



NOT ME BUT YOU

GOLDEN JUBILEE YEAR
National Service Scheme

YUVA

NOT ME BUT YOU

GOLDEN JUBILEE YEAR

National Service Scheme

YUVA
NOT ME BUT YOU

GOLDEN JUBILEE YEAR
National Service Scheme

Editors

Dr. Khushvinder Kumar

Dr. Harmohan Sharma

MULTANI MAL MODI COLLEGE, PATIALA

First Published in Hardback in India in 2019 by

Zohra Publication

11/4, Teliwara Street, Ragho Majra, Patiala

Contact No: 0175-2210686, 98147-42995

ISBN : 978-93-82376-82-8

Edited by

Dr. Khushvinder Kumar

Principal, Multani Mal Modi College, Patiala

&

Dr. Harmohan Sharma

NSS Programme Officer,

Assistant Professor, Department of Computer Science,
Multani Mal Modi College, Patiala

The views and opinions expressed in this book are the authors own
and the facts are reported by them, and the publishers are not in any
way liable for the same.

Printed & Bound at

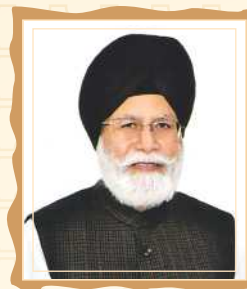
Shaheed-E-Azam Press & Hospitality Pvt. Ltd., Patiala

CONTENTS

1. Not Me But You in the present era of Me Only <i>Dr. Kuldip Puri</i>	1
2. ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ <i>Dr. Harcharan Singh</i>	5
3. Society for Welfare of the Handicapped-A Dream Come True <i>Col Karaminder Singh (Retd.)</i>	9
4. 50 Years of Social Service at Multani Mal Modi College <i>Sh. Nirmal Singh</i>	13
5. Success Story of Voluntary Blood Donation Movement in Patiala <i>Dr. Kanchan Bhardwaj</i>	17
6. A Home Away from Home in their Twilight Years Sai Birdh Ashram <i>Miss Urmil Kumari, Mrs. Pratibha Sharma</i>	23
7. ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼ <i>Dr. Charanjit Singh</i>	27
8. Women Empowerment <i>Dr. Baljinder Kaur</i>	31
9. ਸਵਾਮੀ ਵਿਵੇਕਾਨੰਦ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ <i>Sh. Roopinder Singh</i>	34
10. NSS Camp - A School for Real Life Lessons <i>Ms. Qudrat</i>	41
11. Lure for Going Abroad Among the Students <i>Sh. Chander Parkash Rahi</i>	43
12. ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਤੇ ਉਸਦਾ ਯੋਗਦਾਨ <i>Sh. Balvir Singh</i>	45
13. Indoor Pollution <i>Dr. Ashwani Sharma</i>	47
14. ਮੈਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾਵਾਂ? <i>Dr. Harshinder Kaur</i>	51
15. ਲਘੂਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਯੁਗ ਪੀੜੀ ਕੋ ਵਿਵੇਕਾਨੰਦ ਕੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਕਾ ਸੰਸਪਰਸ਼ <i>Dr. Geetu</i>	55
16. Effect of Smartphone Usage on Students' Academic Performance & Wellbeing : A systematic Literature Review <i>Dr. Pawan Kumar</i>	59
17. ਵਾਤਾਵਰਨ ਦਾ ਸੰਕਟ-ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਚਿੰਤਨ ਦਾ ਵੇਲਾ <i>Dr. Gurdeep Singh</i>	65

18. Youth and Internet Addiction <i>Prof. Sween, Dr. Prabha Vig</i>	69	38. ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ <i>Sh. Sham Sunder Sharma, Sh. Subhash Chandar</i>	161
19. ਮੋਬਾਈਲ ਰਾਹੀਂ ਉੱਜੜਦਾ ਸੰਸਾਰ <i>Dr. C.P. Kamboj</i>	77	39. ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨ ਵਰਗ 'ਤੇ ਵਰਤਮਾਨ ਗਾਇਕੀ ਦਾ ਅਸਰ : ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾ <i>Dr. Rishpal Singh</i>	167
20. Sustainable Development in Solid Waste Management using Latest Technologies <i>Dr. Vijay Goyal</i>	85	40. ਪੁੱਤ ਤਾਂ ਹੁੰਦੇ ਘਰ ਦਾ ਦੀਵਾ, ਬੱਤੀ ਹੁੰਦੀ ਧੀ..... <i>Dr. Gurupdes Kaur, Dr. Manisha Bhatia</i>	172
21. ਖੂਨਦਾਨ-ਮਹਾਂਦਾਨ <i>Sh. Sukhwinder Singh</i>	91	41. Role of Youth in the Emerging Indian Economy <i>Prof. Sween, Dr. Avanish Kumar, Sh. Manish Sharma</i>	175
22. Migration of Indian Students to Foreign Countries: Gain or Drain <i>Ms. Inderbir Kaur</i>	95	42. Revisting Guru-Shishya Parampara – Need of the Hour <i>Dr. Neeraj Goyal</i>	180
23. ਇਹ ਚੜਦੀ ਜਵਾਨੀ ਕਿੱਧਰ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ <i>Sh. V. P. Sharma</i>	101	43. Swachh Survekshan-2019: Indicators & Role of Citizens <i>Dr. Ganesh Kumar Sethi</i>	189
24. An INDIA of Empowered Women!! <i>Ms. Poonam Sharma</i>	103	44. Digital India and Youth <i>Dr. Rohit Sachdeva</i>	193
25. Role of Youth for a Cleaner & Greener Environment <i>Ms. Paramdeep Kaur</i>	109	45. ਸ਼ਬਦ ਸਾਹਿਤ ਤੇ ਸਮਾਜ <i>Dr. Davinder Singh</i>	197
26. ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਨਾਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਖੁਸ਼ਕੀ <i>Dr. Hardeep Singh Randhawa</i>	114	46. Understanding Gender: A Precondition for Gender Senitization <i>Sh. Aman Sharma</i>	200
27. Light House for Generations to Come Prof. (Dr.) S.P. Singh Oberoi An International Icon of Philanthropy <i>Dr. Madan Lal Hasiza</i>	117		
29. ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਰੇਡੀਓ ਵਾਇਆ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. <i>Sh. Amarjit Singh Waraich</i>	119		
30. Yoga for Harmonious Living <i>Dr. Narinder Kaur</i>	123		
31. ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਕੁਰੀਤੀਆਂ <i>Sh. Jaswinderbir Singh</i>	127		
32. ਯੁਗ: ਵਿਚਾਰ ਏਕਸ਼ ਆਕਾਂਸ਼ਾਏਂ <i>Ms. Poonam Sharma</i>	131		
33. ਬੱਚੀ ਪੁਕਾਰੇ <i>Dr. Gurpreet Singh</i>	136		
34. Role of Women in Indian Society <i>Mr. Jaspreet Singh</i>	139		
35. ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ <i>Mr. Hargunpreet Singh</i>	146		
36. Protection of Human Rights with Special Reference to Fundamental Rights of India <i>Dr. Shoaib Zafar</i>	149		
37. ਸੰਗੀਤ ਏਵੰ ਰੋਗ—ਚਿਕਿਤਸਾ: ਏਕ ਅਘਯਯਨ <i>Dr. Bhairvi Bhatt</i>	156		

Dedicated to
National Service Scheme



Prof. (Dr.) B. S. Ghuman
Vice-Chancellor
Punjabi University
Patiala



Message

It gives me immense pleasure to learn that Multani Mal Modi College, Patiala one of the oldest and renowned post graduate college of Patiala City, is publishing a book of inspirational and motivating articles to commemorate 50 glorious years of the existence of National Service Scheme (NSS).

The mandate of the NSS is to motivate young students for delivering community services. The steady increase in the number of students enrolling in the various colleges, educational temples of higher learning and the universities is a standing testimony to prove the popularity of NSS and its programmes.

I am confident that NSS would continue to play pivotal role to motivate the young students to serve the society with the full zeal.

I express my best wishes to the Management, Principal, staff and particularly the pro-active NSS department of Multani Mal Modi College for bringing out this publication. Undoubtedly, the compilation of the articles penned by knowledgeable individuals from various walks of life and illustrious educationists would go a long way to enriching the mandate of NSS.

B. S. Ghuman

Prof. (Dr.) B.S. Ghuman



Dr. Paramvir Singh
NSS Programme Coordinator
Punjabi University, Patiala



Message

ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ. ਖੁਸ਼ਵਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਜੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿਚ ਮੁਲਤਾਨੀ ਮੱਲ ਮੋਦੀ ਕਾਲਜ ਵਲੋਂ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਗੋਲਡਨ ਜੁਬਲੀ ਵਰ੍ਹੇ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਇਕ ਕਿਤਾਬ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਦੀ ਲੋੜ ਅਤੇ ਅਹਿਮੀਅਤ, ਰਾਈਟਸ ਐਂਡ ਡਿਊਟੀਜ਼, ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੀ ਹਰ ਪੱਖੋਂ ਜਾਗਰੂਕਤਾ, ਸੋਸਾਇਟੀ ਵਿਚ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਰੋਲ, ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਚੇਤਨਾ ਲਹਿਰ ਆਦਿ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਰਟੀਕਲਜ਼ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁਚੱਜਾ ਅਤੇ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਕਦਮ ਹੈ। ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਮਾਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਕਾਲਜ ਵਿਚ ਜੋ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆਂ ਹਨ। ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਮੋਦੀ ਕਾਲਜ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਰਾਹੀਂ ਭਰਪੂਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਹਰ ਵਰਗ ਦੇ ਲੋਕ ਸਮਾਜਿਕ ਹਿੱਤਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੋਣਗੇ। ਨਵੇਂ ਵਰ੍ਹੇ ਦੇ ਆਗਮਨ ਮੌਕੇ ਸਮੂਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਇਹ ਇਕ ਉਤਮ ਤੋਹਫਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਮੈਂ ਆਪ ਜੀ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਅਤੇ ਸ਼ੁਭ ਇੱਛਾਵਾਂ ਭੇਜਦਾ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰੋ. ਪਰਮਵੀਰ ਸਿੰਘ
ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ/NSS



Seth Sudarshan Kumar Modi
Chairman
Managing Committee
Multani Mal Modi College, Patiala



Message

I feel immense pleasure in announcing that Multani Mal Modi College, Patiala is taking out a valuable anthology on the occasion of the 50th anniversary of inception of the National Service Scheme, comprising of the articles written by eminent persons who have been associated with the activities of this movement.

It has been a healthy tradition of this college that innumerable opportunities are provided to the students for the overall development of their personality. Social consciousness and regular social experience are of vital importance in the fulfilment of this task. The activities of the NSS prove to be an effective vehicle in the accomplishment of this great ideal.

I am of the firm opinion that this book will prove to be a treasure in highlighting the significance of NSS movement in the context of contemporary society. It will also convey the message of NSS to the students throughout the country.

I heartily congratulate the enthusiastic team of NSS Programme Officers who fulfilled this mission under the inspiring guidance of Dr. Khushvinder Kumar, the Principal of our college. I hope, similar task will regularly be accomplished in future also.

Seth Sudarshan Kumar Modi



Col. Karaminder Singh (Retd)
Member, Managing Committee
Multani Mal Modi College,
Patiala

Message

I wish to congratulate the staff and students of Multani Mal Modi College on the occasion of release of Golden Jubilee Year Book of National Service Scheme.

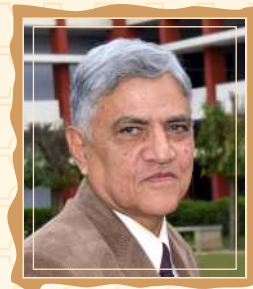
This prestigious institution is not only in the forefront of imparting excellence in education but also in imbibing holistic values with schemes such as National Service Scheme.

National Service Scheme provides opportunity to the students to take part in various community service activities & programmes which instill qualities of being an accomplished social leader, understand the values of life and make them understand human nature. It also makes them feel that service before self should be their aim in life.

The Motto of National Service Scheme is "NOT ME BUT YOU". The service thus rendered in National Service Scheme gives the responsibility of helping those in need.

I wish the students of Multani Mal Modi College who are part of this scheme best of luck and the celebrations a success.

Col Karaminder Singh Retd.



Message

Prof. Surindra Lal
Member, Managing Committee
Multani Mal Modi College, Patiala

I am feeling nostalgic while penning this message to commemorate the Golden Jubilee of National Service Scheme: I too have completed 50 years of my association with my Alma Mater, M M Modi College. I joined this great institution on 4th October 1967 and continue to be its integral part: from Lecturer to Principal and now as a Member of its Managing Committee.

When the college was founded, the main thrust was on achieving academic excellence. Sports and Co-curricular activities were at the back seat. In all those formative years and later too, I was assigned duties related mainly to academics. Hardly did I realise that one day on 1st January 2001 as Principal, I would be made to look after all the aspects of education. By that time, the College had attained dizzying heights in Sports and all other activities. But my biggest day arrived on 1st December 2003, when under the auspices of NSS Department of Punjabi University and Ministry of Youth Affairs and Sports GOI, our college was honoured to host WORLD AIDS DAY.

To make this historic event memorable, all of us worked real hard for many days and had to keep long hours to have arrangements in place for more than 3000 participants from Punjabi University, local colleges and schools. I had never seen the College bloom with a such colourful sea of humanity. The College played host to a galaxy of dignitaries: Maharani Preneet Kaur, Sh S S Boparai, Sh Tejvir Singh, Sh Ved Parkash, Sh Vishnu Sharma, Sh K K Sharma, Dr R K Sharma, Dr Harbir Singh, Senior NSS officials from GOI and NCC officials. Baba Daljit Singh Ji Chicagowaleh blessed the youth and flagged off the rally to spread awareness against AIDS. Seth Tarun Kumar Modi and late Gp Capt B P Puri welcomed the guests on Management's behalf.

My going back the memory lane makes me very earnestly wish that the College hosts many such functions in near future to revitalize the NSS spirit and pledge to live its motto: "NOT ME BUT YOU". Let the welfare of society (Sarbat Da Bhala) be of ultimate importance as individual welfare is no different from it.

I extend my heartiest greetings and best wishes to all who are working with dedicated diligence to make NSS movement a grand success. May our institution scale greater heights to fulfil the cherished dreams of its founder.

- Prof. Surindra Lal



Message

Dr. Khushvinder Kumar
Principal
Multani Mal Modi College, Patiala

Diversity determined by caste, class, religion, occupation patterns is the essence and strength of Indian society. India is a museum of cults, customs, creeds, cultures, faiths and languages. Traditionally people with diverse backgrounds lived in peace. The religions, beliefs and faith preach for tolerance and coexistence. Helping the needy is deeply imbibed in the society. Various religious groups, non-government organizations, voluntary groups and individuals are working for the needy, deprived and destitute.

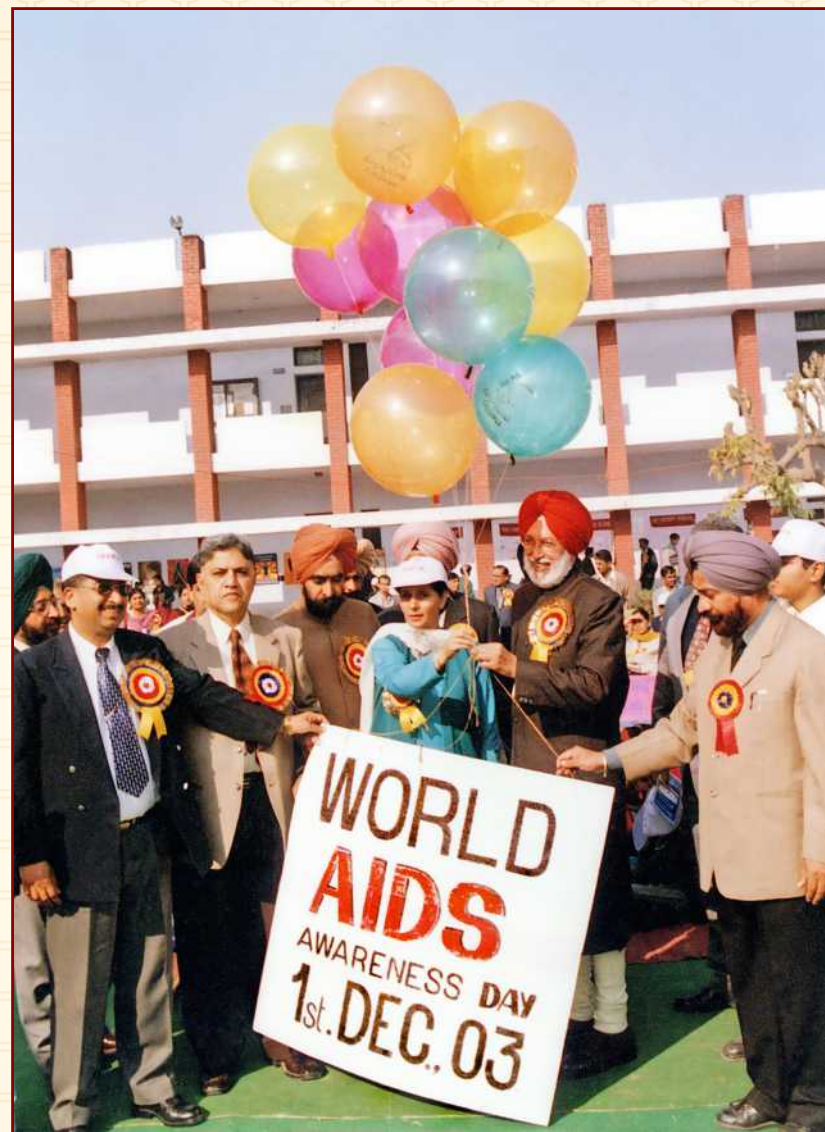
With a motto of 'NOT ME BUT YOU', National Service Scheme NSS was launched on Gandhi Ji's centenary year on 24th Sept. 1969. It was envisioned to develop student's personality through service. The royal city of Patiala, in those years, registered Modi Education Society along with other societies like Society for Welfare of the Handicapped.

Multani Mal Modi College, managed by Modi Education Society, is working since 1967 with a vision of forward looking institute and mission of providing quality education at affordable price and making the students humane and conscious of contemporary societal concerns. NSS Unit of the college is working for uplifting the society since its inception. An excellent fabric has been woven through the NSS activities among the various strata of the society. It is a matter of satisfaction and pride that many programme officers and numerous students of the college have been recognized for their contribution in NSS. The college deserves applause to be awarded twice as the best college amongst all affiliated colleges by NSS Department, Punjabi University, Patiala.

At the Golden Jubilee celebrations of NSS, we are pleased to reaffirm our commitment to serve the society. The publication in hand is a humble effort in this direction.

I congratulate all the present and previous programme officers of NSS, all volunteers of NSS in particular and all students and society in general. I also express my indebtedness to NSS Department Punjabi University for their unflinching belief and to the management of the college for their unconditional support. I appreciate the untiring efforts of editorial team and the contributors to this publication.

Dr. Khushvinder Kumar



Maharani Preneet Kaur, Sh. Swaran Singh Boparai,
VC, Punjabi University, Patiala, Principal Prof. Surindra Lal,
at **WORLD AIDS DAY** hosted by Multani Mal Modi College on
behalf of NSS Department Punjabi University, Patiala and
Ministry of Youth Affairs & Sports, Govt. of India.



Padam Shri Baba Balbir Singh Seecheewal & Dr Jaspal Singh, VC, Punjabi University, Patiala felicitating Principal (Dr) Khushvinder Kumar with the Best NSS College Award for the outstanding contribution of the college in NSS Activities (January 31, 2017)

PREFACE

Post-independence, national - fervor for serving the country remained very strong for quite some time. This was an era when many institutions and organizations of national importance were set up. National Service Scheme, a program focused primarily on the training of young Indians to follow the path of social service laid down by our elders over the centuries was launched at the national level in 1969. In this era of philanthropy, Multani Mal Modi College, Patiala, was also founded by Seth Gujjar Mal Modi, a scion of Modi Industrial House of Patiala, in the fond memory of his illustrious father, RaiBahadur Seth Multani Mal Modi, with the same spirit of doing something for the country. Over the last 50 years, NSS units of the college have remained very active in organizing camps and other programs chalked out by the college, Punjabi University, Patiala and Department of Youth Services, GOI, for the volunteers.

This compact but informative book covers articles written by authors with varied backgrounds. It gives us an opportunity to read what social services mean to us. It will explain how NSS is a platform for students to understand various socio-economic issues which our communities face and how people can handle them collectively. NSS makes our young students aware of their roots, of the diversity of the country, of the contribution made by our elders in the field of development of astronomy, mathematics and philosophy. The need to remain vigilant of the designs of the evil forces which creep stealthily in our socio-religious fabric and spit its venom to spread disaffection among various communities is also emphasized in its programs.

NSS has daunting tasks ahead but given the sincerity, awareness and the drive of the teachers and students, it has the ability to encounter them like a brave heart soldier and make this country a happy place to

live and work.

This book includes articles on the role of organizations, institutions and NGO's devoted to social concerns. It also discusses the relevance of NSS in the context of women empowerment, environment and social media. We wish this book will instill the sense of visualizing the country as a whole as our motherland and gives us the power to fight any stain of narrowness and parochial thinking.

Dr Khushvinder Kumar
Dr Harmohan Sharma

Not Me But You in the Present Era of Me Only

Dr. Kuldip Puri
Professor of Education,
University School of Open Learning,
Panjab University, Chandigarh

Education and society have an organic relationship with each other. If one dries up the other is bound to fail. Education bears a greater share of responsibility in ensuring the progress of human race and civilization. Education tends to develop humans in all of the dimensions possible

Mahatma Gandhi had hesitation in acknowledging any such effort to be termed as education which fell short of 'drawing out the best in child and man - in body, mind and spirit.' He always wished that the students should evolve individually and value their social responsibility. The studentship was not only a period of becoming intellectually equipped persons but also a preparation for serving the society. He regarded essentiality of a bond between the young students in the educational institutions and the community was non-negotiable.

Percy Nunn, a British educationist of fame, crisply explained the purpose of education 'educational efforts must, it would seem, be limited to securing for every one the conditions under which individuality is most completely developed-that is, to enabling him to make his original contribution to the variegated whole of human life as full and as truly characteristic as his nature permits; the form of the contribution being left to individual as something which each must, in living and by living, forge out for himself.'

The individual's growth has little virtue if it is celebrated in isolation. But it gains added worth if it is seen in the context of its probable contribution for the social good. The University Grants Commission under the chairmanship of Dr. Radhakrishnan favoured a 'constructive link of the campus and community' and recommended the introduction of national service in the academic institutions. Consequently the idea gained currency among larger constituency.

The efforts, thus, started to concretize the concept and finalize the operational niceties of students for social service scheme. The Indian Education Commission headed by Dr. D. S. Kothari (1964-66) recommended that students at all stages of education should be associated with some form of social service. Finally National Service Scheme (NSS) was launched on September 24, 1969, by the then Union Education Minister Dr. V. K. R. V. Rao in 37 universities covering all States. Interestingly it coincided with the Birth Centenary Year of Gandhiji, the crusader of ameliorating the poverty from the deprived masses of the Indian nation. Fifty years down the line it is spread over in the universities and +2 level institutions across the country.

The manual on NSS (2006), has reported that the students across the country have worked into many campaigns launched under NSS which include, adoption of villages for intensive development work, carrying out the medico-social surveys, setting up of medical centres, programmes of mass immunization, sanitation drives, adult education programmes for the weaker sections of the community, blood donation, helping patients in hospitals, helping inmates of orphanages and the physically handicapped etc. They have also done useful work in organising campaigns for eradication of social evils, and popularization of the nationally accepted objectives like nationalism, democracy, secularism, social harmony and development of scientific temper.

Since mid-eighties and more visibly in nineties, the winds of globalization and neo-liberal policies, primarily in economic sector, have altered the landscape of education. The road to development has impacted different sections of our people differently making the menace of inequalities more profound. Sh. K. R. Narayanan former President of the Indian Union on the eve of Golden Jubilee of our Republic Day indicating towards these distortions and aberrations in developmental model counselled the nation that the model of development we follow should essentially be not the one, that jumps ahead leaving behind those pushed to the margins just for the reason that they were deprived of the capability of moving with a pace that the privileged ones could. Rather it should be the one that takes all along. He argued that 'Violence in society has bared a hundred fangs as the advertisement-driven consumerism is unleashing frustrations and tensions in our society. The unabashed, vulgar indulgence in

conspicuous consumption by the nouveau-riche has left the underclass seething in frustration. One half of our society guzzles aerated beverages while the other has to make do with palmfuls of muddied water. Our three-way fast lane of liberalization, privatization and globalization must provide safe pedestrian crossings for the unempowered India also so that it too can move towards 'Equality of Status and Opportunity'. Beware of the fury of the patient man says the old adage. One could say beware of the fury of the patient and long-suffering people'.

The spirit of the message is that we, as the members of the society, have the mandate and responsibility to move together towards the path of development. The collective rise of the people is the rise of the human race. Individual's rise is significant but not the ultimate cherished aim of any educational process. The hidden hand of all those who sacrificed for one individual to rise cannot be ignored. Nunn articulating the essential priorities of educational process remarked 'What, then, education can do better than to strengthen men's sense of the worth of individuality - their own and others' - teaching them to esteem the individual life, not, indeed, as a private possession, but as the only means by which real value can enter the world?'. The only way to do this is to create conditions where every single individual finds the environment so conducive that she can realise the potential within. To say it in another way, everyone gets equal opportunities to grow and live and make endeavours to let others also live a liveable life.

Sadly, the paradigm shift in educational policy from public funded education to market oriented private funded education has generated an entirely a different environment of worry and anxiety for the poor and middle class sections of the society. The principle of 'user to pay' for the services, normally followed in services related to civic amenities, has now entered sacred domains of education turning it into a commercial activity. It flows from the decision unanimously arrived at by all the 165 member nations in the world to recognize education as one of the 12 trade services at World Trade Organization (WTO) thus paving the way for inclusion of education under General Agreement on Trade in Services (GATS). Education no more remains an asset to be allowed to have a generous free flow from the teachers to the seekers and vice-versa. It is now a tradable commodity in the market place.

It has impacted the nature of education being provided. Education ceases to be the enlightenment project anymore at least for the market managers. The national economic development and enhancement of productive ability of the students once considered to be among important aims of education has of late turned out to be the only single prized purposes of educational venture. The transformed atmosphere has given precedence to competition over cooperation, projection of eminence over real substance, and ranking and grading mechanism over social recognition of the worth of the institutions.

The constitutional mandate of social justice and equality of opportunities to all, seems to be under grave threat. The feeling of guilt over some of our people being left over in the process of growth and development is receding. One rarely finds any tears shed on someone getting deprived of the opportunities. It is the world governed by the adage 'Me Only.' This is the result of education being provided by supposedly smart institutions of recent times. The advertisements attracting the prospective students promise to make every student a leader in the crowd around. One wonders that in thousands of students each one is made to believe to be the leader amidst the crowd of his/her class fellows! It is hard to find education that inculcates humility among seekers. Such an education does not liberate the students from whims, untruths, superstitions, selfishness and ignorance but on the other hand binds them into the shackles of false self-pride and stupidity.

It is in this context the relevance of National Service Scheme grows enormously and needs to be reinvented. It may not be able to alter new regime of commercial darkness and urge of self-perpetuation at every cost but would succeed at least in presenting the alternative perspectives. There is always an alternative. History shows countless evidences that no patch of time has been ever been so barren not to allow blossoming of new ideas. Today the watchword of NSS 'Not Me but You' fascinates more than the present world's professed dictum of 'Me Only.'

References

http://www.krnarayanan.in/html/speeches/others/jan25_2000.htm
http://nss.wbut.ac.in/documents/NSS_manual_2006.pdf
<https://archive.org/stream/educationitsdata00nunn#page/n0>

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ

Dr. Harcharan Singh

Head (Retd.), Department of Punjabi
 Multani Mal Modi College, Patiala

ਮਨੁੱਖ ਇਕ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਾਣੀ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਸੰਭਵ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਮਨੁੱਖੀ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਵੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਅੱਜ ਤੱਕ ਦੀ ਮਨੁੱਖੀ ਸਭਿਅਤਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਉਪਰ ਜਿੱਤ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਮੂਹਿਕ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਹੀ ਫਲ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਅੱਜ ਜੋ ਸੁੱਖ-ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਨਾਗਰਿਕ ਅਧਿਕਾਰ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹਾਂ ਉਹ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਮੁੱਚੇ ਸਮਾਜ ਵੱਲੋਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਸੋਗਤ ਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਇਵਜ਼ ਵਿਚ ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਸਮਾਜ ਪ੍ਰਤਿ ਕੁਝ ਫਰਜ਼ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜਿਕ ਫਰਜ਼ ਪੂਰੀ ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਤੇ ਪ੍ਰਤਿਬੱਧਤਾ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਸਮਾਜ ਸਹੀ ਮਾਅਨਿਆਂ ਵਿਚ ਤਰੱਕੀ ਕਰ ਸਕੇਗਾ ਅਤੇ ਹਰ ਨਾਗਰਿਕ ਲਈ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਵਧਣ-ਫੁੱਲਣ ਤੇ ਅਮਨ-ਚੈਨ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮਾਣਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕੇਗਾ।

ਵਿੱਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਚਲ ਰਹੀ ਕੌਮੀ ਸੇਵਾ ਯੋਜਨਾ ਜਾਂ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ/ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਿਕ ਚੇਤਨਾ ਜਗਾਉਣ ਦਾ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਮਾਧਿਅਮ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼/ਸਮਾਜ ਸਾਹਮਣੇ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਚਰਿੱਤਰ ਨਿਰਮਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਹਿਲੇ ਸਮਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵਾਸਤਵਿਕ ਸਥਿਤੀ ਉੱਪਰ ਪੰਛੀ-ਝਾਤ ਮਾਰਿਆਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿੱਦਤ ਨਾਲ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵਾਗਡੋਰ ਸਾਂਭਣ ਵਾਲੀ ਸਿਆਸੀ/ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਜਮਾਤ ਤੇ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀ ਵਰਗ ਯੋਗ ਅਗਵਾਈ ਦੇ ਕੇ ਆਪਣਾ ਕੌਮੀ ਫਰਜ਼ ਨਿਭਾਵੇ, ਉਥੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਚਰਿੱਤਰ ਨਿਰਮਾਣ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਆਪਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣ।

ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵੱਧ ਰਹੀ ਅਬਾਦੀ, ਪਾਣੀ ਦਾ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕਟ, ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਗਰੀਬੀ ਤੇ ਅਮੀਰੀ ਦਰਮਿਆਨ ਵਧ ਰਿਹਾ ਪਾੜਾ, ਕਿਸਾਨੀ ਦੀ ਮੰਦਹਾਲੀ ਤੇ ਖੁਦਕਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਰੁਝਾਨ, ਸਿੱਖਿਆ ਤੇ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਾ ਵਪਾਰੀਕਰਨ, ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ 'ਚ ਆ ਰਹੀ ਗਿਰਾਵਟ, ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਮੁੱਕ ਰਹੇ ਕੁਦਰਤੀ ਵਸੀਲੇ ਤੇ ਭਿਆਨਕ ਰੂਪ ਧਾਰ ਚੁੱਕੀ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਸਾਡੇ ਲੋਕਤੰਤਰ ਲਈ ਵੱਡੀਆਂ ਵੰਗਾਰਾਂ ਹਨ। ਰਾਜਨੀਤੀ ਵਿਚ ਹਿੰਸਾ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਪਰਾਧੀਕਰਨ, ਚੋਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਅੰਤ ਖਰਚੇਲੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸਧਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਰਾਜਨੀਤੀ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣਾ, ਔਰਤਾਂ ਤੇ ਹੋ ਰਹੇ ਜ਼ੁਲਮ, ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ 'ਚੋਂ

ਆਮ ਆਦਮੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਤਿਤਕਣਾ ਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਬਾਹਰਲੇ ਮੁਲਕਾਂ ਵੱਲ ਵਹੀਰਾਂ ਘੱਤਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਆਦਿ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸੰਕੇਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਸਾਡਾ ਦੇਸ਼ ਹਰ ਨਾਗਰਿਕ ਲਈ ਬਿਹਤਰੀ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਰਾਜ (ਵੈਲਫੇਅਰ ਸਟੇਟ) ਹੋਣ ਦਾ ਮਾਣ ਗੁਆ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।

ਅਜੋਕੇ ਦੌਰ ਮੰਡੀ ਅਰਥਚਾਰੇ ਦੇ ਵਿਚ ਖਪਤ ਸਭਿਆਚਾਰ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਵਾਦੀ ਸੋਚ ਦੇ ਵਧਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾਰਨ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਅੰਨ੍ਹੀ ਦੌੜ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਹਰ ਪਾਸੇ ਮਚੀ ਭੱਜ-ਦੌੜ ਤੇ ਬੇਸਬਰੀ ਨੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸਹਿਜ-ਤੌਰ 'ਚੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲਾ ਸਕੂਨ ਖੋਹ ਲਿਆ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਦੀ ਸਵਾਰਥੀ ਬਿਰਤੀ ਸਮਾਜਿਕ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਪ੍ਰਤਿ ਉਦਾਸੀਨ ਰਵੱਈਏ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੁਲਕ ਦੀ ਤਕਦੀਰ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਵਿਵੇਕ ਦੀ ਬਜਾਏ ਜਜ਼ਬਾਤ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਾਪ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਵਿਚੋਂ ਆਦਰਸ਼ਵਾਦੀ ਸੁਪਨਿਆਂ/ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਗ਼ਾਇਬ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮਾਨਵੀ ਜੀਵਨ ਕੀਮਤਾਂ ਦੇ ਨਿਘਰਦੇ ਜਾਣ ਨਾਲ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਚਰਿਤਰ ਅਤੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਰੁਝਾਨ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।

ਹੱਥੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨੋਂ ਕਤਰਾਉਣਾ, ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਥਾਂ ਚੰਦ ਸ਼ਾਰਟ ਕੱਟ ਟੋਟਕਿਆਂ ਸਹਾਰੇ ਸਫਲਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਰੁਚੀ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗ਼ਲਤਾਨ ਹੋ ਕੇ ਵਕਤੀ ਝੂਟਾ ਲੈਣਾ ਤੇ ਜੀਵਨ-ਯਥਾਰਥ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜਨਾ ਅਤੇ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ/ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਵਿਚ ਫ਼ਖ਼ਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਆਮ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਤਾਂ ਤ੍ਰਾਸਦਿਕ ਹੈ ਹੀ, ਦੇਸ਼ ਤੇ ਸਮਾਜ ਲਈ ਵੀ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਚਰਿਤਰ ਨਿਰਮਾਣ ਲਈ ਅੱਜ ਸਾਜ਼ਗਾਰ ਹਾਲਾਤ ਪੈਦਾ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਤਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪਛਤਾਉਣ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ।

ਸਭਿਅਕ ਸਮਾਜਾਂ ਵਿਚ ਜਿੱਥੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਤੇ ਚੇਤੰਨ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਘਰ-ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਹੋਈ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਦੀ ਵੱਡੀ ਦੇਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਥੇ ਸਕੂਲ/ਕਾਲਜ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਉਸ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ, ਬੌਧਿਕ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਅਹਿਮ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨਿੱਖਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਵੇ। ਉਹ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ਨਾਗਰਿਕ ਵਜੋਂ ਆਪਣੇ ਫ਼ਰਜ਼ ਨਿਭਾਉਣ। ਭਾਵੇਂ ਰਸਮੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅੰਦਰ ਅਨੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸਬੱਬ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ/ ਕੈਂਪ ਆਦਿ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਐਨ. ਐਸ.ਐਸ. ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਅਜਿਹੇ ਅਵਸਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਛੁਪੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮੌਲਣ/ਵਿਗਸਣ ਲਈ ਸਾਜ਼ਗਾਰ ਮਾਹੌਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕਈ ਨਵੇਂ ਅਨੁਭਵ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 'ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ' ਨੂੰ ਪ੍ਰਮੁੱਖਤਾ ਹਾਸਲ ਹੈ। ਅਫਸੋਸ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਅਜੋਕਾ ਨੌਜਵਾਨ ਰਸਮੀ ਸਿੱਖਿਆ ਹਾਸਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕੇਵਲ ਕਿਤਾਬੀ ਗਿਆਨ ਹੀ ਹਾਸਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਲੋੜ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਪੜ੍ਹ ਲਿਖ ਕੇ, ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਦੀ ਵਾਸਤਵਿਕਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਵੇ। ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਿੱਖਿਆ ਹਾਸਲ ਕਰਦਿਆਂ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ।

ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖੇ, ਰਿਸ਼ਟ-ਪੁਸ਼ਟ, ਰੌਸ਼ਨ ਦਿਮਾਗ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਪ੍ਰਤਿ ਚੇਤੰਨ ਨੌਜਵਾਨ ਕਿਸੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦਾ ਸਰਮਾਇਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਸ਼/ਸਮਾਜ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਮੋੜ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਚਰਿਤਰ ਨਿਰਮਾਣ ਜਾਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਉਸਾਰੀ ਕੋਈ ਸੌਖਾ ਕਾਰਜ ਨਹੀਂ। ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਤੇ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲੇ ਸੰਸਕਾਰ ਤਾਂ ਚੰਗੇ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੀ ਨੀਂਹ ਬਣਦੇ ਹੀ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚਲੇ ਯੋਗ ਤੇ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਤਿਬੱਧ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਅਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਖੇਡਾਂ, ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਅਤੇ ਸਹਿ-ਅਕਾਦਮਿਕ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਕਈ ਅਹਿਮ ਪੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸੰਵਾਰਨ, ਨਿਖਾਰਨ ਤੇ ਤਰਾਸ਼ਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਕੈਂਪਾਂ ਦੌਰਾਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਪਿੰਡਾਂ, ਸ਼ਹਿਰੀ ਬਸਤੀਆਂ, ਮਹੱਲਿਆਂ ਤੇ ਵਿਹੜਿਆਂ ਵਿਚ ਵਿਚਰ ਕੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਕਰੂਰ ਸੱਚ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਅਜਿਹੇ ਨਵੇਂ ਅਨੁਭਵ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਉਹ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਕਦੇ ਸੋਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੇ ਤਕਲੀਫਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਜ ਸਿਰਜਣ ਲਈ ਪਹਿਲ ਕਦਮੀਆਂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਉਚੇਰੇ ਆਦਰਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਚਿਣਗ ਕੇਵਲ ਉਦੋਂ ਹੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਚੇਤੰਨ, ਚਿੰਤਨਸ਼ੀਲ ਤੇ ਕੁਝ ਕਰ ਗੁਜ਼ਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿਚ ਹੋਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਲਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤੇ ਸੀਮਤ ਵਕਤ ਅਤੇ ਸੀਮਤ ਸਾਧਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਰੂਪ ਰੇਖਾ ਘੜ ਕੇ ਅਮਲੀ ਰੂਪ ਦੇਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰੋਂ ਸੱਦੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਵਾਨ ਵਕਤਿਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ, ਬੋਲਣ ਲਈ ਚਿੱਤੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਨੀ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੱਖਦੇ ਮਸਲਿਆਂ ਤੇ ਬਹਿਸ-ਮੁਬਾਹਿਸੇ ਕਰਾਉਣੇ, ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣੀਆਂ ਕਰਾਉਣੀਆਂ ਤੇ ਸਾਂਝੇ ਕੰਮਾਂ/ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ 'ਚ ਲੈ ਕੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਨੇਪਰੇ ਚੜ੍ਹਾਉਣਾ ਆਦਿ ਕਾਰਜ ਕੇਵਲ ਅਜਿਹੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ / ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫਸਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਕੈਂਪਾਂ ਦੌਰਾਨ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਦਰਪੇਸ਼ ਅਨੇਕਾਂ ਮਸਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਚਰਚਾ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜਦੋਂ ਵਲੰਟੀਅਰ ਸ਼ਹਿਰੀ ਬਸਤੀਆਂ, ਕਾਲੋਨੀਆਂ ਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਸਤਵਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਵੰਗਾਰਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡਾ ਸਮਾਜ ਅੱਤ ਦੀ ਗ਼ਰੀਬੀ, ਭੁੱਖਮਰੀ, ਮਹਿੰਗਾਈ, ਅਨਪੜ੍ਹਤਾ, ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ, ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਕੋਪ, ਸੜਕ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੇ ਬੇਸਹਾਰਾ ਲੋਕਾਂ ਪ੍ਰਤਿ ਉਦਾਸੀਨਤਾ, ਰਾਜਸੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੀ ਗਿਰਾਵਟ, ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਤੇ ਕਿਸਾਨ ਖੁਦਕਸ਼ੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਮਨਾਂ ਨੂੰ ਝੰਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਤਰਾਂ ਦੇ ਲੇਖਕ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਅਨੁਭਵ 'ਚ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਅੰਦਰ ਆਉਂਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਪ੍ਰਤੱਖ ਵੇਖੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੇ ਬਿਰਧ ਆਸ਼ਰਮ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਇਕ ਦਿਨ ਬਿਤਾਇਆ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪ੍ਰਤਿ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਾਕਾਰਤਮਕ ਵਤੀਰਾ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਵੇਖਿਆ ਗਿਆ। ਉਹ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਵੀ ਉਥੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥੀਂ ਖਾਣਾ ਬਣਾ ਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਖੁਆਇਆ ਤੇ ਕੋਲ ਬੈਠ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਸੁਣੀਆਂ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਗਰੀਬ, ਲਾਚਾਰ ਤੇ ਸਹੂਲਤਾਂ ਤੋਂ ਸੱਖਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ, ਔਰਤਾਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਾਸਤਵਿਕ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਵੇਖਿਆ, ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੇਬ ਖਰਚਿਆਂ ਤੋਂ ਰਕਮ ਇੱਕੱਠੀ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਲੜਕੀਆਂ, ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਪੇਂਡੂ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸੁਣ ਕੇ ਬਹੁਤ ਭਾਵੁਕ ਹੋ ਗਈਆਂ, ਫੇਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਸਲਾਹਾਂ ਵੀ ਦੇਣ ਲੱਗੀਆਂ ਤੇ ਹਰ ਮਸਲੇ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਯੋਗ ਮਦਦ ਵੀ ਕਰਨ ਲੱਗੀਆਂ। ਕਈਆਂ ਨੇ ਇਕ-ਇਕ, ਦੋ-ਦੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਜ਼ਿੰਮਾ ਲੈਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਵੀ ਕੀਤੀ। ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਵਹਾਰ ਨੇ ਸਭ ਨੂੰ ਹੈਰਾਨ ਵੀ ਕੀਤਾ ਤੇ ਖੁਸ਼ ਵੀ।

ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਬਹੁਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿੱਥੇ ਬਹੁਮੁੱਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਥੇ ਉਹ ਅਨੇਕਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋ ਕੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਗਰਿਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਰੋਲ ਪਛਾਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਨਵਾਂ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਮੂਹਿਕ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੱਥੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਖੇਡ ਭਾਵਨਾ ਤੇ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਦੇ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਿਰੋਧੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਣ ਕਰਨ ਜਾਂ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਕੱਟਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੌਂਸਲਾ, ਕੁਰਬਾਨੀ ਤੇ ਵਕਤ ਦੀ ਪਾਬੰਦੀ ਜਿਹੇ ਗੁਣ, ਡਾਇਰੀ ਲਿਖਣ ਦੀ ਆਦਤ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤੇ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਸਲਿਆਂ ਪ੍ਰਤਿ ਵਿਵੇਕਸ਼ੀਲ ਨਜ਼ਰੀਆ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਵੀ ਇਥੇ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਮੰਚ ਉੱਪਰ ਸੁਚੱਜੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਤੇ ਮੰਚ ਸੰਚਾਲਨ ਜਿਹੀ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਕੰਮ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਯੋਗਤਾ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸਬੱਬ ਵੀ ਇਹ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ.ਕੈਂਪ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਮਾਰੂ ਅਸਰ, ਸੜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਨੋਮ, ਖੂਨਦਾਨ ਦਾ ਮਹੱਤਵ, ਧਰਮ ਨਿਰਪੱਖਤਾ, ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ, ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਸਫਾਈ ਤੇ ਆਪਸੀ ਭਾਈਚਾਰਾ ਆਦਿ ਸੰਕਲਪ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਤੇ ਗਹਿਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਜੀਵਨ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੀ ਪ੍ਰਚਾਰਦੇ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਕੈਂਪਾਂ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਜ਼ਖ਼ਮੀਆਂ ਲਈ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ, ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਤੇ ਕਿਸੇ ਆਫ਼ਤ ਸਮੇਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੁਸੀਬਤ ਸਮੇਂ ਇਹੀ ਵਲੰਟੀਅਰ ਕੀਮਤੀ ਮਨੁੱਖੀ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਮੁੱਲਵਾਨ ਮਨੁੱਖੀ ਵਸੀਲੇ ਵੀ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਿਸ਼ੋਰ ਉਮਰ ਅੱਲ੍ਹੜ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਅੰਤਾਂ ਦੀ ਊਰਜਾ ਤੇ ਸਮਰੱਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਸਾਰੂ ਤੇ ਸਿਰਜਨਾਤਮਕ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਨੌਜਵਾਨ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਢਾਹੂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਵੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਸਾਂਝੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕਾਰਜ ਸਾਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਵਿਚ ਗੌਰਵਮਈ ਪਲਾਂ ਵਜੋਂ ਯਾਦ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਲੂਮਨੀ ਇਕੱਤਰਤਾਵਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਅਹਿਸਾਸ ਦੇ ਪ੍ਰਤੱਖ ਪ੍ਰਮਾਣ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਜਿੱਥੇ-ਜਿੱਥੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸੁਹਿਰਦ, ਚੇਤੰਨ ਤੇ ਪ੍ਰਤਿਬੱਧ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ/ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿਚ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੱਚਮੁਚ ਚੰਗੇ ਨਾਗਰਿਕ ਸਾਬਤ ਹੋਏ ਹਨ ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Society for Welfare of the Handicapped- A Dream Come True

Col Karaminder Singh (Retd.)

Secretary,

Society for Welfare of the Handicapped, Punjab

In the era of PEPSU, Mohindra College Patiala was a pioneer educational institution of Northern India. Free education was given to the students under the aegis of Maharaja of Patiala. But the students were not having the facilities of hostel. The then social worker S. Kishan Singh, father of S. Amar Singh Kamboj converted the building near present Amar Ashram, as free hostel for some of the poor students from the villages of Punjab. The building was named as S. Kishan Singh Hostel.

With the degeneration of PEPSU the free education from Mohindra College was withdrawn. The students staying in Kishan Singh Hostel left for their homes. At that time, S. Amar Singh was of tender age. When he grew up, one day he came across two blind orphan children on the road side. He made the arrangement for their stay in this hostel, with that the doors of Kishan Singh hostel were opened for the under privileged, especially blind persons.

As a social activist S. Amar Singh was always thinking of returning something to the poor and disabled people of the society. In March 1967, he started the idea of setting up a school for deaf and mute children with like minded persons under the name "Society for Welfare of the Handicapped". The Patiala School for the Deaf and Patiala School for the Blind started functioning in S. Kishan Singh Hostel building.

Some prominent persons of Patiala like Sarvshri O. P. Narula, Bharpur Singh Dhaliwal, A. K. Chopra, Ram Lal Kad, C. R. Jain, Sunder Lal, Dr. K. C. Saronwala, Dr. Ganda Singh, V. B. Vohra, J. S. Thapar joined with S. Amar Singh in this mission. These active Rotarians and some members of Lions Club Patiala, patronized the society in administrating these schools. Sh. B. K. Krishna from Lucknow was

appointed as the Headmaster of the then Home Cum School for The Blind. He visited many villages and contacted blind children to come and join the school.

Later Sh. Ram Pal Yadav was appointed as the Headmaster, as Sh. B. K. Krishna moved back to Lucknow to start his own blind school. Thereafter, some parents of Deaf children approached S. Amar Singh Kamboj to start a school for The Deaf children also alongside. Thus Deaf and Dumb school was also opened. Initially this school was only a day boarding school and later on it provided hostel facilities also.

In 1975, Sh. B. K. Narang took over as the Principal of the school and stayed there for many years. The schools continued to make gradual progress but lack of funds was the drawback. Till now the founder was meeting all expenses from his own pocket. It was during the tenure of Brig. Sukhdev Singh as President, the decision was taken to start a campaign to collect donations.

With the passage of time, the strength of schools increased but the staff in the initial years was not trained enough to cater to the needs of the disabled students. Initially the stress was on sharpening vocational skills like candle making and caning the chairs etc. along with the preliminary education. However, in 1999, Mrs. Renu Singla, a qualified special educator was appointed as the Principal by the then management.

With her keen interest and vision for providing a proper education to the deaf and blind children, according to their needs, she along with a few teachers got training after visiting such institutions in Punjab, Haryana and Delhi. Special techniques were introduced and requisite equipments like braille machine was procured and put to use in the schools, thereafter.

As S. Amar Singh Kamboj was associated with so many other social organisations also and his age was prevailing upon him, the responsibility of these schools was given to me as Secretary of the society in 2001.

In the year 2004, S. Balwinder Singh Saifdipur a social activist donated to the society a piece of land in Saifdipur village behind Punjabi University Patiala. Sh. Prem Puri and Mrs. Kamlesh Puri of DD Foundation USA on their visit to the school had discussions with me regarding future plans of the Society and after satisfying the motive they started funding for construction of the new building for school in

Saifdipur.

On 1st Jan, 2009, the Schools were shifted to present campus provided with modern furniture, equipment and other facilities. These factors added with the improved methods of teaching, attracted the students from all parts of the country for joining the schools. In 2010, Mr. Ashok Khosla from Singapore provided funds for the second academic block which was inaugurated on 15 August, 2011. The Society started the third School named as Patiala School for Deaf-Blind students also. Then an adjoining piece of land was also purchased and D. D. Puri Foundation USA again came forward to build separate hostel for girls and boys, modern dining hall and modular kitchen etc. in the campus.

With the untiring efforts of the Management and the Principal, the schools were upgraded to the level of 12th standard and affiliated with Punjab School Education Board.

Society was declared as BEST NGO of Punjab in 2014. The Society was presented National Award in child welfare (2014) by the President of India in Rashtrapati Bhawan on 14th November, 2015.

Now Patiala School for the Deaf and Patiala School for the Blind provide education from Nursery to class XII. Both the schools are Co-educational and residential with approx 50% ratio of boys and girls. Ours is the second school in Punjab which has hostel for blind girls. As of now, we have a total of 320 students, of which 85 are blind, 7 are deaf and blind, 228 are deaf boys and girls. 270 boys and girls are staying in the hostel free of cost.

The Schools provide admission to all deaf and blind children without any consideration. The schools provide quality education to children from all over India including states of Meghalaya, J & K, Himachal Pradesh, Haryana, Rajasthan, Uttar Pradesh, Delhi and Bihar and Jharkhand besides Punjab.

The academic results of Deaf and Blind schools have always been excellent as special education is provided by trained staff that is qualified in their special field.

Till date approximately 900 Deaf boys and girls and 600 Blind children have passed out from our schools after X and class XII. Approximately 40 blind students have done their BA and MA with our assistance. Some are even doing PhD now.

Almost all passed out children from Patiala School for the Deaf are

either self employed or doing jobs in private sector or are employed in Government jobs.

Students of the Schools have excelled in sports as International players. Gursimran Singh excelled in Athletics and represented India in China, Belgrade and few other countries. Sumit Singh represented India in Wrestling in World Deaf Olympics and won Bronze Medal. Navdeep Singh represented India in Judo in Pakistan and won a Bronze Medal.

The blind and deaf children are given adequate exposure in all types of cultural activities also. The performance of our students has always been counted among the best in all competitions.

It is a matter of pride for us that the Society has approximate One Lakh sq ft of built up area. The academic block has 64 rooms and other facilities. A new hostel for the Blind/Deaf boys has been built and is presently occupied. A new kitchen and allied facilities have also been provided. A state of the art dining hall with a capacity of 300 children has also been built and is presently being used.

A Glorious Journey indeed

Editor's note:

Late S. Amar Singh Kamboj and his family have long association with M M Modi College, Patiala. S Amar Singh Kamboj was a founder member of the Managing Committee of the college. His association with the college was a great source of inspiration for the students for social service. Col. Karaminder Singh (Retd.), son of S. Amar Singh Kamboj, is a member of the Managing Committee of the college at present and plays an active role in guiding its functioning. Our NSS volunteers and Program Officers visit School for Deaf and School for Blind regularly and observe the difficulties faced by differently abled persons and feel the need of the society to be sympathetic towards them.

50 Years of Social Service at Multani Mal Modi College

Sh. Nirmal Singh

Head (Retd.), Department of Commerce
Multani Mal Modi College, Patiala

Rai Bahadur Seth Multani Mal Modi and his progeny were visionary not only for setting up a big Industrial House, Modi Industires, they were equally conscious of its corporate social responsibilities.

M M Modi College, Patiala has its genesis in the entrepreneurial history of India. Raizada Seth Gujjar Mal Modi, a legendary figure in the annals of industrial houses of India, founded this college in the cherished memory of his illustrious father, Rai Bahadur Seth Multani Mal Modi on 21st October, 1966. First academic session of the college started in July 1967. Young and energetic, Seth Gujjar Mal Modi, being the eldest son of the family, joined his father's Patiala Flour Mill at a very young age and started working in the accounts section. Patiala appeared too small a place to accommodate the industrial empire he envisioned and therefore moved to Uttar Pradesh where he established many industrial units in Modi Nagar, a city named to recognize his contribution. The success of this genius enabled the Modi Family of Patiala to be counted among the 20 Big Industrial Houses of India at that time. He believed that the underlying principle for the development of the nation is to provide quality education to the people and this noble thought spurred the establishment of Modi Education Society under the chairmanship of Justice Chopra. Padam Shri Dr Khushdeva Singh, Seth Chiranji Lal Ji and Sardar Amar Singh Kamboj were the members of this society. The choice of these members reflected the understanding, concern and commitment of the founders for the cause for which the society was set up. The philosophy of the management to impart 'Quality Education Affordable to All' has remained the guiding force for the Society since then. Through the liberal financial support to build state of the art infrastructure, enlightened managerial guidance and dedication and

commitment of the principals and staff, this college is presently counted among the top colleges of the region. The people of this royal city and the entire Malwa region have patronized this college since its inception.

The incumbent Chairman of Modi Education Society, Seth Sudarshan Kumar Modi, follows the philanthropic spirit of his elders religiously. Forward looking and transparent managerial style, coupled with ethical values of the Modi family, are the hall marks of the present Managing Committee of the college. Its ability to grasp the undercurrents in the field of higher education and start new courses well ahead of others to match the needs of the society makes this college a pioneer institution.

M M Modi College, Patiala has a long list of its achievements over the last 50 years in the field of academics, sports and co-curricular activities. This is evident from the positions its alumni hold. Many of our students have joined both All India Civil Services and State Civil Services and are currently holding top positions in different departments. Some of our students are leading doctors, engineers and other professionals in India and abroad. The list of alumni includes Members of Parliament, brave soldiers, acclaimed artists, outstanding sports persons and famed cinematic personalities.

This co-education institution offers Graduate and Post-Graduate courses in arts, commerce, science, computer, management and fashion technology. Present student strength is around 4500. We offer post-graduation in 9 subjects and B-Voc in two subjects.

This college has been accredited twice by NAAC (National Assessment and Accreditation Council) and each time NAAC Peer Committee mentioned the significant contribution of NSS Units of the college in its final report. Three units of NSS are run in the college under three experienced and dedicated Program Officers. Dr Rajiv Sharma and Dr Harmohan Sharma were adjudged as Best Program Officer and Mrs Jagdeep Kaur was awarded Certificate of Merit by the Punjabi University Patiala for their praiseworthy performance as NSS Program Officer. Prof Balvir Singh, former NSS Program Officer of this college, was given the Life Time Achievement Award for his leadership in running this scheme successfully. Our units organize camps where students undertake social welfare activities. Seminars on the need of cleanliness of surroundings, understanding of social issues and

appreciation of environmental concerns, preservation of scarce resources and role of moral and ethical values in building the nation are held during the camps where experts are invited to interact with the students.

NAAC reaccredited this college with Grade A-3.26 CGPA and UGC has declared it as College with Potential for Excellence-CPE II. The Tribune survey of Guide to Best Colleges of Northern Indian States has placed our college among the top 10 in Commerce and Science consecutively for the last six years. This college is the winner of Maharaja Yadvindra Singh Trophy (General Sports Championship-Men) and Rajkumari Amrita Kaur Trophy (General Sports Championship-Women) and our college is acknowledged as the biggest contributor in the total marks required for winning All India MAKATROPHY by the Punjabi University, Patiala for many years.

Our college has one Central Instrument Lab, equipped with very advanced instruments used in conducting experiments and analysis by the research scholars of our college. This lab is also used by the students of other leading universities as well as by the industrial units of the region. We have four labs for Computer and one each for Software, Multi-Media and English Language. In addition to this, we have two labs for Physics and two for Chemistry. There is one separate lab for Botany, Zoology, Biotech, Pharmaceutical, Physical Chemistry, Plant Tissue Culture and Food and Nutrition which provide necessary infrastructure and enabling environment to enhance the competencies of the students. The college has MOU with IT companies to guide the students and provide technical training they need.

We have a richly-stocked and fully computerised library where more than 62000 books are available for the students and the staff of this college. We subscribe to 55 Journals and magazines and 18 newspapers regularly for keeping the students and the staff well aware of the latest developments in their respective subjects.

An in-house designed and fully computerised MIS, Udaan, is working very effectively in the college to keep systematic record of all the students. This facility is equally relevant for all administrative needs of the college and has enabled us to move towards cash-less operations.

The college is located right in the middle of the city which puts

constraint on expansion and construction of new building. But despite that factor, we have added one new block for the Commerce Faculty and expanded the parking facility for the students. In the next round of expansion, second floor of the central block is under construction and will be ready shortly.

We are sure that under the enlightened leadership of the Principal, Dr Khushvinder Kumar and with the blessings of Seth Sudarshan Kumar Modi, Chairman Modi Education Society, this institution will continue to make new strides in the service of the society with dedication and commitment as provided in our Vision and Mission,

"To be a forward looking institution which provides quality education at affordable price and make the students humane and conscious of contemporary societal concerns".

Success Story of Voluntary Blood Donation Movement in Patiala

Dr. Kanchan Bhardwaj

Professor & Head,
Department of Transfusion Medicine,
Government Medical College, Patiala

World Health Organization (WHO)'s goal is for all countries to obtain all their blood supplies from voluntary, unpaid donors by 2020. Today, only 62 countries get close to 100% of their national blood supplies from voluntary unpaid blood donations. Patiala has almost achieved WHO target. It is a matter of pride that Patiala is leading all northern states in voluntary blood collection. In this unique achievement Department of Transfusion Medicine, Government Medical College Patiala has played a leading role.

Every success story is scripted by a well-designed action plan, so was ours. Department of Transfusion Medicine, Govt Medical College Patiala is leading the Punjab State in voluntary blood collection for which we were also conferred with the State award. Our voluntary blood collection saw a steep rise from 19% (1956 blood units of 45 camps) in 2018 to 100% (18197 blood units of 242 camps) in 2017. The unique strategy adopted for this success story is a long one. The journey started way back in the year 1954 with only replacement donors giving blood for the needy patients. Not much had changed till the year 2000, when the message of "Need of safe blood" was given to the prospective donors by preparing a first blood donation motivational film, 'Katra Katra Khoon Da' by the department, a major milestone, which was telecasted on the local TV channel.

