

Adjudged the best house Journal by AISCAN for 2016-17

THE

PAN No. : AABTM8402H

For Circulation Among Members Only

GLORIOUS YEARS

(A MONTHLY UPDATE OF MOHALI SENIOR CITIZENS' ASSOCIATION)

Regd. Office : # 903, Phase 3B-2, S.A.S. Nagar (Mohali)- 160061
(Society Registration No. 2015, of 2006-07, dated 14th March 2007)
E-mail : mohaliseniorcitizen@gmail.com or jarnail656@yahoo.com
Head Office : Community Centre, Ph 7, Mohali-160 062. Ph. 0172-4673904

OPENS ON MONDAY & THURSDAY FROM 10.30 AM TO 1.00 PM



www.mscomohali.com



PRESIDENT

BRIG. J. S. JAGDEV, SM

M.Sc. (Def. Studies), PGDCA

372, Sector 71, Mohali M. : 97801-49624

VICE PRESIDENT

JARNAIL SINGH

MA (STATISTICS), MA (ECONOMICS), PGDCA

656, Phase 10 (Sec. 64), Mohali M. : 98146-14656

EDITOR

WG CDR BALDEV SINGH

107, Sec. 65, Mohali M. : 99156-12157

Email : baldevsinghuraya@gmail.com

SECRETARY GENERAL

SUKHWINDER SINGH BEDI

General Manager (Retd.) Ph. & Sind Bank

232, Phase 4, Mohali M. : 98156-53232

Vol. 16 No. 183

President's Message

MARCH 2025



Dear Esteemed Members,
As we journey through the golden years of our lives, maintaining an active lifestyle—both physically and mentally—is essential for our overall well-being. As senior citizens, we are not just spectators of life; we are active participants who can inspire the younger generation by demonstrating the countless benefits of staying engaged in body and mind. Here are certain ways to maintain an active lifestyle, you can always add a few more.

Regular Physical Activity. Regular physical activity helps prevent chronic illnesses such as diabetes, hypertension, and heart disease. Walking, yoga, stretching exercises, or even simple activities like gardening and dancing can keep us agile and independent for longer periods. Engaging in physical activity improves mobility, enhances strength and boosts energy levels, allowing us to enjoy life without unnecessary physical limitations. By demonstrating our commitment to staying fit, we send a strong message to younger generations that ageing does not mean slowing down—it means embracing life with vitality and enthusiasm.

Keeping the Mind Sharp. Just as physical exercise strengthens the body, mental exercises keep the brain sharp. Engaging in activities like reading, solving various puzzles (Sudoku & Mathdoku), playing chess, or even learning new skills such as digital literacy helps in maintaining cognitive function. Social interactions, discussions and participation in community activities prevent isolation and contribute to emotional well-being. An active mind not only enhances memory but also fosters creativity and curiosity, proving that learning and growth never stop, regardless of age.

Leading by Example. The best way to encourage others to stay active is to lead by example. By participating in fitness programs, volunteering, joining discussion forums, and contributing to social causes, we become role models for both our peers and younger generations. Our ability to embrace new experiences and maintain a positive attitude toward ageing inspires those around us to adopt a similar approach.

The Social and Emotional Benefits. Physical and mental activity also enhance our social well-being. Staying engaged in community events, forming friendships, and mentoring the youth create a sense of belonging and purpose. A lively and active senior community fosters happiness, reduces stress, and strengthens intergenerational bonds. Let us take charge of our health and happiness by staying physically and mentally active. By doing so, we not only improve our quality of life but also become a beacon of inspiration for others. Ageing is not about retreating into solitude—it is about celebrating life, embracing opportunities, and demonstrating that the later years can be as enriching and fulfilling as any other phase of life.

Yours as Ever,
Brig JS Jagdev



Flag Unfurling ceremony on 26th Jan. 2025 at LAF Centre

MOHALI SENIOR CITIZENS ASSOCIATION ORGANISING

A FREE MEDICAL CAMP

ON 8TH MARCH 2025 ON

INTERNATIONAL WOMEN DAY

IN COLLABORATION WITH FOLLOWING INSTITUTIONS

AT LAF CENTRE, CITY PARK, OPP. H. NO. 1151, SEC 68, MOHALI

TIMINGS 7 AM TO 10 AM

UNO PATHOLOGY LABS, SCF 14, FF, PHASE 10, MOHALI

TESTS: BLOOD SUGAR, S URIC ACID & S CALCIUM

TIMINGS 10 AM TO 1 PM

BIIRT & BEHGAL HOSPITAL, SEC 91, MOHALI

ONCOLOGY :

Dr Behgal K S

MD(AIIMS) RT, DNB, MCCR (Geneva, Switzerland)
(27 yrs Experience)

GENERAL SURGERY :

Dr Kanwaljit Chahl

MS (Surgery) MRCS (Edin), Laproscopic, &
Breast Surgeon

GENERAL MEDICINE :

Dr Gagan Grewal

MBBS, MD (Internal Medicine)
Fellowship Functional Medicine USA

PARK HOSPITAL (GRECIAN HOSPITAL) SEC 69, MOHALI

ORTHO :

Dr Anil Kapoor

MBBS, MS (Ortho), MRCS (England)
Rheumatology (EULAR), Sr. Consultant Race

LIVASA HOSPITAL (IVY HOSPITAL) SEC 71, MOHALI

GYNAE :

Dr Apurwa Bardhan Choudhary

Consultant Obstetrics and Gynecology

J P EYE HOSPITAL A UNIT OF DR AGGARWAL EYE HOSPITALS

Dr Aastha Gumber

MBBS, MS (Ophthalmology)
Eye Consultant and Surgeon (Gold Medalist)

INTERNATIONAL DAY OF WOMEN CELEBRATION

9th March 2025

Venue:-Jal Vayu Vihar Seminar Hall, Sector-67, Mohali

10.00 am to 10.15 am

Sale of Tambola tickets

10.15 am to 10.45 am

Tambola

10.45 am to 11.30 am

Programme by Women Members of MSCA

11.30 am to 12.15 pm

Seminar on Knee Replacement Prevention & "Prevention of falls in Elderly" by Dr. Pankaj Preet Singh, Renowned Physiotherapist & Head of Physiotherapy Dept. Sri Guru Granth Sahib World University, Fatehgarh Sahib

12.15 pm to 12.30 pm

Queries of audience

12.30 pm

Tea

Entry from Gurudwara Sahib

LAF Centre for Senior Citizens : City Park, Opp. H. No. 1151, Sector 68, Mohali Phone : 0172-3599512

9 A.M. TO 1 P.M. & 5 P.M. TO 7 P.M. APRIL TO OCTOBER

10 A.M. TO 1.30 P.M. & 4 P.M. TO 6 P.M. NOVEMBER TO MARCH



ਮਾਰਚ ਜੂਲੀਅਨ ਅਤੇ ਗ੍ਰੈਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਦੋਵਾਂ ਵਿਚ ਸਾਲ ਦਾ ਤੀਸਰਾ ਮਹੀਨਾ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਲੰਬਾਈ 31 ਦਿਨ ਹੈ। ਉਤਰੀ ਗੋਲਿਸਫਾਇਰ (ਹੈਮੀਸਫੀਅਰ) ਵਿਚ ਬਸੰਤ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਮਾਰਚ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੱਖਣੀ ਗੋਲਿਸਫਾਇਰ (ਹੈਮੀਸਫੀਅਰ) ਵਿੱਚ ਪਤਝੜ ਦਾ ਮੌਸਮ ਮਾਰਚ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੱਖਣੀ ਹੈਮੀਸਫੀਅਰ ਦਾ ਸਤੰਬਰ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਉਤਰੀ ਹੈਮੀਸਫੀਅਰ ਦੇ ਮਾਰਚ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਾਰਚ ਦਾ ਨਾਮ ਮਾਰਟੀਅਸ (Martius) ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪੁਰਾਣੇ ਕਲੰਡਰ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਮਹੀਨਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਨਾਮ MARS ਮਾਰਸ (ਰੋਮਨ ਵਿਚ ਯੁੱਧ ਦਾ ਦੇਵਤਾ) ਜੋ ਕਿ ਰੋਮਨ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪੂਰਵਜ ਸੀ, ਉਸਦੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਰੋਪੂਲਸ ਅਤੇ ਰੇਮਸ ਨੇ ਰੱਖਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਮਹੀਨਾ ਮਾਰਟੀਅਸ ਯੁੱਧ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਸੀ।

ਮਾਰਚ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਕਈ ਮਹੱਤਵ-ਪੂਰਨ ਦਿਨ ਹਨ ਪਹਿਲੀ ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਰਮਜਾਨ (ਵਰਤ ਰੱਖਣ / ਰੋਜੇ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸ਼ੁਧੀ ਕਰਨ) ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 31 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਰੋਜੇ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦਿਨ ਈਦ-ਉੱਲ-ਫਿਤਰ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਹੈ। ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਹਿਲਾ ਦਿਵਸ 8 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਨ 1975 ਵਿਚ ਯੂ.ਐਨ.ਓ. ਦੁਆਰਾ ਮਨਾਉਣ ਦਾ ਅਹਿਦ ਲਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਦਿਨ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਬਣਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੇਣ ਲਈ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

14 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਹੋਲੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਹੈ। 15 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸ਼੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। 22 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਜਲ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 23 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸ਼ਹੀਦ-ਏ-ਆਜ਼ਮ ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ, ਰਾਜਗੁਰੂ ਅਤੇ ਸੁਖਦੇਵ ਨੂੰ ਲਾਹੌਰ ਦੀ ਸੈਂਟਰਲ ਜੇਲ ਵਿਚ ਫਾਂਸੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ। 29 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਗੁੱਡ-ਫਰਾਈਡੇ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਨ ਇਸਾਈ ਭਾਈ ਚਾਰੇ ਲਈ ਇਕ ਪਵਿੱਤ੍ਰ ਦਿਹਾੜਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਜੀਸਸ ਕਰਾਈਸਟ ਨੂੰ ਸੂਲੀ (Crucifixion) ਤੇ ਟੰਗਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਅਫਸੋਸ ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਦੋਨਾਂ ਦਾ ਦਿਨ ਹੈ।

MSCA ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੀ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 2338 ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ। MSCA ਵਰਿਸ਼ਟ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਲਈ ਪੂਰਾ ਮਹੀਨਾ ਅਤੇ ਪੂਰਾ ਸਾਲ, ਲਗਾਤਾਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਣਾਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਬਜ਼ੁਰਗ ਅੱਛੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਗੁਜ਼ਾਰ ਸਕਣ ਅਤੇ ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਕੰਨੀਓਂ ਵੀ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣ।

ਇਸ ਅੰਕ ਵਿਚ ਸ਼੍ਰੀ ਸਚਦੇਵਾ ਦਾ ਲੇਖ ਬੜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਲੇਖ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਦੱਸਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨਜ਼ ਨੂੰ ਕਿਉਂ MSCA ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਾਰਚ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਰੁਟੀਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੁਝ ਸਪੈਸ਼ਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰੱਖੇ ਗਏ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੈਪਟਰ 64 ਦੁਆਰਾ, 6 ਮਾਰਚ 2025 ਨੂੰ, 3 ਵਜੇ ਬਾਅਦ ਦੁਪਹਿਰ, ਜਲ-ਵਾਯੂ ਵਿਹਾਰ, ਸੈਕਟਰ 67 ਦੇ ਐਡੀਟੋਰੀਅਮ ਵਿੱਚ “ਗਾ ਮੇਰੇ ਮਨ ਗਾ” ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 8 ਮਾਰਚ ਨੂੰ “ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਹਿਲਾ ਦਿਵਸ” ਪਰ ਐਲ.ਏ.ਐਫ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ ਮੈਡੀਕਲ ਕੈਂਪ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

9 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਫਿਰ ਜਲਵਾਯੂ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ “ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਹਿਲਾ ਦਿਵਸ” ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇਸ ਅੰਕ ਵਿਚ ਕੁਝ ਹੋਰ ਚੰਗੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ “An Evening with Friends ” by Swaran Mann, “ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ” ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਭਾਰਦਵਾਜ ਦੁਆਰਾ, “ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਡੋਰ” ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਅਵਤਾਰ ਕੌਰ ਦੁਆਰਾ, ‘ਇਕ ਯਾਦ’ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੌਰ ਦੁਆਰਾ, “Perils of Hasty Decision”

GPS Sandhu, “ਬਜ਼ੁਰਗ ਪਿਆਰੇ” ਮਹਿੰਗਾ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ ਦੁਆਰਾ, “ਅੱਜ ਦਾ ਨੌਜਵਾਨ” ਖੁਸ਼ਦਿਲ ਦੁਆਰਾ।

ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦਾ ਦਰਦ ਰੱਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, ਇਹ ਲੇਖ ‘ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਹੋਣੀ’ ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਐਡੀਟਰ, ਦੁਆਰਾ ਆਪ ਜੀ ਖਿਦਮਤ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਹੈ। ਇਸ ਤੇ ਚਿੰਤਨ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ।

ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ 12 ਪੰਨਿਆਂ ਵਾਲਾ ਮਾਰਚ 2025 ਦਾ ਅੰਕ ਆਪ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਦਿਲਚਸਪ ਹੋਵੇਗਾ।

ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ

ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਐਡੀਟਰ

KNOW YOUR MEMBERS

Jarnail Singh LM 1162, M 98146-14656

JARNAIL SINGH BENIPAL LM 335 M: 98154 00370

Jarnail Singh Benipal was born on 11th September 1941 in Lyallpur district of Pakistan. Due to partition, he could join his regular education from 1950 only. He completed his primary education in Rohno Khurd village of district Ludhiana and Middle Standard Examination from Govt High School, Nasralli in 1958. He passed his Higher Secondary Examination with Science subjects in 1961 from A S Senior Secondary School, Khanna.



