Adjudged the best house Journal by AISCCON for 2016-17

PAN No. : AABTM8402H

For Circulation Among Members Only

THE GLORIOUS YEARS

(A MONTHLY UPDATE OF MOHALI SENIOR CITIZENS' ASSOCIATION)

www.mscamohali.com

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

PRESIDENT	VICE PRESIDENT	EDITOR	SECRETARY GENERAL
BRIG. J. S. JAGDEV, SM	JARNAIL SINGH	WG CDR BALDEV SINGH	SUKHWINDER SINGH BEDI
M.Sc. (Def. Studies), PGDCA	MA (STATISTICS), MA (ECONOMICS), PGDCA	107, Sec. 65, Mohali M. : 99156-12157	General Manager (Retd.) Pb. & Sind Bank
# 372, Sector 71, Mohali M. : 97801-49624	656, Phase 10 (Sec. 64), Mohali M. : 98146-14656	Email : baldevsinghguraya@gmail.com	# 232, Phase 4, Mohali M. : 98156-53232

Vol. 17 No. 195 MARCH 2026

President's Message

Dear Esteemed Members,

When I started my second consecutive two-year term as President of the Mohali Senior Citizens' Association, I did so with a clear understanding that, in accordance with our long-standing tradition, this chapter of my service would soon come to an end. That tradition has always represented our belief in shared leadership and collective responsibility. I was therefore deeply touched—indeed, genuinely moved—when you, with one voice, expressed your wish for me to continue in this role.

I accept your decision with humility and heartfelt gratitude. Your continued faith is something I do not take lightly. To me, it is not a personal honour, but a reaffirmation of the trust we have built together over the years and of the shared values that unite us as members of this Association. It renews my sense of responsibility and strengthens my resolve to serve with the same sincerity and commitment you have always demonstrated towards MSCA.

Reflecting on the past four years, I feel a profound sense of satisfaction and gratitude. These years were not without challenges. Some moments tested our patience, resilience, and unity. However, what stands out most clearly is how we faced each difficulty together. With the unwavering support of the Governing Body and the cooperation of our members, we did not allow adversity to divide or weaken us. Instead, we became stronger, wiser, and more closely connected.

Personally, this journey has been a meaningful learning experience for me. It has strengthened my belief that MSCA is more than just an organisation — it is a family. A family where empathy is valued, where differences are acknowledged, and where the well-being of each member is a collective concern. The friendships made, the conversations shared, and the mutual support offered during both happy and challenging times truly define our Association.

As we progress together, we must build on this strong foundation with renewed energy and clarity of purpose. Alongside the Governing Body, I would like to concentrate on a few priorities that I believe are vital for the ongoing vitality of MSCA.

Firstly, strengthening member engagement and inclusivity will remain central to our efforts. Every member should feel that they belong, that their voice matters, and that they are an essential part of our collective journey. An association thrives when participation is active and when no one feels isolated or overlooked. We will continue to promote interaction, shared activities, and open communication to foster this sense of belonging.

Secondly, we will place greater emphasis on programmes related to health, well-being, and awareness. Good health—physical, mental, and emotional—is the foundation of a fulfilling life. At the same time, the rapidly changing world around us requires us to stay informed and prepared. Initiatives related to digital literacy, financial prudence, and cyber safety have already proven their value, and we will strive to expand these efforts so that our members feel confident, secure, and empowered in their daily lives.

Third, I strongly believe in the importance of inter-generational interaction. As senior citizens, we carry with us a lifetime of experience, lessons, and perspective. By engaging with younger generations, we not only pass on this wisdom but also stay connected to evolving ideas and aspirations. Such exchanges enrich both sides and help bridge generational gaps with understanding and mutual respect.

Finally, we will continue to strengthen MSCA's role as a compassionate and credible voice for senior citizens in our region. Advocacy, awareness, and constructive engagement with society and institutions are responsibilities we must uphold with dignity and integrity.

I am sincerely thankful for your encouragement, guidance, and cooperation. I promise to continue doing my best, always guided by your trust and expectations. With your active involvement and support, I am confident that together we will further strengthen the foundations of our Association and move forward with purpose and pride.

Let us carry on this journey together—with unity, optimism, and a steadfast commitment to the values that have shaped the Mohali Senior Citizens' Association into a community we are all proud to call our own.

Yours as ever,
Brig JS Jagdev

Republic Day Celebration

Honouring an Octogenarian
Sh. Swaran Chaudhary on Musical Evening

Mr. Bhupinder Singh Kohali Donated
Rs. 50,000 each to MSCA & Trust

ਮਾਰਚ ਜੂਲੀਅਨ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਗੋਰੀਅਨ ਕਲੰਡਰ ਦੋਵਾਂ ਵਿਚ ਸਾਲ ਦਾ ਤੀਸਰਾ ਮਹੀਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 31 ਦਿਨ ਹੈ। ਉੱਤਰੀ ਗੋਲਿਸਫਾਇਰ (ਹੈਮੀਸਫੀਅਰ) ਵਿਚ ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਮਾਰਚ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੱਖਣੀ ਹੈਮੀਸਫੀਅਰ ਵਿਚ ਪਤਝੜ ਦਾ ਮੌਸਮ ਮਾਰਚ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੱਖਣੀ ਹੈਮੀਸਫੀਅਰ ਦਾ ਸਤੰਬਰ ਦਾ ਮਹੀਨਾ, ਉੱਤਰੀ ਹੈਮੀਸਫੀਅਰ ਦੇ ਮਾਰਚ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 20 ਜਾਂ 21 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਦਿਨ ਅਤੇ ਰਾਤ ਤਕਰੀਬਨ ਬਰਾਬਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਰਚ ਦਾ ਨਾਂ ਮਾਰਟੀਅਸ (Martious) ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੈ।ਜੋ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪੁਰਾਣੇ ਕਲੰਡਰ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਮਹੀਨਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਨਾਮ MARS ਮਾਰਸ ਜੋ ਕਿ ਰੋਮਨ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪੂਰਵਜ ਸੀ, ਉਸਦੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਰੋਮੂਲਸ ਅਤੇ ਰੇਮਸ ਨੇ ਰੱਖਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਮਹੀਨਾ ਮਾਰਟੀਅਸ ਯੁੱਧ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦਾ ਸੀ।

ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਕਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦਿਨ ਹਨ। 3 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਹੋਲਿਕਾ ਦਾਹਨ ਹੈ। 4 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਰੰਗਾਂ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਹੋਲੀ ਹੈ। 21 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਈਦ-ਉਲ-ਫਿਤਰ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਹੈ। ਮੁਸਲਮਾਨ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਨ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ ਰੋਜ਼ੇ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। 23 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸ਼ਹੀਦੇ-ਏ-ਆਜ਼ਮ ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ, ਰਾਜਗੁਰੂ ਅਤੇ ਸੁਖਦੇਵ ਨੂੰ ਲਾਹੌਰ ਦੀ ਸੈਂਟਰਲ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿਚ ਫਾਂਸੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ।26 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਰਾਮ ਨੌਮੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ ਭਗਵਾਨ ਰਾਮ ਦਾ ਜਨਮ ਹੋਇਆ ਸੀ। 31 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਭਗਵਾਨ ਮਹਾਂਵੀਰ ਦੀ ਜਯੰਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ ਜੈਨ ਧਰਮ ਦੇ 24ਵੇਂ ਤੀਰਥਕਰ ਭਗਵਾਨ ਮਹਾਂਵੀਰ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਨ ਹੈ। 8 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਸਾਲ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਹਿਲਾ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਲ 1975 ਵਿਚ ਯੂ.ਐਨ.ਓ. ਦੁਆਰਾ, ਇਸ ਦਿਨ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ 8 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਮਨਾਉਣ ਦਾ ਅਹਿਦ ਲਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਦਿਨ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਬਣਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸ਼ਸ਼ਕਤੀ ਕਰਨ ਉੱਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਵਿਦਿਆ ਅਤੇ ਇੱਕੋ ਤਰਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਲਈ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਵੇਤਨ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਹਰ ਫੀਲਡ ਵਿਚ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹਨ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਅਫ਼ਗਾਨਿਸਤਾਨ ਦੀ ਤਾਲਿਬਾਨ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 2009 ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਤਹਿਤ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਨਿਘਾਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਇਹ ਇਕ ਐਲਾਨ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਅਜ਼ਾਦੀਆਂ, ਪੁਰਸ਼ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਮਾਜ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੀ ਰਹਿਣਗੀਆਂ।ਨਵੇਂ ਬਣੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਨੁਸਾਰ ਤਾਲਿਬਾਨ ਨੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਅਸਰਦਾਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਨਤਾ ਦੇ ਦਿਤੀ ਹੈ ਕਿ 'ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਹੱਡੀਆਂ ਨਾ ਟੁੱਟਣ ਜਾਂ ਜਖਮ ਦਿਸਦੇ ਨਾ ਹੋਣ' ਸਰੀਰਕ ਅੱਤਿਆਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬੇ-ਰਹਿਮੀ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਰੂਪ ਦੇ ਕੇ ਅਤੇ ਸਬੂਤਾਂ ਦੇ ਮਿਆਰ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰਕੇ ਤਾਲਿਬਾਨ ਸਾਸ਼ਨ ਨੇ ਨਿੱਜੀ ਸੋਸ਼ਣ ਨੂੰ ਰਾਜ-ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਛੋਟ ਵਿਚ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।ਹੁਣ ਪੀੜਤ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸਪਸ਼ਟ ਸੱਟ ਲੱਗੀ ਤੇ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਦਾਲਤਾਂ ਅੱਗੇ ਸਾਬਤ ਕਰਨੀ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਹੋਣ, ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਨਿਆਂ ਮਿਲਣ ਦੀ ਕੋਈ ਆਸ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਸਭ ਉਦੋਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਭਾਰਤ ਕਾਬੁਲ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰਕ ਸਬੰਧ ਡੂੰਘੇ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਅਫਗਾਨਿਸਤਾਨ ਵਿਚ ਸਿਖਿਆ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਬਹੁਤ ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਸਮਰਥਕ ਵਜੋਂ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਬਣਾਈ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਰਾਸਤ ਹੁਣ ਨੈਤਿਕ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਮੰਗਦੀ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਲੁੱਟ ਤੇ ਚੁੱਪ ਵੱਟਣੀ, ਇਕ ਲੋਕਤੰਤਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਵਜੋਂ ਭਾਰਤ ਦੀ ਭਰੋਸੇ ਯੋਗਿਤਾ ਨੂੰ ਖੋਰਾ ਲਾਵੇਗੀ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਬੇ-ਇਨਸਾਫੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਰੂਪ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਦਾਸੀਨਤਾ (ਚੁੱਪ ਰਹਿਣਾ) ਮਿਲੀ ਭੁਗਤ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।17 ਨਵੰਬਰ 1999 ਨੂੰ ੳਟਥਛਙ+ ਨੇ 21 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਮਾਤ-ਭਾਸ਼ਾ ਦਿਵਸ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਘੋਸਨਾ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਇਸ ਦਿਨ ਪੂਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਅਚਾਰੀਆ ਦੰਡੀ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਭਾਸ਼ਾ ਨਾਂ ਦੀ ਜੋਤੀ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਣਾ ਸੀ। ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਕਾਢ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੈ।ਭਾਸ਼ਾ ਸਾਡੀ ਆਤਮਾ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਾਹਾਂ ਦੀ ਰਵਾਨਗੀ ਵਿਚ ਭਾਸ਼ਾ ਸਮਾਈ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਭਾਸ਼ਾ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਹੀ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਾ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ ਪਰ ਧੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਕੇ, ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਪਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬਚਪਨ ਦੇ ਮਹੌਲ ਵਿਚ ਬੱਚਾ ਜਿਹੜੀ ਬੋਲੀ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਹੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਿਖਿਆ ਸ਼ਾਸਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਂ-ਬੋਲੀਆਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅਲੋਪ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਦੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਵਿਕਾਸ਼ ਵੱਲ ਧੱਕਣ ਵਾਲੇ ਇਸਦੇ ਆਪਣੇ ਧੀਆਂ-ਪੁੱਤਰ ਹੀ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰ (ਅਖੌਤੀ ਵੱਡੇ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖੇ ਲੋਕ) ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹਿੰਦੀ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਦੇ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਹਿੰਦੀ ਦੇ ਗੁੱਟਕੇ ਤੋਂ ਪਾਠ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਦੀਆਂ ਵਿਦਿਆ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਵਿਚ ਵੀ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੇ ਜਰਮਾਨਾ ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਸ਼ਰਮ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਣਾਇਆ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਚੰਗੇ ਗੁਣ, ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਸਿਆਣਪ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਨਿਪੁੰਨ ਵਿਅਕਤੀ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਨਾਲ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ 16 ਤੋਂ 20 ਫਰਵਰੀ ਤੱਕ ਹੋਏ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਪੱਧਰ ਦੇ "ਇੰਡੀਆ ਏ ਆਈ ਇੰਮਪੈਕਟ ਸਮਿਤ" ਵਿਚ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਅਤੇ ਏ ਆਈ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਹਸਤੀਆਂ ਨੇ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ। ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਪੱਧਰ ਤੇ ਜਿੰਨੀ ਚਰਚਾ ਇਸ ਸਮੇਲਨ ਦੀ ਹੋਈ, ਓਨੀ ਹੀ (ਸ਼ਾਇਦ ਜਿਆਦਾ ਵੀ) ਗਲਗੋਟੀਆ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣਾ ਦੱਸਕੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਰੋਬੋਟਿਕ ਡੌਗ (ਓਰਾਇਨ) ਦੀ ਵੀ ਹੋਈ। ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਇਹ ਡੌਗ ਉਸ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਨੇ ਡਿਵੈਲਪ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਦੂਰਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਰਿਪੋਰਟਰ ਨੇ ਪੱਵੇਲੀਅਨ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਗਲਗੋਟੀਆ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ 2011 ਵਿਚ ਗ੍ਰੇਟਰ ਨੋਇਡਾ ਵਿਚ, 21 ਏਕੜ ਵਿਚ, ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਹ ਧਰੁਵ ਗਲਗੋਟੀਆ ਦੀ ਮਲਕੀਅਤ ਹੈ) ਦੀ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਨੇਹਾ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਬਕਾਇਦਾ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕੀਤੀ ਗਈ) ਜਿਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਨੇਹਾ ਸਿੰਘ ਨੇ ਬੜੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਪੱਤਰਕਾਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ "ਤੁਹਾਨੂੰ ਓਰਾਇਨ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਸੈਂਟਰ ਔਫ ਐਕਸੀਲੈਂਸ ਵੱਲੋਂ ਡਿਵੈਲਪ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੇ 350 ਕਰੋੜ ਨਿਵੇਸ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਨੇ ਓਰਾਇਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਪਤਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੱਸੇ ਕਿ ਉਹ ਕਈ ਰੂਪ ਧਾਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮਾਈਕਲ ਜੌਹਨਸਨ ਦਾ ਡਾਂਸ ਮੂਨ-ਵਾਕ ਵੀ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਇਹ ਖਬਰ ਵਾਇਰਲ ਹੋਈ ਤਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇਸਦਾ ਖਲਾਸਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਓਰਾਇਨ ਚੀਨ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਯੂਨੀਟਰੀ ਰੋਬੋਟਿਕਸ ਵਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਡੌਗ ਬਜਾਰ ਵਿਚ ਮੁੱਲ ਵਿਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਝੂਠ ਕਰਕੇ ਗਲਗੋਟੀਆ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਨੂੰ ਪੈਵੇਲੀਅਨ ਖਾਲੀ ਕਰਨਾ ਪਿਆ। ਇਹ ਭਾਰਤ ਵਾਸਤੇ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਵਾਕਿਆ ਹੈ।