Year 2001 was a turning point in the history of blood donation movement in Patiala, when on the direction of Honb'le Supreme Court of India, Patiala District Blood Transfusion Council (PDBTC) was born. With the financial support of this council, procurement of dedicated vehicles for donor motivation and outdoor voluntary blood donation camps, gave a major push to the voluntary blood donation movement in the region.

Special drives were organized to rope in the college students by reaching out to them during the National Service Scheme (NSS) camps, through motivational talks and then organizing voluntary blood donation (VBD) camps thereafter. This has led to the spread of awareness amongst volunteers who have become regular donors for all times to come.

Another milestone worth mentioning was a special drive launched for creating awareness and thence participation of rural population, especially the youth, in the voluntary blood donation movement through Nehru Yuva Kender and Department of Youth Services Punjab, both of which have a very strong base in villages. The leaders of the villages were motivated to organize motivational talks and thereafter initiate VBD camps.

First Book in Punjabi titled “Anmol Katrae” for the special training for motivators was published. It answered all the queries regarding blood donation, addressed the myths & fears relating to blood donation; elucidated the process of blood donation; how to organize blood donation camp; information for the prospective donor; post donation donor care etc. This was distributed amongst motivators, camp organizers and star donors.

High standard indigenous IEC material was made by the Department of Transfusion Medicine, which included promotional short films by Star cricketer and commentator and presently Cabinet Minister of Punjab Government, Mr. Navjot Sidhu. Also the Star Comedian Mr. Bhagwant Mann was roped in to give the message regarding the need of blood and regarding voluntary blood donation. These films were telecasted on different Punjabi TV Channels. The message hit the mind of prospective donors making them an active part of this movement. A short film “Vein to Vein - The Journey of Blood” was made for the knowledge of blood donors, doctors, camp organizers and others. This film explicitly depicted the information on blood donation, its testing, its storage and usage by patients.

Since 2004, workshops for motivators and Star donors were conducted regularly which provided strong base for communication and co-ordination of the Voluntary Blood Donation (VBD) camp organizers, motivators and Blood Banks. Special efforts were also made for the better co-ordination amongst the department, the motivators and voluntary blood donors.

Every year VBD camp organizers, donor motivators, and voluntary blood donors are honored during the National Voluntary Blood Donation Day on the 1st of October and, more recently on the occasion of World Blood Donor's Day falling on the 14th of June. This brings a lot of enthusiasm amongst all and boosts their spirits to work in this field through the whole year.

Awareness rallies regarding need of blood by the patients and importance of VBD amongst the public also worked fantastically in giving a momentum to this movement.

“Catch them Young” is an initiative to create awareness amongst the young children on the voluntary blood movement and the need of safe blood for the needy patients. Painting competitions were held in the various colleges and schools which imprinted this message amongst the youngsters, who will invariably become the future donors. The young students also propagate this message through the immediate and the extended family too.

Media, electronic, print etc had played a great role to spread this message to the masses, as it highlights the altruistic role of each donor and inspires each one to donate blood. All these events are shown as special ones by media, which adds the required momentum to the movement. Social networking sites are now-a-days the best ever medium to link such events amongst the like minded people, thereby effectively multiplying the momentum of this cause. The All India Radio Patiala has a wide reach amongst the local population, continuously broadcasts programs regarding blood donation in collaboration with our department. Live interviews of star donors are broadcast for motivating people to donate blood and also to keep doing it for rest of their lives. To highlight the social responsibility of the media, print media has also associated with us viz. leading newspapers like Times of India, Punjab Kesri, Dainik Bhaskar, Dainik Jagran, Spoksan, Patiala Press Club as our proud VBD camp organizers. Such prestigious institutions exhibiting their inclination towards VBD movement have acted as a shot in the arm for the whole society.

The Books “Paigham” and “Voluntary Blood Donation Update” were published by us, which focused on the success stories relating to Voluntary Blood Donation. It also highlighted the stories of survivors who received massive transfusions and were saved to see the day of light. Their heartfelt gratitude messages for the donors are the key

articles of this book. Also, the necessary information on how to organize an outdoor blood donation camp, a directory of voluntary blood donation camp organizers, donor database, rare blood group directory, Platelet donors database etc have been compiled for the ease of patients needing rare blood groups, patients with decreased cell counts etc.

The shortage of blood amongst the patients was tackled by sensitizing the doctors for rationalizing the use of blood by the effective usage of blood components viz. Red Blood Cells, the platelets, the plasma & Cryoprecipitate, thereby fulfilling the needs of four different patients requiring different components. We have also published two text books for promoting rational use of blood viz. "Transfusion Guide for the Clinicians" & "Transfusion Update".

Our department organized a National Meet of blood transfusion for the first time in Punjab "TRANSCON 2014" and "The 39th Annual National Conference of Indian Society of Blood Transfusion & Immunohematology". More than 800 delegates from 22 states from all over the country participated and exchanged their experiences on key issues relating to voluntary blood donation movement.

For the success of voluntary blood donation movements, we have dedicated vehicles for transporting the team to the camp site. The blood is then shifted from camp site to blood bank in a specially designed blood transportation van, which includes different refrigerators for storing blood at different temperatures. Sometimes the outdoor voluntary blood donation camps are organized in a state-of-the-art "Blood Mobile", furnished with donor couches for blood donation, refrigerators for storage and space for the team as well. The Blood Mobile can be used as a camp site at any place.

With the advancement in Transfusion Medicine, we are collecting only platelets or plasma for patients instead of whole blood by apheresis process. 'Apheresis' is the separation of the required the component from the donor while returning the remaining blood to the donor. We also prepare apheresis platelets or apheresis plasma for patients with decreased platelets or patients with coagulation disorders. These apheresis donors can donate more frequently (every 72 hrs.) instead of 3-4 months in case of whole blood donation by males or females.

As the voluntary blood donation movement is at its highest tide,

we have also started sensitizing masses regarding hereditary & preventable disorders like Thalassemia & Hemophilia among the college & school students along with the message of voluntary blood donation. This has invited lot of queries from the students, who have vowed to get themselves screened for these debilitating diseases. Prevention of thalassemia needs detection of carriers (Thalassemia minor) and avoidance of the marriage of two carriers. If two carriers enter into wedlock or in families of hemophiliacs, prenatal diagnosis of the disease is made in the fetus and in case the disease is detected selective termination of pregnancy can be done. These days Assisted Reproductive Technology where In-vitro fertilization of egg is done, embryo's DNA is analyzed for thalassemia major/ hemophilia, and only if found normal, the embryo is implanted in the mother. This prevents the birth of a thalassemic/ hemophilic child.

Every year 'World Blood Donor Day' is celebrated on 14th June by WHO world over to commemorate the birthday of a Australian Physician Karl Landsteiner who discovered blood groups. The theme of World Blood Donors Day is different every year viz. 2018 : "Be there for someone else. Give blood share life"; 2017: "Give blood. Give now. Give often"; 2016 : "Blood connects us all"; 2015 : "Thank you for saving my life"; 2014 : "Safe blood for saving mothers"; 2013 : "Give the gift of life. Donate blood"; 2012 : "Every blood donor is a hero"; 2011 : "More blood. More life"; 2010 : "New blood for the world"; 2009 : "Achieving 100 percent non-remunerated donation of blood and blood components"; 2008 : "Giving blood regularly"; 2007 : "Safe blood for safe motherhood"; 2006 : "World Blood Donor Day" is "Blood Connects Us All". It focuses on thanking blood donors and highlights the dimension of "sharing" and "connection" between blood donors and patients. The slogan "Share Life, Give Blood", to draw attention to the roles that voluntary donation systems play in encouraging people to care for one another and promote community cohesion.

National Voluntary Blood Donation Day is celebrated on 1st October every year in India to share the need and importance of the blood in the life of an individual. It was first celebrated on 1st of October in the year 1975 through the Indian Society of Blood Transfusion and Immunohaematology.

Punjab was in limelight worldwide since this movement was

spearheaded by Late Dr. J. G. Jolly, Padam Shri Smt. Kanta Saroop Krishen and Late Sh. Hazari Lal Bansal. Centurion donors like Late Sh. Sat Pal Bansal from Patiala still have their record of voluntary blood donation unbeaten. We are also associated with VIP/Celebrity Donors - Dr. B. L. Bhardwaj, Ex-Principal Govt Medical College, Patiala; Mrs. Rajbir Kaur Ex. Captain Indian Hockey Team, Sh. Rajdeep Singh IRS, Commissioner IT; Ms. Navneet Kaur Dhillon, former Miss India 2013; Dr. D.S. Bhullar Secretary Punjab Medical & Dental Teachers Association, Dr. Vishal Chopra Senate Member BFUHS; Sh. Kamal Khan Singer; Star donors like Sh. Rakesh Vermo & Sh. Harpreet Singh Sandhu from Dedicated Brother's Group; Smt. Satinder Kaur Walia, social worker; Smt. Sangeeta Pandov of Dhruv Pandov Cricket Trust, Bharat Goel Ex-MC; Our star VBD organizers are Universal Welfare Club; Patiala Thalassemic Children Welfare Association; International Human Rights Protection Bureau; NSS Punjabi University; Engineering College, Punjabi University; NSS Thapar University; Sant Nirankari Mandal; Vande Matram Club; Cancer-AIDS Awareness & Prevention Society, NSS Punjabi University; NSS Multani Mal Modi Collge Patiala, NSS Mata Gujri College Fatehgarh Sahib, Sony Blood Donors Club etc. Vande Mataram Dal is associated with platelet donors.

A Home Away from Home in their Twilight Years Sai Birdh Ashram

Miss Urmil Kumari

Founder & Life Patron

Mrs. Pratibha Sharma

Secretary

Sai Birdh Ashram, Patiala

“Jeena Yahan Marna Yahan, Iske Siva Jana Kahan,” popular lyrics from one of the Bollywood's biggest blockbusters “Mera Naam Joker” sums up the lives of most of the inmates of Sai Birdh Ashram situated at a distance of 5 km from Patiala Railway Station /Bus Stand and is about 1 km from Patiala-Rajpura road, on the outskirts of Chaura village.

It is a rude fact for many individuals in their twilight years, that despite having families that could have taken care of them, just like they did all their lives, they are forced to live in an old-age home in the fag-end of their lives.

However, with Sai Birdh Ashram, the elderly would have never thought that they would be fortunate to reach a place that was no less than a home for all them. They are well-fed and taken care of in ways they could not hope for, considering their own family atmosphere and the way they were ill-treated by their family members. The ashram provides boarding and lodging for the inmates in a clean and well maintained set-up. The various facilities like a neat and clean kitchen, a common dining room and comfortable bed rooms with annexed bath rooms having the supply of hot water are at their disposal. A regular power supply is also ensured to the ashram, with an alternate arrangement for power backup. The elderly are also having an access to watch television and the popular dailies to keep them entertained and updated with the happenings of the world over. Medical support is available and both allopathic and homeopathic treatments are feasible free of cost. The ashram also had an activity hall for the purpose of cultural, religious, social and physical activities for the inmates.

The credit for giving them this home and a hope to live a respectable life goes to the Founder President of this ashram, Miss

Urmil Kumari (recipient of President's Award for Teacher on the 5th of September 1989), a retired government school teacher, who spent all her life's savings and retirement benefits on the construction of this old-age home. The incident that inspired her to start the ashram was when once she came across an old lady who was thrown out of her house by her own son and left to the mercy of her own fate. This cruel incident deeply impacted Urmil and that is when she decided that she would one day set up an old-age home where all such neglected and desolate individuals would be given proper care.

The ashram was opened to the homeless elderly way back in the year 2001 with 3 inmates and since then, the ashram has been a home to almost 250 inmates through the 18 years. However, her journey has not been too easy, but with the support of her near and dear ones and other philanthropists, Urmil has succeeded in making Sai Birth Ashram - a second home for these inmates.

It had become difficult to bear the expenses for the day-to-day needs of the ashram, as there was no regular source of contributions/income. Fortunately, Mrs Pratibha Sharma, retired Principal from Modern Senior Secondary School, Patiala, joined Ms Urmil Kumari in July 2005. When she joined the Ashram, there were only five inmates. In fact, one of the inmates used to cook food for the others and there was no regular financial support to meet the expenses. Mrs Sharma then started a campaign to enroll supporting members for regular contributions to facilitate the running of the Ashram. She started a public awareness campaign through press and television. School and college students were also invited to make them aware about the old age problems faced by the elderly in the society; the objective was, and has always been, to sensitize them in the right way, so that their grandparents would not have such a fate.

Right from the time of inception, the families and children of the inmates were contacted and counselled so that the differences could be resolved in an attempt to reunite the families.

The aim in the ashram's functioning was to give happiness, to try to give some comfort and support to the old individuals in the tail end of their lives. With contributions pouring in, an expansion program was viable, to increase the infrastructure of the ashram. In 2008, an initial expansion of four new rooms was undertaken. Under the able leadership of Col. (Retd.) Karaminder Singh, President, and Mrs.

Pratibha Sharma, Secretary, the public contribution campaign was started to make it possible to build a modern old age home.

In view of her achievements, Urmil Kumari was bestowed with the 'Vayoshreshtha Samman-2016' on the 1st October by the President of India, Hon'ble Pranab Mukherjee coinciding with the International Day of Older Persons.

Their team work was recognised by Women International Network, India Nirman Kendra & Yog Confederation of India and were awarded National Women Excellence Award on 25 November, 2010 in Delhi.

Today, the ashram is taking care of 35 inmates and sadly most of them are clueless about the whereabouts of their families. Even though, in the past, repeated efforts were made to try and contact their kin, they have unconditionally accepted the inmates as one big family. It is a pathetic and a miserable truth that most of the family members of the inmates don't even turn up to meet them, as if they did not exist anymore. What is even more shocking is that despite taking care of these inmates, the ashram authorities are also performing the last rites of these inmates, since many of the kin refuse to perform the last rites of their parents.

However, Urmil Kumari and other members of the "Jiwan Ram Roshan Ala Trust", that is currently running the ashram are undaunted in the objective of providing a respectable and a good quality of life to the ashram family.

The ashram is managed purely on donation and contributions; the inmates are not charged for their stay and other needs. A look at the ashram is enough to ascertain the efforts being put in by the Trust Members.

Though the memories of their families often bring tears to their eyes, they are happy and content that they are at least surrounded by concerned people who look after them like a family.

ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼

Dr. Charanjit Singh

Deputy Director,

Punjab Pollution Control Board, Patiala



एक कदम स्वच्छता की ओर

ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਤਹਿ ਤੋਂ 10-16 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੀ ਉਚਾਈ 'ਤੇ 50 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਔਸਤਨ ਮੋਟੀ ਓਜ਼ੋਨ ਦੀ ਪਰਤ ਧਰਤੀ ਦੇ ਬਾਸ਼ਿੰਦਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਕੁਦਰਤੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਛੱਤਰੀ ਹੈ ਜੋ ਸੂਰਜ ਤੋਂ ਨਿਕਲ ਰਹੀਆਂ ਪੈਰਾ-ਬੈਂਗਣੀ (Ultraviolet) ਕਿਰਨਾਂ ਨੂੰ ਫਿਲਟਰ ਕਰਕੇ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਸਾਇੰਸ ਦੀਆਂ ਖੋਜਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਦੀ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਆ ਛੱਤਰੀ 4000 ਲੱਖ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆਈ ਸੀ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਹੋਏ ਜੈਵਿਕ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਪਰਤ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਵਰਦਾਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਸ ਯੋਗਦਾਨ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਰ ਸੰਨ 1974 ਵਿੱਚ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਦੋ ਰਸਾਇਣਕ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਰਸਾਇਣ ਕਲੋਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨ ਨੂੰ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਖਤਰਾ ਦੱਸਿਆ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਹ ਖੋਜ ਸੰਸਾਰ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਖੋਜ ਜਰਨਲ 'ਨੇਚਰ' ਵਿੱਚ ਜੂਨ, 1974 ਵਿੱਚ ਛਪੀ। ਉਹਨਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਲੋਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨ ਦੇ ਯੋਗਿਕ ਜਦੋਂ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਉਪਰਲੇ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦੀ ਸਤਹਿ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਪੈਰਾ-ਬੈਂਗਣੀ ਕਿਰਨਾਂ ਨਾਲ ਕ੍ਰਿਆ ਕਰਕੇ ਕਲੋਰੀਨ ਦੇ ਅਣੂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਲੋਰੀਨ ਦਾ ਇਹ ਇੱਕ ਅਣੂ ਇੱਕ ਲੱਖ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਓਜ਼ੋਨ ਯੋਗਿਕਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜ ਕੇ ਆਕਸੀਜਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਖੋਜ ਜਾਰੀ ਰਹੀ ਅਤੇ ਇਸ ਪਰਤ ਦੇ ਪੇਤਲੇ ਹੋਣ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਵੀ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ। ਇਹਨਾਂ ਰਸਾਇਣਕ ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਪਰਤ ਦੇ ਪੇਤਲੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਐਂਟਰਾਕਟਿਕਾ ਦੇ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਛੇਦ ਹੋਇਆ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗਾ ਅਤੇ ਇਸ ਛੇਦ ਰਾਹੀਂ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਰਹੀਆਂ ਪੈਰਾ-ਬੈਂਗਣੀ ਕਿਰਨਾਂ ਕਾਰਨ ਚਮੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ, ਜੈਵਿਕ ਮਾਦੇ ਵਿੱਚ ਅਦਲ-ਬਦਲ, ਫਸਲਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗਾ।

ਕੀ ਹੈ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ

ਚਾਰਲਸ ਫੇਬਰੀ ਅਤੇ ਹੈਨਰੀ ਬੂਈਸਨ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਓਜ਼ੋਨ (+3) ਲੱਭੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਭੌਤਿਕ, ਰਸਾਇਣਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਇੰਗਲੈਂਡ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀ ਜੀ.ਐਮ.ਡੇਬਸਨ ਨੇ ਇੱਕ ਖਾਸ ਸਪੈਕਟ੍ਰੋਫੋਟੋਮੀਟਰ; ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿਗਿਆਨੀ ਦੇ ਮਾਣ ਵਿੱਚ ਡੇਬਸਨਮੀਟਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜੋ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਓਜ਼ੋਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਮਾਪਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਸੀ। ਇਸ ਵਿਗਿਆਨੀ ਨੇ ਓਜ਼ੋਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਮਾਪਣ ਲਈ 1928-58 ਦਰਮਿਆਨ ਸੰਸਾਰ ਪੱਧਰ ਤੇ ਇੱਕ ਨੈੱਟਵਰਕ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜੋ ਅੱਜ ਵੀ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲ ਹੈ।

ਓਜ਼ੋਨ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਵੀ ਧਰਤੀ ਉੱਪਰ ਪ੍ਰਾਰੰਭਿਕ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ

ਹੋਇਆ। ਜਦੋਂ 30000 ਲੱਖ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਆਕਸੀਜਨ ਰਹਿਤ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਇੱਕ-ਸੈੱਲੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਬਹੁ-ਸੈੱਲੀ ਜੀਵ ਵਿਕਸਤ ਹੋਏ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਰੰਭਿਕ ਬਨਸਪਤੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗੀ ਜੋ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸੰਸਲੇਸ਼ਣ ਰਾਹੀਂ ਥੋੜੀ ਥੋੜੀ ਆਕਸੀਜਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਸੀ। ਇਹ ਆਕਸੀਜਨ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਪੈਰਾ-ਬੈਂਗਣੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿਚ ਓਜ਼ੋਨ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰ ਕੇ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦੇ 10-50 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਜਮਾਂ ਹੋਣ ਲੱਗੀ ਅਤੇ ਅੱਜ ਵੀ ਕੁੱਲ ਓਜ਼ੋਨ ਦਾ 90-93% ਹਿੱਸਾ ਇਸ ਖੇਤਰ; ਜਿਸ ਨੂੰ Stratosphere ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਜੋ ਸੂਰਜ ਤੋਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਪੈਰਾ-ਬੈਂਗਣੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ 93-99% ਹਿੱਸਾ ਸੋਖ ਕੇ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਜੀਵ ਭਿੰਨਤਾ, ਮਨੁੱਖ, ਬਨਸਪਤੀ, ਕੁਦਰਤ, ਕਾਇਨਾਤ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਕਿਰਨਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਬਚਾ ਰਹੀ ਸੀ। ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਓਜ਼ੋਨ ਦਾ ਇੱਕ ਖਾਸ ਸੰਤੁਲਨ ਬਰਕਰਾਰ ਸੀ। ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦੇ ਇਸ ਓਜ਼ੋਨ ਭਰਪੂਰ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਹੀ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਓਜ਼ੋਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 300-450 ਡੋਬਸਨ ਯੂਨਿਟ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਹੋ ਕੇ 200 ਡੋਬਸਨ ਯੂਨਿਟ ਤੱਕ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਓਜ਼ੋਨ ਛੋਟੇ ਵਜੋਂ ਜਾਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਦੇ ਜੈਵਿਕ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਦੇ ਪੇਟਲੇ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ

ਸੰਨ 1974 ਵਿੱਚ ਡਾ. ਐਮ. ਮੋਲੀਨਾ ਨੇ ਇਹ ਧਾਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਰਾਂ ਤੇ ਫਰਿਜਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਲੋਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨ (ਸੀ.ਐਫ.ਸੀ.) ਓਜ਼ੋਨ ਨਾਲ ਕ੍ਰਿਆ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਇਸ ਲੱਭਤ ਨੂੰ ਗੌਰ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਲਿਆ। ਜਦੋਂ ਐਂਟਾਰਕਟਿਕਾ 'ਤੇ ਓਜ਼ੋਨ ਛੋਟੇ ਭੇਦ ਖੁੱਲਿਆ ਤਾਂ ਸੰਨ 1985 ਵਿੱਚ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੁਆਰਾ ਬੁਲਾਈ ਵੀਆਨਾ ਕਾਨਫਰੰਸ ਅਤੇ ਸੰਨ 1987 ਵਿੱਚ ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਕਲੋਰੋਫਲੋਰੋ ਕਾਰਬਨਾਂ ਅਤੇ ਹੈਲੋਨ ਜਿਹੇ 100 ਅਜਿਹੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਸੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਕਲੋਰੀਨ, ਬਰੋਮੀਨ ਜਾਂ ਫਲੋਰੀਨ, ਓਜ਼ੋਨ ਨਾਲ ਕ੍ਰਿਆ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਕਸੀਜਨ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਜਦੋਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤਾਂ ਇਹ ਸਿੱਧ ਹੋਇਆ ਕਿ ਇਕੱਲੇ ਕਲੋਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨਜ਼ ਨੇ 80% ਤੱਕ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕਲੋਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨਾਂ ਦੀ ਰਸਾਇਣਿਕ ਸਥਿਰਤਾ ਸੈਂਕੜੇ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਹ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਮੌਜੂਦ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣਯੋਗ ਨਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਬਰਸਾਤ ਨਾਲ ਵੀ ਵਾਪਸ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ।

ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ

ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਆਲਮੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਯਤਨ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਰਹੇ ਅਤੇ 16 ਸਤੰਬਰ, 1987 ਨੂੰ ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਵਿਖੇ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਹੋਈ ਕਨਵੈਨਸ਼ਨ ਵਿੱਚ 24 ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰ ਇਸ ਪਰਤ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਯਤਨ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਅਹਿਦ ਲਿਆ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਸੰਨ 1989 ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਹੋਇਆ ਜਿਸ ਅਧੀਨ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਲਈ ਖਤਰਾ ਬਣੇ ਯੋਗਿਕਾਂ ਖਾਸਕਰ ਹਾਈਡਰੋਕਲੋਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨ ਨੂੰ ਸੰਨ 2030 ਤੱਕ ਬਿਲਕੁਲ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਸ ਯੋਗਿਕ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਦੇਣ ਦਾ ਟੀਚਾ ਮਿੱਥਿਆ ਗਿਆ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨੇ 1994 ਦੇ ਜਰਨਲ ਇਜਲਾਸ ਵਿੱਚ ਮਤਾ ਨੰ: 49/114 ਰਾਹੀਂ 16 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ 'ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿਵਸ' ਐਲਾਨਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਆਏ ਵਰ੍ਹੇ ਇਸ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਕੇ ਹੋਰ ਉਸਾਰੂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾ ਸਕਣ। ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਅੱਜ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਸਫਲ ਸੰਧੀ ਹੈ ਜਿਸ 'ਤੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ

197 ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ 30 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ 95% ਉਹਨਾਂ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜੋ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਨੂੰ ਪੇਟਲਾ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ।

ਇਸ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ 100 ਦੇ ਕਰੀਬ ਅਜਿਹੇ ਯੋਗਿਕਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕਾ ਹਾਈਡਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨ ਜੜਨ ਲਈ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਯੋਗਿਕ ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼ ਵਿੱਚ ਹੋ ਰਹੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਤਾਂ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲਾ ਯੋਗਿਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਭਾਰਤ, ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਇਸ ਯੋਗਿਕ ਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਅਧੀਨ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਯੋਗਿਕ ਨੂੰ ਕਿਯੋਟੋ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਅਧੀਨ ਹੀ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਪਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਕਿਯੋਟੋ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ “ਸਾਂਝੀ ਪਰ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ” ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਦੀ ਪੈਰਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਦਕਿ ‘ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ’ ਵਿਕਸਤ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਖਤਰਨਾਕ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪ ਲੱਭਣ ਲਈ ਬੰਨਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਅਮਰੀਕੀ ਧੌਂਸ ਹੈ। ਇਸ ਦਬਾਅ ਅੱਗੇ ਝੁਕਦਿਆਂ ਭਾਰਤ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸੰਨ 2017 ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਯੋਗਿਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਮੰਨਦਿਆਂ ਇਸ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਰਵਾਈ ਆਰੰਭ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਦਾ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਭਾਰਤ ਵਿਚਲੇ ਰੈਫਰੀਜੀਰੇਸ਼ਨ ਸੈਕਟਰ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕਿੱਤਿਆਂ 'ਤੇ ਪੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਸੈਕਟਰ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਮਹਿੰਗੀ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਖਰੀਦ ਕੇ ਬਦਲ ਵਜੋਂ ਵਰਤਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਸ ਦੀ ਕੋਈ ਆਰਥਿਕ ਭਰਪਾਈ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ।

ਕਿਗਲੀ ਸਮਝੌਤਾ

ਇਸ ਅਮਰੀਕੀ ਦਬਾਅ ਤਹਿਤ ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ 197 ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ 28ਵੀਂ ਰੀਵਿਊ ਮੀਟਿੰਗ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਅਫਰੀਕਨ ਦੇਸ਼ ਰਵਾਂਡਾ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਕਿਗਲੀ ਵਿਖੇ 15 ਅਕਤੂਬਰ, 2016 ਨੂੰ ਬੁਲਾ ਕੇ ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ। ਜਿਸ ਤਹਿਤ ਇਹ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼, ਹਾਈਡਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨ; ਜੋ ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਯੋਗਿਕ ਹੈ, ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੰਨ 2045 ਤੱਕ 85% ਤੱਕ ਘਟਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਝੌਤਾ ਸਾਰੇ 197 ਦੇਸ਼ਾਂ ਉੱਪਰ ਮਿਤੀ 1 ਜਨਵਰੀ, 2017 ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀਆਂ ਮੱਦਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਨਾ ਕਰਨਾ ਦੰਡਯੋਗ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਿਗਲੀ ਸਮਝੌਤੇ ਨੂੰ, ਪੈਰਿਸ ਸਮਝੌਤਾ; ਜੋ 1 ਜਨਵਰੀ 2020 ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਹੋਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਤਹਿਤ ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼ ਨੂੰ ਉਦਯੋਗਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਵੀ 2 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੱਕ ਘਟਾਉਣ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਕੜੀ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਜੇ ਇਹ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਅਤੇ ਸਮਝੌਤੇ ਲਾਗੂ ਨਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਅਨੁਮਾਨ ਹੈ ਕਿ ਸੰਨ 2050 ਤੱਕ ਸੰਨ 1980 ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿਚ ਕਲੋਰੋਫਲੋਰੋਕਾਰਬਨਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 10 ਗੁਣਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਣੀ ਸੀ ਜਿਸ ਦੇ ਵਿਕਰਾਲ ਸਿੱਟਿਆਂ ਦਾ ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦੇ ਧਰਤੀ ਲਾਗਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਕਲੋਰੀਨ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਹੋਰ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਲਗਾਤਾਰ ਘਟ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਮੁੜ ਆਪਣੀ ਮੁੱਢਲੀ ਅਵਸਥਾ ਵੱਲ ਪਰਤਣੀ ਆਰੰਭ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਸ਼ੁਭ ਸ਼ਗਨ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਸਦੀ ਦੇ ਮੱਧ ਤੱਕ 1980 ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਪੂਰੀ

ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸੰਨ 2030 ਤੱਕ ਚਮੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ 20 ਲੱਖ ਕੇਸ ਘਟਣ ਅਤੇ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਨੰਢਕ ਪਰਤਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਨਗੋਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਬੇਸ਼ੱਕ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨੇ ਇਸ ਵਰ੍ਹੇ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ “ਠੰਢ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਚਲਦੇ ਰਹੋ” (Keep cool and carry on) ਦਾ ਨਾਅਰਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਇਸ ਵੱਡੀ ਆਸ ਦੀ ਕਿਰਨ ਵਿਚ ਪੁਲਾੜ ਉਦਯੋਗਾਂ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਛੱਡੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਰਾਕਟਾਂ ਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੈਸਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਉਦਲੇਪਣ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਗੈਸਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਤੌਰ ਤੇ “ਰੈਡੀਕਲ” ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮੋਨਟਰੀਅਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮਝੌਤੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰ ਅਧੀਨ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਇਹ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਵੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਇੱਕ ਰੈਡੀਕਲ 10000 ਓਜ਼ੋਨ ਅਣੂਆਂ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਕ੍ਰਿਆਹੀਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਸਮੁੱਚੇ ਸੰਸਾਰ ਨੇ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਬਖਸ਼ਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਸ਼ਠਾ ਨਾਲ ਨਿਭਾਈ ਹੈ ਪਰ ਅਜੇ ਵੀ ਦਿਨ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਹੋ ਰਹੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੌਰਾਨ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਹੇ ਅਜਿਹੇ ਅਨੇਕਾਂ ਰਸਾਇਣਾਂ ਤੇ ਬਾਜ਼ ਅੱਖ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜੋ ਵਿਗਿਆਨੀ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਖੋਜ ਤੋਂ ਅਜੇ ਬਾਹਰ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿੱਧੇ ਜਾਂ ਅਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ਤੇ ਓਜ਼ੋਨ ਪਰਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

Women Empowerment

Dr Baljinder Kaur

Head, Department of English
Multani Mal Modi College Patiala

*"The best thermometer to measure the development
of a nation is its treatment of its women"*

- Swami Vivekananda

-

Nature has endowed woman with a unique position as she is the custodian of the three great mysteries of life: Birth, Preservation and Death. She defeats death by immortalising man through offsprings. In spite of the fact that woman is the creator; she has been treated as a pendant to man and subjected to inequality and discrimination. In the relationship between sexes, women have been forced to occupy a secondary place, not imposed by their inherent deficient characteristics but rather by strong cultural forces and social tradition. This has resulted in the failure of women to occupy a place of dignity as free and independent beings.

Women empowerment aims at empowering to take decisions with regard to their life and work and giving equal rights to them in all spheres of life i.e. personal, social, economic and political so that they enjoy a place of honour and dignity as independent human beings.

Every year with International Women's Day around a rosy picture is portrayed about women's empowerment and progress all over the world. Women holding top positions in all spheres of life are exalted for their achievements. There is no doubt that women have equally participated in the growth and development of the country in the fields such as engineering, medicine, railways, space science etc. And it seems that all is well with women and that they are potentially strong enough to challenge male dominance in the society. But the status of women particularly in the Indian society is still backward because of gender inequality. She has been a prey to the patriarchal society and

still she has to fight for her rights.

A number of challenges and issues that women have to face, in a male-dominated society, to become independent beings are education, poverty, gender bias, sexual harassment, health and safety etc. Education is the most powerful means of empowering women. Women's education can save the lives of girls, their families and communities. Yet today, millions of girls and women are denied their right to education. In India, since Independence, where education is concerned, the gap between women and men is severe. While 82% of men are educated, less than 60% of adult women are known to be literate in India. Eradicating this gap and educating women about their real place in today's scenario is a step that will shatter the wall of exploitation of women on all fronts. Education alone can make them economically independent and once they have the freedom to make their own economic and social choices, the chain of poverty and disease can be broken easily.

In the words of Pandit Jawahar Lal Nehru "To awaken the people, it is the women who must be awakened, once she is on the move, the family moves, the village moves, the nation moves". In India, to empower women, we need to kill demons that are killing women's rights and values. These demons include inequality, illiteracy, female infanticide, domestic violence, prostitution, illegal trafficking, rape, sexual harassment and other related issues. The only way to get rid of these devils is by ensuring the Right to Equality as mentioned in the Constitution of India.

Empowerment of women can only be achieved by introducing women in the mainstream of development by empowering their economic and social status. Of course the government has also taken good initiatives in this direction by introducing the concept of gender budgeting and various special provisions for women in Sarv Shiksha Abhiyan i.e. National Literacy Mission and setting up READ centres and skill development centres in many states. These centres provide a safe, trusted space for women to gather and learn. Through training programmes at these centres, women learn income-generation skills thus increasing their self-esteem and confidence. They also get information from these centres on health care, family planning, domestic violence, sexual harassment etc. Women are also motivated to help other women in their community by sharing the knowledge

they have acquired and raising their voice against social inequality and violence.

Despite the fact that a lot has been done to empower women, the ground reality hasn't changed much. Government initiatives alone wouldn't be sufficient to achieve this goal. A change in the male-mindset is mandatory for the same. Society has to take the initiative to create a world in which there is no discrimination and women have equal opportunities of decision-making in social, political and economic life of the country. To quote Swami Vivekananda once again

*"There is no chance for the welfare of the world unless
the condition of women is improved.*

"It is not possible for a bird to fly on only one wing"

So unless women are empowered and gender equality is achieved, the country will not achieve sustainable development.

ਸਵਾਮੀ ਵਿਵੇਕਾਨੰਦ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼

Sh. Roopinder Singh

Lecturer in English (Retd.)

Govt. Model Sen. Sec. School Pheelkhana, Patiala

ਸਵਾਮੀ ਵਿਵੇਕਾਨੰਦ ਭਾਰਤ ਮਾਤਾ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਮਹਾਨ ਸਪੂਤ ਹੋਏ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪਵਿੱਤਰ ਵੇਦਾਂ, ਉਪਨਿਸ਼ਦਾਂ, ਸ਼੍ਰੀਮਦ ਭਗਵਦ ਗੀਤਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਉਤਾਰ ਕੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਪ੍ਰਚਾਰ ਨੇ ਕੇਵਲ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਪੂਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਝੰਜੋੜ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਲੈ ਕੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆਵਾਂ 'ਤੇ ਅਮਲ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸਫਲ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਭਰਿਆ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਅਨਮੋਲ ਵਿਚਾਰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:

- **ਆਪਣਾ ਮੂਲ ਪਛਾਣੋ:** ਗਿਆਨ, ਭਗਤੀ ਅਤੇ ਕਰਮਯੋਗ ਦੀ ਸੁਮੇਲਤਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਸਭਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਪਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਵੇਖਣ ਦੀ ਲੋਚਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਫੁਰਮਾਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ: 'ਹੇ ਮਨੁੱਖ! ਤੂੰ ਅਗਿਆਨ ਵੱਸ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਸਰੀਰ ਸਮਝ ਬੈਠਾ ਹੈਂ। ਤੇਰਾ ਅਸਲ ਸਰੂਪ ਤਾਂ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੀ ਆਤਮਾ ਹੈ ਜੋ ਸਰਬ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ, ਪਰਮਆਨੰਦ, ਸਦੀਵੀ ਅਤੇ ਸਰਬਗੁਣ ਸੰਪੰਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਅੰਸ਼ ਹੈ। ਇਹੀ ਰੱਬੀ ਜੋਤ ਬਾਕੀ ਸਭਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵੱਸਦੀ ਹੈ। ਤੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਕੇ ਤੂੰ ਸਭਨਾਂ ਅੰਦਰ ਆਪਣਾ ਹੀ ਰੂਪ ਦੇਖੇਂਗਾ। ਤੇਰੇ ਲਈ ਸਭਨਾਂ ਅੰਦਰ ਪਿਆਰ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੇਰੇ ਲਈ ਕੋਈ ਪਰਾਇਆ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗਾ। ਤੂੰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਬੁਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਂਗਾ। ਤੇਰੇ ਸਾਰੇ ਕਾਰਜ ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਹੀ ਪਰਮ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।'
- **ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਬਣੋ:** ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਕਿਹਾ ਕਰਦੇ ਸਨ, 'ਕੇਵਲ ਉਸੇ ਨੂੰ ਨਾਸਤਿਕ ਨਾ ਸਮਝੋ ਜੋ ਰੱਬ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਬਲਕਿ ਜੋ ਖੁਦ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਹ ਵੀ ਨਾਸਤਿਕ ਹੈ।' ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ- 'ਜੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੰਤੂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਹ ਕਦੇ ਵੀ ਦੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ।'
- **ਨਿੱਡਰ ਬਣੋ:** ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਕਿਹਾ ਕਰਦੇ ਸਨ- 'ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮਝਕੇ ਹਰ ਵੇਲੇ ਡਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪਾਪ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨਿਰਭਉ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਅੰਸ਼ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਕਿਉਂ ਡਰਦੇ ਹੋ?' ਆਪ ਬੀਤੀ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦੱਸਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ- 'ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਮੈਂ ਬਨਾਰਸ ਦੇ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਿਹਾ ਸਾਂ ਤਾਂ ਕੁੱਝ ਬਾਂਦਰ ਮੇਰੇ ਪਿੱਛੇ ਪੈ ਗਏ। ਮੈਂ ਡਰ ਕੇ ਦੌੜਨ ਲੱਗਾ ਤਾਂ ਬਾਂਦਰ ਦੰਦੀਆਂ ਵੱਢਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲੱਗੇ। ਦੂਰੋਂ ਕਿਸੇ ਨੇ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ- 'ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਡਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰੋ।' ਜਿਉਂ ਹੀ ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅੱਖ ਵਿੱਚ ਅੱਖ ਪਾ ਕੇ ਵੇਖਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਡਰਦੇ ਮਾਰੇ ਭੱਜ

ਗਏ। ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਮੈਂ ਇਹ ਸਬਕ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਪਲ-ਪਲ 'ਤੇ ਸਾਡਾ ਵਾਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਰੂਪੀ ਬਾਂਦਰਾਂ ਨਾਲ ਪੈਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਗਾਂਹ ਵਧਣ ਲਈ ਮੁਸੀਬਤਾਂ ਤੋਂ ਡਰਨ ਦੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਡਟਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।'

- **ਕੰਮ ਨੂੰ ਪੂਜਾ ਸਮਝੋ ਅਤੇ ਇਕਾਗਰਤਾ ਨਾਲ ਕਰੋ:** ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਜੋ ਵੀ ਕੋਈ ਕਾਰਜ ਕਰੀਏ, ਉਸ ਨੂੰ ਬੜੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਚੋ ਪਿੱਟ ਕੇ ਨਹੀਂ। ਆਪਣੇ ਫਰਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਨੰਦ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹੋਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪਰਬੀਨਤਾ ਅਤੇ ਪੂਰਨਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਹਾਨ ਬੰਦਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਨਿੱਕੇ-ਨਿੱਕੇ ਕੰਮ ਵੀ ਮਹਾਨ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪੂਰੀ ਸੁਚੱਜਤਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਮਾਣ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ:

**‘ਇਕ ਵਾਰੀ ਐਸੇ ਸੰਨਿਆਸੀ ਦੇ ਮੈਂ ਦਰਸ਼ਨ ਪਾਏ,
ਮਾਂਜ ਕੇ ਜਿਸ ਪਿੱਤਲ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਸੋਨੇ ਜਿਉਂ ਲਿਸ਼ਕਾਏ।
ਇਸ ਕੰਮ ਵੱਲ ਸੀ ਓਸਨੇ ਇਤਨਾ ਦਿੱਤਾ ਧਿਆਨ,
ਜਿਤਨੇ ਨਾਲ ਸੀ ਪੂਜਦਾ ਉਹ ਆਪਣਾ ਭਗਵਾਨ।
ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਜੋ ਕੁਝ ਕਰੋ ਉਸਦੀ, ਐਸੀ ਹੋਵੇ ਜਾਚ,
ਇਕ ਦੂਜੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ, ਦਿਲ, ਮਨ ਤੇ ਆਤਮਾ ਜਾਣ ਗੁਆਚ।’**

- **ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਕਰੋ:** ਸਿਹਤ, ਧਨ-ਦੌਲਤ, ਗਿਆਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਪੱਖ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਰਾਬਰ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨਾ ਹੀ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਕਿਸੇ ਫਿਰਕੇ, ਜਾਤ-ਪਾਤ, ਧਰਮ ਜਾਂ ਹੋਰ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਬਲਕਿ ਹਰ ਜੀਵ ਵਿੱਚ 'ਸ਼ਿਵ' ਦੀ, 'ਭਗਵਾਨ' ਦੀ ਹੋਂਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ:

**‘ਪਲੇਗ, ਭੁੱਖਮਰੀ ਜਿਸ ਥਾਂ ਫੈਲੇ, ਉਥੇ ਪੁੱਜ ਜਾਓ ਸਾਰੇ,
ਓਹਨਾਂ ਦਾ ਦੁਖ ਦੂਰ ਕਰੋ ਜੋ ਲੋਕ ਨੇ ਬਿਪਤਾ ਮਾਰੇ।
ਥੋਡੀ ਸਭ ਦੀ ਏਸ ਜਤਨ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੀ ਏ ਜਾਨ,
ਮਰਨਾ ਐਸਾ ਸਫਲ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਟੀਚਾ ਬਹੁਤ ਮਹਾਨ।
ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਤਾਂ ਵਾਂਗ ਕੀੜਿਆਂ ਰਹਿੰਦੇ ਜੰਮਦੇ ਮਰਦੇ,
ਓਹਨਾਂ ਦੇ ਇਹ ਜੰਮਣੇ-ਮਰਨੇ ਜਗ ਤੇ ਅਸਰ ਨਾ ਕਰਦੇ।
ਮਰਨਾ ਤਾਂ ਸਭਨਾ ਹੀ ਹੈ, ਕੋਈ ਉੱਚ ਆਦਰਸ਼ ਅਪਣਾਓ,
ਕੀੜਿਆਂ ਵਾਂਗ ਨਾ ਐਵੇਂ ਜਗ 'ਤੇ ਆਉਂਦੇ ਰਹੋ ਤੇ ਜਾਓ।’**

ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਚਿਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਸੇਵਾ ਨਿਰਮਾਣ ਹੋ ਕੇ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਦਿਖਾਵੇ ਲਈ ਜਾਂ ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਪੱਠੇ ਪਾਉਣ ਲਈ ਨਹੀਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ:

**‘ਮੌਕਾ ਖਲਕਤ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦਾ ਮਿਲੇ ਜੇਕਰ, ਖੁਦ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਨਾ ਜਾਣਿਓ ਜੀ।
ਚੁਣਕੇ ਖਾਲਕ ਨੇ ਥੋਨੂੰ ਇਹ ਮਾਣ ਦਿੱਤਾ, ਇਸ ਨੂੰ ਉਸੇ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ ਪਹਿਚਾਣਿਓ ਜੀ।**

**ਰੱਬ ਦੇ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕਰੋ ਮਦਦ, ਐਸੇ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਪੂਜਾ ਸਮਾਨ ਮੰਨਿਓ।
ਖੁਦ ਨੂੰ ਮੰਨ ਕੇ ਕੁਝ ਨਾ ਕਰਨ ਜੋਗਾ, ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ ਕੇਵਲ, ਭਗਵਾਨ ਮੰਨਿਓ।**

- **ਸੱਚੇ-ਸੁੱਚੇ ਤੇ ਬੇਗਰਜ਼ ਬਣੋ:** ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਅਕਸਰ ਆਖਿਆ ਕਰਦੇ ਸਨ:
‘ਸੱਚੇ ਤੇ ਬੇਗਰਜ਼ ਆਦਮੀ ਔਰਤਾਂ ਦਿਓ ਮਿਲਾ,

ਐਸੇ ਕੁਝ ਹੀ ਬੰਦਿਆਂ ਨਾਲ ਮੈਂ, ਦੁਨੀਆ ਦੇਉਂ ਹਿਲਾ। ’
ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ:

‘ਜਿਸ ਬੰਦੇ ਕੋਲ ਹੋਵਣ ਇਹ ਗੁਣ- ਸੱਚ, ਸੁੱਚ, ਬੇਗਰਜ਼ੀ,
ਕੁਚਲ ਨੀ ਸਕਦੀ ਉਸਨੂੰ ਤਾਕਤ, ਹੋਵੇ ਜਿਹੜੀ ਮਰਜ਼ੀ।
ਜਿਸ ਬੰਦੇ ਨੇ ਫੜ੍ਹ ਲਿਆ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਪੱਲਾ,
ਪੂਰੇ ਜਗ ਦੇ ਨਾਲ ਉਹ ਟੱਕਰ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਕੱਲਾ। ’

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਫਰਮਾਨ ਸੀ ਕਿ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਣ ਲਈ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਭੀੜ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਮਨ, ਬਚਨ ਅਤੇ ਕਰਮ ਦੀ ਇਕਸਾਰਤਾ ਵਾਲੇ ਕੁੱਝ ਕੁ ਬੰਦੇ ਹੀ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਬਦਲਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ:

‘ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਦੀ, ਗਿਣਤੀ ਨਹੀਂ ਜ਼ਰੂਰੀ,
ਇਹ ਗੱਲ ਸਦਾ ਹੀ ਯਾਦ ਹੈ ਰੱਖਣੀ, ਦ੍ਰਿੜ ਨਿਸ਼ਚੇ ਨਾਲ ਪੂਰੀ।
ਮੁੱਠੀ ਭਰ ਹੀ ਲੋਕ ਨੇ ਸਕਦੇ, ਕਬਜ਼ਿਓਂ ਜਗਤ ਉਖਾੜ,
ਬੋਲਣ, ਸੋਚਣ, ਕਰਨ ’ਚ ਨਹੀਂ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੋਈ ਪਾੜ। ’

- ਚੰਗਿਆਈ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ’ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰੋ: ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਮਹਾਨ ਬਣ ਕੇ ਮਹਾਨ ਕੌਮਾਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਨੇ ਚੰਗਿਆਈ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਉੱਤੇ ਭਰੋਸਾ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਘਿਰਣਾ ਕੀਤਿਆਂ, ਚੰਗੇ ਕਾਰਜ ਨੇਪਰੇ ਚਾੜ੍ਹਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਭ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦੀ ਹਦਾਇਤ ਹੈ:

‘ਤਿੰਨ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ, ਲਵੇ ਜੇ ਪੱਕੀ ਠਾਨ,
ਆਪ ਵੀ ਵੱਡਾ ਬਣ ਜਾਏ ਬੰਦਾ, ਸਿਰਜੇ ਕੌਮ ਮਹਾਨ।
ਚੰਗਿਆਈ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਤੇ ਭਰੋਸਾ, ਕਰਦਾ ਇਕ ਗੱਲ ਪੂਰੀ,
ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਤੇ ਸ਼ੱਕ ਮਿਟਾਉਣਾ, ਦੂਜੀ ਸ਼ਰਤ ਜ਼ਰੂਰੀ।
ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਕੇ, ਤੀਜੀ ਸ਼ਰਤ ਵੀ ਪਾਲੇ,
ਚੰਗਾ ਬਣਨ ਤੇ ਚੰਗਾ ਕਰਨ ਦੇ, ਕਰਦੇ ਜੇ ਉਪਰਾਲੇ। ’

ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਈਰਖਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਫਰਤ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾੜਨਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਖਦੇ ਹਨ:

‘ਘਿਰਣਾ ਤੇ ਕੀਨਾ ਉਜਾਉਣੋਂ ਜੇ ਨਾ ਆਏ ਬਾਜ,
ਮੁੜਨਗੀਆਂ ਥੋਡੇ ਵੱਲ ਦੋਵੇਂ, ਮਿਸ਼ਰਤ ਜਿਵੇਂ ਵਿਆਜ।
ਥੋਡੇ ਦਿਲ ’ਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ’ਕੇਰਾਂ ਜਗ ਵੱਲ ਪੈਣ ਇਹ ਚੱਲ,
ਮੰਦਾ ਅਸਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ, ਸ਼ਕਤੀ ਸਕੇ ਨਾ ਠੱਲ੍ਹ।
ਚੇਤੇ ਵਿੱਚ ਜੇ ਚੱਜ ਨਾਲ ਥੋਡੇ, ਇਹ ਗੱਲ ਜਾਏ ਸਮਾਜ,
ਮੰਦੇ ਕੰਮੋਂ ਵਰਜਕੇ ਥੋਨੂੰ ਫਿਰ ਇਹ ਲਊ ਬਚਾਅ। ’

- ਸਿੱਖਿਆ ਸਿਧਾਂਤ: ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਮਨੁੱਖ ਵਿਚਲੀ ਪੂਰਨਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਵਾਲੀ ਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਸਿੱਖਿਆ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਸਭਨਾਂ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਬਹੁਤ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇੱਕ ਪੜ੍ਹੀ-ਲਿਖੀ ਮਾਂ ਹੀ ਨਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੱਛਮ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਜਿੱਥੇ ਧਰਮ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹਾਂ ਉੱਥੇ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪਸਾਰ ਲਈ ਪੱਛਮ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਵੀ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ

ਹੈ। ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਕੇਵਲ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਦਾ ਵਾਧਾ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਚਰਿੱਤਰ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦਾ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ:

‘ਜਿੰਨਾ ਮਰਜ਼ੀ ਭਾਵੇਂ ਵੱਧ ਜਾਏ, ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਗਿਆਨ,
ਪਰ ਜੇ ਨਹੀਂ ਪਵਿੱਤਰ ਬਣਦਾ, ਬੰਦਾ ਨਿਰਾ ਸ਼ੈਤਾਨ। ’

ਇੱਕ ਹੋਰ ਥਾਂ ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਆਖਦੇ ਹਨ:

‘ਐਸੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਸੀਂ ਚਾਹੀਏ,
ਚਰਿੱਤਰ-ਨਿਰਮਾਣ ਤੇ ਮਨ ਬਲਵਾਨ ਕਰਦੀ।
ਕਰਕੇ ਅਕਲ ਤੇ ਬੁੱਧ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸਭਦੀ,
ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਇਨਸਾਨ ਕਰਦੀ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੇਵਲ ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਘੋਟੇ ਲਾਉਣਾ ਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਹੀਂ। ਸਾਰੀ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਜੁਝਾਨੀ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਨ ਨਾ ਜੀਉਣ ਵਾਲੇ ਨਾਲੋਂ ਕੁੱਝ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪਰਪੱਕਤਾ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਧਾਰ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਕਈ ਦਰਜੇ ਚੰਗਾ ਹੈ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਕਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ:

‘ਤੂੜ ਤੂੜ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸੱਚੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦੇ,
ਕਰਦੀ ਖੜ੍ਹੇ ਬਿਖੇੜੇ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਨਹੀਂ ਜੀਹਨੂੰ ਪਚਾ ਸਕਦੇ।
ਹੋਇਆ ਕੀ ਜੇ ਘੋਟੇ ਲਿਆ ਪੁਸਤਕਾਲਾ, ਚਰਿੱਤਰ ਆਪਣਾ ਜੇ ਨਹੀਂ ਉਸਾਰ ਹੋਇਆ,
ਹੋਇਆ ਕੀ ਜੇ ਰਟ ਲਏ ਤੱਥ ਲੱਖਾਂ, ਜੀਵਨ ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ ਉਹਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਇਆ।
ਹੁੰਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਿਰੀ ਜੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਪੁਸਤਕਾਲੇ ਹੀ ਵੱਡੇ ਵਿਦਵਾਨ ਹੁੰਦੇ,
ਰਿਸ਼ੀਆਂ-ਮੁਨੀਆਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਨਾ ਲੋੜ ਕੋਈ, ਸ਼ਬਦ ਕੋਸ਼ ਹੀ ਰਿਸ਼ੀ ਮਹਾਨ ਹੁੰਦੇ।
ਮਨ ਵਿਚ ਪੰਜ ਹੀ ਧਾਰ ਖਿਆਲ ਭਾਵੇਂ, ਢਾਲ ਜੀਵਨ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਲੈਂਦਾ,
ਕੇਵਲ ਪੜ੍ਹੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੁਸਤਕਾਲੇ, ਬਾਜੀ ਵੱਡੀ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਮਾਰ ਲੈਂਦਾ। ’

- ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ: ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਦਰਸ਼ ਮਿਸਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੇ ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ‘ਵੱਡੀ ਕਾਰ’ ਦੇਣ ਨਾਲੋਂ ‘ਵੱਡੇ ਸੰਸਕਾਰ’ ਦੇਣੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਪ੍ਰਤੀ ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਬੜੇ ਕੋਰੇ-ਕਰਾਰੇ ਤੇ ਸਪਸ਼ਟ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਕਰਦੇ ਸਨ:
‘ਖਰੀਓ-ਖਰੀ ਸਕੀਮ ਵੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ, ਹੋਵੇ ਫ਼ੇਲ੍ਹ, ਨਾ ਕਦੇ ਵੀ ਸਿੱਧ ਹੋਵੇ;
ਸਿਰੇ ਚਾੜ੍ਹਨਾ ਇਸ ਨੂੰ ਜਿਸ ਨੇ ਹੈ, ਟੀਚਰ-ਵਰਗ ਹੀ ਜੇਕਰ ਨਖਿੱਧ ਹੋਵੇ। ’

ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਕਿਹਾ ਕਰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪਿਆਰ ਦਾ ਭਰਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਇਕਦਮ ਪੁੱਜ ਕੇ ਪੜ੍ਹਾ ਸਕਣ ਦੀ ਜੁਗਤ ਵਿਚ ਉਹ ਪਰਬੀਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਅਧਿਆਪਕ ਬਾਰੇ ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ:

‘ਬੱਚੇ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਉੱਤੇ ਝੱਟ ਆਕੇ, ਆਪਣੀ ਰੂਹ ਜੋ ਉਸਦੀ ਰੂਹ ਵਿੱਚ ਪਾ ਸਕਦੈ;
ਬੱਚੇ ਵਾਂਗ ਹੀ ਵੇਖ ਅਤੇ ਜੋ ਸਮਝ ਸਕੇ, ਓਹੀਓ ਟੀਚਰ ਅਸਲ ਦੇ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾ ਸਕਦੈ। ’

- ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿਚ ਜਗਿਆਸਾ ਤੇ ਨਿਮਰਤਾ ਦੀ ਲੋੜ: ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦੁਆਰਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਸ਼੍ਰੀਮਦ ਭਗਵਦਗੀਤਾ ਦੇ ਚੌਥੇ ਅਧਿਆਏ ਦੇ ਚੌਤੀਵੇਂ ਸਲੋਕ ਦੀ ਗੂੰਜ ਸਾਫ਼ ਸੁਣਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ:

‘ਨਿਮਰਤਾ ਧਾਰਦੇ, ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜੋ ਖੂਬ ਕਰਦੇ, ਸੇਵਾ ਵਾਲਾ ਜੋ ਫ਼ਰਜ਼ ਨਿਭਾਂਵਦੇ ਨੇ;
ਐਸੇ ਸ਼ਿਸ਼ ਤੱਤਵੇਤਿਆਂ, ਗਿਆਨੀਆਂ ਤੋਂ, ਦਾਤ ਵਿਦਿਆ ਦੀ ਝੋਲੀ ਪ੍ਰਾਪਤਵਦੇ ਨੇ। ’

- **ਸਭ ਧਰਮਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ:** ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਸਭ ਧਰਮਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰਦੇ ਹੋਏ, ਉਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦਾ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਧਰਮ ਅਨੁਸਾਰ ਚੱਲ ਕੇ ਪੂਰਨਤਾ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਧਰਮਾਂ ਨੂੰ ਨਿੰਦ ਕੇ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਉਹ ਖੂਹ ਦੇ ਉਸ ਡੱਛੂ ਸਮਾਨ ਸਮਝਦੇ ਸਨ ਜਿਸਨੂੰ ਕਦੇ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਨਸੀਬ ਨਹੀਂ ਹੋਏ। ਸਤੰਬਰ 1893 ਵਿਚ ਸ਼ਿਕਾਗੋ (ਅਮਰੀਕਾ) ਵਿਖੇ ਆਯੋਜਿਤ ‘ਸਰਵ ਧਰਮ ਸੰਮੇਲਨ’ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਅਮਰੀਕਨਾਂ ਨੂੰ ‘ਅਮਰੀਕਾ ਨਿਵਾਸੀ ਭੈਣੋ ਤੇ ਭਰਾਵੇ’ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਸੰਬੋਧਨ ਨੇ ਸਭਾ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਸਭ ਸਰੋਤਿਆਂ ਉਤੇ ਜਾਦੂ ਧੂੜ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਸਰਵ-ਸਾਂਝੀਵਾਲਤਾ ਦੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਥੇ ਪੁੱਜੇ ਸਭ ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਸਰਵੋਤਮ ਸਿੱਧ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚੋਂ ਗੁਰੂਦੇਵ ਰਾਮਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਪਰਮਹੰਸ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਮਹਿਕ ਚਾਰ ਚੁਫੇਰੇ ਖਿਲਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ:

‘ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਾਸਿਓਂ ਖਿੱਚੀਆਂ ਗਈਆਂ, ਜਿੰਦਾਂ ਕੁਝ ਤਸਵੀਰਾਂ,
ਇਕੋ ਬਿਲਡਿੰਗ, ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਰੂਪਾਂ ਵਿਚ ਦਰਸਾਉਣ;
ਧਰਮ ਵੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਪੂਰਕ, ਮੂਲ ਵਿਰੋਧ ਨਾ ਕੋਈ,
ਭਾਵੇਂ ਇਕੋ ਸੱਚ ਤੱਕ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਪੁਚਾਉਣ।’

ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਚਨਾਂ ਵਿਚ ਸ਼੍ਰੀਮਦ ਭਗਵਦ ਗੀਤਾ ਦੇ ਚੌਥੇ ਅਧਿਆਏ ਦੇ ਗਿਆਰ੍ਹਵੇਂ ਸਲੋਕ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਾਫ਼ ਝਲਕਾਂ ਮਾਰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

‘ਮੇਰੇ ਪਾਸ ਜਿਸ ਰਾਹ ਸੇ ਲੋਗ ਆਏਂ, ਮੈਂ ਰਾਜ਼ੀ ਹੂੰ ਅਰਜੁਨ, ਮੁਰਾਦ ਅਪਨੀ ਪਾਏਂ।
ਇਧਰ ਸੇ ਚਲੇਂ ਯਾ ਉਧਰ ਸੇ ਚਲੇਂ, ਮੇਰੇ ਸਭ ਹੈਂ ਰਸਤੇ ਜਿਧਰ ਸੇ ਚਲੇਂ।’

- **ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਦੇ ਨਿਰਮਾਤਾ ਬਣੋ:** ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਸਮਝਾਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਆਪਣੀਆਂ ਅਸਫਲਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਦੁੱਖਾਂ ਲਈ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਨਾ ਠਹਿਰਾਓ, ਆਪਣੇ ਆਪੇ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੋ, ਉੱਚੇ-ਸੁੱਚੇ ਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਬਣੋ, ਜੈਸੇ ਵਿਚਾਰ ਹੋਣਗੇ ਉਹੋ ਜਿਹੇ ਕੰਮ ਕਰੋਗੇ, ਕੰਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਆਦਤਾਂ ਬਣ ਜਾਣਗੀਆਂ, ਆਦਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸੁਭਾਅ ਤੇ ਚਰਿੱਤਰ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਚਰਿੱਤਰ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸਮਤ ਬਣ ਜਾਵੇਗੀ। ਕਈ ਵਾਰ ਸਭ ਕੁੱਝ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਚੰਗੇ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਹ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਫਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਧਾਰ ਕੇ ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਚੰਗੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਨਾਲ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮਿਟਦਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਖੇਡੇ ਪਰਗਟ ਹੋ ਜਾਣਗੇ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਜੋਤਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਆਖਦੇ ਸਨ:

‘ਕਿਸਮਤ ਨੂੰ ਡਰਪੋਕ ਹੀ ਮੰਨਦੇ, ਜਾਂ ਮੂਰਖ ਇਨਸਾਨ,
ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਆਪ ਬਣਾਉਂ, ਗੱਜ ਕਹੇ ਬਲਵਾਨ।
ਬੁੱਢੇ ਹੋਇਆਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਏ, ਕਿਸਮਤ ਵੱਲ ਧਿਆਨ,
ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੇ ਪਕੜ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਉਂਜ ਜੋਤਿਸ਼ ਵਿਗਿਆਨ।’

- **ਆਚਰਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ:** ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਫੇਰੀ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਨੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ, “ਸਵਾਮੀ ਜੀ! ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਰਤ ਦਾ ਧਰਮ ਦਰਸ਼ਨ ਇੰਨਾ ਮਹਾਨ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਭਾਰਤੀ ਲੋਕ ਇੰਨੇ ਗਰੀਬ ਅਤੇ ਪਛੜੇ ਹੋਏ ਕਿਉਂ ਹਨ? ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਜਿਸ

ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਦੂਕ ਕੋਲ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੀ ਚਲਾਉਣਾ ਨਾ ਜਾਣਨ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਕੋਈ ਬੰਦਾ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਬਚਾਓ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਧਰਮ ਸਿਧਾਂਤ ਭਾਵੇਂ ਬਹੁਤ ਉੱਚੇ ਹਨ ਪਰ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਅਸਮਰੱਥ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਅਸਲ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਪਛੜੇਪਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ:

‘ਧਰਮ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਨਿਰੇ ਸਿਧਾਂਤ ਵਾਲੀ, ਭੇਦ ਏਸ ਦਾ ਕੇਵਲ ਆਚਾਰ ਹੋਵੇ;
ਚੰਗੇ ਬਣਨਾ, ਕਮਾਵਣਾ ਕਰਮ ਚੰਗੇ, ਪੂਰੇ ਧਰਮ ਦਾ ਇਹੋ ਹੀ ਸਾਰ ਹੋਵੇ।’

ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਕਿਹਾ ਕਰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਭਨਾਂ ਨੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਕਾਰਜ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਸਰਵੋਤਮਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਅਸਲੀ ਆਪੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਨਾਲੇ ਆਪ ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਨਾਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਅਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ, ਰੁਕਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ:

‘ਉਠੋ! ਜਾਗੋ! ਚੱਲਦੇ ਹੀ ਜਾਓ! ਜਦ ਤੱਕ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨੂੰ ਨਾ ਪਾਓ!’