He joined his first job in Punjab Electricity Board in 1961 at Khanna and later served at Bahadurgarh Distt Rohtak. He joined a new job at Panjab University, Chandigarh in December 1962. He got the opportunity to improve his education and he joined evening college in 1969 to complete his graduation in 1972. He continued to improve his qualification further and completed his LLB in 1975. He passed M.A in Pub. Adm. in 1986.

He joined a new job at Punjab School Education Board as ASO (Legal) in 1976. He got selected as Superintendent in 1980 in direct selection. In direct selection he got selected as Assistant Secretary in 1987 and Deputy Secretary in 1992. He was appointed as Controllor of Examination in 1997. He got retirement in December 1999. He was appointed member of U.M.C. committee for deciding cases 2007-8.

He started his practice in Punjab and Haryana High Court in December 1999, which lasted only for six months. He joined as Controloer of Examination in Baba Farid Medical University, Faridkot in April 2000 and worked for one year. He joined Amar Nursing College as Administrator for four years. In 2004, he was appointed as Adviser to Chairman, Punjab School Edu. Board and he worked for only one year. He is one of the founder members of Mohali Senior Citizen Association, he worked as Secretary Welfare for eight years.

He was instrumental in creating a Trust for Promotion of Education in 2010, a dream project of Dr A S Khehra. Dr A S Khehra Ex Vice Chancelor of Punjab Agricultural University, Ludhiana was founder President of MSCA. Mr Benipal was one of the trustees of the Trust. After the demise of Dr Khehra on 25th Oct 2018, he took over charge of Chairman of the trust. At present Trust is looking after students of 5th class of 6 Primary Schools of rural area in the proximity of Mohali. He got married in 1964 and is blessed with a son and a daughter. MSCA wishes him a long and healthy life

Kind Attention ! Writers

Members are requested to send an Article of approximately 300 words, on any topic of interest to Senior Citizens, of their own choice. Article to reach by 10th Mar. 2025, to be published in Glorious Years Apr. 2025.

Wg Cdr Baldev Singh (Editor)

WEBSITES

MSCA : www.mscomohali.com

Fedsen Punjab : www.fedsenpunjab.org

AISCCON : www.aiscon.org

ASSOCIATION'S NEWS



Weather is varying from very cold to moderate Temp. since past month. The activities of MSCA continued with full swing with members getting fully involved, especially Lohri Celebrations. Besides this varied other activities were also undertaken during the past month:

17-Jan-2025: In the health talk at Grecian Hospital, two senior doctors, Dr Bhanu Partap Singh Saluja MS (Ortho) held detailed talks on osteoarthritis while Dr Anshuman Kaushal Director IMARS & Deptt of surgery shared on causes of constipation, piles and fissures, especially amongst senior people. Dr Saluja

emphasized on symptoms for detecting the joint issues at early stage, besides advance technology is available for treatment to lead a good quality life. Dr Kaushal stressed on better eating habits and good food in small in takes caring for stomach and suggested timely treatment for piles or fissures. Some related queries of members were answered satisfactorily by the doctor. Refreshment was served to all at the close of the session.

18-Jan-2025: In the talk by members, this month S Jarnail Singh, Vice President discussed about the commonly played SUDOKU, which is a good brain activity. The goal is to fill each 9X9 grid with numbers so that each row and column and 3X3 grid contain all digits between 1 to 9. He gave simple and quick tips for the starting the game at easy level, and with practice one can improve to solve medium and hard level puzzles also. Members also shared some points and thanked the speaker for the suggestions. Light refreshment was served to all.



19-Jan-2025: In LIVASA (IVY) Hospital, for the health talk Dr Mukesh Chawla, MD Medicine, Consultant Hematologist discussed blood disorders. He defined blood as an organ with three components, ie Red cells-hemoglobin carry oxygen, White cells work as immunity and Platelets prevent bleeding. Its disorder, symptoms can be TLC, infections, anemia, fatigue, longer period fever or weight loss or bleeding in gums etc. for which timely checkups like CBC test, bone marrow test are required. He advised for healthy diet / lifestyle, to ensure iron & B-12 intakes, diabetes control. To prevent, one must stop smoking, ensure healthy diet and regular exercise. The queries of some members were also clarified, to the satisfaction. Yummy snacks & tea were served to the members.

21-Jan-2025: LOHRI celebrations were arranged in grounds of LAF, about 160 members gathered around bonfire, singing traditional songs, dancing with dhol beats and enjoying in bhangra mood. Moongfali, gachak and rewris etc were served in abundance. MC Councillor Ms Anuradha Anand the chief guest, was honoured by the president. She assured full support for the activities and welfare of senior citizens besides donated Rs 11000/-. Special lunch of Saag-Makki Roti and Rohkheer was enjoyed by everyone. The president thanked the members for making the event purposeful and entertaining.

25-Jan-2025: With the new year setting in, the theme for the songs in Surilee Sham, was "Pyaar, Mohabbat, Ishaq". The members chose some nice & lively songs including some old romantic numbers, presenting rhythmically making the atmosphere charming. The audience of about 40 members encouraged the singers by applauding frequently. Hot tea and snacks were served in the end.

26-Jan-2025: Republic Day was celebrated with full enthusiasm at LAF Centre. The National Flag was unfurled by Brig J S Jagdev, President in the presence of in the presence of over 60 members who also saluted holding small flags. The members sang good number of patriotic songs

creating the nationalist atmosphere. Mr. Harmel Singh spoke very well about the supreme sacrifices made by S. Bhagat Singh & his companions. Members greeted each other. Ladoos, sweets and light refreshments were served to all.

04-Feb-2025: The monthly get-together was held at the CC, Ph-7 Mohali. About 140 members joined, / participated in the favorite fun-filled tambola round.

The representatives of Vrindavan Ayurveda Chikitsalyam shared about the Panchkarma treatments available at their Centre located near Baddi. Thereafter the members presented lovely songs, some on Basant, which the audience enjoyed and encouraged the singers by clapping.



The new members who joined MSCA recently gave their introduction and were welcomed by clapping. Subsequently the cake was cut by the members, whose birthdays fell during one past month. Celebrating Basant Panchmi, special sweet-yellow rice & snacks were relished by everyone.

05-Feb-2025: Members of "We, MSCA family," group; (members who have lost their spouses), had get-together and special lunch at Hotel Radius, TDI City, Mohali. While Sh Ravjot Singh coordinated with members, S Charanjit Singh planned and organised the event. About 27 members joined, some first timer gave introduction, had informal gupshup and enjoyed playing tambola round. Thereafter, members presented nice songs making the atmosphere lively. Multicourse delicious lunch was served which everyone relished.

14-Feb-2025: At Fortis Hospital Mohali a special workshop was arranged on 'Basic Life Support and First Aid'. Dr Arun Sharma and the team shared the importance of first aid in any accident or eventuality, especially in case of cardiac arrest or brain haemorrhage before the medical help is available. The correct procedure of CPR for chest compression was explained to rescue breaths and demonstrated by practically doing it for the benefit of members. Some clarifications were sought, which were replied by the doctor. Healthy refreshment was served.

15-Feb-2025: Our member Dr Akshey Dhingra (LM 1892), shared the importance of balanced diet for healthy body. While the balanced diet to include right amount of carbs, protein, fat, fibre, vitamins and mineral etc through regular intake of fruits, vegetables, grains and dairy. Bloating is a condition where your belly feels full and tight, often due to gas and is common in most elderly people. It can be controlled by eating slowly and frequent meals, chewing well, drinking lot of water and beverages at normal temperature. Some points from members were also clarified. Light refreshments was served at the end.



16-Feb-2025: This time in the informative talk at LIVASA (IVY) Hospital, Dr Jaspreet Singh Randhawa, MS, MCH Neurosurgery, shared the basic concepts of neuro problems. His talk was mainly on preventive measures and that too through natural sources. Curd, paneer or sprouts best source of Vit B12 and sunlight is must for Vit-D. For headache, backache, memory loss and cramps etc also he suggested easy tips in lifestyle. Daily intake of water or liquids at least 3 liters must be ensured. Controlling BP, sugar and cholesterol, regular exercise/walk, reducing stress are some preventive steps must for everyone. Some members put personal queries which were clarified by the doctor. Sumptuous refreshment was also served by the Hospital.

CHAPTER 3

11-Feb-2025: The monthly get together / meeting was held in the Library Hall, Rose Garden in which about 60 members joined. The Tambola round conducted by Sh M S Sawhney making it fun-filled as members engrossed for winning dividends. February being month of 'National Cancer Prevention Month' a special talk was arranged on prevention, detection and cures of cancer. Dr Shubh Mahindru, Director- surgical oncology, LIVASA (IVY) Hospital observed that cancer is a stigma but its preventable and treatable. It can occur in any part of body and at any stage. He clarified about the tumors and malignant that grows uncontrollably. Causes can be pesticides, bad food or hormones. At stage 1-2, it is curable with best results and in stage 3-4 treatments by surgery, chemo and radiation are done. Its treatment is not emergency but it improves quality of life. With advanced technologies, the treatments have become convenient with higher success rates. Our members having survived their cancer, namely Mrs Surinder Dhingra, Mrs Harkeshpal Kaur, Sh D K Monga, Mrs Kanwaljit Kaur and Mrs Satinder Bedi shared their experiences post cancer treatments to which members applauded for them showing encouraging and positive attitude. They were honoured with bouquet and mementos. In the end sumptuous refreshment was served.



CHAPTER 64

20th Feb 2025 Monthly get-together was held. Mr M S Sawhney conducted Tambola. Mrs Amrit Kaur conducted the stage for recreation. 21st Feb is celebrated as International Day of Mother Tongue.

Many members sang songs on Maa Boli Punjabi. Mrs Avtar Kaur wore duppata depicting Gurmukhi Alphabets. Mr Bachitter Singh was recently hospitalized for symptoms of blood clotting in the brain. He shared his experience of how timely action saved his life. About 35 members attended the meet.

Refreshment was sponsored by Mr Gurkirpal Singh and Mrs Avtar Kaur. Mrs Gurkirat Kaur and Mr Narinder Singh arranged the refreshment. Mr Jarnail Singh Chapter Head thanked all the participants.