8 ਸਾਲ ਦੇ Ranvir Sachedy ਨੇ ਦਿੱਲੀ ਦੇ AI ਸਮਿੱਟ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਨੌਜਵਾਨ ਕੀਨੋਟ ਸਪੀਕਰ ਬਣਕੇ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਭਾਰਤੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਤਾ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ AI ਵਿਚਕਾਰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਗੂਗਲ ਦੇ ECO Sundar Pichai ਤੇ open AI ਦੇ CEO Sam Altman ਨਾਲ ਭੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਸਮਿੱਟ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਤਕਨੀਕੀ ਨੀਤੀਆਂ ਤੇ ਭਾਰਤ ਭਵਿੱਖੀ ਜ਼ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਚਰਚਾਵਾਂ ਕਰਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਤੋਂ ਲੀਡਰਾਂ ਨੂੰ ਖਿੱਚਿਆ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ AI ਭੂਮਿਕਾ ਨੂੰ ਉਭਾਰਿਆ।

ਖਾਲਸਈ ਜਾਹੋ-ਜਲਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ 27 ਫਰਵਰੀ ਤੋਂ 1 ਮਾਰਚ ਤੱਕ, ਸ੍ਰੀ ਕੀਰਤਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ 2 ਤੋਂ 4 ਮਾਰਚ ਤੱਕ ਸ੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਸ਼ਾਨੋ-ਸ਼ੋਕਤ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। 26 ਫਰਵਰੀ ਦੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਕਿਲ੍ਹਾ ਅਨੰਦਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਨਗਾਰਿਆਂ ਦੀ ਚੋਟ ਤੇ ਹੋਲਾ ਮਹੱਲਾ ਦੇ ਸਮਾਗਮ ਆਰੰਭ ਹੋਣਗੇ। 4 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਪੁਰਾਤਨ ਰਵਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਤਖਤ ਸ੍ਰੀ ਕੇਸਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਮਹੱਲਾ ਸਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਮਹੱਲੇ ਦੇ ਅੰਤਮ ਦਿਨ ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘਾਂ ਵਲੋਂ ਪੁਰਾਤਨ ਫੌਜੀ ਸ਼ਾਨ ਨਾਲ ਘੋੜ ਸਵਾਰੀ ਅਤੇ ਸ਼ਸ਼ਤਰ ਵਿਦਿਆ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ

On International Women Day Special

KNOW YOUR MEMBERS

Jarnail Singh LM 1162, M 98146-14656

ਇਕਬਾਲ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 1196 ਮੋ. 99887 52430

ਸਰਦਾਰਨੀ ਇਕਬਾਲ ਕੌਰ ਦਾ ਜਨਮ 3 ਨਵੰਬਰ 1957 ਨੂੰ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਜੰਗਲਾਤ ਦੇ ਠੇਕੇਦਾਰ ਸਨ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਾਲੀ ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਅ ਵਾਲੇ ਘਰੇਲੂ ਇਸਤਰੀ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ 1978 ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਲਜ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਿੰਨ ਵੱਡੇ ਭਰਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਭੈਣ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੰਵਾਰਣ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨਾਂ ਭਰਾਵਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਯੋਗਦਾਨ ਰਿਹਾ। ਮਾਤਾ ਜੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਨਾ ਰਹਿਣ ਕਾਰਨ ਘਰੇਲੂ ਹਾਲਾਤ ਨਾਜੁਕ ਬਣ ਗਏ। ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਆਸ ਛੱਡ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ 1979 ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਆਹ ਸਰਦਾਰ ਦਲਜੀਤ ਸਿੰਘ (ਐਲ.ਐਮ. 1195) ਨਾਲ ਹੋ ਗਿਆ। ਉੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇੱਛਾ ਮਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹਿ ਗਈ। ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੁੱਤਰ ਅਤੇ ਇਕ ਧੀ ਦਾ ਜਨਮ ਹੋਇਆ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਕਿਵੇਂ ਬੀਤ ਗਿਆ, ਪਤਾ ਹੀ ਨਾ ਲੱਗਾ। ਕਿਸਮਤ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਦੀ ਕਠਿਨ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਲਈ। ਧੀ ਦੇ ਜਨੇਪੇ ਸਮੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਇੱਕ ਹੀ ਕਿਡਨੀ ਸੀ। ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੰਬੀ ਲੜਾਈ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 2018 ਵਿੱਚ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਪੁੱਤਰ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਸਦੀਵੀ ਵਿਛੋੜਾ ਦੇ ਗਈ। ਇਹ ਘਾਅ ਅਜੇ ਭਰੇ ਵੀ ਨਾ ਸਨ ਕਿ 2023 ਵਿੱਚ ਪੁੱਤਰ ਵੀ ਦਿਲ ਦੇ ਦੌਰੇ ਕਾਰਨ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ, ਇੱਕ ਪੁੱਤਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਧੀ ਨੂੰ ਵਿਛੋੜਾ ਦੇ ਗਿਆ।

ਉਹ ਸੁਰੀਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੀ ਮਾਲਕ ਹੈ। ਸਾਲਾਨਾ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਅਕਸਰ ਕਰੋਕੇ, ਸੁਡੋਕੂ ਅਤੇ ਐਥਲੈਟਿਕਸ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੇਤੂ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਗਲੋਰੀਅਸ ਯਿਅਰਸ ਦੀ ਪਰੂਫਰੀਡਿੰਗ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਤੀ ਪਾਰਕਿਨਸਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਘਰੇਲੂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਹੋਰ ਵੱਧ ਗਈਆਂ ਅਤੇ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਘੱਟ ਹੋ ਗਈਆਂ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਰੋਧੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਇਕਬਾਲ ਕੌਰ ਨੇ ਹੌਸਲਾ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹਾਰਿਆ। ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨੋਬਲ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ 63 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਕਾਰ ਚਲਾਉਣੀ ਸਿੱਖ ਲਈ।

ਵਿਪਰੀਤ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਅਧੂਰਾ ਸੁਪਨਾ ਪੂਰਾ ਕਰਦਿਆਂ ਦਸੰਬਰ 2025 ਵਿੱਚ ਲਵਲੀ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਤੋਂ ਐਮ.ਏ. ਪੰਜਾਬੀ 70% ਅੰਕਾਂ ਨਾਲ ਪਾਸ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਜੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਜਜ਼ਬਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਮੰਜ਼ਿਲ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਵਾਗਿਹੁਰੂ ਜੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੰਮੀ, ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਖ਼ਸ਼ਣ। ਉਹ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਾ ਸਰੋਤ ਬਣੇ ਰਹਿਣ।

WEBSITES

MSCA : www.mscamohali.com

Fedsen Punjab : www.fedsenpunjab.org

AISCCON : www.aisccon.org

ASSOCIATION'S NEWS

With the weather getting better, the members got active and fully involved in the periodic events. Besides the annual function of Republic Day, special attraction had been the Musical programme and other activities undertaken during the past month were as under:

21-Jan-2026: The President along with some members visited ‘Prabh Asra-The Home for the Homeless’ where they spent good time with the inmates listening their stories or the agonies they had gone through and how they now feel secured in this centre. Sharing compassion, they donated Rs 87000/- (including Rs 31,000/- by MSCA) and some gifts for the welfare of inmates, which were warmly and thankfully accepted by the trust officials.

26-Jan-2026: 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 over 70 MSCA members who also saluted holding small flags & singing National Anthem. Many members presented good number of patriotic songs creating the nationalist atmosphere. Members greeted each other. Ladoos were distributed to all and some local visitors also. Yummy refreshment of Sambar-Vada was relished by everyone.

31-Jan-2026: In the regular monthly programme ‘Surilee Sham’ the theme of songs was “Names of any Vehicle”. The members selected wonderful Hindi / Punjabi songs, including some old film numbers on the topic. They presented with full enthusiasm and the audience joined with clapping on some songs encouraging the singers and making the event more enjoyable. The audience of about 40 members enjoyed & applauding frequently. Yummy refreshment and snacks were served to all, in the end.