Only a life
LIVED FOR OTHERS
is a Life
WORTHWHILE

-Albert Einstein

NSS Camp A School for Real Life Lessons

Ms. Qudrat

Assistant Professor, Department of Management Studies
Khalsa College (ASR) of Technology & Business Studies, Mohali

I am one of those few privileged people who had the chance to be an NSS volunteer as well as an NSS Program Officer. The experience of both has been life enriching. I am writing this article to share my experiences with you all. I joined NSS Unit of M M Modi College, Patiala in 2004-2005 session and attended the camps organized normally during winter vacations. The time spent as an NSS volunteer taught me the sense of discipline, art of time management and the ability to mingle with peers and much more. During the NSS Camps it was mandatory to follow the rules and regulations drawn by our NSS Officer. Everyone assembled for prayer in the morning. We used to sing NSS song. After that we had a yoga class. We had to be on time for breakfast. If we were late, no breakfast would be served. This was a lesson to be in time even for taking food. Doctors find it so difficult to convince people that food must be taken regularly and on time every day.

Later on we were engaged in social service projects such as cleaning of the surroundings, imparting basic reading and writing skills to uneducated people in the area etc. as per the schedule drawn for the camp. Expert speakers were invited to speak on socially relevant issues such as the regressive custom of dowry, need to save water and importance of maintaining cleanliness. In between, some volunteers were assigned the duty of preparation of food and washing of utensils. Everything must be ready before the start of the lunch break. All boys and girls had the feel of the community kitchen. At sharp 1:30 pm we had lunch break till 2:30 pm. After lunch we would get time to practice for evening cultural program. The volunteers prepared dance items, skits or dramas focusing on various social issues. Many people from the local community visited our camp to see our program and encouraged

us. We had healthy interactions and discussions with them and developed cordial relationships with the people of the area. The basic objective was to impart knowledge to them and bring awareness about the various social evils prevailing in the society. I learnt the art of interaction by meeting these people.

We also collected old clothes and distributed to the needy ones in the village. This sense of sharing makes us humane from humans.

My experiences as a Program Officer are equally rewarding in real life situations. Right from getting permissions to organize an NSS camp to motivating and encouraging the students to become a part of the camp, gave me the confidence to convince hesitant and reluctant people to join the camp and breaking their long held perceptions about NSS. Running the camp with limited resources was a great experience of application of budgeting and financial management. Allocating duties to the volunteers as per their capabilities helped me understand human resource management.

All the activities of NSS, if undertaken sincerely, can help one learn managerial, sociological and psychological skills through practical experience. NSS is the best platform to learn and enrich oneself with the skills and knowledge which can help an individual in playing an active role in the growth and development of the society.

Of late some critics of NSS have highlighted some deficiencies in the working of NSS camps. It should not dishearten us. I trust all the right thinking persons will join their heads and this churning will find the ways to cover the deficiencies and innovative programs will be designed to make NSS a great success. There is a big potentiality in making NSS a scheme of first choice for the students of higher learning.

Lure for Going Abroad Among the Students

Sh. Chander Parkash Rahi

Principal (Retd.)

Patiala

The Punjabi youth, by and large, have a keen propensity to migrate to the foreign countries, acquire higher qualifications and settle there for good. Thousands of budding, promising and talented young boys and girls are daily migrating to the foreign countries like Canada, Australia and New Zealand. Our colleges, universities and institutions for higher studies are turning into barren and desolate places. It has been estimated that nearly 20% of the college going youth are going to settle abroad. The chief justification in support of this trend is cited to be utter lack of educational growth and the ever growing problem of unemployment. Most of the schemes initiated by the state and the central governments fail to meet the aspirational dreams of the youth. A bleak future is staring at the face of our youth and it is undeniably true that their parents, in order to get them settled and protect them against the Drug Addiction, are keen to salvage the situation by sending their wards abroad by selling their valuable assets. Admittedly, the basic realities enumerated above cannot be winked at but going abroad is not the only viable remedy.

The youth of our country, like that of the world, have unbounded potential to bring about the positive constructive changes in the country and transform the very face of our motherland. If they abandon her, who will be there to fight against the blatant acts of injustice, oppression and inequality? They have to live here and work whole-heartedly for the uplift of the countrymen. The brave face the awkward situations heroically and it is only the fugitives who flee away. Saint Kabir, the celebrated philosopher poet had pronounced this prophetic message in his famous verse 'Sura So Pehchaneyai Jo Larre Din Ke Hait, Purza, Purza Kut Marai, Kabhen Na Chhadde Khet'. It translated into English states that "Though a brave person is

decimated into fragments, he never abandons the field". Therefore, our youth instead of turning their faces to the basic realities of Indian life and fleeing to foreign havens, must serve India to the best of their capacity.

There are a host of ugly sights like the dirty surroundings, dying children for the want of bare of the barest food; acts of molestation and forced sexual abuse of the young girls, etc. Voluntary organizations like the National Service Scheme (NSS), can play a vital role in getting India rid of these maladies.

Let us take a pledge to strengthen the innovative Movement of NSS in our schools, colleges and universities.

ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਤੇ ਉਸਦਾ ਯੋਗਦਾਨ

Sh. Balvir Singh

Head (Retd.), Department of Punjabi
Multani Mal Modi College, Patiala

ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦੀ ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਮਸਲਾ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਚੱਲਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰਾਜਾ ਰਾਮ ਮੋਹਨ ਰਾਏ, ਵਿਨੋਬਾ ਭਾਵੇ, ਸਵਿਤਰੀ ਬਾਈ ਫੂਲੇ ਤਕ ਇਸ ਮਸਲੇ ਤੇ ਚਰਚਾ ਹੁੰਦੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅੱਜ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜਕ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੇ ਲੋਕਤੰਤਰਿਕ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਨਾਲ ਅਣ-ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਵਹਾਰ ਕਿਉਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਔਰਤ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਮਾਜ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਸੰਭਵ ਹੈ? ਇਹ ਸਵਾਲ ਅੱਜ ਵੀ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹਨ। ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਉਚੇਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਸਮਾਜਕ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਕਲਪਨਾ ਚਾਵਲਾ, ਕਿਰਨ ਬੇਦੀ, ਇੰਦਰਾ ਨੂਈ, ਸੁਨੀਤਾ ਵਿਲੀਅਮ, ਚੰਦਾ ਕੋਛੜ, ਇੰਦੂ ਜੈਨ, ਕਿਰਨ ਮਾਜੂਮਦਾਰ, ਵੰਦਨਾ ਲੂਥਰਾ, ਏਕਤਾ ਕਪੂਰ, ਸਾਨੀਆ ਮਿਰਜ਼ਾ, ਸਾਇਨਾ ਨੇਹਵਾਲ ਤੇ ਮੈਰੀਕਮ ਵਰਗੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਨਾਂ ਰੋਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਰਾਜਨੀਤਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਅਨੇਕਾਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਤੇ ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਸੂਬਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ। ਅੱਜ ਦੀ ਔਰਤ ਨੇ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ ਮਰਦਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਫਿਰ ਵੀ ਇੱਕੀਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ 'ਬੇਟੀ ਬਚਾਓ, ਬੇਟੀ ਪੜ੍ਹਾਓ' ਵਰਗੇ ਨਾਹਰਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਰਹੀ ਹੈ। ਭਰੂਣ ਹੱਤਿਆ ਅਤੇ ਅਣਖ ਲਈ ਕਤਲ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮਾਜਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਸਬੰਧੀ ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਖ਼ਬਰਾਂ ਛਪਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਰਤਾਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਸਮਾਜ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਸਮਾਜਕ, ਇਤਿਹਾਸਕ ਅਤੇ ਧਾਰਮਕ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਔਰਤ ਨੂੰ ਸਦੀਆਂ ਤੱਕ ਉਸਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ।

ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਇੱਕ ਨਿਰੰਤਰ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਨਵਰ ਤੋਂ ਵੱਖ ਕੀਤਾ, ਉਹ ਲਗਾਤਾਰ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਰੁਹਾਨੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਮੈਕਸਿਮ ਗੋਰਕੀ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੀਆਂ ਪਦਾਰਥਕ ਅਤੇ ਰੁਹਾਨੀ ਕੀਮਤਾਂ ਦੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰੇ ਲੋਕ ਹੀ ਹਨ। ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕਿਰਤ ਦੇ ਇਸ ਅਮਲ ਨੂੰ ਸਮਝੇ ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੌਰ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਕਦਰ ਪਾਉਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ। ਕਿਰਤ ਦਾ ਇਹ ਅਮਲ ਅੱਗੋਂ ਕਿਰਤ ਦੇ ਸੰਦਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਲਗਾਤਾਰ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪੈਦਾਵਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਪੱਧਰ ਪੈਦਾਵਾਰੀ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਇਹ ਪ੍ਰਬੰਧ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਥਾਨ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਸਮਾਜਕ ਇਤਿਹਾਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਦਿਆਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਅਜਿਹੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਆਰੀਆ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦ੍ਰਾਵੜੀਅਨ

ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਇੱਕ ਮੈਤ੍ਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਮਾਜ ਸੀ। ਕੁਲ ਜਾਂ ਵੰਸ਼ ਮਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਚਲਦੀ ਸੀ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚੱਲਤ ਸਵੰਬਰ ਵਰਗੀ ਪ੍ਰਥਾ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਲੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਚੁਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਸੀ। ਆਰੀਆ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪਿਤਰੀ ਸਤ੍ਹਾ ਦੀ ਸਥਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮੁਖੀ ਪਿਉ ਭਾਵ ਮਰਦ ਹੈ। ਉਹ ਕੁਲ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਤੋਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੁਜੈਲੀ ਥਾਂ ਹੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਨਜ਼ਮ ਹੁਸੈਨ ਸੱਈਅਦ ਅਨੁਸਾਰ, ‘ਟੱਬਰ ਵਿੱਚ ਪਿਓ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੋਵਣਾ, ਘਰੀਂ ਬਾਗ਼ੀ ਜਣਿਆਂ (ਮਰਦਾਂ) ਦਾ ਰਾਜ ਹੋਵਣਾ, ਕੰਮੀ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਵਾਣੀ ਨੂੰ ਪੌਂਦ ਪਿਓ ਦੀ, ਮੁੜ ਖਸਮ ਤੇ ਛੇਕੜ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੀ ਗੋਲੀ ਬਣ ਕੇ ਹੱਡ ਭੰਨਵੇਂ ਤੇ ਰੂਹ ਖੁਰਚਣੇ ਆਹਰਾਂ ਦੀ ਪੰਜਾਲੀ ਵਿੱਚ ਜੁੱਪਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।’

ਜਗੀਰਦਾਰੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਮਰਦ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਤਾ ਨੇ ਔਰਤ ਨੂੰ ਵੀ ਬਾਕੀ ਵਸਤਾਂ ਵਾਂਗ ਇੱਕ ਵਸਤੂ ਹੀ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਸਦੀ ਸਮਾਜਕ ਸਰਗਰਮੀ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਘਰ ਚਲਾਉਣ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਦੂਜੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਵਾਂਗ ਔਰਤ ਨੂੰ ਵੀ ਵੇਚਿਆ ਅਤੇ ਖਰੀਦਿਆ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਉਸਦੀ ਹੈਸੀਅਤ ਪੈਰ ਦੀ ਜੁੱਤੀ ਤੱਕ ਘਟਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਧੀ ਨਾਲੋਂ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਸਮਾਜਕ ਤੌਰ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਅਹਿਮੀਅਤ, ਲੋੜ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਪੁੱਤਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਖਾਹਿਸ਼ ਏਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਕੋਈ ਲਕਸ਼, ਕੋਈ ਖਾਹਿਸ਼, ਏਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮੌਤ ਵੀ ਸਾਰਥਕ ਨਹੀਂ ਮੰਨੀ ਗਈ। ਮਰਨ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਵੀ ਪੁੱਤਰ ਸਦਕਾ ਹੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਕਤੀ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਸਵਰਗ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਸੰਭਵ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ।

ਅਜਿਹੀ ਸੋਚ ਨੇ ਪੁੱਤਰ ਨੂੰ ਹੀ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਜੀਵਨ ਆਦਰਸ਼ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਸਮਾਜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਵਿਰਾਸਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿੱਚ ਉਪਜੀਵਕਾ, ਕਮਾਈ ਅਤੇ ਆਰਥਕ ਪੱਖ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਕਰਕੇ ਵੀ ਪੁੱਤਰ ਨੂੰ ਧੀ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵੱਧ ਅਹਿਮੀਅਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਰਦ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਮਾਜ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਸੋਚ ਨੇ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਬੋਝ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਜੰਮਦਿਆਂ ਹੀ ਮਾਰਨ ਦਾ ਰਿਵਾਜ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚੱਲਤ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਗੁੜ ਖਾਈਂ ਪੂਣੀ ਕੱਤੀਂ

ਆਪ ਨਾ ਆਈ ਵੀਰ ਨੂੰ ਘੱਤੀਂ

ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਇਹ ਅਖਾਣ ਮਰਦ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਮਾਜ ਦੀ ਏਸੇ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਦਾ ਲੱਖਾਇਕ ਹੈ।

ਚੋਰ, ਗੰਵਾਰ, ਸੂਦਰ ਅਰ ਨਾਰੀ

ਇਹ ਸਭ ਤਾੜਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ

ਵਰਗੇ ਕਥਨ ਮਰਦ ਦੀ ਔਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸੋਚ ਦੇ ਹੀ ਲੱਖਾਇਕ ਹਨ। ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਚੱਲੀ ਸਤੀ ਪ੍ਰਥਾ ਜੋ ਮਹਾਰਾਜਾ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਦੌਰ ਤੱਕ ਵੀ ਪ੍ਰਚੱਲਤ ਰਹੀ, ਏਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਔਰਤ ਤੋਂ ਉਸਦਾ ਜਿਊਣ ਦਾ ਹੱਕ ਵੀ ਖੋਹ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਅਜੋਕੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਛਪਦੀਆਂ ਬਲਾਤਕਾਰ ਦੀਆਂ ਵਹਿਸ਼ੀਆਨਾ ਖ਼ਬਰਾਂ ਅਤੇ ‘ਮੈਂ ਵੀ’ (Me Too) ਵਰਗੀਆਂ ਮੁਹਿੰਮਾਂ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਔਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਾਜ ਦੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਹਾਲੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਚੰਗੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਪੜ੍ਹ ਲਿਖਕੇ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ ਤੇ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਹੋ ਸਕਣ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਵੈ ਨਿਰਭਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਉਹ ਸਮਾਜਕ ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਣਗੀਆਂ।

Indoor Pollution

Dr. Ashwani Sharma

Head, Department of Botany
Multani Mal Modi College Patiala

We are worried about the ever increasing contaminated environment around us and feel relaxed only after reaching home driving through congested traffic, full of pollution. Pollution is everywhere irrespective whether it is a city or a metropolitan. Now the question is –Are we safe inside our homes? Definitely not; the reality is that the air inside our residential areas or work places is 2-100 times more polluted than that of outside. What is the cause of this indoor air pollution and how can we get rid of this menace? Many indoor objects are the source of emissions, which cause serious diseases affecting our respiratory system and the nervous system. Shockingly, some have even proved to be causing for congenital disorders or even cancer. One of the root causes of this problem is our routine tendency to keep the doors and windows closed in order to check the inflow of harmful polluted air. Indoor pollutants are generally persistent and remain unaffected for long periods of time. Researches show that the ill-effects of pesticides is more alarming inside our houses than outside. Although, efforts are going on to check and control the outdoor pollutants, no such focus is being set to curb the indoor pollution. All this knowing that almost 80% of our lifetime is spent indoors including our homes and work places, restaurants and shopping malls etc. A majority of the respiratory problems are due to indoor pollution, congested homes without proper ventilation, at times dust aggravating the issue all the more. In urban areas, peoples are customary to use air conditioners in closed rooms, increasing the humidity which in turn promotes the growth of allergy causing microorganisms. The major cause of Tuberculosis is also attributed to indoor pollution.

Aerobiological and irritants are two classes of indoor pollutants.

The former includes dust mites, cockroaches, fungus, excreta of pets, bacteria and virus whereas irritants include curtains, carpets and furniture, which are the source of formaldehyde. Granite used in home appliances is source of Radon and the particulate matter in the air causes bronchitis. Indoor smoking also predominantly causes asthma, a respiratory disease that is more prevalent amongst the females and young children. According to one estimate, out of 73,000 people from Chandigarh, Delhi, Lucknow and Mangalore, 2.4% suffer from asthma and 5% from other respiratory ailments. The impact of outdoor pollution is of a short duration whereas the impact of indoor pollution is long lasting. If smoking is done outside, even then its toxic effluents linger on to the clothes and affect the vulnerable inmates of the house like aged people, patients, pregnant women and children.

Constant use of tobacco and smoke is the main pollutant among the rural people of Punjab and Haryana. Every year 5 lac people die in India being affected by the emission of carbon monoxide released during burning of Coal and wood in enclosures. During winters, children and females are the easy targets of infections. According to the WHO, in South East countries 80% mortality is reported from India out of 6 lac deaths every year. The prominent reason is the lack of proper ventilation. According to one estimate, 80% of the expenses in rural areas are on the health issues. Mortality rate can be reduced to 50%, if we switch to using smokeless “chullahs” and also ensure proper ventilations. It is a sad irony that in spite being aware of the fact that every year 1.6 million people die due to inhalation of toxic smoke, we are still helpless or act irresponsible. More than 3 billion people use coal and wood for cooking food which are the main source of indoor gases like carbon monoxide, benzene and formaldehyde. In some tribes, it is a belief that smoke repels mosquitoes and snakes, therefore ventilation is strictly avoided. According to one research from New Zealand, children are more prone to asthma specially if there is an infestation of cockroaches in the houses. These omnivores are carriers of many harmful viruses and their excreta spread asthma.

More than 60% people working in the poultry farming sector suffer from various respiratory ailments as they are constantly exposed to the excreta of animals.

Some other common indoor pollutants include chemicals of photography, ceramic glass, dusty carpets, dust laden rooms,

cupboards, wall-hangings, room sprays, mosquito repellents and perfumed candles. Cotton dust in textile mills, particulate matter in flour mills and cement factories cause bronchitis and various other lung disorders. People who live in closed A.C. buildings commonly suffer from “Sick building syndrome”.

Use of L.P.G., electric or solar cookers are helpful to minimize indoor pollution. Domestic waste, mainly discarded eatables should be disposed off in covered dustbins to reduce the cockroach menace. Smoking should be completely avoided. Houses should be constructed and designed in such a way that they receive direct sunlight. This drastically cuts down the humidity. Carpets and curtains should be exposed to sunlight for disinfection. During use of A.C., humidity should be within prescribed limit of 40-50%. There should be regular service of A.C. Of late, the increased use of indoor plants has been a positive change, which facilitate the absorption of harmful pollutants like formaldehyde, ammonia and benzene. To cite a few examples we have money plant, the snake plant, Lily and Chrysanthemum.

According to the American Environment Protectors Agency, it is tragic that our families are suffering from various disorders caused during cooking of our own food. One person is dying every 20 seconds due to smoke inhalation or carbon monoxide poisoning.

The miserable state of affairs continue in spite of the fact that we are well-informed and aware of the stark truth and the looming danger that is silently killing innumerable lives.

Let us hope that good sense prevails and we are able to find a promising solution to the threat of indoor pollution.

ਮੈਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾਵਾਂ?

Dr. Harshinder Kaur
Govt. Medical College,
Patiala



ਮੇਰੀ ਖ਼ਬਰ ਸ਼ਾਇਦ ਕਈਆਂ ਨੇ 22 ਸਤੰਬਰ 2014 ਦੀ ਇੱਕ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਖਬਾਰ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹੀ ਹੋਵੇ। ਉਹ ਖ਼ਬਰ 15 ਸਤਰਾਂ ਦੀ ਸੀ ਪਰ ਉਸ ਘਟਨਾ ਵੇਲੇ ਮੇਰੀ ਉਮਰ ਸਿਰਫ਼ 13 ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਸੀ। ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੇ ਦਿਨ ਜਿਵੇਂ ਮੈਂ ਟਪਾਏ ਹਨ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਸੁਫ਼ਨੇ ਵਿਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੋਚ ਸਕਦੇ।

ਮੈਂ ਹਰਿਆਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ, ਮੰਦਰ, ਮਸਜਿਦ, ਸਭਨਾਂ ਵਿਚ ਗੋੜਾ ਲਾ ਆਈ ਹਾਂ। ਹਰ ਥਾਂ ਬਾਹਰ ਖੜ੍ਹੀ ਕਿੰਨਿਆਂ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਦੇ ਵੇਖਿਆ ਹੈ ਤੇ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਦੁਆਵਾਂ ਮੰਗਦਿਆਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ।

ਪੰਜ ਕੁ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਜਦੋਂ ਮੈਂ 10 ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਸੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਆਪਣੀ ਹਾਣ ਦੀ ਪਿਆਰੀ ਜਿਹੀ ਲਾਲ ਫ਼ਰਾਕ ਪਾਈ ਕੁੜੀ ਤੋਂ ਮੰਦਰ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ ਸੀ ਕਿ ਰੱਬ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰ ਕਿਉਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? ਉਸ ਮੈਨੂੰ ਇੰਜ ਵੇਖਿਆ ਜਿਵੇਂ ਮੈਂ ਕੋਈ ਬਦਦੁਆ ਹੋਵਾਂ ਅਤੇ ਨਾਕ ਉੱਤੇ ਗੁਮਾਲ ਰੱਖ ਕੇ ਤਿਰਸਕਾਰ ਨਾਲ ਬੋਲੀ, “ਸ਼ੁਕਰ ਕਰਿਆ ਕਰ ਉਸ ਲਈ ਜੋ ਤੈਨੂੰ ਨਸੀਬ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸ਼ੁਕਰ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੀ ਤਾਂ ਰੱਬ ਇਹ ਵੀ ਖੋਹ ਲਵੇਗਾ।”

ਮੈਂ ਉਸ ਦਿਨ ਵਾਪਸ ਆਪਣੇ ਦਲਿਤ ਟੱਬਰ ਕੋਲ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਚੁਫ਼ੇਰੇ ਝਾਤ ਮਾਰੀ ਤਾਂ ਜੋ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁੱਝ ਲੱਭ ਸਕਾਂ। ਮਕਾਨ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਕੋਈ ਹੈ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਮਿੱਟੀ ਤੇ ਗੋਹਾ ਲਿਪ ਕੇ ਬਣਾਈਆਂ ਦੋ ਕੰਧਾਂ, ਅੱਗੇ-ਪਿੱਛੇ ਤਰਪਾਲ ਤੇ ਉੱਤੇ ਕਾਨੇ। ਮੀਂਹ ਹਨੇਰੀ ਵਿਚ ਆਟੇ ਦਾ ਡੱਬਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਚੂਹੇ ਮੂੰਹ ਮਾਰ ਜਾਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ, ਸਿਰਫ਼ ਉਹੀ ਲਪੇਟ ਦਿੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ। ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਗੰਦੀ ਰਜਾਈ, ਦੋ ਫਟੀਆਂ ਚਾਦਰਾਂ ਤੇ ਇੱਕ ਪਾਟੀ ਦਰੀ। ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ, ਮੈਂ ਤੇ ਦੋ ਛੋਟੇ ਭਰਾ ਇਹ ਤਿੰਨੋਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੁੱਕ ਕੇ, ਭੱਜ ਕੇ, ਨੇੜੇ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਦੀ ਵਧੀ ਹੋਈ ਛੱਤ ਹੇਠ ਖਲੋ ਜਾਂਦੇ। ਮੇਰਾ ਪਿਓ ਸਵੇਰੇ ਇੱਠਾਂ ਢੇਣ ਤੁਰ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਤੇ ਮਾਂ ਦਿਹਾੜੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰ ਕੰਮ ਕਰ ਕੇ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਣ। ਮੈਂ ਦੋਵੇਂ ਛੋਟੇ ਭਰਾ ਸਾਂਭਦੀ। ਕਿਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ, ਮੈਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆਈ! ਇੱਕ ਹੋਰ ਧੱਕੇ ਖਾਣ ਦੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਉਡੀਕਦੇ, ਸਾਰੀ ਰਾਤ ਮੱਛਰ ਮਾਰਦੇ ਹੋਏ, ਜਾਗਦੇ ਲੰਘ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਕਦੇ ਚੂਹਾ ਉੱਤੇ ਚੜ੍ਹ ਆਉਂਦਾ ਤੇ ਕਦੇ ਕੋਈ ਕੁੱਤਾ ਤਰਪਾਲ ਦੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰ ਜਾਂਦਾ। ਨੇੜੇ ਦੇ ਇੱਕ ਅੱਧਧੱਕੇ ਮਕਾਨ ਵਿਚ 57 ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਕਲ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਲੰਘਦੇ ਜਾਂਦੇ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਇੱਕ ਟਾਫੀ ਦੇ ਦਿੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਟਾਫੀ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸੁਆਦ ਲੱਗਦੀ ਸੀ। ਮੈਂ ਉਸਦਾ ਨਿੱਕਾ-ਨਿੱਕਾ ਟੋਟਾ ਕਰ ਕੇ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਸੁਆਦ ਲੈਂਦੀ ਹੋਲੀ-ਹੋਲੀ ਖਾਂਦੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ।

ਇੱਕ ਦਿਨ ਮੇਰੇ ਦੋਵੇਂ ਭਰਾ ਬਾਹਰ ਰੁੜੀ ਉੱਤੇ ਖੇਡ ਰਹੇ ਸੀ ਤੇ ਮੇਰੀ ਅੱਖ ਲੱਗ ਗਈ।

ਅਚਾਨਕ ਉਹ ਨਾਲ ਵਾਲੇ ਅੰਕਲ ਤਰਪਾਲ ਪਾਸੇ ਕਰ ਕੇ ਅੰਦਰ ਆਏ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੇਰਾ ਮੂੰਹ, ਹੱਥ-ਪੈਰ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿੱਤੇ। ਫੇਰ ਆਪਣੇ ਤੇ ਮੇਰੇ ਕਪੜੇ ਲਾਹੇ। ਮੇਰਾ ਢਿੱਡ ਨੱਧ ਕੇ ਏਨੀ ਪੀੜ ਕੀਤੀ ਕਿ ਪੁੱਛੋ ਨਾ! ਮੇਰਾ ਤਾਂ ਸਾਹ ਹੀ ਘੁੱਟ ਗਿਆ ਸੀ। ਮਸਾਂ ਹੀ ਸਾਹ ਵਾਪਸ ਮੁੜਿਆ। ਗੰਦੇ ਅੰਕਲ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇ ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਮੇਰੀਆਂ ਨਿਰਵਸਤਰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਭ ਨੂੰ ਵਿਖਾ ਦੇਣਗੇ ਤੇ ਮੇਰੇ ਭਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਾਰ ਦੇਣਗੇ। ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਡਰ ਗਈ ਸੀ। ਪੀੜ ਨਾਲ ਅਧਮੋਈ ਹੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਦੋਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਗਈ। ਭਰਾਵਾਂ ਨੇ ਹੀ ਵਾਪਸ ਮੁੜ ਕੇ ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ ਉਠਾਇਆ। ਪੂਰਾ ਸਰੀਰ ਟੁੱਟਿਆ ਪਿਆ ਸੀ। ਹਿੱਲਣ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਮੈਂ ਏਨਾ ਡਰ ਗਈ ਸੀ ਕਿ ਕੁੱਝ ਨਾ ਬੋਲ ਸਕੀ। ਉਸ ਦਿਨ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਕੋਸਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਬੰਦੇ ਤੋਂ ਟਾਫੀ ਕਿਉਂ ਫੜਦੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਫਿਰ ਉਹੀ ਗੰਦੇ ਅੰਕਲ ਆਏ ਤੇ ਮੈਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਅਤਿ ਦਾ ਜ਼ਲੀਲ ਕੀਤਾ। ਫਿਰ ਤਾਂ ਰੋਜ਼ ਦਾ ਇਹੀ ਕੰਮ ਬਣ ਗਿਆ। ਰੋਜ਼ ਮੇਰੇ ਕੱਪੜੇ ਲਾਹੁੰਦੇ, ਰੋਜ਼ ਅਧਮੋਈ ਹੁੰਦੀ ਪਰ ਭਰਾਵਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਾਰਣ ਚੁੱਪ ਰਹੀ। ਚਾਰ ਮਹੀਨੇ ਇੰਜ ਹੀ ਲੰਘੇ। ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਵੀ ਬੰਦ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਫੇਰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਢਿੱਡ ਪੀੜ ਹੋਈ। ਮੇਰੀਆਂ ਉੱਚੀ-ਉੱਚੀ ਚੀਕਾਂ ਨਿਕਲ ਗਈਆਂ। ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਝੱਟ ਨੇੜੇ ਦੀ ਇੱਕ ਨਿੱਕੀ ਦੁਕਾਨ ਵਿਚ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲੈ ਗਏ। ਉਸਨੇ ਟੀਕਾ ਲਾਇਆ ਪਰ ਪੀੜ ਮੱਠੀ ਨਾ ਹੋਈ। ਸਾਰੀ ਰਾਤ ਪੀੜ ਨਾਲ ਤੜਫਦੀ ਰਹੀ। ਸਵੇਰੇ ਮੈਨੂੰ ਵੱਡੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਗਏ। ਉਸਨੇ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਕਰਕੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੇਰੇ ਢਿੱਡ ਅੰਦਰ ਮੇਰੇ ਵਾਂਗ ਹੀ ਇੱਕ ਨਿੱਕਾ ਬੱਚਾ ਪਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੁੱਛੋ ਨਾ ਫਿਰ ਕੀ ਹੋਇਆ! ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਉਹ ਬੱਚਾ ਕਿੱਥੋਂ ਆਇਆ। ਮੇਰੇ ਪਿਉ ਨੇ ਮਾਰ-ਮਾਰ ਕੇ ਮੇਰੀ ਚਮੜੀ ਉਧੇੜ ਦਿੱਤੀ। ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਨੇ ਸਮਝਾ ਕੇ ਪੁੱਛਿਆ ਤਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਨਾਲ ਵਾਲੇ ਅੰਕਲ ਰੋਜ਼ ਮੈਨੂੰ ਅਧਮੋਇਆ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ ਸਨ ਪਰ ਭਰਾਵਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖ਼ਾਤਰ ਚੁੱਪ ਰਹੀ।

ਮੈਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਗਏ। ਉੱਥੇ ਰਿਪੋਰਟ ਦਰਜ ਕਰਵਾਈ। ਉੱਥੇ ਵੀ ਕੀ ਦੱਸਾਂ ਹਰ ਅੱਖ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਲੀਲ ਕੀਤਾ। ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਚੁਫੇਰਿਓਂ ਤਿੱਖੇ ਤੀਰ ਹੀ ਮਿਲੇ ਹਨ। ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਤੇ ਟੀ. ਵੀ. ਚੈਨਲਾਂ ਨੇ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ। ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਹਰ ਕਿਸੇ ਅੱਗੇ ਹਾੜ੍ਹੇ ਕੱਢ ਹਟੀ ਕਿ ਮੇਰਾ ਗਰਭ ਡੇਗ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਪਰ ਕਿਤੇ ਸੁਣਵਾਈ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਮੇਰਾ ਕੇਸ ਲੈਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਅਖੇ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਕੇਸ ਹੈ।

ਹੁਣ ਮੈਂ ਚੌਦਾਂ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਹਾਂ ਤੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਪੰਜ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਗਰਭ ਹੈ। ਅੱਗੇ ਇੱਕ ਸੀ ਪਰ ਹੁਣ ਚੁਫੇਰੇ ਗੰਦੇ ਅੰਕਲ ਭਰੇ ਪਏ ਹਨ। ਹਰ ਕੋਈ ਮੈਨੂੰ ਚੱਬਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਉੱਤੇ ਟਿੱਚਰਾਂ ਕੱਸਦਾ ਹੈ। ਅਖ਼ੀਰ ਥੱਕ ਹਾਰ ਕੇ ਫਿਰ ਮੰਮੀ ਪਾਪਾ ਨੇ ਕੋਰਟ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੜਕਾਇਆ ਤਾਂ ਜੱਜ ਵੱਲੋਂ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਫਿਟਕਾਰ ਪਾਈ ਗਈ ਕਿ ਕਿਉਂ ਮੇਰਾ ਗਰਭ ਡੇਗਣ ਵਿਚ ਦੇਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹੀ ਅਖ਼ਬਾਰ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਖ਼ਬਰ ਬਣ ਗਈ। ਪਰ, ਇਸਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕੁੱਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਿਆ।

ਮੈਂ ਹਾਲੇ ਵੀ ਉਸੇ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹਾਂ। ਹੁਣ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਲੋਕ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਖੜ੍ਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਦੱਸੋ ਤਾਂ ਸਹੀ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਾਂ ਤੇ ਕਿਹੜੇ ਧਰਮ ਦੇ ਰੱਬ ਨੂੰ ਸਿਜਦਾ ਕਰਾਂ?

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਿੱਕੇ ਜਿਹੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਢਿੱਡ ਅੰਦਰ ਮੇਰੇ ਵਰਗੀ ਇੱਕ ਪਲ ਰਹੀ ਜਾਨ ਲਈ ਵੀ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਡਾਕਟਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਸ ਸਦਕਾ ਹੁਣ ਮੇਰੀ

ਜਾਨ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੇ ਮੇਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਮਝਦਾਰ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰੱਬ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨ ਨੂੰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਇੱਕੋ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰਾ ਕਸੂਰ ਸਮਝਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿੱਥੋਂ ਜਾਵਾਂ?

ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੇ ਸੂਝਵਾਨ ਲੋਕ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਣ ਕਿ ਮੈਂ ਮਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੇ ਇੱਕ ਵਾਰ ਰੱਬ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਾਂ ਤਾਂ ਕਿਸ ਗੱਲ ਲਈ?

1. ਇਸ ਮਨੁੱਖ ਰੂਪੀ ਜਨਮ ਲਈ? ਕੀ ਇਸਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?
2. ਤਰਪਾਲ ਤੇ ਕਾਨਿਆਂ ਦੇ ਬਣੇ ਘਰ ਲਈ?
3. ਰੋਜ਼ ਇੱਕ ਵੇਲੇ ਦੇ ਸੁੱਕੇ ਟੁੱਕਰ ਲੂਸਦੇ ਢਿੱਡ ਅੰਦਰ ਟੂਸਣ ਲਈ?
4. ਮੇਰੇ ਪਿਉ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੰਦੇ ਕੋਲੋਂ ਸਰੀਰ ਨੁਚਵਾਉਣ ਲਈ?
5. ਢਿੱਡ ਅੰਦਰ ਪਲ ਰਹੀ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਔਲਾਦ ਲਈ?
6. ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਗਰਭ ਨਾ ਡੇਗੇ ਜਾਣ ਲਈ?
7. ਕੋਰਟ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ?

ਮੇਰੀ ਕਹਾਣੀ ਤਾਂ ਚਲੇ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿਚ ਛਪ ਚੁੱਕੀ ਹੋਈ ਹੈ ਪਰ ਮੇਰੇ ਵਰਗੀਆਂ ਹੋਰ ਵੀ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਨੇ ਸਾਰ ਨਹੀਂ ਲਈ ਤੇ ਉਹ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਜੰਮ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਅੱਜ ਕੋਈ ਅਗਾਂਹ ਆ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਇਹ ਨਰਕ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਖ਼ਾਤਮਾ ਕਰ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਲੈ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਰਗੀ ਦੁਰਕਾਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਿੱਕੀ ਜਾਨ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲੰਘਣ ਦੇਣਾ।

ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਰੱਬ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡਾ ਹੈ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰੱਬ ਕੋਲੋਂ ਮੰਗਣ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਹੈ। ਪਰ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰ ਨਹੀਂ ਮਨਾਉਣਾ ਬਲਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਰੱਬ ਤੋਂ ਸਵਾਲ ਵੀ ਪੁੱਛਣਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਸਗੋਂ ਇੰਝ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਰੱਬ ਨੂੰ ਮੇਰਾ ਸ਼ੁਕਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸਦਾ ਦਿੱਤਾ ਨਰਕ 14 ਸਾਲ ਤੱਕ ਪੂਰੀ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਭੋਗਿਆ ਹੈ। ਨਾ ਮੇਰੇ ਵਰਗੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਨੇ ਸਾਰ ਲਈ ਤੇ ਨਾ ਅੱਗੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਤਾਂ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਹਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਭ ਲਈ, ਖਾਸ ਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਦੁਖੀ ਹਨ ਤੇ ਰੱਬ ਕੋਲੋਂ ਸੁੱਖ ਮੰਗਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਸੁੱਖ ਮੰਗਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਝਾਤ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵੱਲ ਜ਼ਰੂਰ ਮਾਰ ਲੈਣ!

ਅੱਜ ਚੇਤੇ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਲਾਲ ਫ਼ਰਾਕ ਪਹਿਨੀ ਹੋਈ ਉਸ ਕੁੜੀ ਦੀ ਗੱਲ ਕਿ ਜੇ ਸ਼ੁਕਰ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ ਤਾਂ ਰੱਬ ਇਹ ਵੀ ਖੋਹ ਲਵੇਗਾ। ਮੈਂ ਤਾਂ ਸ਼ੁਕਰ ਕੀਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਕਾਸ਼! ਰੱਬ ਇਹ ਸਭ ਖੋਹ ਲਵੇ। ਪਰ ਉਸਨੇ ਫੇਰ ਵੀ ਮੇਰੇ ਵੱਲ ਝਾਤ ਨਹੀਂ ਮਾਰੀ। ਖ਼ੈਰ! ਹੁਣ ਵਾਪਸ ਉਸੇ ਕੋਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਕਿੱਥੋਂ ਜਾਵਾਂ? ਅਲਵਿਦਾ!

लक्ष्यविमुख युवा पीढ़ी को विवेकानंद के आदर्शों का संस्पर्श

Dr. Geetu

Former NSS Programme Officer
Assistant Professor, Department of Hindi
Manohar Memorial P.G. College, Fatehabad

“Take up one idea.
Make that one idea your life—think of it,
dream of it, live on that idea.
Let the brain, muscles, nerves,
every part of your body,
be full of that idea, and
just leave every other idea alone.
This is the way to success.”

— Swami Vivekananda

यदि समाज की तुलना एक उद्यान से की जाए तो युवा वर्ग की तुलना इस उद्यान के सबसे सुगंधित पुष्प से की जा सकती है। युवा वर्ग समाज का ऐसा जीवंत निकष होता है, जिसके दर्पण में हम एक साथ, एक समय में और एक ही स्थान पर किसी समाज के अतीत, वर्तमान और भविष्य को साकार होते देख सकते हैं। वह जो कुछ है उसका निर्माण युगीन समाज करता है और जो कुछ वह होना चाहता है, उसकी उचित परीक्षा के लिए यह देखना होता है कि पिछली पीढ़ी ने उसे विरासत में कौन-कौन से गुण और कैसे संस्कार दिए हैं। जिस पर चलकर वह अपने वर्तमान और भविष्य को संवार सकता है। ऐसा बहुधा देखा गया है कि नई पीढ़ी पिछली पीढ़ी का अनुसरण करती हुई उनके द्वारा निर्मित परंपराओं, मूल्यों एवं मान्यताओं की सीढ़ी पर अपने कदम टिका कर नवनिर्माण की राह पर बढ़ती है और आज की युवा पीढ़ी भी इसका अपवाद नहीं है। इतिहास के पन्ने ऐसे ही कई पथप्रदर्शक और मार्गदर्शकों से भरे पड़े हैं, जिन्होंने समय-समय पर नव पीढ़ी के उत्थान और उन्नति के मार्ग प्रशस्त किए। फिर चाहे देश के लिए प्राण न्यौछावर करने की प्रतिबद्धता हो या समाज को सही राह ले जाने की तीव्र इच्छा। अपने परिश्रम, प्रखर सोच, दृढ़ता और मजबूत इरादों से ऐसे न जाने कितने समाज सुधारकों एवं स्वतंत्रता सेनानियों ने राष्ट्रीयता के व्यापक संदर्भ में देश को संवारा है। भारतीय इतिहास में इस दृष्टि से स्वामी विवेकानंद का नाम चिरस्मरणीय है। सच्चे भारत भक्त, निर्भीक, साहसी, दृढ़ निश्चयी विवेकानंद ने न केवल युवाओं को प्रेरित किया बल्कि उनमें साहस, आत्मविश्वास, नैतिक मूल्य, सत्यनिष्ठा जैसे मानवीय गुणों की ओर ले जाने का स्तुत्य कार्य किया।

वर्तमान समय में मानव जीवन जिस तेजी से मशीन के पहियों पर सरपट घूम रहा है, उतनी तेजी से भावनाविहीन होता जा रहा है। अधिक से अधिक धन कमाने की लिप्सा या आगे बढ़ने की प्रतिस्पर्धा और भोगविलासी जीवनशैली ने युवाओं को लक्ष्यविमुख कर दिया है। आज का युवा व्यावसायिक उन्नति के लिए अपने जीवन को ही दाव पर लगा रहा है। उसके जीवन में उस शिक्षा का अभाव है जो विवेकानंद सरीखे महापुरुषों ने दी। जिनकी नज़र में शिक्षा का आशय कुछ इस तरह का रहा— “शिक्षा विविध जानकारी का देना ही नहीं है, जो तुम्हारे मस्तिष्क में दूंस दिया गया है और

बिना आत्मसात हुए वहां आजन्म पड़ा रहकर गड़बड़ मचाया करता है। हमें उन विचारों की आवश्यकता है, जो जीवन निर्माण, मनुष्य निर्माण तथा चरित्र निर्माण में सहायक हों।" विवेकानंद के ऐसे विचार युवाओं के लिए प्रेरक हैं। जहां आज की युवा पीढ़ी आंख मूंद कर पश्चिमी संस्कृति को आदर्श मानकर विकृतियों की गर्त में जा रही है। वहीं नई विचारधारा के बोझ तले युवाओं की अपरिपक्व महत्वकाक्षाओं का उदय होना, उसके सुखद भविष्य की ओर संकेत नहीं करते। अपने लक्ष्य से भटक मात्र भौतिक सुख सुविधाएं जुटाने में लगा आज का युवा चिंतन मनन में विश्वास नहीं रखता, क्योंकि हर कार्य के लिए आज मशीन एवं उपयोगी यंत्र मौजूद हैं। यहां तक कि उनके सोचने विचारने के लिए भी कंप्यूटर हाज़िर है। ऐसे समय में जब उनके नेतृत्व की आवश्यकता महसूस होती है तो सहसा हमारा ध्यान विवेकानंद की ओर जाता है, जिन्होंने युवाओं का न केवल नेतृत्व किया बल्कि अपने पुरुषार्थी स्वभाव के साथ अकेले ही शून्य से प्रारंभ करते हुए पूरे विश्व को चमकृत कर दिया।

युवाओं में साहस की तरंगें उत्पन्न करने वाले विवेकानंद साहस के उत्तुंग शिखर हैं। उन्होंने कायरता को कभी जाना ही नहीं। उनकी प्रतिभा, उनका साहस और उनकी अदम्य छवि देखकर सहज ही उनके पुरुषार्थ का अनुमान लगाया जा सकता है। "असीम साहस और पवित्रता" स्वामी विवेकानंद का यह संदेश उनके लिए है, अर्श पर सितारों की भांति चमकना चाहते हैं। इन साहसपूर्ण संदेशों के स्पर्श से युवाओं के जीवन में साहस भरा जा सकता है। वे एक स्थान पर कहते भी हैं— "मजबूत बनो, शक्तिशाली बनो। जगत की अनंत शक्ति तुम्हारे भीतर है। जो कुसंस्कार तुम्हारे मन को ढके हुए हैं, उन्हें भगा दो। साहसी बनो। तुम जो कुछ सोचोगे, तुम वही बन जाओगे।" लेकिन आज का युवक समाज की न सोच कर आत्मकेन्द्रित विचारधारा और भौतिकवादी दृष्टिकोण के प्रति आकृष्ट हैं। अपनी संपूर्ण जीवन शैली को उसी रूप में ढाल रहे हैं जिस रूप में वे आधुनिक या मॉडर्न होना चाहते हैं। वास्तव में आज की युवा पीढ़ी को आधुनिकता का सही अर्थ नहीं मालूम है। अक्सर नई धारणाओं के चलते नवयुवकों का पुरानी भारतीय परंपराओं को नकारना, उनका उल्लंघन, विरोध करना आधुनिकता की परिधि में नज़र आता दीखता है। बस यहां उनकी इन्हीं धारणाओं को तोड़ने के लिए विवेकानंद बीड़ा उठाते हैं और स्वयं एक उदाहरण बनकर अपने जीवन को समर्पित कर देते हैं। रामकृष्ण परमहंस की वाणी से प्रभावित और उनके विचारों को जीवन में अनुप्राणित करते हुए बचपन से ही नरेन्द्रनाथ ने जीवन को अपने ही तरीके से देखना आरंभ किया। शैशवावस्था में उनकी मां भुवनेश्वरी देवी को अपने पुत्र की विलक्षण प्रतिभा का आभास होने लगा। पारिवारिक प्रेम और बंधन विवेकानंद को गृहस्थ के बंधनों में नहीं बांध सका, क्योंकि वे जीवन में हर प्रकार से स्वतंत्रता को देखने और अनुभूत करने के पक्षधर रहे। इसलिए अपनी दिव्य वाणी से इसी स्वतंत्रता की बात इन्होंने इस रूप में की है— "मानव स्वतंत्रता का प्रबल दावेदार है। हमारे विचार, हमारे शब्द, हमारे कर्म वो धागा हैं, जिनके द्वारा हम अपने ईद—गिर्द जाल बुन लेते हैं।"

मात्र सोलह साल की उम्र में जिसने अपनी तीक्ष्ण विद्या, बुद्धि और प्रबल आत्मनिष्ठा का परिचय देते हुए और जीवन की वास्तविकता एवं नियति को जानकर

अपना संपूर्ण जीवन मानवता को समर्पित कर दिया। ऐसे महापुरुषों की जीवन गाथाएं स्मरण करवाती हैं कि किस प्रकार विपरीत परिस्थितियों का सामना करते हुए भी जिन्होंने कभी अपने लक्ष्य का त्याग नहीं किया। इसलिए विवेकानंद सभी को निरंतर प्रयास का मंत्र देते रहे हैं। जिसके बल पर महान कार्य किए जा सकते हैं— "पीछे का ओर मत देखो। आगे अनंत उर्जा, असीम उत्साह, अनंत चुनौतियां स्वीकार करें, असीम धैर्य रखें—तभी हम महान कार्य संपन्न कर सकते हैं।" जिस धरा पर इस तरह के उच्च विचारों से सुसंपन्न शख्सियतों ने जन्म लिया हो, जिन्होंने 'सत्यम् शिवम् सुंदरम्' की व्याख्या करते हुए सत्य को प्रतिष्ठित किया हो, उस देश की युवा पीढ़ी दिशा भ्रमित हो रही है। आज फैशन के नाम पर नैतिक मूल्यों का पतन हो रहा है। धैर्य, इच्छा शक्ति, दृढ़ता जैसे गुण विकसित होने की बजाए समाप्त हो रहे हैं। ऐसे समय में विवेकानंद द्वारा प्रदत्त दृढ़ता के गुण का अकस्मात् संस्पर्श मिलता है तो युवा पीढ़ी को एक संबल, एक आधार मिलता है— "निरंतर प्रयास विकसित करने से हमें बाधाओं को पार करने और शानदार सफलता प्राप्त करने में सफलता मिलती है। कोई बड़ी कामना ही हमें महान नहीं बनाती, जब तक उसके साथ दृढ़ संकल्प की शक्ति शामिल न हो।" कर्म को कर्तव्य समझकर उसमें फल या सुख दुख की भावना न रखना, इन बातों का प्रचार विवेकानंद ने पश्चिमी देशों में जाकर बड़ी ही ओजस्वी वाणी में किया। उनकी दिव्य वाणी को सुनकर वे आत्ममुग्ध हो जाते थे। यही प्रभाव था विवेकानंद का, जिन्होंने भारतवासियों को गुलामी की मानसिकता से आज़ाद करने में सहायता की और देश की परंपराओं एवं भारतीय जीवन दर्शन को सर्वश्रेष्ठ मानते हुए कहा— "प्यारे देशवासियों! पुनीत आर्यावर्त में बसने वालों, क्या तुम इस तिरस्करणीय भीरुता से वह स्वाधीनता प्राप्त कर सकोगे, जो केवल वीर पुरुषों का अधिकार है। भारत मेरा जीवन, मेरा प्राण है। भारत मेरे जीवन का हिंडोला, मेरे यौवन का आनंदलोक और मेरे बुढ़ापे का बैकुण्ठ है।" ऐसे भावों की सृजना करने वाले विवेकानंद का उद्देश्य था, उन युवाओं को दिशा दिखाना जो अपनी राह से विमुख हो रहे थे। तभी वे सदैव युवकों का यह कहकर आह्वान करते रहे कि "आपको भीतर से विकसित होना होगा, वही बाहर परिलक्षित होगा।" उनकी यही वाणी आज के समय में उतनी ही प्रासंगिक है जितनी उस वक्त रही।

निष्कर्षतः

आज की युवा पीढ़ी को विवेकानंद के आदर्शों को सामने रख अपने जीवन में उनके आदर्शों को संस्पर्श करने की महती आवश्यकता है। आज के लक्ष्य विमुख होते युवाओं को चाहिए कि स्वामी विवेकानंद द्वारा निर्देशित साहस, धैर्य, सत्यनिष्ठा, निरंतर प्रयास जैसे मौलिक गुणों को अपने भीतर आत्मसात करें। तभी उनका निष्प्राण तथा निरर्थक होता जीवन संप्राण और सार्थक बन पाएगा।

संदर्भित सहायक ग्रंथ

- एआरके शर्मा, सफलता के सिद्धांत, स्वामी विवेकानंद के विचारों पर आधारित, प्रकाशन—श्री शारदा बुक हाउस, विजयवाड़ा, संस्करण 2013
- शशि शर्मा प्रभा, श्रेष्ठ निबंध, अरिहंत पब्लिकेशन, संस्करण 2009
- एआरके शर्मा, नेतृत्व सूत्र, प्रकाशन—श्री शारदा बुक हाउस, विजयवाड़ा, संस्करण 2013
- नरेन्द्र कोहली, तोड़ो कारा तोड़ो, किताबघर प्रकाशन, सातवां संस्करण 2004
- स्वामी विवेकानंद, हिंदू धर्म, श्री रामकृष्ण आश्रम, नागपुर, छटा संस्करण
- स्वामी लोकेश्वरानंद, सबके स्वामी जी, रामकृष्ण मिशन इंस्टीच्यूट ऑफ कल्चर द्वारा प्रकाशित, गोल पार्क, कलकत्ता, संस्करण 1992
- श्री सत्येन्द्रनाथ मजूमदार, विवेकानंद चरित, श्री रामकृष्ण आश्रम, नागपुर।

Effect of Smartphone Usage on Students' Academic Performance & Wellbeing: A Systematic Literature Review

Dr. Pawan Kumar

Assistant Professor, Department of Marketing,
Mittal School of Business, Lovely Professional University, Jalandhar

ABSTRACT

The increasing trend of using electronic gadgets has penetrated students' lives at a faster pace in the present scenario. The advancements in technology, innovation and internet penetration have attracted smartphone marketeers to woo the Indian youth with technology-enabled smartphones in their hands. But it has been observed that students use smartphone for several purposes besides talking and messaging such as live chatting, searching for information, mobile banking, entertainment, etc. With the advancement in technology, the usage has become so high and now alarming that it has turned into addiction in many cases. The primary focus of this study is to study the consequences of smartphone addiction on the academic performance and wellbeing of higher education / University students in India. In this present study, a students' addiction to smartphones verses his/her academic performance has been measured through an extensive review of literature available in high-quality Scopus indexed publications. The studies show its effect on the students' academic performance and their wellbeing.

Keywords: smartphone usage, academic performance, internet penetration

1. Introduction

India is one of the most popular destinations for smartphone companies for its mobile users are equivalent to the entire population of the United States. With the increasing trend of smartphone usage, the number of smartphone users in India is estimated to increase to about 442.5 million in 2022.

(<https://www.statista.com/topics/4600/smartphone-market-in-india>).

India has become the second biggest market surpassing the United States of America (U.S.) with more than 220 million users in terms of active users (Pathak, 2015). Irrespective of age, income, gender and residence, the smartphone has become an important part of an Indian's life. In many cases, they are being used as an alternative for computers, radio and television (news watching and sports highlights etc.). Students prefer the smartphone over a laptop and personal computers for entertainment, information search, chatting, shopping, online banking, preparing assignments, reading news, and learning. Smartphone offers a unique experience and enables them to be online anytime and anywhere (Alan & Eyuboglu, 2012). People use smartphones for entertainment or to relieve their stress. Such use can yield immediate gratification, but it can also be accompanied by a diminished sense of volitional control and induce persistent activity (Thomée, Härenstam, & Hagberg, 2011). But at the same time, there also have been the lot of accusations against the smartphones such as students wasting their time and missing studies, avoiding urgent tasks and exercises, being unfocused on their goals and target. This increasing trend of the smartphone has made them to addict and they are found using on the roads while walking, driving, and even watching adult contents etc. One of the significant study related to compulsive usage leads to mental health symptoms like sleep disturbance and depression (Thomée, Eklöf, Gustafsson, Nilsson, & Hagberg, 2007; Thomée et al., 2011). Moreover, this situation is so vulnerable that over fifty per cent of Smartphone users check their devices within 5 min of waking up and Instant messaging (IM) apps and social networks are the first things consumers check on their Smartphone in the morning (Deloitte, 2015). In such cases it becomes necessary to study and sensitize the students about the impact of smartphone on the students' academic performance and their well-being.

2. Literature review

Technology addiction has been recognized since the mid-1990s as a new kind of social problem because the media started paying increasing attention to the idea of computer or internet addiction (Shaw & Black, 2008). With the advent of smartphones, a new kind of addiction emerged among Indian students. In the recent times, various authors have developed a scale to measure the mobile phone

addiction such as Mobile Phone Problem Use Scale (MPPUS) by Bianchi and Phillips (2005) and Smartphone Addiction Scale (SAS) by Kwon et al., (2013), Smartphone Addiction Scale (SPAS) by Bian and Leung (2014) etc. unraveled the situation where mobile phone addicts exhibited similar characteristics to other established addictions. The study revealed that the smartphone addicts hide their actual use from the parents, friends and face financial crisis, feel preoccupied, anxious, or depressed. Javid, Malik, and Gujjar (2011) in their study found that despite being used extensively for communication, gaining knowledge etc. Smartphones had multiple drawbacks such as wastage of precious time and money in gossiping on meaningless topics. A very important research by James and Drenn (2005) has stated that university students spend about 1.5 hours to 5 hours on their smartphones per day. Yaya and Manolis (2014) suggest that addiction to one's cell-phone is ultimately an attempt to escape another, more significant problem, such as boredom, low self-esteem, relationship trouble, etc. According to Coventry & Brown, (1993), habitual Smartphone use leads to automatic urges in which the Smartphone is unlocked to check for notifications which increases the chance to develop addictive behaviours. For example, it has been observed that the students check their facebook account in order to see only the likes, comments and new notifications.

2.1. Studies on Smartphone usage and Wellbeing

Several studies have found that relationships have an important role to play in people's wellbeing (Boyce, Wood, & Ferguson, 2016). Adolescents become increasingly reliant on their peers for social support (Allen et al., 2007). Individuals who are able to form secure attachment bonds with peers have greater psychological health and fewer behavioral problems (Brauer & De Coster, 2015). Therefore, adolescents tend to make more friends and partners and like to spend more time talking, discussing and aspiring to be as close to them as possible. With smartphones, it has become much easier since they are able to have conversations, send messages and have video chats etc. But it also takes away their time from reading and concentrating on their academic activities. In such conditions it has been hypothesized that students committed to a relationship tend to use smartphones more than the ones who are single and not committed. Even social media platforms like Facebook provided an invaluable resource for

fulfilling the basic human need for social connection. But rather than enhancing well-being, the finding of the study suggests that Facebook may undermine it. (Kross E, Verduyn P, Demiralp E, Park J, Lee DS, et al. (2013)

Relationship status tends to have a significant impact over the Smartphone usage.