ਗਾ ਮੇਰੇ ਮਨ ਗਾ

**MSCA CHAPTER 64 IS ORGANISING
A MUSICAL EVENING- ON 6TH MARCH 2025 AT 3.00 PM
JAL VAYU VIHAR AUDITORIUM SECT 67, MOHALI
Entry from Gurudwara side**

MSCA members interested to sing any song may get registered with Mr Harjinder Singh on M 98729 99610 before 4th March, 2025.

**Members are free to sing with or without Instrument/ Karaoke
Refreshment will be served after the programme.**

Enquiry:

**Mr Jarnail Singh, Chapter Head, M: 98146 14656
Mr Harjinder Singh, General Secretary M 98729 99610**



MSCA members on Trip to Dubai from 12.02.2025 to 17.02.2025



MSCA members enjoying Picnic at Barota Farm, Village Tibba Nangal, on 19th Feb. 2025

GOVT. HOSPITAL EMERGENCY NUMBERS

GH-Ph6, 2225264, GH-16 2768201-02, GH-32 2665253-59, PGI 2747005, Command 1800 112526

GLORIOUS YEARS

My Foot Prints Indian Military Academy Cadet's Contingent Marching on Jan Path (Now Kartavya Path) Col. Balwant Singh LM 47, M 94172-13537

Republic Day Parades : 26 Jan 1958 to 1959
Synopsis : (Why 26 Jan.) Attained Independence 15, Aug. 1947 (followed Indian Act 1935), Constitution Assy formed, drafted / adopted own constitution 26 Nov. 1949. "Effective" : 26 Jan 1950. (sovereign, socialist, secular & democratic Republic). (IMA cadets at Vijay chowk, New Delhi, 26 Jan. 1958).



Watching TV : 76th yr Republic Day parade, flew 67 yrs back in time. An idea fructified at Army HQ/MOD, yr 1957, to make IMA Dehradun cadets part of this parade. Aim : to attract young gen. officers in Army. Preparations commenced at IMA, yr end 1957. After vigorous selection process, a contingent formed. I was lucky to be one being good in drill. Rigorous drill practices at drill squire. Opp Chetwode Hall, High decibel commands of drill instructors while Academy Adjit, on horseback, breathing over our necks. Emphaiss on foot-work, proper distance in 'rank' and 'file' and steady grip on rifle on left shoulder. We sweated while others rested. Contingent with std Adm element transported to Delhi cantt. early Jan. 1958. Gruelling practices & rehearsals from Vijay chowk, Indian Gate and beyond.

DONATION RECEIVED BY MSCA UPTO 15.02.2025					
R. No.	DATE	L.M. No.	Donors Sarv. Shri	SUM (₹)	Rks
6170	04.02.2025	2240-41	Swarandeeep Singh Chadha & Narinderjit Kaur	1100	Donation
6171	04.02.2025	993	Pritpal Singh	1000	Bd
6172	04.02.2025	2108	B B Gupta	1100	Bd
6173	04.02.2025	2024	Pritpal Kaur	2100	Bd
6174	04.02.2025	1167	Jagdev Singh	1100	Bd
6175	04.02.2025	1919	Manmohan Kaur	500	Bd
6176	04.02.2025	1963	Ajit Singh Hundal	1100	Bd
6177	04.02.2025	860	Rajinder Singh Toor	2500	Donation
6180	13.02.2025	1260	Ravel Singh Toor	5000	50th Wedding Ann
6181	13.02.2025	999	Baljit Singh	5000	Donation
6182	15.02.2025		AU Small Finance Bank	5000	Donation

**For online donation - PNB Bank Account No. 1155000102026238,
IFSC CODE- PUNB0352900 Kindly provide copy of your PAN Card also.**

TRUST FOR PROMOTION OF EDUCATION (DONATION RECEIVED DURING Jan. 2025)

Sr.	DONORS	Address	SUM (₹)
1.	S. Jarnail Singh Benipal	# 1070, Sec. 70, Mohali	25,000
2.	Col. Charanjit Singh Bamba	2725, Ph. 7, Mohali	2,000
3.	Col. Gajjan Singh	Vill. Dhakoli Zirakpur	1,000
4.	S. Amarjit Singh Pabla	# 69, Phase 3A, Mohali	2,000
5.	Lyness Club Panchkula Central	Panchkula	2,000
6.	Sh VS Gupta	2254, Sec. 68, Mohali	1,000
7.	Mrs. Inderjit Kaur	R-1, E-110, Hyde Park, New Chd.	2,000

**Donations are exemted U/S 80G of Income Tax Act 1961
For online donation - Bank Account No. 65082467556, SBI ,
IFSC CODE- SBIN0050502 Kindly provide copy of PAN card also**

D'day, we showed our best while passing the saluting base; our route : India Gate, BSZ marg, Cannought Place, GB road, Khari bowli, Chandni Chowk & Red Fort ground. Whole attn. on foot work; on chance to steal a glance at cheering beauties. At Red fort ground, our 'sahayaks' helped us to dislodge our rifles from shoulders and straightened our left arm, in the biting cold.

Now : There is a sea change to display vast array of def. hardware; rockets, et al multitudes of folk dancer on foot & Jhankias "INDIA on MARATHON".

Thus, I relived those 'golden moments' after 67 yrs & took up the pen to share this "GAATHA"

WELCOME TO NEW MEMBERS

LM No	Name Sarv Shri/Smt.	D.O.B.	Address at Mohali	Previous Occupation	Contact No.
2327	Kanwal Jit Kaur	27-01-1953	# 544, Sec. 60	Housewife	98887 14604
2328	Kuljeet Kaur Makker	19-10-1955	# 1258, Ph. 9	Senior Assistant	95010 21259
2329	Inderjit Singh	05-02-1959	# 979, Sec. 79	Head Master	94177 97640
2330	Harmail Singh Bhatti	07-06-1961	# 2773, Sec. 49D,	Head of School Chandigarh	94634 94673
2331	Rajinder Kaur Bhatti	01-10-1961	Chandigarh	Post Master Chandigarh	94173 94851
2332	Gurbux Singh Gill	15-04-1946	#166/5, Sec. 126, Acme Heights, Kharar	Taxi Driver	78145 14822
2333	Mamta Chhabra	08-10-1963	#10, Housefed Complex, Sec. 79	School Teacher	98122 92000
23334	Mast Singh Rehal	01-04-1944	# R-135, Ind Area. Sec.-74	EX-Serviceman I.A.F	88721 23166
2335	Harpal Singh Dua	01-03-1955	#376, Phase 2	Banker	98156 13376
2336	Amarjit Kaur	30-01-1952	#376, Phase 2	House Wife	86993 79301
2337	Gurdarshan Singh	01-01-1962	#148-A, Tower D-4,	Business	98100 04433
2338	Jasmeet Kaur	07-12-1967	Sandwoods Oplencia, Sec. 110	House Wife	92122 04333

PRIVATE HOSPITAL EMERGENCY NUMBERS

Fortis 4692222, Livasa 5044344, 99888 23456, Max 6652000, Park 85998 44444, Shalby 87250 40394, Sohana 5004617, Alchemist 4500000

मुकद्दर का सिंकदर

जगदीश सोढी एल. एम. 0192 मो 98884 83373
 वो जो अपने अशक पी गई मैं
 लगा खरिे समंदर को पी गई मैं
 जिन्दगी के थपेड़ों ने मारा मुझे
 देखिए, फिर भी हँसते हँसते जी गई मैं
 मुकद्दर का सिंकदर हो इंसान
 तो अपने, अपने होते हैं।
 वक्त का मिजाज बिगड़ जाये,
 तो कहां अपने, अपने होते हैं
 मुस्कुरा कर हूँ ले आसमों को
 सारा कयानात तेरी मुठ्ठी में होगा
 सजदा कर उस महरम को
 जिसने तेरा साथ जिन्दगी में दिया होगा।

रूखसतगी

सविता शर्मा एल. एम. 2315 मो 89014-93850
 कर दिया है रूखसत तुमने तो अपने जहाँ से
 थके हुए से कदम खड़े हैं अभी भी वहाँ पे,
 न तो उठते हैं आगे बढ़ने को ये,
 न ही सुड़ पाना है मुसकिन अब यहाँ से,
 चले थे ये कहाँ से,
 मगर आ पहुँचे हैं कहाँ पे.....

सेच-विचार

Wg Cdr Tarsem Bhardwaj M. 94171 6318
 थोड़ा सेच विचार करन की आदत पाउट्टी माझी गॉल
 नही है। गॉल 'से' ही गॉल निकलतीआं हन,
 उपावरण पेस है। इक गपा पेड़ नाल बंनिआ
 होइआ सी। किसे सैतान ने गपा खेळु दिँता। गपा
 आजादी पाके मरमसत हो गिआ, एघर उँपर
 नसना सुबु कर दिँता। इक खडी डसले दे खेड 'च
 वड गिआ। बरबादी देष खेड मालिक की पडनी ने
 कुँट-कुँट के मार दिँता। आपणे मरे गपे नुँ देष गपे
 दे मालिक ने किसान की पडनी नुँ देषे दे गी गुँसा धा
 के गेली मार दिँती। किसान दे पुँतुर मां नुँ मरी
 देषिआ तां गुँसे नाल पागल हो गिआ, गपे दे मालिक
 नुँ गेली मार दिँती। बरले की डवाणा वपदी गडी।
 गपे दे मालिक नुँ म्रुड पाके, उँस की पडनी लाल
 पीली हो गडी। आपणे पुँतुरां नुँ हुकम दिँता कि
 किसान दे खेडां नुँ अँग ला के सुआर कर दिँत।
 पुँतुरां ने हुकम की तामील कीडी, नाले सेचिआ कि
 किसान बी यर विँच सड के मर गिआ होइएगा। पर
 किसान जद मंडी तें वापिस आइआ तां सेचिआ
 जँट नाल पंगार लिआ तां इहनां नुँ डँडिआ नही
 बरदा। बँदुक लेड करके गपे दे मालिक दे तिनं
 पुँतुरां नुँ बुँन दिँता। सारी वारदात देष सरारती
 सैतान पूगत होइआ, जँट नुँ पुँडन लँगिआ, डायी
 साहिब होइआ की है। जँट ने सारी वारता सुना
 दिँती, सैतान ने गँध डडके बैठाके दँसिआ, गॉल तां
 डेटी सी, किसे ने बी गपे नुँ डडन की ना ही केंसिआ
 कीडी, ना ही सेचिआ। बँस, "आ में तैनुँ दँसां", की
 अँग विच केंपिड हो के लासां दे वर लाडे सुबु कर
 दिँते। सैतान ने तां सिरड खेडा ही खेळिआ सी।
 बाकी सारिआं ने पुडिसेड करना सुबु कर दिँता।
 पुडिआ तां पगिलां नही सेचिआ, कि विनास
 करना ही केवल गॉल नही है। हर रेंज टी. वी. अडे
 अखबारं नवेँ खेडे डँड दिँते हन। बाकी अँग सेसल
 मीडिआ ला दिँता है। अहिसास तां उद हुँदा है जद
 हानी, विनास हो चुँकिआ हुँदा है। थोड़ा सेच विचार
 कर करन की आदत पाउट्टी माझी गॉल नही है।

An Evening with Friends

Swaran Mann LM 1886
 M. 8146526807

As we stepped out of our routine lives, I decided to spend a pleasant evening in the midst of nature's splendor - an Agriculture Farm with my best friends Wing Cdr Baldev Singh, Col MS Basi and two more. The vast expanse of greenery of wheat fields at its peak blossom welcomed us with open arms .As we settled down on a permanent cemented bench and folding chairs carried for this event, our picnic spread was a testament to the bounty of the nature . Fresh fruits, crispy snacks , and beautiful scotch surrounded by green fields added colour to this pleasant evening. As we enjoyed our drinks , we couldn't help but appreciating the hard work and dedication that went into cultivating the land and growing the food that sustained us.
 As the evening wore on, the Agriculture Farm was bathed in the soft, silvery light of the moon. We decorated the surrounding flower plants with battery operated hanging lights and continued our picnic. The evening air was filled with laughter and conversation as we shared stories, joked, and remembered our old times. As the stars began to twinkle in the night sky, we sat in comfortable silence, absorbing the tranquility of our surroundings, making every moment feel precious and unforgettable. As the clock clicked to 0830 , we reluctantly gathered our belongings and bid farewell to this picnic and proceeded to close by Mittran Da Dhaba for dinner which was filmed in famous punjabi movie "Mera Pind" starring Harbhajan Maan. This restaurant is famous for its free lassi and well furnished dining space. The memories of our picnic in the Agriculture Fram, however, will stay with us forever.