03-Feb-2026: The monthly get together held at the CC, Ph-7 Mohali wherein over 140 members joined. Starting with ever entertaining tambola game, members participated with josh, winning hefty dividends.

Dr Smriti & Dr Ankita of ‘Callidora Physiotherapy’ held a special camp in which about 60 members got consultations and practical exercise advices for various cures from their team. A health talk was sponsored by Troikaa Pharma, wherein Dr Amandeep Singh, DM Neurology, discussed various causes for tremors & shakiness in hands, advising for the timely precautions and treatments available. The BP and Blood Sugar tests were also conducted free. Celebrating the 60th Anniversary of Mrs & Mr Jagjit Singh Shah (LM 2350 & 2351), a special cake was cut while everyone stood congratulating them; they also sponsored the sumptuous refreshment. Some members presented nice songs / poems to which the audience encouraged with sounding claps. It being the last meeting of the present governing body, the President, while conveying the upcoming election schedule, thanked everyone for supporting in MSCA activities, all through. The cake was cut by members; whose birthdays fell during one past month.

06-Feb-2026: At Shalby Hospital, Dr Pradeep Aggarwal MS Ortho, took up the common issues of knee pains. The usual causes can be inflammation by improper lifting of heavy objects, poor flexibility or muscle weakness, which can lead to arthritis or torn cartilage or ligament damage. He shared some of the new technologies available like low-dose radiation therapy, which can give relief from pain. He also suggested for remaining hydrated, balanced diet, managing weight, regular exercises and timely check from specialist. The queries of some members were also clarified. Healthy refreshment was served by the hospital.

10-Feb-2026: Members of “We, MSCA family,” are always enthusiastic to join their monthly lunch meet, was coordinated by Sh Ravjot Singh and arranged by Sh Charanjit Singh. This month’s venue was Hotel Turquoise, Indl. Area, Chandigarh. It being the birthday of Charanjit Singh Pasricha, a cake was cut and everybody joined in singing and congratulating him. This time 30 members joined, while assembling, they had fun-filled informal talks. Thereafter tambola round was played followed by lovely songs by some members making the atmosphere lively. Everyone appreciated the venue, and requested to change the venue periodically. Multicourse and yummy lunch was relished by all.

13-Feb-2026: At Fortis Hospital a special talk was arranged on ‘Pain management in daily life’. Dr G K Balaji, PhD Physiotherapy discussed about different pain conditions like back & neck. Arthritis or joint, sports-injury or sciatica pain. More important is to understand pain ie specific conditions and the nervous system’s role. In physiotherapy treatment, manual massage, mobilization along with strengthening, stretching & low-impact aerobics and heat, cold packs are applied aiming to reduce pains. Different therapies are advised for different pains and body conditions. Some members asked for exercises or therapies for their personal problems. Healthy refreshment & tea were served.

13-Feb-2026: A special Musical Programme “Ga Mere Man Ga” was arranged in the auditorium of Pracheen Kala Kendra, Mohali for songs / ghazals etc. presented exclusively by the MSCA members. During it, 28 members gave variety-full performances, many Hindi songs with karaoke music, some Punjabi songs / ghazals making the atmosphere so lively and audience of over 120 applauding & encouraging the singers repeatedly. The duet song performances and selection of songs were also highly appreciated. The President thanked the performing singers, audience members, the special guests from abroad and the organising team for meticulous planning, thus making the event a super-duper success and memorable one. He also thanked Principal Chaudhary and management of Pracheen Kala Kendra for providing the well-equipped auditorium. Sumptuous refreshment & tea were served in the end.

Congratulations

Mrs. Usha Sharma LM 1382 won 2 Gold Medals in Shot put and 100meter race and 1 Silver Medal in Discuss throw in 7th National Masters Athletics Championship held at Ajmer from 30th January to 2nd February 2026

She also won 3 Gold Medals In 100meter race, mixed doubles in Badminton, and mixed doubles in Table tennis in +85 age group and Silver Medals in Shot put, Discuss thrown Javelin throw. at World Masters Athletics Championship held between 6th February 26 to 20th Feb 2026 at Abu Dhabi.

Mrs S K Gill LM 1661 Won two gold medals ie on 22nd Feb 2026 iin Discuss Throw and Javlin Throw in 75+ category in 4 th Punjab Veteran Atheletics Championship, held at Jaitu Faridkot.

Mrs Iqbal Kaur LM 1196 Completed her MA Punjabi Scoring 70% marks in Dec. 2025.

On Mohali Republic Day function **Mr Harinder Pal Singh** received PARMAN PATRA for his services as Social Worker in the field of Environment from Sh Mohinder Bhagat ji, Cabinet Minister Welfare, Freedom Fighters and Horticulture, Punjab.

S.A.S. Nagar Nodal Officer, Sh. Harinder Singh Mann, PPS, SP Traffic & Ind. Sec. (Addl. SP/HQ.) M. : 95014 51009 Email : dcpmohali@gmail.com

CHAPTER 64

12 Feb 2026: Monthly get-together was held at Govt Smart Elementary School. Ph 10. Mohali. A game of tambola conducted by Mr M S Sawhney was enjoyed by all.

Mr Amrit Kaur conducted the recreational program. Members sang different songs. The birthday cake was cut by, Mrs Paramjit Kaur Sood, whose birthday had fallen within the last one month. Mrs Paramjit Kaur Sood donated Rs 1100 and Mrs Avinash Pal Kaur as usual donated Rs 500.

The refreshment was arranged and served by Mrs Gurkirat Kaur and Mr Mukhwinder Singh Rattan was appreciated by all.

Mr Jarnail Singh Chapter Head gave tips on how to check auto stored passwords using WhatsApp. He also thanked all the participants and organisers. About 45 members were present

19 Feb 2026: Exclusive Tambola event was held. 25 members participated in three rounds of Tambola. Mr M S Sawhney conducted the Tambola. Keeping in view the International Mother Tounge Day on 21st Feb first round was played in Punjabi.

Members were directed to claim the bate in Punjabi only. Two members lost their claim for violating the instructions. Members welcome the new Version of the game. Mr M S Rattan and Mrs Gurkirat Rattan arranged the refreshment.Mr Jarnail Singh thanked the donors namely Mrs Avinash Pal Kaur. He also thanked all the participants and organisers.

CHAPTER 3

11-Feb-2026: The monthly get-together / meeting was held in the Library Hall, Rose Garden in which about 65 members joined. The Tambola round conducted by Sh M S Sawhney making it fun-filled as members engrossed for winning dividends. In the health talk, Dr Ivan Joshi, DM Gastroenterology, MAX Hospital discussed specifically about Dyspepsia and when to consult doctor. The common symptoms for indigestion are burning in the stomach, bloating or nausea after eating or early fullness. But if the pain persists for long with vomiting or GI bleed and causes breathlessness or weight loss; it becomes alarming symptoms, which must be got diagnosed by specialists thru endoscopy and other tests. He advised for healthy lifestyle, especially avoiding pickle or spicy foods, sweets / maida products etc. Being interactive session, the talk got more purposeful and enlightening. The Doctor was honoured with memento gift by S Harkirat Singh. Some nice old hindi/ punjabi songs were presented by members. Sumptuous refreshments of yellow-sweet rice, snacks & tea were relished by all.

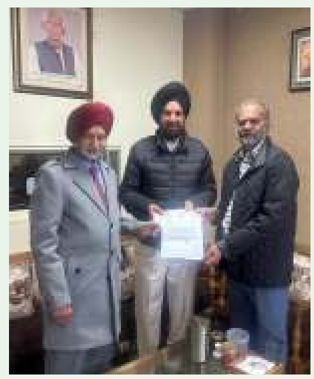
Audience listening to doctor; over 65 members.

CHAPTER 68

10 ਫਰਵਰੀ 2026 : ਚੈਪਟਰ 68 ਦੀ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਇੱਕਤਰਤਾ ਸੈਂਟਰ ਪਾਰਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਸੈਕਟਰ 69 ਵਿਖੇ ਹੋਈ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ 25 MSCA ਮੈਬਰਾਂ ਨੇ ਸਮੂਲੀਅਤ ਕੀਤੀ। ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਲੇਟ ਆਉਂਣ ਕਾਰਨ ਤੰਬੋਲਾ ਨਹੀਂ ਖਿਡਾਇਆ ਗਿਆ। ਸ਼ਾਮ 3.30 ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਹਾਜ਼ਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਨਜ਼ਰ ਘੱਟਣ ਤੇ ਲੈਂਨਜ ਪਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਲੈਕਚਰ ਦਿੱਤਾ। ਮੈਂਬਰ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ। ਸਵੇਰ ਦੀ ਸੈਰ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੱਸਿਆ। ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਗਾਏ ਗੀਤਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਿਆ। ਰਿਫਰੈਸਮੈਂਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਜੇ.ਐਸ. ਰਾਮਗੜ੍ਹੀਆ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਆਏ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਸ. ਭੁਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੱਲ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

Thanks

Brig J S Jagdev President MSCA handing over the letter of appreciation and thanks to Sh. Sunder Lal Aggarwal, Chairman, Rattan Group of Institutions.



Republic Day Celebration

Letter to The Editor

Reflecting on life, Brig. J. S. Jagdev asserts that relationships provide deeper meaning than achievements. Even though life today has many chllanges older people should show young people that family and friendships are important. By encouraging kindness and strong bonds between different generations, we can create a lasting sense of unity.
Summarizing facts is truly an art, and Wg. Cdr. Baldev Singh has mastered it with remarkable clarity and insight. His thoughtful presentation beautifully highlighted the significance of February as a month of purification, while providing a concise overview of January's activities, member participation, and valuable data on old age pensions across various states. His work was both comprehensive and inspiring.
The enlightening lectures delivered by Dr. Ravindra Khaiwal and Shri Vivek Srivastava at the PH Vaishnav Memorial Seminar were equally commendable. Their perspectives were not only informative but also practical, offering meaningful points that deserve sincere attention and implementation.
The musical program "Ga Mere Man Ga," held on 13th February at Pracheen Kala Kendra, Mohali, was a resounding success. It offered senior citizens a joyful platform to showcase their talent. The vibrant performances captivated the audience, with members enthusiastically enjoying—and even dancing during—the celebration.

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

The President Sh. J S JAGDEV has expressed his views in a very strong, powerful and in a nice way regarding bonding between Senior Citizens and today's younger Generation. But the real problem is that ,the such conversation is discussed in our Age-Groups only and the younger Generation is far away from such like thoughts. The Editor Sh. Baldev Singh has expressed concern about Old Age Pension. This action is a shame full act by the Government. The Marriage event of grandson of Maha RAJA Ranjit Singh is very nicely expressed. Also explain some unknown facts about Independence. All other writers also put their Hearts in their respective writings in a very nice way. THANKS to all the fellow Brothers. Have a nice time.