2.2. Studies on Smartphone usage and smartphone addiction

The use of smartphones by the younger generation is higher as compared to others (Kwon et al., 2013). Augner and Hacker (2012) suggested in their research article that the tendency of young people to suffer from Smartphone addiction is directly proportional to their Smartphone usage. Hence, this research study hypothesises that the Smartphone addiction tends to grow with the increase in Smartphone usage. As students tend to spend more time on the phone they start getting addicted to it.

Increase in Smartphone usage leads to higher addiction.

2.3. Studies on Smartphone addiction and academic performance

The excessive use of smartphone and the psychological symptoms associated with it lead to Smartphone addiction (Bianchi & Phillips, 2005). When students were asked about the distractions they get when they are in class and someone texted him/her, the majority accepted that they are distracted from the lectures and start to concentrating on replying to the messages sent to them which eventually causes poor academic performance at the end of semester (Kibona & Mgya, 2015). Aljomaa, Qudah, Albursan, Bakhiet, and Abduljabbar (2016) state that Smartphone addicts tend to neglect both work and study, thereby isolating themselves from friends and family and remaining attached to the Smartphone.

Smartphone addiction affects the academic performance of students.

Findings and Conclusion

Being, the 2nd largest market of smartphones, the marketer's penetration pricing, providing innovative features and availability of various credit facilities have made it attractive to a large section of the Indian society. There have been many positive and bright aspects of smartphones such as instant messaging, live chats, making notes, playing games, mobile banking, paying bills, searching for information

etc. But along with all the positives, the literature also revealed the negative effects on the students' overall personality and wellbeing. Smartphone addiction was found to have an adverse effect on the academic performance and wellbeing of the students. There are other adverse effects too such as indifference, emotional imbalance, anxiety, addiction to selfies which results in meeting with accidents, watching adult content that leads to heinous crimes like rape etc. In the Indian society where a boy gets privilege and access to smartphones much earlier than a girl, smartphone addiction has a larger negative impact on the academic performance of the male students than the female ones.

Future scope of research

This study focused on the students at the moment, which is the most vulnerable group but future studies may try to cover wider age groups. The present study focuses only on the dark side of smartphone usage on the behaviour of students. However, future study on this subject can also possibly highlight on the brighter side and present a new perspective through a survey on understanding the perception of parents about the impact of smartphone on their children's overall performance. The study could also be possible in determining the moderating effect of both gender and status on the usage of the smartphone.

References

- Aljomaa, S. S., Qudah, M. F. A., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F., & Abduljabbar, A. S. (2016). Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*, 61, 155–164. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.041>.
- Augner, C., & Hacker, G. W. (2012). Associations between problematic mobile phone use and psychological parameters in young adults. *International Journal of Public Health*, 57(2), 437–441. <http://dx.doi.org/10.1007/s00038-011-0234-z>.
- Barnes, N. G. (2009). Reaching the wired generation: How social media is changing college admission. *National Association for College Admission Counseling*. Retrieved 10 October 2015 <http://www.nacacnet.org/publicationsresources/marketplace/discussion/pages/socialmediadiscussionpaper.aspx>.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology and Behavior*, 8(1), 39–51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>.
- Bian, M., & Leung, L. (2014). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61–79. <http://dx.doi.org/10.1177/0894439314528779>.

Boyce, C. J., Wood, A. M., & Ferguson, E. (2016). For better or for worse: The moderating effects of personality on the marriage-life satisfaction link. *Personality and Individual Differences*, 97, 61–66. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.005>.

Brauer, J. R., & De Coster, S. (2015). Social relationships and delinquency: Revisiting parent and peer influence during adolescence. *Youth & Society*, 47. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.005>.

Coventry, K. R., & Brown, R. (1993). Sensation seeking, gambling and gambling addictions. *Addiction*, 88(4), 541–554.

James, D., & Drenn, J. (2005). Exploring addictive consumption of mobile phone. *Journal of Adolescence*, 27(1), 87–96.

Javid, M., Malik, M. A., & Gujjar, A. A. (2011). Mobile phone culture and its psychological impacts on students' learning at the university level. *Language in India*, 11(2), 416–422. Retrieved from: <http://www.languageinindia.com/feb2011/mobilegujjar.html> (18/04/2017).

Kibona, L., & Mgaya, G. (2015). Smartphones' effects on academic performance of higher learning students. *Journal of Multidisciplinary Engineering Science and Technology*, 2(4), 777–784.

Kwon, M., Lee, J.-Y., Won, W.-Y., Park, J.-W., Min, J.-A., et al. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS One*, 8(2), e56936. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>.

Pathak, T. (2015). Market monitor: Q1 2015: Handset & smartphones India. Counterpoint Research's market monitor service. Retrieved April 15, 2018 from <https://www.counterpointresearch.com/market-monitor-q1-2015-handset-smartphones-india/>.

Roberts, J., Yaya, L., & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Journal of behavioral addictions*, 3(4), 254–265. <http://dx.doi.org/10.1556/JBA.3.2014.015>.

Shaw, M., & Black, D. W. (2008). Internet addiction. *CNS Drugs*, 22(5), 353–365.

Thomée, S., Eklöf, M., Gustafsson, E., Nilsson, R., & Hagberg, M. (2007). Prevalence of perceived stress, symptoms of depression and sleep disturbances in relation to information and communication technology (ICT) use among young adults - an explorative prospective study. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1300–1321.

ਵਾਤਾਵਰਨ ਦਾ ਸੰਕਟ-ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਚਿੰਤਨ ਦਾ ਵੇਲਾ

Dr. Gurdeep Singh

Head, Department of Punjabi
Multani Mal Modi College, Patiala

ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਅੱਜ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਸ਼ਵ ਲਈ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਚੁਣੌਤੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਦੀ ਹੈ। ਉਦਯੋਗਿਕ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਗ਼ੈਰ-ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰਾਨਾ ਵਤੀਰੇ ਨੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਇਸ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮੁੱਚਾ ਜੀਵਨ ਸੰਕਟ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਸੰਨ 2002 ਵਿੱਚ ‘ਵਰਲਡ ਵਾਈਡ ਲਾਈਫ ਫੰਡ ਸਟੱਡੀ’ ਨਾਮੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਸਥਾ ਨੇ ਤੱਥਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ’ਤੇ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਖੋਜ ਦੇ ਆਧਾਰ ’ਤੇ ਜੋ ਰਿਪੋਰਟ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਸੀ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ ਨਾਲ ਖਿਲਵਾੜ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਰੀ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਸੰਨ 2050 ਤੱਕ ਧਰਤੀ ਦੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੰਸਥਾ ਨੇ ਇਸ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਨਾਸ਼ ਲਈ ਵਿਕਸਤ ਮੁਲਕਾਂ ਦੇ ਅਮੀਰਾਨਾ ਮਨੁੱਖੀ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾਇਆ ਹੈ।

ਵਿਗਿਆਨਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਗ਼ੈਰ-ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਰਾਹ ’ਤੇ ਚਲਦਿਆਂ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸੁੱਖਾਂ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸਿਰਜਿਆ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਉਸ ਨੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਵਿਨਾਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਣ ਵਾਲਾ ਅਥਾਹ ਸਾਮਾਨ ਵੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨ ਮੂਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਾਨਵ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਈਜਾਦ ਕੀਤਾ ਵਿਧਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਵਾਰਥ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਬਿਰਤੀ ਨੇ ਗਲਤ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤਦਿਆਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਵਿਨਾਸ਼ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਉੱਪਰ ਆਪਣਾ ਗਲਬਾ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਸਵਾਰਥ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਵਰਤਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਵਿਗੜਨਾ ਸੁਭਾਵਕ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਗੁਲਾਮ ਬਣਾ ਕੇ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਖਿਲਵਾੜ ਕਰਕੇ ਮਾਨਵੀ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਥਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੁੱਟ ਦੇ ਰਾਹ ਤੇ ਤੁਰਦਿਆਂ ਸਮੁੱਚੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਵਿਗਾੜ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਹਰ ਜੀਵਨ ਹਿਤੈਸ਼ੀ, ਸੁਝਵਾਨ ਪ੍ਰਾਣੀ ਅਤੇ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀ ਵਰਗ ਦਾ ਫਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸੋਧ ਅਤੇ ਰਾਹ ਦਰਸਾਉਣ ਤਾਂ ਕਿ ਵਿਨਾਸ਼ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਇਹ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਸਚਾਈ ਹੈ ਕਿ ਸਮੁੱਚੇ ਬਹਿਮੰਡ ਵਿੱਚ ਕੇਵਲ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਹੀ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਜੀਵਨ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਚੱਲਦੇ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ

ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਮੂਲ ਤੱਤਾਂ; ਪਾਣੀ, ਹਵਾ, ਬਨਸਪਤੀ, ਅਕਾਸ਼, ਅੱਗ, ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਆਦਿ ਸਦਕਾ ਹੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਜੀਵਨ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ। ਸਮੁੱਚੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਜੀਵ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੇ ਬੁੱਧੀ ਤੱਤ ਦੇ ਬਲਬੂਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵ ਹੀ ਸ਼ਿਰੋਮਣੀ ਜੀਵ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੁਚੱਜੀ ਔਲਾਦ ਵਜੋਂ ਸਵੀਕਾਰਦਿਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮੁੱਚੀਆਂ ਨਿਆਮਤਾਂ ਨਾਲ ਮਾਲਮਾਲ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਗੋਦ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਪਲੇ ਤੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਚੜ੍ਹੇ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਗ਼ੈਰ-ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰਨਾ ਰਵੱਈਆ ਅਪਣਾਉਂਦਿਆਂ ਲਾਲਚ, ਹਵਾਸ, ਸਵਾਰਥ ਅਤੇ ਹਉਮੈ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਕੇ ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਹੀ ਲੁੱਟਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਔਲਾਦ ਹੋਣ ਪ੍ਰਤੀ ਵੀ ਸੰਦੇਹ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਸਮੇਤ ਸਮੁੱਚੇ ਜੀਵ-ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਦੇ ਜਿਊਣ ਲਈ ਕੁਦਰਤੀ ਖਜ਼ਾਨੇ (ਹਵਾ, ਪਾਣੀ, ਖੁਰਾਕ, ਵਾਤਾਵਰਨ, ਬਨਸਪਤੀ ਆਦਿ) ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਸਿਰਜੇ ਹਨ, ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਕੁਦਰਤ ਦੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਆਮਤਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੰਦਾ, ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ, ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਅਤੇ ਤਬਾਹ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪ ਕੁਦਰਤ ਵੀ ਇਸ ਅਮਾਨਵੀ ਵਰਤਾਰੇ ਤੋਂ ਹੈਰਾਨ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਚਿੰਤਤ ਹੋਣਾ ਸੁਭਾਵਕ ਹੈ ਚਿੰਤਾ ਮਸਲੇ ਦਾ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਚਿੰਤਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਅਜੋਕੇ ਮਨੁੱਖ ਕੋਲ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਥਾਹ ਗਿਆਨ ਸਰੋਤ ਮੌਜੂਦ ਹਨ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਉਭਾਰਨ ਲਈ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹਨ। ਲੋੜ ਕੇਵਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਮੁੜਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਮਨੁੱਖ ਕੋਲ ਮਾਨਵ ਹਿਤੈਸ਼ੀ ਜੀਵਨ ਫਲਸਫੇ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਹਿਤ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਸਰੋਤ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਪਤਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮੁੜ ਬਿਹਤਰ ਮਨੁੱਖ ਬਣਨ ਦੀਆਂ ਪੂਰਨ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੌਧਿਕਤਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸਮਿਆਂ ਤੋਂ ਮੋਹਰੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਚੁਣੌਤੀ ਵਜੋਂ ਖੜ੍ਹੇ ਵਾਤਾਵਰਨਕ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਮਸਲੇ ਨੂੰ ਬੌਧਿਕ ਵਿਰਸੇ ਦੀ ਅਮੀਰ ਸਾਖ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਤੋਂ ਚਿੰਤਨ ਅਤੇ ਵਾਚਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਬਦਲ ਰਹੀਆਂ ਮਾਨਵੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਅਤੇ ਭੂਗੋਲਿਕ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਗਿਕਤਾ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਧ ਗਈ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਜੋ ਸਾਰਥਕ ਅਤੇ ਸੁਚੱਜਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਇੰਨਾ ਵੱਡਾ ਸਤਿਕਾਰ ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਾਹਿਤ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਿਧਰੇ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ।

ਅੱਜ ਗੁਰੂ ਸਮਾਨ ਹਵਾ ਨੂੰ ਗੰਧਲਾ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਿਤਾ ਸਮਾਨ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਜ਼ਹਿਰ ਘੋਲਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਮਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਕਈ ਸਦੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਅਜਿਹੀ ਸਹਿਚਾਰਤਾ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੇ ਚੱਲਣ ਨਾਲ ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਵਾਤਾਵਰਨਕ ਵਿਗਾੜ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਅਸੰਤੁਲਨ ਠੱਲ੍ਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਲ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਪ੍ਰਤੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਬਹੁਤ ਸੁਚੇਤ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰਨਾ ਵਤੀਰੇ ਦੀ ਧਾਰਨੀ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੁਦਰਤ ਚਿਤਰਣ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਚੇਤਨਤਾ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਗਿਆ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕੁਦਰਤ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਿਰਜਕ ਅਤੇ ਪਾਲਕ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਦੀ ਹੋਂਦ ਕੁਦਰਤ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਤੱਤ ਮਨੁੱਖੀ ਸਤਿਕਾਰ ਦੇ

ਪਾਤਰ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਅਹਿਮ ਅਤੇ ਨੇੜਤਾ ਵਾਲਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਹਵਾ ਨੂੰ ਗੁਰੂ, ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਮਾਤਾ ਦਾ ਦਰਜਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਸਮੁੱਚੀ ਬਨਸਪਤੀ ਅਤੇ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਹੋਇਆ ਦੱਸਦੀ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਜਲ-ਸ੍ਰੋਤ (ਦਰਿਆ, ਝੀਲਾਂ, ਸਮੁੰਦਰ ਅਤੇ ਮੀਂਹ) ਜੀਵਨ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਸ੍ਰੋਤ ਹਨ।

ਅਜੋਕੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਕੁਦਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਇਸ ਸੰਦੇਸ਼ ਤੇ ਰਵੱਈਏ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਨਿਰਸੰਦੇਹ ਉਸ ਦੀ ਕੁਦਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਬਣੀ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਵਿੱਚ ਸਾਰਥਕ ਤਬਦੀਲੀ ਆਵੇਗੀ। ਅੱਜ ਮਨੁੱਖ ਜਦੋਂ ਵਿਕਰਾਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿਗਾੜ ਵਿੱਚੋਂ ਉਪਜੇ ਸੰਕਟ ਕਾਰਨ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਲੱਗੇ ਖੋਰੇ ਪ੍ਰਤੀ ਚਿੰਤਤ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਕੁਦਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਪੇਸ਼ ਇਹ ਮਾਡਲ ਨਿਰਸੰਦੇਹ ਵੱਡੀ ਧਰਹੋਰ ਵਜੋਂ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਲੋੜ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਚਿੰਤਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਦੀ ਹੈ।

Youth and Internet Addiction

Prof. Sween

Dr. Prabha Vig

Department of Lifelong Learning & Extension,
Panjab University, Chandigarh

“Learning gives creativity
Creativity leads to thinking
Thinking provides knowledge
Knowledge makes you great.”

-A.P.J. Abdul Kalam

Abstract

Internet addiction is associated with mental illnesses like problems related to anxiety, depression, conduct disorder, attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) and suicidal tendencies among youth. The current study aims at determining internet addiction among secondary school students studying in 9th to 12th grades of schools. The research was conducted on 400 youth (200 male/200 female). Multistage random sampling technique was used to collect the data. Diagnostic Questionnaire by Young (1998) was used to locate cases of internet addiction among youth in the age group of 15-19. The research findings concluded that male and females show significant differences with regard to usage of internet and its addiction. It further unveiled that male section of the youth spent most of the time surfing net which made them more addicted towards internet when compared with their female counterparts.

Keywords: - Youth, Internet Addiction, Depression

Introduction

The modern society is characterized by technological revolution which in turn has affected youth by its outcomes such as; internet addiction, depression, loneliness and so on. The researches undertaken by Young and Rogers (1998); Goldman (2005); Ogel (2012); Primack (2014); Swaminath (2016); found that internet addiction affects individual, family, social and professional life by influencing his psycho-social systems such as loneliness and depression. Mossbarger (2008) regarded youth as the more susceptible to become addicted to internet; as it gives them a platform to be something which they can never be in their real lives. This means that internet usage helps them to be whatever their wish to be and the

above their deficiencies, critical reflection and review by their friends, family members and so on.

Ogel and Tan (2014) witnessed that internet like other addictions is “addictive” by nature because components embedded within Internet usage have a tendency to appeal the users’ in terms of brain reward system, which influence the person to experience good feelings by multiple reinforcements. They further added that this makes the person “addicted”.

Objectives of the study

They are enumerated as;

1. To work out differences among youth in internet addiction by studying its levels.
2. To investigate gender differences among youth for their internet addiction.

Prevalence of Internet Addiction

Internet Addiction is a type of e-addiction which is on rise these days because of technological revolution. It has emerged as an obsession among youth because they have started living in a virtual world.

According to Brattee and Frost (1985) addiction is the term applied under those cases which involve in usage of chemical substances.

Griffiths (1998) conceived internet addiction as a kind of technological addiction such as; computer addiction.

Kandell (1998) defined internet addiction as a psychological dependency on the internet regardless of the type of activities one log on.

Chou (1999) considered internet addiction as an activity which generate a pleasurable communication experience and drive the user to use internet again and again.

Black et al (1999) described internet addiction as compulsive computer usage contributing towards personal distress, social, occupational, financial or legal consequences.

Young (1999) claimed internet addiction as a term which covers a wide array of behaviours and impulse control problems. She further categorized internet addiction into five specific subtypes which includes; a) cyber sexual addiction: compulsive use of adult websites for cybersex and cyber porn, b) cyber-relationship addiction: over-

involvement in online relationships, c) net compulsions: obsessive online gambling, shopping or day-trading, d) information overload: compulsive web surfing or database searches, e) computer addiction: obsessive computer game playing.

Morahan-Martin and Schumaker (2000) defined internet addiction as an intensive internet usage which harms individuals’ life seriously.

Davis (2001) represented internet addiction as a psychiatric state arising from maladaptive thoughts and pathological behaviours.

American Psychiatric Association (2012) conceived internet addiction as a mental health problem for youth which is associated with a variety of psychological and physical health problems and has a strong impact on developing youth in a variety of domains.

Ramdhonee (2014) classified cyber relationship addiction as an impulse-control addiction covered within the internet addiction disorder and is known as (IAD). He further analyzed that internet usage has a psychological impact on youth because of cyber relationship they maintain.

Masters (2015) marked internet addiction as a habit equivalent to reading, playing computer games or watching of large number of internet videos through YouTube. He further analyzed that these activities interfere with normal life by following a compulsive behaviour which may or may not be necessarily addictive.

Capralos (2016) defined internet addiction as a new kind of mental disorder resulted as an excessive use of the internet. The spread of internet addiction among teenagers are prone to high risk of addiction because of lack of critical thinking.

Shaw and Black (2016) characterized internet addiction by excessive controlled preoccupations, urges or behaviours regarding computer use and internet access which lead to impairment or distress.

Going by the above discourse, it can be summed up that internet addiction has emerged as an obsession among youth by limiting their activities related to their recreation and social communication by inducing a craving to use internet again and again. Its degree may vary.

Tool used

Keeping in view, the needs and objectives of the study Internet Addiction test prepared by Kimberley Young (1998) was used but it

was adapted and standardized by the investigators to match with the characteristics of Indian youth. The adapted internet addiction tool consisted of 20 questions related to daily routine, social life, productivity, sleeping pattern and feeling of youth. The reliability of the test was 0.97.

Methodology

Descriptive survey method was used to conduct the study because it involved comparisons with respect to gender of youth. The variable of internet addiction varied at two levels designated as; high internet addiction (IA1) and low internet addiction (IA2) respectively.

Sample and its description

The sample of the study constituted of youth studying in government model senior secondary schools of Chandigarh and was in the age group of 15-18 years. The sample of 400 youth was drawn from 10 Government Model Senior Secondary Schools studying in 9th to 12th grades. The gender wise distribution of the sample was as 200 males and 200 females.

Results and Discussion

Table-1

Two levels of Internet Addiction for total sample of Youth (N= 400)

Level of Internet Addiction	Number	Levels	
		High	Low
Male IA	200	74.92	25.08
Female IA	200	67.21	32.79

The observations of two levels of internet addiction for the total sample of youth shows that male youth exhibit high level of internet addiction when compared with females. This further reflects significant variations in addiction of internet between male and female youth. It led us to interpret that male youth is affected by internet addiction whereas female youth favors low level of internet usage.

Table- 2

Comparison of Internet Addiction among Youth on the Basis of Gender

Variables	N	Mean	S.D.	t-value
Male	200	64.98	7.828	14.672**
Female	200	49.50	12.697	

Significant at 0.01 level

The above table shows the mean scores of male and female youth on internet addiction as; 64.98 and 49.50 respectively. The t-ratio for differences between the means is 14.672, which is significant at 0.01 level. It was further observed that, the mean score of males was higher than that of females ($M=64.98 > M= 49.50$). This led us to interpret that male youth prefer more of internet usage when compared with females. This led us to infer that male and female youth differ significantly from each other with reference to their usage of internet.

Educational Implications

The findings of the study will help Indian youth, psychologists and teachers to analyze the dangers of internet addiction and find out the ways and means to prevent and treat high internet addiction. It is hoped that the present study would encapsulate educational planners and administrators to guide students, teachers and parents in such a way that their mental horizons get broadened on account of how to remain focused while using internet.

1. The findings of the present study will provide us with a comparative analysis between males and females effected by Internet Addiction.
2. The schools must impart awareness to youth by arranging necessary awareness programs on how to cope with internet addiction.
3. The results of the present study will provide guidelines to administrators, educational planners, teachers and parents to recognize the problems related to Internet Addiction.

Conclusion

The paper illustrates the problem of internet addiction among youth of Chandigarh studying in government model senior secondary schools. The findings of the study indicate that males are more prone to internet usage as compared to females. The observable increase in girls' rates tends to balance the rates of the two sexes. The research further highlighted that girls tend to use internet applications in providing communication that is; social networks, e-mails etc whereas boys are more vulnerable to online gaming. The findings of the study are consistent with research work of Shanwal and Bhat (2013) who reported that lack of entertainment facilities make males more addicted to internet whereas females find entertainment in social relationships and home related works. The results of the study are in

line with the research work of Durkee (2012); who revealed that males spend most of their time playing online single user games, video chatting, whereas females spent their time on activities such as; watching videos, frequent chatting and social networking. He further confirmed that males are more addicted to internet when compared with females. The results of the present study are in agreement with the research findings of Malviya et al (2014) and Ha and Hwang (2014); who observed the prevalence of internet addiction is higher among males than female youth.

References

1. Griffiths, M. D. (1998). Internet addiction: Does it really exist? In Gackenbach, J. (ed), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal, and Transpersonal Implications*, New York: Academic Press, 61–75.
2. Kandell, J.J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyber Psychology and Behaviour*, 1 (1), 11-17.
3. Chou, C. (1999). An exploratory study of Internet addiction, usage and communication pleasure- The Taiwan's case. *International Journal of Education Telecommunication*, 5(1), 47-64.
4. Black, D. W., Belsare, G., & Schlosser, S. (1999). Clinical features, psychiatric prevalence of pathological porting compulsive computer use behaviour and correlations with internet use among university students. *Journal of Clinical Psychiatry*, 60, 839-843.
5. Blascovich, J., & Tomaka, J. (1991). Measures of self-esteem. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman. (Eds), *Measures of personality and social psychological attitudes. Measures of social psychological attitudes*, 1, 115-160. San Diego: Academic Press.
6. Morahan-Martin, J. & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
7. Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioural model of pathological internet use. *Computers in Human Behaviour*, 17, 187-95.
8. American Psychiatric Association (2012). Internet use disorder: DSM-V development. Retrieved on 7th September, 2012 from <http://www.dsm5.org/ProposedRevision/Pages/proposedrevision.aspx?rid=573>.
9. Ramdhonee, K. (2014). Psychological impacts of internet usage of children/ adolescents. [e-book] pp. 1-10. Accessed on March 14, 2014.
10. Masters, K. (2015). Social networking addiction among health sciences students in Oman. *Sultan Qaboos University Medical Journal*, 15 (3), 357–363. DOI: 10.18295/squmj.2015.15.03.009.
11. Durkee, T. (2012) “Prevalence of pathological Internet use among adolescents in Europe: Demographic and Social Factors”, *Addiction* 107(12), 2210-22.
12. Malviya, A., Dixit, S., Shukla, H., Mishra, A., Jain A. & Tripathi A. (2014). A Study to Evaluate Internet Addiction Disorder among Students of a Medical College and Associated Hospital of Central India. *Natl J Community Med*; 5(1): 93-95.
13. Ha, Y., & Hwang, W. J. (2014). Gender differences in internet addiction associated with psychological health indicators among adolescents using a national web-based survey. *International Journal of Mental Health Addiction*, 12, 660–669. DOI: 10.1007/s11469-014-9500-7.

ਮੋਬਾਈਲ ਰਾਹੀਂ ਉੱਜੜਦਾ ਸੰਸਾਰ

Dr. C.P. Kamboj

Assistant Professor, Punjabi Computer Help Center
Punjabi University, Patiala

“Our prime purpose
in this life is to help
others.
And, if you can't help
them, at least don't
hurt them”

-Dalai Lama

ਤਕਨੀਕ ਨੇ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਪਰ ਕੁਝ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੀ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਬਣਾਏ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ, ਲੈਪਟਾਪ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਆਦਿ ਜੋ ਸਾਡੀ ਜਾਨ ਦੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਹੀ ਬਣ ਜਾਣ ਤਾਂ ਇਹ ਸ਼ੁੱਭ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ।

ਆਓ ਜਾਣੀਏ ਮੋਬਾਈਲ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਕੀ-ਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਨੇ ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਾਣ- ਪਛਾਣ

ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਲਤ ਕਾਰਨ ਮੁਲਕ ਉੱਜੜਦੇ, ਪਰਿਵਾਰ ਟੁੱਟਦੇ ਤੇ ਸੰਸਕਾਰ ਛੁੱਟਦੇ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜੋਕੀ ਹਾਈਟੈਕ ਪੀੜ੍ਹੀ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਆਨਲਾਈਨ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਰੋਟੀ-ਪਾਣੀ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਪੂਰਾ-ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਵੀਡੀਓ ਗੇਮਾਂ 'ਚ ਰੁੱਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਟੋ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫਿਕਰ ਡਾਟੇ ਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਕੁਨੈਕਸ਼ਨ ਨੇ ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਤਾਰਾਂ 'ਤੇ ਵਾਢਾ ਲਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਗੇਮਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਪੱਧਰ ਪਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਾਵਲੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਹਰੇ ਲਾਉਣ ਲਈ ਝੱਟ ਆਪਣਾ ਫੋਨ ਫੜਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਲਾਡਲਿਆਂ ਤੋਂ ਫੋਨ ਜਦੋਂ ਮਰਜ਼ੀ ਮੰਗੋ, ਛੱਡਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਸ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਨਿਕ ਹੈਰੋਇਨ ਜਾਂ ਸਾਈਬਰ ਹੈਰੋਇਨ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਬਚ ਸਕੇ। ਮੋਬਾਈਲ ਦਾ ਕਰੋਜ਼ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਵਰਗ ਵਿਚ ਵਧ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਦੀਵਾਨਗੀ ਨੇ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਘਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੁੱਝੇ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਕੰਮ ਜਾਂ ਕੋਈ ਸੁਨੇਹਾ ਵੀ ਐੱਸ.ਐੱਮ.ਐੱਸ. ਰਾਹੀਂ ਦੱਸਦੇ ਹਨ।

ਹੁਣ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵੀ ਅੱਡ ਹੋ ਗਏ ਨੇ। ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚਾ ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ, ਨਾ ਹੀ ਉਹ ਪਤਾ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਨੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਖੁਦ ਅਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਤਕਨੀਕ ਦੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਲਾਮ ਬਣ ਚੁੱਕੇ ਹਾਂ ਕਿ ਹੁਣ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਮਿੱਠਾ ਜ਼ਹਿਰ ਸਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵ ਛੱਡ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਤੋਂ ਕੋਹਾਂ ਦੂਰ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੀ ਫਰੈਂਡ ਲਿਸਟ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੋਸਤ ਹਨ ਤੇ ਅਸੀਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਚੈਟਿੰਗ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਰੁੱਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਜਿਉਂਦੇ ਜਾਗਦੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਹਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਦੀ ‘ਨਮੂਨਾਕਾਰੀ’ ਛੋਟੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਤੇ ਸ਼ੇਅਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ... ਤੇ ਫੇਰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਲਾਈਕ, ਕੁਮੈਂਟ ਤੇ ਸ਼ੇਅਰ ਵੇਖਣ ਦੀ ਤਾਂਘ ਲਈ ਮੋਬਾਈਲ ਕੰਨੀ ਝਾਕਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਲਾਈਕ ਘੱਟ ਮਿਲਣ ਤਾਂ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦਾ ਆਲਮ ਇਸ ਕਦਰ ਪਸਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਕੁਝ ਵੀ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ ਤੇ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਓਪਰੀ- ਓਪਰੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। “ਅਖੇ, ਮੈਂ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਕੁੱਤੇ ਨੂੰ ਵੀ ਲਾਈਕ ਕੀਤਾ ਸੀ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਮੇਰੀ ਖੂਬਸੂਰਤ ਛੋਟੇ ਲਾਈਕ ਨਾ ਕਰ ਕੇ ਮੇਰੇ ਤੇ ਕਹਿਰ ਢਾਲਿਆ ਹੈ।” ਲਾਈਕ-ਅਨਲਾਈਕ ਦੀ ਗਿਣਤੀ- ਮਿਣਤੀ ਦਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝੜਤ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਅਣਭੋਲ ਮੁੰਡੇ- ਕੁੜੀਆਂ ਆਪਣੀ ਅਸਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਪਰਦੇ ਦੀ ਨਕਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਜੋੜ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਮਾੜੇ ਅਸਰ

ਸੁਲਝੇ ਹੋਏ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਫੋਨ 'ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਐਪਜ਼ ਹੀ ਵਰਤਦੇ ਹਨ ਪਰ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਰਤੋਂਕਾਰਾਂ ਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਫ਼ਾਲਤੂ ਦੀਆਂ ਐਪਜ਼ ਉੱਤੇ ਆਪਣਾ ਅਮੁੱਲ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਦਾ ਇੱਕ ਵਰਗ ਮੋਬਾਈਲ ਰਾਹੀਂ ਅੰਧ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਫੈਲਾਉਣ ਤੇ ਜਾਅਲੀ ਖ਼ਬਰਾਂ ਨੂੰ ਹੁਲਾਰਾ ਦੇਣ 'ਚ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। “ਅਖੇ... ਇਸ ਛੋਟੇ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ੇਅਰ ਕਰੋ, ਮਾਤਾ ਰਾਣੀ ਪਾਸ ਕਰੇਗੀ।” ਕੰਪਨੀਆਂ ਆਪਣਾ ਵਪਾਰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੋਂਕਾਰਾਂ ਦਾ ਸੰਘਣਾ ਜਾਲ ਬੁਣਨ ਲਈ ਕਈ ਹਥਕੰਡੇ ਅਪਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ “ਇਸ ਲਿੰਕ ਨੂੰ ਵਟਸਐਪ ਦੇ ਪੰਜ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਿੱਚ ਭੇਜੋ, ਦੋ ਜੀ ਬੀ ਡਾਟਾ ਮੁਫਤ ਮਿਲੇਗਾ।” ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਲਾਲਚ ਪਿੱਛੇ ਅਸੀਂ ਜਿਹੜਾ ਵਕਤ ਬਰਬਾਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਉਸ ਦੀ ਭਰਪਾਈ ਹੋਣੀ ਨਾ ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ।

ਵਟਸਐਪ ਤੇ ਬੇਮੁਹਾਰੇ ਤੇ ਵਿਸ਼ੇ ਤੋਂ ਭਟਕੇ ਹੋਏ ਸੁਨੇਹਿਆਂ, ਤਸਵੀਰਾਂ ਤੇ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਦੇ ਹੜ੍ਹ ਦਾ ਤੇਜ਼ ਵਹਾਅ ਸਾਡੇ ਕੀਮਤੀ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਰੋੜ੍ਹ ਕੇ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਟਸਐਪ ਦੀਆਂ ਰੋਕਾਂ ਨੇ ਇਸ ਵਹਾਅ ਨੂੰ ਕੁਝ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਪਰ ਹਾਲੇ ਵੀ ਟਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਤੇ ਅਨਮੋਲ ਬਚਨ, ਨਸੀਹਤਾਂ ਦੇਣ, ਦੇਸੀ ਨੁਸਖੇ ਆਦਿ ਦੱਸਣ ਵਾਲੇ ਅਖੱਤੀ ਮਾਹਿਰ ਬੜੀ ‘ਮਿਹਨਤ’ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਦੇਸੀ ਨੁਸਖਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਸੱਚ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਡਾ ਭਲਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਝਾਤ ਮਾਰਿਓ ਕਿ ਮੋਬਾਈਲ ਰਾਹੀਂ ਨਸੀਹਤਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕ ਖੁਦ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਚੀਨ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਮੁਲਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਵਰਤਣ ਵਾਲਾ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਦੂਜਾ ਮੁਲਕ ਹੈ। ਇੱਕ ਅਨੁਮਾਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2020 ਤੱਕ ਸਾਡੇ ਮੁਲਕ ਦੇ 73 ਕਰੋੜ ਲੋਕ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਗੇ। ਇਹ ਅੰਕੜਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਹੈ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਵਿਹਲੜਾਂ ਦੀ ਥੇਹ ਕਗਾਰ ਵੱਲ ਵਧ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਭਾਰਤੀ ਅਤੇ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਅਤੇ ਫ਼ਾਲਤੂ ਵਰਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਖੁਦ ਦੇ ਘੜੇ ਹੋਏ ਮੌਲਿਕ ਸਨੇਹੇ, ਤਸਵੀਰਾਂ ਤੇ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਲੋਕ ਪੋਸਟਾਂ ਨੂੰ ਅਗਾਂਹ ਤੋਰਨ (ਫਾਰਵਰਡ ਕਰਨ) ਨੂੰ ਹੀ ਪਹਿਲ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਨੇਹਾ ਬਿਨਾਂ ਪੜ੍ਹੇ ਫਟਾਫਟ ਫਾਰਵਰਡ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕਿਹੜੀਆਂ ਫੀਤੀਆਂ ਲੱਗ ਜਾਣੀਆਂ ਨੇ। ਕਾਹਲੀ ਨਾਲ ਫਾਰਵਰਡ ਕੀਤੀਆਂ ਪੋਸਟਾਂ ਜਾਅਲੀ ਜਾਂ ਅੰਧ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਸਵਖਤੇ ਫਾਰਵਰਡ ਕੀਤਾ ਮੈਸੇਜ ਸਾਈਬਰ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀ ਪਰਿਕਰਮਾ ਕਰਦਾ ਸ਼ਾਮੀਂ ਵਾਪਸ ਆ ਧਮਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ “ਆਹ ਚੱਕ ਮੈਂ ਆ ਗਿਆ”

ਇੱਕ ਆਮ ਬੰਦੇ ਲਈ ਪੂਰੇ ਦਿਨ ਆਈਆਂ ਪੋਸਟਾਂ ਦੇ ‘ਜ਼ਖੀਰੇ’ ਉੱਤੇ ਪੰਛੀ ਝਾਤ ਮਾਰਨਾ ਵੀ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਾਹਲੀ ਨਾਲ ਡਿਲੀਟ ਕਰਨ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਪੋਸਟਾਂ ਤੇ ਖੁਦ ਵੱਲੋਂ ਉਸਾਰੇ ਮੌਲਿਕ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦਾ ਵੀ ‘ਆਤਮ ਦਾਹ’ ਕਰ ਬੈਠਦਾ ਹੈ।

ਕਈ ਲੋਕ ਫੋਨ ਵਰਤਣ ਸਮੇਂ ਬੈਠਣ ਜਾਂ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਦੇ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ ਤੇ ਉਹ ਇਸੇ ਮੁਦਰਾ ਵਿੱਚ ਕਈ-ਕਈ ਘੰਟੇ ਬਿਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੈ ਕੇ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਹਵੇਂ (ਸਮਾਨ-ਅੰਤਰ) ਰੱਖ ਕੇ ਫੋਨ ਨਾ ਵਰਤਣ ਵਾਲੇ ਗਰਦਨ ਦੇ ਪੱਠਿਆਂ ਦੇ ਘਾਤਕ ਰੋਗ ਸਰਵਾਈਕਲ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।

ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ‘ਈ-ਕੋਲਾਈ’ ਨਾਂ ਦਾ ਵਾਇਰਸ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਫੋਨ ਦੀ ਸਤਹ ਤੇ ਜਾਂ ਢੱਕਣ (Cover) ਵਿੱਚ ਪਨਪਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਫੋਨ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀਵਾਨੇ ਪਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਾਂ ਸਾਥੀ ਮੋਬਾਈਲ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਬੇਚੈਨੀ ਜਾਂ ਘਬਰਾਹਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਲਤ ਲੱਗ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਾਂਤ ਪਏ ਫੋਨ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਘੰਟੀ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਜਾਂ ਮੈਸੇਜ ਆਉਣ ਦਾ ਭਰਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਵੇਖਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਭਰਮ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ‘ਫੋਨੋਫੋਬੀਆ’ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫੋਨ ‘ਤੇ ਨਿਰਭਰਤਾ ਕਾਰਨ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਘੱਟ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਕਦੇ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਮਾਵਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁੱਟ-ਕੁੱਟ ਕੇ ਘਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਲਿਆਉਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਹੁਣ ਸਮੇਂ ਨੇ ਐਸੀ ਕਰਵਟ ਬਦਲੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਸਾਰਾ-ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਮੋਬਾਈਲ ਨੂੰ ਚਿੰਬੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਧੱਕ-ਧੱਕ ਕੇ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਖੇਡਣ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੈਲਫੀਆਂ ਲੈਣ ਜਾਂ ਕੰਨ ਨੂੰ ਫੋਨ ਲਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਹੀ ਧੁਨ ਵਿੱਚ ਸੜਕ ‘ਤੇ ਚੱਲਦੇ ਕਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਵੀ ਗੁਆ ਬੈਠੇ ਹਨ। ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਈਅਰਫੋਨ ਟੰਗ ਕੇ ਗੀਤ-ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਦਿਆਂ ਦੋ-ਪਹੀਆਂ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ ‘ਬੋਲੇਪਣ’ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦੇਣ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜੇ ਉਹ ਕੰਨ ਪਰਨੇ ਡਿਗ ਜਾਣ ਤਾਂ ਕੰਨ ਦਾ ਪਰਦਾ ਪਾਟ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਈ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਹੀ ਛਪਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ

ਅੰਕੜੇ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ‘ਤੇ ਗਹਿਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਛੱਡਦੀ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਬੋਸਟਨ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੱਲ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਵਿੱਚ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਵੇਲੇ ਇੱਕ- ਤਿਹਾਈ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਤੇ ਹੀ ਰੁੱਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਰਿਪੋਰਟ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਟੋਕਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਉਲਟਾ ਨਾਰਾਜ਼ ਹੋ ਗਏ। ਮਾਸੂਮਾਂ ਨੂੰ ਮਿੱਠੇ ਜ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਖੁਦ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘਟਾਉਣੀ ਪਵੇਗੀ।

ਡੇਢ ਦਹਾਕਾ ਪਹਿਲਾਂ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ ‘ਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਸਭਿਅਕ ਜਾਂ

ਬਦਤਮੀਜ਼ੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਹੁਣ ਇਹ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਵਰਤਣ ਵਾਲਾ ਹੀ ਸਭਿਅਕ ਨਾਗਰਿਕ ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਕੈਲੇਫੋਰਨੀਆ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਇੱਕ ਅਧਿਐਨ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦੇਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। 17 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਉਥੋਂ ਦੀਆਂ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਦੋਂ ਖੋਜ ਪੜਤਾਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤਾਂ 90% ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇਹ ਮੰਨਿਆ ਕਿ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇੱਕ ਅਸਿਹਤ ਜਾਂ ਅਸਭਿਅਕ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ। ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਹੁਣ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਅਸਭਿਅਕ ਵਿਹਾਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ।

ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਰਵੇਖਣ ਤੋਂ ਇਹ ਗੱਲ ਵੀ ਨਿਕਲ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਆਦਤ ਜਾਂ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਇੱਕ ਖਾਸ ਹਿੱਸਾ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਰਵਰਡ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਖੋਜ ਉਪਰੰਤ ਸਿੱਟਾ ਕੱਢਿਆ ਕਿ ਫੋਨ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਮਨਪਸੰਦ ਖਾਣਾ-ਪੀਣ ਜਾਂ ਘੁੰਮਣ ਜਾਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗ ਦਾ 'ਇੰਸੂਲਾ' ਹਿੱਸਾ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਹਿੱਸਾ ਹੀ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਸੰਵੇਦਨਾ ਦਾ ਭਾਵ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਮੋਬਾਈਲ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਈ ਸਰਵੇਖਣ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਦੀ ਸਹੀ ਤੇ ਸੀਮਤ ਵਰਤੋਂ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਦੇ ਹਨ।

ਫੋਨ ਦਾ ਨੀਂਦ ਨਾਲ ਸਬੰਧ

ਹਰੇਕ ਉਮਰ ਵਰਗ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਉਨੀਂਦਰੇ ਦੀ ਨਾਮੁਰਾਦ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ। ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਗ਼ਲਤ ਤੇ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਨੀਂਦ ਤੇ ਸਿੱਧਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਦੇ-ਖੇਡਦੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਦੇਰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਂਦੇ ਹਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਗਹਿਰੀ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਸਾਡਾ ਦਿਮਾਗ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਰਾਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾਉਂਦਾ। ਇਸ ਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਮੋਬਾਈਲ 'ਤੇ ਕੁਝ ਹੀ ਅੱਖਰ ਟਾਈਪ ਕਰਦਿਆਂ ਅਭਦਰ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੀਆਂ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਆ ਧਮਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ 'ਵਿਹਲੜ' ਅਜਿਹੀਆਂ ਵੀਡੀਓ ਹੀ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਖੋਜਾਂ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਅਭਦਰ ਦਾਇਰੇ ਦੀਆਂ ਵੱਧ ਫਿਲਮਾਂ ਵੇਖਣ ਵਾਲੇ ਮਰਦਾਨਗੀ ਗੁਆ ਰਹੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਲੇਸ਼ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ। ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਵਾਲੀਆਂ ਵੀਡੀਓ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕੋਰੇ ਮਨਾਂ ਉੱਤੇ ਗਹਿਰੀ ਛਾਪ ਛੱਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮੋਬਾਈਲ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀ ਖਾਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨੀਲੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਸਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਲਈ ਘਾਤਕ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਖੂਸ਼ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨਜ਼ਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਮੋਬਾਈਲ ਤਰੰਗਾਂ

ਮਨੁੱਖ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਫੈਲੀਆਂ ਮਾਰੂ ਮੋਬਾਈਲ ਤਰੰਗਾਂ ਜਾਂ ਬਿਜਲ-ਚੁੰਬਕੀ ਤਰੰਗਾਂ (Electromagnetic Radiation) ਦੇ ਸਾਥੇ ਹੇਠ ਜੀਅ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਅਸੀਂ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ, ਲੈਪਟਾਪ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਮਾਈਕਰੋਵੇਵ ਓਵਨ ਆਦਿ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਅਜਿਹੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਛੱਡਦੇ ਹਨ। 2 ਤੋਂ 3 ਫੁੱਟ ਦੇ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਘਾਤਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੈ। ਖੋਜਾਂ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ

ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਯੰਤਰ ਨੂੰ 10-15 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 2 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੱਕ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਲੋਕ ਲੈਪਟਾਪ ਨੂੰ ਗੋਦੀ, ਲੱਤਾਂ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਉੱਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਤੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਮੌਕੇ ਵਧੇ ਹਨ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਮੰਨੀਏ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਵਿਕਿਰਣਾਂ ਛੱਡਣ ਵਾਲੇ ਡਿਜੀਟਲ ਜੰਤਰਾਂ ਕਾਰਨ ਸਾਡੀ ਔਸਤ ਉਮਰ ਘਟ ਰਹੀ ਹੈ।

ਮੋਬਾਈਲ ਤਰੰਗਾਂ ਦੇ ਮਾਰੂ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਅੱਖੀਂ ਵੇਖਣ ਲਈ ਯੂ-ਟਿਊਬ ਉੱਤੇ “ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ” (Mobile Phone Radiation Side Effects) ਟਾਈਪ ਕਰਕੇ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਵੇਖੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਚੀਨੀ ਸਾਈਬਰ ਸਮਾਜ

ਚੀਨ ਦੇ ਬੱਚੇ ਤੇ ਜਵਾਨ ਮੁੰਡੇ ਕੁੜੀਆਂ ਸਾਈਬਰ ਸਾਮਰਾਜ ਬਣ ਗਏ ਹਨ। ਉਥੇ ਇਸ ਮਰਜ਼ ਨੂੰ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਨਿਕ ਹੈਰੋਇਨ ਦਾ ਨਾਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਾਈਬਰ ਰੋਗੀ ਚੀਨ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਰਵੇਖਣ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਇਕੱਲੇਪਣ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਇਹ ਆਦਤ ਇੱਕ ਨਾ-ਮੁਰਾਦ ਮਰਜ਼ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਚੀਨੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀਡੀਓ ਗੇਮਾਂ ਦੀ ਲਤ ਇਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਵਧ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ ਡਾਈਪਰ ਪਾ ਕੇ ਬੈਠਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਉਹ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਉੱਠਣ ਦੀ ਨੌਬਤ ਅਤੇ ਅੰਕ ਗੁਆਉਣ ਦੇ ਡਰੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਚੀਨੀ ਬੱਚੇ ਗੇਮਾਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਘਾਤਕ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਕਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਗੋਲੀਆਂ ਖਾਣੀਆਂ ਪੈ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਈਬਰ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ‘ਬਾਘੜ ਬਿੱਲੇ’ ਨੂੰ ਮਾਰ ਮੁਕਾਉਣ ਲਈ ਉਥੋਂ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਇੱਕ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਉ ਕੇਂਦਰ (Internet Detoxification Centre) ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫੌਜ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਕੇ ਸਖ਼ਤ ਸਰੀਰਕ ਮੁਸ਼ੱਕਤ ਵਾਲੀ ਟਰੇਨਿੰਗ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਿਆਰੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਨਸ਼ੇੜੀਆਂ ਦਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਅਧਾਰ ਉੱਤੇ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਢੰਗਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਈਬਰ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਲਤ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਪੜਾਅ ਤੇ ਹੀ ਸਿੱਧੇ ਰਸਤੇ ਲਿਆਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਕਰੀਏ

ਮੋਬਾਈਲ ਦੇ ਮਾਇਆ ਜਾਲ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਸ ਚੁੱਕੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਕੁਝ ਨੁਕਤੇ ਅਪਣਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੋਬਾਈਲ ਉੱਤੇ ਹਰੇਕ ਕੁਝ ਵੇਖਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਮਤਲਬ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੀ ਵੇਖੀਆਂ ਜਾਣ।
- ਆਪਣੇ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਉਹੀ ਐਪਜ਼ ਰੱਖੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਹਨ। ਫ਼ਾਲਤੂ ਐਪਜ਼ ਧਿਆਨ ਭਟਕਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਸੀਮਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ ਫੋਨ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਿਓ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੋਬਾਈਲ ਉੱਤੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਸਰਚ

ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਬੰਧਤ ਐਪਜ਼ ਇੰਸਟਾਲ ਕਰਕੇ ਰੱਖੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਬ੍ਰਾਊਜ਼ਰ ਉੱਤੇ ਸਰਚ ਕਰਦਿਆਂ ਕਈ ਅਭੱਦਰ ਦਰਜੇ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ ਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕੋਰੇ ਮਨਾਂ ਉੱਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਛੱਡਦੀ ਹੈ। ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਖੱਬੇ ਕੰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਸੁਣੋ।

- ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕੇ ਈਅਰਫੋਨ ਜਾਂ ਹੈੱਡਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਸਮੇਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਫੋਨ ਨੂੰ ਸਿਰਹਾਣੇ ਹੇਠ ਨਾ ਰੱਖੋ।
- ਚਾਰਜਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਗੱਲ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਫੋਨ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਰਾਤ ਚਾਰਜ 'ਤੇ ਨਾ ਲਾਓ, ਇਸ ਨਾਲ ਬੈਟਰੀ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਗੱਲ ਕਰਦਿਆਂ ਬੈਟਰੀ ਦੇ ਆਖ਼ਰੀ ਡੰਡੇ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਨਾ ਕਰੋ। 15% ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੈਟਰੀ ਵਾਲਾ ਮੋਬਾਈਲ ਵਰਤਣ ਸਮੇਂ ਮੋਬਾਈਲ ਤਰੰਗਾਂ ਵੱਧ ਤਾਦਾਦ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫੋਨ ਫੜਾਉਣਾ ਖ਼ਤਰੇ ਤੋਂ ਖ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ।
- ਮੋਬਾਈਲ ਨੂੰ ਨਾਲ ਮਿਲੇ ਚਾਰਜਰ ਨਾਲ ਹੀ ਚਾਰਜ ਕਰੋ।
- ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਸਕਰੀਨ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ 'ਐਂਟੀ ਗਲੇਅਰ' ਵਾਲੀਆਂ ਐਨਕਾਂ ਲਾ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਮੋਬਾਈਲ ਨੂੰ 'ਰੀਡਿੰਗ ਮੋਡ' ਉੱਤੇ ਲਾਉਣ ਨਾਲ ਵੀ ਅੱਖਾਂ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ।
- ਤੁਰਦੇ-ਤੁਰਦੇ, ਸੌਂਦੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਝੁਕਾ ਕੇ ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਫੋਨ ਨਾ ਵਰਤੋ।
- ਲਗਾਤਾਰ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਸੈਲਫੀਆਂ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ 'ਸੈਲਫੀ-ਮੇਨੀਆ' ਨਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੱਥ ਅਤੇ ਗੁੱਟ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੋਜ਼ਸ਼ ਵੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਲਗਾਤਾਰ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਨਾ ਵਰਤੋਂ। ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਸਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਛਿੱਟੇ ਮਾਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖ਼ੁਸ਼ਕ ਅੱਖਾਂ ਲਈ ਨੇਤਰ ਬੂੰਦਾਂ ਵੀ ਦੁਕਾਨਾਂ 'ਤੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਚੈਕਅਪ ਵੀ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਮੋਬਾਈਲ 'ਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵਟਸਐਪ ਗਰੁੱਪ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਗਰੁੱਪ ਦੀ ਮਰਿਆਦਾ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਪੋਸਟਾਂ ਪਾਓ। ਆਪਣੇ ਮੌਲਿਕ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ। 'ਫਾਰਵਰਡ' ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਚਾਲਕ (ਐਡਮਿਨ) ਹੋ ਤਾਂ ਗਰੁੱਪ ਦੀਆਂ ਪੋਸਟਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ। ਜੇ ਕੋਈ ਅਹਿੰਸਾ, ਧਰਮ ਤੇ ਜਾਤ-ਪਾਤ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ ਕੁਝੱਤਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫੌਰਨ ਉਸ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਕਰੋ ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ। ਚਾਲਕ (ਐਡਮਿਨ) ਆਪਣੇ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀਆਂ ਪੋਸਟਾਂ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਵੀ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਫੇਸਬੁੱਕ ਉੱਤੇ ਅਣਪਛਾਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਮਿੱਤਰਤਾ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਧੜਾਧੜ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨਾ ਕੋਈ ਬਹਾਦਰੀ ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ। ਮਿੱਤਰ ਉਹੀ ਰੱਖੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਹਮਖ਼ਿਆਲੀ ਹੋਣ।
- ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਤੇ ਫਾਲਤੂ ਦੀ ਬੋਹਿਸੇ-ਬਹਿਸੀ, ਪੋਸਟੋ-ਪੋਸਟੀ ਅਤੇ ਟਵੀਟੋ-ਟਵੀਟੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਤਾਂ ਵਿਅਰਥ ਜਾਂਦਾ ਹੀ ਹੈ; ਨਾਲ ਸਾਡੀ

ਮਾਨਸਿਕਤਾ 'ਤੇ ਵੀ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੋਨ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਵਾਉਣ, ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਬੱਚੇ ਮਾੜੀਆਂ ਤੇ ਮਾਰ-ਧਾੜ ਵਾਲੀਆਂ ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਣ ਦੇ ਆਦੀ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆਦਾਇਕ ਗੇਮਾਂ ਦਾ ਬਦਲ ਦਿਓ, ਗੇਮਾਂ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਯੂ-ਟਿਊਬ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਸੰਦ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀਆਂ ਵੀਡੀਓ ਦਿਖਾਓ।
- ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੀਤੇ ਅਧਿਐਨਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ 'ਤੇ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਹ ਖੱਪ-ਖਪਾਈਆਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੋਰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।
- ਕਲਾਸ, ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਹੋਰ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਮੌਕਿਆਂ 'ਤੇ ਰਿੰਗ ਟੋਨ ਨੂੰ ਨੀਵੀਂ ਰੱਖੋ ਜਾਂ 'ਖ਼ਾਮੋਸ਼' ਮੋਡ 'ਤੇ ਲਾ ਕੇ ਰੱਖੋ।
- ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਂਦਿਆਂ ਤੇ ਸੌਂਦਿਆਂ ਡੀਐੱਨਡੀ (ਡੂ ਨਾਟ ਡਿਸਟਰਬ) ਆਪਸ਼ਨ ਲਾਗੂ ਕਰੋ।
- ਪਾਈਆਂ ਪੋਸਟਾਂ ਦੇ ਬਦਲੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਲਾਈਕ ਕੁਮੈਂਟ ਤੇ ਫਾਰਵਰਡ ਆਦਿ ਦੀ ਗਿਣਤੀ-ਮਿਣਤੀ 'ਚ ਨਾ ਪਓ ਕਿਉਂਕਿ ਬਹੁਤੇ ਦੋਸਤ/ਪਾਠਕ ਤੁਹਾਡੀ ਪੋਸਟ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਲਾਈਕ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਫੇਸਬੁੱਕ ਉੱਤੇ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਣਪਛਾਤੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਫਰੈਂਡ ਰਿਕੁਏਸਟ ਨਾ ਭੇਜੋ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਡ ਕਰੋ। ਫੇਸਬੁੱਕ ਉੱਤੇ ਕਈ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੇ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਵਾਲੇ ਜਾਅਲੀ ਖਾਤੇ ਬਣਾਏ ਹੋਏ ਹਨ। ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇਰ ਰਾਤ ਤੱਕ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਸਕਰੀਨ ਉੱਤੇ ਲੰਬੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਦੇ ਚਾਹਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਟੈਬਲੇਟ ਜਾਂ ਮੁੱਖ ਰੀਡਰ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਕੋਲ ਬੈਠੇ ਹੋ ਜਾਂ ਵੱਡਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਸੀਮਤ ਵਰਤੋਂ ਹੀ ਕਰੋ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਹੀ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬਾਅਦ 'ਚ ਕਰੋ।
- ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਫੋਨਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਐਪਜ਼ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਾਈਬਰ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤ ਵਿਚ ਆ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਓ। ਕਿਸੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ (ਸਾਈਕੋ ਥੈਰੇਪਿਸਟ) ਦੀ ਮਦਦ ਲਓ।
- ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਤੇ ਅਜਿਹੇ ਸਨੇਹੇ ਨਾ ਪਾਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਨਿੱਜਤਾ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ।
- ਫੇਸਬੁੱਕ ਉੱਤੇ ਪੋਸਟਾਂ ਪਾਉਣ ਸਮੇਂ ਜਨਤਕ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਆਪਸ਼ਨ ਦਾ ਧਿਆਨ ਜ਼ਰੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਈ-ਮੇਲ, ਫੇਸਬੁੱਕ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਐਪਜ਼ ਦੇ ਪਾਸਵਰਡ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਰੱਖੋ ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 2-3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਬਦਲਦੇ ਰਹੋ।

ਉਕਤ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਈ ਹੋਰ ਵੀ ਨੁਕਤੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੱਭਿਅਕ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਓ! ਅਹਿਦ ਕਰੀਏ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਈਬਰ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੀ ਆੜ ਹੇਠ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਨਾ ਕਰੀਏ ਤੇ...

“The best way to find
Yourself
is to lose
Yourself
in the service
of others”

-Mahatma Gandhi

Sustainable Development in Solid Waste Management using Latest Technologies

Dr. Vijay Goyal

NSS Programme Officer

Assistant Professor, Department of Mathematics,
Manohar Memorial P.G. College, Fatehabad

In today's life every intellectual is concerned about hygienic food and clean environment. In India, it is a major issue because everyone is contributing immensely in producing solid waste, so we have to take major initiatives to recycle/utilize the wastes produced by citizens of the country. The waste management policies made by government are not adopted by people. It's our sole responsibility to promote the management of such type of wastage produced in our daily life. Here solid waste refers to all non-liquid wastes. In general this does not include excreta, although sometimes nappies and the faces of young children may be mixed with solid waste. Now using latest technologies we can do solid waste management in a very efficient way. In this article I have mentioned some technologies adopted by developed and developing countries in the world. Improper collection, management and dumping of waste like solid waste and e waste cause multiple health problems and the environment emit unpleasant smell which is not safe for future generation. Also the waste heaps provide a culture for different type of insects and pests which are responsible for harmful disease transmission. Generally when we pass through the metropolitan cities, an unpleasant smell is felt by us and a bad image of city encompasses our mind. It may also pollute water sources and the environment.

If the collected waste is poorly managed by municipal corporations and local bodies, it may contaminate drinking water supply and other fundamental requirements for livelihood. Consequently, toxic chemicals are mixed with water and a number of diseases are transmitted in this way. Sometimes in dry seasons, heaps of solid waste near by the roads catch fire which is very dangerous. The effect of living in an unhygienic and untidy environment may lead

people to become demoralized and less motivated to improve conditions 'around them. Waste attracts more waste and leads to less hygienic behavior in general.

