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)

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.mscamohali.com

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. 197 MAY 2026

President's Message

Dear Esteemed Members,

I recently encountered an insightful book called Die with Zero: Getting All You Can from Your Money and Your Life by Bill Perkins. The title might seem startling at first, but the core idea is both sensible and profound. The author argues that while saving and financial discipline are vital, life shouldn't be about amassing wealth alone. Instead, we should focus on using our resources meaningfully during our lifetime so that money supports our well-being, happiness, and experiences.

After reading the book, I discovered that its ideas closely align with the realities of our generation. Many of us have spent years working hard, saving diligently and prioritising family responsibilities over personal comfort. This reflection prompted me to share thoughts on what I call the "Zero Concept in life."

Throughout our lives, most of us follow a clear, disciplined path of working hard, saving carefully and planning for the future. We earn honestly, spend prudently and sacrifice personal desires for our families. We believe in being prepared, avoiding unnecessary risks and ensuring that our loved ones never face hardship because of our choices.

This approach served us well, helping us build families, secure homes, educate our children and face life with dignity. Many of us spent years ensuring bills were paid on time, managing expenses carefully and quietly setting aside savings for emergencies. Luxuries were often postponed, holidays were modest and personal treats were sacrificed for the family's benefit.

As senior citizens, many of us find ourselves in a secure financial position due to this lifelong discipline. However, at this stage, I want to share a simple yet powerful idea—the Zero Concept in life.

In real life, money earned but never used for personal well-being and happiness risks losing its significance. Savings matter only when they improve the quality of life. Money lying untouched in a bank account is essentially worthless if it does not add to our experiences and enjoyment.

This is not a call for extravagance or careless spending but a reminder that life should not be lived entirely in "saving mode." There comes a time when enjoying the fruits of one's labour is not only justified but necessary.

This doesn't mean abandoning financial discipline. It means recognising that, after a lifetime of sacrifices, we deserve to enjoy our hard-earned money in ways that bring comfort, joy and fulfilment. Spending on oneself at this stage is not selfish; it is self-acknowledgement. It is understood that our happiness matters too. Good healthcare, meaningful experiences, social engagement and occasional treats are not luxuries but essential for a fulfilling life.

In our Association, we often emphasise active ageing, friendship and emotional well-being. The Zero Concept aligns perfectly with these values. Life in our senior years should not merely be about careful accounting; it should also be about meaningful living.

Let us therefore encourage one another to adopt a balanced approach: save sensibly, spend wisely on ourselves, plan responsibly, but live fully. Think of loved ones, certainly—but do not forget our own needs along the way.

Money is ultimately a tool—it should serve life, not control it. The purpose of savings was never to deny ourselves happiness forever; it was to ensure that we could enjoy life with security and peace of mind.

Active seniors live longer, healthier and more fulfilling lives. Experiences enrich our mental and emotional well-being. If these experiences require spending from our savings, it is not a loss but an investment in our well-being.

May we all learn to find a balance between saving for the future and enjoying the present. After all, if we cannot savour the rewards of our hard work now, when will we?

With warm regards,
Brig JS Jagdev

ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਹਲਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਸ. ਕੁਲਵੰਤ ਵੱਲੋਂ ਐਮ.ਐਸ.ਸੀ.ਏ. ਦੇ 45 ਸ਼ਰਧਾਲੂ ਵਾਲੀ ਮੋਹਾਲੀ ਹਲਕੇ ਦੀ 20ਵੀਂ ਬੱਸ ਨੂੰ ਹਰੀ ਝੰਡੀ ਦੇ ਕੇ ਰਵਾਨਾ ਕੀਤਾ। ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਸ੍ਰੀ ਦੁਰਗਿਆਨਾ ਮੰਦਿਰ, ਰਾਮ ਤੀਰਥ, ਬਾਲਮੀਕੀ ਮੰਦਿਰ, ਵਾਘਾ ਬਾਡਰ ਅਤੇ ਜਲਿਆਂ ਵਾਲੇ ਬਾਗ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕੀਤੀ।

ਮਈ ਸਾਲ ਦਾ ਪੰਜਵਾਂ ਮਹੀਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ 31 ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗ੍ਰੇਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਵਿੱਚ ਮਈ ਦਾ ਮਹੀਨਾ 153 ਈਸਾ ਪੂਰਵ, ਰੋਮਨ ਕੈਲੰਡਰ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪੰਜਵੇਂ ਮਹੀਨੇ ਵਜੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ। ਜਦੋਂ ਸਾਲ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਮਾਰਚ ਤੋਂ ਬਦਲਕੇ, ਪਹਿਲੀ ਜਨਵਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ।ਇਸ ਸੁਧਾਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਈ ਪੁਰਾਣੇ ਰੋਮਨ ਕੈਲੰਡਰ ਵਿਚ ਸਾਲ ਦਾ ਤੀਜਾ ਮਹੀਨਾ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਲ 1 ਮਾਰਚ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਈ ਨਾਮ ਰੋਮਨ ਦੇਵੀ (Maia) ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਾਇਆ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਦੇਵੀ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਗ੍ਰੇਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਮਈ ਨੂੰ ਪੰਜਵੇਂ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਇਰਾਨ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਵਿਚ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਤਣਾਅ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੋੜ ਤੇ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ। 28 ਫਰਵਰੀ 2026 ਤੋਂ ਚੱਲ ਰਹੀ ਜੰਗ ਨੂੰ 8 ਅਪ੍ਰੈਲ 2026 ਵਾਲੇ ਦਿਨ, 15 ਦਿਨ ਲਈ ਬੰਦ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਬਣੀ ਹੈ। ਇਸਨੇ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿਚ ਰਾਹਤ ਦੀ ਲਹਿਰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਦਰ ਮਿਡਲ ਈਸਟ ਵਿਚ ਸ਼ਾਤੀ ਵੱਲ ਇਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਇਸ਼ਾਰਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂ ਕਿ ਹਾਲਾਤ ਅਜੇ ਵੀ ਨਾਜੁਕ ਹਨ।

ਇਰਾਨ ਦੀ ਪਰਮਾਣੂ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਜੇ ਵੀ ਸੰਘਰਸ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿਚ ਹਨ। ਜੰਗਬੰਦੀ ਸਿਰਫ ਤਤਕਾਲੀ ਤਣਾਅ ਘਟਾਉਂਣ ਲਈ ਇਕ ਕਦਮ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅਗਲੇ ਦੌਰ ਵਿਚ ਡਿਪਲੋਮੈਟਿਕ ਗੱਲਬਾਤ ਭਰੋਸਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੱਧਸਥਤਾ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾਂ ਕਾਫੀ ਅਹਿਮ ਰਹੇਗੀ।

ਇਸ ਪੂਰੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਦੀ ਨੀਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੀ ਅੱਜ ਤੱਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਟਰੰਪ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਬਣਨ ਪਿਛੋਂ ਅਮਰੀਕਾ ਨੇ ਇਰਾਨ ਨਾਲ ਨਿਊਕਲੀਅਰ ਸੰਧੀ ਖਤਮ ਕਰਕੇ, ਸਖਤ ਆਰਥਿਕ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਲਗਾਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਭਰੋਸੇ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋਰ ਵੱਧ ਗਈ ਹੈ। ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿਚ, ਇਹ ਜੰਗ ਬੰਦੀ ਇਕ ਮੌਕਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਿਚ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ, ਅਮਰੀਕਾ, ਇਰਾਨ ਅਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਅਤੇ ਸੰਵਾਦ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਣ ਤਾਂ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਸਥਿਰਤਾ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਛੋਟੇ ਮੋਟੇ ਟਕਰਾਅ ਦੁਬਾਰਾ ਵੱਡੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਅਜਿਹੀ ਜੰਗ ਜਿਸਨੇ ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲੇ ਹਮਲਿਆਂ, ਹਰਮੁਜ਼ ਜਲਡਮਰੂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਨਾਕਾਬੰਦੀ ਅਤੇ ਸਭਿਅਤਾ ਤਬਾਹ ਹੋਣ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਅਸਥਾਈ ਜੰਗਬੰਦੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ, ਆਲਮੀ ਬਜ਼ਾਰਾਂ ਅਤੇ ਊਰਜਾ-ਨਿਰਭਰ ਅਰਥ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਰਾਹਤ ਦੀ ਖਬਰ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਜੁਕ ਸ਼ਾਤੀ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੂਲ ਮਸਲਿਆਂ ਨਾਲ ਅਜੇ ਨਜਿਠਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਇਹ ਜੰਗ ਲੱਗੀ। ਇਹਨ੍ਹਾਂ 15 ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਇਰਾਨ ਦਾ ਹਰਮੁੱਜ ਜਲ-ਡਮਰੂ ਉੱਪਰ ਪੂਰਾ ਕੰਟਰੋਲ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਇਰਾਨ ਅਤੇ ਓਮਾਨ ਉਥੋਂ ਲੰਘਣ ਵਾਲੇ ਜਹਾਜਾਂ ਤੋਂ ਟੋਲ ਵਸੂਲ ਦੇ ਰਹਿਣਗੇ।

ਭਾਵੇਂ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਸਾਰਾ ਜ਼ੋਰ ਲਾਵੇਗਾ ਕਿ ਗੋਲਾ ਬੰਦੀ ਜਾਂ ਸਮਝੌਤਾ ਸਿਰੇ ਨਾ ਚੜ੍ਹ ਸਕੇ, ਪਰ ਇੰਜ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਇਸ ਲੜਾਈ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਚ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਵਤੀਰਾ ਅਪਣਾਏਗਾ। ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ 'ਚ ਯਕੀਨਨ ਸੰਜ਼ਮ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਜਿਹੇ ਗੁਣ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਟਰੰਪ ਨੇ ਇਰਾਨ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਅਪ-ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਉਸਦੀ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀਂ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੀ ਝਲਕ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਉਧਰ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਡੈਮੋਕਰੈਟਿਕ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਟਰੰਪ ਦੀ ਟਿੱਪਣੀ ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਹ ਇਰਾਨ ਸਭਿਅਤਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸਦਾ ਸਖ਼ਤ ਨੋਟਿਸ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਟਰੰਪ ਨੂੰ ਫੋਰਨ ਅਹੁਦੇ ਤੋਂ ਹਟਾ ਦੇਣ ਦੀ ਮੰਗ ਨੇ ਜ਼ੋਰ ਫੜਿਆ ਹੈ।ਟਰੰਪ ਨੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੀ ਸਹਿ ਤੇ, ਆਪਣੀ ਅਜਮਤ ਨਾਲੋਂ ਵੱਡਾ ਪੰਗਾ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਬੇ-ਬਸੀ ਵਿਚ ਕੁਝ ਵੀ ਊਲ-ਜਲੂਲ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ਼ਾਹਬਾਜ ਸ਼ਰੀਫ ਨੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਕਿ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਮਸੂਦ ਪੇਜ਼ੇਸਕੀਅਨ ਨੇ, ਇਸਲਾਮਾਬਾਦ ਵਿਚ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਵਿੱਚੋਲਗੀ ਨਾਲ 10 ਅਪ੍ਰੈਲ 2026 ਹੋ ਰਾਹੀ ਸ਼ਾਤੀ ਵਾਰਤਾ ਵਿਚ, ਤਹਿਰਾਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਾਕਸਿਤਾਨ ਦੀ ਮੇਜ਼ਬਾਨੀ ਵਿਚ 10 ਅਪ੍ਰੈਲ 2026 ਨੂੰ ਇਰਾਨ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਨੁੰਮਾਂਇਦੇ ਸ਼ਾਤੀ ਵਾਰਤਾ ਵਿਚ ਭਾਗ ਲੈਣਗੇ।

ਮਈ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਹੱਤਤਾ ਵਾਲੇ ਦਿਵਸ ਹਨ:

ਮਈ 01 : ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਈ ਦਿਵਸ ਜਾਂ ਮਜਦੂਰ ਦਿਵਸ

ਮਈ 03 : ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰੈਸ ਦੀ ਅਜਾਦੀ ਦਾ ਦਿਵਸ