GULSHAN NAYYAR M 9815976298

Our musical program **Ga Mere Man Ga** exceeded all our expectations and turned out to be a grand success. The selection of songs was excellent and each performance was delivered beautifully.
Overall, it was a super-duper hit and a truly memorable event for everyone present.
I would like to sincerely thank the organising team for wonderfully planning and managing the entire program. Their dedication and hard work made this event a great success

Brig J S Jagdev LM 1282 M 97801 49624

Kudos to the organisers. Highly obliged to the MC team for their efforts having arranged such an entertaining event. Great participation and tastefully deliberations by the members which made the audience dance.
Special Thanks to The TEAM Of MSCA Who have done their Efforts to make it Successful

MSCA Members

TRUST FOR PROMOTION OF EDUCATION (DONATION RECEIVED UPTO 15-02-2026)

Sr.	DONORS	Address	SUM (₹)
1	S. Gurdev Singh Bindra	3266, Sec 71, Mohali	2500
2	Dr. Sukhpal Kaur	695, Ph. 2, Mohali	2100
3	Col. Charanjit Singh Bamba	2725, Ph. 7, Mohali	2000
4	Col. Gajjan Singh	Vill Dhakoli, Zirakpur	1000

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

ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ

ਇਕਬਾਲ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 1196 ਮੋ. 99887 52430

ਨਿੱਘੀ-ਪਿਆਰੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਸਾਇਆ ਮਾਂ ਦੇ ਨਿੱਘ ਵਰਗੀ ਸੰਘਣੀ ਛਾਂ ਵਾਂਗ ਮਨ ਨੂੰ ਢੱਕ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਅਧਿਐਨ ਦੋਵਾਂ ਨੇ ਸਾਬਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲੀ ਨੇ ਆਪਣਾ ਧਨਾਢ ਵਿਰਸਾ ਮਹਾਨ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤੀ ਲਿਖਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਇਸਨੂੰ ਚਿਰਸਥਾਈ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੁਰੂਆਂ, ਪੀਰਾਂ ਅਤੇ ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਅਪਣਾਈ ਹੋਈ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਵਡਮੁੱਲੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਜਾਤ-ਮਜ਼ਹਬ ਅਤੇ ਫਿਰਕਿਆਂ ਦੀਆਂ ਤੰਗ ਹੱਦਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਸਮੂਹ ਮਨੁੱਖਤਾ ਲਈ ਅਨਮੋਲ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਸਾਬਤ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।
ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ 'ਤੇ ਮਾਣ ਹੈ। ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੇ ਵੀ ਇਸਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬੀ ਅੱਜ ਵਿਕਸਿਤ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੀ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਮਾਣਯੋਗ ਸਥਾਨ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। 21 ਫਰਵਰੀ- ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਂ ਬੋਲ ਦਿਵਸ – ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾਈ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣਾ ਸਾਡਾ ਫਰਜ਼ ਹੈ। ਆਓ, ਅਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਅਤੇ ਬੋਲੀ ਰਾਹੀਂ ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ, ਸਾਂਝ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਡੋਰ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਦਾ ਮਾਣ ਵਧਾਈਏ।

ਮੇਰੀ ਭਾਸ਼ਾ

ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਐਲ.ਐਮ. 1334
ਮੋ. 99156 12157

ਨਹੀਂ ਇਸ ਤਰਾਂ ਨਹੀਂ ਮਰੇਗੀ ਮੇਰੀ ਭਾਸ਼ਾ
ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਮਰਦੀ ਹੁੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾ
ਕੁਝ ਕੁ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਮਰਨ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਮਰਦੀ ਹੁੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾ
ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਕਦੀ ਮਰਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਰ ਵੀ ਜਾਣ ਤਾਂ
ਆਉਂਦੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਨੇ ਲੋਕ-ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ
ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਪਰਲੋਕ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਪਰਲੋਕ
ਅਸੀਂ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਉਂਦੇ ਜਾਗਦੇ
ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ
ਉਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਵਾਰ ਵਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
ਮੇਲੇ ਲੱਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਓਥੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ
ਮਰ ਚੁੱਕੇ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜਿਊਂਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਵਿਚ
ਰੱਬ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਨਾ ਸਹੀ
ਸਤਿਗੁਰ ਇਸ ਦਾ ਸਹਾਈ ਹੋਣਗੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣਗੇ
ਸੂਫ਼ੀ, ਸੰਤ, ਫਕੀਰ, ਸ਼ਾਇਰ, ਨਾਬਰ, ਆਸ਼ਕ,
ਯੋਧੇ ਮੇਰੇ ਲੋਕ ਅਸੀਂ ਆਪਾਂ ਸਾਡੇ ਸਭਨਾਂ ਦੇ ਮਰਨ ਬਾਅਦ
ਹੀ ਮਰੇਗੀ ਸਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ।

ਸੁਰਜੀਤ ਪਾਤਰ

More Hands, More Hearts, Stronger Bonds

JARNAIL SINGH LM 1162 M: 98146 14656

Glorious Years (GY) reaches nearly 900 homes every month through limited number of volunteers. Behind each door lives a family, a story, a familiar face waiting to feel connected. When the number of volunteers is small, the load becomes heavy. But when more members step forward, something beautiful happens.
Each volunteer carries fewer copies, walks less with no hurry, and gains more time to pause to knock gently, to ask, "How are you?", to enquire about well-being, and to notice who may need care or support.
What begins as distribution then becomes connection. What looks like a task turns into welfare. And what feels like duty becomes human bonding.
This spirit is at the very heart of our Association's guiding principle: **Sewa te Sanman** Service with Dignity. Here, Sewa is not charity; it is participation. And Sanman is not status; it is the self-respect we carry while serving one another. Many hands do not just make work easy they make hearts closer. Our association is not built only on meetings and programmes, but on quiet acts of concern a doorstep conversation, a warm greeting, a caring enquiry.
We therefore appeal to our respected members: Come forward with pride. Give one hour a month. Carry fewer copies, but carry more compassion. Because when we serve with dignity, we honour both the one who receives and the one who gives.
Those interested to join this sewa may Directly Message me **I JOIN by10th March 2026** and their names may be published in next issue of Glorious Years.

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

FOUR STAGES OF ELIMINATION IN LIFE

Dharampal Kanyathi LM 2102 LM 99889 53710

1. At 60, the workplace eliminates you. No matter how successful or powerful you were during your career, you'll return to being an ordinary person. So, don't cling to the mind set and sense of superiority from your past job, let go of your ego, or you might lose your sense of ease!
2. At 70, society gradually eliminates you. The friends and colleagues you used to meet and socialize with become fewer, and hardly anyone recognizes you at your former workplace. Don't say, "I used to be..." or "I was once..." because the younger generation won't know you, and you mustn't feel uncomfortable about it!
3. At 80, family slowly eliminates you. Even if you have many children and grandchildren, most of the time you'll be living with your spouse or by yourself. When your children visit occasionally, it's an expression of affection, so don't blame them for coming less often, as they're busy with their own lives!
4. At 90, the Earth wants to eliminate you. Some of the people you knew have already departed forever. At this point, don't be sad or mournful, because this is the way of life, and everyone will eventually follow this path!

REMEMBER

1. The only thing that won't eliminate you eternally is God because at the end of our journey here on earth we shall all return to Him with accounts of how we lived our lives
2. So, meet Him more, 3. Communicate with Him more 4. Obey his orders, and 5. Maintain your presence with Him

Therefore, while our bodies are still capable, live life to the fullest! Worship God in truth and in spirit. And there will be no regrets living out our lives for Him!

Worship God in truth and in spirit. And there will be no regrets living out our lives for Him!

Be blessed!

ਚਮਚੇ

ਅਵਤਾਰ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 988 ਮੋ. 97793-24400

ਚਮਚਾ ਵੱਡਾ ਹੋਏ ਜਾਂ ਛੋਟਾ, ਪਰ ਚਮਚਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨਾਮੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਚਮਚਾ ਹੋਣਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਇਕ ਖਾਸੀਅਤ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਚਮਚੇ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ, ਖਾਸ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਤਾਂ ਸਭ ਨੇ ਸੁਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇੱਕ ਰਾਜਾ ਜਦੋਂ ਆਪਣੇ ਸੇਵਕ ਨਾਲ ਟਹਿਲ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਤਾਂ ਬੈਂਗਣ ਦੇ ਬੂਟੇ ਦੇਖ ਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ ਕਿ ਇਹ ਬੈਂਗਣ ਕਾਲੇ ਤੇ ਗੋਲ ਜਿਹੇ ਸੁਹਣੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ। ਸੇਵਕ ਨੇ ਝੱਟ ਹਾਮੀ ਭਰੀ ਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਬੇਕਾਰ ਚੀਜ਼ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਸਬਜ਼ੀ ਵੀ ਸੁਆਦ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ।

ਵਾਪਸੀ ਤੇ ਇਹੋ ਬੈਂਗਣ ਰਾਜੇ ਨੂੰ ਬੜੇ ਸੋਹਣੇ ਲੱਗੇ ਤੇ ਫਿਰ ਸੇਵਕ ਨੇ ਵੀ ਬੈਂਗਣਾਂ ਦੀ ਤਰੀਫ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸਬਜ਼ੀ ਤੇ ਲਾਜਵਾਬ ਬਣਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਗੁਣਕਾਰੀ ਵੀ ਬਹੁਤ ਹਨ। ਰਾਜੇ ਨੇ ਸੇਵਕ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ 'ਜਿਵੇਂ ਮੈਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ, ਤੂੰ ਓਵੇਂ ਹੀ ਕਹੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈਂ। ਸੇਵਕ ਨੇ ਝੱਟ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਕਿ, 'ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਬੈਂਗਣਾਂ ਦੀ ਨਹੀਂ।'

ਸੋ, ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਚਮਚਿਆਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੋਂ ਖਾਸ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਕੁਝ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਿੰਨੀ ਮਰਜ਼ੀ ਮਿਹਨਤ ਤੇ ਬੁੱਧੀਮਤਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਣ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਮਾਣ-ਸੰਮਾਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਜੋ ਕਿ ਸਾਹਬ ਦੇ ਚਮਚੇ ਖੱਟ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਖਾਸ ਪੁਜ਼ੀਜ਼ਨ ਤੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਖਾਸ ਹੋਣ ਲਈ ਕੁਝ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਹੀ ਦਿਖਾਉਂਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਾਜੇ ਦੇ ਸੇਵਕ ਨੇ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਏਸੇ ਲਈ ਹੀ ਤਾਂ ਰਾਜਾ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿਚ ਹੀ ਕਿਉਂ, ਹਰ ਕਲਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਮੋੜ ਤੇ ਇਹ ਚਮਚੇ ਹੋਣ ਦਾ ਗੁਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਗੇ ਲਿਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇੱਕ ਗੱਲ ਪੱਲੇ ਬੰਨ੍ਹ ਲਵੋ ਕਿ ਰਾਜੇ ਨੂੰ ਜੇਕਰ ਕਾਲੇ ਬੈਂਗਣ ਪਸੰਦ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਬੈਂਗਣਾਂ ਦੀ ਸਬਜ਼ੀ ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਗੁਣਕਾਰੀ ਤੇ ਸਵਾਦਿਸ਼ਟ ਸਬਜ਼ੀ ਹੈ। ਚਮਚਾ ਨਾਮ ਭਾਵੇਂ ਛੋਟਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਕੰਮ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਛੋਟਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੁਣੋ ਦੋਸਤੋ !

ਅੱਜ ਸੁਣਾਵਾਂ ਕੀ ਕੀ ਗੁੱਲ ਖਿੜਾਉਂਦੇ ਚਮਚੇ,
ਅੱਤ ਦਰਜੇ ਦੀ ਘਟੀਆ ਹਰਕਤ ਨੂੰ ਵਾਹ ਵਾਹ ਕਹਿ ਵਡਿਆਉਂਦੇ ਚਮਚੇ।

ਬੇਬੇ ਨਾਨਕੀ ਜੀ ਦਾ ਰਬਾਬ-ਏ-ਫਿਰੰਦੀਆ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ

ਕੁਲਜੀਤ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 1161 ਮੋ. 98149 14656

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੇ ਸੰਗੀਤੀ ਸਾਜ਼ ਸੁਧਾਰ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ - ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭੈਣ, ਬੇਬੇ ਨਾਨਕੀ ਨੇ ਭਾਈ ਫਿਰੰਦਾ ਜੀ ਵਾਲੀ ਰਬਾਬ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬੁਨਿਆਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ, ਜੋ ਕਿ ਰਵਾਇਤੀ ਮੱਧ ਪੂਰਬੀ ਜਾਂ ਅਫਗਾਨ ਰਬਾਬ ਦਾ ਇੱਕ ਸੋਧਿਆ ਹੋਇਆ ਸੰਸਕਰਣ ਸੀ, ਜੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿੱਖ ਕੀਰਤਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਾਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ - ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਮਿਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤਕ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦੇ ਹੋਏ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਸਾਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਸੀ ਜੋ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਬ੍ਰਹਮ ਬਾਣੀ ਦੇ ਵੇਗ ਦੇ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇ। ਇੱਕ ਮਸ਼ਹੂਰ ਸਾਜ਼ ਨਿਰਮਾਤਾ, ਭਾਈ ਫਿਰੰਦਾ, ਨੇ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਰਬਾਬ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ।

ਢਾਂਚਾਗਤ ਸੁਧਾਰ : ਇਸ ਰਬਾਬ ਨੂੰ ਫਿਰੰਦੀਆ ਰਬਾਬ ਕਿਹਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਖੂਬੀਆਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਨ।

ਬਹੁਪੱਖੀ (Versatile) : ਇਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਲੰਮਾ, ਪਰਦਾ ਰਹਿਤ (Fretless) ਫਿੰਗਰਬੋਰਡ ਸੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੰਗੀਤਕ ਸ਼ੈਲੀਆਂ-ਕਲਾਸੀਕਲ, ਲੋਕ ਅਤੇ ਸੂਫੀ ਸਮੇਤ (ਮੀਂਡ ਅਤੇ ਗਮਕ)-ਵਜਾਉਣ ਦੀ ਲਚਕਤਾ ਮਿਲਦੀ ਸੀ-ਬਿਨਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਾਗਾਂ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਟਿਊਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਦੇ। ਰਬਾਬ ਤੇ ਪਰਦੇ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੁੰਦੇ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਸ ਤੇ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਰਾਗ ਵਜਾਉਣੇ ਸੌਖੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ (ਪੋਰਟੇਬਲ): ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੀਆਂ ਉਦਾਸੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਇਸਨੂੰ ਹਲਕਾ ਅਤੇ ਪੈਦਲ ਲਿਜਾਣ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਧੁਨੀ ਗੁਣਵੱਤਾ : ਇਹ ਤੁਣ ਦੀ ਲੱਕੜ ਤੋਂ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ ਜਿਸਦਾ ਖੋਖਲਾ ਅਧਾਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਨਾਲ ਢੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇੱਕ ਡੂੰਘੀ, ਗੂੰਜਦੀ ਅਤੇ ਵਿੰਨ੍ਹਣ ਵਾਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਸੀ ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਬਹੁਤ ਨੇੜੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਸੀ।

ਵਿੱਤੀ ਸਰਪ੍ਰਸਤੀ : ਬੇਬੇ ਨਾਨਕੀ ਨੇ ਇਸ ਸਾਜ਼ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ ਤੇ ਫੰਡ ਦਿੱਤੇ, ਭਾਈ ਫਿਰੰਦਾ ਦੀ ਕੀਮਤ (ਉਸ ਸਮੇਂ ਲਗਭਗ ਸੱਤ ਰੁਪਏ) ਅਦਾ ਕੀਤੀ।

ਭਾਈ ਫਿਰੰਦਾ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕਪੂਰਥਲਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਇੱਕ ਪਿੰਡ ਭੈਰੋਵਾਲ (ਜਿਸਨੂੰ ਭੈਰੋਆਣਾ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਨ। ਅੱਜ ਉੱਥੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਰਬਾਬਸਰ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਸਥਾਨ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਰਬਾਬ ਭੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਸੋਧਿਆ ਹੋਇਆ ਸ਼ਾਜ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅਧਿਕਾਰਤ ਸਾਜ਼ ਬਣ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ ਦੀ 'ਰਬਾਬੀ ਪਰੰਪਰਾ' ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੰਨ੍ਹਿਆ।

साथिया

Jagdish Sodhi LM 192
M. 98558 83373

ज़िन्दगी में जो चले हम साथ साथ।
थके हारे फिर भी चलते रहे
टेढ़ी मेंढ़ी पगडंड़ियों पर कभी फ़िसले कभी संभले
हाथों हाथ लिए जीवन का
एक लंबा सफ़र है कर लिया हमने
पीछे न कभी देखा मुड़के
क्या खोया क्या पाया हमने
हाँ, जिन्दगी से समझौता कर लिया हमने
जिन्दगी तुमको लाखों सलाम
तुझे हर पल रहनुमा माना हमने।

ਉਡਾਣ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 747
ਮੋ. 99140 91209

ਸਾਈਕਲ ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਹੋਇਆ ਹਵਾ।
ਛੁੱਕ ਛੁੱਕ ਕਰਦੀ ਗੱਡੀ ਆਈ।
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਗੁੱਡੀ ਚੜ੍ਹਦੀ ਗਈ।
ਫਿਰ ਦੇਖਕੇ ਉੱਡਦੇ ਪੰਛੀ
ਉਡਨ-ਖਟੋਲੇ, ਜਹਾਜ਼ ਬਣਾਏ
ਕਾਸ, ਫਿਰ ਇਹ ਉਡਦਾ ਹੀ ਜਾਏ
ਹੈਲੀਕੌਪਟਰ ਨੇ ਤਾਂ ਅਸਮਾਨੀ ਚੜ੍ਹਾਏ
ਰਾਕਟ ਨੇ ਚੰਨ ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਏ।
ਉਥੇ ਪਹੁੰਚ ਵੀ ਚੈਨ ਨਾ ਆਏ।
ਇਸ ਦੁਨੀਆ ਤੇ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰਕੇ
ਸੋਚੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਬੋਝੇ ਪਾਏ।

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 15th March 2026, to be published in Glorious Years April 2026.

Wg Cdr Baldev Singh (Editor)

FUNERAL VAN & FREEZER

Gurudwara Sacha Dhan, Phase 3B-1 98159 17044, Guru Teg Bahadur Gurdwara, Phase 9, 98556 11476
Others 99148 55855, 0172-2709252, 2225902, 2752190

ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕੁਝ ਨਿਯਮ

ਸ਼ਿਆਮ ਸਿੰਘ "ਭਮਰਾ" ਐਲ.ਐਮ. 888 ਮੋ. 98780 92625

1. ਸਵੇਰੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਦੋ ਗਲਾਸ ਗੁਣਗੁਣਾ ਪਾਣੀ ਪੀਓ।
2. ਦਿਨ ਵਿਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ ਘੁਟ ਘੁਟ ਕਰਕੇ ਪੀਓ।
3. ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਪਾਣੀ ਨਾ ਪੀਓ, ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ ਪਹਿਲਾ ਜਾਂ ਪਿੱਛੋਂ ਪੀਓ।
4. ਸਵੇਰੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਚਾਹ/ਕਾਫੀ ਨਾ ਪੀਓ।
5. ਸਵੇਰੇ ਜਾਂ ਦੁਪਹਿਰ ਨੂੰ ਹੀ ਦਹੀਂ ਖਾਓ।
6. ਕਬਜ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਪਪੀਤਾ ਜ਼ਰੂਰ ਖਾਓ।
7. ਹਰ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਪਿੱਛੋਂ ਮਿੱਠੀ / ਬਰੀਕ ਸੌਂਫ ਜ਼ਰੂਰ ਖਾਓ।
8. ਚਿੱਟਾ ਨਮਕ ਦੀ ਥਾਂ ਸੇਂਧਾ ਨਮਕ ਵਰਤੋ।
9. ਟੀ.ਵੀ. ਜਾ ਮੋਬਾਈਲ ਦੇਖਦੇ ਹੁੰਦੇ ਖਾਣਾ ਨਾ ਖਾਓ।
10. ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਲਗਿਆਂ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
11. ਸਵੇਰੇ ਨਾਸ਼ਤਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਪੰਜ ਸੌ ਕਦਮ ਜ਼ਰੂਰ ਸੈਰ ਕਰੋ।
12. ਰਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਖਾਣੇ ਵਿਚ ਦਹੀਂ, ਚਾਵਲ ਅਤੇ ਰਾਜਮਾਂਹ ਨਾ ਖਾਓ।
13. ਫ਼ਰਿਜ ਵਿਚੋਂ ਕਢਿਆ ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਨਾ ਪੀਓ।
14. ਰਾਤ ਸਮੇਂ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੰਦ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਇਕ ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ ਪੀਓ।
15. ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਹਲਕਾ ਅਤੇ ਸੌਣ ਤੋਂ ਦੋ ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਖਾਓ।
16. ਸਦਾ ਆਪਣੇ ਖਬੇ ਕੰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਮੋਬਾਇਲ ਸੁਣੋ।
17. ਰਾਤ ਨੂੰ ਘਟੋ ਘੱਟ ਛੇ ਜਾ ਸੱਤ ਘੰਟੇ ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲਵੋ।
18. ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੇ ਸਵੇਰੇ ਉਠਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਆਪਣੇ ਇਸ਼ਟ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ।
19. ਮਾਇਆ ਨਾਲੋਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੰਦਰੁਸਤ ਸਿਹਤ ਹੀ ਵੱਡਮੁੱਲੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ।
20. ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਸੁਖੀ ਜੀਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਜਬਾਨ/ਮੂੰਹ ਬੰਦ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਸ ਦਾ ਮੂੰਹ ਖੁੱਲਾ ਰਖੋ, ਆਪਣੇ ਬਚਿਆਂ ਲਈ।
21. ਮਾਂ ਬਾਪ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਪਾਸਨਾ ਅਤੇ ਫਰਜ਼ ਹੈ। ਵਡਿਆਂ ਦੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਦੁਆਵਾਂ ਅਤੇ ਅਸ਼ੀਰਵਾਦ ਹੀ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਸੁਖੀ ਜੀਵਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੈ।
22. ਸਿਹਤ (ਸਰੀਰ) ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਧੰਨ ਤੋਂ ਭੀ ਜਿਆਦਾ ਕਰੋ, ਕਿਉਕਿ ਸਿਹਤ ਵਿਗੜਨ ਪਿਛੋਂ ਧੰਨ ਭੀ ਉਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਜੀਵਨ ਜੁਗਤੀ

ਮਹਿੰਗਾ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ ਐਲ.ਐਮ. 609
ਮੋ. 94172 17387

ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਆਇਆ ਤੂੰ ਬੰਦੇ
ਕੋਈ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰ ਲੈ ਤੂੰ।
ਮਾਨਸ ਜਨਮ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਾ,
ਰੱਬੀ ਬੰਦਗੀ ਕਰ ਲੈ ਤੂੰ।
ਚੁਰਾਸੀ ਲੱਖ ਜੂਨੀ ਦਾ ਸਰਦਾਰ ਹੈਂ,
ਨਾਮ ਜੱਪ ਕੇ ਝੋਲੀ ਭਰ ਲੈ ਤੂੰ।
ਵਿਚ ਹੰਕਾਰ ਦੇ ਭੁੱਲ ਨਾਂ ਜਾਵੀਂ
ਸਤਿਕਾਰ ਵੀ ਸਭ ਦਾ ਕਰ ਲੈ ਤੂੰ,
ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਹੰਕਾਰ,
ਤੇਰੇ ਉੱਤੇ ਹੋਏ ਅਸਵਾਰ ਵੀਰਾ।
ਆਪਣੇ ਅਧੀਨ ਚਲਾਵਣ ਤੈਨੂੰ
ਮਨ ਵਿਚ ਕਰ ਲੈ ਵਿਚਾਰ ਵੀਰਾ।
ਮਾਨਸ ਜਨਮ ਅਮੋਲ ਬੜਾ ਹੈ,
ਮਿਲਣਾ ਨਹੀਂ, ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਵੀਰਾ।
ਕੰਮ ਐਸਾ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਕਰ ਲੈ,
ਨਾਮ ਤੇਰਾ ਚਮਕਾਵੇ ਜੋ।
ਬੁਰਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਨੇਕੀ ਕਰ ਲੈ
ਅੰਤ ਵੇਲੇ ਕੰਮ ਆਵੇ ਜੋ।
ਜੈਸਾ ਬੀਜਿਆ ਤੈਸਾ ਵੱਢਣਾ
ਸਾਨੂੰ ਵੇਦ ਪੁਰਾਣ ਸਿਖਾਵੇ ਜੋ।
ਵਿਚ ਖਲਕਤ ਦੇ ਖਾਲਕ ਵੱਸਦਾ,
ਸਭ ਨੂੰ ਰਿਜ਼ਕ ਪਹੁੰਚਾਵੇ ਜੋ।
ਜਾਤ ਪਾਤ ਦੇ ਝਗੜੇ ਛਡ ਕੇ,
ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਨੂੰ ਅਪਨਾ ਲੈ ਪਈ।
ਵਿਚ ਇਨਸਾਨ ਰੱਬ ਹੈ ਵੱਸਦਾ,
ਮਨ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਲਾ ਲੈ ਪਈ।
ਮਾਂ ਬਾਪ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰ ਲੈ,
ਵਿਚ ਝੋਲੀ ਅਸੀਸਾਂ ਪਾ ਲੈ ਪਈ।
'ਕਲਸੀ' ਰੱਬ ਦੀ ਬੰਦਗੀ ਕਰਕੇ
ਵਿੱਚ ਦਰਗਾਹ ਸ਼ੋਭਾ ਪਾ ਲਏ ਪਈ।

