ਬਈ ਵਾਹ, ਬੜਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰ ਰਿਹੈਂ ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ! ਕਿਵੇਂ ਕਰਦਾ ਹੈਂ ਇੰਨਾਂ ਸਭ ਕੁਝ?"

ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰਾਂ ਦਾ ਘੇਰਾ ਵਧਿਆ ਤੇ ਹੁਣ ਹਿੰਦੀ ਦਾ ਹਰ ਛੋਟਾ ਵੱਡਾ ਲੇਖਕ ਮੈਥੋਂ ਆਪਣੀ ਰਚਨਾ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਚਾਹਵਾਨ ਹੈ ਤੇ ਮੈਂ ਹਰ ਇੱਕ ਦਾ ਮਾਣ ਰੱਖਦਿਆਂ ਉਹਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। 'ਵਰਲਡ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਮਜ਼' ਯੂਟਿਊਬ ਚੈਨਲ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਹਿੰਦੀ ਲੇਖਕਾਂ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਜ ਸੌਂਪਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਕਰੀਬ 60 ਹਿੰਦੀ ਲੇਖਕਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਸਰੋਤਿਆਂ ਦੇ ਰੂਬਰੂ ਕੀਤਾ। ਮੇਰੀਆਂ ਵਧੇਰੇ ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਕਿਤਾਬਾਂ ਬਾਲ ਸਾਹਿਤ ਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜੂਲ ਵਰਨ, ਸ਼ਰਵਾਂਟੀਜ਼, ਗ੍ਰਿਮ ਬ੍ਰਦਰਜ਼, ਚਾਰਲਸ ਡਿਕਨਜ਼, ਆਰਐਮ ਬੈਲੰਟਾਈਨ, ਹਰਮਨ ਮੈਲਵਿਲ, ਆਰਐਲ ਸਟੀਵਨਸਨ (ਸਾਰੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਲੇਖਕ), ਸਤਿਆਜੀਤ ਰੇਅ, ਆਬਿਦ ਸੂਰਤੀ, ਊਸ਼ਾ ਯਾਦਵ (ਭਾਰਤੀ ਲੇਖਕ) ਆਦਿ ਦੇ ਨਾਂ ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹਨ। ਮੈਕਸਿਮ ਗੋਰਕੀ (ਰੂਸੀ), ਸਦਰੁਦੀਨ ਐਨੀ (ਤਾਜ਼ਿਕ), ਸਟੇਫ਼ਨ ਜ਼ਵੇਗ, ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਚੰਦਰ, ਅਬਦੁਲ ਬਿਸਮਿੱਲਾਹ ਦੇ ਨਾਵਲਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕਾਂ ਨੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਮੈਥੋਂ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਵਾਇਆ। ਹਿੰਦੀ ਦੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਪ੍ਰਬੁੱਧ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀਆਂ ਚੋਣਵੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ/ ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀਆਂ/ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਬੇਹੱਦ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲੀ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਭੀਸ਼ਮ ਸਾਹਨੀ, ਹਰਿਸ਼ੰਕਰ ਪਰਸਾਈ, ਸਆਦਤ ਹਸਨ ਮੰਟੋ, ਆਸ਼ਾ ਸ਼ੈਲੀ, ਕਮਲੇਸ਼ ਭਾਰਤੀ, ਗੋਵਿੰਦ ਸ਼ਰਮਾ, ਅਸ਼ੋਕ ਸਕਸੈਨਾ, ਸੁਭਾਸ਼ ਨੀਰਵ, ਭਾਵਨਾ ਸ਼ੇਖਰ, ਸੋਨੂੰ ਯਸ਼ਰਾਜ, ਪੂਨਮ ਅਹਿਮਦ, ਸਦਾਨੰਦ ਕਵੀਸ਼ਰਵਰ, ਅੰਜੂ ਖਰਬੰਦਾ, ਯਸ਼ੋਧਰਾ ਭਟਨਾਗਰ, ਸੁਰੇਸ਼ ਬਰਨਵਾਲ ਆਦਿ ਨਵੇਂ-ਪੁਰਾਣੇ ਸੈਂਕੜੇ ਲੇਖਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਲਿਪੀਅੰਤਰ ਕੀਤੀ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਕਿਤਾਬ 'ਸਾਏ ਮੇਂ ਧੂਪ' (1990, ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹਿੰਦੀ ਕਵੀ ਦੁਸ਼ਿਅੰਤ ਕੁਮਾਰ ਦੀਆਂ ਗ਼ਜ਼ਲਾਂ) ਨੂੰ ਸੈਂਟਰਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਆਫ਼ ਪੰਜਾਬ ਬਠਿੰਡਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਥਾਂ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਨੈਸ਼ਨਲ ਬੁਕ ਟ੍ਰੱਸਟ, ਇੰਡੀਆ ਲਈ ਵੀ ਮੈਂ ਦੋ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਹਿੰਦੀ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸਾਹਿਤ ਅਕਾਦਮੀ ਇਨਾਮ ਜੇਤੂ ਲੇਖਕ ਮਰਹੂਮ ਰਾਮ ਸਰੂਪ ਅਣਖੀ ਵੱਲੋਂ ਸੰਪਾਦਿਤ ਤ੍ਰੈਮਾਸਿਕ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ 'ਕਹਾਣੀ ਪੰਜਾਬ' ਲਈ ਅਣਗਿਣਤ ਹਿੰਦੀ ਕਹਾਣੀਆਂ ਤੇ ਨਾਵਲਾਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਅਸੀਮ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ (ਭਾਰਤੀ ਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ) ਹਰ ਛੋਟੇ ਵੱਡੇ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਤੇ ਮੈਗਜ਼ੀਨਾਂ ਲਈ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੜੀਵਾਰ ਨਾਵਲਾਂ ਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕੁਝ ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਵਾਸੀ ਪੰਜਾਬੀ ਲੇਖਕ ਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਹਿੰਦੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲਿਖਤਾਂ ਨੂੰ ਹਿੰਦੀ ਦੀਆਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾਵਾਂ 'ਆਜਕਲ', 'ਵਿਭੋਮ ਸਵਰ', 'ਸਾਹਿਤਯ ਅੰਮ੍ਰਿਤ', 'ਸ਼ੁਭਤਾਰਿਕਾ', 'ਸਾਹਿਤਯ ਕੁੰਜ', 'ਕਕਸਾੜ', 'ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਅੰਸ਼ੂ', 'ਕ੍ਰਿਤੀ ਬਹੁਮਤ', 'ਸ਼ਬਦਾਹੁਤੀ', 'ਰਚਨਾ ਉਤਸਵ' ਆਦਿ ਨੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਫ਼ਿਲਹਾਲ ਏਨਾ ਹੀ, ਬਾਕੀ ਕਦੇ ਫੇਰ...। ਵਿਸ਼ਵ ਅਨੁਵਾਦ ਦਿਵਸ ਤੇ ਹਰ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਅਨੁਵਾਦਕ ਨੂੰ ਢੇਰ ਸਾਰੀਆਂ ਮੁਬਾਰਕਾਂ! ਹਰ ਅਨੁਵਾਦਕ ਨੂੰ ਯਥਾਯੋਗ ਸਨਮਾਨ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ! ਆਮੀਨ!