ਮਈ 08 : ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰੈਡ ਕਰਾਸ ਦਿਵਸ

ਮਈ 10: ਵਿਸ਼ਵ ਪ੍ਰਵਾਸ਼ੀ ਪੰਛੀ ਦਿਵਸ

ਮਈ 11 : ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਂ ਦਿਵਸ

ਮਈ 11 : ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਟੈਕਨੋਲੋਜ਼ੀ ਦਿਵਸ : ਇਹ ਭਾਰਤ ਵਾਸਤੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਮਾਣਮੱਤਾ ਦਿਵਸ ਹੈ। 11 ਮਈ 1998 ਨੂੰ ਪਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਅਟੱਲ ਬਿਹਾਰੀ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਸਮੇਂ ਸ੍ਰੀ ਅਬਦੁੱਲ ਕਲਾਮ (ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ) ਸਹਿਬ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਵਿਚ ਭਾਰਤ ਪੂਰੀ ਸਫਲਤਾ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਬੰਬ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਸੀ।।

ਮਈ 12 : ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ-ਨਰਸ ਦਿਵਸ: ਇਸ ਦਿਨ ਫਲੋਰੈਂਸ ਨਾਈਟਿੰਗਲੇ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਈ 20: ਵਿਸ਼ਵ ਮੱਧੂ ਦਿਵਸ

ਮਈ 27 : ਬਕਰੀਦ (ਈਦ-ਉਲ-ਜੁਹਾ) ਇਹ ਇਸਲਾਮ ਧਰਮ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਤਿਉਹਾਰ ਹੈ, ਜੋ ਕੁਰਬਾਨੀ ਅਤੇ ਭਗਤੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਮਈ 31 : ਵਿਸ਼ਵ ਨੋ ਤਮਾਕੂ ਦਿਵਸ

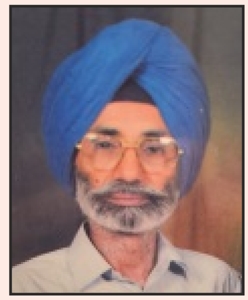
ਬਕਰੀਦ ਸਾਨੂੰ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸੁਆਰਥ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠਕੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਏਕਤਾ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ

KNOW YOUR MEMBERS

Jarnail Singh LM 1162, M 98146-14656

Col Harinder Pal Singh, LM 1032 M: 62392 41564



Col Harinder Pal Singh completed his schooling at St. Mary's Academy, Meerut, and joined the National Defence Academy in January 1965. He was commissioned into the Army Service Corps in December 1968 at the young age of 20. Over a distinguished 34-year career in the Indian Army, he served across various locations in the country.

As a Major, he was posted as an instructor at the Army School of Mechanical Transport, Bangalore, where he trained officers in engines and vehicle systems, ranging from motorcycles to tank transporters. As a Colonel, he commanded Mechanical Transport battalions and served as a staff officer at Headquarters Eastern Command, Kolkata, and Western Command, Chandigarh. He also held the appointment of Director, MT-12, in the Military Training Directorate at Army Headquarters, New Delhi, supervising driver training establishments for wheeled vehicles across the Army.

In 1996, he met with a serious road accident in Kolkata, resulting in permanent disability in his left leg. Undeterred, he continued his service and retired in November 2002.

Post-retirement, Col Singh remained actively engaged in social service. From 2005 to 2010, he served as President of the Chandigarh Type-1 Diabetic Association, working to educate children and families on diabetes management. He also facilitated support for underprivileged patients by arranging free insulin, glucometers, and test strips, along with subsidized supplies through coordination with pharmaceutical companies.

His hobbies include reading and a keen interest in emerging technologies, particularly in solar energy and electric mobility.

He belongs to Village Banur, where his father had been allotted land after migration from Pakistan in1947. He is married and staying with his wife in Mohali and has a daughter who is teaching at Chitkara University, near Rajpura, she is married and staying with her husband at sector 11 , Chandigarh. He. continues to lead a life defined by resilience, service, and continuous learning.

MSCA wishes him a long, healthy and contented life ahead.

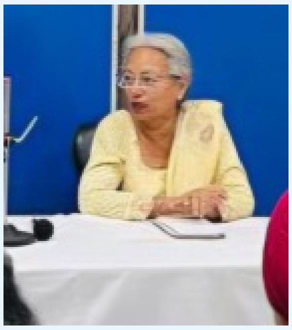
WEBSITES

MSCA : www.mscamohali.com | Fedsen Punjab : www.fedsenpunjab.org | AISCCON : www.aisccon.org

ASSOCIATION'S NEWS

Despite the early summer impact, though weather changing with some rainy days or getting suddenly from hot to hotter days, the activities of MSCA continued as usual. The varied activities were undertaken during the past month:

21-March-2026: In the Member's talk at LAF, Mrs Narinder Kaur (LM1228) discussed the importance of protein intakes in our life. Elderly people need increased protein (1.0 to 1.5 grams per Kg of body weight) to combat age-related muscle loss, maintain mobility and support immune system. Paneer, eggs, meat/ fish lentils, nuts, yogurt etc. are good source and must be taken spreading protein intake evenly across meals. She stressed upon the healthy diet, preferably proteins-full breakfast along with regular walk & exercises for aging gracefully. Members thanked for the informative talk as their queries were clarified by her. Tea & snacks were served in the end.



28-March-2026: The regular musical programme 'Surilee Sham' always bring cheers and create rhythmic atmosphere. This time the theme for songs was "Hazoor, Janab, Sahib'. The members chose good songs, both Hindi & Punjabi including some lovely old ones containing the theme. Mr Jarnail Singh Vice President MSCA, creator of Sureeli Shaam Programme was facilitated on his birthday by presenting bouquet Refreshments were sponsored jointly by Mr B B Gupta Governing Body Member (on Birthday of his grandson) and Mr Jarnail Singh.The audience of about 40 members encouraged the singers with clapping & cheering them up with good remarks. Mr. Narinder Singh arranged the refreshment. Yummy refreshment and snacks were served to all, in the end.

03-April-2026: At Shalby Hospital, Dr Arunanshu Bahera, MS, Director HPB, discussed about dyspepsia, constipation and anaemia. Persons usually ignore the persistent pain in upper abdomen, burning feeling or filling quickly or bloating; but these can be the cause of serious ailments like ulcer, infections or stomach cancer. Symptoms like appetite-loss, weight loss, vomiting, fatigue or abdominal discomfort should not be ignored and must be got timely investigated for Liver functioning. The queries of some members were also clarified. Healthy refreshment was served by the hospital.

07-April-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. A special health check camp was arranged by Dr Iqbal Singh of Svasthya Clinic, Sec-20, Chandigarh wherein free Bone-mineral Density (BMD) and Neuropathy tests were conducted for about 55 members. The doctor also discussed about common neuro issues, especially in elderly and advised for timely medical help in case of stroke. The different symptoms and actions for stroke, Alzheimer, Parkinson, epilepsy were clarified. New members who joined MSCA recently, gave their introductions. The cake was cut by members; whose birthdays fell during one past month. Brig J S Jagdev thanked the members and apprised of the upcoming events and plans. Sumptuous refreshment was served, which everyone relished.

17-April-2026: At Fortis Hospital in the health talk, Dr Sandeep S Dev, MDS, HOD Dentistry took special session on dental care for elderly. In old age, teeth problems commonly include gum-disease, tooth decay at root, dry mouth etc. which are primarily caused by poor oral hygiene, excessive sugar consumption and lack of professional dental care. He shared about very advanced options of tooth implants, partial or full denture etc available and advised also the preventive steps like regular brush & floss, reduce snacks & sugary/ acidic drinks and visit a dentist regularly. The queries of some members were clarified to the satisfaction. Healthy refreshment & tea were served by the hospital.

Members of MSCA at SAR-Macau

Members of MSCA at their Palace in Seoul South Korea.

Members of MSCA on Vietnam Visit

CHAPTER 64

9th April 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. Mrs Amrit Kaur conducted the recreational program. Members sang different songs.

Birthday cake cutting was performed by Mrs Amrit Kaur LM 747, Er Paramjit Arora LM and Mr Jarnail Singh LM 1162. The refreshment was sponsored by Er Paramjit Arora.

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

Mr Jarnail Singh Chapter Head informed that it is birthday of Sahibzada Jhujhar Singh second son of Guru Gobind Singh ji today (09.04.1691). He shared that we should not forward photo messages as it occupy lot of space of mobile and it choke the mobile space of each and every person whom pictures are sent. Cleaning the space consumes precious time of persons involved. Text messages does not occupy much space hence no cleaning is required. Moreover pictures of Guru sahibs should never be posted or forwarded as these are not real pictures but imagination of the artists. Moreover image worship is forbidden in Sikhism.

Chapter Head thanked all the participants and organisers especially Er Paramjit Arora for sponsoring the refreshment. About 40 members were present.

16th April 2026: Exclusive Tambola event was held. 32 members participated in three rounds of Tambola. Mr M S Sawhney conducted the Tambola.

Members were directed to claim the bate in accordingly only. Members welcome the new variants of the game. Members were directed to claim the bate in accordingly only.

Mr Daljit Singh and Mrs Iqbal Kaur on birthday of their grandson Fateh Singh sponsored the refreshment. Prof Paramjit Singh Pahwa and Mrs Narinder Kaur arranged the refreshment.

Mr Jarnail Singh thanked Mrs Avinash Pal Kaur for her donation as usual and all the participants and organisers.

CHAPTER 3

08-April-2026: The monthly get together / meeting was held in the Library Hall, Rose Garden in which about 50 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 Kapil Kumar Sharma, MD DM, Consultant Pulmonary, MAX Hospital discussed the importance of Lungs functions in the body. Primary function being taking oxygen and expelling carbon-dioxide also filter foreign particles and bacteria from air and the air expelled passes over the vocal cord enabling speech. Besides cough & viral infections, other diseases related to lungs are asthma, COPD, pneumonia tuberculosis. For healthy lungs one must avoid smoking, exposure to pollutants and get vaccination for influenza. 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. Yummy refreshments of snacks & tea were relished by all.

CHAPTER 68

02 ਅਪ੍ਰੈਲ 2026 : ਚੈਪਟਰ 68 ਦੀ ਇੱਕਤਰਤਾ ਚੈਪਟਰ ਪਾਰਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਸੈਕਟਰ 69 ਵਿਖੇ ਹੋਈ, ਜਿਸਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਸ੍ਰ. ਭੁਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੱਲ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਹਾਜ਼ਿਰ ਮੈਂਬਰ ਵਲੋਂ ਤੰਬੋਲਾ ਦਾ ਭਰਪੂਰ ਆਨੰਦ ਮਾਣਿਆ। ਤੰਬੋਲਾ ਖਿਡਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਮੈਡਮ ਰਤਨ ਜੀ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਉਪਰੰਤ ਮੈਬਰਾਂ ਨੇ ਗੀਤ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਿਆ। ਸਟੇਜ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਸ੍ਰ. ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕਰਨਲ ਮਨਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਦਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸ੍ਰ. ਭੁਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੱਲ ਵਲੋਂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਅਗਲੀ ਮੀਟਿੰਗ ਤੇ ਹੋਰ ਸਾਥੀ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਗਿਆ। ਰਿਫਰੈਸ਼ਮੈਂਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸ੍ਰ. ਜੀ. ਐਸ. ਗੁਲਾਟੀ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

CONGRATULATIONS

Wg Cdr Baldev Singh LM 1334 and Mr Jarnail Singh LM 1162 with their teacher Mr Resham Singh. Both joined 3 Months (Jan, Feb and March 2026) online Basic Persian Course run by Shekh Farid Foundation and successfully passed securing more than 80% marks.

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰਸ਼ਰਨ ਸਿੰਘ ਕੁਮਾਰ ਦੀ ਪੁਸਤਕ ‘ਟਹਿਕਦਾ ਗੁਲਾਬ’ ਕਹਾਣੀ ਸਗ੍ਰਹਿ ਦੇ ਲੋਕ ਅਰਪਨ ਸਮੇਂ ਸ. ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਐਲ.ਐਮ. 1162 ਅਤੇ ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਇਕਬਾਲ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 1196 ਵੱਲੋਂ ਪੜਚੋਲ ਅਤੇ ਨਿਰੀਖਣ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

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 May 2026, to be published in Glorious Years June 2026.