बच्चरग पिआरे

महिरंगा सिंघ कलसी ओल.ओम. 609 मो: 9417217397
 बच्चरग यर की सान ने हुँदे, करीये इनुं दा सडिकार।
 इनुं केल जसरबा है हुँदा, गल सड के करीये विचार।
 पिंडे उँते इनुं हँचाइआ, उँगी सानुँ देड सलाह।
 खेडी उँग ही पार है हुँदी, जिस दा जसरबेकार मलाह।
 कीडी कमाडी टँबर पालिआ, दुँध-सुँध इनुं हँचाइआ।
 नेकर हुँड बुचापा आ गिआ, दिर वी साडा है सरमाइआ।
 इनुं की गॉल दा गुँसा ना करीये, विचारीये माड दे नाल।
 नेकर चंगी गल ना लँगे, समझाये दे दलील दे नाल।
 मिँठे बोलं दे बुँखे बच्चरग इनुं सड कुँड सानुँ दिता।
 बच्चरगं की सेवा करीये, इग डल है सड तें मिँठा।
 मूल नाले विआज है पिआरा, खेडन पेडे-पेडीआं नाल।
 इमे नाल सकून है मिलदा, बच्चरग हो जांके माला-माल।
 डायें उँमर वडेरी हो गडी, मन मंगे खँटे मिँठे पदारथ।
 मंग उँनुं की पुरी करीये, डँड के सारे ही सुआरथ।
 रँध तां किसे देषिआ नांही, रँध वसदा विच इनसानां।
 सेवा बच्चरगं की है डगडी, कुँड समझ असेके जवानां।
 'कलसी' बच्चरगं की असीसां विच सँची रँध है वँसदा।
 यर दा महोल सवरग हो जाँडु सँची गॉल में हां दँसदा।

Letter to Editor

The President's editorial shed light on several critical challenges faced by senior citizens while driving. While traffic light rules are generally acknowledged, many still flout them by jumping red lights, growing impatient at green signals, honking excessively, or attending calls with their phone awkwardly perched on their shoulder. Sh. Baldev Singh offered a captivating explanation of the origins of the month and days, delving into the art of calligraphy and presenting a fresh approach to translating ghazals. The month was also marked by an insightful lecture on "How to Be Cyber Smart" and vibrant celebrations of Lohri and Republic Day. The contributions from other members added depth and intrigue to the discussions, making it a truly enriching month.

G. P. Singh Sandhu LM 2192. M. 97795-82475

Sh. J S Jagdev has touched the very sensitive and important issue relating to driving problems particularly for Senior Citizens. Extra care is required while sitting on the Driving Seat, as young ones and professional Drivers are always in the hurry and sometimes create problems for others. So be careful while driving. Sh. Baldev Singh has described the CALENDAR MONTHS and WEEK DAYS in a very detailed manner, Which adds to our general knowledge. All the writers have shown their skills in the nice way. The Heads of Chapter - 3 and Chapter - 10 are executing their duties very well. Month of Blossom MARCH is coming with fragrance, be ready to say Welcome.

Gulshan Nayyar, LM 1857, M. 98159-76298

Fond regards to MSCA Team.
 GY is marching fast. All, writer up educative and thought provoking.

Col Balwant Singh LM 47, M. 94172-13537

राजल गज़ल

हरजीत सिंघ सिंघु ओल.ओम. 297

मो: 98887 76277

1. مجھ سے پہلی سی شبت مری محبوب نہ مانگ
 مہج سے پہلی سی شبت مری مہربان نا مانگ
 2. میں نے سبھی کھا کر تو نے فخرِ خشتان ہے حیات
 میں نے سب کھا کر تو نے فخرِ خشتان ہے حیات
 3. ترا غم ہے فخرِ غم کا تھکا کیا ہے
 تیرا غم ہے فخرِ غم کا تھکا کیا ہے
 4. تیری صورت سے ہے عام میں بہادوں کو ثناء
 تیری صورت سے ہے عام میں بہادوں کو ثناء
 5. تیری آنکھوں کے بسوا دُنیا میں رکھا کیا ہے
 تیری آنکھوں کے بسوا دُنیا میں رکھا کیا ہے
 6. تو تو دل جاتے تو تقدیر نکلوں ہے جاتے
 تو تو دل جاتے تو تقدیر نکلوں ہے جاتے
 7. یوں نہ تھا میں نے فقط چاہا تھا یوں ہو جاتے
 یوں نہ تھا میں نے فقط چاہا تھا یوں ہو جاتے
 8. اور بھی دکھ ہیں زمانہ میں محبت کے بسوا
 اور بھی دکھ ہیں زمانہ میں محبت کے بسوا
 9. راتیں اور بھی ہیں کسمل کی راحت کے بسوا
 راتیں اور بھی ہیں کسمل کی راحت کے بسوا

فیض احمد فیض

ڈیس اہیمد ڈیس

Calligraphed & Translated by
 Wg Cdr Baldev Singh

EMERGENCY NUMBERS

Cyber Crime 1930, Sr. Ctz 1090, 14561, Ambulance 108, Fire 101, Police 100

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਹੋਣੀ

ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਐਲ.ਐਮ. 1334, ਮੋ: 99156-12157

ਪੰਜਾਬ ਖੜੋਤ ਵੱਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਕੀ ਇਹ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਵੱਲ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਇੱਕ ਜੀਵੰਤ, ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਰਾਜ ਵਜੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਹੋਂਦ, ਸਾਰੇ ਹਿੱਸੇਦਾਰਾਂ, ਸਰਕਾਰੀ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਭਾਰਤੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਤੁਰੰਤ ਅਤੇ ਇੱਕਜੁੱਟ ਕਾਰਵਾਈ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ ਜੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਕਤ ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਦੇ ਤੜਕ ਵਿਚ ਇਕ ਹੀਰਾ ਸੀ ਅੱਜ ਕਿਸੇ ਡੂੰਘੇ ਸੰਕਟ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਕਾਰਨ ਚੁਰਾਹੇ ਤੇ ਖੜਾ ਹੈ। ਮਹਾਰਾਜਾ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਅਧੀਨ ਸਿੱਖ ਸਾਮਰਾਜ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਧਰਤੀ, ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ ਨਾਲ ਗੁੰਜਦੀ ਸੀ। ਇਹ ਹੁਣ ਸਮਾਜਿਕ-ਰਾਜਨੀਤਕ, ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਚਣੌਤੀਆਂ ਦੇ ਸੰਗਠਿਤ ਹੋਣ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਇਸਦੀ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਣ ਲਈ ਖ਼ਤਰਾ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਅਮੀਰ ਇਤਿਹਾਸ, ਜੀਵੰਤ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੀ ਤਾਕਤ, ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਵਿਖੰਡਿਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਹ ਰਾਜ ਜਿਸਨੇ ਕਦੇ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਵੱਲ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ, ਕੀ ਇਹ ਅਟੱਲ ਗਿਰਾਵਟ ਵੱਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਅਜੇ ਵੀ ਕੋਈ ਮੌਕਾ ਬਾਕੀ ਹੈ। ਇਹ ਲੇਖ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਡੂੰਘੇ ਚਿੰਤਨ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਖੇਤਰ ਸੱਚਮੁੱਚ ਵਿਨਾਸ਼ ਦੇ ਰਾਹ ਤੇ ਹੈ।

1839 ਵਿਚ ਮਹਾਰਾਜਾ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿੱਖ ਸਾਮਰਾਜ ਦਾ ਪਤਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ। ਉਸਦੀ ਮੌਤ ਨੇ ਰਾਜਨੀਤਕ ਟੁੱਕੜੇ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕਬਜ਼ੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ। 1849 ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਕਬਜ਼ੇ, ਜੰਮੂ ਅਤੇ ਕਸ਼ਮੀਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਰਿਆਸਤ ਵਿੱਚ ਵੰਡਣ ਦੇ ਨਾਲ, ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਇਸਦੀ ਪ੍ਰਭੂਸੱਤਾ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਖੋਹ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਅਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਦੇ ਬੀਜ ਬੀਜੇ ਗਏ ਜੋ ਅੱਜ ਵੀ ਆਧੁਨਿਕ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਗੁੰਜਦੇ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਵੰਡ ਦਾ ਇੱਕ ਜਖ਼ਮ ਅਜੇ ਵੀ ਰਿਸਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਘਟਨਾ 1947 ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਵੰਡ ਸੀ। ਇਸ ਵੰਡ ਨੇ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਹੀ ਪਾੜਿਆ ਸਗੋਂ ਇਸਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤਾਣੇ-ਬਾਣੇ ਨੂੰ ਵੀ ਵਿਗਾੜ ਦਿੱਤਾ। ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਪੱਛਮੀ ਹਿੱਸਾ, ਉਪਜਾਊ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਦੀਆਂ ਨਹਿਰੀ ਕਲੋਨੀਆਂ ਲਾਇਲਪੁਰ ਹੁਣ (ਫੈਜ਼ਲਾਬਾਦ) ਪਿਛੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿਚ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ। ਪੂਰਬੀ ਪੰਜਾਬ ਵਿਆਪਕ ਤਬਾਹੀ ਦਾ ਮੰਜਰ ਬਣ ਗਿਆ। ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਜਾਇਦਾਦ ਦੀ ਵਿਆਪਕ ਤਬਾਹੀ ਹੋਈ। ਵੰਡ ਦੇ ਦਾਗ਼ ਅੱਜ ਵੀ ਇਸ ਖੇਤਰ ਦੀ ਜਨਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਸਮੂਹਿਕ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਵਿਚ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬੀ ਸੂਬੇ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ : ਇਕ ਦੋ ਧਾਰੀ ਤਲਵਾਰ 1956 ਵਿਚ ਪਟਿਆਲਾ ਅਤੇ ਈਸਟ ਪੰਜਾਬ ਸਟੇਟਸ ਯੂਨੀਅਨ (ਪੈਪਸੂ) ਦੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਏਕੀਕਰਨ ਨੂੰ ਇਕਸੁਰਤਾ ਦੇ ਪਲ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂ ਕਿ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੰਜਾਬੀ ਸੂਬਾ ਲਹਿਰ, ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦਾ ਸੂਬਾ ਬਣਾਉਣਾ ਸੀ, ਵਿਰੋਧਾਭਾਸੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਸਿਆਸੀ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸਦੀ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਸਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਤਰੀ ਅਤੇ ਫਿਰਕੂ ਲਾਈਨਾਂ ਵਿਚ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਵੰਡ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਇਸ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਗਿਰਾਵਟ ਵਲ ਨੂੰ ਤੌਰ ਦਿੱਤਾ।

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਗੁੰਮ ਹੋਈ ਰਾਜਧਾਨੀ : 1966 ਵਿਚ ਹਰਿਆਣਾ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ, ਜਿਸਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਹਿਮ ਧੜੇ ਨੇ ਮੰਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਇਕ ਹੋਰ ਝਟਕਾ ਦਿੱਤਾ। ਪੰਜਾਬ ਨੇ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਅਹਿਮ ਖੇਤਰ ਗੁਆਏ, ਸਗੋਂ ਇਸਦੀ ਨਵੀਂ ਬਣੀ, ਆਧੁਨਿਕ ਰਾਜਧਾਨੀ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, (ਜੋ ਅੱਜ ਤੱਕ ਕੇਂਦਰ ਸ਼ਾਸਤ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ) ਵੀ ਗੁਆ ਲਈ। ਰਾਜ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਟੁਕੜੇ ਹੋ ਗਏ। ਇਸਦਾ ਇਲਾਕਾ ਘਟਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸਦੀ ਪਛਾਣ ਘਟ ਗਈ।

ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਪਤਨ : ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਉਸਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਤੇ ਟਿਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। 1961 ਦੀ ਜਨਗਣਨਾ ਵਿਚ ਜਦੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸੂਬਾ ਅੰਦੋਲਨ ਸਿੱਖਰ ਤੇ ਸੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਮੰਨਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ (ਹਾਲਾਂਕਿ ਬੋਲਦੇ ਅਜੇ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀ ਹੀ ਹਨ) ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਦਾ ਪਤਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ। ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਪਟਿਆਲਾ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਪਰ ਇਸਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸੀਮਤ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ, ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਹਿੰਦੀ ਦੇ ਪਿਛੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਇਸਦੀ ਗਿਰਾਵਟ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

ਸ਼ਾਸਨ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ : ਸਰਕਾਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਪੰਜਾਬੀ, ਸੂਬੇ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵਿੱਚ ਹਾਸੀਏ 'ਤੇ ਹੀ ਹੈ। ਸਕੱਤਰੇਤ ਵਿੱਚ ਜਿਆਦਾਤਰ ਅਧਿਕਾਰਤ ਕੰਮ ਅਤੇ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਕਰਵਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਘੱਟ ਰਹੀ ਸਿੱਖ ਆਬਾਦੀ : ਕੋਸ਼ਧਾਰੀ ਸਿੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਗਿਰਾਵਟ ਅਤੇ 2016 ਵਿੱਚ 70 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਹਿਜਧਾਰੀ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੀਆਂ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀਆਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਨਾਲ, ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਿੱਖ ਪਛਾਣ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਹੈ। SGPC ਦੀ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਵਿਚ ਲਗਭਗ 50% ਦੀ ਗਿਰਾਵਟ ਦੇਖੀ ਗਈ ਹੈ ਜੋ ਕਿ 2011 ਵਿੱਚ 52 ਲੱਖ ਤੋਂ ਘਟ ਕੇ ਮੌਜੂਦਾ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਲੱਗਭਗ 27.87 ਲੱਖ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਗਿਰਾਵਟ ਦਾ ਸਿਰਫ਼ ਧਾਰਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਵਿਚ ਘਟੀ ਹੋਈ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਪੰਜਾਬ ਲਈ ਇਕ ਵਿਆਪਕ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਨੁਕਸਾਨ ਵੀ ਹੈ। ਮਹਿਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਰੁਝਾਨ ਦਾ ਕਾਰਨ SGPC ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਘਟਣਾ, ਇੱਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਪਰਵਾਸ ਵਰਗੇ ਕਾਰਕਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆ ਹੈ।

ਜਨਸੰਖਿਆ ਸਿਫਟ : ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਬਿਹਾਰ, ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ ਵਰਗੇ ਰਾਜਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਦੀ ਵਧ ਰਹੀ ਆਮਦ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਜਨਸੰਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਗੁੰਝਲਦਾਰਤਾ ਨੂੰ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਵਾਸੀ ਹੁਣ ਪੱਕੇ ਤੌਰ ਤੇ ਲੁਧਿਆਣਾ, ਜਲੰਧਰ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚ ਸੈਟਲ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੋਟਿੰਗ ਅਧਿਕਾਰ ਵੀ ਮਿਲ ਗਏ ਹਨ। ਨਤੀਜੇ ਵਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤਾਲਮੇਲ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਗਾੜਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਗੈਰ-ਮੂਲ ਵਸੋਂ ਰਾਜ ਦੇ ਜਨਸੰਖਿਆ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਬਦਲਦੀ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਕੂਚ : ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵੱਲ ਕੂਚ ਕਰ ਗਏ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਘਰ ਅਤੇ ਖੇਤ ਖਾਲੀ ਪਏ ਹੋਏ ਹਨ। ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵਾਪਸ ਨਾ ਆਉਣ ਦਾ

ਫੈਸਲਾ ਲੈ ਲਿਆ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਪੰਜਾਬ ਛੱਡਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜ਼ਮੀਨ ਹੁਣ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਚਲੀ ਗਈ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸੰਕਟ : ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਨਾਜੁਕ ਮੋੜ ਤੇ ਹੈ। ਕਣਕ-ਝੋਨੇ ਦੇ ਚੱਕਰਵਿਊ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਰਾਜ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਡਿੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜ਼ਰਖੇਜ਼ ਧਰਤੀ ਦਾ ਮਾਰੂਥਲੀਕਰਨ ਇੱਕ ਅਸਲੀ ਖਤਰਾ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕੁੱਲ 27% ਰਕਬੇ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹਿਰੀ ਪਾਣੀ ਉੱਪਲਭਤ ਹੈ। ਬਿਜਲੀ ਅਤੇ ਡੀਜ਼ਲ ਪੰਪਾਂ ਨਾਲ ਸਿੰਚਾਈ, ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਬੰਜਰ ਬਣਾ ਦੇਵੇਗੀ। ਰਾਜਸਥਾਨ ਫੀਡਰ ਅਤੇ ਸਰਹਿੰਦ ਫੀਡਰ ਵਰਗੀਆਂ ਵਿਸ਼ਾਲ ਕੈਰੀਅਰ ਨਹਿਰਾਂ ਰਾਵੀ ਅਤੇ ਬਿਆਸ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ 278.60 ਐਮ.ਏ.ਐਫ. ਪਾਣੀ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵੱਲ ਮੋੜ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ ਦਾ ਅੰਦੋਲਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਪਰ ਡੂੰਘਾ ਸੰਕਟ ਪਾਣੀ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਫਸਲੀ-ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਪਿਆ ਹੈ। ਅਨੁਮਾਨ ਅਨੁਸਾਰ 15 ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਪੰਜਾਬ ਮਾਰੂਥਲ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਗਰ ਕਿਸਾਨ ਪਾਣੀ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਕਣਕ-ਝੋਨੇ ਦੇ ਚੱਕਰਵਿਊ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਰਾਸਤ ਤੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਖਤਰਾ ਮੰਡਰਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਆਰਥਿਕ ਗਿਰਾਵਟ : ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ-ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮੋਹਰੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪੰਜਾਬ ਹੁਣ ਆਪਣੀ ਪੁਰਾਣੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਹੁਣ 2023 ਦੇ ਕੌਮੀ ਵਿੱਤੀ ਸਿਹਤ ਇੰਡੈਕਸ (ਫਿਸਕਲ ਹੈਲਥ ਇੰਡੈਕਸ) ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਰਤੀ 18 ਸਟੇਟਾਂ ਵਿਚੋਂ 10.7 ਅੰਕਾਂ ਨਾਲ ਆਖਰੀ ਸਥਾਨ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਸੰਘਰਸ਼ ਹੁਣ ਸਿਰਫ਼ ਮੁੜ ਬਚਾਅ ਲਈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਹ ਭਾਰਤੀ ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤਾਣੇ-ਬਾਣੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਮੁੜ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਪੇਂਡੂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਕਰਜ਼ੇ ਦਾ ਬੋਝ : ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਮੁੱਖ ਰੁਕਾਵਟ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਵਧਦੇ ਕਰਜ਼ੇ ਦੇ ਨਾਲ - ਨਾਲ ਪੇਂਡੂ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨੀ ਕਰਜ਼ੇ ਸੂਬੇ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਪੁਨਰ-ਸੁਰਜੀਤੀ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਜੋਂ ਉਭਰਿਆ ਹੈ। ਰਾਜ ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਡੂੰਘੇ ਕਰਜ਼ੇ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਰੀਪੋਰਟਾਂ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਲਗਭਗ 86% ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਸਿਰ ਖੇਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। 2.03 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਔਸਤ ਕਰਜ਼ਾ ਪ੍ਰਤੀ ਪਰਿਵਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਕਣਕ-ਝੋਨੇ ਦੇ ਚੱਕਰ, ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਲਈ ਲੜੀਦੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਘਾਟ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਵਿਆਪਕ ਕਿਸਾਨ ਸੰਕਟ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ 2 ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਵਧਦੇ ਕਰਜ਼ੇ ਨੇ 16,600 ਜਾਨਾਂ ਲਈਆਂ ਹਨ। 2023 ਤੱਕ ਰਾਜ ਦਾ ਜਨਤਕ ਕਰਜ਼ਾ 3.12 ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੇ ਖੜ੍ਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਰਾਜ ਦੇ ਕੁੱਲ ਘਰੇਲੂ ਉਤਪਾਦ (GSDP) ਦਾ 48% ਹੈ। ਕਰਜ਼ੇ ਦਾ ਬੋਝ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚਾ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗਿਕ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਜ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਕੱਲੇ ਵਿਆਜ ਦੇ ਭੁਗਤਾਨ ਵਿਚ ਹੀ ਰਾਜ ਦੇ ਮਾਲੀਏ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਖਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਾਤੀ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਵੰਡ : ਸਿੱਖਾਂ ਵਿਚ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ, ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਅਤੇ ਦਲਿਤ ਸਿੱਖ ਭਾਈ ਚਾਰੇ ਵਿਚ ਤਿੱਖੀ ਵੰਡ ਨੇ ਇਕ ਮੰਦਭਾਗਾ ਵਿਖੰਡਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਹਰ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਜੱਟਾਂ ਅਤੇ ਦਲਿਤਾਂ ਦੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਅਖੌਤੀ ਗੁਰੂਆਂ ਦੇ ਡੇਰਿਆਂ ਦੇ ਉਭਾਰ ਨਾਲ ਇਹ ਪਾੜਾ ਹੋਰ ਵੀ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਧਾਰਮਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਖੰਡਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਇਕਜੁੱਟ ਰਹਿਣ ਦੀਆਂ ਸਿਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਲਈ ਸਰੋਤ ਸਮਰਪਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਸਮਾਜ ਦੀ ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਉਰਜਾ ਇਹਨਾਂ ਡੇਰਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਉਪਰਾਲਿਆਂ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਸੰਪਰਦਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਲੁੱਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖ ਗੁਰੂਆਂ ਦਾ ਮੂਲ, ਏਕਤਾ ਵਾਲਾ ਸੰਦੇਸ਼-ਕਿ ਮਨੁੱਖਤਾ ਇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਹੈ, ਜਾਤ ਨਸਲ ਅਤੇ ਧਰਮ ਤੋਂ ਪਰੇ-ਅੰਦੋਲਨੀ ਵੰਡੀਆ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਰੌਲੇ ਵਿੱਚ ਗੁਆਚਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਪੋਕਟਾਂ ਵਿਚ ਇਸਦੀ ਧਰਮ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦਾ ਵਾਧਾ, ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮੁਤਾਬਕ, ਬਰਾਬਰੀ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰਿਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਅਸੂਲਾਂ ਨੂੰ ਢਾਹ ਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੀ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨੂੰ ਖੋਰਾ ਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਉੱਤੇ ਇਸਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।