खिली खिली सी चांदनी

इंद्र मोहन बाज़ एल.एम 2420
मो. 9779186878

खिली खिली सी चांदनी
खिली खिली सी रौशनी
खिली खिली है कली कली
खिली खिली है गली गली
खिली खिली सी धूप है
खिला खिला सा रूप है
खिले खिले हैं गुल गुलाब के
खिले खिले हैं कमल तालाब के
खिली खिली है फूलों की डाली
खिली खिली है कोयल काली
खिले खिले गुल गुलज़ार हैं
खिला हुआ मौसम बहार है
खिले हुए चेहरे बच्चों के
खिले हुए सेहरे सच्चों के
खिली हुई हैं आज हवाएं
खिली हुई हैं चारों दिशाएं
खिली हुई सूरज की शुआएं
खिली हुई मां की दुआएं
खिले हुए हैं खेत खलिहान
खिले हुए मज़दूर किसान
खिली हुई है धरती अपनी
खिला हुआ नीला आसमान
सब खिला है तू भी खिल
आ खुशियों से आ के मिल

ਸੱਸ ਨੂੰ ਸੱਸ ਹੀ ਰਹਿਣ ਦਿਓ

ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਤਰਸੇਮ ਭਾਰਦਵਾਜ ਮੋ. 94171 66318

ਆਪਣੀ ਸੱਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨਾ ਸਮਝੋ, ਨਾ ਹੀ ਉਸ ਤੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਮਾਂ ਵਰਗੀ ਕਿਸੇ ਚੀਜ ਦੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖੋ। ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਠੋਕਰ ਖਾਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡਿੱਗਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਭੱਜਦੀ ਆਵੇਗੀ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੱਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਚੁੱਕਣ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗੀ, ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਦ ਉੱਠਣਾ ਸਿਖਾਏਗੀ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਕੋਈ ਮੁਸੀਬਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਢਾਲ ਬਣ ਕੇ ਖੜ੍ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੱਸ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੜਨਾ ਸਿਖਾਏਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਸਵੇਰੇ ਦੇਰ ਨਾਲ ਸੌਂ ਸਕਦੇ ਹੋ; ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਹੇਗੀ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੱਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਦੇਰ ਨਾਲ ਸੌਣ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਉੱਠਣਾ ਅਤੇ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣਾ ਸਿਖਾਏਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਰੋਕੇਗੀ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੱਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਰੋਕੇਗੀ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਬਣੋ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖੋ। ਸਭ ਤੋਂ ਔਖਾ ਕੰਮ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਅਤੇ ਇਕੱਠੇ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ, ਸੱਸ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੋਈ ਅਧਿਆਪਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਕਸਰ, ਉਹ ਖੁਦ ਬੁਰਾ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਨੂੰਹ ਦਾ ਚੰਗਾ ਸੋਚਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਮਾਂ ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕਈ ਸਾਲ ਉਸ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਬਿਤਾਏ ਹਨ, ਉਹ ਸੱਸ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਆਪਣੀ ਨੂੰਹ ਨੂੰ ਸੌਂਪ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੁਨੇਹਾ: ਹਰ ਸੱਸ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਸਦੇ ਇਰਾਦੇ ਅਤੇ ਮਨੋਰਥ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨੇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਪਰਿਵਾਰ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਰਪਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਨੂੰਹ ਜੋ ਆਪਣੀ ਸੱਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਖੜ੍ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ, ਜੋ ਉਸਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਵੱਖ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਿਨਾਂ ਡੋਰ ਵਾਲੀ ਪਤੰਗ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਹਵਾ ਨਾਲ ਜਿੱਥੇ ਮਰਜ਼ੀ ਉੱਡਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਇਸਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਡਿੱਗਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਸੱਸ ਸਾਰਿਆਂ ਤੋਂ ਮਾੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੈ ਕੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਨੂੰਹ ਨੂੰ ਅਗਲੀ ਸੱਸ ਬਣਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾ ਕੇ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੱਸ ਨੂੰ ਸੱਸ ਹੀ ਰਹਿਣ ਦਿਓ, ਮਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਾਂ ਹੀ ਰਹੇਗੀ।

वो दिन

Gulshan Nayyar LM 1857
M 9815976298

जब उनके जीने का, हम मकसद हुआ करते थे,
हर खुशी के, मेरे दर पे दस्तक हुआ करते थे
लोग देते थे मिसाल हमारी दोस्ती की हर वक्त
हमारी दोस्ती लोगों के सबक हुआ करते थे
पीने का कोई न कोई दौर आ ही जाता था,
सीधे मयखाने में हमकदम हुआ करते थे।
वो दिन भी क्या दिन थे बहारें ही बहारें थी
उनके साथ गलीकूचे सब गुलशन हुआ करते थे।
मुझे सामने देखकर भी अजनबी बने रहते थे।
जो लाखों में भी मुझ से हम-नज़र हुआ करते थे।
इन बादलों के बरसने पर भी नज़र नहीं आते दूर तक
जो बहक जाते थे जैसे ही आसमां पर बादल हुआ करते थे।
पाक दोस्ती का तकाज़ा है वो आएंगे कभी ज़रुर
अभी सितारे गर्दिश में हैं जो रहमते नज़र हुआ करते थे।

ਅੱਜ ਦੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਬੋਲੀਆਂ

ਇੰਦਰਜੀਤ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 1335 ਮੋ. 98722 69469

ਅੜਕੇ! ਅੜਕੇ! ਅੜਕੇ!
ਗਲੀਆਂ 'ਚ ਸੁੰਨ ਪਸਰੀ, ਬੈਠਾ ਬਚਪਨ ਫ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਵੜਕੇ।
ਆਥਣਾਂ ਵੀ ਸੁੰਨ ਸਾਨ ਨੇ, ਪਹਿਲਾਂ ਵਰਗੇ ਰਹੇ ਨਾ ਤੜਕੇ।

ਲਵੇਰੇ ਸਭ ਵੇਚ ਦਿੱਤੇ, ਕਿਵੇਂ ਚਾਟੀ 'ਚ ਮਧਾਣੀ ਖੜਕੇ।
ਚਾਹਾਂ ਦੇ ਗੁਲਾਮ ਹੋ ਗਏ, ਅਧਰਿੜਕਾ ਪੀਣ ਨਾ ਤੜਕੇ।

ਨਿਉਡਲਾਂ ਤੇ ਨਿਆਣੇ ਗਿੱਝ ਗਏ, ਆਲੂ ਖਾਂਦੇ ਨੇ ਬਰੈੱਡ ਵਿੱਚ ਮੜ੍ਹ ਕੇ।
ਤੁਰਨਾ ਕਿਸਾਨ ਭੁੱਲ ਗਏ, ਜਾਣ ਖੇਤਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਟੀਆਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹਕੇ।

ਸ਼ਾਹੂਕਾਰ ਪਾਸਾ ਵੱਟ ਗਏ, ਟੁੱਟੀ ਲਿਮਟ ਫਿਰਨ ਜੱਟ ਦੜ ਕੇ।
ਉਲਟਾ ਜ਼ਮਾਨਾ ਆ ਗਿਆ, ਨੂੰਹ ਸੱਸ ਤੋਂ ਕਰਾਵੇ ਕੰਮ ਲੜ ਕੇ।

ਕਰਦੀ ਏ ਦਿਨ ਕਟੀਆਂ, ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਂਗਰਾਂ ਨਾ ਸੱਸ ਹੁਣ ਬੜ੍ਹਕੇ।
ਮਾਪੇ ਚੁੱਪ ਚਾਪ ਸੁਣਦੇ, ਬੱਚੇ ਦਿੰਦੇ ਨੇ ਜਵਾਬ ਘੜ ਘੜ ਕੇ।

ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲਾ ਪਿਆਰ ਨਾ ਰਿਹਾ, ਬੰਦਾ ਬੰਦੇ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਰੜਕੇ।
ਰਾਹੀਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦੀ ਏ, ਪੱਕੀ ਉਮਰ ਚੌਰਾਹੇ 'ਚ ਖੜ੍ਹ ਕੇ।
ਨੀ ਕਿੱਥੇ ਕੁ ਲਿਜਾਵੇਂਗੀ, ਜਾਈਂ ਦੱਸ ਕੇ ਸਮੇਂ ਦੀਏ ਸੜਕੇ....।

ਯਾਦਗਾਰੀ ਹਵਾਲੇ

ਐਡਵੋਕੇਟ ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਐਲ.ਐਮ. 297 ਮੋ. 98887 76277

1. زندگی کا ہر تحفہ قبول کرتا ہوں میں

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਾ ਹਰ ਤੋਹਫ਼ਾ ਕਬੂਲ ਕਰਤਾ ਹੂੰ ਮੈਂ

2. اپنی خواہشوں کو نام دینا چھوڑ دیا ہے۔

ਆਪਣੀ ਖਾਹਸ਼ੋਂ ਕੋ ਨਾਮ ਦੇਣਾ ਛੋੜ ਦਿਆ ਹੈ

3. جو میرے دل کے قریب ہیں وہ میرے عزیز ہیں

ਜੋ ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਕੇ ਕਰੀਬ ਹੈ ਉਹ ਮੇਰੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ ਹੈ

4. میں نے اجنبیوں پر حق ادا کرنا چھوڑ دیا ہے۔

ਮੈਨੇ ਅਜਨਬੀਓਂ ਪਰ ਹੱਕ ਅਦਾ ਕਰਨਾ ਛੋੜ ਦਿਆ ਹੈ

5. میں نے اپنے زخموں کو دکھانا چھوڑ دیا ہے

ਮੈਨੇ ਆਪਣੇ ਜ਼ਖਮੋਂ ਕੋ ਦਿਖਾਣਾ ਛੋੜ ਦਿਆ ਹੈ

6. جو میرا درد نہیں سمجھ سکتے۔

ਜੋ ਮੇਰਾ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਸਮਝ ਸਕਤੇ

7. جو کچھ میرے دل میں ہوتا ہے وہی میری حقیقت ہے

ਜੋ ਕੁਝ ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਹੋਤਾ ਹੈ ਵੋਹੀ ਮੇਰੀ ਹਕੀਕਤ ਹੈ