Wg Cdr Baldev Singh (Editor)

Letter to The Editor

Brig. J.S. Jagdev thoughtfully outlines the stages of happiness, reminding us that true joy cannot be purchased or measured by external success—it emerges from an inner state of contentment. A grateful individual, shaped by both triumphs and setbacks, finds meaning beyond material gains. Yet, in today's fast-paced world, sociability appears to be fading as people grow increasingly self-centered.

India, a land rich in cultural vibrancy, celebrates festivals throughout the year. Wg. Cdr. Baldev Singh beautifully explains the significance of each month and its associated festivities, along with useful insights such as the introduction of the Blue Ration Card. The Vice President, Sh. Jarnail Singh, deserves appreciation for encouraging members to engage in Mathdoku, a stimulating brain game that has boosted participation.

The celebration of Women's Day was commendable. Thanks to the dedicated conveners who volunteered for newsletter distribution. Mrs. Avtar Kaur's reflection on "Jeebh te Juban" offers a meaningful reminder of mindful speech. Special recognition goes to Dr. J.S. Ramgarhia for his tireless efforts in organizing camps and enriching programs with his original compositions.

While Glorious Years remained impressive, greater space for writers would enhance its value further. Best wishes to all MSCA members for a joyful festive season ahead.

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

Sh. J S Jagdev has described the most important issue of today's life, where the happiness lives, And importantly it lives with in us,its existence we can feel by doing gratitude at some community centre, to extend our helping hand for the needy and enjoying some fun with your friends circle. Sh. Baldev Singh discussed importance of the April's Month In a detailed manner. Mr. Ram Gadhia is a man of multi functional personality of our Association. Sh S S Bedi has described all the events in a rightful manner. All the three Chapter Heads are doing their best to run them efficiently. The Month of MAY is coming with extent of heat. Be careful. THANKS.

Gulshan Nayyar LM 1857 M. 98159 76298

TRUST FOR PROMOTION OF EDUCATION (DONATION RECEIVED UPTO 15-04-2026)

Sr.	DONORS	Address	SUM (₹)
1.	Ms Anita	# 689, Phase 2, Mohali	10000
2.	S. Gurdev Singh Bindra	# 3266, Sector 71, Mohali	2500
3.	S. Jarnail Singh	# 656, Phase 10, Mohai	2100
4.	Col Charanjit Singh Bamba	# 2725, Phase 7, Mohali	2000
5.	Col Gajjan Singh	Vill Dhakoli Zirakpur	1000
6.	Mrs. Inderjit Kaur	R-1, E-110, Hyde Park, New Chandigarh	2000
7.	Mrs. Rajinder Gulzar	# 2043, Phase 10, Mohali	2100

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

DONATION RECEIVED BY MSCA UPTO 15.04.2026

R. No.	DATE	L.M. No.	Donors Sarv. Shri	SUM (₹)	Rks
6491	17/03/2026	2093	BALKAR SINGH	500	Donation
6493	07/04/2026	1418	NARESH PAL KAUR	1100	BD
6494	07/04/2026	1721	HARINDER SINGH MEHANDIRATTA	1000	BD
6495	07/04/2026	2334	MAST SINGH REHAL	2000	BD
6496	07/04/2026	2256	SUKHVINDER SINGH GANDHI	1000	BD
6497	07/04/2026	1162	JARNAIL SINGH	1100	BD
6498	07/04/2026	1792	UJAGAR SINGH	1000	BD
6499	07/04/2026	1221	SUKHDEV SINGH GILL	2000	BD
6500	07/04/2026	1451	SURINDER KAUR	2000	BD
6501	07/04/2026	744	COL P P S NARULA	2000	Donation
6502	07/04/2026	2404	HARBANS LAL	1000	Donation
6503	07/04/2026	2250	REETA SOOD	1100	BD

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

A View from My Window (A perfect does not exist)

Col Balwant Singh LM 47 M. 94172 13557

Came across a group of scientists, discussing; what is the ultimate white (?). Differing views : snow white, milk, teeth or full moon. One live-wire pronounced: 'DO BOOND UJJALA', the hall echoed with laughter. A park bench : a bunch of 'BRIDH AASHRAMITES'; discussing whose 'Guru is perfect (?)/ Heated arguments. and, the two came to blows. A 'Solomon' sitting aloof, intervened, separating the two : propounded : 'YOU HAVE GOT THE ANSWER'

Passing by, heard a preacher 'Bhulan Hara Sabh Ko: Abhul Guru Kartar'. (Arthaat : Only God is infallible : humans are far removed). Lost in deep thoughts: entered a nursing home: saw a child born with 'TORSO' only. Confused : looked upto my trusted guide & philosopher 'GHALIB'. He quenched my wanderings thus: 'Bas keh dushwar hai har kamm ka aasan hona, Aadmi ko bhee muyassar nahi insaan hona'.

Scientifically only 1/6th of the neurons of human brains are used in his life span: otherwise (?)

'Perfection Lifes at the Feet of almighty : To Err is Human'

WELCOME TO NEW MEMBERS

LM No	Name Sarv Shri/Smt.	D.O.B.	Address at Mohali	Previous Occupation	Mobile
2433	Trilochan Singh Dhir	29-08-1955	# 1100, Ph. 10	Superintendent Engineer Water Supply	98886 93035
2434	Jatinder Kaur	09-11-1957	# 1100, Ph. 10	Sr. Manager, Pb State Coop Bank Ltd	99157 31736
2435	Subhash Chander	22-05-1958	# 1555, GF Tdi City, 74A	Business	94631 88789
2436	Neelam Rani	15-06-1964	# 1555, GF Tdi City, 74A	Teacher	94638 36170
2437	Raman Marwaha	18-01-1961	# 2606, Sec. 67	Private Job	98729 10678
2438	Dr. Satish Chander Agarwal	27-07-1949	# 2822, Sec. 82	Dierctor Fisheries	99717 91500
2439	Sushma Agarwal	20-02-1953	# 2822, Sec. 82	Teaching	97164 82383
2440	Bhupinder Singh	07-10-1949	# 2121, Sec. 69	Banker Chief Manager	98728 93074
2441	Raman Preet Kaur	03-03-1956	#2121, Sec. 69	House Wife	98724 93308
2442	Inder Preet Singh Arora	20-07-1961	# 571, Sec. 69	Controller (F& A)	98720 18118
2443	Gurdip Singh Nijher	20-08-1937	# 420, Sec. 71	Col NCC	93176 11928
2444	Gurinder Kaur Nijher	23-05-1946	# 420, Sec. 71	Home Maker	93176 11420

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

ਦਫਤਰ, ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਫਸਰ, ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।

ਹੁਕਮ:-

ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋ ਜਾਰੀ ਅਧਿਸੂਚਨਾ ਨੰ:8/10/2008-1ਤਸ/1080 ਮਿਤੀ 28.10.2013 ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਬਜੁਰਗ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਨਿਯਮ 2012 ਦੇ ਨਿਯਮ 25 ਅਧੀਨ ਬਜੁਰਗ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਲਈ ਜਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਸਾਲ 2013-14 ਵਿਚ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਗਠਿਤ ਕਮੇਟੀ ਵਿਚ ਸੋਧ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਗਠਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:-

1	ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ	ਚੇਅਰਮੈਨ
2	ਸੀਨੀਅਰ ਪੁਲਿਸ ਕਪਤਾਨ	ਮੈਂਬਰ
3	ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ	ਮੈਂਬਰ
4	ਜਿਲ੍ਹਾ ਅਟਾਰਨੀ	ਮੈਂਬਰ
5	ਜਿਲ੍ਹਾ ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ ਅਫਸਰ	ਮੈਂਬਰ
6	ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਫਸਰ	ਮੈਂਬਰ ਸਕੱਤਰ
7	ਸ੍ਰੀ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਭੋਗਲ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ)	ਮੈਂਬਰ
8	ਸ੍ਰੀ ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ (ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ)	ਮੈਂਬਰ
9	ਸ੍ਰੀ ਜੇ. ਐਸ. ਜਗਦੇਵ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ)	ਮੈਂਬਰ
10	ਸ੍ਰੀ ਵਿਮਲ ਕੁਮਾਰ ਥਾਪਰ (ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ)	ਮੈਂਬਰ
11	ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਪਰਮਜੀਤ ਕੌਰ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ)	ਮੈਂਬਰ
12	ਸ੍ਰੀ ਜੋਗਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਦੂਆ (ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ)	ਮੈਂਬਰ

ਕੋਮਲ ਮਿੱਤਲ, (ਆਈ.ਏ.ਐਸ.)
ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ,
ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।

ਮਿਤੀ 13.04.2026

ਪਿੱਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: 31-42 ਮਿਤੀ. 15/04/26

ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਇੱਕ ਉਤਾਰਾ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਜਰੂਰੀ ਲੋੜੀਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੀ:-

1. ਮਾਨਯੋਗ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਇਸਤਰੀ ਤੇ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਵਿਭਾਗ,ਪੰਜਾਬ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ।
2. ਮਾਨਯੋਗ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ, ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।
3. ਸੀਨੀਅਰ ਪੁਲਿਸ ਕਪਤਾਨ, ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।
4. ਜਿਲ੍ਹਾ ਅਟਾਰਨੀ, ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।
5. ਜਿਲ੍ਹਾ ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ ਅਫਸਰ, ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।
6. ਸ੍ਰੀ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਭੋਗਲ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ), ਸ੍ਰੀ ਐਫ 22, ਪੰਚ ਸ਼ੀਲ ਇੰਕਲੇਵ ਅੰਬਾਲਾ ਰੋਡ ਜੀਰਕਪੁਰ।
7. ਸ੍ਰੀ ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ (ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ), ਮਕਾਨ ਨੰ:656, ਫੇਜ-10, ਸੈਕਟਰ 64, ਮੋਹਾਲੀ।
8. ਸ੍ਰੀ ਜੇ. ਐਸ. ਜਗਦੇਵ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ), ਮਕਾਨ ਨੰ:372, ਸੈਕਟਰ-71, ਮੋਹਾਲੀ।
9. ਸ੍ਰੀ ਵਿਮਲ ਕੁਮਾਰ ਥਾਪਰ (ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ, ਮਕਾਨ ਨੰ:56-ਐਚ, ਪੰਚਸ਼ੀਲ ਐਨਕਲੇਵ, ਕੋਲ ਕੋਹਿਨੂਰ ਢਾਬਾ, ਜੀਰਕਪੁਰ।।
10. ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਪਰਮਜੀਤ ਕੌਰ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ), ਕੋਠੀ ਨੰ:503, ਫੇਜ-9, ਮੋਹਾਲੀ।
11. ਸ੍ਰੀ ਜੋਗਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਦੂਆ (ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ), ਮਕਾਨ ਨੰ:549, ਸਿਲਵਰ ਸਿਟੀ, ਮੇਨ ਭੀਸ਼ਨਪੁਰਾ, ਜੀਰਕਪੁਰ।

ਦਫਤਰ, ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਫਸਰ, ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।

ਹੁਕਮ:-

ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਇਸਤਰੀ ਤੇ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਨੋਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਮਿਤੀ 22 ਨਵੰਬਰ, 2019 ਅਨੁਸਾਰ 'ਪੰਜਾਬ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਆਫ਼ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨ ਹੋਮਜ਼ ਫਾਰ ਐਲਡਰਲੀ ਪਰਸਨਜ਼ ਸਕੀਮ, 2019' ਦੀ ਧਾਰਾ 4 (4) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਚੱਲ ਰਹੇ ਬਿਰਧ ਆਸ਼ਰਮਾਂ (ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨ ਹੋਮਜ਼) ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ 'ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਨਿਰੀਖਣ ਕਮੇਟੀ'(District Level Inspection Committee) ਦਾ ਗਠਨ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:-