ਭਵਿੱਖ ਦਾ ਰਸਤਾ : ਸਵੈ-ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਵਿਨਾਸ਼ : ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਅਸਥਿਰਤਾ ਨਾਲ ਲਟਕ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਪਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਸਿਰਫ਼ ਬਾਹਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਦਖਲ ਇਸਦੇ ਪਤਨ ਨੂੰ ਉਲਟਾਉਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ ਤੇ ਅੰਦੋਲਨਾਂ, ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ, ਸਵੈ-ਸਹਾਇਤਾ ਸੰਗਠਨਾਂ ਤੇ ਸੂਬੇ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕਤਾ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੁਰਜੀਤ ਕਰਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ, ਇਸਦੇ ਲੋਕਾਂ ਉੱਪਰ ਹੈ। ਇੱਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੁਆਰਾ ਸੰਚਾਲਿਤ ਸਮੂਹਿਕ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੋੜ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਪਛਾਣ ਇਕ ਭੂਗੋਲਿਕ ਹਸਤੀ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਮਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਡੂੰਘੇ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਸਿੱਖ ਗੁਰੂਆਂ ਦੀਆਂ ਸਿਖਿਆਵਾਂ, ਜੋ ਕਿ ਏਕਤਾ, ਸਮਾਨਤਾ, ਅਤੇ ਮਾਨਸ ਕੀ ਜਾਤ ਸਬੈ ਏਕੈ ਪਹਿਚਾਨਬੋ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕੇਵਲ ਅਧਿਆਤਮਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਸਗੋਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਿਧਾਂਤ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਪੁਨਰ-ਸੁਰਜੀਤੀ ਨੂੰ ਸੇਧ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਵੱਸਦਾ ਗੁਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ। ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਪੁੱਟੇ ਕੁਝ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਕਦਮ : ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਾਲਾਤ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸੰਕਟ, ਜਨਸੰਖਿਆ ਤਬਦੀਲੀ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਖੰਡਨ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਈ ਗਈ ਕਰਵ (Trajectory) ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਗਿਰਾਵਟ ਨਾ ਕੇਵਲ ਤੇਜ਼ ਹੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਨਾ ਬਦਲਣਯੋਗ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਇਸ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਉਪ੍ਰੋਕਤ ਪੈਰਾਮੀਟਰ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸੰਕਟ ਨੂੰ ਹਾਈ ਲਾਈਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਕਾਰਕ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਰਾਜ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਲਦਲ ਵੱਲ ਧੱਕ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸਦੀ ਰੀਕਵਰੀ ਅਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਹੁਣ ਲੋੜ ਹੈ ਵਿਹਾਰਕ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਯੋਗ ਹੱਲਾਂ ਦੀ, ਨਾ ਕਿ ਸਿਰਫ਼ ਬਿਆਨਬਾਜ਼ੀ ਜਾਂ ਸਿਆਸੀ ਮੁਹਾਵਰੇ ਦੀ। ਕੌਮੀ ਆਗੂਆਂ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖ ਦੇਣੀ ਜਾਂ ਭੜਕਾਊ ਭਾਸ਼ਣ ਦੇਣਾ ਹੀ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਹੁਣ ਸਮਾਂ ਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿਚ ਲੈਣ ਅਤੇ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਕਮਾਨ ਆਪ ਸੰਭਾਲਣ।

ਅੱਗੇ ਪੇਜ ਨੰ: 9 ਉੱਤੇ ਪੜ੍ਹੋ

ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦਾ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵ

Vikramjit Singh Sachdev LM 2285
M. 93243-24200

ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਵੇਖੋ ਤਾਂ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਜਾਂ ਵਰਿਸ਼ਟ ਨਾਗਰਿਕ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਨੀਹਾਂ ਅਤੇ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਾਈ ਨਾ ਜਾਵੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਨੂੰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਜਾਂ ਗੈਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਵਿਅਕਤੀ ਵਾਂਗੂੰ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਰਿਸ਼ਟ ਨਾਗਰਿਕ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉੱਝ ਹੀ ਸਮਝਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਅਮਾਨਵੀਅ ਹੈ।

ਇਹ ਗੱਲ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਉਮਰ ਵਧਣ ਦੇ ਨਾਲ ਵਰਿਸ਼ਟ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦਾਇਰੇ ਘਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਿਅਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਜਾਂ ਮਿੱਤਰ ਵੀ ਕੰਨੀ ਕਤਰਾਉਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਘੇਰ ਲੈਂਦੀਆਂ ਨੇ। ਐਸੇ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਿਸ਼ਟ ਨਾਗਰਿਕ ਉਦਾਸੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਸ ਫੇਰ ਤੇ ਸਮਾਜ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਰਤਾਓ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ : ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਤੇ ਬੋਝ ਸਮਝਣਾ, ਖਾਲੀਪਨ/ ਇਕੱਲਾਪਨ, ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਤੀ ਨੀਰਸਤਾ, ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਕਮੀ/ ਦੂਸਰੇ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲੱਭਣਾ, ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ/ ਚਿੰਤਾ, ਸਰੀਰਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ।

ਸਮਾਜ ਦੀ ਇਸ ਬੁਰਾਈ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਵਰਿਸ਼ਟ ਨਾਗਰਿਕ ਸੰਘਾਂ ਜਾਂ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵ ਹੈ।

ਇਕੱਠੇ ਹੋਣਾ, ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣਾ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ (ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ਼ਨ) ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਅਤੇ ਸਪੋਰਟਸ, ਸੰਗੀਤ ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ, ਗਾਣਾ ਵਜਾਉਣਾ, ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ MSCA ਦਾ LAF ਸੈਂਟਰ), ਸਟੇਜ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਮੌਕੇ ਆਦਿ।

ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਮੋਹਾਲੀ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ MSCA ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਹੁਤ ਅੱਡੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਹਮ ਉਮਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਬਣਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵੱਧਦਾ ਹੈ। ਸਹਾਰੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਉਸਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਆਤਮ ਸਨਮਾਨ ਨਾਲ ਜੀਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਵਰਿਸ਼ਟ ਨਾਗਰਿਕ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਦੇਸਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵਰਿਸ਼ਟ ਨਾਗਰਿਕ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨ। ਇਹ ਨਾ ਸਿਰਫ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਰਾਹ ਬਣੇਗਾ ਬਲਕਿ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਸਵਸਥ ਅਤੇ ਉਨਤ ਕਰੇਗਾ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ MSCA ਇਸ ਦਾ ਇੱਕ ਆਦਰਸ਼ ਉਦਾਹਰਣ ਹੈ। ਲੋਗ ਲਿਵ ਅਵਾਰ ਮੋਹਾਲੀ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ।

The Perils of Hasty Decisions

G. P. SINGH SANDHU LM. 2192
M. 97795-82475

Our lives are incredibly precious, yet sometimes we act impulsively and make hasty decisions without considering the potential consequences. This is a reflection on one such incident from my life.

I was studying in Ambala City and typically went home to Jagadhri on weekends. On Monday mornings, my parents would give me supplies for the week before I caught the train back to Ambala City. One such Monday, the train was late, leaving me with very little time to get to college after dropping my baggage at my room, I followed my routine of grabbing my books for college.

In an effort to save time, I decided not to exit through the main gate of the railway station. Instead, I opted for a shortcut by crossing the railway tracks. There was a shunting operation of a goods train on the track. Although it was long and I decided that I could cross the rail tracks before the shunting train came near the standing bogie. A shunting man was signaling to the driver of the shunting train.

As I stepped onto the track, the train came alarmingly close. With my hands full of luggage, just as I stepped off the track, the buffers of the two bogies struck each other. The gang man shouted, thinking the boy had been crushed in between the buffers. The two colored flags he was holding dropped to the ground and he fell with a terrific thud. For a while, I was stunned, reflecting on my foolish act. The train stopped, and the shunting man ran towards the affected bogie to see the consequence. He approached me, asking if I was alright. His words still echo in my ears: "Oh foolish boy, you were almost crushed in between the buffers and I do not know how God has saved you. Why didn't you think about your parents who have so many expectations from you?" I was speechless and deeply ashamed of my reckless act.

This experience taught me the importance of thinking before acting and considering the potential consequences of my decisions. Life is precious, and taking unnecessary risks can lead to disastrous outcomes. It is crucial to stay mindful and make wise choices, not just for our own sake, but also for the sake of those who care about us.

ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਡੋਰ

ਅਵਤਾਰ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 988 ਮੋ: 97793 24400

ਹਰ ਇਨਸਾਲ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪੜਾਅ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਚਪਨ, ਜਵਾਨੀ ਤੇ ਬੁਢਾਪਾ, ਜੋ ਅਖਰੀਲੇ ਸਾਹ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਰੱਬ ਦਾ ਓਟ ਆਸਰਾ ਤੱਕਣਾ ਤੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦਾ ਨਿਯਮ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰਹੀ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਗੱਲ :

ਜਿਵੇਂ ਪਾਣੀ 'ਚ ਜਨਮ ਲੈ ਕੇ ਮੱਛੀ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਲਕੀਅਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਤੇ ਤੀਰ ਚਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਮਾਨ ਦਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੱਚੇ ਵੀ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ.....ਬੱਸ ਸਾਨੂੰ ਸ਼ੁਕਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਲਕ ਨੇ ਕਮਾਨ ਸਾਡੇ ਹੱਥ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਰਿਸ਼ਤੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਡੋਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਨਿਭਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਖੁਦਗਰਜ਼ੀ ਜਾਂ ਮਤਲਬ ਪ੍ਰਸਤੀ ਦੀ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ। ਸਾਨੂੰ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੀਆਂ ਆਸਾਂ ਨਹੀਂ ਰਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਆਸ ਹੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ। ਜੇ ਵੀ ਘਰਾਂ ਦੇ ਮਸਲੇ ਹੋਣ, ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਬੈਠ ਕੇ ਸੁਲਝਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਿਆਣਪ ਹੈ। ਬਾਹਰਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੁੱਛਣ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਗਾੜ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਲੂਮ ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਘਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਨਮਕ ਹਰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਂ ਗਲਤੀ ਹੋ ਵੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਾਫ ਕਰਨ ਦਾ ਜਿਗਰਾ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਦਲਾ ਲੈਣਾ ਤਾਂ ਪਲ ਭਰ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦੇਂਦਾ ਹੋ, ਮਾਫ ਕਰਨ ਦਾ ਉਮਰਾਂ ਤੱਕ ਮਾਣ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਡੋਰ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤੇ ਪੱਕੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵੀ ਪੱਕੀ ਹੈ।

ਇਕ ਯਾਦ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 747

ਮੋ: 99140-91209

ਉਦਾਂ ਦੀ ਹੀ ਕਿਣਮਿਣ ਅੱਜ ਵੀ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੀਤ ਹਵਾ। ਉਦੋਂ ਝੁਣਝੁਣੀ ਤਰੰਗ ਬਣਦੀ ਹੁਣ ਹੱਡੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਵੇ ਪੱਸਦੀ। ਯਾਦ ਆਵੇ ਉਹ ਦਿਨ ਤਾਂ ਅੱਜ ਵੀ ਜਜ਼ਬਾਤ ਉਹੋ ਹੀ ਉੱਠਦੇ ਨੇ ਜੀਅ ਕਰਦਾ ਇਕ ਅੱਜ ਵੀ ਉਹੋ ਹੀ ਅਰਦਾਸ ਕਰਾਂ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਸੀ ਜੋ ਉਦੋਂ ਅਸੀਂ। ਲਾਵਾਂ ਦੇ ਹਰ ਫੇਰੇ ਵਿੱਚ ਹਉਮੈਂ ਇਕ ਅੱਖੜ ਕੁੜੀ ਦੀ ਕਿੰਜ ਬਣੀ ਸਮਰਪਣ ਸਾਰੀ ਚਾਚੀਆਂ, ਤਾਈਆਂ, ਭੈਣਾ, ਭਾਈਆਂ

ਮਿਲਣ ਲਗੀਆਂ ਜਦ ਵਾਰੇ ਵਾਰੀ ਦਿਲ ਨੂੰ ਇਕ ਖੋਰ ਪਈ ਸੀ। ਇਹ ਘਰ ਹੁਣ ਮੇਰਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਅਗਲਾ ਘਰ ਨਾ ਆਪਣਾ ਹੋਇਆ। ਨਾ ਹੀ ਪਿਛਲਾ ਰਿਹਾ ਮੇਰਾ ਸੀ। ਪਰ ਇਕ ਬੰਦਾ ਅਜਿਹਾ ਸੀ ਜੋ ਲਗਦਾ ਆਪਣਾ ਜਿਹਾ ਸੀ ਇਸ ਲਈ ਉਹਦੇ ਘਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਜੀਅ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਅੱਜ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝ ਨਾ ਆਵੇ ਬੱਚਿਆਂ ਸਦਕਾ ਇਹ ਘਰ ਬਣਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਹੁਣ ਘਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਹੀ ਹੈ। ਛੱਡ ਮਨਾ ਹੁਣ ਨਿੱਸਲ ਹੋ ਜਿਥੇ ਹੈ ਦਿਲਦਾਰ ਮੇਰਾ ਉੱਥੇ ਹੈ ਘਰਬਾਰ ਮੇਰਾ। ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਰੰਗੀਂ ਵੱਸੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਸਭ ਦੇ ਭਰ ਦੇ ਪਿਆਰ। ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰ ਕਰਤਾਰ। ਅਮਨ 'ਚ ਰਹੋ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ।