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਦਾ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵ

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਾਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਮ ਉਮੀਦ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨੂੰ ਦਰਸ਼ਨ, ਧਰਮ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਅੰਗ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸਟੋਇਕ ਸਿੱਖਿਆ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਧੁਨਿਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਤੱਕ, ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨੂੰ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸ਼ੱਕਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰੇਰਕ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਧਿਐਨ ਨੇ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨੂੰ ਨਾ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਸੋਚ ਵਜੋਂ ਸਬੂਤ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਾਪਣਯੋਗ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਗੁਣ ਵਜੋਂ ਵੀ ਸਾਬਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ, ਸੋਚ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਵਿਰਾਸਤੀ ਗੁਣ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਜੀਨਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਇਸਨੂੰ ਦ੍ਰਿੜ ਇਰਾਦੇ ਵਾਲੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਿਕਸਤ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਕਈ ਸਬੂਤ-ਅਧਾਰਿਤ ਪਹੁੰਚਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ:

ਕੋਗਨਿਟਿਵ ਰੀਫਰੇਮਿੰਗ:
ਇਹ ਪਹੁੰਚ ਮਨ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਮਾਣਾਤਮਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ ਅਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਹਾਰ ਵਜੋਂ ਦੇਖਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਅਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਵਜੋਂ ਦੇਖਦਾ ਹੈ।
ਰਿਣ ਆਤਮਿਕਤਾ ਦੇ ਅਭਿਆਸ:
ਇੱਕ ਜਾਂ ਛੋਟੀ-ਛੋਟੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਦਤ, ਜੇਕਰ ਲਗਾਤਾਰਤਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਏ ਤਾਂ ਮਨ ਅਤੇ ਦਿਲ ਲਈ ਇੱਕ ਖੇਡ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਮਾਈਂਡਫੁਲਨੈੱਸ ਅਤੇ ਧਿਆਨ:
ਧਿਆਨ ਅਤੇ ਮਾਈਂਡਫੁਲਨੈੱਸ ਦੇ ਛੋਟੇ ਸੈਸ਼ਨ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਊਰਜਾ ਨੂੰ ਘੱਟਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਰਤਮਾਨ ਪਲਾਂ ਦੇ ਮੌਕੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਟੀਚੇ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨਾ:
ਮਨ ਅਤੇ ਖੁਦ ਦੀ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤੀਯੋਗ ਟੀਚੇ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਟ੍ਰੇਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਮੀਦ, ਦਿਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਕਰਾਤਮਕਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਸਮਾਜਿਕ ਜਾਲ:
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਰਥਕ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਘੇਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਪੈਟਰਨਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
ਇਹ ਤਕਨੀਕਾਂ ਕੋਗਨਿਟਿਵ-ਬਿਹੇਵੀਅਰਲ ਥੈਰੇਪੀ (CBT) ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਹੈ ਕਿ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨੂੰ ਯਾਦਗਾਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੰਭਾਵਨਾ 'ਤੇ ਛੱਡਿਆ ਜਾਵੇ।

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ

ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਧਿਐਨ ਨੇ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਦੇ ਕਈ ਫਾਇਦਿਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਇਆ ਹੈ:

ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ:
ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਦਰ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਮਿਊਨ ਫੰਕਸ਼ਨ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਲੰਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਸੁਖ:
ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨਾਲ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਘਾਟ, ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਦੀ ਘੱਟ ਦਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋਣ ਦਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸੰਬੰਧ ਹੈ।
ਲਚਕਦਾਰੀ:
ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਵਿਅਕਤੀ ਤਣਾਅ, ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਟ੍ਰੌਮਾ ਨਾਲ ਦਲੇਰਾਨਾ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜੂਝਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਹੱਲਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ:
ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਉਮੀਦਾਂ ਪ੍ਰੇਰਣਾ, ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕੌਸ਼ਲਾਂ ਅਤੇ ਧੀਰਜ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵੱਧ ਅਕਾਦਮਿਕ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਫਲਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਰੂਪਤਾ:
ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਉਮੀਦ ਅਤੇ ਸਮਰਥਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਕਾਰਨ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।
ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ

ਜਦੋਂ ਕਿ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਬਹੁਤ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ, ਪਰ ਬੇਹਿਸਾਬ ਜਾਂ ਅਣਉਚਿਤ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਖ਼ਤਰੇ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਅਤਿਵਿਸ਼ਵਾਸ:
ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਦੀ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਗਲਤ ਫੈਸਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
ਵਿਲੰਬਿਤ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ:
ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ "ਚੀਜ਼ਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ" 'ਤੇ ਸਦਾ ਯਕੀਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਵਿੱਤੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਨਿਰਾਸ਼ਾ:
ਨਤੀਜ਼ਿਆਂ ਦਾ ਲਗਾਤਾਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣਾ ਉਸ ਵੇਲੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਵੱਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਹਕੀਕਤ ਪੂਰਕ ਸਫਲਤਾ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
ਸਮਾਜਿਕ ਗਲਤਫਹਮੀ:
ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਪੱਖਪਾਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਇਰਾਦਿਆਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਤੋਂ ਅੰਨ੍ਹਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਇਸ ਲਈ, ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਯਥਾਰਥ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਾਲ ਸੰਤੁਲਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ "ਯਥਾਰਥ ਆਸ਼ਾਵਾਦ" ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਕਾਸ

ਇੱਕ ਵਿਕਾਸਾਤਮਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ, ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨੇ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਮੀਦਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵਿੱਚ ਡੱਟੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸਹਿਯੋਗੀ ਸਮਾਜਿਕ ਬੰਧਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦਬਾਅ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕਾਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਅੰਦਰੂਨੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਨੂੰ ਵੱਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ, ਅਨੁਕੂਲਤਾ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੌਸ਼ਲਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੇ ਸਹਾਇਕ ਗੁਣ ਹਨ। ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਨਤੀਜ਼ਿਆਂ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਕੇ ਵਿਅਕਤੀ ਗਣਨਾ ਕੀਤੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਣ ਲਈ ਵੱਧ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੋਜ, ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵੱਧਾਉਣ ਵਾਲਾ ਗੁਣ ਹੈ।

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਆਧਾਰ

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਦਰਸ਼ਨਾਤਮਕ ਆਈਡੀਆ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਸਦੇ ਪਿੱਛੇ ਮਾਪਣਯੋਗ ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਤੰਤ੍ਰਿਕ ਆਧਾਰ ਹਨ:

ਨਿਊਰੋਸਾਇੰਸ:
ਫੰਕਸ਼ਨਲ ਐਮਆਰਆਈ ਸਕੈਨਾਂ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਨੇ ਦਰਸਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਸੋਚ ਪੂਰਵ ਫਰੰਟਲ ਕੋਰਟੈਕਸ ਅਤੇ ਸਟ੍ਰਾਇਟਮ ਖ਼ੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਨਾਮ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਜੀਵ ਰਸਾਇਣ:
ਆਸ਼ਾਵਾਦੀਆਂ ਦੇ ਕੋਲ ਕਮ ਕੋਰਟੀਜ਼ੋਲ (ਤਣਾਅ ਦਾ ਹਾਰਮੋਨ) ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਵੱਧ ਸੇਰੋਟੋਨਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸੰਤੁਲਨ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਜੀਨਾਤਮਕਤਾ:
ਕੁਝ ਜੀਨਜ਼ ਦੇ ਵੱਖਰੇਪਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡੋਪਾਮਾਈਨ ਪਾਥਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਵੱਲ ਢੱਲਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।
ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਅਧਿਐਨ:
ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅਧਿਐਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਲੰਬਾਈ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਤੀਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਇਹ ਸਾਰੇ ਖੋਜਾਂ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਖਿਆਲੀ ਸੋਚ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਇਹ ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ ਮਾਪਣਯੋਗ ਗੁਣ ਹੈ।

ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਲਾ ਅਤੇ ਲਚਕੀਲੇਪਣ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਗਿਆਨ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਸਨੂੰ ਸੋਚ ਸਮਝ ਕੇ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਾਂਝ ਨੂੰ ਵੱਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਲਚਕੀਲੇ ਅਤੇ ਦਿਆਲੂ ਮਨੁੱਖ ਬਣਨ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਪਰ, ਬੇਹੱਦ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਗਲਤ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਵਿਗਿਆਨ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਨਾ ਤਾਂ ਨਾਸਮਝੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਲਪਨਾ, ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਇੱਕ ਮਾਪਣਯੋਗ ਗੁਣ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸਮਾਜ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਮੌਸਮੀ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਤੱਕ ਆਸ਼ਾਵਾਦ ਜੋ ਹਕੀਕਤ ਨਾਲ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਨਾਂ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਗੁਣ ਵਜੋਂ, ਬਲਕਿ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਇਕ ਸਮੂਹਿਕ ਜ਼ਰੂਰਤ ਵਜੋਂ ਉਭਰਦਾ ਹੈ।