1	ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ	ਚੇਅਰਮੈਨ
2	ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ	ਮੈਂਬਰ
3	ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਫਸਰ	ਮੈਂਬਰ ਸਕੱਤਰ
4	ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਰਜਿੰਦਰ ਕੌਰ	ਮੈਂਬਰ
5	ਸ੍ਰੀ ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ	ਮੈਂਬਰ
6	ਸ੍ਰੀ ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ (ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਰੈਡ ਕਰਾਸ ਸੋਸਾਇਟੀ)	ਮੈਂਬਰ
7	ਸ੍ਰੀ ਪੰਕਜ ਸ਼ਰਮਾ (ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਰੈਡ ਕਰਾਸ ਸੋਸਾਇਟੀ)	ਮੈਂਬਰ

ਕੋਮਲ ਮਿੱਤਲ, (ਆਈ.ਏ.ਐਸ.)
ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ,
ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।

ਮਿਤੀ 13.04.2026

ਪਿੱਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: 21-27 ਮਿਤੀ. 15/04/26

ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਇਕ ਉਤਾਰਾ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਜਰੂਰੀ ਲੋੜੀਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੀ:-

1. ਮਾਨਯੋਗ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਇਸਤਰੀ ਤੇ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ।
2. ਮਾਨਯੋਗ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ, ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।
3. ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ, ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।
4. ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਰਜਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਪ੍ਰਭ ਆਸਰਾ, ਪੰਡਿਆਲਾ।
5. ਸ੍ਰੀ ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਪੁੱਤਰ ਸ੍ਰੀ ਪ੍ਰੀਤਮ ਸਿੰਘ, ਮਕਾਨ ਨੰ:656, ਫੇਜ-10,ਸੈਕਟਰ 64, ਮੋਹਾਲੀ।
6. ਸ੍ਰੀ ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ (ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਰੈਡ ਕਰਾਸ ਸੋਸਾਇਟੀ), ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।
7. ਸ੍ਰੀ ਪੰਕਜ ਸ਼ਰਮਾ (ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਰੈਡ ਕਰਾਸ ਸੋਸਾਇਟੀ), ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ।

ਪਲਵੰਤ ਕੌਰ, ਸੈਕਟਰੀ ਵੈਲਫੇਅਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ
(15-03-2026 ਤੋਂ 15-04-2026)
ਐਲ.ਐਮ. 148 ਮੋ. 98559 10505

ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਜੋ ਮੈਂਬਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਸਨ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ।ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ।

1. ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਐਲ.ਐਮ. 0358-ਐਫ ਕੋਠੀ ਨੰ. 191, ਫੇਜ਼ 4, ਮੋਹਾਲੀ ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਜਗਜੀਤ ਜੀ ਸਾਡੇ ਪੁਰਾਣੇ ਤੇ ਸਭ ਦੇ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੇ ਹਨ। ਮੇਰਾ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮੇਲ ਹੋਇਆ। ਫੌਜੀ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਦੋ ਬੇਟੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕਲੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਘਰ ਨੌਕਰ ਪਰਿਵਾਰ ਵੀ ਹੈ। ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦਿਨ/ਰਾਤ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਣ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਪਰ ਥੋੜਾ-ਥੋੜਾ ਚਲਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਜੋਲ ਲਈ ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਹੈ।

2. ਸ. ਅਜੈਬ ਸਿੰਘ ਐਲ.ਐਮ. 1578, 879 ਫੇਜ਼ 10, ਸਾਡੇ ਐਮ.ਐਸ.ਸੀ.ਏ. ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਕੁਝ ਅਯੋਗ ਹਨ ਤੇ ਕੁਰਸੀ ਤੇ ਹੀ ਚਲਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੁੱਡਾ ਵਿਚ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦੇ ਸਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਤਨੀ ਰੱਬ ਦੇ ਘਰ ਨਿਵਾਸ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋ ਬੱਚੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਘਰ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਅੱਛੇ ਲੇਖਕ ਹਨ। ਪਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਨੌਕਰੀ ਕਾਰਨ ਜਿਆਦਾ ਸਾਥ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਹਾਲ ਚਾਲ ਪੁੱਛ ਕੇ ਕਾਫ਼ੀ ਦੇਰ ਗੱਲ-ਬਾਤਾ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਤੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿੰਦੀ ਹਾਂ।

3. ਸ. ਭੁਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ਾਹਪੁਰੀ ਐਲ.ਐਮ. 376 ਇਹ ਪਰਿਵਾਰ ਸ਼ਾਹਪੁਰੀ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਘਰ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਫੇਜ਼ 9 ਵਿਚ ਵੀ ਹੈ। ਇਹ 9 ਫੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਦੋ ਹੀ ਮੈਂਬਰ ਹਨ ਪਰ ਸੁੱਖੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਸਹਿਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਆਉਣ ਜਾਣ ਵਿਚ ਤੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਦਿਨਾਂ ਤੇ ਆਉਣ ਲਈ ਰਾਜੀ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ।

4. ਸ. ਮਨਜੀਤ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 2355 ਐਚ.ਐਮ. 108, ਫੇਜ਼ 3ਬੀ-1, ਇਹ ਸਾਡੇ ਐਮ.ਐਸ.ਸੀ.ਏ. ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹਨ। ਇਹ ਮੈਡੀਕਲ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਰਖਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਫਾਰਮੇਸ਼ੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਕ ਅੱਛੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ ਕੁਝ ਸਾਲਾ ਤੋਂ ਇਹ ਇੱਕਲੇ ਹੀ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਤੀ ਰੱਬ ਨੂੰ ਪਿਆਰੇ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਮਕਾਨ ਹੈ ਜੋ ਤਿੰਨ ਮੰਜ਼ਿਲ ਹੈ। ਪੈਸੇ ਵਲੋ ਕੋਈ ਤੰਗੀ ਨਹੀਂ। ਮੈਂ ਦੋ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਮ.ਐਸ.ਸੀ.ਏ. ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਵੀ ਆਈ ਹਾਂ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਜਿਆਦਾ ਸਾਥ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਿਲ ਦੀ ਤਕਲੀਫ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੇ ਤੀਜੇ ਦਿਨ ਚੱਕਰ ਵੀ ਮਾਰਦੀ ਹਾਂ ਤੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖਦੀ ਹਾਂ।

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

ਕਿਸਾਨ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੌਰ, ਐਲ.ਐਮ 747,
ਮੋ. 99140-91209

ਬਲਦ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਧਰਤੀ ਖੜੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ?
ਪੱਕਾ ਹੈ, ਪਰ ਕਿਸਾਨ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਹੈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖੜੀ
ਸਾਇੰਸ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਨਾਲ ਕਿਸਾਨ ਨੂੰ ਲੱਭਿਆ ਹੈ ਕੀ?
ਬਲਦ ਛੁੱਟ ਗਏ ਤੇ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਦੀ ਭੀੜ ਪਈ
ਬਲਦਾਂ ਨਾਲ ਤੁਰਦਾ, ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ
ਟੱਲੀਆਂ ਦੀ ਟਨ-ਟਨ ਤੇ ਝਮਕਦਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।
ਹੁਣ ਮੈਂ ਗਿਆ ਟ੍ਰੈਕਟਰਾਂ ਤੇ ਕੰਬਾਈਨਾਂ ਦਾ ਧੂੰਆਂ ਫੱਕਣਾ
ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਦੀ ਖੜ-ਖੜ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਸੁਣਨਾ।
ਝਾੜ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸੀ ਤਾਂ ਅੱਧ-ਭੁੱਖਾ ਸੌਂਤਾ
ਝਾੜ ਵੱਧਿਆ ਤਾਂ ਅੱਧੋ ਤੋਂ ਵੀ ਘੁੱਥਾ
ਵਪਾਰੀ ਆਪਣੀ ਚੀਜ ਦੀ
ਕੀਮਤ ਖੁਦ ਹੀ ਹੈ ਤੈਅ ਕਰਦਾ।
ਫਸਲ ਦਾ ਭਾਅ ਪਰ ਹਾਕਮ ਹੈ ਤੈਅ ਕਰਦਾ।
ਕਿਉਂ ਜੋ ਅੱਜ ਦਾ ਹਾਕਮ ਸੇਵਕ ਹੈ ਜਨਤਾ ਦਾ।
ਜਨਤਾ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਰਾਸ਼ਨ ਮਹਿੰਗਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।
ਅਨਾਜ ਗਲ-ਸੜ ਜਾਏ ਜਾਂ ਕੀੜੇ ਚੂਹੇ ਖਾ ਜਾਣ
ਇਸਦੀ ਉਹ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰਦਾ
ਅਨਾਜ ਦੇ ਬੋਹਲ ਲੈਣ ਵਪਾਰੀ ਆ ਗਏ
ਤੋਲ ਮੋਲ ਦੋਹਾਂ ਵਿਚ ਅਨਾਜ ਖਾ ਗਏ
ਇਹ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਸੇਵਕ ਆਏ।
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਨ-ਦਾਤੇ ਭਿਖਾਰੀ ਬਣਾਏ
ਮੁਫਤ ਬਿਜਲੀ ਮੁਫ਼ਤ ਪਾਣੀ ਦੇ ਕੇ
ਧਰਤੀ ਚੋਂ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੋਮੇ ਮੁਕਾਏ।
ਸਸਤਾ ਆਟਾ ਤੇ ਦਾਲਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ
ਕਿਰਤੀ ਸਾਰੇ ਕਤਾਰਾਂ 'ਚ ਲਾਏ।
ਰਾਸ਼ਨ ਜੋ ਦਿੱਤਾ ਉਹ ਪਸ਼ੂ ਵੀ ਨਾ ਖਾਏ
ਭਾਰਤ ਮਹਾਨ ਹੈ ਇਥੇ ਉਹ ਰਾਸ਼ਨ ਕਿਰਤੀ ਖਾਏ।

ਵੈਸਾਖੀ

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

ਆਈ ਵੈਸਾਖੀ ਫਸਲਾਂ ਪੱਕੀਆਂ।
ਸਭ ਨੇ ਆਸਾਂ ਰੱਬ ਤੇ ਰੱਖੀਆਂ।
ਹੇ ਰੱਬਾ ਹੁਣ ਮੀਂਹ ਨਾ ਪਾਈਂ।
ਵੇਖੀਂ ਕਿਤੇਂ ਕਹਿਰ ਨਾਂ ਕਮਾਵੀਂ।
ਨਵੇਂ ਅਨਾਜ ਲਈ ਤੱਕਣ ਅੱਖੀਆਂ।
ਆਈ ਵੈਸਾਖੀ ਫਸਲਾਂ ਪੱਕੀਆਂ।
ਜੇ ਕਰ ਮੀਂਹ ਨਾਲ ਗੜੇ ਪੈ ਜਾਵਣ।
ਨਾਲ ਹਨੇਰੀ ਬੱਲੀਆਂ ਟੁੱਟ ਜਾਵਣ।
ਨਾਲ ਹੌਕਿਆਂ ਦੁਖਣਗੀਆਂ ਵੱਖੀਆਂ।
ਆਈ ਵੈਸਾਖੀ ਫਸਲਾਂ ਪੱਕੀਆਂ।
ਰੱਬ ਅੱਗੇ ਕੋਈ ਜੋਰ ਨਾ ਕਿਸੇ ਦਾ।
ਜੋ ਕਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹੀ ਹੈ ਮਿਲਦਾ।
ਫਿਰ ਵੀ ਸ਼ੁਕਰ ਮਨਾਵਣ ਸਖੀਆਂ।
ਆਈ ਵੈਸਾਖੀ ਫਸਲਾਂ ਪੱਕੀਆਂ।
ਜੇ ਕਰ ਫਸਲ ਵਿਚ ਦਾਣੇ ਹੀ ਨਾਂ ਪਾਉਂਦਾ।
ਲਹਿ ਲਹਿ ਕਰਦੀ ਫਸਲ ਤੇ ਸੋਕਾ ਪਾਉਂਦਾ।
ਗੁੜ ਨਾਂ ਹੋਵੇ ਤੇ ਕਿਥੋਂ ਆਵਣ ਮੱਖੀਆਂ।
ਆਈ ਵੈਸਾਖੀ ਫਸਲਾਂ ਪੱਕੀਆਂ।
ਐ ਰੱਬਾ ਤੂੰ ਬਾਪ ਹੈਂ ਸਭਦਾ।
ਪਾਲਣਹਾਰ ਤੂੰ ਹੈਂ ਸਭਦਾ।
ਰਿਜ਼ਕ ਦੀ ਭਰ ਕੇ ਮੱਠੀਆਂ ਰੱਖੀਆਂ।
ਆਈ ਵੈਸਾਖੀ ਫਸਲਾਂ ਪੱਕੀਆਂ।
ਭੁੱਖਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੌਣ ਨਾਂ ਤੂੰ ਦੇਵੇਂ।
ਮਿਹਨਤ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਦੇਵੇਂ ਤੂੰ ਮੇਵੇ।
'ਕਲਸੀ' ਅਰਜੋਈਆਂ ਮਨ ਵਿਚ ਵੱਸੀਆਂ।
ਆਈ ਵੈਸਾਖੀ ਫਸਲਾਂ ਪੱਕੀਆਂ।