ੲ ਹਕਾ

Gulshan Nayyar LM 1857

M 98159 76298

ੲ ਹਕਾ ਬਠਾ ਵੇ ਨੂੰ ਕਮੀ ਆਪਣਾ ਭੀ ਠਿਕਾਨਾ ਨੂੰ ਕੱਠਾਂ ਸੇ ਆਤੀ ਹੈ ਕੱਠਾਂ ਜਾਤੀ ਹੈ ਕੌਨ ਟੇਰਾ ਅਪਣਾ ਕੌਨ ਪਰਾਯਾ ਹੈ ਤੂ ਕਿਸੇ ਘਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿਸੇ ਕਰਦੀ ਹੈ ਨਫਰਤ ਸਭ ਕੋ ਜੀਵਨ ਵੇਨੇ ਬਾਲੀ ਸਭਕੇ ਦਰ ਘਰ ਜਾਤੀ ਹੈ ਕਮੀ ਭੋਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਮੀ ਯੌਨ ਰਹ ਜਾਤੀ ਕਮੀ ਭੁੱਖ ਸੰਦੇਸ਼ ਲਾਤੀ ਹੋ ਤੋ ਕਮੀ, ਸਖੂਰ ਸੰਗੀਤ ਸੁਨਾਤੀ ਹੋ ਕਾਭਾ ਹਮ ਭੀ ਭਨ ਜਾਤੇ ਤੁਸ ਸਾ ਪਾਕ ਔਰ ਸਾਫ਼ ਕਿਤਨਾ ਸੁੰਦਰ ਜਗ ਯਹ ਹੋਤਾ ਨਫਰਤ ਕਾ ਕੋਈ ਨਾਮ ਨ ਹੋਤਾ ਹਰ ਦਿਲ ਮੇਂ ਸਿਫ ਘਰ ਹੋਤਾ।

ੲਕ ਸੰਦੇਸ਼ ਸਾਥਿਯੋਂ ਕੇ ਨਾਮ

Rakesh Koshal LM 619

M 9780370702

ਜਿੰਦਗੀ ਕੋ ਸੁਖਕੁਰਾ ਕਰ ਵੇਕਿਏ, ਆਪ ਖੁਦ ਕੋ ਆਜ਼ਮਾ ਕਰ ਵੇਕਿਏ, ਸਾਜ਼ ਕੀ ਧੁਨ ਕਥ ਸੇ ਕਠ ਰਹੀ ਗੀਤ ਕੋਈ ਗੁਨਗੁਨਾ ਕਰ ਵੇਕਿਏ। ਬੰਦ ਕਮਰੇ ਮੇਂ ਨਾ ਯੌਸਯ ਆਏਗਾ। ਧੂਪ ਕੋ ਆਂਗਨ ਮੇਂ ਜਾਕਰ ਵੇਕਿਏ ਗੁਜ਼ਾਰ ਦੀ ਰੋੜ੍ਹ ਖਾਗ ਮੇਂ ਸਾਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਹਮਾਰੀ ਸਹਫਿਲ ਮੇਂ ਤੋ ਆਕਰ ਵੇਕਿਏ। ਅਕੇਲੇ ਰਹਨੇ ਸੇ ਸਫਰ ਨਹੀਂ ਕਟ ਆਏਗਾ। ਹਮਾਰੀ ਚਮਕ ਭੀ ਕੁਝ ਕਸ ਨਹੀਂ ਆਪ ਜਰਾ ਬੱਚੀ ਭੁਝਾ ਕਰ ਵੇਕਿਏ ਲੋਗ ਕਹਤੇ ਹੈਂ ਅਕਸਰ ਜਿੰਦਾ ਰਹੇ ਫਿਰ ਸਿੱਕੇਗੇ ਪਰ ਸਿਲਤੇ ਰਹੋਗੇ ਤੋ ਜਿੰਦਾ ਰਹੋਗੇ ਆਪ ਸਭ ਏਮ.ਏਸ.ਏ.ਏ. ਮੇਂ ਆਕਰ ਵੇਕਿਏ।

Visit to Rural schools by Trust for Promotion of Education



The six rural schools adopted by the Trust for Promotion of Education were visited at Majat, Jhanjeri, Swara, Majatri, Saidpur and Cholta Khurd by the Trustee members including Chairman of the Trust S. Jarnail Singh Benipal, Brig JS Jagdev, SM and S. Davinder Singh Bhatia. During the visit on 28 January 2025, they interacted with the students of 5th class at these schools and distributed Dictionaries to the students to improve their vocabulary.

ਅਜ ਦਾ ਨੌਜੁਆਨ

ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ “ਖੁਸ਼ਦਿਲ” ਐਲ.ਐਮ. 746 ਮੋ: 9814004952

ਰਾਤ ਰਾਤ ਭਰ ਜਾਗ ਜਾਗ ਕੇ ਦੱਸੋ, ਇਹ ਨੌਜੁਆਨ ਕੀ ਕਰਦੇ।
 ਵਕਤ ਬਿਤਾਂਦੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਤੇ, ਨੌਕਰੀਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭਦੇ।
 ਵਕਤ ਦੇ ਹਾਕਮ ਗੌਰ ਨਾ ਕਰਦੇ, ਸਾਡੀ ਇਸ ਮਜ਼ਬੂਰੀ ਦਾ,
 ਰੋਜ਼ੀ ਰੋਟੀ ਦਾ ਪਰਬੰਧ ਕਰਨਾ, ਕੀ ਇੰਨਾਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ।
 ਦੁਖੀ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋ ਇਹ ਫਿਰ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਗਲ ਪੈਂਦੇ।
 ਵੇਚੋ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਜਾਂ ਗਿਰਵੀ ਰੱਖੋ, ਅਸੀਂ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ।
 ਵਕਤ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ ਨਸ਼ੇ ਹਾਂ ਕਰਦੇ, ਦੱਸੋ ਹੋਰ ਕੀ ਕਰੀਏ,
 ਜਾਂ ਫਿਰ ਨਹਿਰਾਂ 'ਚ ਛਾਲਾਂ ਮਾਰ ਕੇ, ਲੋਥਾਂ ਬਣ ਕੇ ਤਰੀਏ।
 ਵਕਤ ਦੀ ਸੁੱਤੀ ਸਰਕਾਰ ਜਗਾਉਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਧਰਨੇ ਦੇਈਏ,
 ਡਾਂਗਾਂ ਪੁਲੀਸ ਦੇ ਕੋਲੋਂ ਖਾਈਏ, ਤੇ ਜੇਲ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਰੀਏ।
 ਮਜ਼ਬੂਰੀ ਸਾਡੀ ਕੋਈ ਨਾ ਸਮਝੋ, ਮੱਤਾਂ ਦੇਂਦੇ ਸਾਰੇ,
 “ਖੁਸ਼ਦਿਲ” ਭੀ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋ ਕੇ, ਰੱਬ ਨੂੰ ਵਾਜਾਂ ਮਾਰੇ,
 “ਦੇਹ ਹਦਾਇਤਾਂ ਹਾਕਮਾਂ ਨੂੰ, ਕੁਝ ਨੇਕੀ ਕਰ ਦੇਣ,
 ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੇ-ਰੁਜ਼ਗਾਰਾਂ ਅੱਗੇ, ਕੁਝ ਨੌਕਰੀਆਂ ਧਰ ਦੇਣ”

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਹੋਣੀ

ਅੱਜ ਮੰਦਤਾ ਮੇਰਾ ਹਾਲ
 ਕੋਈ ਗੁੰਦੇ ਮੇਰੀਆਂ ਮੀਢੀਆਂ
 ਮੇਰੇ ਉਲਝੇ ਉਲਝੇ ਵਾਲ।
 ਮੈਂ ਧਰਤੀ ਦੇਸ਼ ਪੰਜਾਬ ਦੀ,
 ਮੈਂ ਹੋਈ ਲਹੂ-ਲੂਹਾਨ
 ਮੇਰਾ ਪਿੰਡਾ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਗਿਆ
 ਮੇਰੀ ਮੁੱਠੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਜਾਨ
 ਮੈਂ ਧਰਤੀ ਦੇਸ਼ ਪੰਜਾਬ ਦੀ
 ਮੈਂ ਝੱਲ ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਹਿਰ
 ਵੇ “ਲੋਚੀ” ਵਰਗੇ ਪੁੱਤਰੋ
 ਹੁਣ ਮੰਗੋ ਮੇਰੀ ਖੈਰ।
 ਮੈਂ ਥੋਡੀ ਮਾਈ ਧਰਤ ਹਾਂ
 ਹੁਣ ਮੰਗੋ ਮੇਰੀ ਖੈਰ।

CONGRATULATIONS



Mrs Jagjit Randhawa LM No 358 has been selected by Edelweiss Tokio Life Insurance Co. to represent them in United Kingdom in an International Insurance Confrence on her 83rd Birthday.



Mrs. Gurjit Kaur LM 1261 & Dr. Ravel Singh Brar LM 1260 on their Golden Jubilee Wedding Celebration on 22-02-2025



Mrs. Kanwaljit Kaur LM 2015 & Mr. Pritpal Singh Bajaj LM 224 & Mrs. Tajinder Narinder Singh LM Kaur LM 225 on 2014 on their 37th completion of 80 years Wedding Anniversary. of age.



At AISCCON Meeting at Udaipur, Rajasthan



Thanks

Mrs. Anuradha Anand, MC Councillor, Chief Guest at Lohri Function at LAF Centre, Sector 68, on 21st Jan. 2025 donated Rs. 11000/- to MSCA.

GLORIOUS YEARS

ਮਾਰਚ 2025 ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਸਵਾਲ

M. S. Rattan LM 1326 M : 88720-84065

There are two space observation stations A and B located 600 M apart. The sound of thunder of a cloud located vertically above the station A is heard after seeing the lightening after 36 Seonds. In how many seconds the sound of thunder shall be heard at observaion station B?

The sound of thunder of a cloud located vertically above observation center B is heard in 67 second after seeing the lightening at observation station A. Find the height of the cloud above observation station B? Assume the time taken by light to reach both the observation stations as zero. The velocity of sound may be taken 760 KM/ Hour.

QUIZ March 2025

Harjinder Singh LM 1560 M : 98729-99610

1. After how many years BJP has come to power in Delhi Assembly elections?
2. How many teams are Participating in Champions Trophy Cricket Tournament?
3. Gurdwara Amb Sahib is Associated with which Sikh Guru?
4. Who is the new mayor of Chandigarh Municipal Corporation?
5. Who has played the title role in recently released film Mrs.

Caption Contest April 2025

GPS Sandhu LM 2192 M : 97795-82475



Write a Suitable Caption

Riddle April 2025

G. K. Singh LM 987 M 98722 01644

Which moves faster - heat or cold?

Members may send their responses to baldevsinghguraya@gmail.com upto 10th March 2025. Name of winners will be published in the April 2025 issue of The Glorious Years.

Sudoku March 2025

H. B. S. Chopra LM 3, M. 93161-36268

1				6		4		9
3					5	6		
							8	
		5	8	3	6			1
	6		2	9	4	8		
	9							
		2	6					1
4	7		2					6

How to Play : Fill in the grid so that every horizontal row, every vertical column and every 3x3 box contains the digits 1-9, without repeating the numbers in the same row, column or box. You Can't change the digits already given in the grid.