8. میں نے شو کے لیے مسکرانا چھوڑ دیا ہے۔

ਮੈਨੇ ਸ਼ੋਅ ਕੇ ਲੀਏ ਮੁਸਕਰਾਨਾ ਛੋੜ ਦਿਆ ਹੈ

Calligraphed by Wg Cdr Baldev Singh

ਕਿਸਮਤ ਦੇ ਰੰਗ

ਪਲਵੰਤ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 1483
ਮੋ. 98559 10505

ਕਿਸਮਤ ਦਾ ਲਿਖਿਆ ਮਿਟਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ।
ਕਿਸਮਤ ਕੀ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਸੁਣਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ
ਕਿਸਮਤ ਜਿਸਨੂੰ ਮਹਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ
ਸੋਨੇ ਚਾਂਦੀ ਖਾਂਦੇ ਉਸ ਅੱਗੇ ਧੱਕੇ।
ਹੀਰੇ ਮੋਤੀ ਉਹਦੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਲਦੇ,
ਹੱਥ ਜੋੜੀ ਲੋਕੀਂ ਅਗੇ ਪਿਛੇ ਫਿਰਦੇ।
ਮਾਰ ਦੇਣ ਕਿਸੇ ਨੂੰ, ਨਹੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਗੁਨਾਹ
ਉਸਦੇ ਝੂਠ ਵਿੱਚ ਸਭ ਕਰਨ ਹਾਂ ਹਾਂ ਹਾਂ
ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਕਰਨ ਅਪਰਾਧ ਲੋਕੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਸੇਠ
ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਵਾਂਗ ਪੂਜਦੇ ਵੇਖ ਕਿਸਮਤ ਦੇ ਲੇਖ।
ਜਿਹੜਾ ਕੋਈ ਕੰਗਾਲੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦਾ
ਉਹਨੂੰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਬੰਦਾ ਕਹਿੰਦਾ ਵੀ ਸੰਗਦਾ
ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ਹਿਦ ਨਹੀਂ, ਤਨ ਤੇ ਲੰਗੋਟੀ ਨਹੀਂ
ਘਰ ਵਿੱਚ ਖਾਣ ਲਈ, ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰੋਟੀ ਨਹੀਂ।
ਮਾਂ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦਾ, ਰੋਟੀ ਖਵਾ ਦੇ,
ਮਾਂ ਕਹਿੰਦੀ ਸੌਂ ਜਾ ਰੋਟੀ ਦੇਵਾਂਗੀ ਪਕਾ ਕੇ।
ਸੁੱਤੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਜਗਾਇਆ ਹੀ ਨਾ
ਰੋਟੀ ਦਾ ਟੁੱਕੜ ਖਵਾਇਆ ਹੀ ਨਾ
ਗਲੀ ਗਲੀ ਮੰਗਦੇ ਸ਼ਰਮ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
ਕੀ ਕਰਨ ਕਿਸਮਤ ਸਭ ਕੁਝ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ।
ਪੇਟ ਦੀ ਅੱਗ ਕਿਥੇ ਸ਼ਰਮਾਉਂਦੀ ਹੈ।
ਘਰ ਘਰ ਅਗੇ ਖੜੇ ਵਾਸਤੇ ਪਵਾਉਂਦੀ ਹੈ।
ਖੂਨ ਵੀ ਕਰਦੇ ਬਹੂ ਬੇਟੀਆਂ ਵੀ ਵੇਚਦੇ,
ਪੇਟ ਪਾਲ ਰਹੇ ਬੱਚੇ ਲਈ, ਗਾਹਕ ਕੋਈ ਦੇਖਦੇ
ਭੁੱਖ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਪਾਪ ਵੀ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ,
ਭੁੱਖ ਨੰਗ ਕਿਸਮਤ ਝੋਲੀ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ।
ਸੜਕਾਂ ਤੇ ਸੌਂਦੇ ਤੇ ਭੰਗੜੇ ਪੀ ਪਾਉਂਦੇ ਨੇ,
ਗੁਟਕਾ ਮੁਟਕਾ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ ਕੇ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਉਂਦੇ ਨੇ।
ਗਲੀ ਗਲੀ ਫਿਰਦੇ ਨੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਨੇ।
ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਉਹ ਦੁਨੀਆਂ ’ਚ ਕਿਸ ਕੰਮ ਆਉਂਦੇ ਨੇ।
ਜੇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੜਦੇ ਉਹ ਪਾਉਂਦੇ ਦੁਹਾਈ ਏ
ਕੋਈ ਨਈਂ ਦਿੰਦਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗਵਾਈ ਏ
ਕੋਈ ਵੇਖਦਾ ਨਾ, ਨਾ ਕਰਦਾ ਧਿਆਨ ਏ
ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾ ਲਓ,
ਉਹ ਜਾਨਵਰ ਨਹੀਂ ਉਹ ਵੀ ਇਨਸ਼ਾਨ ਏ।

World Water Day: A Call to Care

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

World Water Day 2026 falls on Sunday, March 22, 2026 is a reminder of a truth we often forget life flows with water. From the first cry of a newborn to the last breath of a living being, water remains a silent companion, sustaining us every moment. Yet, despite its priceless value, water is frequently overlooked, wasted, and taken for granted.

Imagine beginning each day not with hope, but with the burden of searching for water. For millions across the world, clean drinking water is not a convenience but a daily struggle. Children miss school, families sacrifice health, and dreams fade—all because access to safe water is uncertain. World Water Day asks us to open our eyes to these unseen struggles and feel the responsibility that comes with awareness.

Water is also the heartbeat of nature. Flowing rivers, falling rain, and melting glaciers shape our planet and nourish every form of life. When we pollute a river or drain a lake, we are not harming nature alone we are endangering our own future. Climate change, droughts, and floods are warning signs, reminding us that water cannot be endlessly exploited without consequences.This day calls not only for reflection, but for action. Real change does not always begin with grand gestures. It begins with simple choices closing a tap, reusing water, protecting water bodies, and teaching others the value of conservation. Every drop saved is a step toward hope.

World Water Day inspires us to become guardians of this precious gift. Water connects us beyond borders, cultures, and generations. By respecting it today, we protect tomorrow. Let us not wait for scarcity to teach us the value of water. Instead, let gratitude guide our actions and compassion shape our decisions.

Because when we save water, we save life and in doing so, we secure a future where humanity and nature can thrive together.

DONATION RECEIVED BY MSCA UPTO 15.02.2026

R. No.	DATE	L.M. No.	Donors Sarv. Shri	SUM (₹)	Rks
6393	19/01/2026	747	Amrit Kaur	2000	Donation
6396	29/01/2026	2350-51	Jagjit Singh & Sudarshan Kaur	11000	60th Wedding Anniv
6397	03/02/2026	2404	Harbans Lal	2000	Donation
6398	03/02/2026	2240	Swarndeep Singh Chadha	1100	Bd
6399	03/02/2026	2295	Dr Gurvinder Kaur Kang	5000	Bd
6400	03/02/2026	2048	Janak Dulari	500	Bd
6451	03/02/2026	2249	Krishan Kumar Sood	1100	Donation
6452	03/02/2026	2100	Damanjit Kaur	2000	Bd
6453	03/02/2026	1167	Jagdev Singh Panglia	1100	Bd
6454	03/02/2026	1535	Jagpal Singh	500	Donation
6455	03/02/2026	1305	Amrit Kaur	1000	One Time
6456	03/02/2026	1041	Vijay Arya	11000	Donation
6460	03/02/2026	2315	Savita Anil Sharma	1100	Bd

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

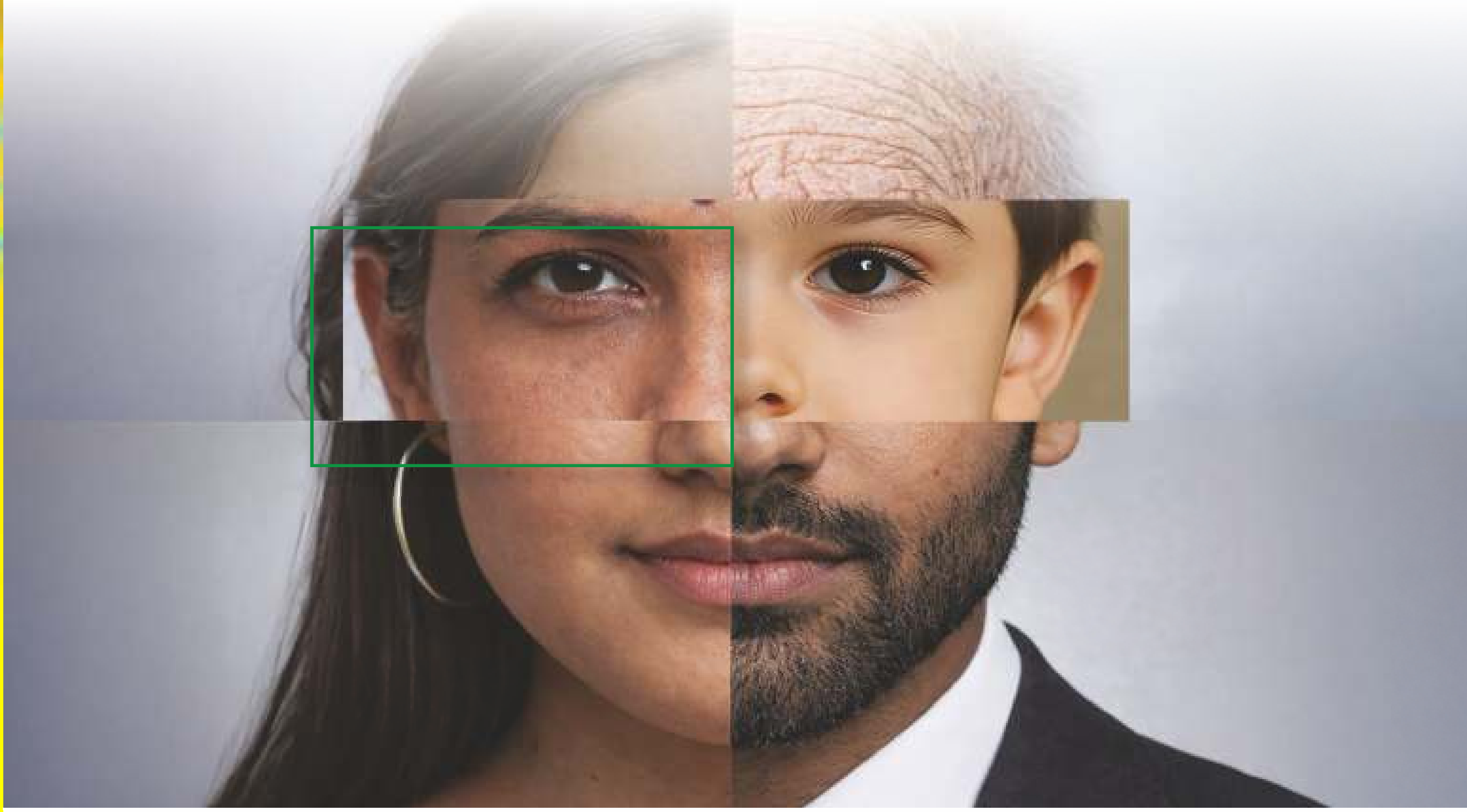
WELCOME TO NEW MEMBERS

LM No	Name Sarv Shri/Smt.	D.O.B.	Address at Mohali	Previous Occupation	Mobile
2418	Mohinder Jindal	24-12-1956	# 134, Sec. 70	Factory Manager, HUL	9988448134
2419	Asha Jandial	27-01-1962	# 134, Sec. 70	Teacher	9876790134
2420	Inder Mohan	29-05-1953	# 249. Ph. 11.	Banker	9779186878
2421	Renu Chawla	22-10-1961	# 249. Ph. 11	Banker	9888614040
2422	Parveen Grover	19-04-1962	# 3002, Ajanta Enclave, Sec 52, Chandigarh	Teacher	9417396929
2423	Jagdeepak Kaur	22-09-1957	# 1218, Ph. 10,	Bank Officer	9915281218

WORLD CANCER DAY
4TH FEBRUARY, 2026

Fortis | Cancer INSTITUTE

No Two People Are Same
Neither is Cancer.
Nor Should Be Their Care.



Cancer Care As Unique As You.

At **Fortis Hospital, Mohali,** cancer care is uniquely tailored to fight the specific nature of cancer in each individual patient.

Here advanced technology meets the expertise of India's leading cancer specialists.