.ਗ਼ਜ਼ਲ

ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬੱਗਾ ਐਲ.ਐਮ. 409 ਮੋ. 62803 53634

ਹਮੇਸ਼ਾ ਖ਼ੁਸ਼ ਵੋਹ ਹੁਆ ਹੈ ਰੁਲਾ ਰੁਲਾ ਕੇ ਮੁਝੇ	ہمیشہ خوش وہ ہوا ہے رُلا رُلا کے مجھے
ਦਿਏ ਹੈਂ ਜ਼ਖ਼ਮ ਹੀ ਬਦਲੇ ਮੇਂ ਇਲਤਿਜਾ ਕੇ ਮੁਝੇ	دیئے ہیں زخم ہی بدلے میں التجا کے مجھے
ਮਿਰੀ ਸਮਝ ਸੇ ਤੋ ਬਾਹਰ ਹੁਆ ਸਲੂਕ ਉਸ ਕਾ	مِری سمجھ سے تو باہر ہوا سلوک اُس کا
ਸਜ਼ਾ ਵੋਹ ਦੇਤਾ ਹੈ ਕਿਉਂ ਜਾਨੇ ਬਿਨ ਖ਼ਤਾ ਕੇ ਮੁਝੇ	سزا وہ دیتا ہے کیوں جانے بن خطا کے مجھے
ਮੈਂ ਕਿਉਂ ਘੁਟਨ ਸੇ ਨਾ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ, ਸੁਨੂੰ ਉਨ ਕੋ	میں کیوں گھٹن سے نہ باہر نکل، سنوں اُن کو
ਹਵਾਏਂ ਕਬ ਸੇ ਬੁਲਾਤੀ ਹੈਂ ਗੁਨਗੁਨਾ ਕੇ ਮੁਝੇ	ہوائیں کب سے بلاتی ہیں گنگنا کے مجھے
ਮੈਂ ਅਪਨੇ ਖ਼ੁਵਾਬ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰੂੰਗੀ ਹਰ ਸੂਰਤ	میں اپنے خواب مکمل کروں گی ہر صورت
ਵੋਹ ਹਾਰ ਜਾਏਂਗੇ ਹਰ ਤਰਹ ਅਜ਼ਮਾ ਕੇ ਮੁਝੇ	وہ ہار جائیں گے ہر طرح آزما کے مجھے
ਬਿਖਰ ਨਾ ਜਾਊਂ ਕਹੀਂ ਨਾਜ਼ੁਕੀ ਮੇਂ ਜ਼ੁਲਮੋਂ ਸੇ	بکھر نہ جاؤں کہیں نازکی میں ظلموں سے
ਹੋ ਕੋਈ ਐਸਾ ਜੋ ਰੱਖ ਲੇ ਕਹੀਂ ਛੁਪਾ ਕੇ ਮੁਝੇ	ہو کوئی ایسا جو رکھ لے کہیں چھپا کے مجھے

ਅਣਜਾਣ ਆਜ਼ਾਦੀ

ਤਰਸੇਮ ਭਾਰਦਵਾਜ ਮੋ. 94171 66318

ਇੱਕ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਅਪਰਾਧੀ, ਜਦੋਂ ਫੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਸਜ਼ਾ ਲਈ ਰਾਜਾ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਹਲਕੇ ਦਿਲ ਵਾਲੇ ਰਾਜੇ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਚੁਣਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ। ਇੱਕ ਵਿੱਚ ਰੱਸੀ ਨਾਲ ਲਟਕਣਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਖੁਦ ਫਾਂਸੀ ਪਾਉਣੀ ਸੀ, ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਇੱਕ ਡਰਾਉਣੇ ਇੱਕ ਰਹੱਸਮਈ ਲੋਹੇ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣਾ ਸੀ। ਅਪਰਾਧੀ ਨੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਰੱਸੀ ਨਾਲ ਲਟਕਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਫਾਂਸੀ ਉਸ ਉੱਤੇ ਫਿਸਲ ਰਹੀ ਸੀ, ਉਹ ਰਾਜੇ ਵੱਲ ਮੁੜਿਆ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਉਤਸੁਕਤਾ ਜ਼ਾਹਰ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਸ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਕੀ ਹੈ? ਰਾਜਾ ਹੱਸਿਆ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰ ਅਪਰਾਧੀ ਰੱਸੀ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਉਸ ਡਰਾਉਣੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਰਾਹੀਂ ਆਜ਼ਾਦੀ। ਰਾਜਾ ਨੇ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਅਣਜਾਣ ਤੋਂ ਇੰਨੇ ਡਰਦੇ ਕਿਉਂ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਤੁਰੰਤ ਰੱਸੀ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਰੱਸੀ ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜੀਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਣਜਾਣ ਆਜ਼ਾਦੀ ਗੁਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਕਲਪਨਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਰਹੱਸਮਈ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਲੈਣ ਦੀ ਖੋਜ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਫਾਂਸੀ ਨਾਲ ਮੌਤ ਯਕੀਨੀ ਸੀ। ਕਾਪੀਕੈਟ ਜਾਂ ਕੱਟ ਪੇਸਟ ਜਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਅੱਗੇ ਵਧਣਾ ਮਾੜੇ ਕਾਰੀਗਰ ਔਜ਼ਾਰ ਹਨ। ਉਹ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਚਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸੋਚਦੇ ਹਨ, ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਕਲਪਨਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਤੋਲਦੇ ਹਨ। ਮਾੜੀ ਚੋਣ, ਅਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਅਹਿਸਾਸ ਦਾ ਇੱਕ ਕਦਮ ਹੈ।

ਮਾਂ ਵਰਗਾ ਘਣ ਛਾਵਾਂ ਬੂਟਾ,
ਮੈਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਨਾ ਆਏ।
ਲੈ ਕੇ ਜਿਸ ਤੋਂ ਛਾਂ ਉਧਾਰੀ,
ਰੱਬ ਨੇ ਸੁਰਗ ਬਣਾਏ।
ਬਾਕੀ ਕੁਲ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਬੂਟੇ,
ਜੜ੍ਹ ਸੁਕਿਆਂ ਮੁਰਝਾਂਦੇ,
ਐਪਰ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਮੁਰਝਾਇਆਂ,
ਇਹ ਬੂਟਾ ਸੁਕ ਜਾਏ।

ज़रा सी बात है लेकिन हवा को कौन समझाये,
दिये से मेरी माँ मेरे लिए काजल बनाती है

छू नहीं सकती मौत भी आसानी से इसको
यह बच्चा अभी माँ की दुआ ओढ़े हुए है

यूँ तो अब उसको सुझाई नहीं देता लेकिन
माँ अभी तक मेरे चेहरे को पढ़ा करती है

World No Tobacco Day

Jarnail Singh LM 1162 M. 98146 14656

Observed every year on 31 May by the World Health Organization—is a reminder of the serious health, social, and economic harms caused by tobacco use. In India, and particularly in Punjab, tobacco consumption remains a concern despite growing awareness. While Punjab is often associated more with alcohol and drug abuse, tobacco in forms like cigarettes, bidis, and chewing tobacco still silently affects a large section of society, including youth.

From a health perspective, tobacco use is linked to diseases such as cancer, heart ailments, and respiratory disorders. The burden on families and healthcare systems is immense. In Punjab, rural areas often lack adequate awareness and cessation support, making prevention efforts even more critical.

From the standpoint of Sikhism, tobacco use is strictly prohibited. The teachings of Guru Gobind Singh clearly forbid the use of tobacco for initiated Sikhs (Amritdhari). It is considered a violation of the Sikh code of conduct (Rehat Maryada). Sikh Gurus emphasized a disciplined, pure, and healthy lifestyle, where the body is regarded as a temple of the divine. The use of intoxicants, including tobacco, goes against these principles.

Punjab, being the birthplace of Sikhism, carries a moral responsibility to uphold these teachings. Religious institutions like gurdwaras can play a powerful role in spreading awareness and encouraging people to quit tobacco. Educational campaigns, community support groups, and strict enforcement of tobacco-free zones can significantly reduce its usage.

On this No Tobacco Day, the message is clear: safeguarding health is both a personal duty and a social responsibility. By aligning public health efforts with the ethical and spiritual values of Sikhism, Punjab can lead by example in building a tobacco-free society.

International Mother's Day

Wg Cdr Amanpreet Kaur M 99144 44410

Mother’s Day is more than a ceremonial occasion; it is a profound acknowledgment of the enduring influence mothers exert on individuals and society. Celebrated across cultures, this day offers an opportunity to reflect on the multifaceted role of mothers—as caregivers, mentors, emotional anchors, and often silent architects of family stability.

A mother’s contribution begins long before a child enters the world and continues well into adulthood, shaping values, resilience, and character. Her influence is rarely confined to visible acts of care; it extends into the emotional and psychological framework that guides a person throughout life. The patience with which she nurtures, the sacrifices she makes without expectation of recognition, and the quiet strength she embodies collectively form the foundation upon which families and communities thrive.

In contemporary society, the role of mothers has evolved significantly. Many balance professional commitments with familial responsibilities, navigating complex demands with remarkable adaptability. This dual role underscores not only their capability but also the shifting dynamics of modern family structures, where emotional intelligence and practical competence intersect.

Mother’s Day, therefore, should not be reduced to mere gestures or material expressions. While gifts and celebrations have their place, the essence of the day lies in genuine appreciation and acknowledgment. It is a reminder to pause and recognize the depth of a mother’s impact—often immeasurable and underappreciated.

Ultimately, honoring mothers is about valuing the principles they instill: compassion, perseverance, and unconditional love. These values transcend generations, reinforcing the social fabric. As such, Mother’s Day serves not just as a tribute to individual mothers, but as a celebration of motherhood itself—a timeless force that shapes humanity in its most fundamental ways.