Solution of Last Month's Sudoku

4	1	2	3	8	9	7	5	6
6	3	8	7	5	2	4	1	9
5	9	7	6	4	1	2	3	8
1	2	4	8	9	5	6	7	3
8	7	3	1	6	4	9	2	5
9	6	5	2	7	3	1	8	4
2	5	1	4	3	6	8	9	7
3	8	6	9	2	7	5	4	1
7	4	9	5	1	8	3	6	2

Answers to Last Month's Quiz

1. President Prabowo Subinato
2. 20th January
3. Vikrant Massey
4. Australian Open
5. Gurcharan Singh

ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸਵਾਲ ਦਾ ਹੱਲ

Solution of the February Question

Let present age of child be = X years

Let the present age of father be = Y years.

Age of child 10 years ago = X-10 years.

According to the condition one of the question

$$(X-10)*6= Y$$

Age of child after 12 years = (X + 12) years.

Age of father after 12 years =(Y +12) years

According to condition 2 of the question

$$(X+12)*2= Y+ 12$$

Solving both the equations we will get

X= 18 years and Y = 48 years

Let after Z years the age child = (18 + Z) years

Age of father after Z years = (48 + Z) years.

According to the condition 3 of the question

$$(18 + Z) / (48 + Z) = 2/3$$

Solving for Z we will get Z = 42

Present age of child = 18 years

Present age of father = 48 years

After 12 years

Age of child = 18+ 12 = 30 years

After 12 years Age of father = 48+12 = 60 years

Satisfies condition 2

After 42 years Age child 18 + 42 = 60 years

After 42 years Age of father = 48+ 42 = 90 years

Satisfies condition 3 of question.

Answers to Last Month's Riddle - Fencing

ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸਵਾਲ / Quiz / Sudoku/ Riddle/ Caption ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (Sarav Shri)

Quiz

- | | | | |
|---------------------------|---------|--------------------------|---------|
| 1. Balwinder Kaur | LM 2245 | 1. Swarandeep S Chadha | LM 2240 |
| 2. G P Singh Sandhu | LM 2192 | 2. G P Singh Sandhu | LM 2192 |
| 3. Dharam Pal Kanyathi | LM 2102 | 3. Rita Toor | LM 81 |
| 4. Darshan Singh Dhamija | LM 1492 | 4. Gursharan Kaur Baweja | LM 273 |
| 5. Bikramjit Singh Chawla | LM 1845 | 5. Jasbinder Singh | LM 992 |

Caption Contact



Judges :

- | | | | |
|------------------------|---------|---------------------------|---------|
| 1. Wg Cdr Baldev Singh | LM 1334 | 6. Dharam Pal Kanyathi | LM 2102 |
| 2. Mrs. Kuljit Kaur | LM 1161 | 7. G P Singh Sandhu | LM 2192 |
| 3. S. G. P. S. Sandhu | LM 2192 | 8. D S Dhamija | LM 1492 |
| | | 9. Bikramjit Singh Chawla | LM 1845 |

Riddle

- | | | | |
|--------------------------|---------|---------------------------|---------|
| 1. Gulshan Nayyar | LM 1857 | 1. Balwinder Kaur | LM 2245 |
| 2. Mrs Avtar Kaur | LM 988 | 2. Gulshan Nayyar | LM 1857 |
| 3. Mrs. Manpreet Sandhu. | LM 2193 | 3. G P Singh Sandhu | LM 2192 |
| | | 4. Dharam Pal Kanyathi | LM 2102 |
| | | 5. Bikramjit Singh Chawla | LM 1845 |
| | | 6. Darshan Singh Dhamija | LM 1492 |

Warmest Hug in Coolest NEW YEAR

2. Mrs Avtar Kaur LM 988

Emotional reunion

3. Mrs. Manpreet Sandhu. LM 2193

Meri mummy mujhe khelne nahi deti.

3. Surjit Singh LM 1094

OBITUARIES



S. Balbir Singh Bhatia
LM 884

HIG 1616, Sec 63, Phase 9
20.10-38 to 28.01.25



Harbans Singh
LM.1834

440, Sec 63, Phase 9
01.07.1939 to 14.12.2024



Harpal Singh Sabharwal
LM.1070

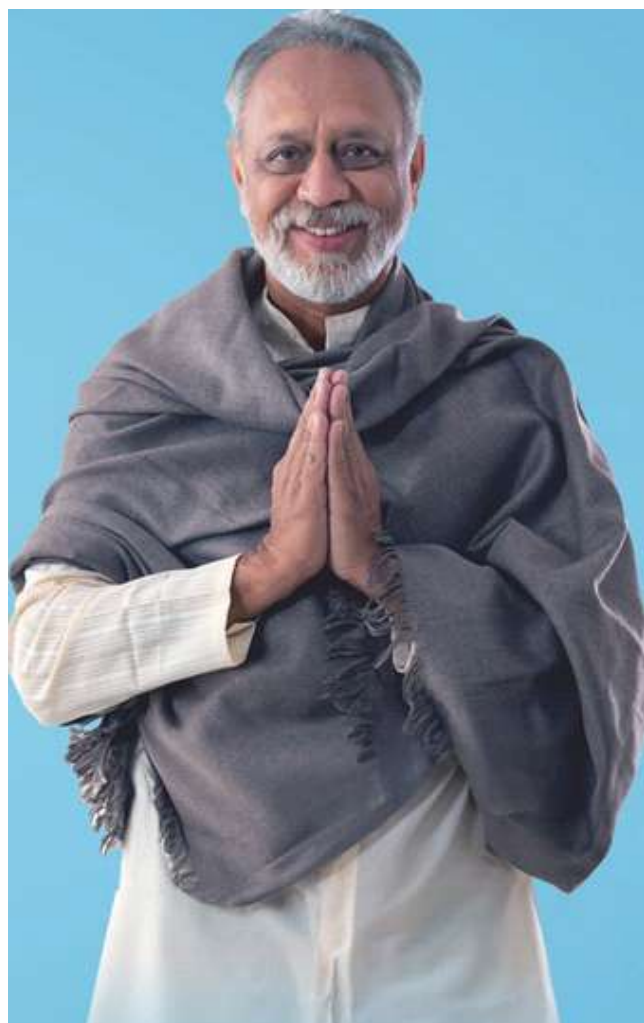
HM 224, Ph .2
24.02.1954 to 20.10.2024

MCSA expresses heartfelt condolences with the aggrieved families. May the departed noble souls rest in peace.

A simple

NAMASTE

can save a life in Acute Stroke



Arms: Join hands to check for arm weakness or drift.

Legs: Stand straight to identify leg weakness.

Face: A smile reveals facial droop or a symmetry

Speech:
Say "Namaste" to detect slurred speech.

Eyes and Balance: Close your eyes to sense vestibular or sensory issues.

Namaste for Stroke Awareness
Courtesy - Dr. Shriram Varadharajan

For more information:  **72728 72728** | For Ambulance: **98720 22222**

Fortis Hospital, Sector 62, Sahibzada Ajit Singh Nagar, Mohali, Punjab - 160062

GLORIOUS YEARS

EVENTS IN THE PIPELINE MARCH 2025

Date	Time	Event	Venue	Remarks
4th March 2025 First Tuesday	4.00 pm	Members get-together, Sale of Tambola ticket closes at 4.10 pm. Talk by AU Small Finance Bank	Community Centre, Phase 7, Mohali	*Recreation, Birthday Cake Cutting, Introduction of new members. Refreshment Courtesy: AU Small Finance Bank and Mrs & Mr Ravel Singh on their Golden Jubilee of Wedding Anniversary
6th March 2025 First Thursday	3.00 pm	ਗਾ ਮੇਰੇ ਮਨ ਗਾ	Jal Vayu Vihar Auditorium, Sec 67, Mohali	See box on page 4
8th March 2025 Second Saturday	7.00 am	Medical Camp	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	See box on page 1
9th March 2025 Second Sunday	10.00 am	Celebration of International Women Day	Jal Vayu Vihar Auditorium, Sec 67, Mohali	See box on page 1
11th March 2025 Second Tuesday	10.30 am	Talk on Kidney diseases in Elderly	Fortis Hospital Auditorium 3rd Floor	Talk by Dr Amit Sharma, Senior Consultant- Nephrology
12th March 2025 Second Wednesday	3.30 pm	CHAPTER 3 Get together	Library, Rose Garden, Ph 3B1	Tambola, Talk by Max Hospital
13th March 2025 Second Thursday	4.00 pm	CHAPTER 64 Get together	Govt Smart School, Ph 10, Mohali	Tambola tickets closes by 4.10 pm Share Experience, Recreation and refreshment
15th March 2025 Third Saturday	10.30 am	Talk on Exploring Camera Features of Android Phone	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Speaker: Mr. Varinder Singh LM 2301 M. 88376-60189
16th March 2025 Third Sunday	10.30 am	Talk on Seasonal Flu and Allergy	Livasa Hospital, Ground Floor, Ortho Elite Area	Speaker: Dr. Kritarth Consultant Pulmonary Medicine
21st March 2025 Third Friday	10.30 am	Talk on Cancer, It's Causes and Preventive Measure	PARK (Grecian) Hospital, Sec 69, Mohali	Speaker: Dr. Harinder Pal Singh Director Medical Oncology
29th March 2025 Last Saturday	4.30 pm	SURELI SHAM Any Song related to kids	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Enquiry: Mr Jarnail Singh M: 9814614656 Mrs Amrit Kaur M: 99140 91209
1st April 2025 First Tuesday	4.30 pm	Members get together, Sale of Tambola ticket closes at 4.40 pm	Community Centre, Phase 7, Mohali	Recreation, Birthday Cake Cutting, Introduction of new members. Refreshment.

* Members whose birthday falls between 5th Feb, 2025 and 4th March 2025 should report at Reception by 4.30 pm

REGULAR TRAINING PROGRAMME & MEDICAL SEWA AT LAF CENTRE, SEC. 68, MOHALI

FREQUENCY	TIME	TRAINING/ SEWA	REMARKS
Jan, 2025 to June 2025	11 am to 12 noon	SIX MONTHS FREE PUNJABI CLASS	Teacher: Mrs. Amrit Kaur, M: 99140-91209
Jan, 2025 to June 2025	10 am to 11 am	SIX MONTHS FREE URDU CLASS	Teacher: S. Mohinder Singh, M: 81462-19098
Starting 1st and 16th March, 2025	10 am to 12 noon	Use of Smartphone Basic/ Advance/ Application Course*/ English Punjabi typing	Duration two weeks. Donation fee Rs 500/-
March 2025 to April 2025	11 am to 12 noon	Computer Training (2 months) (Basics, Paint, Word & Internet)	Duration two months. Donation fee Rs 1000 for MSCA members & Women. Rs 1500/- for others

* Enquiry: Sh. Jarnail Singh, M: 98146-14656 LAF I/C Mr. Narinder Singh M. 96461 12718

Medical Sewa	Every Monday	10:00 am to 12:00 noon	Acupressure, Diet Reforms, Yoga, Suzuk, & Naturopathy Therapies etc.	By Dr. J. S. Ramgarhia BA, DNYS, (INO) India Pre-Appointment only on M. 94634-10515
Medical Sewa	Every Monday	12:00 noon to 2:00 pm	Mental Health Care	Dr. Satinder Notra LM 2009 Pre-Appointment on M. 85728-75466
Medical Sewa	Every Thursday	10:30 am to 12:30 pm	Acupressure, Diet Reforms, Yoga, Suzuk, & Naturopathy Therapies etc.	By Dr. J. S. Ramgarhia BA, DNYS, (INO) India M. 94634-10515
Medical Sewa	Every Thursday	4:00 pm to 5:00 pm	General Surgery	By Dr. Karan Vir Singh Rana, General Surgeon M. 99304-59905

Disclaimer

The views expressed here are solely those of the authors in their private capacity and do not in any way represent or reflect the views of the MSCA.

If undelivered
Please return to
or For Circulation
related issues
Contact :

Ravjot Singh
Chief Convener
H. No. 169, Phase-3A,
Mohali -160059
Ph. : 0172-4673904
M. : 98554-43169

To

Book Post

.....
.....
.....
.....

Printed and Published by Brig. J S Jagdev for and on behalf of Mohali Senior Citizens Association, # 372, Sector 71, Mohali M. : 97801-49624

.Printed at Majestic Printing Press, Phase 7, Mohali, Ph. : 4646034 Email : majestic674340@gmail.com