In most of the situations the main sources of solid waste are generally Medical centers, Food stores Feeding centers, Food distribution points, Slaughter areas, Warehouses, Agency premises, Markets and Domestic areas. There may be a large difference in strategies of solid waste management adopted by countries as it depends upon the climate conditions and the population of the state. The agencies making strategies have to review a number of things like population size, nature of population and responsibilities towards the country. The main factors affecting these are the geographical regions (developed or less-developed country or region), socio-cultural practices and material levels among affected population, seasonal variations the stage of emergency the quantity of water mix may variable; and the packaging of food rations. In general, the volume of waste generated is likely to be small and largely degradable where the population is of rural and the food rations supplied are unpackaged dry foodstuffs. Displaced urban populations are more likely to generate larger volumes of non-degradable waste, especially where packaged food rations are provided. Guideline values suggest that each person is likely to produce 0.5-1.0 liters of refuse per day with an organic content of 25 to 35 per cent and moisture content between 10 and 60 percent. However, this is likely to vary greatly and estimates should be made locally. Different categories of solid waste include organic waste and waste from preparation of food, market places, etc, combustible waste as Paper, wood, dried leaves, packaging for relief items, etc. (high organic and low moisture content) and others are metal, tin cans, bottles, stones, residue from fires used for cooking, tree branches, carcasses of domestic animal and livestock oil, battery, acid, medical waste, roofing, rubble, broken concrete etc. E-waste is most dangerous to our Health. Li-ion batteries, mobile phone scrap and chemical in the form of ash are some examples of E-waste. The government of India has shown a serious concern by organising various campaigns such as Swachh Bharat Abhiyan, Swachhta Hi Sewa etc, and as a result people have become aware and started contributing in National development programmes.

Recently we have come to learned about some dangerous

diseases spread in villages of Bihar and Uttar Pardesh and so many people have lost their lives because of non-awareness. By adopting new technologies we can aware the huge population which may provide better results in this matter. In times of famine or food scarcity, members of the affected population may be attracted to waste heaps to scavenge for food; this is likely to increase the risk of gastro-enteritis, dysentery and other illnesses.

Some new technologies in solid waste management

- GIS (Geographic Information system): Using this technique we can trace the point at which collection and dumping of waste is safe. The advancement in information technology has permitted an integrated waste cycle. The Government of India has launched a mobile app based on this technology to improve the working persons in municipal corporations and started cleanliness derive.
- Segregation and sorting (Automatic bottles and cans sorting) in urban India the persistent problem of used bottle and aluminum cans affect our environment. After collection of waste the second step is to segregate the different type of waste.
- Mechanical Biological Treatment (micro turbine and fuel cell technology): This technique is a mixture of mechanical and biological methods to treat the solid waste. For this the water content of waste is minimized by various techniques and recycling is done.
- Advanced Thermal Treatment Here the technology may include pyrolysis and gasification of waste. This method is used by developed countries for a long time. In this type of technology the thermal properties of different materials are checked at different stages.
- Dry Anaerobic composting: In this method no biogas recycle is required and fully dry process is applied and whole solid waste is treated in a reactor which do not emit the harmful gases like Carbon dioxide, methane etc,

The following steps can be taken to optimize the objective of a well management of solid waste:

Controlled Generation and Planned Storage

It is the first stage at which we have to focus more because if we generate less then we have to manage less. Here we have to minimize the use of polythene and other plastic materials.

Occasionally we are so careless about the environment and the hazards of polluted environment. We should use separate bins for used material – wet and dry wastes. Improved storage facilities include Small containers, household containers, plastic bins, etc., large containers: communal bins, oil drums, etc.

Planned Collection and Transportation

After the controlled generation of waste the next step is to collect the waste material at domestic level Collection simply means that in which way the waste is collected to transport in big dump areas. For this a guide map should be formed and by following these methods pollution free environment may be provided. Collection intervals and volumes of collected waste must be estimated carefully. This is the stage where a different type of technique is employed instead of traditional methods. For this some pits may be dug at domestic level as well as community level. For this some precautionary measures should be taken as size of pit should be of such a dimension which is enough to prevent small children falling in the pits and its depth should not be more than hundred meters from the ground level. In an ideal case solid or liquid waste should be implemented weekly by soil to take away insects, houseflies and other type of pests. Its advantages are as it is rapid to implement and requires a little operation technique and maintenance.

Planned Dumping of Waste

Family pits may provide a better long-term option where there is adequate space. These should be fairly shallow (up to 1m deep) and families should be encouraged to regularly cover waste with soil from sweeping or ash from fires used for cooking. This method is best suited where families have large plots and where organic food wastes are the main component of domestic refuse. Families are responsible for managing their own waste; no external waste workers are required; and community level mobilization can be incorporated into hygiene promotion programme and there is a chance for everyone to contribute to the country's welfare. At large scale for public institutions, markets or distribution centers, solid waste management systems without bins can be implemented, whereby users dispose of waste directly onto the ground. This can only work if sweepers are employed to regularly clean around market stalls, gather waste together and transport it to a designated off-site

disposal site.

According to World Bank cities are generating 1.3 billions tones of solid waste and it is expected that this number can increase to 2.2 billions in next five years. In India the huge population is not much educated up to higher secondary level and implementation of scientific techniques becomes very difficult. Thus we conclude that serious environmental degradation occurs due to open, uncontrolled and poorly managed waste collection and dumping. So adoption of latest technology and scientific methods in the sector of solid waste management can play an important role in providing a pollution free and sustainable environment.

References and Further Reading:

1. Wajeelha, Ayesha, Muneeba, Fatima, Ghazla(2016):' Latest Technology of Municipal Solid Waste Management in developed and developing countries: A review', KCW, Lahore, Pakistan.
2. Adamas John (1999) Managing Water Supply and Sanitation in Emergencies. Oxfam: Oxford

ਖੂਨਦਾਨ-ਮਹਾਂਦਾਨ

Sh. Sukhwinder Singh

Blood Bank

Govt. Rajindera Hospital, Patiala

GIVE BLOOD
GIVE LIFE

ਖੂਨ ਸਾਡੀ ਜੀਵਨ-ਰੇਖਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਬਗੈਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰਨੀ ਅਸੰਭਵ ਹੈ। ਮੈਡੀਕਲ ਸਾਇੰਸ ਦੀ ਬਦੌਲਤ ਹੀ ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਖੂਨਦਾਨ ਰਾਹੀਂ ਮੌਤ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਏ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨਵੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਸਾਇੰਸ ਨੇ ਬਹੁਤ ਤਰੱਕੀ ਕਰ ਲਈ ਹੈ ਪਰ ਕਈ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵੀ ਹਨ ਜਿਥੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਸਫਲਤਾ ਮਿਲਣੀ ਅਜੇ ਬਾਕੀ ਹੈ। ਇਹੀ ਗੱਲ ਮਨੁੱਖੀ ਖੂਨ ਦੇ ਬਦਲ (ਵਿਕਲਪ) ਉੱਤੇ ਵੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੁੱਕਦੀ ਹੈ। ਅਜੇ ਵੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਾਇੰਸ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਪਦਾਰਥ ਇਜ਼ਾਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੀ ਹੈ ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਖੂਨ ਦੇ ਬਦਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਅੱਜ ਵੀ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਖੂਨ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਰੂਪ ਤਾਂ ਹੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਆਮ ਲੋਕ; ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਮਹਾਨ ਕਾਰਜ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਆਉਣ। ਖੂਨਦਾਨ ਨੂੰ ਮਹਾਂਦਾਨ ਜਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਦਾਨ ਇਸੇ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਦਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਸਬੰਧ ਸਿੱਧੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕੀਮਤੀ ਜਾਨ ਬਚਾਉਣ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਭਾਰਤ ਵਰਗੇ ਮੁਲਕ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਜੇ ਵੀ ਖੂਨਦਾਨ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕਈ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਜਿੱਠਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਹੈ; ਖੂਨ ਦੀ ਮੰਗ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਵਿਚਾਲੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਅੰਤਰ। ਇਸ ਲਈ ਪਹਿਲੀ ਚੁਣੌਤੀ ਤਾਂ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਮੰਗ ਅਤੇ ਪੂਰਤੀ ਦੇ ਫਰਕ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਜਿਸ ਦਾ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਹੱਲ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਐਨੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਲਿਆਂਦੀ ਜਾਵੇ ਕਿ ਉਹ ਖੁਦ ਬਲੱਡ ਬੈਂਕਾਂ ਤੱਕ ਚੱਲ ਕੇ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੂਨਦਾਨ ਕਰਨ। ਜੇ ਭਾਰਤ ਦੀ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਫੀਸਦ ਅਬਾਦੀ ਹਰ ਵਰ੍ਹੇ ਖੂਨਦਾਨ ਕਰੇ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਖੂਨ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਸਿਤਮ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਐਨੀ ਵੱਡੀ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਅਸੀਂ ਲੋੜੀਂਦਾ ਖੂਨ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਲਈ ਜੁਝਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਖੂਨ ਮਹਿਜ਼ ਸਾਡੀਆਂ ਰਗਾਂ 'ਚ ਦੌੜਨ ਦਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਅਰਥ ਸਮੁੰਦਰ ਜਿੰਨੇ ਗਹਿਰੇ ਤੇ ਆਸਮਾਨ ਜਿੰਨੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹਨ। ਇਹ ਨਾ ਸਿਰਫ ਮੌਤ ਦੀ ਆਗੋਸ਼ 'ਚ ਪਏ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇਣ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਬਲਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਚਿਸ਼ਤਿਆਂ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਦੀ ਤਰਜ਼ਮਾਨੀ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸ਼ਾਇਰ ਗਾਲਿਬ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ:

ਰਗੋਂ ਮੇਂ ਦੌੜਤੇ ਫਿਰਨੇ ਕੇ ਹਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਾਇਲ, ਜਬ ਆਖ ਹੀ ਸੇ ਨਾ ਟਪਕਾ ਤੇ ਫਿਰ ਲਹੂ ਕਿਆ ਹੈ

ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ 'ਚ ਵਸਦੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦਾ ਰੰਗ, ਧਰਮ, ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ, ਨਸਲ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਖੂਨ ਦਾ ਰੰਗ ਇੱਕ ਹੀ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਖੂਨਦਾਨ ਦਾ ਅਰਥ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾਉਣਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਖੂਨ ਕੌਮੀ ਏਕਤਾ ਤੇ ਅਖੰਡਤਾ ਦਾ ਸਬਕ ਸਿਖਾਉਣ ਲਈ ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮਿਸਾਲ ਹੈ। ਇਹ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਇਨਸਾਨ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਤਮਾਮ ਬੂਠੇ ਰਸਮੋ-ਰਿਵਾਜ਼ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਬੰਧਨਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਦਾ ਹੈ। ਖੂਨ ਦਾ ਕੋਈ ਮਜ਼ਹਬ, ਕੋਈ ਜਾਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਨਸਲ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਬਲਕਿ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵ ਭਾਈਚਾਰੇ, ਸਮਾਜਿਕ ਅੰਤਰ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਸਲ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਸਾਹਮਣੇ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ

ਸਹਿਜ ਤੌਰ ਤੁਰ ਰਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਕਈ ਵਾਰੀ ਅਜਿਹੇ ਹਾਦਸੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲਾਚਾਰ ਤੇ ਬੇਵੱਸ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ ਵੀ ਇਸੇ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਅਚਾਨਕ ਕਿਸੇ ਹਾਦਸੇ, ਬਿਮਾਰੀ, ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸਰੀਰਕ ਸਮੱਸਿਆ ਕਾਰਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸਬਕ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਆਪਸੀ ਨਿਰਭਰਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੈ। ਸਮਾਜ 'ਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਅਸੀਂ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਤੀ ਉਦਾਸੀਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹਾਂ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ ਇਸ ਨਿਰਭਰਤਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮਿਸਾਲ ਹੈ।

ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਖੂਨ ਦੀ ਮੰਗ ਵਿੱਚ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਵਾਧਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ਖੂਨ ਦੀ ਮੰਗ ਵੀ ਵਧੀ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ 24 ਘੰਟੇ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਕੁੱਝ ਖ਼ਾਸ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਦਸੇ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਪੈਦਾਇਸ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਜੱਚਾ-ਬੱਚਾ ਨੂੰ, ਥੈਲਾਸੀਮੀਆ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਹੀਮੋਫੀਲੀਆ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਗੰਭੀਰ ਅਨੀਮੀਆ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਡੇਂਗੂ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਸਾੜ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਏਡਜ਼ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ, ਵੱਡੇ ਹਾਦਸਿਆਂ, ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਜੀਵਨ ਰੱਖਿਅਕ ਦਵਾਈ ਵਜੋਂ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਲੋਕ ਖੂਨਦਾਨ?

ਖੂਨ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਸਹੀ ਮਾਅਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਸੇ ਨੂੰ ਹੀ ਪਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਖੂਨ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਖੂਨ ਮਿਲਣ ਕਾਰਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚੀ ਹੋਵੇ। ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਅਜੇ ਵੀ ਇਹ ਧਾਰਨਾ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਖੂਨ ਕਿਧਰੋਂ ਵੀ ਮੁੱਲ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਜੇ ਵੀ ਖੂਨਦਾਨ ਬਾਰੇ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਗਲਤ ਧਾਰਣਾਵਾਂ ਬਣੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਇਸ ਲਈ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਖੂਨਦਾਨ ਲਹਿਰ ਦਾ ਮੁਕੰਮਲ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋਣਾ ਬਾਕੀ ਹੈ, ਅਜੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਵਿੱਚ ਖੂਨਦਾਨ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਬੈਠਾ ਡਰ ਕੱਢਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਜੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਜਿਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਕੇ ਲੋਕ ਖੂਨਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹਨ - ਸਰੀਰਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦਾ ਡਰ, ਸੂਈ ਦਾ ਭੈਅ, ਖੂਨਦਾਨ ਜ਼ਰੀਏ ਖੁਦ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਡਰ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਘਾਟ ਅਤੇ ਭਰਮਾਊ ਪਰਚਾਰ। ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖੂਨਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਪਰ ਸੱਚਾਈ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਖੂਨਦਾਨ ਨਾਲ ਨਾ ਹੀ ਕੋਈ ਸਰੀਰਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖੂਨਦਾਨ ਕਰਨਾ ਬੇਹੱਦ ਹੀ ਆਸਾਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਖੂਨਦਾਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ

ਖੂਨਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਬੇਹੱਦ ਸਰਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖੂਨਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁੱਝ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮਾਪਦੰਡ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਖੂਨਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਖੂਨਦਾਨੀ ਦੀ ਉਮਰ 18 ਤੋਂ 65 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਵੇ
- ਉਸਦਾ ਭਾਰ 45 ਕਿਲੋ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਵੇ
- ਹਿਮੋਗਲੋਬਿਨ 12.5 ਗਰਾਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਉਹ ਕਿਸੇ ਗੁੱਝੀ ਜਾਂ ਲੰਬੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜ੍ਹਤ ਨਾ ਹੋਵੇ

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉਸਦਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ 'ਤੇ ਨਬਜ਼ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਵੀ ਠੀਕ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਬੇਜ਼ਿਜ਼ਕ ਖੂਨਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਖੂਨਦਾਨ ਲਹਿਰ ਦਾ ਟੀਚਾ

ਖੂਨਦਾਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਅਹਿਮ ਗੱਲ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਮਹਿਜ਼ ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਸੱਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੂਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੱਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੂਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਉਸ ਖੂਨ ਤੋਂ ਹੈ ਜੋ 'ਐਚਆਈਵੀ', 'ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ' ਅਤੇ 'ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ' ਵਰਗੀਆਂ ਨਾਮੁਰਾਦ ਅਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੈ। ਕਹਿਣ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਖੂਨ ਰਾਹੀਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰਨਾਂ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਮੁਕੰਮਲ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਖੂਨ ਹੀ ਸੱਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੂਨ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਮੁਤਾਬਕ ਸਵੈ-ਇੱਛੁਕ ਖੂਨਦਾਨੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕਤਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਖੂਨ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਹੁਣ ਤੱਕ ਹੋਈਆਂ ਖੋਜਾਂ ਤੋਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਸਵੈ-ਇੱਛੁਕ ਖੂਨਦਾਨੀ ਦਾ ਖੂਨ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਸੱਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਕੌਮੀ ਖੂਨਦਾਨ ਨੀਤੀ ਦਾ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਟੀਚਾ ਇਹੋ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਬਲੱਡ ਬੈਂਕਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕਤਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ 100 ਫੀਸਦੀ ਖੂਨ ਸਵੈ-ਇੱਛੁਕ ਖੂਨਦਾਨੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਇੱਕਠਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਇਹਨਾਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦਿਆਂ ਖੂਨਦਾਨ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਟੀਚੇ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਆਪਕ ਪਹੁੰਚ ਅਪਣਾਈ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ, ਵਿਦਿਅਕ ਅਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੋਰ ਵੀ ਅਹਿਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਵੈ-ਇੱਛੁਕ ਖੂਨਦਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਖੂਨਦਾਨ ਕੈਂਪਾਂ ਤਕ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਕਾਰਜ ਇਹ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਖੂਨਦਾਨ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਹਰ ਘਰ ਤਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਜ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਰਗਾਂ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਲਹਿਰ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇ।

ਖੂਨਦਾਨ ਲਹਿਰ ਵਿੱਚ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਖੂਨ ਗਰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗਰਮ ਖੂਨ ਜੋਸ਼ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ

ਹੈ। ਇਸ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੌਮ ਤੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਕਾਫੀ ਭਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖੂਨਦਾਨ ਵੀ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਖੇਤਰ ਹੈ ਜਿਥੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਐਨ.ਐਸ.ਐਸ. ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ:

**ਕਤਰਾ ਕਤਰਾ ਖੂਨ ਕਾ ਜੋ ਦੇ ਰਹੇ ਹੈ ਨੌਜਵਾਨ,
ਲਮਹਾ ਲਮਹਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵੇ ਦੇ ਰਹੇ ਹੈ ਕੌਮ ਕੋ।**

ਖੂਨਦਾਨ ਲਹਿਰ ਦੀ ਇਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਵੱਧ-ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਸਵੈ-ਇਛੁਕ ਖੂਨਦਾਨ ਰਾਹੀਂ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖੂਨਦਾਨ ਲਹਿਰ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਜਿੰਨਾ ਯੋਗਦਾਨ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸ਼ਾਇਦ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ, ਖੂਨ ਦੀ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਵੱਧਦੀ ਮੰਗ ਦਾ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਮੁਕਾਬਲਾ ਤਾਂ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਠੋਸ ਰਣਨੀਤੀ ਬਣਾਈਏ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰੇਕ ਵਰਗ ਨੂੰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੀਏ ਇਸ ਲਈ ਯੋਜਨਾ, ਤਾਲਮੇਲ, ਇਕਜੁੱਟਤਾ, ਮਿਹਨਤ ਤੇ ਸਮਰਪਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

Migration of Indian Students to Foreign Countries: Gain or Drain

Ms. Inderbir Kaur

Assistant Professor, Department of Computer Science
GSSDGS Khalsa College, Patiala

Migration from homeland to other places is a natural phenomenon. Since ancient times people have been migrating from one place to other in order to earn bread and butter for their families or in the search of a better life style. During the colonial era, majority of students in flow came from colonies to the world capitals in order to pursue higher education. Previously, the concept of studying abroad was based on the assumption that the students would return to their homeland to serve their home countries once they had attained their desired degrees and had developed the required skills and values. India is known to be the world's second largest student sending country after China. This high scale migration is benefitting the economies of the countries abroad and is one of the leading causes of brain drain in India. Studying abroad, though, is a good feeling but it is not without its problems. It is not easy for a student to study abroad, as they have to face unexpected problems like homesickness, getting lost in new surroundings and cultural difference, running out of cash, having serious FOMO (fear of missing out), language or cross cultural barriers etc. Yet, huge rise has been seen in student's migration towards developed countries as USA, UK, and Canada and so on.

In the recent years, a sudden increase in the number of Indian students going abroad for under-graduate and post-graduate courses has been recorded and this rise is expected to go up by 50% over the next five years. One of the basic reasons is the desperation amongst Indian students to gain access to quality education and to earn well to climb up the socio-ladder.

There are many reasons behind this strong urge of migration.

Some of them are:

- **Improved quality of education:** Although, India is always counted well for its “Guru-Shisyaa” parampara but now Indian education system needs to be transformed completely. There is widening gap in the demand for and supply of higher education. Most of the content taught in higher education sector today is outdated, irrelevant and does not match with the industry requirements. Except the IITs, NITs, BITS and a handful of other colleges, the curriculum is poor and is not up to the industry and job marks. Moreover the faculty is either not interested or not motivated enough to teach students in a more practical way. This is the case with most of the fields and branches today and they are not able to keep up with the changing trends. However, colleges and universities abroad, as in the US and other countries have strong tie ups with industries. Higher education is one of the principal conduits of permanent emigration. They invest great deal in high end research in many fields. The education imparted there has updated syllabus and is much more “practical and industry oriented”. Moreover, migration has been possible as this is strongly supported by the growing disposal income of the families of the students going abroad.
- **Reservation in India:** This is one of serious issues on which debate is still going on, no definite conclusion has been arrived at. In India, Caste is more valued over merit. A Meritorious student getting 99+ couldn't get calls from IIT's and IIM's while a student getting 60+ belonging to reserve category could easily get enrolled in their dream courses and same is the case in getting job and promotions. However, in foreign lands, no such tradition is prevalent and the individual's worth is determined by practical knowledge and hard work.
- **Better standard of living as better job opportunities:** The average Indian is fed up with the Indian political system. The governments are unable to generate lucrative job opportunities for the youth. Even the well qualified young and capable youth holding degrees in their hands are not able to procure two meals for their family. On the other hand, foreign governments as USA,

Canada etc. are providing good opportunities and jobs to deserving Indians and providing enough money to them for their livelihood and hence increasing their living standards.

- **Better health facilities and life security:** Although Indian governments are working on the various health schemes yet they haven't succeeded in providing necessary health facilities to the people especially old, children and females. On the other hand, the infrastructure and healthcare schemes and facilities in developed countries are much better. Many of these countries are known to have really good working conditions as well with heavy emphasis on good work life balance. Also better life security is provided by the government is another main attraction and Canada, which offers universal public healthcare (all medical costs are borne by the government which in turn collects it through taxes) bears testimony to it.
- **Better Infrastructure:** Young generation is lured towards the eye-catching facilities and developed infrastructure of the foreign countries. These countries are far superior to the developing countries in terms of public services offered to the inhabitants (better roads, electricity, water supply, better sewage, better public health and sanitation, internet and mobile connectivity, transport etc) and all material goods are in abundance such that a person lives a better quality life with life security. While in India, one cannot be confident about these services. The electricity and water supply are erratic, less internet connectivity and terrible condition of roads describe the poor developing stage of India.
- **Better political environment and less corruption as compared to India:** Actually youth is fed up of the poorly managed political system of India. Reservation, corruption, poor government policies towards youth development are forcing youth to migrate to USA, Canada and other developed countries.

The reasons for deciding not to return to India are varied and not hard to discern. Better salaries and facilities abroad, easier access to research funds, working on cutting-edge topics and many others are part of the mix. And while some are lured back to India later in their careers, however the number is small. Once established overseas,

either in a university or in the research or corporate sectors, it is difficult to return.

Serious Issues: Indian students are getting high level education and are developing skills and values in countries abroad. They are also bringing laurels to their home country India by attaining remarkable positions in the fields of technology, medical sciences, law and even in the government sector in countries like USA, Canada, UK, Australia etc. Yet, there are some serious issues behind the concept of migration. These are:

- **Affecting Indian economy:** The international student market has become an important source of revenue for local economies and many institutions rely heavily on the income brought by cross-border students. A large amount of Indian currency is spent on the education of students going abroad which has no doubt affected the Indian economy in a bad way. Moreover, receiving countries are being benefitted from qualified skilled migrants who make considerable contributions to the new countries and helps in making their countries more strong.
- **Affecting admission rate:** As more than 3 lakh students are moving abroad every year, this migration is affecting the admission rate of students in Indian colleges and universities. As per recent survey report in Punjab in 2018, approximately 15% less admission has been noticed in various colleges and universities of Punjab.
- **Brain drain:** Brain drain is the migration of skilled human resources for trade, education, etc to have better standards of living and quality of life, higher salaries, access to advanced technology and more stable political conditions. The majority of migration is taking place from developing to developed countries. This is of growing concern worldwide because of its impact on the health systems in developing countries. These countries have invested in the education and training of young health professionals. This translates into a loss of considerable resources when these people migrate, with the direct benefit accruing to the recipient states.
- **Affecting parent's feelings:** According to the recent survey,

30% families are considered as empty nest families after their children go abroad for further studies. Various counselors and educators suggest that many parents can feel lost and suffer psychological and emotional stress after their children go abroad. Sometimes they are not able to adjust with this new phase of life as they miss their children on various occasions such as festivals and birthdays. Jia Rongtao, a family education counselor suggests, "It is inevitable that the parents feel lonely and frustrated after their children leave home, but they should learn how to make psychological adjustments, look for new interests and find happiness in daily life".

- **Chances of facing racial harassment:** This issue might or might not be very common. Racial harassment is such an issues which is prevailing in many parts of the world and needs to be addressed at the earliest. Students around the world have been victims of racial harassment in the university or the place they stay. As it cannot be taken very lightly as racism attacks affect the students and families a lot.

Solutions

There is no short-term solution to this, if we consider this migration as a problem. The Government policies should be improved. New refined policies of blending approach of technological and industry oriented education should be implemented. Job opportunities and better facilities should be provided in India. In education sector, there is a need to build up high-quality capacity in key disciplines at national institutions so that a greater number of Indian students can obtain excellent training at home. Government should invest money and time in this also. There is a great need of changing environment in India's academic culture to ensure that meritocracy operates at all levels.

Conclusion

As it is seen that migration of Indian students abroad, not only making the Indian students more independent and intelligent but also India is suffering from the problem of brain drain. With this pace, if the young generation continues going abroad, one day only old generation will be found living in India. It is about time to change this system and

make sure that hard working people are given opportunities at home. India is in need of a powerful revamp in education, health, jobs and refining policies. Utmost emphasis should be placed on developing good education system with lots of recognized institutions in India. Also, effort should be put to refine the government policies regarding education, life security and health of the individual. Otherwise, brain drain will continue to happen in India and this may leads to a serious problem.

ਇਹ ਚੜਦੀ ਜਵਾਨੀ ਕਿੱਧਰ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ

Sh. V. P. Sharma

Associate Professor, Department of Political Science

NCC Officer

Multani Mal Modi College, Patiala

ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਲੋਕ ਗਾਇਕ ਗੁਰਦਾਸ ਮਾਨ ਕੇ ਗੀਤ ਗਾਇਆ ਸੀ ਕਿ 'ਇਹ ਚੜਦੀ ਜਵਾਨੀ ਕਿੱਧਰ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਹ ਖਸਮਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣੀ ਕਿੱਧਰ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ'। ਉਸ ਦੇ ਗਾਏ ਗੀਤ ਦਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਭਾਵੇਂ ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਭੁੰਡ-ਆਸ਼ਕੀ ਕਰਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵੱਲ ਸੀ ਪਰ ਅਸੀਂ ਅੱਜ ਇਸ ਗੀਤ ਦੇ ਮੁਖੜੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਅੱਜ ਦੀ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜੀ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੱਲ, ਰਾਜਨੀਤੀ ਵੱਲ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਹਿਲੂਆਂ ਵੱਲ ਅਪਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਰਚਾ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਥੇ ਇਹ ਵਰਣਨਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੇਸ਼ ਦੀ 40% ਆਬਾਦੀ 24 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਅੱਲੜਾਂ ਦੀ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨ ਵਰਗ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਸਰਮਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਦੇਸ਼ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੋਢਿਆਂ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਸਰਮਾਇਆ ਹਰ ਇੱਕ ਹੀਲਾ-ਵਸੀਲਾ ਵਰਤ ਕੇ ਕੈਨੇਡਾ, ਆਸਟਰੇਲੀਆ, ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਜਾਣ ਲਈ ਤਰਲੋਮੱਛੀ ਹੋਇਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਖੈਰ! ਇਹ ਵਿਸ਼ਾ ਅਲੱਗ ਹੈ, ਇਸ ਉੱਪਰ ਹੋਰ ਲੇਖ ਵਿੱਚ ਬਹਿਸ ਕਰਾਂਗੇ। ਸੱਚਾਈ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਉਸ ਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਬਹੁ-ਮੰਜਲੀ ਇਮਾਰਤਾਂ, ਜਾਂ ਫਲਾਈਓਵਰਾਂ ਨੇ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੇ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਤਿਹਾਸ ਗਵਾਹ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜੀ ਸੰਸਾਰ ਜੰਗ ਦੌਰਾਨ ਜਪਾਨ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਬਾਹ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਧੌਂਸਵਾਦੀ ਨੀਤੀ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਅਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਜੰਗ ਦੇ ਖਾਤਮੇ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀਰੋਸੀਮਾ, ਨਾਗਾਸਾਕੀ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕੀਤਾ। ਕਹਿਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ 1945 ਦੀ ਜਪਾਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ 1947 ਦੇ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨਾਲੋਂ ਬਦਤਰ ਸੀ। ਪਰ ਅੱਜ ਉੱਥੋਂ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਲਗਨ, ਇਲੈਕਟਰੋਨਿਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਅਥਾਹ ਤਰੱਕੀ ਨੇ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਅਕਸਰ ਅਸੀਂ ਆਮ ਲੋਕ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਕੇਸਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਅਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਠੀਕ ਹਾਂ; ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤੀ ਮਾਰਨ ਦੀ ਵੀ ਕੋਸ਼ਿਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਪੁਰਾਣੀ ਕਹਾਵਤ ਹੋਇਆ ਕਰਦੀ ਸੀ ਕਿ 'ਜੈਸਾ ਰਾਜਾ, ਵੈਸੀ ਪਰਜਾ' ਪਰ ਮੇਰੇ ਖਿਆਲ ਮੁਤਾਬਿਕ ਇਸ ਨੂੰ ਹੁਣ ਬਦਲ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਜੈਸੀ ਪਰਜਾ, ਵੈਸਾ ਰਾਜਾ'; ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਹੀ ਵੋਟਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਾਜ ਭਾਗ ਦੇ ਕਾਬਿਲ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅੱਜ ਦਾ ਨੌਜਵਾਨ ਉਸ ਕਾਲੀ ਹਨੇਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਦਿਖਾਈ ਨਹੀਂ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ, ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ, ਨਸ਼ੇ-ਖੋਰੀ ਆਦਿ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਅੱਜ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਵੱਲ ਧੱਕ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਥਾਂ-ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਖੁੱਲੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅੱਜ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ

ਕਾਗਜ਼ੀ ਡਿਗਰੀਆਂ ਦੇ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਡਿਗਰੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਕਾਬਲ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਸੂਰ ਸਾਡਾ ਹੀ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਚੁਣੇ ਹੋਏ ਰਾਜਨੀਤੀਵਾਨ ਸਿੱਧੇ ਜਾਂ ਅਸਿੱਧੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲੁੱਟਣ ਦੇ ਲਾਇਸੈਂਸ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਡਿਗਰੀਆਂ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਫੜੀਂ ਨੌਜਵਾਨ ਵਰਗ ਮਾਰਕੀਟ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਖਰੀਦਦਾਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਭਾਵ ਉਸ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਤੇ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗ਼ਲਤ ਅਨਸਰਾਂ ਵੱਲ ਧੱਕਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਹ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਵਿਉਪਾਰੀ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ੇਰੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਫਿਰ ਫਸੇ ਹੋਇਆਂ ਤੋਂ ਨਸ਼ਾ ਵਿਕਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਹੀ ਦਿਨ ਸੁਖੀ-ਸਾਂਦੀ ਲੰਘਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਸ ਦਿਨ ਅਜਿਹੀ ਖ਼ਬਰ ਦੇਖਣ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਨੂੰ ਨਾ ਮਿਲੇ ਕਿ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡੋਜ਼ ਲੈਣ ਨਾਲ ਨੌਜਵਾਨ ਦੁਨੀਆਂ ਛੱਡ ਕੇ ਚਲਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਣਗਿਣਤ ਹਨ, ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਸਵਾਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦਾ ਨੌਜਵਾਨ ਇਹਨਾਂ ਦਰਪੇਸ਼ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਵੇਂ ਨਿਕਲੇ। ਇਸ ਦਾ ਹੱਲ ਉਹਨੂੰ ਖ਼ੁਦ ਹੀ ਲੱਭਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਆਪਣੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਕਤ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ, ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਇੱਕਲੇ-ਇੱਕਲੇ ਲੜਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇੱਕਠੇ ਹੋ ਕੇ ਲੜਿਆ ਜਾਵੇ। ਚੇਤਨ ਨੌਜਵਾਨ ਵਰਗ, ਝੰਡਾ-ਬਰਦਾਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਵੇ। ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਸੁੱਤੀ ਪਈ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਜਗਾਵੇ, ਵੋਟਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਨਸ਼ੇ ਲੈ ਕੇ, ਜਾਂ ਚੰਦ ਕੁ ਛਿੱਲੜਾਂ ਖਾਤਿਰ ਜ਼ਮੀਰ ਨਾ ਵੇਚੇ। ਅਜਿਹੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਚੁਣੇ ਜਿੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਕਰਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਣ। ਰੋਣਾ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਲੜਨਾ ਇੱਕ-ਜੁੱਟ ਹੋ ਕੇ, ਚਾਨਣਮਈ ਰਸਤਾ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਇੱਕ ਸ਼ੇਅਰ ਨਾਲ ਕਲਮ ਨੂੰ ਵਿਰਾਮ ਦੇਵਾਗਾਂ :

ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਸੰਗ ਲੜ ਕੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਹੈ,
ਤਲਖੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਹਿਰ ਪੀਵਣ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਹੈ,
ਐਵੇਂ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਖੰਜਰ ਉਠਾਈ ਫਿਰਦੇ ਹੋ ਦੋਸਤੋ,
ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੇ ਜ਼ਖ਼ਮ ਸੀਵਣ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਹੈ।

An INDIA of Empowered Women!!

Ms. Poonam Sharma

Assistant Professor, Department of Computer Science

NCC Officer

Multani Mal Modi College, Patiala

There is no doubt that women in INDIA today have become empowered. Women have become a part of almost every field of working. Gone are the days of the limited roles of women, thanks to encouragement women are receiving from their families and of course the society. Women's empowerment is definitely making a great difference in the roles women are seeking to play in today's global economy. It wasn't long ago, that the roles of women in many societies and in different industries were limited. We should understand women play a very crucial role and are the key contributors in the development of India.

It can't be denied that the role of women in the world has changed a lot over the years. Women today have attained positions that, in a country like India, was thought to be impossible just a few years ago. A very good example of this is India's External Affairs Minister and Defence Minister are women and the Speaker of the Indian Parliament is also a woman. Here let us also take into consideration that women form 11.8 percent of the members of the Lok Sabha and 11 percent of the Rajya Sabha. Not only in the metros but in also small cities and now villages too the changing stature of Indian women is observable. Women are storming corporate citadels and the urban workforce. Everywhere they are everywhere making their presence felt. They are TV anchors, news readers, pilots, cab-drivers, astronauts, armed force personnel, drama theatre movie artists and what not. Bollywood actresses of repute are faring well in Hollywood, and in the field of sports, P V Sindhu, Saina Nehwal, Mary Kom reaping laurels for the country.

In the last concluding season of the 'Kaun Banega Crorepati' TV show, women from small towns and villages showed they were as

good as men in their general knowledge and presence of mind. We, thus, saw a number of women as the show participants. The only person to have won Rs 1 crore on the first season of the programme was a woman, Anamika Majumdar, a social worker from Jamshedpur, who planned to utilize the money for the empowerment of tribal women and their children.

This empowerment has not come overnight, a lot of people including the government has worked for it. It would be great to have a look at some of the landmark steps taken by the Indian governments. All these laws are provisions made under the Constitution of India and are as under

- Right to equality under Article 14 of the Indian Constitution guarantees to all Indian women equality before law.
- Equal pay for equal work under Article 39(d), guards the economic rights of women by guaranteeing equal pay for equal work.
- Maternity Relief under Article 42, allows provisions to be made by the state for securing Justice for humane condition of work and maternity relief for women.
- Acts like the Dowry Prohibition Act, 1961, prohibits the request, payment or acceptance of a dowry. Asking or giving dowry can be punished by imprisonment as well as fine.
- Protection of Women from Domestic Violence Act, 2005, provides for a more effective protection of the rights of women who are victims of domestic violence. A breach of this

Act is punishable with both fine and imprisonment.

- Sexual Harassment of Women at Work Place (Prevention, Prohibition, and Redressal)

Act, 2013, helps to create a conducive environment at the workplace for women where they are not subjected to any sort of sexual harassment.

The promotional schemes available in the country in order to develop women entrepreneurship are as follows.

- Mahila Nidhi.
- Mahila Vikas Nidhi
- Priyadarshini Yojana.
- Trade-related entrepreneurship assistance and development (TREAD).

- Special programs conducted by the SIDO (Small Industries Development Organization)
- CWEL (Consortium of Women Entrepreneurs of India).
- WIT (Women India Trust).
- SWEA (Self-employed Women Association).
- SHG's (Self-help group)
- FTWE (Federation of Women Entrepreneurs)
- Income Generating Schemes by Department of Women & Child Development.
- KVIC (Khadi Villages Industries Commission)
- DIC (District Industrial Centers)
- Women Cell
- Women Industries Fund Schemes.

There are some strong ladies who have been working in support of their fellow ones, and are still fighting to bring about positive changes to our society :

- **Kavita Krishnan** - In the wake of the horrific December 16 rape in Delhi, Kavita Krishnan's voice echoed the loudest in the anti-rape protests which resonated across the country. She also set in motion a series of protests and uproar which then eventually led to the legislation of the Criminal Law Amendment 2013, making dramatic changes in the existing rape laws in the nation
- **Sunitha Krishnan** - Sunitha Krishnan is an Indian social activist and chief functionary and co-founder of Prajwala, a non-governmental organization that rescues, rehabilitates and reintegrates sex-trafficked victims into society. She was awarded India's fourth highest civilian award the Padma Shri in 2016 for her services to the society.
- **Flavia Agnes** - Co-Founder of 'Majlis' - an organization that provides legal representation for women, Flavia is an Indian author, legal scholar, women's rights activist and lawyer. Her works on feminist jurisprudence are of utmost importance and she is renowned for her services to destitute women on legal matters. She was also instrumental in the formation of the Forum Against Oppression of Women (FAOW), a campaign group that dealt with issues involving wife beating, dowry and sexual harassment in 1979.
- **Leila Seth** - Justice Leila Seth was the first woman judge on the

Delhi High Court and the first woman to become the Chief Justice of a state High Court. She was involved in the efforts which led to the amendment of the Hindu Succession Amendment Act (2005), ensuring that daughters have equal rights to joint family property, and has made recurring positive statements on the rights of the LGBT community in the nation.

- **Meenakshi Arora** - A practicing senior counsel at the Supreme Court of India, Meenakshi has her fair share of contribution in ensuring that the rights of women in India are upheld. A member of the Gender Sensitization and Internal Complaints Committee of the Supreme Court, Arora was one of the advocates whose persistent efforts led to the framing of the Vishakha Guidelines, which later culminated into the legislation of the Sexual Harassment of Women at Workplace Act (2013)
- **Nivedita Menon** - A professor of political thought at Jawaharlal Nehru University, Nivedita is a noted feminist, author, translator and activist. Hailed as one of the pioneers in feminist theory, Menon has been prominently involved in a lot of social and political movements and she writes on contemporary issues regularly for a variety of publications. Her book 'Seeing Like a Feminist' is like the Holy Grail amongst works in feminist thought.
- **Manasi Pradhan** - Manasi Pradhan is an author and poet who received the Rani Lakshmibai Stree Shakti Puraskar in 2013 for her work in fighting for women rights. She has won many accolades including the 'Outstanding Women Award' in 2011 from the United Nation's UN Women and National Commission for Women. She is the founder of Nirbhaya Vahini and OYSS Women and head the Honour for Women National Campaign, a nationwide movement to end violence against women in India. She is a member of the International Governing Council of World Women Organization (WWO) and Inquiry Committee of the National Commission for Women.
- **Laxmi Agarwal** - Laxmi is an Indian campaigner with Stop Acid Attacks and a TV host. She is an acid attack survivor and speaks for the rights of acid attack victims. She was attacked in 2005, at age 15, by a 32-year-old man whose advances she had rejected. She has also advocated against acid attacks through gathering 27,000 signatures for a petition to curb acid sales, and taking that cause to

the Indian Supreme Court. Her petition led the Supreme Court to order the central and state governments to regulate the sale of acid, and the Parliament to make prosecutions of acid attacks easier to pursue. She is the director of Chhanv Foundation, a NGO dedicated to help the survivors of acid attacks in India. Laxmi received a 2014 International Women of Courage award by US First Lady Michelle Obama.

- **Pramila Nesargi** - Pramila Nesargi is an Indian lawyer and a well-known women's rights activist. She is known as a maverick lawyer who fights against sensitive issues such as child labor, house and control, sexual violence at work, domestic violence and prisoner's plight. She has also contributed in organizing various unincorporated sectors. She is the first woman to be elected in the past 50 years to the Karnataka Bar Council as Chairman of Bar Association.
- **Gita Sahgal** - Gita Sahgal is a writer and journalist working on issues of feminism, fundamentalism and racism, a director of prize-winning documentary films, and a women's rights and human rights activist. She has been a co-founder and active member of women's organization. She has also been head of Amnesty International's Gender Unit, and has opposed the oppression of women in particular by religious fundamentalists.

These women activists and many others have played a significant role in changing many social evils and have been a shining beacon of hope. From the problems of 'Sati' and child marriages, the movement to secure rights for women in India has come a long way. A lot of progress has been made and the status of womenfolk in the nation has been considerably elevated since past few decades. Even though there still remains a lot of work to be done.

Also, irrespective of the various laws, schemes and the efforts put in by some people there are many evil and strong forces which are still prevailing in the modern India. These resist and hinder the forward march of the womenfolk. It is really pity that a country, which has recently acclaimed the status of the first Asian country to accomplish its Mars mission in the maiden attempt, is positioned at the 29th rank among 146 countries across the globe on the basis of Gender Inequality Index. There has been amelioration in the position of women, but their true empowerment is still awaited, for which the

following challenges have to be fought with.

Perspective: The most widespread and dehumanizing discriminations against women are on the basis of the biased perspective. So, somewhere mindsets have to be changed to bring in a complete empowerment. The discrimination against the girl child begins from the birth itself. Boys are preferred over girls; hence, female infanticide is a common practice in India. The ordeal that an Indian girl faces at birth is only the beginning of a lifelong struggle to be seen and heard.

Implementation Gaps Through all these years, the attention is only on developing and devising new schemes, policies and programmes and considerably less attention is paid to the proper monitoring system and implementation of the schemes for e.g. despite the presence of The Pre-Natal Diagnostic Technologies Act and various health programmes like Janani Suraksha Yojana and National Rural Health Mission (NHRM), our country has a skewed sex ratio and a high maternal mortality rate (MMR).

Loopholes in the legal structure Although there are a number of laws to protect women against all sorts of violence yet there has been a significant increase in the episodes of rapes, extortions, acid, attacks etc. This is due to delay in legal procedures and the presence of several loopholes in the functioning of a judicial system.

Again the above challenges are some of the many unnoticed challenges. If India has to become a super power, it must try to achieve a 100 % level of women empowerment. We must realize we are far behind the world. Our development as a nation will only be possible if we ensure the development of women, as affirmed by the former UN Head Mr. Kofi Annan:

'There is no tool for development more effective than the empowerment of women.'

Role of Youth for a Cleaner & Greener Environment

Ms. Paramdeep Kaur

Associate Professor

Govt. Rajindra College, Bathinda

Many species of animals and plants were destroyed in different ways in the past and this continues today without any study by biologists. The preservation of genetic diversity is a gauge for the future to maintain and improve agriculture and forestry. Due to global warming, the indigenous way of life has been affected. Environmental problems are rising day by day. The youth can play a major role in improving environmental affairs. Youth is the backbone of a nation. Their roles might be strengthened through environmental education. The present conditions never existed before. Our mother earth is gasping for breath now. Harmful pollution ants are choking her slowly and continue to strip her ozone layer. Protection of the environment is very important as the world is moving in new era with major problems of pollution due to rapid industrialization.

Climate change is the biggest threat to life as we are seeing fewer cold days and more hot days. It's high time that our governments drop the gloves on climate change before global warming ruins our nation. Volunteers have been thinking and planning for a long time. Finally, its time to implement their action plan and put the wheels of their project into motion. Each volunteer should educate community, raise general awareness about climate change, and about the need for political and personal action. There is no doubt that young people today are more aware of environmental problems. As new generation comes of age, it faces the enormous challenge of solving global warming. Young people have the ability and the enthusiasm required to put a stop to global warming and fight against climate change. Our decisions and actions over the next few years will shape the world we live in for the rest of our lives. Young people around the world are standing up to politicians and polluters and taking their future into their own hands.

Youth has both special concerns as well as responsibilities in relation to the environment. A number of environmental risks and hazards disproportionately affect the youth who have to live for an extended period with the deteriorating environment given to them by previous generations. Young people are compelled to engage in new forms of action and activism that will generate effective responses to ecological challenges.

Youth constitute a large part of world population and young people have to live longer with consequences of current environmental decisions than their elders.

Future generations will be affected by decisions like depletion of resources, biodiversity loss and radioactive wastes. Youth can play an active role in addressing environmental issues. Youth from all parts of the world participate actively at all relevant levels of decision-making processes because it affects their lives today and has implications for their future. Youth has the right to a clean future and they would not wish to inherit a toxic, radioactive, dirty and carbon-driven world. In their own ways, youth all over the world are finding reasons to act against climate change.

Environment education enables a person to know about his rights and duties. It enables him to know about the impact of his activities, and the phenomenon of globalization and its impact on environment, economy, social equality and responsibility. It helps in engaging with citizens to develop skills and commitment to act independently as well as collectively for environment.

Composting of degradable waste serve to reduce bulk of solid waste and provides organic fertilizer for kitchen gardens.

The growing of food should be free of excessive use of synthetic fertilizers and pesticides as these pollute soil and water.

Arrange some dustbins to improve sanitation.

Choose reusable water bottles instead of plastic bottles. Although it is costly in the beginning but it is good for health and hygiene in the long run.

Youth should make people aware about forest fires that occur during dry seasons, causing huge loss of biodiversity and changing green forest to grey.

Reuse furniture by remodeling to save money and wood.

Carpooling is the best way to save environment from pollution

and to curb the wastage of money.

Switch off lights to save energy, conserve fossil fuels and protect environment.

Maintenance of vehicle regularly would help to minimize pollution.

Use of renewable energy resources like solar lamps.

Go green in your thoughts and add greenery to your surroundings thus, balancing carbon dioxide level in air.

Use eco-friendly shopping bags and say no to polythene in order to protect animals from eating poly-bags with food. It also decreases in garbage and prevents choking of drains.

Youth is a perishable talent which should be utilized properly for betterment.

Youth has the knowledge about status of different natural resources, needs, and modes of their conservation.

By linking event to existing news item, the theme can get press coverage. This helps inform the public, motivate decision makers especially the youth. Youth need to think critically, ethically and creatively when evaluating environmental issues and make educated judgments to protect environment.

So youth, individually and as a part of an organization, should work jointly so that effectiveness of efforts increases and anticipated results can be obtained. Youth are regarded as future leaders of nation. Youth can help in reducing waste by paying attention to minor details in their daily lives.

Eco-friendly acts like Reduce, Reuse and Recycle (RRR) must be implemented. Use cloth wipes instead of paper wipes to minimize waste. Dispose of broken apparatus properly and safely. Use cotton clothes instead of silk rayon clothes. Switch to drip irrigation systems in gardens and farms and rain harvesting system. Give special attention to the carburetor and silencer in the vehicle. Go for water-based paints instead of varnishes. Use soda, lemon, borax and vinegar instead of harmful chemicals. Avoid using detergents with high phosphate. Do not throw plastic bags and any litter in wells, rivers, seas and oceans. Use rechargeable batteries. Do not burn organics to avoid damage to ozone layer. Install and check low emission devices in vehicles.

To promote the attractiveness of green and healthy environment, youth can participate in tree plantation. Plants maintain the balance of

nature, environment, climate and the composition of the atmosphere. Youth can use their technical knowledge about agriculture and veterinary for resource-allocation and proper management of renewable natural resources with reduction in use of non renewable resources. Cutting down on air pollution is an important step in going green. Air pollution can be reduced by riding bicycle, hence reducing the consumption of fuel. All the problems we face today are made worse by deforestation. We must save plants and forests, because they save us. On the occasion of international volunteer day, massive tree plantations can be planned across the country.

Young people are the target of commercials, not just because of any disposable income they may possess, but because corporations promoting goods and services have a vested interest in establishing high-consumption patterns that will last a lifetime. The nefarious example is tobacco and alcohol advertisements directed at youth to encourage early consumption and lifelong addiction, but the logic applies to consumer goods more generally. This kind of targeted advertising can be resisted, especially if its consequence is to draw youth into a lifestyle characterized by excessive consumption. However, the kind of education required not only provides information about how the world's ecosystems are under stress, but also guidance on how to draw links between an advertiser's product and its ecological consequences. Advertisers are skilled enough to convey the message that their products and activities are environmentally beneficial. You may encounter challenges, or unexpected outcomes, as they carry out their action plan. This is normal if they are working in a group. Climate change is already being felt in every region of the world. More and more people are realizing that time to act is now. The impact of climate change is not evenly distributed – the poorest countries and its people suffer the most and by the time the damages appear it is too late to reverse the process. Strong action will not have a significant effect on economic growth. Policy can make co-operation easier at any level. By laying down a plan of action or a set of rules, a government assures that everyone works together. When we speak of 'climate policy' we mean those plans of action laid down by governments to address climate change. Unlike other issues, nearly every youth contributes to climate change and everyone will suffer from its effects. We all share one atmosphere and

our individual emissions have a global impact. For example, everyone who uses non-renewable electricity or drives a car is responsible for greenhouse gas emissions and everyone is affected by a changing climate, some are more responsible for emissions while others are more exposed to their impacts. While we can all have an impact through our individual choices, there is a need to co-ordinate everyone's actions to ensure that all are doing their part well. As individuals, communities and nations, we prefer others to do the work so that we can still enjoy the benefits of their efforts. This is known as free-riding. The problem is that if everyone wants a free ride, no-one is doing the work, so no-one will benefit. This is what is known as a collective action problem, and climate change.

We all can agree that we have only one Earth- a planet teeming with life. With our technology and awareness of earth's raw materials and natural resources that are on the verge of exhaustion and some are already exhausted. We know that poverty and pollution, the breeding of crime and corruption, can quickly be eliminated. Strengthening the participation of youth in environmental protection is partly a matter of increasing opportunities in governmental organizations, established NGOs and restoration projects; partly a matter of youth themselves devising new forms of action, and partly a question of more effective environmental education and media presentation on environmental issues.

Let us work together to sustain and enhance the natural beauty of environment.

"Arise, awake and stop not till the goal is reached"

– Swami Vivekananda

ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਨਾਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਖੁਸ਼ਕੀ

Dr. Hardeep Singh Randhawa
Ophthalmic Officer
Civil Hospital, Nabha

ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਦੀ ਇੱਕ ਅਨਮੋਲ ਦਾਤ ਬਖਸ਼ੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਇੰਚ ਦੀਆਂ ਦੋ ਅੱਖਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅਸੀਂ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਜਿਊਣ ਲਈ ਨਜ਼ਰ ਵਰਗੀ ਦਾਤ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹਾਂ। ਮਨੁੱਖ ਜਿਵੇਂ ਅੱਜ ਆਧੁਨਿਕ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਵਰਤਾਰੇ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ ਉਸ ਵਿੱਚ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਬੇਹੱਦ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਦੇ ਵੀ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਅ, ਸੁਰਮਾ ਨਹੀਂ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਐਸਾ ਕੋਈ ਸੁਰਮਾ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਬਣੀ ਕਿ ਜੋ ਚਸ਼ਮਾ ਲਾਹ ਸਕੇ। ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਲੇਜ਼ਰ ਨਾਲ ਹੀ ਚਸ਼ਮਾ ਲਾਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਲਈ ਡਾਈਟ ਵਿੱਚ ਵਿਟਾਮਿਨ-ਏ ਰਿਚ ਅਤੇ ਐਂਟੀ ਔਕਸੀਡੈਂਟ ਡਾਈਟ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਬੈਠ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਅੱਖਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰੀ 14 ਇੰਚ ਦੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਟੀ.ਵੀ. ਤਿੰਨ ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ ਤੋਂ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਝਪਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਹੰਝੂ ਦੀ ਪਰਤ ਖੁਸ਼ਕ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਅੱਜ ਦੇ ਪੂੜ-ਮਿੱਟੀ ਭਰੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਕੂਟਰ ਜਾਂ ਸਾਇਕਲ ਉੱਤੇ ਐਨਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੂਰਜ ਗ੍ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਚੰਦ ਗ੍ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇ ਅੱਖ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪਲਕਾਂ ਥੱਲੇ ਨੂੰ ਖਿੱਚੋ ਤੇ ਉਪਰ ਨੂੰ ਦੇਖੋ। ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਵੱਗਣ ਦਿਉ। ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਖਾਂ ਮਲਣੀਆਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ। ਜੇਕਰ ਕੁੱਝ ਪੈ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਭੋਰਨੀਆਂ (ਪੁਤਲੀਆਂ) 'ਤੇ ਕੁੱਝ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਰਜ਼ੀਨਲ ਅਲਸਰ (ਜ਼ਖ਼ਮ) ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਪੁਤਲੀ ਚਿੱਟੀ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਫੋਲੋ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਪੁਤਲੀ ਬਦਲਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਕਰੈਟੋਪਲਾਸਟੀ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੁਤਲੀਆਂ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਖਾਂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੱਖਾਂ ਮੌਤ ਤੋਂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮੌਤ ਤੋਂ ਛੇ ਘੰਟੇ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਹੀ ਅੱਖਾਂ ਦਾਨ ਕਰਨੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਸ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਡੈੱਡ ਬਾਡੀ ਪਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅੱਖ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਉਪਰ ਰੂੰ ਦੇ ਫੰਬੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਗਿਲੇ ਕਰਕੇ ਰੱਖ ਦੇਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਪੱਖਾ ਅਤੇ ਏਅਰ ਕੂਲਰ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਏ.ਸੀ. ਚਲਦਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਬੀਮਾਰੀਆਂ; ਜਿਵੇਂ ਏਡਜ਼ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ-ਬੀ, ਸੀ ਅਤੇ ਰੈਬੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਅੱਖਾਂ ਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ। ਇਹ ਫੋਲੋ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਦੌਰਾਨ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਦੀਵਾਲੀ 'ਤੇ ਪਟਾਕੇ ਚਲਾਉਣ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ

ਵਿੱਚ ਜ਼ਖ਼ਮ (Injury) ਅਤੇ ਹੋਲੀ ਦੌਰਾਨ ਰੰਗ ਪੈਣ ਨਾਲ, ਗੁੱਲੀ ਡੰਡਾ ਜਾਂ ਤੀਰ ਕਮਾਣ ਖੇਡਾਂ ਦੌਰਾਨ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਲੱਗਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਕੁੱਝ ਪੈਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇੱਧਰ-ਉੱਧਰ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ। ਹੁਣ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਤਕਨੀਕ ਆ ਗਈ ਹੈ। ਸੂਗਰ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨਿਯਮਤ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਚੈੱਕ ਕਰਾਉਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

Light House for Generations to Come Prof. (Dr.) S.P. Singh Oberoi An International Icon of Philanthropy

Dr. Madan Lal Hasiza

National Director Education
Sarbat Da Bhala Charitable Trust (Regd.)



Popularly known as "The Saviour of Humanity" for his extraordinary services to distressed people worldwide, unique, unparalleled, acredibly fascinating and living in the spectrocular and phenomenal side of Dr. S.P. Singh Oberoi on the global horizon of philanthropy. It is the inspiring saga of a Punjabi mechanic's transformation into multimillionaire of Dubai committed to serving the distressed humanity everywhere in the world through his prestigious self finance international NGO, (accepting no donation of any kind) - Sarbat Da Bhala Charitable Trust (Regd.), which means "Welfare of Mankind". He gave the millions of Rupees as blood money to rescue about 4 dozens of youth, not only Punjabis, but belonging to any cast, colour, creed & nationality, from gallows in UAE, thus relieving their parents & relatives from the pangs of the losing their wards forever. Not only this, he rehabilitated them, also awarded free education to their children as well as regular financial assistance to lead their normal life. He has been instrumental by getting transported to India about 100 bodies of the deceased in UAE, which otherwise is very cumbersome procedure under the UAE laws.

In the education field, the Trust is sponsoring brilliant and poor students to persue their studies in professional as well as regular courses.

A project named "Sunny Oberoi Self-Employment Generation Scheme" about three hundred ISO 9001:2015 training centres are being run in all over country especially in remote rural areas to impart training in Computer Education, Stitching, Embroidery, Soft-Toys making, Tie & Dye, Beautician & Bridal Makeup etc.

Dr. S.P. Singh Oberoi is very kind enough to provide dialysis

facilities at cheapest affordable costs at various private & government hospitals so that no dialysis patient has to be transported more than 10-15 Km. This facility has been made available in Mauritius too, on the request of Prime Minister of that country.

Financial assistance for treatment for the chronic patients is also provided in addition to sponsor major surgeries in some special cases.

The pensions to widows, needy persons, handicapped and like is also one of the priority of a series of his projects.

Apart from this large number of projects, just to mention a few –

Installation of ROs in public places/ educational institutions, ultra modern facilities to prisoners in nearly all district jails of Punjab, Haryana & Himachal Pradesh, promoting Ghatka, Arts & cultural societies, National & International players, helping MR students and so on.....

For these selfless services, Dr. S.P. Singh Oberoi has emerged as a living legend of service to humanity, unfazed by daunting challenges. He is distinguished and honoured with Grand-doctoral degrees, eye-catching awards and including Consul-General of Seborga, Dr. S.P. Singh Oberoi is well esteemed in the hearts of people as a Messiah of hope who has left his footprints on the sands of time.

The generation to come will hardly believe that Dr. S.P. Singh Oberoi, "Saviour of Humanity" did actually donate so much to serve the suffering human-beings all over the globe through "Sarbat Da Bhala Charitable Trust."

ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਰੇਡੀਓ ਵਾਇਆ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.