ਮਾਂ ਦਿਵਸ

ਅਵਤਾਰ ਕੌਰ, ਐਲ.ਐਮ 988, ਮੋ. 97793 24400

ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਰਵੋਤਮ ਰਚਨਾ ਹੈ ‘ਮਾਂ’। ਮਾਂ ਸਾਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਰਤ ਪਿਆਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਅਸੀਂ ਮਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਭਾਵੇਂ ਮਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਦਿਨ ਹੀ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਮਾਂ ਦਿਵਸ ਹਰ ਸਾਲ ਮਈ ਦੇ ਦੂਜੇ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਂ ਇੱਕ ਕਲਾਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਘੜਨ ਲਈ ਪੂਰੀ ਵਾਹ ਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਭਗਤ ਪੂਰਨ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮਾਂ ਮਹਿਤਾਬ ਕੌਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਏਨਾ ਸੁਹਣਾ ਘੜਿਆ ਕਿ ਉਹ ਹਜਾਰਾਂ ਲੁੱਲੇ, ਲੰਗੜਿਆਂ, ਪਿੰਗਲਿਆਂ ਦੀ ਮਾਂ ਬਣ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

ਮਸ਼ਹੂਰ ਸਮਰਾਟ ਨੈਪੋਲੀਅਨ ਬੋਨਾਪਾਰਟ ਨੇ ਵੀ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਦਿਓ, ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗੀ ਕੌਮ ਦੇਵਾਂਗਾ। ਮਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਭਰੂਣ ਹੱਤਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਸ ਸਚਾਈ ਨੂੰ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ। ਮਹਾਰਾਜਾ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਵੀ, ਜੇ ਕਿਸੇ ਮਹਾਤਮਾ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਲੇ, ਜੰਮਦੀ ਨੂੰ ਚਾਟੀ ‘ਚ ਪਾ ਕੇ ਦਬਾਇਆ ਹੋਇਆ ਤੁਰੰਤ ਨਾ ਕਢਦੇ ਤਾਂ ਉਹ ਵੱਡੀ ਹੋ ਕੇ, ਮਾਂ ਬਣ ਸ਼ੇਰੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਜਨਮ ਦੇਂਦੀ।

ਮਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਅਸਲ ਕੀਮਤ ਕਿਸੇ ਯਤੀਮ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਕੇ ਵੇਖੋ, ਜਿਹੜਾ ਮਾਂ ਲਫਜ਼ ਕਹਿਣ ਲਈ ਤਰਸਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁਆਵਾਂ ਕਿਧਰੇ ਮੁੱਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀਆਂ। ਇਹ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹੀ ਨਿਕਲਦੀਆਂ ਹਨ।ਮਾਂਵਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੁਖੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਨੇ ਤਾਂ ‘ਮਾਂ’ ਨੂੰ ਸਵਰਗ ਤੋਂ ਵੀ ਉੱਚਾ ਦਰਜਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਹੈ,

ਮਾਂ ਵਰਗਾ ਘਣਛਾਵਾਂ ਬੂਟਾ, ਮੈਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਨਾ ਆਏ
ਜਿਸ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਛਾਂ ਉਧਾਰੀ, ਰੱਬ ਨੇ ਸਰਗ ਬਣਾਏ
ਬਾਕੀ ਕੁੱਲ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਬੂਟੇ, ਜੜ੍ਹ, ਸੁੱਕਿਆਂ ਮੁਰਝਾਂਦੇ
ਐਪਰ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਮੁਰਝਾਇਆ, ਇਹ ਬੂਟਾ ਸੁੱਕ ਜਾਏ

ਮਾਂ ਦਾ ਪਿਆਰ, ਹਰ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਯਾਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਰੱਬ ਹਰ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ, ਇਸੇ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਮਾਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕੀਤੀ।

ਸੋ, ਮਾਂ ਦਿਵਸ ਮਨਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ ਇਹ ਦਿਨ ਮੁਬਾਰਕ ਹੋਵੇ।

" MOTHER'S DAY "

Gulshan Nayyar 9815976298

Mother's day is generally celebrated on 11th. of MAY every year, but actually there is not a single day which can be imagined without the existence of a Mother. Motherhood is such a beautiful and unmatched gift from GOD, without which we cannot even think about this UNIVERSE. This is hundred percent TRUE that, as GOD cannot be physically make HIM present every where, so HE creates Motherhood in every family as HIS representative with all the unmatched qualities. Once a question was raised to describe the definition of MOTHER. The answer of which was narrated by a great personalty that " the only one moment she smiles on hearing the crying voice Of her newly born child. Then during whole of her life, she never tolerate the weeping voice her child. Mother can be described a pillar of strength in the family. She holds the specific creativeness to maintain Religious, Social and family affairs in a dignified manner. Salute to such a personality without which we cannot imagine our life.

अनसुलझी पहेली

Savita Anil Sharma LM 2315

M. 89014 93850

एक अनपढ़ी किताब

एक अनसुलझी पहेली

समुद्र से भी गहरी

सूनी, उदास, गुमसुम, खोई – खोई सी

कभी बोलती हुई, चमकती, बच्चों सी मासूम

सपनों से भरी..................

अपने अंदर कई गम समेटे, सोई – सोई सी

कभी रो देती, कभी खुशी से चमक जाती

जल सी शीतल, शांत कभी

कभी लावा उगलती आग सी

ये आँखें। ये आँखें।।।

समझो तो खुली किताब

न समझो तो एक पहेली

अनसुलझी सी पहेली

ਮਾਂ ਦਾ ਦਿਨ

ਇਕਬਾਲ ਕੌਰ, ਐਲ.ਐਮ 1196, ਮੋ. 99887 52430

Mother's Day ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਮਾਂ ਦਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਮਾਂ ਕਿਸੇ ਇਕ ਦਿਨ ਦੀ ਮੁਥਾਜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ ਫੇਰ ਵੀ ਹਰ ਸਾਲ ਮਈ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਐਤਵਾਰ ਇਸ ਨੂੰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਇਹ ਦਿਨ ਮਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਮਮਤਾ, ਨਿਰਲੋਭਤਾ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਦਾ ਆਦਰ ਹੈ।

ਇਸ ਦਿਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਐਨਾ ਜੋਰਵਿਸ ਨਾ ਦੀ ਅਮਰੀਕੀ ਔਰਤ ਨੇ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਕਰਨ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਲਿਆ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਸਰਧਾਂਜਲੀ ਦੇਣ ਲਈ Mother's Day ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਦਾ ਮਾਂ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਖਾਸ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਹਰ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਵਿੱਚ ਮਾਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਖੜਦੀ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਮਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਆਨ ਕਰਨਾ ਕਿਸੇ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਮੁਸਕਿਲ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਮਾਂ ਦਾ ਦਰਜਾ ਤਾ ਰੱਬ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ ਇਸ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕਿਵੇਂ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਾਂ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਮਾੜੇ ਦਾ ਬੋਧ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਮਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਹੀ ਸੰਸਕਾਰ ਬਣਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਕ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉੱਚ ਸੰਸਕਾਰਾ ਤੇ ਚਲ ਕੇ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਇਕ ਚੰਗਾ ਇਨਸਾਨ ਹੋਣ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਸਕਾਰਾ ਦੀ ਗਹਿਰਾਈ ਮਾਂ ਤੋਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਆਦਰਯੋਗ ਇਨਸਾਨ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ।ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਸੰਗਤ ਮਾਂ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜੇ ਬੱਚੇ ਕੋਲੋਂ ਕੁਝ ਗਲਤ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਕਿਉਂਕਿ ਸੰਸਕਾਰ ਜੋ ਮਾਂ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਮਾਵਾਂ ਨੂੰ ਠੰਡੀਆਂ ਛਾਵਾਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਇਹੀ ਸੁੱਚਮੁੱਚ ਹੀ ਛਾਵਾਂ ਹੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਛਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਮਾਂ ਹੋਣ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ ਆਪਣੇ ਉੱਪਰ ਜੋ ਲੈ ਲੈਦੀਂ ਹੈ।

ਮਾਂ ਦੀ ਮਮਤਾ, ਮਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਮਾਂ ਪੂਜਣਯੋਗ ਹੈ।ਕਹਿੰਦੇ ਹੈ

ਜਿਹੜੀ ਹਰ ਵਾਰ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਾਏ, ਵਿਹੜੇ ਵਿੱਚ ਲਗੇ ਬੋਹੜ ਦੀ ਛਾਂ ਥੋੜੀ ਹੈ।
ਥੋੜਾ ਤੰਗ ਕਰਦੀ ਹੈ ਭਾਈ, ਇਹ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੈ ਮਾਂ ਥੋੜੀ ਹੈ।

World Bee Day: Protecting Tiny Heroes of Our Planet

G. P. SINGH SANDHU LM 2192
M. 97795-8247

World Bee Day is celebrated every year on May 20 to remind us of the importance of bees in our lives and on our planet. Though small, bees play a vital role in maintaining nature's balance and supporting the food we eat daily. This day also honors Anton Janša, a pioneer of modern beekeeping, born on May 20, 1734. His work helped people understand how to care for bees in a more sustainable way.

Bees are pollinators, meaning they help plants grow by transferring pollen from one flower to another. Because of them, we enjoy many foods such as fruits, vegetables, nuts, and seeds. In fact, a large portion of global food production depends on pollination.

However, bees are now in danger. Their population is declining due to pollution, climate change, deforestation, and the use of harmful chemicals in farming. As they lose their natural habitats and food sources, their survival becomes difficult. World Bee Day reminds us that even small actions can make a big difference. Planting flowers, avoiding harmful pesticides, protecting green spaces, and supporting local beekeepers are simple steps that can help save bees and protect the environment.

Bees may be tiny, but their impact is powerful. I recall an incident during a picnic at Pinjore Gardens when a swarm of bees suddenly approached and attacked my father. A gardener advised him to cover himself with a bed sheet. After some time, the bees flew away, and the gardener removed the stings and suggested immediate medical care.

Protecting bees is not just about saving a single species—it is about preserving the balance of nature and securing the future of food for generations to come. World Bee Day serves as a reminder that even the smallest creatures can have a massive impact on our planet.

‹‹बशीर बद्र››

وہی تاج ہے وہی تخت ہے وہی زہر ہے وہی جام ہے
یہ وہی خدا کی زمین ہے یہ وہی بتوں کا نظام ہے
वही ताज है वही तख़्त है वही ज़हर है वही जाम है
ये वही ख़ुदा की ज़मीन है ये वही बुतों का निज़ाम है

بڑے شوق سے میرا گھر جلا کوئی آنچ تجھ پہ نہ آئےگی
یہ زباں کسی نے خرید لی یہ قلم کسی کا غلام ہے
बड़े शौक़ से मेरा घर जला कोई आँच तुझ पे न आएगी
ये ज़बाँ किसी ने ख़रीद ली ये क़लम किसी का ग़ुलाम है

یہاں ایک بچے کے خون سے جو لکھا ہوا ہے اسے پڑھیں
ترا کیرتن ابھی پاپ ہے ابھی میرا سجدہ حرام ہے
यहाँ एक बच्चे के ख़ून से जो लिखा हुआ है उसे पढ़ें
तिरा कीर्तन अभी पाप है अभी मेरा सज्दा हराम है

میں یہ مانتا ہوں میرے دیے تیری آندھیوں نے بجھا دیے
مگر ایک جگنو ہواؤں میں ابھی روشنی کا امام ہے
मैं ये मानता हूँ मेरे दिए तेरी आँधियों ने बुझा दिए
मगर एक जुगनू हवाओं में अभी रौशनी का इमाम है

میرے فکر و فن تیری انجمن نہ عروج تھا نہ زوال ہے
میرے لب پہ تیرا ہی نام تھا میرے لب پہ تیرا ہی نام ہے
मिरे फ़िक्र-ओ-फ़न तिरी अंजुमन न उरूज था न ज़वाल है
मिरे लब पे तेरा ही नाम था मिरे लब पे तेरा ही नाम है

The Lady with the Lamp

Kuljeet Kaur LM 1161 M 98149 14656

Florence Nightingale was one of the most influential figures in the history of modern nursing. Born on May 12, 1820, in Florence, she was named after her birthplace. Raised in a wealthy British family, she received an excellent education, which was unusual for women of her time. Despite societal expectations, she felt a strong calling to serve humanity through nursing.

Nightingale rose to prominence during the Crimean War. She led a team of nurses to care for wounded soldiers in military hospitals, where conditions were extremely poor. Through her dedication, discipline, and focus on hygiene, she drastically reduced the death rate among patients. Her habit of making rounds at night with a lamp earned her the title "The Lady with the Lamp."

Beyond her work as a nurse, Florence Nightingale was a pioneer in healthcare reform. She emphasized the importance of cleanliness, proper ventilation, and nutrition in patient care. She also used statistical data to improve hospital practices, making her a trailblazer in the field of Statistics. Her innovative use of charts and diagrams helped communicate critical healthcare issues effectively.

In 1860, she established the Nightingale Training School for Nurses at St. Thomas' Hospital, which laid the foundation for professional nursing education. Her work inspired countless individuals and transformed nursing into a respected profession.

Florence Nightingale passed away on August 13, 1910, but her legacy continues to influence healthcare systems worldwide. She is remembered not only for her compassion and dedication but also for her vision in improving medical care and saving countless lives.