Elekta Versa HD LINAC | Robotic Surgery | Precision Medicine | Nuclear Medicine

#UniqueCancerCare

Scan the QR code to download the MyFortis app

For more information +91 72728 72728
FORTIS HOSPITAL, SECTOR 62, SAHIBZADA AJIT SINGH NAGAR, MOHALI, PUNJAB 160062

ਗਾ ਮੇਰੇ ਮਨ ਗਾ

Sudarshan Mehta

K P Anand

Darshan Kaur

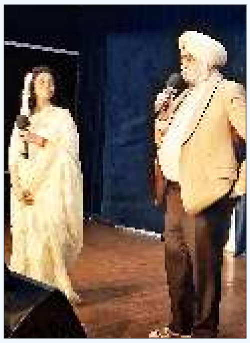
R K Gupta

Surinder Kohli

Niranjan Singh/Promila Singh

Savita Sharma

Charanjit Singh


T S Kalra / Ms Veena

Manpreet Kaur

Gulshan Nayyar

Surjit Singh

Nirmaljit Singh

S S Nayyar

S P Duggal

Avtar Kaur

Inderjit Mukatsari

Guldeep Singh

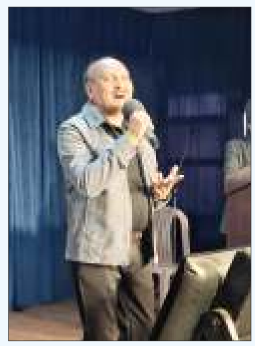
I S Kang

Balbir Singh Arora

Vikramjit Grover

S S Bhumra

Sanjay Sharma


Ravi Babbar

Vijay Chaturvedi

S S Buttar

Harjinder Singh

Promila Singh

T S Kalra / Ms Veena being honoured

GOVT. HOSPITAL EMERGENCY NUMBERS

GH-Ph. 6, 2225264, GH-16 2768201-02, GH-32 2665253-59, PGI 2747005, Command 1800 112526

ਮਾਰਚ 2026 ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਸਵਾਲ

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

A box contains coins of varous denominations. If the number of Rs 5 denomination coins is double the denomination of Rs 10 coins, Rs 2 coins are double the Rs 5 coins, Rs 1 coins are double of Rs 2 coins, 50 Paise coins are double of Rs 1 coins and Paise 25 coins are double of Paise 50 coins. If the total amount in the box is Rs 1040. Find the number of coins of each denomination in the box.

Quiz March 2026

Harjinder Singh LM 1560 M : 98729-99610

1. MANREGA Rural employment is replaced by which law?
2. In this year Silver touched A record rate what was that?
3. In which phase of Mohali is Liver Institute is situated?
4. Which Jodi from Punjab is participating in Master Chef Programe being aired currently on Sony TV?
5. How many nations are Participating in on going T 20 Cricket World Cup?

Caption Contest March 2026

GPS Sandhu LM 2192 M : 97795-82475

Write a Suitable Caption

Riddle March 2026

G. K. Singh LM 987 M 98722 01644

You use a knife to slice my head and weep beside me, when I am dead.

Sudoku March 2026

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

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

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.

Members may send their responses to baldevsinghguraya@gmail.com upto 15th March 2026. Name of winners will be published in the April 2026 issue of The Glorious Years.

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

ਸਵਾਲ

1. Dharam Pal Kanyathi	LM	2102
2. Baldev Singh Jassal	LM	1158
3. Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
4. Darshan Singh Dhamija	LM	1492

Quiz

1. Sucha Singh Butter	LM	916
2. Baldev Singh Jassal	LM	1158
3. Dharam Pal Kanyathi	LM	2102
4. Amrik Singh	LM	2008
5. Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
6. Khushbir Singh Baweja	LM	272
7. G P Singh Sandhu	LM	2192
8. Avtar Kaur	LM	988
9. Darshan Singh Dhamija	LM	1492

Sudoku

1. Jasbinder Singh	LM	992
2. Sucha Singh Butter	LM	916
3. Bupinder Singh Cheema	LM	475
4. Dharam Pal Kanyathi	LM	2102
5. Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
6. Gursaran Kaur Bajwa	LM	273
7. Darshan Singh Dhamija	LM	1492

Riddle

1. Sucha Singh Butter	LM	916
2. Baldev Singh Jassal	LM	1158
3. Bupinder Singh Cheema	LM	475
4. Dharam Pal Kanyathi	LM	2102
5. Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
6. Gulshan Nayyar	LM	1857
7. G P Singh Sandhu	LM	2192
8. Darshan Singh Dhamija	LM	1492

Caption Contest February 2026

1. ਫੜਕ ਕੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਵਿਖਾਏ
   Amrik Singh LM 2008

2.1 Tute ped par badth kar Bhi hum maharaje
   Jagdish Sodhi LM 192

2.2 ਹਾਣੀ ਦੀ ਉਡੀਕ ਵਿੱਚ।
   Jarnail Singh LM 1162

3 Just taking a break from the winter
   Dharam Pal Kanyathi LM 2102

Judges :
1. Mrs. Kuljit Kaur LM 1161, 2. Mrs. Damanjit Kaur LM 2100, 3. Mr. G. P. S. Sandhu LM 2192

Solution of Last Month's Sudoku

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

Answers to February Quiz

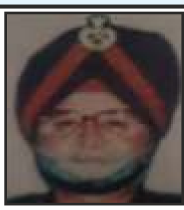
1. Ali Khamenie
2. Dr Ravindera khaiwal and Vivek Shrivastva
3. Mr. Surya Kant
4. Ms Anindita Mishra
5. Ayush Mahatre

ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸਵਾਲ ਦਾ ਹੱਲ

Diameter of earth = 8000 KM
Diameter of the circular path followed by aeroplane = 8026 KM
Circumference of of earth = €(pye) × 8000 KM
Circumference of the circle followed by plane = €×8026 KM
Part of Circumference covered by plane = 6600 KM.
1. Circular distance covered on earth = 8000 × € × 6600/ 8026 × € = 6578.62 KM
when 8026 × € KM distance is covered it makes angle at the center = 360 degree.
2. when it covers 6600 KM it will make angle at the center = 360 × 6600 / 8026 € = 74.27 degree.
3. € ×4013 cuts a sector = 4013 KM
6600 Will cut a sector = 6600/ €
= 6600/ € = 6600/ 3.14
= 2101.9 KM

OBITUARY

Mulkjit Singh Kandal
LM - 0280
238, Sec. 35-A, Chandigarh
22-12-1932 to 06-02-2026



MSCA expresses heartfelt condolences with the aggrieved family. May the departed noble souls rest in peace.

ਜੋ ਦੀਸੈ ਸੋ ਸਗਲ ਬਿਨਾਸੈ ਜਿਉ ਬਾਦਰ ਕੀ ਛਾਈ॥
ਜਨ ਨਾਨਕ ਜਗੁ ਜਾਨਿਓ ਮਿਥਿਆ ਰਹਿਓ ਰਾਮ ਸਰਨਾਈ॥

जो दीसै सो सगल बिनासै जिउ बादर की छाई।।
जन नानक जगु जानिओ मिथिआ रहिओ राम सरनाई

Answer to Last Month's Riddle
Newspaper

PRIVATE HOSPITAL EMERGENCY NUMBERS

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

9.00 am 1 Mar. Picnic Ph-3B2 & Ph-10

3.30 pm 3 Mar. Get-together CC, Phase 7

3.00 pm 5 Mar. Chapter 68 Get together Library, Sec. 69

10.30 am 6 Mar. Myths around Bypass Surgery Shalby Hospital

4.00 pm 11 Mar. Chapter 3 Get together Library, Ph 3B-1

4.00 pm 12 Mar. Ch-64 Get-togather Govt. Smart School, Ph.10

10.30 am 13 Mar. Digestive Problems Fortis Hospital

10.30 am 14 Mar. Insurance Awareness LAF Centre, Sec. 68

10.30 am 15 Mar. Cancer Awareness Livasa Hospital

4.00 pm 19 Mar. Ch-64 TAMBOLA Govt. Smart School, Ph.10

10.30 am 21 Mar. Protein Diet LAF Centre, Sec. 68

4.00 pm 28 Mar. Sureeli Shaam LAF Centre, Sec. 68

4.00 pm 7 Apr. Get-together CC, Phase 7

EVENTS IN THE PIPELINE MARCH 2026

Date	Time	Event	Venue	Remarks
1st Mar. 2026 First Sunday	9.00 am	Picnic	Master Farms (Patiala Highway, 3.5km from Airport Road)	Bus 1 from Ph-3B2, Bus 2 from Ph-10
3rd Mar. 2026 First Tuesday	3.30 pm	Members get together, Sale of Tambola tickets closes by 3.40 pm Talk by Mr. Suvir Vij, Regional Manager Go Digital General Insurance Co.	Community Centre, Ph 7, Mohali	Sale of Tambola tickets closes by 3.40 pm . Recreation, Birthday* Cake Cutting, Introduction of new members. Refreshment
5th Mar. 2026 First Thursday	3.00 pm	CHAPTER 68 Get together	Central Park Library, Sec 69, Mohali Opposite # 2546	Sale of Tambola tickets closes at 3.10 pm
6th Mar. 2026 First Friday	10.30 am	Bursting the Myths around Bypass Surgery	Shalby Hospital, Ph 9 , Mohali	Speaker is Dr Sandip Singh Rana Director and Chief Cardiothoracis Surgery
11th Mar. 2026 Second Wednesday	4.00 pm	CHAPTER 3 Get together	Library, Rose Garden, Ph 3B1, Mohali	Tambola, Talk by Livasa Hospital
12th Mar. 2026 Second Thursday	4.00 pm	CHAPTER 64 Get together	Govt Smart School, Ph 10, Mohali	Sale of Tambola tickets closes at 4.10 pm
13th Mar. 2026 Second Friday	10.30 am	Common Digestive Problems in the Elderly	Fortis Hospital Auditorium 3rd Floor	Speaker: Dr. Arnav Aggarwal Consultant Gastroenterology
14th Mar. 2026 Second Saturday	10.30 am	Life Insurance Awareness Camp	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Mr. Aman Bhushan Axis Max Life Insurance Learning and Development Head
15th Mar. 2026 Third Sunday	10.30 am	Cancer Awareness and Prevention	Livasa Hospital, Ground Floor, Ortho Elite Area	Dr Shubh Mahindru
19th Mar. 2026 Third Thursday	4.00 pm	CHAPTER 64 TAMBOLA	Govt Smart School, Ph 10, Mohali	Sale of Tambola tickets closes by 4.10 pm . Refreshment
21st Mar. 2026 Third Saturday	10.30 am	Graceful ageing with Proper Protein	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Talk by Mrs. Narinder Kaur LM 1228 M. 81462 55997
28th Mar. 2026 Last Saturday	4.00 pm	Sureeli Sham Songs on Hazoor, Janaab, Sahib	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Enquiry: Mr Jarnail Singh M: 9814614656 Mrs Amrit Kaur M: 99140 91209
7th April 2026 First Tuesday	4.00 pm	Members get together, Sale of Tambola tickets closes by 4.10 pm Talk on Neurological Emergencies in Clinical Practice	Community Centre, Phase 7, Mohali	Recreation, Birthday Cake Cutting, Introduction of new members. Refreshment. Speaker: Dr. Iqbal Singh MD, DM

* Members whose birthday falls between 4th Feb. 2026 & 3rd Mar. 2026 should report at Reception by 4.40pm

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

FREQUENCY	TIME	TRAINING/ SEWA	REMARKS
Jan 2026 to June 2026	11 am to 12 noon	SIX MONTHS FREE PUNJABI CLASS	Teacher: Mrs. Amrit Kaur, M: 99140-91209
Jan 2026 to Feb 2026	10 am to 11 am	SIX MONTHS FREE URDU CLASS	Teacher: S. Mohinder Singh, M: 81462-19098
Starting 1st and 16th Mar, 2026	10 am to 12 noon	Use of Smartphone Basic/ Advance/ Application Course*/ English,Punjabi typing	Duration two weeks.
Mar 2026 to April 2026	11 am to 12 noon	Computer Training (2 months) (Basics, Paint, Word & Internet)	Duration two months.

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

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 Monday	4:00 pm to 5:00 pm	General Medicine	Dr. Kuldip Singh Kang LM 2294 Eye Splt. Dr. Gurinder Kaur Kang LM 2295 Gyne Medicine : Mr. J. S. Ramgariha M. 94634 10515

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

Book Post

To

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