Sh. Amarjit Singh Waraich

IBS (P)

Station Director, All India Radio, Patiala

ਦਸਵੀਂ ਦੀ ਕੰਪਾਰਟਮੈਂਟ ਪਾਸ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੇ ਗੈਪ ਦੇ ਨਾਲ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਮੋਦੀ ਕਾਲਜ, ਪਟਿਆਲਾ ਵਿਖੇ 1977 'ਚ ਪਰੈਪ ਡਿਗਰੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਣ ਗਿਆ ਤਾਂ ਕਾਲਜ ਨੇ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸ੍ਰੀ ਐੱਚ. ਆਰ. ਜਿੰਦਲ ਜੀ ਨੇ ਇੱਕ ਸ਼ਰਤ ਲਾ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਾਲਜ ਦੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਯੂਨੀਅਨ ਦਾ ਪ੍ਰਧਾਨ (ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ) ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈ ਲਵੇ ਤਾਂ ਦਾਖਲਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਬੰਧ ਨਾਲ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ, (ਪਿੰਡ ਪੈਂਦਾਂ ਅਤੇ ਮੋਦੀ ਕਾਲਜ ਕਬੱਡੀ ਦੀ ਟੀਮ ਦੇ ਕੈਪਟਨ) ਦੀ ਮੇਰੇ ਪਿੰਡ ਫਤਿਹਪੁਰ ਰਾਜਪੂਤਾਂ 'ਚ ਸੰਧੂਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰੀ ਪੈਂਦੀ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਹੀ ਪਿੰਡ ਦੇ ਧੰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ (ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਰਪੰਚ ਵੀ ਬਣੇ) ਦੇ ਕਹਿਣ 'ਤੇ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਕੋਲ ਮੇਰੇ ਦਾਖਲੇ ਲਈ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਮੇਰਾ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਹੋ ਗਿਆ।

ਇਤਫ਼ਾਕ ਅਤੇ ਕਮਾਲ ਦੀ ਘਟਨਾ ਹੈ ਕਿ ਉਪਰੋਕਤ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਚਾਰ ਸਾਲਾਂ ਮਗਰੋਂ ਸਾਲ 1982 'ਚ ਧੰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਦੋ ਭਤੀਜਿਆਂ; ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ (ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਪਟਿਆਲਾ ਕੋਰਟ ਵਿੱਚ ਨਾਮਵਰ ਵਕੀਲ) ਦਾ ਦਾਖਲਾ ਰੁਕ ਗਿਆ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜਿੰਦਲ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਪਿੰਡ ਫਤਿਹਪੁਰ ਰਾਜਪੂਤਾਂ ਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜਿੰਦਲ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅਮਰਜੀਤ ਵੜੈਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈ ਲਵੇ ਤਾਂ ਦਾਖਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੰਜ ਉਹਨਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਹੋ ਗਏ। ਇਸ ਪੂਰੀ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਦੀ ਇਕ ਕਹਾਣੀ ਹੈ ਜੋ ਮੈਂ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਬਿਆਨ ਕਰਾਂਗਾ।

ਜਵਾਨੀ ਪਹਾੜੋਂ ਉੱਤਰੀ ਓਸ ਨਦੀ ਵਰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਆਪਣੇ ਰਸਤੇ ਆਪ ਹੀ ਬਣਾਉਂਦੀ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਜੇ ਕੁੱਝ ਵੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਲ-ਸਲੇਟ ਤੁਰਦੀ ਹੈ। ਕਿਤੇ ਝਰਨਾ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਕਿਤੇ ਝਾਲ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕਿਤੇ ਝੀਲ ਬਣਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਕਰ ਇਸ ਨੂੰ ਰਸਤਾ ਨਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਤਹਿਲਕਾ ਮਚਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤਬਾਹੀ ਦਾ ਸਬੰਧ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਕਰ ਇਸ ਨਦੀ ਦੇ ਸ਼ੁਕਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ 'ਭਾਖੜਾ ਡੈਮ' ਵਾਂਗ ਬੰਨ੍ਹ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਬਰਾਨੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲਹਿਰਾਂ-ਬਹਿਰਾਂ ਖਿੰਡਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਹਨੇਰਿਆਂ ਘਰਾਂ 'ਚ ਰੋਸ਼ਨੀਆਂ ਬਖੇਰਦੀ ਹੈ, ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪੁਲੀਆਂ ਘੁੰਮਦੀਆਂ ਹਨ, ਵਿਹਲੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਕਈ ਘਰਾਂ ਦੇ ਚੁਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਅੱਗ ਮਘਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਦਾਸ ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਤੇ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਨੱਚਦੀ ਹੈ... ਜਿੰਦਗੀ ਲੁੱਡੀਆਂ ਪਾਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਵੀ ਭਾਰਤ ਦੇ ਯੁਵਕਾਂ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਡੈਮ ਵਾਂਗ ਹੀ ਕੰਮ

ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਸੰਸਥਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਵੱਡਾ ਫ਼ਰਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਮੀਡੀਆ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਵੇਖਦਾਂ ਹਾਂ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨ ਕਿਸੇ ਜ਼ੁਲਮ ਜਾਂ ਧੱਕੇ-ਸ਼ਾਹੀ ਵਿਰੁੱਧ ਰੋਸ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ-ਕਰਦੇ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਰਾਹ ਪੈ ਕੇ ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਇਦਾਦਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਕਦੇ ਸੜਕਾਂ ਉੱਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਹਿੰਸਕ ਹੋਏ ਵੇਖਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹ ਨੌਜਵਾਨ ਓਸ ਨਦੀ ਵਰਗੇ ਲਗਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਈ ਫਿਰਦੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਓਹਦੇ ਚਾਂਦੀ ਵਰਗੇ ਪਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਠੱਲਣ ਵਾਲਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ! ਅਨਿਆਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੋਸ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਰੋਸ ਰਾਹੀਂ ਕਿਸੇ ਨਿਰਦੋਸ਼ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇਣਾ ਵੀ ਓਨਾ ਹੀ ਗ਼ਲਤ ਹੈ ਜਿੰਨਾ ਸਿਸਟਮ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਨਿਆਂ ਗ਼ਲਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਅਨਿਆਂ ਦਾ ਡੱਟ ਕੇ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨਾ ਹੀ ਠੀਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਮੋਟਰ-ਵਾਹਨ ਲੈ ਕੇ ਸੜਕ 'ਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸੜਕਾਂ ਕਿਨਾਰੇ ਲੱਗੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਬੋਰਡ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਬੋਰਡ ਅਚੇਤ ਮਨ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਉਕਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਕਿਤੇ ਅਸੀਂ ਸੜਕ ਉੱਪਰ ਕੋਈ ਗ਼ਲਤੀ ਕਰਨ ਲਗਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਬੋਰਡ ਝੱਟ ਬੋਲ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸੁਚੇਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਫ਼ਰ ਦੌਰਾਨ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਵੀ ਸੜਕ ਉੱਪਰ ਲੱਗੇ ਉਹਨਾਂ ਸੂਚਨਾ-ਬੋਰਡਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮੰਜ਼ਿਲ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਫ਼ਾਸਲਾ ਵੀ ਦੱਸਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵੀ ਸਾਵਧਾਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕਹਾਣੀ ਅੱਗੋਂ ਤੋਰਦੇ ਆਂ; ਮੇਰੇ ਹੀ ਪਿੰਡ ਤੋਂ ਸ਼੍ਰੀ ਕੁਲਜੀਤ ਸਿੰਘ (ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਲੋਕ-ਸੰਪਰਕ ਅਧਿਕਾਰੀ, ਸ਼੍ਰੀ ਫ਼ਤਿਹਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ) ਸਾਲ 1977 ਵਿੱਚ ਮਹਿੰਦਰਾ ਕਾਲਜ, ਪਟਿਆਲਾ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਪਿੰਡ ਰਾਮਗੜ੍ਹ ਵਿੱਚ ਮਹਿੰਦਰਾ ਕਾਲਜ ਦੇ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਦੇ ਕੈਂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਬਤੌਰ ਨੌਨ-ਸਟੂਡੈਂਟ ਵਲੰਟੀਅਰ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਮਹਿੰਦਰਾ ਕਾਲਜ ਦੇ ਕੈਂਪ ਕਮਾਂਡੇਂਟ ਪ੍ਰੋ. ਡੀ.ਐੱਸ ਵਾਲੀਆ, ਪ੍ਰੋ. ਐੱਸ. ਐੱਮ. ਵਰਮਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋ. ਦਰਬਾਰਾ ਸਿੰਘ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਐਨਾ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਫਰਨਾ ਫੁਰਿਆ ਕਿ ਕਿਉਂ ਨਾ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਹੀ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾ ਲਵਾਂ।

ਜਦੋਂ 1977 'ਚ ਮੈਂ ਮੋਦੀ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲਾ ਲਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਵਕਤ ਇਸ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਦਾ ਯੂਨਿਟ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬੰਦ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਂ ਬੇਨਤੀ ਕਰਕੇ ਇਹ ਯੂਨਿਟ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾਇਆ। ਇਸ ਸ਼ਰਤ 'ਤੇ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਦੇ ਕੈਂਪ ਲਵਾਇਆ ਕਰਾਂਗਾ। ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰੋ. ਪੁਰੀ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੋ. ਐੱਮ. ਐੱਲ. ਮਲਹੋਤਰਾ ਜੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫ਼ਸਰ ਬਣ ਗਏ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਪਹਿਲਾ ਦਸ-ਰੋਜ਼ਾ ਕੈਂਪ 1980 'ਚ ਪਿੰਡ ਫ਼ਤਿਹਪੁਰ ਰਾਜਪੂਤਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਇਆ। ਇਸ ਮਗਰੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਦਸ-ਰੋਜ਼ਾ ਅਤੇ ਇਕ ਦਿਨ ਦੇ ਕੈਂਪ ਇਸ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਲਗਦੇ ਰਹੇ।

ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਨੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਤਾਣੇ-ਬਾਣੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ; ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਉਤਰੀ-ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਦਾ ਇੰਟਰ-ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ

ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਕੈਂਪ ਲਾਉਣ ਲਈ ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਦੇ ਕੁੱਝ ਸਥਾਨ ਵਿਖੇ ਦਸ-ਰੋਜ਼ਾ ਕੈਂਪ ਲਾਉਣ ਗਏ। ਸਾਡਾ ਕੈਂਪ ਉਸ ਰੈਸਟ ਹਾਊਸ ਵਿੱਚ ਲੱਗਿਆ ਸੀ ਜਿਥੇ ਕਦੇ ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ਼ੇਖ ਅਬਦੁਲਾ ਨੂੰ ਕੈਂਪ ਕਰਕੇ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਸੀ।

ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਦੀ ਬਦੌਲਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਅੱਗੋਂ ਵਧਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਮਿਲਦੇ ਰਹੇ; ਸਟੇਜ ਉੱਪਰ ਬੋਲਣਾ, ਕਵਿਤਾ ਪਾਠ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਡਾਇਰੀ ਲਿਖਣ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਕੈਂਪ-ਸਫਾਈ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਕੈਂਪ-ਰਸੋਈ ਸੰਭਾਲ, ਕੈਂਪ ਲਈ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚੋਂ ਖਰੀਦਦਾਰੀ, ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਕੰਮ, ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ, ਸਮਾਗਮਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰੀ, ਕੈਂਪਾਂ ਦੀ ਸਜ-ਸਜਾਵਟ ਆਦਿ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਕਰਕੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ, ਭਾਸ਼ਾ ਉੱਪਰ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਿਆ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਵਰਤਣ ਦੇ ਤੌਰ-ਤਰੀਕੇ ਸਿੱਖੇ, ਵੱਡਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਲੱਖਣ ਪਹਿਚਾਣ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਸਲੀਕੇ ਸਿੱਖੇ।

ਇਕ ਆਮ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਕਾਲਜ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਵਾਈਸ-ਚਾਂਸਲਰ, ਐੱਮ.ਐੱਲ.ਏ. ਆਦਿ ਨਾਲ ਹੱਥ ਮਿਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਨਾਲ ਬੈਠਣ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਲੈਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਪਰ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਕਾਰਨ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਸਾਰੇ ਮੌਕੇ ਮਿਲੇ ਹਨ। ਮੇਰੇ ਪਿੰਡ 'ਚ ਲੱਗੇ ਕੈਂਪਾਂ 'ਚ ਦਰਵੇਸ਼ ਦਾਨਿਸ਼ਵਰ ਡਾ. ਭਗਤ ਸਿੰਘ, ਵਾਈਸ-ਚਾਂਸਲਰ, ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ, ਮੋਦੀ ਕਾਲਜ ਦੇ ਆਪਣੇ ਲੰਮੇ ਕੱਦ ਵਾਂਙੂੰ ਹੀ ਅਕਾਦਮਿਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੱਦਵਾਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਐੱਚ. ਆਰ. ਜਿੰਦਲ, ਸ਼੍ਰੀ ਲਾਲ ਸਿੰਘ, ਸਾਬਕਾ ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ, ਪੰਜਾਬ, ਡਾ. ਆਈ. ਐੱਮ. ਲਾਲ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ., ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ, ਡਾ. ਬੀ.ਐੱਸ. ਮਾਨ, ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ (ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ) ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕਰਕੇ ਵਲੰਟੀਅਰਜ਼ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਨਾਲ ਨਿਵਾਜ਼ਿਆ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਸਤੀਆਂ ਦੀ ਆਭਾ ਦਾ ਹੀ ਸਿੱਟਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੀਆਂ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. 'ਚੋਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਿੱਖੇ ਸਬਕ ਪਹਿਲਾਂ ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ, ਵਿਭਾਗ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਬਤੌਰ ਸੂਚਨਾ ਅਫ਼ਸਰ ਅਤੇ ਫਿਰ ਯੂ.ਪੀ.ਐੱਸ.ਸੀ. ਦੁਆਰਾ ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਰੇਡੀਓ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਨੌਕਰੀ ਨੂੰ ਬਾਕਾਇਦਾ ਇੱਜ਼ਤ-ਮਾਣ ਨਾਲ ਕਰਨ, ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਹਰ ਕਦਮ 'ਤੇ ਕਾਰਗਰ ਸਾਬਤ ਹੋਏ ਹਨ।

ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਵਲੰਟੀਅਰ ਦਾ ਹੱਥ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਤਾਂ ਉੱਠ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਉੱਪਰ ਪੱਥਰ ਸੁੱਟਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਉੱਠ ਸਕਦਾ, ਕਿਸੇ ਦੇ ਜ਼ਖਮ 'ਤੇ ਮਰਹਮ ਤਾਂ ਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਜ਼ਖਮ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ, ਕਿਸੇ ਡਿੱਗੇ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਲਈ ਅੱਗੇ ਤਾਂ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਡੇਗਣ ਲਈ ਨਹੀਂ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰਾਹ ਤਾਂ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਦਾ ਵਲੰਟੀਅਰ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਵਧੀਆ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਹਮੇਸ਼ਾਂ

ਦੇਸ਼ ਦੇ ਭਲੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਕਿਤੇ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹਦੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਟੀਸ ਉਠਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼-ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਤਤਪਰ ਰਹਿਣ। ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲੀਡਰਾਂ ਲਈ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਦਾ ਵਲੰਟੀਅਰ ਹੋਣਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਜਦੋਂ ਆਪਣੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਫ਼ਰ 'ਤੇ ਝਾਤ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਨੇ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਹਰ ਕਦਮ 'ਤੇ ਸੇਧ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਕਾਬਿਲ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਕਹਿ ਸਕਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਕੋਈ ਗਿਲ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ !

Yoga for Harmonious Living

Dr. Narinder Kaur

NSS Programme Officer

Assistant Professor, Department of Religious Studies
Guru Hargobind Sahib Khalsa Girls College, Karhali Sahib

Yoga is a way of life. It is an integrated system of education for body, mind and soul from the etymology of the word. The word yoga is derived from the Sanskrit word 'Yug' which means to join or to unite. The union referred to the individual self unitary with cosmic consciousness or to the Universal Spirit. Shri Bhagvad-Geeta said, "A person is said to have achieved yoga, the Union when the self, when the perfectly disciplined mind gets freedom from all desires and becomes absorbed in the self alone".

The real meaning of yoga evolves around enriching the life force. This is achieved through a series of physical and mental exercises. At physical level, the method comprise various asanas (Postures) that aim to keep the body healthy. The mental techniques include breathing exercise or 'Pranayama and meditation or dhyana to discipline the mind yoga is a complete science of life that originated in ancient India many thousands of years ago. It is the oldest systems personal development in the world, whose aim is "a healthy mind in a healthy body".

Man is a physical, mental and spiritual being; yoga helps to promote a balanced development of all the three. Yoga exercise recharges the body with cosmic energy. This facilitates attainment of perfect balance and harmony. It promotes self healing and removes negative blocks from the mind & toxins from the body. It enhances Personal power & Increases self awareness. It helps in attention focus and concentration that is important for children. It also reduces stress and tension.

Benefits of Yoga

Yoga has following physical, psychological and Biochemical benefits

I. Physiological benefits:

- Stable autonomic nervous system balance.

- Pulse rate improves.
- Respiratory system improves.
- Blood Pressure normalizes.
- Galvanic skin response increases.
- cardiovascular efficiency increases
- Respiratory efficiency Increases.
- Posture improves
- Energy level increases
- Weight normalizes
- Sleep improves
- immunity increases
- Pain decreases.

2. Psychological Benefits:

- Cognitive function improves:
- Attention improves.
- concentration improves
- Memory improves
- Learning efficiency improves.

(B) Affective function improves:

- Total well being improves and happiness index increases.
- Self acceptance and self actualization increases.
- Social adjustment increases.
- Anxiety and depression decreases.
- Aggression decreases.

(C) Psychomotor functions improves:

- Grip strength increases.
- eye hand coordination improves.
- choice reaction time improves.
- stability improves.
- Depth insight improves.
- Balance improves.
- Integrated functionary body parts improves.

3. Bio-chemical Benefits.

- Blood Glucose normalizes.
- Sodium decreases.
- total cholesterol decreases.
- Hemoglobin increases.
- Vitamin c increases.

- Thyroxin increases.
- Oxygen level in the brain increases.
- Total white blood cells count decreases.
- Oxygen levels in the brain increases.
- Total white blood cells count decrease

Basic Yoga Asanas

By practising yoga not only the body stays fit but the mind too. It helps cure many diseases apart from weight reduction that other exercise forms cannot cure. people who have perfect body shape too are indulged in yoga as it is for overall fitness and healthy the body.

Paschimottan asana

The first one is the Paschimottanasnan. All you have to do is sit down on the floor. keep you back absolutely straight. Stretch your legs out. Stretch out your hand and then slowly bring them down to touch your ankles. Remember you must not bend your knees while doing this. Repeat the same four to five times. After you are done with it, breathe in deeply and then relax.

Bhujang asana

The second one is the Bhujang asana. it is all also called the cobra pose. This is believed to strengthen your back, it is good for your heart and also for your arms. Free stae down on the floor on your stomach. stretch out your legs and keep your palms flat on the floor by your chest. keeping you lower body touched to the ground. raise the upper half as high as you can. Repeat

Trikonasana

The third one is the traikonasana or the triangle pose. Thus improves flexibility of the body, strengthens back and torso. Stand straight on the floor with your legs wide apart. Bend towards one side without bending the knees. Touch your feet and ankle with one hand and keep the other straight up. Reach as low as possible. Now repeat the same by bending the opposite side.while doing this Asana Keep you head straight looking at front.

Uttanasana

The fourth asana is the uttanasana. This is one of the simplest in asanas in yoga.it helps make legs more flexible and the spine stronger. Stand straight and slowly raise your arms up. Inhale while doing this. Now exhale and bend you upper halfg the body and touch the floor on your feet Try not to bend you knees. Repeat the exercise about 5

times.

Tadasana

The fifth asana is Tadasana or the mountain pose. It puts a stretch on the whole body and helps you relax. Stand straight with feet together and hands by your side. Raise your body to your toes and while doing this stretch your body taking your arms up. Hold the position for a few seconds and then come back slowly.

Conclusion:

Yoga exercise is done very slowly without any Jerk to parts of the body. As a result our body parts are exercised within maximum time and efforts, without causing stress and strain. Regular practice of yoga will result in harmonious development of all body parts and establishes a functional balance among various organs. Thus yoga is a science of the future, with a holistic vision relevant to a progressive society.

References:

1. Anantharam, Vand Sarada S. Physiological benefits of hatha yoga training, the yoga review. 3(1),9-24.
2. Arpita (1990) physiological and psychological effects of hatha yoga, a review of literature. The Journal of the International Associations Of Yoga Therapists. (I & II).
3. Nagendra HR (2008) Defining Yoga, International Journal of Yoga, Vol. (2), 43-44.
4. Malathi A (2000) Application of Yoga. international conference on Yoga, S-Vyasa, Bangalore.

ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਕੁਰੀਤੀਆਂ

Sh. Jaswinderbir Singh

NSS Programme Officer

Assistant Professor, Department of Computer Science

Public College, Samana

ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਾਇਨਾਤ ਦਾ ਸਰਦਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਗੱਲ ਬਹੁਤ ਹੱਦ ਤੱਕ ਪ੍ਰਤੱਖ ਸੱਚ ਵੀ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਲੱਖਾਂ-ਕਰੋੜਾਂ ਨਿਆਮਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੁੱਖ-ਸੁਵਿਧਾ ਲਈ ਸਭ ਪਾਸੇ ਖਿਲਰੀਆਂ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਆਰਾਮ, ਸਿਆਣਪ, ਸਹਿਜ ਤੇ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਚੱਲੇ ਤਾਂ ਇਨਸਾਨ ਸੱਚੀ-ਮੁੱਚੀ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਸਵਰਗ ਭੋਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੰਦਾ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ ਦੇ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਯਾਦ ਰੱਖੇ 'ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਦਾ ਇਕ ਦਾਤਾ ਸੋ ਮੈਂ ਵਿਸਰਿ ਨਾ ਜਾਈ' ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਭਨਾ ਮਨੁੱਖਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜੀਅ-ਜੰਤਾਂ ਦੀ ਵੀ ਪੂਰੀ ਕਦਰ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਸਭਨਾ ਦੇ ਹੱਕ ਬਰਾਬਰ ਸਮਝੇਗਾ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਅਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਸਗੋਂ ਬਹੁਤੇ ਮਨੁੱਖ ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ ਅਤੇ ਹੰਕਾਰ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਪਾਪ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵਾਹ ਲਗਦੇ ਹਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲਿਤਾੜਦੇ ਹਨ।

ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਲਜੁਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨ ਯੁੱਗਾਂ; ਸਤਜੁਗ, ਤ੍ਰੇਤਾ ਤੇ ਦੁਆਪਰ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਬੜੇ ਸੁਖ-ਆਰਾਮ ਤੇ ਬੇਫਿਕਰੀ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦੇ ਸਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਦੋਂ ਵੀ ਕਿਤੇ ਨਾ ਕਿਤੇ ਕਾਲੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਵਾਲੇ ਬੰਦੇ ਹੋਣਗੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਕਹਾਣੀਆਂ ਤੇ ਕਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅਜਿਹੇ ਭੈੜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਾਮੂਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿਉਂਕਿ ਆਮ ਕਰਕੇ ਇਤਿਹਾਸ, ਮਿਥਿਹਾਸ ਤੇ ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥ ਜਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਿਆਣੇ, ਅਕਲਮੰਦ, ਰਹਿਮ-ਦਿਲ, ਦਰਿਆ-ਦਿਲ ਅਤੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਉੱਤੇ ਆਪਾ ਵਾਰਨ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਪਰ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਂ ਔਗਣਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇਹ ਮੋਹ, ਲਾਲਚ ਵਿਚ ਫਸਦੇ ਹੋਏ ਸੱਚ ਦਾ ਰਾਹ ਛੱਡ ਕੇ ਕੁਰਾਹੇ ਪੈਂਦੇ ਗਏ। ਦੇਖਾ-ਦੇਖੀ ਹੋਰ ਬੰਦੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਰਸਤੇ ਪੈਂਦੇ ਗਏ ਅਤੇ ਇੰਝ ਜਾਲਮਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇਗਾ। ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਲਜੁਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੰਦੇ ਬਹੁਤ ਧਰਮੀ ਅਤੇ ਰੱਬ ਤੋਂ ਡਰਨ ਵਾਲੇ ਸਨ। ਵਧੇਰੀ ਗਿਣਤੀ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸੁੱਖ-ਆਰਾਮ ਵਿਚ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਸਰ ਕਰਨ ਦਿੰਦੇ ਸਨ। ਪਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਕੁਕਰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧਦੀ ਗਈ ਅਤੇ ਸਵਰਗਾਂ ਭਰਿਆ ਇਹ ਜੀਵਨ ਆਮ ਸਾਊ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜਹੰਨਮ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ।

ਹੁਣ ਤਾਂ ਇੰਜ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਕਰਮ ਤੇ ਕੁਰੀਤੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸਾਊ ਤੇ ਸਹਿਜ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਚਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਗੁਣਾਂ ਵੱਧ ਗਈ ਹੈ। ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਮਾਰ-ਧਾੜ, ਰੋਲਾ-ਰੱਪਾ, ਖੋਹ-ਖਿੰਜ ਤੇ ਆਪੋ-ਧਾਪੀ ਤੋਂ ਸਿਵਾ ਜਿਵੇਂ ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਦਿਸਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਰੇਡੀਉ, ਟੀ.ਵੀ. ਅਤੇ ਅਖਬਾਰ ਸਭ ਕੁਝ ਜਿਵੇਂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਸਿਵਾ ਹੋਰ ਕੁੱਝ ਵਰਣਨ ਹੀ

ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂ ਜੋ ਸੁਖ, ਆਰਾਮ, ਅਮਨ-ਚੈਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਪਾਸੇ ਦਿਸਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ । ਚੋਰੀ, ਡਕੈਤੀ, ਬੇਈਮਾਨੀ, ਤਸਕਰੀ, ਰਿਸ਼ਵਤਖੋਰੀ, ਚੋਰ-ਬਾਜ਼ਾਰੀ, ਲੁੱਟ-ਖਸੂਟ ਅਤੇ ਖੂਨ-ਖਰਾਬਾ ਏਨਾ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸਾਧਾਰਣ ਬੰਦਿਆਂ ਦਾ ਜਿਵੇਂ ਜਿਊਣਾ ਹੀ ਮੁਹਾਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਨੇਕ ਨੀਅਤ, ਈਮਾਨਦਾਰ, ਮਿਹਨਤੀ, ਫਰਜ਼ਮਾਨਸ, ਬਾ-ਜ਼ਾਬਤਾ ਅਤੇ ਵਤਨਪ੍ਰਸਤ ਮਨੁੱਖ ਜਿਵੇਂ ਨਪੀੜੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ।

ਹੋਰਾਂ ਕਾਰਣਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇੰਜ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਅਜਿਹੀ ਬੇਚੈਨੀ ਅਤੇ ਆਰਾਜਕਤਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਅਨਪੜ੍ਹਤਾ, ਜਹਾਲਤ, ਗ਼ਰੀਬੀ ਅਤੇ ਬੇਰੋਜ਼ਗ਼ਾਰੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ (ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਵਧੇਰੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ) ਨੂੰ ਜਿਵੇਂ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਗਈ ਹੈ । ਉਹ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਖੋਹਾਂ-ਖਿੰਜਾਂ ਤੇ ਲੁੱਟ-ਖਸੂਟ ਨਾਲ ਸੌਖੇ ਹੀ ਪੈਸੇ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇੰਜ ਕਰਦਿਆਂ ਜੇਕਰ ਮਜ਼ਲੂਮਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਫਰਕ ਪੈਂਦਾ। ਮੋਟਰ-ਸਾਈਕਲਾਂ ਜਾਂ ਸਕੂਟਰਾਂ ਉੱਤੇ ਹਰਲ-ਹਰਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਦਾ ਹਾਰ, ਕਿਸੇ ਦੀਆਂ ਚੈਨਾਂ, ਕਿਸੇ ਦਾ ਬਟੂਆ/ਪਰਸ ਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਖੋਹਦੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਸੀਟਦੇ ਜਾਂ ਦਰੜਦੇ ਹੋਏ ਕਿਤੋਂ ਦੇ ਕਿਤੇ ਲੰਘ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬੈਂਕਾਂ ਤੇ ਏ.ਟੀ.ਐੱਮ. ਨੂੰ ਲੁੱਟਣਾਂ ਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਆਮ ਤੇ ਸਾਧਾਰਣ ਗੱਲ ਹੋ ਗਈ ਹੈ । ਕੋਈ ਵਿਚਾਰਾ ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਜਾਂ ਵਿਆਹ ਆਦਿ ਲਈ ਬੈਂਕ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਕਢਵਾ ਕੇ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਉਸ ਨੂੰ ਲੁੱਟ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਉਸਨੂੰ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮਾਰ ਹੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਇਕ ਹੋਰ ਵੱਡੀ ਲਾਹਨਤ ਹੈ- ਔਰਤਾਂ, ਕੁੜੀਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਤੇ ਅੰਤਾਂ ਦੇ ਜ਼ੁਲਮ। ਦਰੋਜ਼ ਅਤੇ ਭਰੂਣ ਹੱਤਿਆ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੱਥੇ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਕਾਲੇ ਟਿੱਕੇ ਵਾਂਗ ਹੈ। ਇਸ ਇੱਕੀਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿਚ ਵੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਤੇ ਹੋ ਰਹੇ ਅੱਤਿਆਚਾਰ ਸਾਡੇ ਲਈ ਸ਼ਰਮ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ।

ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹਿਰਦੇਵੇਧਕ ਗੱਲ, ਜੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਵਾਪਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਹ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਲਤ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਇਸ ਲਾਹਨਤ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਉਜਾੜ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ । ਅਫ਼ੀਮ, ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਭੰਗ ਜਿਹੇ ਨਸ਼ੇ ਮੁੱਢ-ਕਦੀਮਾਂ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਚਲੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਨਸ਼ੇ ਨਾ ਤਾਂ ਬਹੁਤੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਦੇ ਬਹੁਤੇ ਜਾਨ-ਮਾਲ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਦੋ-ਢਾਈ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਜਿਹੜੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਾਦੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੈ ਗਈ ਹੈ, ਇਸ ਨੇ ਤਾਂ ਸਮੁੱਚੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਬਰਦਸਤ ਢਾਹ ਲਾਈ ਹੈ। ਚਰਸ, ਗਾਂਜਾ, ਭੁੱਕੀ, ਸਮੈਕ ਅਤੇ ਚਿੱਟਾ (ਹੈਰੋਇਨ) ਨੇ ਜਿੱਥੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ, ਬੱਚੇ, ਬੁੱਢਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਲਈਆਂ ਹਨ ਉੱਥੇ ਇਸ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਮਾਲੀ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਵੀ ਬੁਰੀ ਢਾਹ ਲੱਗੀ ਹੈ । ਬਾਰਡਰ ਪਾਰ ਤੋਂ ਕਰੋੜਾਂ ਰੁਪਿਆਂ ਦੀ ਹੈਰੋਇਨ ਦੀ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਸਮਗਲਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਬੰਦੇ (ਔਰਤਾਂ ਵੀ) ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਸਮਗਲਿੰਗ ਵਿਚ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਿੰਨਿਆਂ ਨੇ ਲੱਖਾਂ-ਕਰੋੜਾਂ ਰੁਪਏ ਇਸ ਗੰਦੇ ਬਿਜਨਸ ਵਿਚੋਂ ਕਮਾ ਲਏ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖਾ-ਦੇਖੀ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਲਾਲਚ ਵਸ ਇਸ ਧੰਦੇ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਥੇਰੇ ਜੋ ਆਪ ਨਸ਼ਾ ਵਰਤਦੇ ਹਨ ਉਹ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰੀ ਇਹ ਆਦਤ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਹ ਫਿਰ ਨਸ਼ੇ ਬਿਨਾ ਰਹਿ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਜਦੋਂ ਘਰੋਂ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਚੋਰੀ-ਚਕਾਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਕੱਠੇ ਮਿਲ ਕੇ ਡਾਕੇ ਮਾਰਦੇ ਹਨ। ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਨਾ ਮਿਲਣ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਜਾਨੋਂ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਨਸ਼ਾ ਨਾ ਮਿਲਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਗਵਾ ਲਈਆਂ ਹਨ। ਕੋਈ ਗੋਲੀਆਂ, ਪਾਊਡਰ ਖਾਂਦੇ ਹਨ

ਅਤੇ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਨੌਜਵਾਨ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨਸ਼ਾ ਲੈਂਦਿਆਂ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਸਮਗਲਿੰਗ ਕਰਦਿਆਂ ਦੇਖ ਕੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਤ੍ਰਾਹ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਪਿੰਡਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਕਸਬਿਆਂ ਵਿਚ ਘਰਾਂ ਦੇ ਘਰ ਤਬਾਹ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਕਿਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਬਾਪ ਨਸ਼ੇ ਕਰਦੇ ਸੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਪੁੱਤ ਵੀ ਲੱਗ ਗਏ ਅਤੇ ਫਿਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਕੁੱਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਮਾਊ ਜੀਅ ਇੰਜ ਹੀ ਭੰਗ ਦੇ ਭਾਣੇ ਮਾਰੇ ਗਏ। ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਇਹ ਦੁਖਾਂਤ ਚਰਨ ਸੀਮਾ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ ।

ਪਿਛਲੇ ਦੋ ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਜਬਰਦਸਤ ਮੁਹਿੰਮ ਛੇੜੀ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਕਾਫੀ ਤਸਕਰ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਦਰਜੇ ਦੇ ਨਸ਼ਾ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਬਾਰਡਰ ਤੇ ਸਮਗਲਿੰਗ ਉੱਤੇ ਠੱਲ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਜਬਰਦਸਤ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਹਰਿਆਣੇ, ਦਿੱਲੀ ਅਤੇ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵੱਲੋਂ ਨਸ਼ਾ ਆਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਟੀ.ਵੀ. ਅਤੇ ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਿਚ ਨਿੱਤ ਅਜਿਹੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਆਮ ਹੀ ਦੇਖੀਆਂ ਤੇ ਪੜ੍ਹੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਬੜੇ ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸੰਤਾਪ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਵਾਂਗ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਲੋਕ ਵਧੀਆ ਖੁਰਾਕਾਂ ਖਾਣ, ਜਬਰਦਸਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮਿਹਨਤਾਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਢਾਹੂ ਰੁਚੀਆਂ ਵਾਲੇ ਬਣ ਗਏ ਹਨ । ਆਪਣਾ, ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਮਾਜ ਦਾ ਅੰਤਾਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਅਨੇਕਾਂ ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਕਾਫੀ ਸਾਰਾ ਸਰਕਾਰੀ ਪੈਸਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੰਮਾਂ ਉੱਤੇ ਖਰਚ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ । ਸਰਕਾਰ ਤੇ ਸਮਾਜ-ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਵੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਅਜਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਜਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਸ ਬੰਨ੍ਹੀ ਨਿੱਘਰਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆਂਦਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਪਰ ਧੰਨ ਨੇ ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਜਵਾਨੀ ਅਤੇ ਨਾ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਨਿਘਰਦੀ ਮਾਲੀ ਹਾਲਤ ਨਾਲ ਕੋਈ ਲਗਾਉ ਹੈ। ਬੱਸ ਨਸ਼ਿਆ ਦੀ ਤਸਕਰੀ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖਜ਼ਾਨੇ ਭਰਨ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ । ਪਰਮਾਤਮਾ ਅਜਿਹੇ ਸਫੈਦ ਖੂਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਮੱਤ ਬਖਸ਼ੇ ।



युवा: विचार एवम् आकांक्षाएँ

Ms. Poonam Sharma
Department of Hindi
DPS Patiala

किसी भी देश की युवा शक्ति समाज की रीढ़ होती है। देश के विकास में युवाओं का महत्त्वपूर्ण योगदान रहता है। युवा देश के वर्तमान तो हैं ही साथ ही युवावर्ग भविष्य और भूतकाल का भी सेतु है। युवावर्ग महत्वाकांक्षाओं और ऊर्जा से परिपूर्ण होता है। किसी भी राष्ट्र के निर्माण में युवाओं का अमूल्य योगदान होता है। राष्ट्र निर्माण सिर्फ राजनीति का या नीति-निर्धारकों का काम नहीं है बल्कि यह एक सामाजिक जागृति और युवा शक्ति का सामर्थ्य है जो भूमि के एक हिस्से को सशक्त राष्ट्र के रूप में खड़ा करता है। युवाओं को यदि उचित अवसर एवं सही प्रेरणा दी जाए तो देश की प्रगति को कोई नहीं रोक सकता।

अरविंद सिंह के अनुसार— युवावस्था में हर इन्सान के अन्दर ऊर्जा का एक फव्वारा रहता है जो खुद को शरीर से जोश के रूप में, मस्तिष्क से प्रतिभा के रूप में और कार्यों से मानवता के शानदार भविष्य के रूप में व्यक्त करता है। भारत की युवा पीढ़ी नई चीज़ें सीखने के लिए उत्सुक है। चाहे वह विज्ञान, प्रौद्योगिकी या खेल का क्षेत्र हो, हमारे युवा हर क्षेत्र में श्रेष्ठ हैं। स्वामी विवेकानंद ने कहा था कि 'युवा राष्ट्र की वास्तविक शक्ति है।' उनके विचार आज भी युवाओं को प्रभावित करते हैं और कई लोग उन्हें अपना आदर्श मानते हैं।

युवाओं के विचार एवम् आकांक्षाएँ

मानव ने अपनी सोच को विकसित कर कई ऊँचाइयों को छूआ है। हर पीढ़ी की अपनी सोच होती है जो समाज के विकास में योगदान देती है। सकारात्मक सोच की शक्ति से घोर अन्धकार को भी आशा की किरणों से रोशनी में बदला जा सकता है। आज के युवा कल की आशा हैं। एक विकासशील सोच के साथ युवा राष्ट्र के विकास में अपना योगदान तो देते ही हैं साथ ही उसे आगे बढ़ाने में भी सहायक होते हैं।

२१वीं सदी का युवावर्ग पिछली पीढ़ियों के युवावर्ग से अवसरों और सुविधाओं में कहीं आगे है। युवाओं के पास सृजन के बहुआयामी साधन हैं। आज व्यक्तिगत स्वतंत्रता पहले से कहीं ज़्यादा है। लगभग 65 प्रतिशत भारतीय जनसंख्या युवाओं की है। संयुक्त राष्ट्र की जनसंख्या कोष की रिपोर्ट के अनुसार भारत सबसे अधिक युवा आबादी वाला देश है, जिसमें 10 से 24 वर्ष की उम्र के 35.6 करोड़ लोग रहते हैं। भारत के लिए यह तथ्य खुशी की बात है कि यही युवा आने वाले समय का निर्माता होगा तो हम यह कह

सकते हैं कि यदि युवा सही दिशा में चले तो भारत को महाशक्ति बनने से कोई नहीं रोक सकता। अगर तथ्यों पर गौर किया जाए तो नौकरी की तलाश में लगभग 5 करोड़ युवाओं ने रोजगार कार्यालय में पंजीकरण किया है, लेकिन 500 से कम को ही नौकरी मिल पाती है। यह देश की कड़वी सच्चाई है। इस प्रकार युवाओं के बीच पहला मुद्दा बेरोजगारी का है। इसके लिए सरकार को रोजगार के और अधिक अवसर मुहैया कराने होंगे जिससे देश का नौजवान अपने देश के आर्थिक, सामाजिक व राजनितिक प्रगति का हिस्सा बन पाएगा। प्रत्येक देश का युवावर्ग देश की समृद्धि का अभिन्न अंग है। कैसा है आज के युवा का सपनों का भारत? क्या हैं उनके विचार और आकांक्षाएँ?

आज का युवावर्ग ऊर्जा एवं जोश से भरपूर है। आज की पीढ़ी पर पहले जैसा दबाव या अंकुश नहीं है। वह अपने फैसले लेने में स्वतंत्र है और उसके विचारों का सम्मान भी हो रहा है। आज के युवा बिना किसी भावनात्मक दबाव के अपने निर्णय लेने में सक्षम हैं।

शिक्षा संबंधी विचारों की बात करें तो भारतीय युवा अपनी बुद्धि के बल पर प्रगति की उड़ान भरना चाहता है। वह अपनी आत्मतुष्टि के लिए नहीं अधिक से अधिक ज्ञानार्जन के हेतु शिक्षा अर्जित करना चाहता है। भारत सरकार ने शिक्षा सुनिश्चित करने के लिए कई कार्यक्रम आरंभ किये हैं ताकि हर बच्चे को शिक्षा प्राप्त हो सके। भारत के युवा प्रतिभाशाली हैं जो देश को विभिन्न क्षेत्रों में गौरवशाली महसूस करने का अवसर प्रदान कर रहे हैं। आज भारतीय युवा अपनी शैक्षिक योग्यता का लोहा पूरे विश्व में मनवा रहा है। वह अपनी क्षमता के आधार पर अपने निर्धारित लक्ष्य को प्राप्त करने का हर संभव प्रयास करता है। आज की पीढ़ी में जहाँ नई चीजों को जानने की उत्सुकता है वहीं उनमें व्याकुलता एवं आवेग भी भरा पड़ा है। वह अब अपने बड़ों से सलाह तो लेते हैं लेकिन उनके द्वारा निर्देशित नहीं होना चाहते।

आज युवा समाज चिकित्सा या अश्वित्रण आदि की शिक्षा तक ही सीमित नहीं है, वह कला, पर्यटन, कानून इत्यादि क्षेत्रों में रुचि लेता है। शिक्षा के पश्चात् युवाओं की महत्त्वपूर्ण ज़रूरत है रोजगार। आज का युवा भाग्य पर नहीं, अपनी शक्ति और श्रम पर विश्वास करता है। वह बेहतर वेतन ही नहीं कार्मिक लाभ की बात कर रहा है। इन अभावों के कारण आजीविका के लिए इस देश का युवा विदेशों की ओर पलायन कर रहा है जिससे देश अपने श्रेष्ठ मानव संसाधन से वंचित होता जा रहा है। शिक्षा के साथ-साथ युवाओं द्वारा बेहतर चिकित्सा संसाधनों की माँग की जा रही है।

हमारा समाज विभिन्नताओं से भरा हुआ है। इन भिन्नताओं के बावजूद आज युवावर्ग धर्म, जाति, भाषा, क्षेत्रवाद आदि के बंधनों से ऊपर उठकर समाज को नई दिशा दे रहा है। उन्हें ऐसा समाज चाहिए जो महिलाओं और पुरुषों को समान माने। आज का युवा भारतीयता की नई पहचान स्थापित कर रहा है। आज का युवावर्ग संयुक्त परिवार के महत्त्व को जानता है। आधुनिकता के चक्रव्यूह में स्वदेशी संस्कृति और जीवन मूल्य कहीं बिसर गए हैं और सामाजिक असंतुलन भी दिखाई पड़ रहा है। जहाँ कुछ युवा प्रगति की उड़ान भरना चाहते हैं, वहीं दूसरी ओर कुछ अब भी आधुनिकता क दलदल में फँसे हैं।

नई पीढ़ी समाज के भीतर जहाँ परिवर्तन के हर नए मोड़ का स्वागत करते समय अतिरिक्त भावुकता का परिचय देती है, वहाँ पुरानी पीढ़ी अपनी सीमाओं के कारण यथार्थवादिता, अपरिवर्तनशील तथा पूर्वाग्रहों से ग्रस्त होती है। दो पीढ़ियों का यह वैचारिक मतभेद प्रायः प्रत्येक युग में रहा है। प्रकृति का यह स्वाभाविक नियम है कि वृक्ष की शाखाओं पर लहराने वाले पत्ते पतझड़ आने पर झड़ जाते हैं। वाह्य प्रकृति का यह नियम मानव के भीतर भी देखा जा सकता है।

राजनीति में तुवाओं के योगदान की बात करें तो राजनीति में समझ रखने वाले युवाओं की संख्या भारत में बढ़ी है। युवा सोशल मीडिया के माध्यम से परंपरागत रूप से काम कर रही पार्टियों को चुनौती दे रहे हैं। आज के युवाओं को एक ऐसे राजनितिक मंच की ज़रूरत है, जो रोजगार को महत्त्व दे। आज का युवा राजनीति में भी प्रतिनिधित्व करने को तैयार है। वह धर्म, क्षेत्रवाद से ऊपर उठकर सशक्तिकरण और सार्विक विकास के लिए संसदीय प्रणाली में भी अपनी रुचि दिखा रहा है। आज बहुत से युवा नेता राजनीति के क्षेत्र में अपना योगदान दे रहे हैं। नई सोच को लेकर चलने वाला युवा देश के लिए बेहतर नीतियों के निर्माण में सहायक बन रहा है।

मौजूदा समय में सोशल मीडिया हर क्षेत्र में अपना अस्तित्व कायम कर चुका है। भारतीय युवा वर्ग भी इससे अछूता नहीं है। आज हर व्यक्ति सोशल मीडिया से जुड़ा हुआ है। यह युवाओं के लिए अभिव्यक्ति का एक कारगर साधन बन चुका है। सोशल मीडिया द्वारा युवा अपनी राय व्यक्त करते हैं और लोगों में जाग्रति लाने में सहयोग दे रहे हैं। कुछ स्वयंसेवी संघ इस क्षेत्र में प्रशंसनीय भूमिका निभा रहे हैं।

जहाँ युवाओं के विचारों में क्रांति दिखाई देती है वहीं कुछ ऐसे कारक हैं जो युवाओं के भविष्य को धूमिल करते प्रतीत होते हैं। प्राचीन और आधुनिक युग के जीवन मूल्यों में अत्यधिक अंतर दिखाई देता है। प्राचीन युग में 'आचारः परमोधर्म' कहकर सदाचार को अत्यधिक महत्त्व दिया जाता था। सात्विकता, शील, विनम्रता, इन्द्रियों और मन का संयम सदाचार के अंतर्गत आता था। आधुनिक युग में जीवन-मूल्यों में काफी बदलाव देखने को मिलता है। नई पीढ़ी सदाचार, शील, सहनशीलता को कहीं न कहीं मूर्खता का पर्याय मानने लगी है। आधुनिक युवा सच्चरित्रता को केवल शब्दकोष में मुद्रित शब्द मात्र मानता है।

आज युवा पीढ़ी दिशाहीन होती जा रही है। उसमें असंतोष बढ़ता जा रहा है जो चिंता का विषय है। देश के सभी विभागों, कार्यालयों में बढ़ता भ्रष्टाचार भी इसका एक कारण है। हमारे देश में बन रही राष्ट्रीय नीतियाँ भी असंतोष का कारण बनती हैं क्योंकि कई बार ये नीतियाँ सुचारु रूप से लागू नहीं हो पाती और युवाओं में असंतोष बढ़ाने का कारण बनती हैं। युवाओं में चारित्रिक और नैतिक दृढ़ता की कमी पाई जाती है। उनकी मानसिकता रुग्ण हो चुकी है, वे कुंठाओं के शिकार हो चुके हैं। पाश्चात्य सभ्यता का अंधानुकरण भी युवाओं को अपनी संस्कृति एवं मूल्यों से दूर करने का कारण है। कुछ अपने खानपान, पहनावे, मूल्यों आदि को हीन समझ विदेशी संस्कृति को अपनाने में खुशी महसूस करते हैं। आज का दौर प्रतिस्पर्धा का दौर है। इसके चलते भी युवाओं में

मानसिक दबाव पाया जाता है और इसके कारण वे कुसंगतियों के शिकार हो जाते हैं। आज का युवक आदर्श या सिद्धांत को कोई महत्त्व नहीं देता। वह इसे संस्कृति न मानकर ढकोसला मानता है। वह स्वच्छंद जीवनयापन करना चाहता है। ऐसा जीवन, जिसमें किसी आदर्श या संस्कारों के बंधन न हों। सामाजिक मान्यताओं की अवहेलना करते हुए युवा पीढ़ी अपने ही बनाए मार्ग पर चलना चाहती है।

नई पीढ़ी नशीले पदार्थों के सेवन को जीवन-शैली का एक अंग मानती है। विलासिता की नदी में डुबकी लगाना स्टेटस सिम्बल बन गया है।

वर्तमान युग सोशल मीडिया का युग है। युवावर्ग पूर्णरूप से इसकी गिरफ्त में दिखाई देता है। इसके बढ़ते प्रयोग ने आज सामाजिक विसंगतियाँ पैदा कर दी हैं। इसके बढ़ते प्रयोग से युवाओं में सुसंस्कार या सामाजिकता की भावना का ह्रास होता जा रहा है। जिससे अपराधों में वृद्धि होती जा रही है। इसका अत्यधिक प्रयोग मानसिक, शारीरिक एवं बौद्धिक स्वास्थ्य पर प्रभाव डालता है परिणाम स्वरूप युवाओं में आक्रोश, अकेलापन, मानसिक रोग होने की संभावनाएं बढ़ जाती हैं।

आज व्यस्तता एवं भागदौड़ की जिंदगी में रिश्तों के मायने ही बदल गए हैं। स्वदेशी अस्मिता कहीं खोती जा रही है। कुछ युवाओं के लिए परिवार या रिश्तों का कोई महत्त्व नहीं है। वे अकेले रहना पसंद करते हैं। इस प्रकार वे मानसिक रोगों से भी ग्रसित हो जाते हैं। बढ़ती जनसंख्या भी युवाओं में आक्रोश का कारण बन रही है क्योंकि उन्हें रोज़गार के अवसर नहीं मिल पाते। इस क्षेत्र में सरकार द्वारा किये गए प्रयास भी अभी अपने लक्ष्य को प्राप्त नहीं कर सके हैं। इससे युवाओं का विदेशों की ओर रुख करना स्वाभाविक ही है। आज का युवा अनेक प्रकार के मानसिक तनावों से घिरा हुआ है। इस वर्ग में 'छात्र वर्ग' और शिक्षित बेरोजगार वर्ग प्रमुख रूप से आता है। उसका मानसिक दबाव स्कूली जीवन से ही शुरू हो जाता है। छात्रों में असंतोष बढ़ाने वाले कुछ और तत्व भी मौजूद हैं। एक है—प्रतिभाशाली छात्रों की शिक्षा में आर्थिक कारणों से व्यवधान उत्पन्न होना और दूसरा—आरक्षण की व्यवस्था। अच्छे अंक लेने पर भी जब छात्रों का दाखिला नहीं हो पाता तो उनमें असंतोष आरंभ हो जाता है। हमारी असफल शिक्षा-प्रणाली अयोग्य शिक्षितों को जन्म देती है, जिससे उनकी आकांक्षाएँ टूट जाती हैं और उनका मोहभंग हो जाता है।

यह कहा जा सकता है कि विचारों के आधार पर चाहे युवावर्ग दो भागों में विभाजित है। एक तो अपनी नई सोच के साथ आगे बढ़ना चाहता है और दूसरा नई सोच के नाम पर भौतिकवाद के दलदल में फँसता दिखाई दे रहा है। परिस्थितियाँ कैसी भी हों, आज का भारतीय युवा अन्य युवाओं से कम नहीं है। हमारे लिए यह गर्व की बात है कि शिक्षा एवं उद्योग में सम्पूर्ण विश्व में युवाओं का सर्वाधिक प्रतिनिधित्व रखने के कारण अमेरिका जैसे सर्वशक्तिशाली देश के राष्ट्रपति को भी भयभीत कर दिया है और उसे अपने देश के छात्रों को भारतीय युवा मेधा से सतर्क रहने की चेतावनी देने को विवश कर दिया है। वर्तमान भारत युवाओं के कन्धों पर बढ़ता हुआ राष्ट्र है। उनके सामने अनगिनत चुनौतियाँ हैं लेकिन फिर भी उनमें भारत को विश्व में अग्रणी बनाने का जूनून है। देश के

सभी युवाओं को एकजुट होकर सामूहिक प्रयास करना चाहिए ताकि राष्ट्रीय एकता को नकारात्मक रूप से प्रभावित करने वाली बाधाओं को दूर किया जा सके। उन्हें अपने कर्तव्यों का कर्मठता से निर्वहन करना होगा। आज का युवा प्रगतिशील विचारों के साथ आगे बढ़ रहा है। वह दिन दूर नहीं जब भारतीय युवा शक्ति और मेधा की पताका विश्व भर में लहराएगी।

डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम द्वारा आशाओं से भरा निम्नलिखित कथन भी हमें आश्वस्त करता है —

युवाओं के प्रज्ज्वलित मस्तिष्क भारत की सबसे अमूल्य संपत्ति हैं। ये युवा विकास के गीत गाएँगे और देश को समग्र विकास की ओर अग्रसर करेंगे। मेरा मानना है कि देश के युवा राजनीति में प्रवेश करके, जवाबदेही के साथ अखंडता, ईमानदारी, मूल्य-प्रणाली, साहस, प्रतिबद्धता और ज़िम्मेदारी के साथ एक विकासशील सुसंस्कृत एवं सुरक्षित भारत का निर्माण करेंगे।

ਬੱਚੀ ਪੁਕਾਰੇ

Dr. Gurpreet Singh
NSS Programme Officer,
Punjabi University, Patiala

ਬੱਚੀ ਦੀ ਪੁਕਾਰ “ਮੈਨੂੰ ਬਚਾਓ, ਮੈਨੂੰ ਬਚਾਓ”, ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਗੂੰਜ ਰਹੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਆਵਾਜ਼ ਸਾਡੇ ਦਿਲ ਤੋਂ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਸੋਚਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਆਖ਼ਿਰ ਕਿਉਂ ਅੱਜ ਸਾਡੀਆਂ ਬੱਚੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਲਈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੁਕਾਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਿਉਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਜੀਊਣ ਦਾ ਹੱਕ ਖੋਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਵੇਲਾ ਸੀ ਜਦੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਇੱਕ ਧੀ ਰੋਈ ਸੀ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਮਹਾਂਕਵੀ ਵਾਰਿਸ ਸ਼ਾਹ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਰੋਣ 'ਤੇ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਵੈਣ ਪਾਏ ਸੀ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੈਣਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਅੱਜ ਵੀ ਸਾਡੇ ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗੂੰਜ ਰਹੀ ਹੈ। ਫੇਰ ਸਮਾਂ ਆਇਆ ਜਦੋਂ ਧੀਆਂ-ਭੈਣਾਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਲੁੱਟੀ ਜਾਣ ਲੱਗੀ ਤਾਂ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕਵਿਤਰੀ ਅਮ੍ਰਿਤਾ ਪ੍ਰੀਤਮ ਨੇ ਵਾਰਿਸ ਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਪੁਕਾਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, “ਅੱਜ ਆਖ਼ਾਂ ਵਾਰਿਸ ਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਕਿਤੇ ਕਬਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬੋਲ ਤੇ ਅੱਜ ਕਿਤਾਬੇ-ਇਸ਼ਕ ਦਾ ਕੋਈ ਅਗਲਾ ਵਰਕਾ ਫੇਲ। ਇੱਕ ਰੋਈ ਸੀ ਧੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀ, ਤੂੰ ਲਿਖ-ਲਿਖ ਮਾਰੇ ਵੈਣ, ਅੱਜ ਲੱਖਾਂ ਧੀਆਂ ਰੋਈਆਂ, ਤੈਨੂੰ ਵਾਰਿਸ ਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਕਹਿਣ।” ਜਦੋਂ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਸ਼ਾਸਕਾਂ ਦਾ ਰਾਜ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਲੁੱਟਮਾਰ ਤੇ ਸਾਡੀ ਧੀਆਂ-ਭੈਣਾਂ ਦੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਦੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਕੁੱਝ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਹੁਣ ਤਾਂ ਪਿਛਲੇ 71 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਆਪਣੀ ਚੁਣੀ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਰਾਜ ਹੈ ਤੇ ਫੇਰ ਵੀ ਅੱਜ ਔਰਤ ਨੂੰ ਉਹ ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਜਿਸਦੀ ਉਹ ਅਸਲ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀਆਂ ਮੱਲਾਂ ਮਾਰੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਖੇਤਰ ਸਿੱਖਿਆ, ਸਿਹਤ, ਉਦਯੋਗਿਕ ਜਾਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦਾ ਖੇਤਰ ਹੋਵੇ। ਗੱਲ ਕੀ ਔਰਤਾਂ ਹਰੇਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਪੁਲਿਸ, ਨੀਮ ਫੌਜੀ ਦਸਤਿਆ ਜਾਂ ਫੌਜ ਵਿੱਚ ਉਹ ਵੱਧ-ਚੜ੍ਹਕੇ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਦਾ ਸਿੱਕਾ ਮਨਵਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਚਾਹੇ ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਸਾਡੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਆਪਣੀ ਬਹਾਦਰੀ ਦੇ ਝੰਡੇ ਗੱਡ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਜਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਦਾ ਅਹੁਦਾ ਹੋਵੇ, ਉਸ 'ਤੇ ਵੀ ਆਪਣੀ ਸਿਆਣਪ, ਚੁਸਤੀ ਤੇ ਬਹਾਦਰੀ ਦਾ ਰੰਗ ਵਿਖਾ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ।

ਏਨਾ ਸਭ ਕੁੱਝ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਲਾਡਲੀਆਂ ਧੀਆਂ 'ਤੇ ਮਾਣ ਕਰਨ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਹੀ ਮੁਲਕ ਅੰਦਰ ਸਾਡੀਆਂ ਹੀ ਧੀਆਂ-ਭੈਣਾਂ ਨਾਲ ਹੋ ਰਹੇ ਅਤਿਆਚਾਰ, ਜ਼ਬਰ-ਜ਼ੁਲਮ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਜਦੋਂ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਜਾਂ ਟੀ.ਵੀ. ਰਾਹੀਂ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ

ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਮਸਤਕ ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਝੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੇਮੀ ਜੋੜੇ ਵੱਲੋਂ ਖੁਦਕਸ਼ੀ ਜਾਂ ਨੰਬਰ ਘੱਟ ਆਉਣ 'ਤੇ ਕੋਈ ਆਪੇ ਫਾਹਾ ਲਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ, ਗ਼ਰੀਬੀ ਤੇ ਭੁੱਖਮਰੀ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਮੌਤ ਨੂੰ ਗਲੇ ਲਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫੇਰ ਕੋਈ ਕੁੜੀ ਰੇਪ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਪਮਾਨਿਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਲੱਤ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਊਣ ਨਾਲੋਂ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਮੌਤ ਨੂੰ ਗਲੇ ਲਾਉਂਦੀ, ਕੋਈ ਦਾਜ ਦੀ ਬਲੀ ਚੜ੍ਹ ਰਹੀ ਹੈ ਤੇ ਕੋਈ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਹੀ ਬੌਸ ਦੇ ਵਤੀਰੇ ਤੋਂ ਢੁੱਖੀ ਹੋ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਦਾ ਰਾਹ ਲੱਭਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸਭ ਕਿਉਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਵਿਚਾਰ ਹਨ। ਕੋਈ ਸਾਡੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕੋਈ ਵੱਧਦੇ ਫੈਸ਼ਨ ਨੂੰ, ਕੋਈ ਟੀ.ਵੀ. ਉਤੇ ਆ ਰਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਇਸ ਸਭ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਰਹਿੰਦੀ ਕਸਰ ਅੱਜ ਮੋਬਾਇਲ ਨੇ ਪੂਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਕੀ ਛੋਟਾ ਬੱਚਾ, ਕੀ ਵੱਡਾ, ਬੁੱਢਾ ਤੇ ਕੀ ਜਵਾਨ, ਸਭ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਆਦਤ ਹੀ ਪੈ ਗਈ ਹੈ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਥੇ ਹੀ ਬਸ ਨਹੀਂ, ਅੱਜਕਲ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਦਰਿਆ ਵਗ ਰਹੇ ਹਨ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਰੁਤਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਵੱਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਪਬਲਿਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਇਸ ਦੇ ਵਪਾਰੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਵੱਧਦੀ ਮਹਿੰਗਾਈ ਕਾਰਨ ਵਿਆਹ ਦੇ ਖਰਚੇ, ਨਿੱਤ ਤਲਾਕ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ, ਅਣਖ ਖ਼ਾਤਿਰ ਕਤਲ ਆਦਿ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਬੱਚੀ ਨੂੰ ਕੁੱਖ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਾਰਨ ਲੱਗ ਪਏ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਵਿਰੋਧ ਕਾਰਨ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਲਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਜਾਂ ਗਰਭਪਾਤ ਕਰਵਾਉਣ ਤੇ ਪੂਰਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਪਾਬੰਦੀ ਲਾਈ ਹੋਈ ਹੈ ਪਰ ਫੇਰ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਜੋ ਅੱਜ ਵੀ ਧੜਲੇ ਨਾਲ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਅਕਸਰ ਟੀ.ਵੀ. 'ਤੇ ਸਮਾਚਾਰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ।

ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ ਪਰ ਜ਼ੋਰਾਵਰ ਲੋਕ ਪੈਸੇ ਦੀ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਜਾਂ ਗੁੰਡਾਗਰਦੀ ਦੇ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਗਵਾਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁਕਰਾ ਕੇ ਆਪ ਫੇਰ ਬਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਾਹਰ ਦੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਛੱਡੋ ਅੱਜ ਬੇਟੀ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਜਾਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ। ਮਿਤੀ 17 ਸਤੰਬਰ 2018 ਨੂੰ ‘ਅਜੀਤ’ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੇ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਛਪੀ ਖ਼ਬਰ ਨੇ ਤਾਂ ਦਿਲ ਹੀ ਹਿਲਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਖ਼ਬਰ ਸੀ “ਨਸ਼ੇੜੀ ਪਿਉ ਬਣੇ ਧੀਆਂ ਦੇ ਕਾਤਲ” ਬਟਾਲਾ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਨਸ਼ੇੜੀ ਪਿਉ ਨੇ ਆਪਣੀ 14 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਕੁੜੀ ਦਾ ਕੁਹਾੜੀ ਮਾਰ ਕੇ ਕਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਦਕਿ ਪਤਨੀ ਨੇ ਭੱਜ ਕੇ ਜਾਨ ਬਚਾਈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦੂਜੀ ਖ਼ਬਰ ਸੀ ਕਿ ਇੱਕ ਪਿਉ ਨੇ 7 ਸਾਲਾ ਧੀ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਡੁਬੋ ਕੇ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਫੇਰ ਕਿਤੇ ਨਾਲੇ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਦੱਬ ਦਿੱਤਾ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀਆਂ ਧੀਆਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ। ਅਣਖ ਖ਼ਾਤਿਰ ਕਤਲ ਦੀਆਂ ਤਾਂ ਕਈ ਖ਼ਬਰਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਸੁਣਦੇ ਸੀ ਪਰ ਇਥੇ ਤਾਂ ਅਜਿਹੀ ਵੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ, ਦੋਨੋਂ ਬੱਚੀਆਂ ਅਜੇ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀਆਂ ਹਨ।

ਸੋ ਅੱਜ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਜ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਰਗ ਮਿਲਕੇ ਇਸ ਬੁਰਾਈ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ, ਜੋ ਬੁਰਾਈ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਹੈਵਾਨ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਜੜ੍ਹ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਤਾਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੈ ਜੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰ ਵਰਗ ਨੂੰ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਬੁਰਾਈ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਪੂਰੀ ਨੇਕ ਨੀਅਤ ਨਾਲ ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਤੇ ਗੁਰੂਆਂ-ਪੀਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਦਰਸਾਏ ਮਾਰਗ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰੇਕ ਧੀ-ਭੈਣ ਨੂੰ ਉਸਦਾ ਬਣਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਤੇ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵੀ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਸਾਲੀ ਸਜ਼ਾਵਾਂ ਦੇਣ ਤਾਂ ਜੋ ਫੇਰ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ

ਦੁਸ਼ਕਰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਨਾ ਸੋਚ ਸਕੇ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਅਜਿਹੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ
ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਬੱਚੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੁਕਾਰਨਾ ਨਾ ਪਵੇ।

Role of Women in Indian Society

Mr. Jaspreet Singh

Student M.A. I, Department of Journalism & Mass Communication
Panjab University, Chandigarh

Women make this planet worth living with their wisdom, kindness and empathy. The women are often looked down upon by their male counterparts as the Indian society is largely ruled by patriarchal societal norms. Their role in Indian society is not given due recognition. Sorry to say, but Indian women don't feel safe in the country due to the rising crime rate which comprises of molestation, stalking, marital rape, rapes, cat-calling, kidnappings, women trafficking, acid attacks, dowry deaths and abuse of women at workplace. There is no letting-up in the rape cases in the country. The recent rape cases at Unnao and Kathua show rule of law being gutted in India. These cases marred the whole concept of humanity. This barbaric act in which a minor girl was raped for a week in the temple shows us the stark reality of rules and authorities to see through the wily acts of criminals. Moreover, it was heart-wrenching to see that some media houses had disclosed the identity of a minor girl (kathua victim). Being a violation of section 228-A, the Delhi high court issued a notice against them by taking a suo-moto cognizance of the issue. Similarly, the Harvey Weinstein case in Hollywood shows the global ambit of this problem. It is just the tip of an iceberg. The deep rooted impediments which proliferate these offences are objectification of women, patriarchal societal norms, male centric ego and finally - very few voices to shut the bullies down. It is a big shame that these unfairly skewed gender norms are getting stronger even today. India is a country where society does not recognize marital rape as a crime and the “Khap” panchayats are still making their evil roar despite these courts being termed as Kangaroo Courts by Supreme Court in 2011. The Thomson Reuters survey names India as the most unsafe country for women. The survey was prepared after taking into account the

information by 550 experts on women's issues. However, it was no surprise when the National Commission for Women rejected this survey. The recent Muzaffarpur shelter home rape cases were not only horrific, but also shocking that these girls were subjected to repeated rape and no one came to know about it. Perhaps, it was because they were poor and destitute and not considered news worthy, as Ali Ibn Abi Talib says- "A poor man is like a foreigner in his own country." The women issues are nine days wonder in media houses. According to POCSO 2014 report, 8900 child abuse cases were reported in India.