ਮਜ਼ਦੂਰ ਦਿਵਸ

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

ਮਜ਼ਦੂਰ ਦਿਵਸ, ਜਿਸ ਨੂੰ International Workers's Day ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਸਾਲ ਪਹਿਲੀ ਮਈ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਵਰਗ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ, ਸੰਘਰਸ਼ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ। ਮਜ਼ਦੂਰ ਦਿਵਸ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ 19ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਹੋਈ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ Haymarket Affair ਨਾਲ, ਜੋ ਕਿ Chicago ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਨੇ 8 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਦੇ ਦਿਨ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਕੰਮਕਾਜੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕੀਤਾ।

ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਮਜ਼ਦੂਰ ਦਿਵਸ ਏਕਤਾ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਅਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਲੜਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਆਂਯੁਕਤ ਮਜ਼ਦੂਰੀ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮਕਾਜੀ ਮਾਹੌਲ ਅਤੇ ਉੱਚਿਤ ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਟਰੇਡ ਯੂਨੀਅਨ ਅਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇਸ ਦਿਨ ਰੈਲੀਆਂ, ਮਾਰਚਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਦੇ ਮਸਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਈ ਜਾ ਸਕੇ।

ਭਾਰਤ ਸਮੇਤ ਕਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਦੂਰ ਦਿਵਸ ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀ ਵਜੇ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉੱਤੇ ਭਾਸ਼ਣ, ਸਾਂਸਕ੍ਰਿਤਿਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਇਕੱਠ ਕਰਵਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦਿਨ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਲਈ ਦਿੱਤੀਆਂ।

ਮਜ਼ਦੂਰ ਦਿਵਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮਜ਼ਦੂਰ ਦਿਵਸ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਯੂਰਪੀ ਬਸੰਤ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਜੁੜੀਆਂ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਇਸਨੂੰ ਨਵੀਂ ਰੁੱਤ ਅਤੇ ਉਪਜਾਊਪਣ ਦੇ ਤਿਉਹਾਰ ਵਜੋਂ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਪਰ ਅੱਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦਿਨ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਨਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਸਾਰ ਦੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਦਿਵਸ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਛੁੱਟੀ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਦੇਸ਼ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਕ ਨਿਆਂਯੁਕਤ ਸਮਾਜ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

बाल मज़दूरी

Inder Mohan Baaz
LM 2420 M 97791 86878

रोता है दिल देख इनकी मजबूरी
करनी पड़े जिन्हें बाल मज़दूरी
किसी के सिर पे बाप नहीं है
किसी के सिर नहीं, दोनों का साया
कोई शिकार गैर समाजिक अंसरों का
किसी के जिम्मे रोटी छोटे भाई बहन की
किसी की बूढ़ी मां बीमार है
किसी के कंधे अपाहिज बाप का भार है
बावजूद इसके ईमानदार हैं ये बच्चे
कोई ढाबे पे दिन रात कार्यरत है
24 घंटे है डयूटी उसकी
कोई मजदूर भट्ठे इंट के
कोई करे है चौका चूल्हा बर्तन पोचा
शहरी मेम साहिब का
किसी ने पूछा एक और एक क्या है
बाल का जवाब है दो रोटियां
सर्दी हो तो स्वेटर नहीं
तपती दुपहरी जूता नहीं
खाने को मिले है खाना बासी
क्या मालूम क्या काबा काशी
काला अक्षर भैंस बराबर
आओ तरस खाएं हम सब इन बच्चों पर
एक परिवार अपनाए बाल मजदूर इक इक
ताकि जी सकें ये जीवन सधारण

OBITUARIES

Mrs. Asha Bhalla LM - 873
1109, Ph.10, Mohali
26-07-1945 to 13-04-2026

Mr. Bhupinder Singh LM - 1546
1130, Ph.10, Mohali
30-04-1949 to 21-04-2026

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

ਮਈ 2026 ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਸਵਾਲ

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

The light from the sun reaches the earth in 8.5 Mintues. If velocity of light is 186000 Miles/second.
1. Find the distance of sun from the earth in kilometers?
2. The moon is 4,00,000 Km from earth. How much time light will take to reflect the sunlight to reach the earth?

Quiz May 2026

Harjinder Singh LM 1560 M : 98729-99610

1. Famous singer Asha Bhonsle expired on which date?
2. Who is leading Sun Riser Hyderabad in IPL 2026?
3. Who has been named as the first women Chief of Australian Army?
4. Ayush Shetty recently reached the finals of Badminton Asian championship. Who was the other Indian who won this championship?
5. When are municipal council elections expected to be held in Punjab?

Caption Contest May 2026

GPS Sandhu LM 2192 M : 97795-82475

Write a Suitable Caption

Riddle May 2026

G. K. Singh LM 987 M 98722 01644

Weight in my belly, Trees are my back,
Nails in my Ribs, feet I do lack.

Sudoku May 2026

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

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

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 May 2026. Name of winners will be published in the June 2026 issue of The Glorious Years.

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

Riddle

1 Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
2 Raj Rani	LM	2407
3 Renu Chawla	LM	2421
4 Amrik Singh	LM	2008
5 Dharampal kanyothi	LM	2102
6 G P Singh Sandhu	LM	2192

Quiz

1 Pardeep Sharma	LM	1752
2 Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
3 Amrik Singh	LM	2008
4 Bhupinder singh Cheema	LM	475
5 Renu Chawla	LM	2421
6 G P Singh Sandhu	LM	2192
7 Dharampal kanyothi	LM	2102
8 Avtar Kaur	LM	987

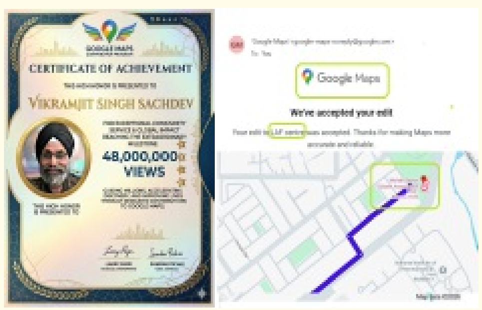
Sudoku

1 Mrs S K Gill	LM	1661
2 Mr Balbir Singh Arora	LM	1183
3 Gursharan kaur Baweja	LM	273
4 Jasbinder Singh	LM	992
5 Amrik Singh	LM	2008
6 Raj Rani	LM	2407
7 Sucha Singh Buttar	LM	916
8 Bhupinder Singh Cheema	LM	475
9 Tajinder Kaur Cheema	LM	476
10 Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
11 Dharampal Kanyathi	LM	2102

ਸਵਾਲ

1 Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
2 Raj Rani	LM	2407
3 Renu Chawla	LM	2421
4 Amrik Singh	LM	2008
5 Dharampal kanyothi	LM	2102

LAF Centre on Google Map



There was always confusion for NEW MSCA members reaching the LAF Centre, Mohali. with Google Maps navigation. With good efforts by Mr. Vikramjit Singh Sachdev LM 2285 this issue has now been resolved in coordination with Google Maps administration.
You can simply search for 'LAF Centre Mohali' on Google Maps and follow the directions provided to reach the correct destination .

Caption Contest April 2026

1. ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਅੱਜ ਕੰਮ ਮਿਲੂ ਕਿ ਨਹੀਂ?
   Pardeep Kumar LM 1752
2. ਉਦਮੁ ਕਰੇਦਿਆ ਜੀਉ ਤੂੰ ਕਮਾਵਦਿਆ ਸੁਖ ਭੁੰਚੁ ॥
   Jarnail Singh LM 1162
3. Tired body but a satisfied mind
   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

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

Answers to April Quiz

1. Mojtaba Khomeni
2. Ranvir Sachdeva
3. Neel Katyal
4. Three times 2007, 2024, 2026
5. Nimrat Khaira

ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸਵਾਲ ਦਾ ਹੱਲ

Divide the coins in three groups of 40 coins each.

1st WEIGHING:
Weigh any 2 group of 40 coins among themselves so that weight of both the groups of coins is equal then fake coin will be left the third group.
Divide the third group of coins in three groups of 13, 13 and 14.

2nd WEIGHING:
Weigh two group of coins of13 each among themselves of equal weight. Then the fake coin will be left in the third group of 14 coins.
Divide the coins in three goup of coins of 4, 4 and 5.

3rd WEIGHING:
Weigh 4 coins each of equal weight among themselves. Then fake coin will be left in the group of 5 coins.

4th WEIGHING:
Divide the 5 coins in group of 1, 1 and 3.
Weigh 1 coin with 1 coin of equal weight then fake coin will be lift in the remaing 3 coins.

5th WEIGHING :
Weigh out two coins of equal weight. The fake coin will get separated.
Thus fake coin is found out in 5 weighings.

Answer to Last Month's Riddle

Tulips

PRIVATE HOSPITAL EMERGENCY NUMBERS

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

ਅਜੋਕਾ ਸਮਾਜ

ਗੁਰਸ਼ਰਨ ਸਿੰਘ ਕੁਮਾਰ ਮੋ:-94631-89432

ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮੁੱਢ ਮਾਂ-ਪਿਓ, ਭਾਵ ਇਕ ਔਰਤ ਅਤੇ ਇਕ ਮਰਦ, ਨਾਲ ਬੱਝਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਬੜੇ ਲਾਡ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਆਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰ ਹੋਰ ਵੀ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਦੇ ਮੁੱਖੀ ਦਾਦਾ ਦਾਦੀ ਜਾਂ ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਘਰ ਵਿਚ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਖੇੜੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਅਤੇ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਹੋਰ ਵੀ ਮੋਹ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਸਿਆਣੇ ਅਤੇ ਕਾਮਯਾਬ ਬਣਨ। ਉਹ ਚੰਗੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਬਣਨ ਅਤੇ ਮਾਂ ਪਿਓ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ। ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਸੰਸਕਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਚਰਿਤ੍ਰ ਨਿਰਮਾਣ ਹੋ ਸਕੇ। ਮਾਂ ਪਿਓ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਕੇ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਭੱਵਿਖ ਉੱਜਵਲ ਬਣ ਸਕੇ। ਮਾਂ ਸੋਚਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਪੁੱਤਰ ਅੱਜ ਭੁੱਖਾ ਨਾ ਰਹੇ। ਪਿਓ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਪੁੱਤਰ ਕੱਲ੍ਹ ਭੁੱਖਾ ਨਾ ਰਹੇ। ਬੱਸ ਇਹੋ ਦੋ ਰਿਸ਼ਤੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਈ ਵਾਰੀ ਬੱਚੇ ਜਿਆਦਾ ਲਾਡ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਅਤੇ ਬਹੁਤੀਆਂ ਸ਼ਾਹੀ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨਾਲ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਮਾਂ ਪਿਓ ਤੋਂ ਬਾਹਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਹ ਮਾਂ ਪਿਓ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਉਹ ਜਿੱਦ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਹਰ ਗੱਲ ਮਨਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਤਾਂ ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀਆਂ ਨਾਜ਼ਾਇਜ਼ ਮੰਗਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਗ਼ਲਤ ਰਸਤੇ ਵੀ ਅਪਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦੇ ਬਹੁਤ ਭਿਆਨਕ ਸਿੱਟੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਬੱਚੇ ਬਹੁਤ ਮਤਲਬੀ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਆਪਣੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਅਤੇ ਐਸ਼ਪਰਸਤੀ ਦਾ ਹੀ ਖਿਆਲ ਹੈ। ਮਾਂ ਪਿਓ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਥੋੜ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਰੋਕਾਰ ਨਹੀਂ। ਕਈਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਮਾਂ ਪਿਓ ਦੀ ਰੋਟੀ ਵੀ ਭਾਰੂ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਮਾਂ ਪਿਓ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਾਂਟਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਮਾਂ ਪਿਓ 'ਤੇ ਹੱਥ ਵੀ ਚੁੱਕ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਮਾਂ ਪਿਓ ਨੂੰ ਬੇਲੋੜਾ ਬੋਝ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬ੍ਰਿਧ ਆਸ਼ਰਮ ਛੱਡ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਮਮਤਾ ਮਾਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਮਾਂ ਪਿਓ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮੋਹ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਤਰਸਦੇ ਹੋਏ ਦਮ ਤੋੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਬ੍ਰਿਧ ਆਸ਼ਰਮਾਂ ਦਾ ਵਧਣਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬੇਰੱਖੀ ਦਾ ਵੱਡਾ ਸਬੂਤ ਹੈ। ਕਈ ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਰਹਿ ਜ਼ਰੂਰ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਉਹ ਅੰਦਰੋਂ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਹਨ। ਦੁਨੀਆਵੀ ਸ਼ਰਮ ਕਾਰਨ ਉਹ ਕੁਝ ਉਭਾਸਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਇਕ ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਸੱਤ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਾਲ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਸੱਤ ਬੱਚੇ ਮਿਲ ਕੇ ਵੀ ਇਕ ਮਾਂ ਨੂੰ ਰੋਟੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਦੁਖੀ ਹੋ ਕੇ ਮਾਂ ਕੋਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਦਅਸੀਸ ਵੀ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੇ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ:ਮਾਂ ਦੀ ਦੁਆ ਕਦੀ ਵੀ ਖਾਲੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ ਪਰ ਮਾਂ ਦੀ ਬਦ-ਦੁਆ ਕਦੀ ਟਾਲੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਮਾਂ ਪਿਓ ਬੱਚਿਆਂ ਹੱਥੋਂ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਚੀਸ ਉੱਠਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਕੀ ਕਮੀ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਇੰਨੇ ਰੁੱਖੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਮਾਂ ਪਿਓ ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਟਦੇ ਹੋਏ, ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ੌਂਕ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇੱਥੇ ਇਹ ਗੱਲ ਵਰਨਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਘਰ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬਾਹਰ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ, ਪੱਛਮ ਦੀ ਹਵਾ, ਮੁਬਾਇਲ, ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਆਦਿ ਵੀ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਾਂ-ਪਿਓ ਵਲੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਖੁਲ੍ਹਾ ਪੈਸਾ ਮਿਲਣ ਕਾਰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬਹੁਤ ਦੋਸਤ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸੋਹਣੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤਦੇ ਵੀ ਹਨ ਪਰ ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਵਿਉਹਾਰ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਇੱਜ਼ਤ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਉਹ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਫਾਲਤੂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਆਣੇ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਬਾਤ ਤੇ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਧਰਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਰ ਗੱਲ ਤੇ ਮਜਾਕ ਉਡਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਣਾਏ ਹੋਏ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਪੁਰਾਣੇ ਕਬਾੜ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਿਸਤਰ ਸਟੋਰ ਵਿਚ ਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਖ਼ੂਨ ਪਸੀਨਾ ਇਕ ਕਰ ਕੇ ਕਮਾਈ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੁੱਖ ਆਰਾਮ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੁੱਖ ਵਾਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਾਰਾਂ, ਕੋਠੀਆਂ, ਮਹਿੰਗੇ ਮੁਬਾਇਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁੱਖ ਸਹੂਲਤਾਂ ਖੜੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਜ਼ੁਰਗ ਗਿਆਨ ਦਾ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਘਰ ਦਾ ਤਾਲਾ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੋਸਤ ਤਾਂ ਕਈ ਹਨ ਪਰ ਮਾਂ ਇਕੋ ਇਕ ਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਿਓ ਵੀ ਇਕੋ ਇਕ ਹੀ ਹੈ। ਮਾਂ-ਪਿਓ ਪ੍ਰਤੀ ਵੀ ਉਨਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਫਰਜ਼ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਸਮਝੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੁਰੇ ਦਿਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਅੱਜ ਆਪਣੇ ਮਾਂ ਪਿਓ ਨੂੰ ਰੋਲਣਗੇ ਤਾਂ ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਹੱਥੋਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਹਾਲ ਹੋਵੇਗਾ।

ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਪਿਓ ਹੀ ਇਕ ਐਸਾ ਮਨੁੱਖ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਵੀ ਉੱਚੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਪਹੁੰਚੇ। ਬੱਚਾ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਵੱਡਾ ਹੋ ਜਾਏ ਪਰ ਉਹ ਕਦੀ ਵੀ ਮਾਂ ਪਿਓ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਮਾਂ ਪਿਓ ਨੇ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਮਾਂ ਪਿਓ ਹੀ ਰਹਿਣਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨੇ ਵੀ ਅਮੀਰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ ਜਾਂ ਕਿੰਨੇ ਵੀ ਉੱਚੇ ਅਹੁਦੇ 'ਤੇ ਕਿਉਂ ਨਾ ਪਹੁੰਚ ਜਾਣ ਤਾਂ ਵੀ ਉਹ ਮਾਂ ਪਿਓ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਮਾਂ ਪਿਓ ਤੋਂ ਹੀ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਵੱਡੇ ਹੋਵੋ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਡਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਮਾਂ ਪਿਓ ਨੂੰ ਵੀ ਇਕ ਗੱਲ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਕੇ ਕੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਿਰ ਅਹਿਸਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਲਈ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੁਢਾਪੇ ਦੇ ਸਵਰਗ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਆਪ ਹੀ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਬੁਢਾਪੇ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਬੱਚਤ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਣੀ ਪਵੇਗੀ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗਤ ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਘਰ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਵੀ ਸੁਖਾਵੇਂ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣੇ ਪੈਣਗੇ ਤਾਂ ਕਿ ਬੱਚੇ ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਇਹ ਨਾ ਕਹਿ ਸਕਣ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕੀਤਾ ਹੀ ਕੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਸੇਵਾ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਹਨ ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਖੀ ਹੈ।

ਉਹ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਸਵੇਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਅਸ਼ੀਰਵਾਦ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹਾਲ-ਚਾਲ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ।ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਬਜ਼ੁਰਗ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪੂਰਾ ਆਦਰ ਮਾਣ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੰਸਕਾਰੀ ਬੱਚੇ ਹੀ ਮਾਂ-ਪਿਓ ਦਾ ਆਦਰ ਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਮਾਂ ਪਿਓ ਦੇ ਬੁਢਾਪੇ ਦੀ ਲਾਠੀ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਮਰਿਆਦਾ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਮਾਂ ਪਿਓ ਨਾਲ ਦੋਸਤ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਗੁਣ ਹਾਸਿਲ ਕਰ ਸੱਕਣ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬ ਬਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਆਦਰ-ਮਾਣ ਲੈਂਦੇ ਹਨ । ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਤੁਹਡੇ ਬੁਢਾਪੇ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸਮਝੋ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਬੋਨਸ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਫ਼ਲ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਹੋਣਹਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਹੀ 'ਸਰਵਨ ਪੁੱਤਰ' ਅਤੇ 'ਕੁੱਲ ਦਾ ਦੀਪਕ' ਆਦਿ ਸ਼ਬਦਾ ਨੂੰ ਅੱਜ ਵੀ ਸਾਂਭ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਔਲਾਦ ਤੇ ਮਾਣ ਹੈ। ਸਾਂਝੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਵੱਡਿਆਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਹੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ।

CONGRATULATIONS

Mrs. Surendra Kaur Gill LM 1661 Won two bronze medals in Discuss throw and Javeline throw in 45th National Veteran Athletic Championship, on 14th,15th,16th March 2026 in Talwandi Sabo Damdama Sahib Punjab, held by Milkha Singh Masters Athletic Club Bathinda.

She won one Gold Medal in 5km National Marathon held on 22nd March 2026 in Mahilpur (Football Stadium) near Garh Shanker on Shaheede Ajam Bhagat Singh ji's Shaheedi divas.

She went with Eco Plantation Team, and carried out maintenance of plants at Chapparchiri Samarak (flower beds maintained, watering done, pruning of large trees)

She went to Garhshankar, Hoshiarpur and participated in Bhagat Singh Marathon which was organised by Government for persons of all aged and school children. 3000 took part from India. Won gold medals on 23rd March 2026.

She won one Gold Medal in 5 kms in PNB SOLDIERTHON RUN WITH SOLDIER, on 5th April 2026 heid in Nehru Stadium Dehli.

On 11th April 2026 Lyness Club's District President honored Mrs S K Gill LM 1661 in Installation function of our three clubs together, for being Athlete of the club for winning so many medals now and then in National Master Games and Marathans.

- 5.00 pm 2 June Get-together CC, Phase 7
- 5.00 pm 30 May Sureeli Shaam LAF Centre, Sec. 68
- 4.30 pm 21 May Ch-64 TAMBOLA Govt. Smart School, Ph.10
- 10.30 am 17 May Skin Care Livasa Hospital
- 10.30 am 16 May Google Map LAF Centre, Sec. 68
- 10.30 am 15 May Neurological Problems Max Hospital
- 4.30 pm 14 May Ch-64 Get-together Govt. Smart School, Ph.10
- 4.00 pm 13 May Chapter 3 Get together Library, Ph.3B-1
- 10.30 am 8 May Skin Care Fortis Hospital
- 4.30 pm 7 May Chapter 68 Get together Library, Sec. 69
- 4.30 pm 5 May Get-together CC, Phase 7

EVENTS IN THE PIPELINE MAY 2026

Date	Time	Event	Venue	Remarks
5th May 2026 First Tuesday	4.30 pm	Members get together, Sale of Tambola tickets closes by 4.40 pm	Community Centre, Ph 7, Mohali	Recreation, Birthday Cake Cutting, Introduction of new members. Refreshment.
7th May 2026 First Thursday	4.30 pm	CHAPTER 68 Get together	Central Park Library, Sec 69, Mohali Opposite #2546	Sale of Tambola tickets closes at 4.40 pm Speaker: Dr Sahil Rally Consultant - Organ Transplant Surgery
8th May 2026 Second Friday	10.30 am	Ageing Gracefully: Skin Care Tips for Elderly	Fortis Hospital Auditorium 3rd Floor	Speaker: Dr Prabha Bansal Consultant - Dermatology (Skin Specialist)
13th May 2026 Second Wednesday	4.00 pm	CHAPTER 3 Get together	Library, Rose Garden, Ph 3B1, Mohali	LIVASA HOSPITAL Doctor's talk, Tambola
14th May 2026 Second Thursday	4.30 pm	CHAPTER 64 Get together	Govt Smart School, Ph 10, Mohali	Sale of Tambola tickets closes at 4.40 pm
15th May 2026 Third Friday	10.30 am	Neurological Problems in Elderly	MAX Hospital	Speaker : Dr Sawan on common
16th May 2026 Third Saturday	10.30 am	Google Map	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Talk by Mr Viramjit Singh Sachdev, LM 2285 M 93243 24200
17th May 2026 Third Sunday	10.30 am	Skin Care in ageing	Livasa Hospital, Ground Floor, Ortho Elite Area	Dr. Priyadarshini Sahu Consultant Dermatology
21st May 2026 Third Thursday	4.30 pm	CHAPTER 64 TAMBOLA	Govt Smart School, Ph 10, Mohali	Sale of Tambola tickets closes by 4.40 pm. Refreshment
30th May 2026 Last Saturday	5.00 pm	Songs on ਗਲੇ ਦੇ ਗਹਿਣੇ	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Enquiry: Mr Jarnail Singh M: 9814614656 Mrs Amrit Kaur M: 99140 91209
2nd June 2026 First Tuesday	5.00 pm	Members get together, Sale of Tambola tickets closes by 5.10 pm	Community Centre, Phase 7, Mohali	Recreation, Birthday Cake Cutting, Introduction of new members. Refreshment.

* Members whose birthday falls between 8th April 2026 & 5th May5.10 2026 should report at Reception by 5.10 pm

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 May, 2026	10 am to 12 noon	Use of Smartphone Basic/ Advance/ Application Course*/ English,Punjabi typing	Duration two weeks.
May 2026 to June 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	5:00 pm to 6:00 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