As the saying goes from movie Pink, no means no. But, nobody is ready to accept that in India. The larger picture of women safety can be understood through several points mentioned below:

The Words for Your Mancylopedia

The women bear the brunt of manspreading, mansplaining, maninterrupting and upskirting among others. These are really derogatory to women. Manspreading is a practice where a man sits in a position with his legs wide apart, which means he encroaches upon other vacant seats. Mansplaining, on the other hand means, a man talking to a women with the assumption that he knows more than her. Maninterrupting means interrupting women frequently and not letting them complete their side of the story. For example Mr. Trump kept interrupting Hillary Clinton throughout the presidential debate. The word mansplaining hogged the limelight when Katrina Kaif and Ranbir Kapoor interviewed for a channel and the latter didn't let her explain her stance. Upskirting is the practice of photographing or videotaping underneath a female's dress or skirt. It is on purpose or a deliberate attempt which is outrageous to the modesty of women. These are sensitive and grim issues which can't be ignored while discussing the role and status of women in India as women are subjected to bias at every stage of life.

Universal Wisdom About Women

The book named 'Never Marry a Woman with Big feet' by Mineke Schipper describes the plight of women in the whole world and how proverbs and maxims related to women aggravate the situation. The author is the professor of Intercultural Literary studies at University of Leiden. She collected numerous proverbs from around the world which she described as 'the world's smallest literary genre'. The

proverbs like, Women are like shoes, they can always be replaced; Women are like buses: if one leaves, another one will come. Women are like fresh banana leaves: they never come to an end in the plantation. Other proverbs which show gender discrimination are, Women and Cats at home; men and dogs in the street. Women and cows don't go abroad. Buffalos must be kept in stables, gold in purses and women at home. The Telugu proverb says that the woman's sense is wrong sense. The Arabic proverb goes like this- Women ask questions, men give the answers. The German proverb further make the situation topsy-turvy, Men should set knowledge before virtue, women virtue before knowledge. These proverbs describe gender issues in a subtle manner.

Walking the Talk on Stalking

The plight of victims is horrendous in the country. The victims dread to come out in the open due to patriarchal society and people putting the blame on the girl. The stalking is an offence but there are very few people to shut the bullies down. The Varnika Kundu case was an example of the stalking horror. The case caught national attention and the girl displayed courage and quick-wit by calling the police. The 'Beti Bachao Beti Padhao' is the eminent slogan of the present government, but rules to curb crime against women prove this hollow as these are implemented only in letter, not in spirit. Such cases attract sections like 506 (punishment for criminal intimidation) and 509 (word, gesture or act intended to insult the modesty of a women) among others. The question really is why do men actually abuse women? Perhaps, they want to maintain power and control over them. Thomson Reuters in 2017 also put India as the fourth most dangerous country of the world.

From Birth to Death

Women are subjected to humiliation, torture, exploitation, and discrimination from birth to death. Sex selective abortion is rampant in many countries of the world, especially the third world countries. During adolescent years, they experience several dogmas and stereotypes, winking, loud and snide notorious remarks. They also face body shaming due to advertisements by celebrities who seemingly look fit. The ugly face of beauty advertisements create a compulsive need for the vulnerable to fit in the glass ceiling or appear in a certain way. When they grow up, they face the wrath in the form of

dowry demands, acid attacks and the demand for a family heir. The women work tirelessly from dawn to dusk, juggling between household chores and work life. The article named 'Why I Want a Wife' by Judy Brady shows us the stark naked reality of modern world and stereotypes. She mentioned several significant points that force everyone to ponder seriously over the restrictions on the life of women. The back of a wife is crooked with the burden of household chores. She looks after the children, elders and her husband with little care for her own life. Still, the focus is on physical violence although the psychological violence and long lasting impact that it creates presents the larger picture.

Obfuscating Issue of Marital Rape

India is a society where marital rape is still not regarded as a crime by larger chunk of population. The 'NO' is turned into a 'YES'. Sushma Swaraj's husband Swaraj Kaushal, a Supreme Court lawyer and former governor tweeted, "There is nothing called marital rape, let's not make our homes police stations". This misogynist remark was re-tweeted by several people. The need is to correct the societal norms. The women are being raped repeatedly. The quandary of denial is also played in the court rooms during the hearing of several cases. A feeble no is regarded as a yes. Several decisions let down women as these were linked to strong denial of sexual demand.

Stand Against Workplace Abuse

The abuse against women is not limited to their homes but at workplaces also. The promotions are based on sexual favours that the boss demands. The Hindi cinema and Hollywood actors open about the impediment of casting couch. The actresses like Katrina Kaif have achieved so much in their life but still their success is attributed to big guns like Salman Khan. There is no denying of the fact that male counterparts play an equal role in work spaces. But their hard work should not be neglected. As it is said that one can get you an opportunity but it depends on the person to convert that opportunity into a stepping stone with grit, punctuality, hard-work, discipline and value of time. Rana Ayuub is an eminent journalist. She was trolled endlessly due to the fake news that was propagated by a parody account of Republic TV. Her picture was morphed and a pornographic video was made to shut her down. It sent shiver down her spine as she received endless calls, messages from trolls and other abusers.

Similarly, Gauri Lankesh was killed as dissent now-a-days is considered as a mirage. The women are targeted as it is a misconception that they can be lured and intimidated easily. Last year, Mahira Khan was abused online as her photo landed on social media smoking a cigarette with a Bollywood actor in the streets of New York which was an issue of invasion of privacy. It was a perfect instance of masculine Jingoism.

Desertion of Women

NRI's come to India to marry women of their choice for selfish motives and after that they seek gigantic amount of dowry from them. Later on, the man gains the confidence of the woman and promises her of beautiful life. These men go back abroad and stop attending calls from their wives. The plight of such women cannot be neglected. There are numerous women in India that still await the justice and arrival of their NRI husbands. According to a report of "The Tribune", around 30,000 NRI-deserted wives in Punjab including those stranded abroad.

Let the Women Wear What They Like

On a daily basis, women are objectified on the choice of apparels they wear. The village fraternity comprising of the elderly folks do not consider rape as a crime. They also consider that wearing short dresses, women actually incite men to rape them. This is totally a wrong notion. The Indian men are always keen to take pictures with the foreigner. The holiday of a Swiss couple was turned upside down when they refused for a picture in 2017. They were hurled abuses and chased by mob at Fatehpur Sikri. They received grave injuries. It is a personal choice of a woman to wear what she likes and no one has a right to question her on that.

Me Too and Time's Up

The "Me too and Time's up" movements followed several revelations of abuse against women. In 2017, such movements make sexual harassment cases inevitable to ignore. The 2017 was regarded as a year of silence breakers. Networks and campaigns like the White Ribbon Campaign, Men Engage and "Ek Saath" are urging men to not remain bystanders, but to take action to challenge violent men. But the fight against abuse seems to be far from over. The people need to understand that women are the strongest souls because they spread love as mothers, sisters and wives. It is heartening to see more women opening up on abuse, boosting each other to nip the evil of abuse

against women. According to Times of India report of 29th December 2018, nearly 4 cases of rape are registered daily in Haryana.

Women and Health

Health issues related to women have always remained a nightmare to discuss. Earlier, women could not discuss these issues openly. These days with the advent of reformed communication ways and means, more women have found a platform to discuss these issues. Even people have become vigilant. Gone are the days when women were touted as symbols of merry making and were confined to four walls of the house. The movie 'Padman' encouraged women to speak about menstruation which is regarded as a taboo by many. There are certain areas which are primly being neglected, such as issues during the reproductive age. Women are dubious speaking about periods and menstruation pains. Different body shapes after giving birth becomes a major issue for numerous women. In a desperate need to look good, women subject themselves to harsh and painstaking beauty treatments. Depression has also become rampant these days. Women feel depressed due to numerous reasons such as domestic violence, infertility issues, challenging life-style etc. Sometimes, women conceal numerous sensitive issues which prove to be fatal in the later years. There are many psychological and emotional things up in the air regarding these issues. Drugs which are in the market to prevent diseases sometimes lead to infection or allergy. In many countries, women do not have access to proper medical assistance even during deliveries, sometimes leading to deaths due to complications. It is a sad truth that health issues of women are majorly neglected and shockingly a mere 12 pc of women in India have access to menstrual hygiene products.

Inheritance only for Men!

THE TRIBUNE published a report on 22nd July 2018 that shows the stark naked truth of ownership of property by men and women. The women are not given any right over the husband's property. Belu Maheshwari writes, "Men in their will give their life partners, 'life interest' to the residential house. These two words in a man's will define the whole life of a woman. For all her marital commitments, love and sacrifice, she, in return, only finds secondary mention in the testament he makes for his inheritance". Also, the progeny gets all the rights to the properties. The kangaroo courts (by Supreme Court in

2011) or Khap panchayats are against Hindu succession act of 2005 that struck off discrimination against gender that was prevalent due to the previous act of 1956. The true picture of this whole story is that women are still not deemed fit for inheritance. Unlike the developed countries where the wife has equal ownership right, India still lags behind.

Solutions

It is pertinent to note here that women are not inferior by any stretch of imagination. They deserve all the love and respect in the family as a woman gives birth to a new life and she makes life beautiful, smooth affair. The need of the hour is to ensure gender neutral parenting by curbing the divide of blue and pink. Don't remain bystanders. Pluck your courage and report any act of teasing or abuse to the police and never settle a case outside courts. It is generally said that children are the replica of their parents. Parents should pose as disciplined, punctual and diligent icons as example is better than precept. The law also lacks the punch of implementation. The government can't abdicate its responsibility; it should implement laws not only in letter but in spirit also. The time is ripe to actually implement "Beti Bachao and Beti Padhao". Pull your socks up and check abuse of power. Sexual harassment survivors should come out in the open and set an example for the society. The stigma and fear of society cannot weigh them down. The onus also lies on media houses and journalists to show the matters of sexual harassments with responsibility. These days the children have become angrier than ever and crassness and violence in songs are the reason that demean women or the opposite sex without any reason. The raging youngsters have started committing grim offences and there is no coming back from there. The vulgar songs have further escalated the tensions for parents as they can't bear the lyrics that are on fire. The women also can opt for other solutions in a regressive society: they should not share cabs with unknown persons. They should keep their family members informed about their whereabouts. The women should not accept drinks from strangers.

All in all, society should realize the indispensable and inimitable role that women play in our lives. They are the bright rainbows in our lives.

ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ

Mr. Hargunpreet Singh
Research Scholar,
Punjabi University, Patiala

ਅਕਸਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨ ਹੀ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰੰਤੂ ਜੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਹੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਇਹ ਤਾਂ ਰੱਬ ਹੀ ਜਾਣੇ। ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਦੁਸਤ-ਦਰੁਸਤ ਸਰੀਰ ਕਰਕੇ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਪਰੰਤੂ ਹੁਣ ਗੁਰੂਆਂ, ਪੀਰਾਂ ਅਤੇ ਮਹਾਪੁਰਖਾਂ ਦੀ ਪੰਜ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਛੇਵਾਂ ਦਰਿਆ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਪਦਾਰਥਵਾਦ ਅਤੇ ਪੂੰਜੀਵਾਦ ਦੇ ਅਜੋਕੇ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰੀ ਸਮਾਜਿਕ ਢਾਂਚੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਜੂਝਣ ਦੀ ਅਸਮਰੱਥਾ ਕਾਰਨ ਉਪਜੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰੇ ਲਈ ਨੌਜਵਾਨ ਕੁਸੰਗਤ ਦੇ ਧੱਕੇ ਚੜ੍ਹਕੇ ਸ਼ਰਾਬ, ਚਿੱਟਾ, ਅਫੀਮ, ਭੰਗ, ਤੰਬਾਕੂ, ਨਸ਼ੇ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ, ਕੈਪਸੂਲ, ਟੀਕੇ, ਹੈਰੋਇਨ, ਸਮੈਕ, ਕੋਰੈਕਸ, ਆਇਓਡੈਕਸ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿੰਥੈਟਿਕ ਡਰੱਗਜ਼ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਕੇ ਦਿਲ, ਜਿਗਰ, ਗੁਰਦੇ ਅਤੇ ਫੇਫੜੇ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੈਂਸਰ ਤੇ ਏਡਜ਼ ਵਰਗੀਆਂ ਨਾਮੁਰਾਦ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਜਕੜ ਵਿਚ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨਸ਼ੇੜੀ ਨੌਜਵਾਨ ਵਰਗ ਦੁਆਰਾ ਚੋਰੀ, ਲੁੱਟ, ਝਗੜੇ, ਕਤਲ, ਛੇੜਛਾੜ, ਬਲਾਤਕਾਰ, ਸੜਕ ਹਾਦਸੇ ਅਤੇ ਆਤਮ ਹੱਤਿਆ ਕਰਨ ਜਿਹੇ ਸੰਗੀਨ ਅਪਰਾਧਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਨੂੰ ਆਮ ਪੜ੍ਹਨ-ਸੁਣਨ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ਾਂ ਸਦਕੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਸ਼ੇ ਸ਼ਰੇਆਮ ਵਿਕਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ, ਜਿਸ ਨੇ ਸਾਡੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਆਦੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕਸਰ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ। ਇਹ ਨਸ਼ੇ ਹੁਣ ਕੇਵਲ ਸਰਹੱਦੀ ਪਿੰਡਾਂ ਤੇ ਸੂਬਿਆਂ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਸਗੋਂ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਮਾਰ ਨੇ ਨਾ ਕੇਵਲ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਬਰਬਾਦੀ ਕੀਤੀ ਬਲਕਿ ਜ਼ਾਲਮਾਂ ਦਾ ਮੂੰਹ ਤੋੜਨ ਵਾਲੇ ਦਲੇਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਬੌਧਿਕ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਖੋਖਲੇ ਕਰ ਛੱਡਿਆ ਹੈ। ਹਾਲਾਤ ਐਨੇ ਮਾੜੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਸਾਡੇ ਨੌਜਵਾਨ ਫੌਜ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਦੀਆਂ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਫੌਜ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਿਰੰਤਰ ਘੱਟਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਤਾਂ ਹੋਰ ਹੁਣ ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦਾ ਵੀ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚ ਧਸ ਜਾਣਾ ਹੋਰ ਵੀ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਸਿਖਰ ਉੱਤੇ ਰਿਹਾ, ਜਿਸ ਤਹਿਤ 7 ਜੁਲਾਈ ਤੱਕ ਵਿੱਢੀ ਗਈ ਮੁਹਿੰਮ ਨੂੰ ‘ਚਿੱਟੇ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿੱਚ ਕਾਲਾ ਹਫ਼ਤਾ’ ਦਾ ਨਾਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਤੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ

‘ਤੇ ‘ਮਰੇ ਜਾਂ ਵਿਰੋਧ ਕਰੋ’ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਕੀਤੀ ਗਈ।

ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਜਿੱਥੇ ਸਾਡੀਆਂ ਵਿੱਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਇਕ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੰਸਕਾਰੀ ਸਮਾਜ ਸਿਰਜਣਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਉੱਥੇ ਪੂਰਨ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਨਿੱਜਵਾਦ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਅਜੋਕੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਕੇਵਲ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਕਮਾਉਣਾ ਹੀ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਾ-ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਮਿਸਾਲ ਰਾਹੀਂ ਘਰਾਂ ਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਉੱਚੀਆਂ-ਸੁੱਚੀਆਂ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਵਾਲੇ ਪਵਿੱਤਰ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਘਰ ਵਿਚ ਪਿਤਾ ਸ਼ਰੇਆਮ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਰੋਕੇ ਜਾਣ ਉੱਤੇ ਗਾਲ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ ਜਾਂ ਮਾਰਕੁੱਟ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਘਰ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਤੋਂ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਆਸ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਰਹੇਗਾ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਸਦਉਪਯੋਗ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਖੇਡਾਂ, ਕੋਮਲ-ਕਲਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਹਿ-ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸਾਰੂ ਜੀਵਨ-ਜਾਂਚ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾਦਾਇਕ ਸਾਹਿਤ ਵੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਸਟਲਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਉੱਤੇ ਪਿਆਰ ਭਰੀ ਦੇਸਤਾਨਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਿੰਟ, ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਅਤੇ ਡਿਜੀਟਲ ਮੀਡੀਆ ਨੂੰ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਤੇ ਐਕਟਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪਾਨ-ਪਰਾਗ, ਸ਼ਰਾਬ ਤੇ ਸਿਗਰੇਟ ਦੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਦੀ ਥਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਮਾਰੂ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਅਖਬਾਰਾਂ, ਰਸਾਲਿਆਂ, ਰੇਡੀਓ, ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਰਾਹੀਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਬਚਾਵ ਸਬੰਧੀ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀਆਂ ਦੇ ਉਪਯੋਗੀ ਲੇਖ, ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡ ਚੁੱਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰੇਰਨਾਦਾਇਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿਖਾਉਣ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਖਿਲਾਫ ਜਾਗ੍ਰਿਤੀ ਲਿਆਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤ-ਸੰਗੀਤ ਦੀ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਸਰਦਾਰੀ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਅਜੋਕੇ ਕੁਝ ਸਿਰ-ਫਿਰੇ ਅਖੌਤੀ ਗਾਇਕ ਅਤੇ ਗੀਤਕਾਰ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਖੋਰਾ ਲਾਉਣ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁ-ਚਰਚਿਤ ਰਹੇ ਕੁੱਝ ਅਸੰਭਿਅਕ ਗੀਤ ਜਿਵੇਂ ‘ਪਟਿਆਲਾ ਪੈਂਗ ਲਾ ਛੱਡੀਦਾ’, ‘ਮੈਨੂੰ ਇਕ ਦਿਨ ਦੇ ਲਈ ਹੋਸਟਲ ਵਾਲਾ ਕਮਰਾ ਦੇ ਦਿਓ ਜੀ, ਮੈਂ ਯਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਦਾਰੂ ਪੀਣੀ ਐ’, ‘ਪੰਜ ਤਾਰਾ ਠੇਕੇ ਉੱਤੇ ਜਾ ਕੇ ਤਾਰਿਆ’, ‘ਚੋਥਾ ਪੈਂਗ ਲਾ ਕੇ ਤੇਰੀ ਬਾਂਹ ਫੜ੍ਹਨੀ’, ‘ਬੰਦੇ ਵੀ ਦੇਸੀ ਹਾਂ ਤੇ ਪੀਂਦੇ ਵੀ ਦੇਸੀ ਹਾਂ’, ‘ਰੰਨ ਬੋਤਲ ਵਰਗੀ ਚੁੱਕ ਲਓ ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਂ ਲੈ ਕੇ’, ‘ਮੁੱਕ ਗਈ ਫੀਮ ਡੱਬੀ ਚੋਂ ਯਾਰੋ’, ‘ਆਪਣਾ ਪੰਜਾਬ ਹੋਵੇ, ਘਰ ਦੀ ਸ਼ਰਾਬ ਹੋਵੇ’, ‘ਦਾਰੂ ਘਰ ਦੀ ਬੰਦੂਕ ਬਾਰਾਂ ਬੋਰ ਦੀ’, ‘ਜੇ ਪੀਣੀ ਛੱਡ ਤੀ ਜੱਟਾਂ ਨੇ ਫੇਰ ਕੌਣ ਮਾਰੂ ਲਲਕਾਰੇ’, ‘ਵਿਸਕੀ ਦੀ ਬੋਤਲ ਵਰਗੀ’, ‘ਪਉਣੇ ਜਿੱਡੇ ਕੱਦ ਵਾਲੀਏ’ ਅਤੇ ‘ਬੋਤਲਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਤੇਰੀਆਂ’ ਆਦਿ ਗਾਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਰਾਹੇ ਪਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਅੱਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਅਤੇ ਅਸਫਲਤਾ ਵੀ ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਰਾਹੇ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਉੱਚ-ਪੱਧਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਡਿਗਰੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਵੀ ਜਦੋਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਨੌਕਰੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਤਾਂ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਮਜਬੂਰੀ ਵੱਸ ਉਹ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਮੁਤਾਬਿਕ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦੇ

ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਸਰਹੱਦੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਆਏ ਦਿਨ ਹੁੰਦੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਸਮਗਲਿੰਗ ਰੋਕਣ ਲਈ ਵੀ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤੀ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਸ਼ੇ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਭਾਵੇਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਨਸ਼ੇ ਫੈਲਣ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਹੀ ਇਸ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸੰਪੂਰਨ ਅਤੇ ਤਸੱਲੀਬਖ਼ਸ਼ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਠੇਕਿਆਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਆਮਦਨ ਨਾਲੋਂ ਤਿਗੁਣਾ ਖਰਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਉਪਜੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਉੱਤੇ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਠੇਕੇ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੀ ਦੇਸ਼ ਕੌਮ ਦੀ ਭਲਾਈ ਸੰਭਵ ਹੈ।

ਸਾਡੀਆਂ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤੀ ਕੇਂਦਰਾਂ ਨੂੰ ਸੈਮੀਨਾਰਾਂ, ਡਾਕੂਮੈਂਟਰੀ ਫਿਲਮਾਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ-ਪ੍ਰਤੀਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਰੈਲੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਨਸ਼ਾ ਵਿਰੋਧੀ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਐਸਾ ਜਨ-ਅੰਦੋਲਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਸ਼ਰਾਬ ਜਿਹੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣਸਾਰੀ ਜਾਂ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਪ੍ਰਤੀਕ ਮੰਨਣ ਦੀ ਥਾਂ ਬਰਬਾਦੀ ਦਾ ਚਿੰਨ੍ਹ ਸਮਝਕੇ ਵਿਆਹਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਸਟਾਲ ਲਾਉਣੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ, ਚੋਣਾਂ ਵੇਲੇ ਨਸ਼ਾ ਵੰਡਣ ਵਾਲੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗੂਠਾ ਦਿਖਾ ਦੇਣ, ਕਥਿਤ ਧਰਮ ਅਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਤੇ ਭੰਗ ਦੇ ਚੜ੍ਹਾਵੇ ਚੜ੍ਹਾਉਣੇ ਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਲੈਣੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ ਅਤੇ ਇਕਜੁਟ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਖੋਖੇ ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਠੇਕੇ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰ ਦੇਣ। ਅਜੋਕੇ ਅਖੌਤੀ ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸੰਤਾਂ ਅਤੇ ਬਾਬਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪ ਉੱਚ-ਆਚਰਣ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਬਣਕੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਤੇ ਪਾਖੰਡਾਂ ਵਿਚ ਫਸਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਤੇ ਸਦਾਚਾਰਕ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੇ ਸੱਚੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਮ ਦੀ ਖੁਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੁਠੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਣ। ਜੇਕਰ ਸਮਾਜ ਦਾ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸਮਰੱਥਾ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਜਲਦ ਹੀ ਨਸ਼ਾ-ਮੁਕਤ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Protection of Human Rights with Special Reference to Fundamental Rights of India

Dr. Shoaib Zafar

Associate Professor, Deptt. of Political Science
S. D. College, Barnala

Man is the super-being on this planet due to his superior brain, since it enables him to distinguish between right and wrong. He has the capacity to shape the world according to his own ideal. He has the device to expand this universe and realise it in outer reality. He acquires land and makes a house for his family to live in. He collects food, clothes, money and hoards material things of this world for the family with fair or foul means. He makes friends and develops relations. Therefore, it is unfair to dissociate him from his own attainments and belongings. These objects and relations are part of his own being; because it is through them that he asserts, expresses and manifests his own self. His title to each of his possessions and relations is unquestionable. Obviously, rights are the claims or entitlement to do and act purely according to one's own desire. Association of individuals based on such objects, relations and the need of inter dependence culminated into a civil society which ultimately formed a political order or a state.

Every individual has certain Rights which are inherent in all individuals because of their being human irrespective of their caste, creed, religion, sex, language, ideology and nationality. These Rights originate with the very birth of individuals and are essential for the adequate development of human personality, his happiness and progress. Due to their inseparable link with human beings, these rights are known as human rights. Thus, human rights are necessary for the material and moral uplift of the human race. These human rights are inalienable because the enlightened conscience of a community would not permit the surrender of these rights by any person even of this own volition. These rights are inviolable because they are not only vital for the development and efflorescence of human personality and

preserving its dignity, but also because without these rights men would be reduced to the level of animals. Therefore, following factors require recognition, protection and implementation of these rights both at national and international levels.

- Firstly, individual is the ultimate reality and common denominator at which all interests converge. Hence, individual, and not the state of which he is a member, needs special attention.
- Secondly, Human Rights and security, national or international, are correlated and interdependent.
- Thirdly, the basic function of good government of a state is to ensure security, welfare and happiness of the people. It is possible only if their human rights are protected.
- Fourthly, even in democratic legal systems, sometime, when persons elected through democratic process find power slipping from their hand because of their decreasing popularity, human rights are violated.
- Fifthly, concept of Human Rights is dynamic one and it depends much upon the conditions and opinions prevailing in a given social set up.
- Lastly, nature of problem is three fold, legal, political and social.

International Perspective

The Second World War marked a turning point in the development of international concern for Human Rights. In Fascist Italy and Nazi Germany an individual was stripped of civil rights and was subjected to police tyranny, condemned to brutal oppression on the grounds of race and religion. It was the catalyst which produced revolutionary development in International Law relating to Human rights. Therefore, Charter of the United Nation which was adopted in 1945, incorporated specific provisions relating to human rights. This marked a new beginning for the promotion and protection of human rights which was formerly vested in nation states, was now made a matter of international concern. Now, it is beyond doubt that individual is not only an object of International Law but also subject of International Law and is directly protected by it and in some cases can seek his own remedy. So, the provisions of human rights of the Charter reflect the reaction of the international community to the horrors of the war and the regimes which unleashed it. The United Nations assigned the duty to draft Universal Declaration of Human Rights to

the Commission of Human Rights. After a lot of deliberations, the draft of Universal Declaration of Human Rights was passed by General Assembly on December 10, 1948 without any dissenting vote. It is known as International Magna Carta of Mankind. The Declaration is universal according to its title as well as its contents. Hence, December 10, is celebrated as World Human Rights Day. It enunciates the human rights and fundamental freedoms which should be available to every human being on this earth. The Declaration consists of thirty articles. It provides five kinds of rights i.e. Civil, Political, Economic, Social and Cultural rights for everybody irrespective of caste, creed, sex, nationality etc. This has been considered as one of the greatest achievements of the U.N. The Universal Declaration of Human Rights has a significant influence on the development of standards that States are required to fulfil as their international commitments.

National Perspective

Framers of Indian constitution have before them Universal Declaration of Human Rights and Rights guaranteed by U.S.A., France and U.K. to their citizens. Therefore, India being party to the Universal--Declaration of Human Rights, Constituent Assembly shaped Indian Constitution in the light of this Declaration which was being drafted at that time. India ratified the International Covenant on Civil and Political Rights and Economic, Social and Cultural Rights on March 27, 1979 subject to certain reservations. **FUNDAMENTAL RIGHTS AS REPLICA OF HUMAN RIGHTS.** The two different but inseparable aspects of human rights, namely civil and political on the one hand and economic, social and cultural rights on the other are reflected in the Constitution of India. Fundamental Rights which are in Part-III of the Constitution represents civil and political rights and Directive Principles of State Policy (Part-IV) economic, social and cultural rights.

I. Right of Equality [Articles 14-18]

Articles 14-18 of the Indian Constitution guarantee the right to equality to every citizen of India. Article 14 embodies the general principles of equality before law and prohibits unreasonable discrimination between persons. It embodies the idea of equality expressed in the Preamble. The succeeding Articles 15, 16, 17 and 18 lay down specific application of the general rule laid down in Article 14. Article 15 relates to prohibition of discrimination on grounds of

religion, race, caste, sex or place of birth. Article 16 guarantees equality of opportunity in matters of public employment. Article 17 abolishes untouchability whereas Article 18 abolishes titles.

II. Rights To Freedom [Article 19]

Article 19 of the Indian Constitution originally contained what has been described as the seven- lamps of freedom namely, freedom of speech and expression, freedom to assemble peacefully and without arms; freedom to move freely through the territory of India; freedom to reside and settle in any part of the territory of India; freedom to acquire, hold and dispose of property; and freedom to practice any profession, or to carry on any occupation, trade or business. These were seven rights, but in the year 1978, by Forty fourth Amendment of the Constitution, the right to acquire, hold and dispose of property was taken out from the Chapter of Fundamental Rights. It is now provided in Article 300-A of the Constitution that no person shall be deprived of his property save by authority of law. These freedoms reflect man's feeling on the political fabric of the society of which he is a member.

Article 20 of the Indian Constitution says that No person shall be convicted of any offence except for violation of law in force at the time of the Commission of the act charged as an offence, not be subjected to a penalty greater than that which might have been inflicted under the law in force at the time of the commission of the offence. No person accused of any offences shall be compelled to be a witness against himself. This guarantee extends to any person accused of an offence and prohibits all kinds of compulsions to make him a witness against himself.

III. Protection of Life And Personal Liberty [Article 21-22]

The right to life and liberty is the most fundamental of all the rights guaranteed in the Constitutions of the States because none of the other rights would have any value or utility without it., Thus, the right to life and personal liberty is the basic and most fundamental of all the rights that man can aspire for. He needs to be sure that he cannot be deprived of his life and liberty arbitrarily. Protection against arbitrary deprivation of life and personal liberty must be considered as an imperative norm of national as well as International Law. It implies the non-derogability of the right to life and personal liberty due to its peremptory character at all times, circumstance and situations.

Liberty of a person is as important as the person himself is. He cannot be arrested or detained unless there is some charge against him or he is suspected to be involved in anti-national or anti-social activities. This means that a person can be deprived of his life or personal liberty provided his deprivation was brought about in accordance with the procedure prescribed by law. Therefore, law provides certain procedural safeguards against arrest and detention.

Article 22 provides the minimum procedural requirements that must be included in any law enacted by the Legislature in accordance with which a person may be deprived of his life and personal liberty. Thus, Art. 21 has to be read as supplemented by Art. 22.

IV. Right Against Exploitation [Article 23 And 24]

Slavery, slave-trade, servitude, traffic in human labour, forced labour, traffic in women and children and hazardous employment were some of the evils of 20th century. Efforts were made by ILO and it was successful up to some extent but UN did a commendable job when number of Conventions was concluded to eradicate these practices.

Constitutional provides that Traffic in human beings and beggar and other similar forms of forced labour are prohibited, and any contravention of this provision shall be an offence, punishable in accordance with law. No child below the age of fourteen years shall be employed to work in any factory or mine or engaged in any other hazardous employment.

V. Right to Freedom of Conscience and Religion [Articles 25-28]

The term "religion" is hardly susceptible to any rigid definition. Broadly speaking religion is a matter of faith with individuals or communities, and it is not necessarily theistic. A religion has its basis in an "a system of beliefs or doctrines which are regarded by those who profess that religion as conducive to their spiritual well being", but it will not be correct to say that religion is nothing else but a doctrine of belief A religion may only lay down a code of ethical rules for its followers to accept, it may prescribe rituals and observances, ceremonies and modes of worship which are regarded as integral parts of religion and those forms and observance might extend even to matters of food and dress.

Constitutional law of India guarantees to every person the freedom of conscience and the right to profess, practice and

propagate religion. This right is also subject to restrictions. No person shall be compelled to pay any taxes, the proceeds of which are specifically appropriated in payment of expenses for the promotion or maintenance of any particular religion or religious denomination. Article 28 deals with prohibition of religious instruction in State-aided institutions.

Vi. Cultural and Educational Rights [Articles 29 And 30]

Generally speaking, cultural rights refer to a variety of aspects of the rights to education, to participate in cultural life, to communication and to information. Therefore, they are essential to the relationship between people and their society and to the question of whether one is able to develop his or her full human potential within that of society. Moreover, these rights are interdependent and closely connected to other economic and social rights, as well as to certain civil and political rights. It provides citizens residing in the territory of India or any part thereof, having a distinct language, script or culture of its own shall have the right to conserve the same.

No citizen shall be denied admission into any educational institution, maintained by the State or receiving aid out of State funds on grounds only of religion, race, caste, language or any of them. All minorities, based on religion or language, shall have the right to establish and administer educational institutions.

The State shall not in granting aid to educational Institutions, discriminate against any educational institution on the ground that it is under the management of a minority whether based on religion or language.

Vii. Rights to Constitutional Remedies [Articles 32]

It is a fact that a declaration of fundamental or human rights is meaningless unless there is an effective machinery for the enforcement of the rights. It is the remedy which makes the right real and substantial.

Art. 32 provides the right to move the Supreme Court by appropriate proceedings for the enforcement of the rights conferred by this part is guaranteed. The Supreme Court shall have power to issue directions or orders or writs, whichever may be appropriate, for the enforcement of any of the rights conferred by this part. The right guaranteed by this article shall not be suspended except as otherwise provided for by this constitution.

Conclusion

The above analysis of various provisions of the Indian Constitution and the Universal Declarations of Human Rights, 1948 are indicative of the fact that in India many rights provided in the Universal Declaration of Human Rights and the Covenant on Civil and Political Rights are available to a person because these rights are enumerated in Part III of the Constitution as Fundamental Rights which are enforceable by the Courts and the Courts are bound to declare as void any law which is inconsistent with any of the Fundamental Rights. However, the judiciary, by its art of interpretation, has discovered a variety of rights in the concept of 'right to life and personal liberty'. The Fundamental Rights and 'Life and Personal Liberty' which forms the basis of all other rights, has been interpreted by the Apex Court of India in the broad and expansive spirit so as to invest it with significance and vitality which may endure for years to come and enhance the dignity and worth of a human being. The Court has not allowed the Government, police and other agencies to make undue encroachments upon this basic right. It has cemented the people's faith in the Constitutional system of our country. Hence, Indian Constitution and Judiciary adequately guarantee and protect human rights. But, to check violation of human rights we need a firm hand to implement the various provisions of human Rights provided in the Constitution and judicial decisions.

संगीत एवं रोग—चिकित्सा: एक अध्ययन

Dr. Bhairvi Bhatt

Assistant Professor, Department of Music
Govt. College for Women, Faridabad

जैसे-जैसे मनुष्य विकास की नयी ऊँचाइयों को छूने का प्रयास कर रहा है, वैसे-वैसे हमारे जीवन में तनाव और अनेक प्रकार के रोगों में भी वृद्धि होती जा रही है। विशेषकर युवाओं और छात्रों में इस तनाव को स्पष्ट रूप से देखा जा सकता है। परीक्षा तथा अन्य प्रकार के तनावों के कारण छात्रों तथा युवाओं में आत्महत्या तक करने के समाचार सुनने और पढ़ने को प्रायः मिलते रहते हैं। सड़क पर चलते हुए छोटी-छोटी बातों पर तकरार इतनी बढ़ जाती है कि लोग एक दूसरे की जान लेने को तैयार हो जाते हैं। विद्यालयों तथा विश्वविद्यालयों में जहां केवल ज्ञान की चर्चा होनी चाहिए, वहां भी आजकल बंदूक और गोलियों की भाषा सुनायी देती है। एक ओर, हम मानव जीवन को खुशहाल एवं सुविधाजनक बनाने का प्रयत्न कर रहे हैं, और दूसरी ओर जीवन में एकाकीपन, तनाव, नीरसता, अवसाद इत्यादि की मात्रा में अधिकाधिक बढ़ोत्तरी होती जा रही है। ऐसे में संगीत वह स्रोतस्विनी बनकर सामने आ रहा है, जिसके तट पर बैठ कर हमें शांति और आनंद की उपलब्धि होती है। कुछ समय के लिए ही सही, हम अपने दुःख और क्लेश भूल जाते हैं। संगीत की साधना में तल्लीन होकर अथवा इस कला के आस्वादन से भी हम नवीन ऊर्जा से भर जाते हैं और नकारात्मक सोच से मुक्ति मिलती है।

संगीत की इसी विशेषता के कारण आज इस विषय पर अनुसंधान हो रहा है कि किस प्रकार संगीत के द्वारा रोग-चिकित्सा में सहायता मिल सकती है। अनेक वैज्ञानिक प्रयोगों के द्वारा यह प्रमाणित हो गया है कि संगीत के द्वारा रोगों की चिकित्सा में बहुत सरलता हो जाती है। वास्तव में इस विचारधारा का जन्म अमेरिका में हुआ था। अन्य पाश्चात्य देशों में भी संगीत से रोगों के उपचार की प्रणाली पर अनेक अनुसंधान किये गये। आज भारत में भी ये अनुसंधान हो रहे हैं और इनसे बहुत सकारात्मक परिणाम मिल रहे हैं।

प्रस्तुत अध्ययन में हम इस बात का पता लगाने का प्रयत्न करेंगे कि किस प्रकार संगीत रोगों के उपचार में सहायक होता है और किस प्रकार हम भारतीय संगीत को रोगोपचार के लिए प्रयुक्त कर सकते हैं।

संगीत और रोगोपचार:

यहाँ हम यह स्पष्ट कर देना चाहते हैं कि भारतीय संगीत मन को शांति देने वाला है। जहाँ एक तरफ, पाश्चात्य संगीत के श्रवण से एक प्रकार की उत्तेजना और स्फूर्ति का अनुभव होता है, वहीं भारतीय संगीत के आस्वादन से एक प्रकार की मानसिक शांति तथा

आत्मिक आनंद की अनुभूति होती है। पाश्चात्य संगीत जहाँ हमें चंचलता से भर देता है, वहीं भारतीय संगीत हमें अध्यात्म से जोड़ कर विश्वचेतना से हमारा संबंध स्थापित कर देता है। इसलिए संगीत संबंधी चिकित्सा के जो भी प्रयोग हुए हैं, वे पाश्चात्य संगीत की अपेक्षा भारतीय संगीत पर अधिक लागू होते हैं।

स्वरों की साधना मात्र से संगीत के विद्यार्थियों को एक अद्भुत आनंद की अनुभूति होती है। इसीलिए, भारतीय संगीत में स्वरों की साधना पर इतना अधिक बल दिया गया है। चाहे वाद्य संगीत हो, कंठ संगीत अथवा नृत्य, संगीत की सभी विधाओं में विद्यार्थियों को कंठ-संगीत सीखने के लिए प्रेरित किया जाता है। यदि विश्वविद्यालयीय संगीत शिक्षा को छोड़ दिया जाये तो लगभग सभी घरानों में संगीत की किसी भी विधा को सीखने से पहले कंठ-संगीत सीखने के लिए प्रेरित किया जाता है। स्वर-साधना चाहे कंठ से हो अथवा वाद्य से, जब अच्छा स्वर लगता है तो वह हमारे मन को छू जाता है। कलाकार तथा श्रोता दोनों उस समय मंत्रमुग्ध हो जाते हैं जब मनोहारी स्वरावलियां वातावरण में प्रवाहित होती हैं। ऐसी स्थिति में केवल श्रोताओं को ही नहीं, वरन् कलाकार को भी एक स्वर्गीय आनंद की अनुभूति होती है।

यही कारण है कि पं. अहोबल ने संगीत पारिजात नामक ग्रंथ में संगीत के उद्देश्यों में जन-रंजन के साथ-साथ भव-भंजन को भी सम्मिलित किया है। चाहे कंठ संगीत हो, वाद्य संगीत अथवा नृत्य, संगीत के सभी रूपों में आनंद की अनुभूति होती है। यही कारण है कि नाद को ब्रह्म के समान माना गया है।

टी साँईराम के अनुसार, संगीत से अनेक रोगों में राहत मिलती है। जैसे हृदय रोग, ज्वर, तंत्रिकासंबंधित विकार इत्यादि। अनेक प्रकार के मानसिक रोगों में, रक्तचाप से संबंधित बीमारियों में और बुखार में भी संगीत के सेवन तथा साधना से राहत मिलती है।

रोगोपचार को समझने से पहले हमें यह जान लेना चाहिये कि वास्तव में स्वास्थ्य है क्या? अच्छा स्वास्थ्य क्या है? किस स्थिति में मनुष्य स्वस्थ रह सकता है? इन प्रश्नों के उत्तर खोजे बिना हम रोगोपचार के विषय में आगे नहीं बढ़ सकते।

विश्व स्वास्थ्य संगठन डब्ल्यू. एच. ओ. के अनुसार, स्वास्थ्य का अर्थ केवल रोगों की अनुपस्थिति नहीं है। अच्छे स्वास्थ्य में मानसिक प्रसन्नता तथा शारीरिक सुख दोनों आते हैं। जब तक मनुष्य शारीरिक रूप से नीरोग तथा मानसिक रूप से प्रसन्न एवं सुखी नहीं है, तब तक उसे स्वस्थ नहीं कहा जा सकता।

इस परिभाषा के अनुसार, मनुष्य के शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ उसके मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना भी आवश्यक है। बिना स्वस्थ मन के एक स्वस्थ शरीर की कल्पना भी नहीं जा सकती। स्वस्थ मन से ही स्वस्थ शरीर के विषय में सोचा जा सकता है। मानसिक अस्वस्थता के कारण अनेक शारीरिक रोग हमें घेर लेते हैं। उदाहरण के लिए, रक्त चाप, हृदय के रोग, अनिद्रा, अल्सर इत्यादि बीमारियों का कारण मानसिक तनाव ही माना जाता है। यदि हम मानसिक रूप से विक्षिप्त, तनावग्रस्त एवं अप्रसन्न होते हैं तो हमारा शारीरिक स्वास्थ्य भी डगमगा जाता है। अप्रसन्नता तथा तनाव अनेक मानसिक रोगों को जन्म देते हैं। जैसे, अवसाद, अनिद्रा, मानसिक थकान इत्यादि। इन रोगों से हमें अनेक शारीरिक व्याधियां भी हो जाती हैं। इन व्याधियों में हमेशा थकान महसूस होना, चिड़चिड़ापन, बोरियत इत्यादि से हम परेशान रहने लगते हैं। धीरे-धीरे हम शारीरिक व्याधियों जैसे पेट में गैस, अल्सर, दिल के रोगों इत्यादि से ग्रस्त हो जाते

हैं। इस प्रकार हम देखते हैं कि शारीरिक स्वास्थ्य के लिए मानसिक रूप से स्वस्थ रहना अनिवार्य है। बिना मानसिक प्रसन्नता तथा उत्साह में हम शारीरिक रोगों से मुक्त नहीं हो सकते। इस लिए हमें शारीरिक रोगों से बचने के लिए मानसिक रूप से प्रसन्न रहना चाहिए।

मानसिक स्वास्थ्य को कैसे बनायें?

अब प्रश्न उत्पन्न होता है कि हम मानसिक रूप से किस प्रकार स्वस्थ रहें? किस प्रकार हम तनावों से दूर रहें? प्रतियोगिता और प्रतिस्पर्धा की दौड़ में हम किस प्रकार अपने मन को नियंत्रित करें? हम जानते हैं कि केवल धन का अर्जन हमें सुख नहीं दे सकता। धनी से धनी व्यक्ति भी तनाव से भरे रहते हैं और उन्हें भी अनेकों बीमारियां घेरे रहती हैं। धन स्वास्थ्य की गारंटी नहीं है। धन सुविधाएँ जुटा सकता है लेकिन हमें सुख नहीं दे सकता। बिना सुख के हम स्वास्थ्य की कामना नहीं कर सकते। स्वस्थ रहने के लिए हमें पहले सुखी और आनंदमय होना होगा।

सन् २०१५ में जिनी वर्गीज़ तथा मंजू जोशी ने रक्तचाप तथा हृदय रोगों से संबंधित अनेक प्रयोग किये। इन प्रयोगों के परिणाम से यह सुनिश्चित किया जा सका कि वे लोग जो हृदय रोग से ग्रस्त होते हैं और जिन्हें डायालीसिस की भी आवश्यकता भी होती है, उन्हें भारतीय राग संगीत से बहुत राहत मिलती है। इससे उनकी थकान तथा रक्तचाप में कमी आती है।

मानसिक रोगों जैसे, मस्तिष्क संबंधी विकृतियां, आटिज़्म, तंत्रिका संबंधी विकृतियां इत्यादि भारतीय राग संगीत के यथोचित सेवन से नियंत्रित की जा सकती हैं। ऑटिज़्म से संबंधित विकृतियों से जूझ रहे रोगियों पर अनेक प्रयोगों से यह निष्कर्ष प्राप्त हुए कि ऐसे रोगियों की अगिम क्षमताओं को संगीत की शिक्षा से बढ़ाया जा सकता है। जब ऐसे रोगियों को गीत अथवा वाद्य सिखाया गया तो इनके अभिगम में वृद्धि दर्ज की गयी।

इस प्रकार, हम देखते हैं कि अगिम के विकास में भी संगीत से सहायता प्राप्त होती है। संगीत मानसिक आनंद में वृद्धि करके शारीरिक आनंद के लिये मार्ग प्रशस्त करता है। संगीत से आनंद की प्राप्ति होती है। यह आनंद क्षणिक न होकर स्थायी एवं मंगलकारी होता है। यही कारण है कि संगीत के द्वारा अर्जित आनंद को परमानंद की संज्ञा दी गयी है। उपनिषदों में कहा गया है: रसो वै सहः अर्थात् संगीत का रस परमानंद सहोदर है। सहोदर का अर्थ सगा भाई होता है। अर्थात् संगीत से अर्जित रस एवं परमानंद में कोई मौलिक भेद नहीं होता। यह हमें परमानंद की अनुभूति कराता है। यही कारण है कि संगीत से अध्यात्म को भी जोड़ा जाता है। संगीत से परमानंद तथा परमानंद से ब्रह्म की प्राप्ति हो जाती है। ब्रह्म की अनुभूति के कारण हम सभी दुखों से मुक्त हो जाते हैं। इसी कारण संगीत हमें प्रांजल भावों से भर देता है। मानसिक स्तर पर हम संगीत के द्वारा स्वास्थ्य लाभ प्राप्त कर सकते हैं।

आजकल अस्पतालों में वाद्यसंगीत बजाया जाता है। जिससे रोगियों को बहुत राहत मिलती है। शल्यचिकित्सा के दौरान संगीत सुनाने से रोगियों के दर्द में कमी आती है तथा उन्हें लोकल एनेस्थीसिया की अल्प मात्रा लेनी पड़ती है। हम देखते हैं कि गाने बजाने और नाचने से पीड़ा से राहत मिलती है। नृत्य अपने आप में एक अच्छी कसरत है जो हमें शारीरिक संतुलन में सहायता प्रदान करता है। कंठसंगीत के प्रयोग से श्वास

संबंधी विकार दूर किये जा सकते हैं। प्राणायाम के जो लाभ हैं, वही लाभ स्वर-साधना के भी होते हैं। इसलिए जो लोग स्वरों की साधना करते हैं, उन्हें श्वास से संबंधित रोग नहीं होते।

हम यह स्पष्ट कर चुके हैं कि संगीत मानसिक तनावों को कम करने में बहुत सहायक सिद्ध हो रहा है। यही कारण है कि योग करते समय अनेक योग केंद्रों में शास्त्रीय संगीत विशेषतः वाद्य संगीत बजता रहता है। संगीत से चित्त की एकाग्रता में भी सहायता मिलती है। जब हम संगीत के स्वरों पर अपना ध्यान केंद्रित करते हैं, उस समय चित्त वृत्तियों का निरोध स्वयम् ही हो जाता है। संगीत का आस्वादन करते हुए अथवा संगीत की साधना करते हुए हम काम, क्रोध आदि चित्त वृत्तियों से ऊपर उठ कर एक अनुपम आनंद-सागर में डूबने लगते हैं। आनंद का यह सागर हमें लौकिक कष्टों से परे एक नवीन संसार में ले जाता है। इस नवीन संसार में दुःख एवं क्लेश, तनाव एवं पीड़ा, काम अथवा क्रोध इत्यादि का कोई स्थान नहीं होता। यहां तो केवल प्रेम और आनंद की तरंगें निरंतर प्रस्फुटित होती रहती हैं। गीत वाद्य एवं नृत्य, संगीत की किसी भी विधा का उपासक तनाव एवं तकलीफों से दूर ही रहता है। हां, यहां यह ध्यान रखना चाहिए कि वह संगीत, जिसका उद्देश्य उत्तेजनापूर्ण वातावरण का निर्माण करना है, जो डिस्कोपार्लरों और मदिरालयों में बजने के लिए बनाया गया है, ऐसा संगीत चित्त को प्रसन्नता के स्थान पर तनाव एवं चंचलता ही देगा। इस लिए हमें शास्त्रीय संगीत का ही आस्वादन करना चाहिये और इसी की ही साधना करनी चाहिए। चाहे पाश्चात्य संगीत हो अथवा भारतीय संगीत, दोनों में ही इसके विकृत रूप भी विद्यमान हैं और प्रांजल रचनायें भी। यदि आप बालीवुड का आधुनिक फ़िल्म संगीत सुनें, जिसमें 'यो यो हनी सिंह' तथा 'बादशाह' की एल्बमों धूम मचा रही हैं, तो आपको उत्तेजना और तज्ज्वित तनाव के अतिरिक्त और कुछ नहीं मिलेगा। इसके विपरीत यदि आप पं. जसराज के भजन, जगजीत सिंह की गज़लें या फिर लता मंगेशकर के गाये गीत सुनें तो आपका मन आनंद एवं शांति के सागर में गोते लगायेगा। चाहे शास्त्रीय संगीत हो अथवा सुगम संगीत, यदि उसका प्रयोजन कामोत्तेजना में वृद्धि है तो वह तदनु रूप उत्तेजना ही उत्पन्न करेगा। इसके विपरीत, यदि संगीत का उद्देश्य प्रांजल एवं पुनीत है, उसमें परमानंद तथा नादब्रह्म के लक्षण विद्यमान हैं तो वह संगीत हमें शांति और आनंद ही प्रदान करेगा।

इसलिए संगीत सुनने वाले रसिकों से तथा संगीत की साधना करने वाले कलाकारों से भी हमारा यही नम्र निवेदन है कि संगीत रचनायें ऐसी हों जिनका उद्देश्य कामोत्तेजना न होकर मन की शांति हो। निश्चय ही, संगीत का उद्देश्य मनोरंजन है। लेकिन इसका अर्थ यह कदापि नहीं कि मनोरंजन के नाम पर अश्लीलता, फूहड़पन और कानफाड़ू शोर पैदा किया जाये। शोरगुल को संगीत नहीं कहा जा सकता। आज विवाहोत्सवों, जन्मोत्सवों तथा ऐसे ही अन्य समारोहों में लाउडस्पीकर की ध्वनि को तीव्रतम करके जो कुछ संगीत के नाम पर बजाया जा रहा है, वह तो हमें प्रसन्नता देने की बजाय हमारे कानों को ही खराब कर रहा है। ध्वनि-प्रदूषण में वृद्धि करने वाला संगीत कल्याणकारी नहीं हो सकता। संगीत वह है जो सबसे पहले हमारे कानों को आनंद दे। इसीलिए संगीत का कर्णप्रिय होना मनोरंजन की प्रथम शर्त होती है। उसके बाद, रचनाओं में निर्मलता एवं प्रांजलता का होना भी अनिवार्य है जो हमें विश्व-चेतना से जोड़कर द्वैतवाद की सभी सीमाओं का अतिक्रमण कर दे। ऐसी स्थिति, जब अपना-पराया,

मेरा—तेरा कुछ न रह जाये। केवल स्वर और उससे उत्पन्न ब्रह्मानंद की स्थिति रह जाये। ऐसा संगीत हमारे मानसिक तनावों को कम करके हमें नीरोग एवं स्वस्थ बनाने में अवश्य ही समर्थ होता है। यदि हम ऐसे संगीत का आस्वादन करें तथा ऐसे ही संगीत की साधना करें तो कोई कारण नहीं कि हम तनाव—मुक्त एवं स्वस्थ न रह सकें। इस प्रकार हम बिना किसी संदेह के यह कह सकते हैं कि भारतीय मनीषियों ने जिस संगीत कला का प्रतिपादन वैदिक वाणी में किया है, सामवेद की ऋचाओं में जो संगीत गूंजता है, वही शक्ति संगीत हमें वास्तव में अध्यात्मिक ऊर्जा से भर सकता है। वास्तव में कला का प्रांजल एवं पवित्र रूप ही लाभकारी होता है। संगीत कला पर भी यह बात लागू होती है।

निष्कर्ष:

भारतीय शास्त्रीय संगीत में वह क्षमता है जो हमें भौतिक कष्टों से ऊपर उठा कर हमें आनंदलोक में ले जाती है। इसके शास्त्रीय एवं सुगम—दोनों रूपों में मन को नियंत्रित एवं एकाग्र करने की क्षमता विद्यमान है। यही कारण है कि आज भारतीय संगीत पर चिकित्सक एवं वैज्ञानिक अनेकानेक प्रयोगों द्वारा यह निष्कर्ष प्रस्तुत कर रहे हैं कि संगीत से रोग—चिकित्सा संभव है। निश्चय ही, संगीत अपने आप में कोई औषधि नहीं है। इसे एक वैकल्पिक औषधि के रूप में नहीं देखना चाहिये। इसका प्रयोग चिकित्सा के एक पूरक के रूप में करना चाहिये। उदाहरण के लिए रक्तचाप में चिकित्सक द्वारा दी गयी औषधि तो लेनी ही होगी। साथ—साथ यदि संगीत का भी आनंद लिया जाये तो औषधि की अल्प मात्रा से भी काम चल जायेगा। अन्यथा औषधि की मात्रा में वृद्धि होती जायेगी। मानसिक रोगों में निश्चय ही संगीत को एक औषधि के रूप में प्रयुक्त किया जा रहा है। अवसाद डिप्रेशन के रोगियों पर किये गये प्रयोगों से यह बात पूर्णतः सिद्ध हो गयी है कि अवसाद की स्थिति में संगीत से बहुत सहायता मिलती है। इन सब बातों को ध्यान में रखते हुए, हम यह कह सकते हैं कि रोगों की चिकित्सा में आजकल संगीत एक बहुत महत्वपूर्ण योगदान दे रहा है।

ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ

Sh. Sham Sunder Sharma

Associate Professor, Department of Political Science

Sh. Subhash Chandar

Assistant Professor, Department of Fine Arts

Govt. College for Girls, Patiala

ਭਾਰਤੀ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਦੌਰਾਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਭਿੰਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ, ਨਜ਼ਰੀਏ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਸਾਰੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਕੱਢਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਨਿਚੋੜ ਨਿਕਲੇਗਾ ਕਿ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਲਈ ਔਰਤ ਦਾ ਇਹ ਸੰਘਰਸ਼ ਅੱਜ ਵੀ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਜਦ ਤੱਕ ਇੱਕਠੀਆਂ ਹੋ ਕੇ ਔਰਤਾਂ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਰਾਜਨੀਤੀ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦਾ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ ਯਤਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਹੀ ਇਹ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚਲਾ ਗ਼ੈਰ-ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ। ਰਿਸ਼ਤੇ ਦਾ ਰੂਪ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉਸਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਗ਼ੈਰ ਬਰਾਬਰੀ ਵਾਲੀ ਹੀ ਰਹੇਗੀ।

ਜੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਧਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਔਰਤ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਬਰਾਬਰੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਜਿਸਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਧਰਮਾਂ ਨੇ ਔਰਤ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਦਰਜੇ ਅਤੇ ਪੁਰਸ਼ ਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਦਰਜੇ ਦਾ ਨਾਗਰਿਕ ਮੰਨਿਆ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਔਰਤ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਤਾਕਤਵਰ ਨਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਸਰੀਰਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਨਾਲ ਆਰਥਿਕ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦਾ ਜੁੜ ਜਾਣਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੇ ਆਰੰਭ ਤੋਂ ਅੱਜ ਤੱਕ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਨੂੰ ਗ਼ੈਰ-ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉੱਝ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਔਰਤ ਨੂੰ ਕੁਰਬਾਨੀ ਦਾ ਪੁਤਲਾ, ਤਿਆਗ ਅਤੇ ਮਮਤਾ ਦੀ ਮੂਰਤ ਜਾਂ ਦੇਵੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਵੀ ਦਿੰਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀਆਂ ਨੇ ਔਰਤ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਇਨਸਾਨ ਨਹੀਂ ਸਮਝਿਆ ਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ।

ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਭਾਰਤ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵੈਦਿਕ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਪਰ ਇਸ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਔਰਤ ਰਾਣੀ ਦੀ ਕੋਈ ਬੜੀ ਮਿਸਾਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ; ਜਿਵੇਂ ਰਾਮ, ਜਨਕ, ਦਸਰਥ ਆਦਿ ਅਨੇਕ ਰਾਜਿਆਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਔਰਤ ਰਾਣੀਆਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਜਰੂਰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਵਰ ਚੁਣਨ ਦੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਸੀ ਪਰ ਵਰ ਚੁਣਨਾ ਹੀ ਤਾਂ ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤੇ ਵਰ ਚੁਣਨ ਨਾਲ ਹੀ ਬਰਾਬਰੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਆ ਜਾਂਦੀ। ਸੋ ਇਸ ਗੱਲ ਨਾਲ ਜਾਂ ਇਹ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵਰ ਚੁਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਸੀ; ਇਹ ਸਿੱਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

ਇਹ ਗੱਲ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਗਵਾਨ ਦੇ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਚੌਵੀ ਅਵਤਾਰਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੀ ਭਗਵਾਨ ਦਾ ਅਵਤਾਰ ਔਰਤ ਨਹੀਂ। ਸੋ ਜੇ ਭਗਵਾਨ ਸਾਰੇ ਪੁਰਸ਼ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਵਤਾਰਿਤ ਹੋਏ ਤਾਂ ਧਰਮ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਵਾਲੇ ਤਾਂ ਸਿੱਧਾ ਹੀ ਸਮਝ ਲੈਣਗੇ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਹੇਠਲੇ ਦਰਜੇ 'ਤੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਭਗਵਾਨ ਨੇ ਕਦੇ ਵੀ ਔਰਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਵਤਾਰ ਨਹੀਂ ਲਿਆ।

ਜੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਨਜ਼ਰੀਏ ਤੋਂ ਦੇਖੀਏ ਤਾਂ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਕਾਲ 'ਚ ਔਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਮਾ ਨੂੰ ਹੀ ਉਸਦਾ ਅਸਲ ਰੂਪ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਔਰਤ ਦੇ ਇਹ ਅਮਾਨਵੀਕਰਨ ਯੱਗ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਈ ਵਾਰ ਜਿਹੜੇ ਯੱਗ ਕਰਵਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ ਉਸਦੀ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਅਸਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਜੇ ਤਸਵੀਰ ਇੱਕ ਅਸਲੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖੀ ਦਰਜੇ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਕਰਨ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਵਿਦਵਾਨ ਨਾਰੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਅਸਲ ਸ਼ਬਦ 'ਵਿਦੁਸ਼ੀ' ਹੈ, ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਜਰੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਵਿਦਵਾਨ ਹੋਣਾ ਵੀ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਬਰਾਬਰੀ ਤਾਂ ਤਦ ਹੋਣੀ ਸੀ ਜਦ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਰਜਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਾ ਹੁੰਦਾ, ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਕਿ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਕਾਲ ਦੇ ਦੇਵਤੇ ਵੀ ਪੁਰਸ਼ ਸਨ ਅਤੇ ਦੇਵਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਿਸੇ ਔਰਤ ਦਾ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਵਰਣਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਤੇ ਉਤਰ ਵੈਦਿਕ ਕਾਲ ਤੱਕ ਆਉਂਦੇ ਆਉਂਦੇ ਸਾਰੇ ਇਤਿਹਾਸਕਾਰ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਨੇ ਕਿ ਔਰਤ ਦਾ ਦਰਜਾ ਬਰਾਬਰ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵਿਭਿੰਨ ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ ਨੂੰ ਅਧਾਰ ਮੰਨਦਿਆਂ ਕੇ ਦੂਜੇ ਦਰਜੇ ਦਾ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਮੱਧਕਾਲ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹਮਲਾਵਰਾਂ ਦੇ ਆਉਣ ਕਰਕੇ ਔਰਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ 'ਤੇ ਹੋਰ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਅਤੇ ਸਤੀ ਪ੍ਰਥਾ, ਬਾਲ ਵਿਆਹ ਤੇ ਪਰਦਾ ਪ੍ਰਥਾ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਸਾਰੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣੀਆਂ ਅਤੇ ਔਰਤ ਨੂੰ ਇਸ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕਾਂ ਤਸੀਹੇ ਸਹਿੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਗ਼ੈਰ-ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਉਸ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਅੱਜ ਤੱਕ ਉਹ ਉੱਪਰ ਨਹੀਂ ਉਠ ਸਕੀ। ਔਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਅਜਿਹੇ ਪੂਰਵਾਗ੍ਰਹਿ ਬਣੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਗਿਰਾਵਟ ਆਈ।

ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਨੇ ਅਪਣੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ 'ਜਾ ਕੀ ਪਰਛਾਈ ਪਰਤ, ਅੰਧਾ ਹੋਤ ਭੁਜੰਗ, ਕਬੀਰ ਤਿੰਨ ਕੀ ਕਿਆ ਗਤੀ, ਜੇ ਨਿੱਤ ਨਾਰੀ ਕੇ ਸੰਗ' ਜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਤੁਲਸੀਦਾਸ ਨੇ ਲਿਖਿਆ 'ਢੋਲ, ਗਵਾਰ, ਸੂਦਰ, ਪਸ਼ੂ ਨਾਰੀ, ਸਕਲ ਤਾਤਨਾ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ', ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨੇਕ ਉਦਾਹਰਣ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਨੂੰ ਮਾਯਾ, ਛਲਾਵਾ ਅਤੇ ਅਨੇਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਕੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵੀ ਹੇਠਲੇ ਦਰਜੇ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਆਧੁਨਿਕ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਦਾ ਇਹ ਸਾਰਾ ਇਤਿਹਾਸ, ਇਹ ਸਾਰੀ ਪਰੰਪਰਾ ਅਤੇ ਔਰਤ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਦਾ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਕਾਲੀ ਤੇ ਮੱਧਕਾਲੀ ਨਜ਼ਰੀਆ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਪੁਰਸ਼ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਮਾਜ ਦੀ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਨਹੀਂ

ਹੋਇਆ।

ਪਹਿਲਾ ਸਵਾਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਰਾਬਰੀ ਕੀ ਹੈ ਤੇ ਕਿਉਂ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਬਰਾਬਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਅਧਿਕਾਰ ਇੱਕ ਪੁਰਸ਼ ਨੂੰ ਮਿਲੇ ਹਨ, ਉਹ ਅਧਿਕਾਰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਔਰਤ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਲਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਕਿ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਗ਼ੈਰ ਬਰਾਬਰੀ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ। ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਹੀ ਤਾਂ ਇਹ ਗ਼ੈਰ-ਬਰਾਬਰੀ ਹੈ। ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਮੌਕੇ ਮਿਲਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਜੇ ਉਹ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਗੇ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਗ਼ੈਰ-ਬਰਾਬਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਜਿਕ ਖੇਤਰ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਜਿਵੇਂ ਸਿੱਖਿਆ, ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ, ਸਾਹਿਤ, ਕਲਾ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਮਿਲਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰਾਬਰੀ ਲਈ ਇਹ ਵੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕਾਨੂੰਨ ਔਰਤ ਅਤੇ ਪੁਰਸ਼ ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਬਰਾਬਰ ਹੋਣ, ਜੇ ਕਾਨੂੰਨ ਕਿਸੇ ਪੱਖੋਂ ਔਰਤ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਭੁਗਤਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਗ਼ੈਰ-ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੇਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਭਾਰਤੀ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦਾ ਤਾਲੁਕ ਹੈ ਤਾਂ ਭਾਰਤੀ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ ਛੇ ਮੌਲਿਕ ਅਧਿਕਾਰ ਲਿਖੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਚੰਗੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਜਾਣਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਆਮ ਆਦਮੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਮਝੇਗਾ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰੇਗਾ। ਧਾਰਾਵਾਂ 14 ਤੋਂ 18 ਸਮਾਨਤਾ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹਨ ਲੇਕਿਨ ਇਹ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਇੰਨੀਆਂ ਕੁ ਗੁਲੰਝਦਾਰ ਹਨ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਆਦਮੀ ਦੇ ਸਮਝਣ ਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਣਾ ਟੇਢੀ ਖੀਰ ਹੈ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਦਾਲਤਾਂ ਤੋਂ ਇਸ ਅਧਿਕਾਰ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਾਉਣਾ ਹੋਰ ਵੀ ਪੇਚੀਦਾ ਮਸਲਾ ਹੈ। ਵਕੀਲਾਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਫੀਸ, ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਮਸਲਿਆਂ ਦਾ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵਿਖੇ ਲਟਕਦੇ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਦਾਲਤ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਅਦਾਲਤ ਤੱਕ ਜਾਣ ਦੀ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ; ਉਹ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਕਰਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਜਿਸ ਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਆਮ ਲੋਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਅਣਪੜ੍ਹਤਾ ਵਧੇਰੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਬੌਧਿਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਕਰਕੇ ਨਾ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇੱਥੇ ਹੀ ਬੱਸ ਨਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸਘਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜ਼ਰੂਰੀ ਆਰਥਿਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨੀਤੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਵਿਵਸਥਾ ਵੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੀਤੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਨਿਆਂ ਉਚਿਤ ਅਧਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਅਦਾਲਤਾਂ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਖਟਕਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਕੰਮ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ,

ਸਮਾਨ ਕੰਮ ਲਈ ਸਮਾਨ ਵੋਤਨ ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੀਤੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੈ ਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਦਾ ਨਿਯਮ ਹੈ ਕਿ ਸੰਖਿਆ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਆਦਰਸ਼ਕ ਸਥਿਤੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦਾ ਜਨਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਅਨੁਪਾਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਭਾਵ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਅੱਧੀ-ਅੱਧੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਰਾਜਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਆਦਰਸ਼ਕ ਸਥਿਤੀ ਇਹ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਅੱਧੀਆਂ-ਅੱਧੀਆਂ ਸੀਟਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ। ਜੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਦੀਆਂ 545 ਸੀਟਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 222 ਸੀਟਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਇਹ ਅਨੁਪਾਤ ਰਾਜ ਸਭਾ ਤੇ ਰਾਜਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਸਥਾਨਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅੱਜ ਤੱਕ ਲੋਕ ਸਭਾ ਵਿੱਚ 64-65 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਔਰਤਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚੀਆਂ। ਇਹੀ ਸਥਿਤੀ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਰਾਜ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ, ਤਾਂ ਹੀ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਮਸਲਿਆਂ 'ਤੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਇੱਛਾ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਕਮੀ ਕਰਕੇ, ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇਣ ਵਲੋਂ ਕਾਨੂੰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਾਏ ਗਏ। ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਲਈ 33% ਸੀਟਾਂ ਸੰਸਦ ਵਿੱਚ ਰਾਖਵੀਆਂ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ ਬਿੱਲ ਅਜੇ ਤੱਕ ਲਟਕ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਪਾਸ ਹੋਣ ਦੀ ਨਿਕਟ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀ। ਸਾਡੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਦਲਾਂ ਦੀ ਪਾਖੰਡੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦਾ ਪਤਾ ਇੱਥੋਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਨੇ ਕਿ ਦੋਹਰੀ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ (Dual Member Constituencies) ਵਾਲੇ ਚੋਣ ਖੇਤਰ ਬਣਾਏ ਜਾਣ ਤਾਂ ਕਿ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਨਾ ਆਏ। 33% ਰਾਖਵੇਂਕਰਨ ਦਾ ਤਾਂ ਵੈਸੇ ਵੀ ਕੋਈ ਤਰਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਵਾਲੇ ਨਿਯਮ ਤਾਂ ਮੰਗ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਅੱਧੀਆਂ ਅਰਥਾਤ 50% ਸੀਟਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ।

ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਆਰਥਿਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਹੈ ਤਾਂ ਆਰਥਿਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਾ ਅਨੁਪਾਤ ਘੱਟ ਹੀ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਵਰਕ-ਫੋਰਸ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ 10-15% ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਆਰਥਿਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਘੱਟ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਫਲਸਰੂਪ ਉਹ ਆਤਮਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਤੇ ਇਸੇ ਆਰਥਿਕ ਅਧੀਨਤਾ ਕਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਾਜਿਕ, ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਸਥਿਤੀ ਵੀ ਮਰਦਾਂ ਤੋਂ ਹੇਠਲੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀਆਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਵੀ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਵਿਤਕਰੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ; ਜਿਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤਨਖਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕੰਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਰਾਮ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਅਦਾਰੇ (ਸੰਸਥਾਵਾਂ) ਇਹ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਆਦਮੀਆਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯੂਨੀਅਨ ਸੰਗਠਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੀਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਤਕਰੇ ਵਿਰੁੱਧ ਆਵਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਉਠਾਉਣਗੀਆਂ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਣਦੇ ਭੱਤੇ ਜਾਂ ਤਰੱਕੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਵੀ ਉਹ ਵਿਰੋਧ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ। ਨੌਕਰੀ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਉਮੀਦ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ

ਘਰ ਦਾ ਸਾਰਾ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਮਸ਼ੀਨ ਹੋਣ ਵਿਅਕਤੀ ਨਹੀਂ। ਇਥੇ ਇਹ ਵੀ ਗੱਲ ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਆਰਥਿਕ ਉਪਯੋਗਤਾ ਘੱਟ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉੱਕਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ। ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਕੇਰਲਾ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਮਰਦਾਂ ਬਰਾਬਰ ਬੈਠਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ। ਇਹ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਬੜੀ ਸਧਾਰਨ ਘਟਨਾ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਹਕੀਕਤ ਹੈ ਕਿ ਕੇਰਲਾ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸੇਲਜ਼ ਔਰਤਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸੇਲਜ਼ ਪਰਸਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਖੜੀਆਂ ਹੋ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ। ਜੇਕਰ ਗ੍ਰਾਹਕ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਖੜੀਆਂ ਰਹਿਣ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬੈਠਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਕੇ ਲੈਣਾ, ਉਹ ਔਰਤਾਂ ਆਪਣੀ ਵੱਡੀ ਜਿੱਤ ਸਮਝਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਸਮਾਜਿਕ ਖੇਤਰ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਰੂੜੀਵਾਦੀ ਸਮਾਜ ਹੈ ਜਿਥੇ ਔਰਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਗੁਲਾਮ ਵਾਲੀ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਸਮਝੇ, ਉਸਦੀ ਸਲਾਮਤੀ, ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਰਤ (ਉਪਵਾਸ) ਰੱਖੇ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਕਦੇ ਪੁਰਸ਼ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਲਈ ਕੋਈ ਵਰਤ ਰੱਖੇ। ਜੇ ਕੋਈ ਪੁਰਸ਼ ਔਰਤ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ 'ਜੇਰੂ ਦਾ ਗੁਲਾਮ' ਕਹਿ ਕੇ ਜਾਂ 'ਝੁੱਝੂ' ਕਹਿ ਕੇ ਉਸਦਾ ਮਜ਼ਾਕ ਉਡਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਬਣੇ ਤੇ ਪੱਗ ਦੀ ਲਾਜ ਰੱਖੇ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਬੰਦੇ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਦਾ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਇਥੇ ਹੀ ਬੱਸ ਨਹੀਂ ਜੇ ਹੋਰ ਪਿੱਛੇ ਚਲੇ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਔਰਤ ਨੂੰ ਜਨਮ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲੈਣ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਦੀ ਕੁੱਖ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਜੇ ਹੁਣ ਵੀ ਨਿਰੰਤਰ ਜਾਰੀ ਹੈ।

ਔਰਤ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਬਰਾਬਰੀ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਸਾਡੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦੇਖੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਚਿੜੀਆਂ ਦਾ ਚੰਬਾ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕੁਝ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਉਸਨੂੰ 'ਬੇਗਾਨਾ ਪੰਨ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਔਰਤ ਨੂੰ ਇਨਸਾਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੀ, ਅਜਿਹੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਜਾਂ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦੀ ਬਰਾਬਰ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਾਡਾ ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਮੀਡੀਆ ਜਿਹੜਾ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਵਸਤੂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ; ਉਹ ਮੀਡੀਆ ਵੀ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਗੁਲਾਮ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਮੀਡੀਆ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰਚਾਰ ਵਿੱਚ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ 'ਅਸਥੀ', 'ਕੰਕਾਲ' ਬਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਲੱਗਣ। ਔਰਤ ਕੋਈ ਵਸਤੂ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਨੁਮਾਇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜੇ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਲੱਗੇ। ਇਸ ਦੁਸ਼ਪ੍ਰਚਾਰ ਦੇ ਚਲਦੇ ਹੋਏ ਬਹੁਤੀਆਂ ਨੌਜਵਾਨ ਔਰਤਾਂ ਖਾਣਾ, ਪੀਣਾ ਛੱਡ ਕੇ ਸੱਜ-ਸੰਵਰ ਕੇ ਚੰਗਾ ਲੱਗਣ ਦੀ ਖਾਤਰ ਭੁੱਖੇ ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਾਡੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਅਜਿਹੀ ਬਣ ਗਈ ਹੈ ਜਿਥੇ ਸੁਤੰਤਰ ਚਿੰਤਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰੱਟਾ ਲਗਾ ਕੇ ਸਿਲੇਬਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ-ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੰਕ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ। ਇਸ ਸਾਰੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਵਿੱਚ ਸੁਤੰਤਰ ਚਿੰਤਨ ਕਿਤੇ ਪਿਛੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਖਤਮ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰੱਟਿਆਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋ ਕੇ ਸੋਚਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਔਰਤਾਂ ਉਸ ਭੂਮਿਕਾ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਭੂਮਿਕਾ ਲਈ ਤਰਕਹੀਣ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਵਰਤਮਾਨ ਪੂੰਜੀਵਾਦੀ ਮੀਡੀਆ ਜਿਸ ਭੂਮਿਕਾ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ।

ਔਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਪ੍ਰਤੀ ਚੇਤਨ ਹੋਣ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ, ਵਪਾਰ, ਰਾਜਨੀਤਕ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਵੱਧ-ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਰਦ-ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਵੰਗਾਰਾਂ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਲੜਨ, ਖੜ੍ਹਨ ਤੇ ਬੋਲਣ ਹਿੱਤ ਇੱਕਜੁਟ ਹੋ ਕੇ ਯਤਨ ਆਰੰਭਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨ ਵਰਗ 'ਤੇ ਵਰਤਮਾਨ ਗਾਇਕੀ ਦਾ ਅਸਰ : ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾ

Dr. Rishpal Singh

Assistant Professor, Department of Music
Guru Nanak College, Budhlada

ਗੁਰੂਆਂ-ਪੀਰਾਂ, ਪੈਗੰਬਰਾਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਪੰਜਾਬ, ਭਾਰਤ ਦਾ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸੂਬਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਭਾਰਤੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਅਤੇ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦਾ ਅਧਾਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਿਰਨ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਹੀ ਫੁੱਟੀ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਧਰਤੀ ਨੇ ਆਰੰਭ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਵਰਤਮਾਨ ਸਰੂਪ ਤੱਕ ਦੇ ਸਫਰ ਦੌਰਾਨ ਅਨੇਕ ਪੜਾਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤਾ, ਜਿਸਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਅਨੇਕ ਪਰਿਵਰਤਨ ਵੀ ਆਏ, ਇਹਨਾਂ ਪਰਿਵਰਤਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸੂਖਮ ਕਲਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਪਿਆ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਜਿਹੀ ਕੌਮਲ ਕਲਾ ਵੀ ਇਸ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਨਾ ਬਚ ਸਕੀ। ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਨੇ ਸਾਡੇ ਲਈ ਵਰਦਾਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕੁਝ ਨਾਕਾਰਾਤਮਕ ਪਹਿਲੂ ਵੀ ਖੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ ਹਨ; ਨਤੀਜਤਨ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਪਸਾਰੇ ਕਾਰਨ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਮਾਸੂਮੀਅਤ, ਮਿਲਵਰਤਨ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਮੁੱਕਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾਂ ਵਧਦੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਕਾਰਖਾਨੇਦਾਰਾਂ ਨੇ ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿਖਾ ਕੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੇ ਰਸਤੇ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਨੇ ਸਿਨੇਮਾ, ਟੀ.ਵੀ. ਅਤੇ ਵੀ.ਸੀ.ਆਰ. ਰਾਹੀਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਕਿੱਲੇ ਟੰਗ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਸੰਚਾਰ, ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆਉਣ ਕਰਕੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਦੀ ਦੂਰੀ ਮਿਟਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਖਤਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਸਭਿਆਚਾਰ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਵੱਖਰਤਾ ਵਾਲੀ ਖਾਸੀਅਤ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਈ ਹੈ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਪੱਛਮੀ ਤਰਜਾਂ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਟੀ.ਵੀ. ਉਤੇ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ ਜੋ ਸਿੱਧੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ, ਉਦਾਰੀਕਰਨ ਅਤੇ ਮੰਡੀਕਰਨ ਦੇ ਪੈਰ ਪਸਾਰਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਵਸਤ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਅਧੀਨ ਪੂੰਜੀਵਾਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਨਵੇਂ ਆਯਾਮ ਤਾਂ ਸਿਰਜ ਰਹੀ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਘਾਣ ਵੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਅਜੋਕੇ ਯੁੱਗ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਚਰਚਿਤ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਬਰਤਾਨੀਆ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਕੇ ਪੱਛਮੀ ਯੂਰਪ ਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ ਅੱਜ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ Globalization ਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ ਵਜੋਂ 'ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ' ਸ਼ਬਦ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਕੋਸ਼ਗਤ ਅਰਥਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਵਸਤਾਂ, ਪੂੰਜੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਕਿਰਤ ਆਦਿ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵ-ਵਿਆਪੀ ਅਦਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਹੈ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਅਰਥ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਪਾਲ ਹਿਰੱਸ ਅਤੇ ਗਰਾਹਮ ਥਾਂਪਸਨ ਅਨੁਸਾਰ 'ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਪਾਰ, ਧਨ, ਮਨੁੱਖਾਂ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ

ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦਾ ਇਕ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ ਵੱਲ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਦਾ ਵਹਾਅ ਹੈ। ਅੱਜ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਜਿਵੇਂ ਜਾਤੀ, ਵਰਗ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਕਾਨੂੰਨ, ਪੂੰਜੀ, ਤਰੱਕੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਠੋਸ ਮਹੱਤਵ ਦਾ ਧਾਰਣੀ ਬਣ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਵਿਦਵਾਨ ਇਸ ਨੂੰ ਸੋਚਣ ਦਾ ਨਵਾਂ ਢੰਗ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਲੋਬਲ ਹੈ ਜੋ ਵਰਤਮਾਨ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਸਮੂਹ ਮਨ ਲਲਚਾਉ ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਵਸਤਾਂ ਤੇ ਕਾਰਜ ਆਦਿ ਨੂੰ ਕਲੇਵੇ ਵਿੱਚ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਦਕਾ 19ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ 9ਵੇਂ ਦਹਾਕੇ ਤੱਕ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੱਛਮੀਕਰਣ ਹੋ ਕੇ ਪੰਜਾਬੀ ਪੌਪ ਸੰਗੀਤ ਨਾਮਕ ਨਵੀਂ ਸ਼ੈਲੀ ਪ੍ਰਵਾਹਮਾਨ ਹੋ ਗਈ। ਢਾਡੀ ਵਾਰਾਂ, ਕਵੀਸ਼ਰੀ, ਤੁੰਬੇ-ਅਲਗੋਜੇ ਦੀ ਗਾਇਕੀ ਤੇ ਪੁਆਧੀ ਅਖ਼ਾੜਿਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਵਿਰਾਸਤੀ ਵੰਨਗੀਆਂ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮੋਹ ਭੰਗ ਹੋ ਗਿਆ, ਨਤੀਜਤਨ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕ ਵੰਨਗੀਆਂ ਅਤੇ ਧੁਨਾਂ ਦਾ ਨਵੀਨੀਕਰਣ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਜਿਸ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਮੂਹ-ਮੁਹਾਂਦਰੇ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਸਦਕਾ ਅੱਜ ਮੌਲਿਕ ਸੰਗੀਤ 'ਪੌਪ ਮਿਊਜ਼ਿਕ' ਹੋ ਕੇ ਆਰਕੈਸਟਰਾ ਦੇ ਸ਼ੋਰ-ਸ਼ਰਾਬੇ ਵਿੱਚ ਗੁੰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ ਆਡੀਉ-ਵੀਡੀਉ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦਾ ਮੁਹਤਾਜ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਾਮੁਕ ਉਤੇਜਨਾ ਉਕਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਜੋਕੇ ਕੁਝ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤ ਪਿਤਰਕੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਭੈਣ-ਭਰਾਵਾਂ ਦਾ ਮੋਹ ਭੰਗ ਕਰਕੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਗਾਇਕ ਅਤੇ ਗੀਤਕਾਰ ਅਪਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਕ ਵਜੋਂ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਦੇ ਨਵ-ਪੂੰਜੀਵਾਦੀ ਪ੍ਰਵਚਨ ਅਤੇ ਮੰਡੀ ਦੁਆਰਾ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੇ ਖਪਤ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਮੱਕੜ ਜਾਲ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਗਾਇਕ ਅਤੇ ਗੀਤਕਾਰਾਂ ਨੇ ਰਿਸ਼ਤੇ-ਨਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚਲੀ ਨੈਤਿਕਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਤੋਂ ਪਾਸਾ ਵੱਟ ਲਿਆ ਹੈ। ਪਦਾਰਥਕ ਵਸਤਾਂ ਦੇ ਭੋਗ ਵਿਲਾਸ ਵਿੱਚ ਉਲਝਿਆ ਮਨੁੱਖ ਆਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਭੁੱਲ ਕੇ ਅਪਾਹਜ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਬਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਮਕਾਲੀ ਗਾਇਕੀ ਵਿੱਚ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਹਿੱਤ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਹਿੱਤ ਅਭਿਲਾਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਗਾਇਕੀ ਵਿੱਚ ਲੱਚਰਤਾ, ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਗੱਡੀਆਂ, ਨਾਇਕ ਦੇ ਟੈਟੂ ਅਤੇ ਮਹਿੰਗੇ ਬਰਾਂਡਾਂ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਹੈ। ਅਸ਼ਲੀਲਤਾ ਪਰੋਸਣਾ ਕੋਈ ਨਵੀਨ ਵਰਤਾਰਾ ਨਹੀਂ ਪਰੰਤੂ ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਫਿਲਮਾਂਕਣ ਜ਼ਰੂਰ ਨਵੀਨ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਗੀਤਾਂ ਦੇ ਫਿਲਮਾਂਕਣ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਪੇਸ਼ਕਾਰ ਦੀ ਪਤਨੀ ਵੀ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ। ਟੀ.ਵੀ. ਚੈਨਲਾਂ ਉੱਪਰ ਚੱਲਦੇ ਕੁਝ ਗੀਤ 'ਮੈਂ ਕੁੜੀ ਆ ਬਰੂਦ ਵਰਗੀ', 'ਹਿੱਕ ਉੱਤੇ ਸੌਂ ਜਾ ਵੇ ਸ਼ਰਾਬੀ ਬਣਕੇ', 'ਲੱਕ ਟਵੰਟੀ ਏਟ ਕੁੜੀ ਦਾ', 'ਬਿਊਟੀਫੁਲ ਬਿੱਲੋ ਨਖਰਾ ਤੇਰਾ ਪੈਂਹਣ ਕਿੱਲੋ'... ਆਦਿ ਜਿਹੇ ਗੀਤ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਾਰ ਪਰੋਸੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਗੀਤਾਂ ਦਾ ਨਾ ਦੇਖਣ ਯੋਗ ਫਿਲਮਾਂਕਣ ਵੀਡੀਉ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਅਤੇ ਗੀਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚਲੀਆਂ ਕਾਮੁਕ ਲਾਲਸਾਵਾਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਕੰਜਰੀ ਨਾਚ ਜੋ ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਕੇਵਲ ਹਾਕਮਾਂ ਦੇ ਦਰਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੋਇਆ ਕਰਦਾ ਸੀ, ਮੰਡੀਕਰਨ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਇਹ ਨਾਚ ਅੱਜ ਘਰ-ਘਰ ਨੱਚਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੰਡੀਕਰਣ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਪਰਪੰਚ ਦੇ ਲੁਭਾਵਣੇ ਲਕਸ਼ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਮੂਹ ਨਾਲੋਂ ਤੋੜ ਕੇ ਸਵੈ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਰਤਮਾਨ ਸਮਾਂ ਮਰਦ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅੱਜ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਿਰ-ਕੱਢ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਸਰਾਹੁਣਯੋਗ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਪਰਪੰਚ ਦੇ ਲੁਭਾਵਣੇ ਲਕਸ਼ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਵਿੱਚ ਔਰਤ ਦਾ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਵਧਿਆ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਦਾ ਕੇਂਦਰ-ਬਿੰਦੂ ਔਰਤ ਹੈ। ਕੋਈ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਯਮਲਾ ਜੱਟ,

ਚਾਂਦੀ ਰਾਮ-ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇਵੀ, ਆਸਾ ਸਿੰਘ ਮਸਤਾਨਾ, ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਨਰਿੰਦਰ ਬੀਬਾ ਅਤੇ ਜਗਤ ਸਿੰਘ ਜੱਗਾ, ਗੁਰਦਾਸ ਮਾਨ, ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਹੰਸ ਰਾਜ ਹੰਸ, ਸਰਦੂਲ ਸਿੰਕਦਰ ਅਤੇ ਸੁਰਿੰਦਰ ਛਿੱਦਾ ਦੀ ਗਾਇਕੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੰਜਾਬੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦੇ ਰੱਖਣ ਦੇ ਆਸਵੰਦ ਸਨ। 'ਸਤਿਗੁਰ ਨਾਨਕ ਤੇਰੀ ਲੀਲਾ ਨਿਆਰੀ ਏ', 'ਪੀੜ ਤੇਰੇ ਜਾਣ ਦੀ ਕਿਦਾਂ ਜਰਾਂਗਾ ਮੈਂ', 'ਹੀਰ ਆਖਦੀ ਜੋਗੀਆ ਝੂਠ ਬੋਲੇ', 'ਛੱਲਾ' ਆਦਿ ਵਰਗੇ ਗੀਤ ਅੱਜ ਵੀ ਸ਼ਿੱਦਤ ਨਾਲ ਸੁਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸਤਰੀਆਂ ਦੀ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਜਗਤ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦੇਣ ਹੈ। ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਨਰਿੰਦਰ ਬੀਬਾ, ਗੁਰਮੀਤ ਬਾਵਾ ਅਤੇ ਜਗਮੋਹਨ ਕੌਰ ਹੁਰਾਂ ਦੇ ਗੀਤ ਸੁਣਦਿਆਂ ਅੱਜ ਵੀ ਰੂਹ ਨੂੰ ਸਕੂਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਅੱਜ ਦੀਆਂ ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀ ਇਸਤਰੀ ਗਾਇਕਾਵਾਂ ਦੀ ਗਾਇਕੀ ਸਿਰਫ ਡੰਗ ਟਪਾਉ ਹੈ। ਕੁਝ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਔਰਤ ਹੀ ਔਰਤ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਵਾੜ ਹੀ ਖੇਤ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਖੇਤ ਦਾ ਕੀ ਬਣੇਗਾ ਇਹ ਅਸੀਂ ਖੁਦ ਵਿਚਾਰੀਏ।

ਮੰਡੀਕਰਨ ਦੇ ਇਸ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਗਾਇਕ ਰਾਤੋ-ਰਾਤ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਪੱਛਮੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਉੱਪਰ ਮਾਰੂ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੱਛਮੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਆੜ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਲਈ ਖਤਰੇ ਦੀ ਘੰਟੀ ਹੈ। ਪੱਛਮੀ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੇ ਗਾਇਕਾਂ ਨੂੰ ਸੱਭਿਅਤਾ ਭੁਲਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਬੁਰਜੂਆ ਅਰਥਚਾਰੇ ਅਧੀਨ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਦੀ ਮੰਡੀ ਨੇ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਗਾਇਕੀ ਦੀ ਥਾਂ ਸਸਤੀ ਤੇ ਘਟੀਆ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬਜ਼ਾਊ ਗਾਇਕੀ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਹ ਗਾਇਕੀ ਅੱਜ ਗਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਬਣਕੇ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ। ਪਰੰਪਰਿਕ ਸਾਜਾਂ ਨਾਲ ਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਗੀਤਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁਣ ਕੀ-ਬੋਰਡ, ਗਿਟਾਰ, ਡਰੱਮ, ਆਕਟੋ-ਪੈਡ, ਕਾਂਗੋ, ਬਾਂਗੇ ਵਰਗੇ ਸਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਅੱਧਾ ਕੁ ਦਰਜਨ ਸਹਾਇਕ ਗਾਇਕਾਂ ਦੀ ਹੋ-ਹੋ ਦੇ ਸ਼ੋਰ-ਸ਼ਰਾਬੇ ਵਿੱਚ ਸੁਹਿਰਦ ਸਰੋਤਾ ਸੱਭਿਅਕ ਬੋਲ ਲੱਭਦਾ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਸੰਗੀਤ ਉੱਪਰ ਸਿਰ ਝੁਮਦੇ ਸਨ, ਅੱਜ ਉਸ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਪੂਰਾ ਜੋਰ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਥਿਰਕਾਉਣ 'ਤੇ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਚੈਨਲਾਂ ਉੱਪਰ ਚੱਲਦੇ ਬਹੁਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਪਾਸ਼ਵਿਕ ਬਿਰਤੀਆਂ ਉਤੇਜਿਤ ਕਰਕੇ ਕੋਈ ਘਨੇਣਾ ਕੰਮ ਤਾਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰੰਤੂ ਆਵਾਮ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸੋਧ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਅਜਿਹਾ ਗੰਦ ਪਰੋਸਣ ਵਾਲੇ ਗਾਇਕ ਗੀਤਕਾਰ ਅਤੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਵਪਾਰੀ ਵਰਗ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮਕਸਦ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਫਿਕਰ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਆਪਣੀ ਇੱਜਤ ਦੀ। ਬਹੁਤੇ ਟੀ.ਵੀ. ਚੈਨਲ ਵੀ ਕੇਵਲ ਟੀ.ਆਰ.ਪੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਅਜਿਹਾ ਸਭ ਕੁਝ ਵਖਾਉਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਚੈਨਲਾਂ ਉੱਪਰ ਕੇਵਲ ਇਕ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਹੀ ਨਾਇਕ ਬਣਾ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਪਟੋਲਾ ਅਤੇ ਪੀਸ ਆਦਿ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਪੁਕਾਰ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਕਾਮ ਵਾਸਨਾ ਵਿੱਚ ਫਸਾਉਣ ਦੇ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਮਕਾਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਦੀ ਨਾਇਕ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ-ਬਿੰਦੂ ਔਰਤ ਹੈ। ਫੁੱਲਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸ਼ਾਝੂ ਦੇ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਨੱਚ ਰਹੀ ਨਾਇਕਾ ਨਾ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਜਾਣਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਉਪਯੋਗ। ਨਿੱਤ ਨਵੇਂ ਕਲਾਕਾਰ ਪੈਸੇ ਦੇ ਜੋਰ ਸਦਕਾ ਵਿਭਿੰਨ ਚੈਨਲਾਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਖਰੀਦ ਕੇ ਹਿੱਟ ਹੋਣ ਦਾ ਮੰਤਰ ਜਾਣ ਗਏ ਹਨ। ਦੇਸੀ ਗੀਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪੱਛਮੀ ਮੁਖੋਟਾ ਪੁਆ ਕੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਚੰਦ ਕੁ ਨਚਾਰ, ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਹੜੇ ਗੀਤ ਦਾ ਉਲੱਥਾ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਕਰਕੇ ਪੁੱਠੀਆਂ-ਸਿੱਧੀਆਂ ਛਾਲਾਂ ਮਾਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਈ ਵਾਰ ਅਜਿਹਾ ਭੁਲੇਖਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹੀ

ਸਾਡੀ ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਗਾਇਬ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਾਗਤ ਪਾਸਾਰ ਤੋਂ ਦੇਖੀਏ ਤਾਂ ਸਮਕਾਲੀ ਗਾਇਕੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਲੋਕ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੱਛਮ ਦੀਆਂ ਮਾਰੂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਪਰਦੇ 'ਤੇ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਅੱਪ-ਨੰਗੀਆਂ ਇਸਤਰੀਆਂ ਦੇ ਪੇਸ਼ ਹੋ ਰਹੇ ਫਿਲਮਾਂਕਣ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਕਾਮਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਤੇਜਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਨਤੀਜਤਨ ਨਿੱਤ ਅਜਿਹੇ ਕਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਅੰਜਾਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਰੂਹ ਕੰਬ ਉੱਠਦੀ ਹੈ। ਬਾਜ਼ਾਰ ਰੂਚੀਆਂ ਵਾਲੀ ਸਮਕਾਲੀ ਸਮੁੱਚੀ ਗਾਇਕੀ ਜੱਟ ਅਤੇ ਔਰਤ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ। ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਦਮਾਸ਼, ਹੰਕਾਰੀ, ਨਸ਼ੱਈ ਅਤੇ ਫੁੱਕਰਾ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਵਾਪਾਰੀ ਵਰਗ ਉਤਸੁਕ ਹੈ। ਅਨੇਕ ਅਜਿਹੇ ਗੀਤ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਅੱਜ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਵਰਗ ਨੂੰ ਹਿੰਸਕ, ਬਲਾਤਕਾਰੀ ਅਤੇ ਨਿਰਦਈ ਬਣਾ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਨੇਕ ਅਜਿਹੇ ਗੀਤ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਅ ਭਰ ਕੇ ਲੱਚਰਤਾ ਪਰੋਸੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਮਨਾਂ ਵਿੱਚਲੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਜੋਕੇ ਫਿਲਮਾਂਕਣ ਦਾ ਵੱਡਮੁੱਲਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਸਾਡੇ ਲਈ ਘਾਤਕ ਸਿੱਧ ਹੋਵੇਗਾ।

ਬਾਜ਼ਾਰ ਕੇਂਦਰਿਤ ਗਾਇਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਜੋ ਬਿੰਬ ਸਿਰਜ ਰਹੀ ਹੈ ਉਹ ਨਿੰਦਣਯੋਗ ਹੈ। ਖਾਉ-ਪੀਉ ਐਸ਼ ਉਡਾਉ ਵਾਲਾ ਵਿਗੜਿਆ ਕਾਕਾ ਪਿੰਡ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਆਸ਼ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮੰਦਭਾਗੇ ਹੀਲੇ-ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਕਈ ਗੀਤ ਜਿਵੇਂ 'ਪਿੰਡ ਛੱਡ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਲੈ ਲੇ ਦਾਖਲੇ ਨੀ ਇਕ ਤੇਰੇ ਕਰਕੇ'... 'ਕਾਲਜ ਦੀ ਕੰਧ ਉੱਤੇ ਹਾਣੀਆਂ ਲਿਖਤਾ ਕਿਸੇ ਅੱਜ ਤੇਰਾ ਮੇਰਾ ਨਾਂ'.... 'ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਕਰੇ ਆਸ਼ਕੀ ਮੁੰਡਾ ਜੱਟਾਂ ਦਾ ਜਲੰਧਰੋਂ ਆ ਕੇ'... ਆਦਿ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਆਸ਼ਕੀ ਦੇ ਅੱਡੇ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਦੇ ਜ਼ੋਰ 'ਤੇ ਲਗੇ ਹਨ।

ਅਜੋਕੀ ਗਾਇਕੀ ਜੱਟ ਦੇ ਪੁਰਾਤਨ ਬਿੰਬ ਦਾ ਮਿੱਥ ਭੰਜਨ ਕਰਨ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਹੋਈ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਬਹੁਤੇ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀਆਂ (ਜੱਟ) ਦੀ ਪਛਾਣ ਬਦਮਾਸ਼, ਗੁੰਡਾ ਅਤੇ ਆਸ਼ਕ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੇ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਜੱਟ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਪੰਜਾਬੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਘਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਧੀ-ਭੈਣ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਲੁੱਟਣ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਨਜ਼ਰੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਨੇਕ ਅਜਿਹੇ ਗੀਤ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕ, ਗੀਤਕਾਰ ਅਤੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੀ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਨੂੰ ਤਹਿਸ-ਨਹਿਸ ਕਰਨ ਦੇ ਉਪਰਾਲੇ ਸਾਫ਼ ਝਲਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਕੁਝ ਗੀਤ 'ਜਿਹੜਾ ਖੰਗਿਆ ਯਾਰਾਂ ਨੇ ਉਹੀ ਟੰਗਿਆ'... ਗੋਲੀ ਹਿੱਕ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢਣੇ ਦਾ ਚਾਅ'... ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੌਂਕ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦਾ'... ਮਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਡਾਂਗ ਖੜਕੂ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੂੰ ਡਿਗਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ'... ਕੋਈ ਬੰਦਾ-ਬੁੰਦਾ ਮਾਰਨੈਂ ਤਾਂ ਦੱਸ... ਆਦਿ ਵਰਗੇ ਗੀਤ ਚੈਨਲਾਂ ਤੇ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਜੋ ਯਥਾਰਥ ਤੋਂ ਕੋਹਾਂ ਦੂਰ ਹਨ। ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੀਡੀਆ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ-ਮਨ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ 'ਜਿੰਦੇ ਕੁੰਡੇ ਲਾ ਲੇ, ਬੱਤੀਆਂ ਬੁਝਾ ਲੇ' ਵੱਲ ਖਿੱਚਣ ਦੀ ਤਾਂਘ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਉਪਰੋਕਤ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਪਹਿਲੂਆਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਅੱਜ ਲੋਕਪ੍ਰਿਯਤਾ ਦੀਆਂ ਸਿਖਰਾਂ 'ਤੇ ਹੈ। ਹਰ ਧਰਮ, ਨਸਲ, ਕੌਮ ਅਤੇ ਹਰ ਵਰਗ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਿਆ ਅਤੇ ਸਲਾਹਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਹਿੰਦੀ ਫਿਲਮ ਇੰਡਸਟਰੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਹਰ ਨਵੀਂ ਫਿਲਮ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤ ਹੋਣਾ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਜਗਤ ਲਈ ਮਾਣਮੱਤਾ ਵੀ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸੱਭਿਅਕ ਹੱਦਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਹੀ ਟੱਪੀਏ ਤਾਂ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਦੇ ਇਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਹੋ ਰਹੇ ਮੀਡੀਕਰਨ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਅਤਿਆਚਾਰਕ ਬਣਾ ਦਿਤਾ ਹੈ। ਸਮਕਾਲੀ

ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਵਿੱਚੋਂ ਹਲਕੇਪਣ ਅਤੇ ਅਸਲੀਲਤਾ ਦਾ ਜੰਗਲ ਸਾਨੂੰ ਹੱਥੀਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਪੈਣਾ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਡਾਹਵੀ ਮੁਸੱਕਤ ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਫਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਖਾਲਸ ਰੂਪ ਨੂੰ ਨਰੋਈ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਅਗਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਸਪੁਰਦ ਕਰੀਏ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਘਟੀਆ ਪਰਵਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਖ ਨਾ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਅਗੇ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਸ਼ਰਮਸਾਰ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਚੰਦੀ, ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਣ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ: ਸੰਕਲਪ ਸਰੂਪ ਸਰੋਕਾਰ, ਪੰਨਾ-3
ਗੁਰਨਾਮ ਸਿੰਘ (ਡਾ.), ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਸੰਗੀਤ ਵਿਰਾਸਤ ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬਿਊਰੋ, ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ, 2005
ਗੁਰਨਾਮ ਸਿੰਘ (ਡਾ.), ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਲੋਕ ਸਾਜ਼, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, 1984
ਗੁਰਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ, ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਲੋਕ ਧੁਨਾਂ, ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬਿਊਰੋ, ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ, 2001

ਪੁੱਤ ਤਾਂ ਹੁੰਦੇ ਘਰ ਦਾ ਦੀਵਾ, ਬੱਤੀ ਹੁੰਦੀ ਧੀ.....

Dr. Gurupdesh Kaur

Agriculture Science Center, Patiala

Dr. Manisha Bhatia

Agriculture Science Center, Sri Fatehgarh Sahib

ਸਮਾਜ ਦੇ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਸਮਾਜਿਕ ਇਕਾਈ ਹੈ। ਸਮਾਜਿਕ, ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਬਦਲ ਰਹੀਆਂ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਦੌਰ ਨਿਰੰਤਰ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਸਾਂਝੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬੀਤੇ ਸਮਿਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਪੱਛਮੀ ਸਭਿਅਤਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾਰਨ ਇਕਹਿਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਸਾਂਝੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਾਂਝ, ਅਪਣਤ ਤੇ ਸਦਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਇਹ ਇਕਹਿਰੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਪਗ ਗਾਇਬ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੀਮਾ ਤਕ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਬੱਝ ਕੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਨਵੇਂ ਵਰਤੋਂ-ਵਿਹਾਰ ਕਾਰਨ ਅਜੋਕਾ ਮਨੁੱਖ ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਬੱਝ ਕੇ ਜਿਓਣ ਤੋਂ ਉਕਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਮਾੜੀਆਂ-ਚੰਗੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਾਪਰਨੀਆਂ ਸੁਭਾਵਿਕ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਸਰ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਬਹੁਤੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਕੋਲੋਂ ਅਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਤੋਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰ ਬੱਚੇ ਦਾ ਮੁੱਢਲਾ ਸਕੂਲ ਹੈ। ਸੁਭਾਅ, ਆਦਤਾਂ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪ੍ਰਤੀ ਨਜ਼ਰੀਆਂ ਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਹੋਰ ਗੱਲਾਂ ਬੱਚਾ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਹੀ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੀ ਜੀਵਨ ਜਾਂਚ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਬੱਝੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਸਿਖਾ ਸਕਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਕਾਰਜ ਹੈ। ਸੱਚਾਈ, ਇਮਾਨਦਾਰੀ, ਮਿਹਨਤ, ਮਿਲਵਰਤਣ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਭਾਵਨਾ ਆਦਿ ਗੁਣ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਗੁਣ ਹੀ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਚੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਆਧਾਰ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਅ ਹਰ ਸਮੇਂ ਝੂਠ ਬੇਈਮਾਨੀ, ਲਾਲਚ, ਨਫ਼ਰਤ ਤੇ ਸੁਆਰਥੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਗੰਧਲਾ ਕਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਥੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਦੀ ਆਸ ਕਰਨੀ ਮਹਿਜ਼ ਭਰਮ ਹੈ। ਬੱਚਾ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਹਾਠੀਆਂ ਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਚੰਗਾ-ਮਾੜਾ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਵੀ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨਿਰਾਰਥਕ ਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਸਦਾਚਾਰਕ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਬਚੇ ਰਹਿ ਸਕਣ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਸਾਰਥਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਨ-ਮਸਤਕ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਲਈ ਭਾਵੇਂ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ, ਪਰ ਵਧੇਰੇ ਅਸਰ ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਨਕਲ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਮੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ

ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੀ ਬੱਚਾ ਵੀ ਉਹੀ ਸਿੱਖੇਗਾ। ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਉਮਰ ਭਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਜੀਅ ਬੱਚਿਆਂ ਸਾਹਮਣੇ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਤੇ ਇਸ ਦਾ ਦੁਰਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਨਿੱਤ ਦਾ ਸ਼ਰਾਬੀ ਪਿਤਾ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਅਜਿਹੇ ਕੰਮਾਂ ਤੋਂ ਰੋਕੇਗਾ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਨਿੱਤ ਦਾ ਕਲੇਸ਼, ਮਾਰ-ਕੁਟਾਈ ਤੇ ਗਾਲ਼ਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਗਲਤ ਦਿਸ਼ਾ ਅਖਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਇਸ ਕਦਰ ਗੰਧਲਾ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲ ਕਾਲਜ ਜਾਂਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬਿੜਕਣ ਦਾ ਡਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ। ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਬੈਠ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਹਰ ਸਮੇਂ ਟੋਕਣ ਨਾਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ, ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੁਖਾਵੇਂ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਲਾਹੇਵੰਦ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਤੇ ਸੁਭਾਅ ਵਿੱਚ ਆਈ ਕਿਸੇ ਤਬਦੀਲੀ ਨੂੰ ਵੀ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਪਿਆਰ, ਸਾਂਝ ਤੇ ਅਪਣਤ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਬੱਚਾ ਦੋਸਤਾਂ ਸੰਗ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਕਿਸੇ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਸੰਕੀਰਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਡਰ ਕਾਰਨ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦਾ, ਪਰ ਸੁਖਾਵੇਂ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਾ ਸਾਰੀ ਗੱਲ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਲਝਣ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਘਰ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਸਾਜ਼ਗਰ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣ ਸਮੇਂ ਸੂਝ-ਬੂਝ ਤੇ ਠਰੰਮੇ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨਮਈ, ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ, ਸਨੇਹਪੂਰਨ ਤੇ ਸੁਝ ਭਰਿਆ ਮਾਹੌਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਸਾਰਥਿਕ ਰੁਚੀਆਂ, ਆਦਤਾਂ ਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਦੇ ਬੀਜ ਬੀਜਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਸਲੇ ਨੂੰ ਸੂਝ-ਬੂਝ ਨਾਲ ਸੁਲਝਾਉਣ ਦੇ ਯਤਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਹਿਜਤਾ ਅਤੇ ਸਿਆਣਪ ਜਿਹੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਮਾਵਾਂ ਮੋਹ-ਮਸਤਾ ਕਾਰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪਿਤਾ ਤੋਂ ਛੁਪਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਦੇ ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਗੰਭੀਰ ਸਿੱਟੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਸਥਿਤੀ ਇਹ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਖ਼ਬਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਾਣੀ ਸਿਰ ਉਪਰੋਂ ਲੰਘ ਚੁੱਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਝੂਠ ਨੂੰ ਛੁਪਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਤੇ ਠਰੰਮੇ ਨਾਲ ਸਮਝਾਉਣਾ ਤੇ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਉਸ ਦੀ ਕਹੀ ਗੱਲ ਤੇ ਇਤਬਾਰ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਤੀ ਬੇਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਅਭਿੰਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ। ਅਕਸਰ ਹੀ ਬੱਚੇ ਗੱਲਾਂ ਛੁਪਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਗੱਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਦੀ ਆਮਦਨ ਤੇ ਖ਼ਰਚ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਮਾੜੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਭੁਲੇਖਾ ਨਾ ਰਹੇ ਤੇ ਉਹ ਗ਼ੈਰ-ਜ਼ਰੂਰੀ ਮੰਗਾਂ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਕਰਨ। ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਵਿਤਕਰਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਦਬਾਅ ਅਧੀਨ ਮੰਨਣ ਲਈ ਮਾਪੇ ਕਈ ਵਾਰ ਬੇਵੱਸ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂਕਿ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਜਾਇਜ਼ ਮੰਗ ਨੂੰ ਅਣਗੋਲਿਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸੁਖਾਵੇਂ ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਵਿਗਾੜ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਵੱਡੇ ਮੈਂਬਰ ਘਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਤੇ ਚੰਗੀ

ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੀ ਬੰਦੇ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਵਤੀਰਾ ਹੀ ਧਾਰਨ ਕਰਨਗੇ। ਜੋ ਮਾਪੇ ਹੀ ਬੁਢਾਪਾ ਹੰਢਾ ਰਹੇ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਅਣਗੌਲਿਆਂ ਕਰਨਗੇ ਤਾਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਫਜ਼ੂਲ ਹੈ। ਜਿਸ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਆਦਰ-ਸਨਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਔਰਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਨਮਾਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸੁਚੇਤ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਨਿੱਕੇ ਫੁੱਲ ਬੇਖੌਫ਼ ਖਿੜ ਸਕਣ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਹਿਕ ਨਾਲ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਮਹਿਕਾ ਸਕਣ। ਇਸੇ ਲਈ ਤਾਂ ਸਿਆਣਿਆਂ ਨੇ ਠੀਕ ਹੀ ਕਿਹਾ ਹੈ :

ਪੁੱਤ ਤਾਂ ਹੁੰਦੇ ਘਰ ਦਾ ਦੀਵਾ, ਬੱਤੀ ਹੁੰਦੀ ਧੀ।
ਦੀਵੇ ਦਾ ਕੰਮ ਚਾਣਣ ਕਰਨਾ, ਬਿਨ ਬੱਤੀ ਦੀਵਾ ਕੀ।

Role of Youth in the Emerging Indian Economy

Prof. Sween

Department of Life Long Learning and Extension,
Panjab University, Chandigarh.

Dr. Avanish Kumar

University Institute of Fashion Technology and Vocational Development,
Panjab University, Chandigarh.

Sh. Manish Sharma

Govt. Senior Secondary School,
Sector-45, Chandigarh

Youth are the most important and dynamic segment of the population in any country. It is believed that developing countries with large youth population could see tremendous growth, provided they invest in young people's education, health and protect and guarantee their rights. It is no doubt to say that today's young are tomorrow's innovators, creators, builders and leaders. But they need the required support in terms of good health and opportunities skills to transform the future.

A developing country like India has huge opportunities and challenges with the globalization and rising of knowledge economy. United Nations Population Fund's (UNFPA) State of the World's Population report says that India has world's largest youth population with 356 million 10-24 year-old, whopping 28 percent of the total population. The youth potential is needed not only to meet its own manpower needs but it can also cater to the manpower demand of other nations.

India's Development is in the Hands of the Young People

India is a developing country and its development is truly the hard work of its people. India has produced many great scholars, scientists, intellectuals and even entrepreneurs. The sense of achieving is deep rooted in Indians and that's the reason Indians are doing great works in almost all countries.

Almost 34 percent of Indian population consists of youth. They have the power to change the nation. Young mind are more fresh and innovative which can help in the progress of the country. But adequate

opportunities should be given to the youth to represent their ideas and policies for the upliftment of the nation. Youth Entrepreneurs equipped young people with the values and vision to pursue their dreams. So Let us groom our youth to be job givers not Job Seekers.

Inspiring Success Stories of Youth Entrepreneurs

These stories hopefully will inspire you through your startup journey and will keep us motivated. Below mentioned are young Indian Entrepreneurs who started with almost nothing in hand and yet were able to make multi-million companies.

Sachin Bansal & Binny Bansal (Flipkart)

Sachin Bansal and Binny Bansal launched an e-commerce website retailing books in October 2007. Today, the near-20% stake they hold, along with the top management and company is valued at around US\$16Bn. (source: CB insights) Initially, they had spent RS. 400,000 only for making website to set up the business.

Vijay Shekhar Sharma (Paytm)

Vijay Shekhar Sharma is an Indian entrepreneur and founder of Paytm. Sharma was born in Aligarh, UP in a modest family. Paytm's current value is a little over \$3 billion in the market in 2016, a dream dreamt when he was struggling to make ends meet with Rs 10 in pocket. But he tasted victory the hard way. Nothing came easy for him. He has also given 4% of his equity to the team, which in current value terms is about \$120 million.

Naveen Tewari (Inmobi)

Founder and CEO of InMobi, a global mobile advertising and technology platform. Bachelor's degree in Mechanical Engineering from Indian Institute of Technology, Kanpur (IIT) in 2000. InMobi primarily competes against Google's AdMob Millennial media and Apple's iAd. Naveen is involved in the fuelling of around 30 start-ups as yet in India and has personally invested and supported several start-ups like Nest Away, Slide Rule, Mettl, Money sights, Bombay Canteen, Zimmer, Razorpay etc. Naveen Also co-founded iSPIRT, which is a change agent with the brain of a think tank and aims to address government policy, create market catalysts, and grow the maturity of product entrepreneurs in order to transform India into a hub for new generation software products.

Kunal Behl & Rohit Bansal (Snapdeal)

In 2010, when Kunal Bahl and Rohit Bansal wanted to start their

own business, they chose an offline couponing business and named it MoneySaver. Sneapdeal went online in 2010. Currently, more than 200,000 sellers sell around 15 million+ products on Snapdeal.

Bhavish Aggarwal (Ola Cabs)

Bhavish done B. Tech in Computer Science from IIT, Bombay. Worked in Microsoft Research, Bangalore for 2 years, right after college. While trying to chase his dream of entrepreneurship, he started an online holiday and tour planning service on the side, before changing that into OlaCabs on 3 December 2010 by Bhavish Aggarwal (currently CEO) and Ankit Bhati founded the company.

Shashank ND (Practo)

Shashank, a biotechnology student from NIT, Surathkal (Karnataka), decided to build a software to simplify health care. He roped in classmate Abhinav Lal, 27, and they founded Practo Ray, an online management software that allows doctors to upload and store medical records and prescriptions, patient history, billing schedule, make appointments, and so on.

Currently, the healthcare app is being used in 15 countries and over 50 cities across the globe. At present, the app lists over 200,000 doctors, 10,000 hospitals, 8000 diagnostic centers and over 4000 wellness centers globally and receives over 10M searches a month across its website and apps.

Deepinder Goyal (Zomato)

Deepinder co-founded Zomato, a restaurant search and discovery service with Pankaj Chaddah. He conceived the idea of an online restaurant information service after seeing the demand for paper menu cards among his colleagues at Bain, where he worked as a management consultant. Deepinder graduated with an Integrated Masters in Mathematics and Computing from IIT Delhi in 2005.

As of 21st March 2016, Zomato ranks as the top 2 startup for India in the StartupRanking. It currently operates in 23 countries, including India, Australia and the United States.

Samar Singla (Jugnoo)

Samar Singla is a Founder/ CEO at Jugnoo, a Chandigarh based autorickshaw aggregator. He also founded Click Labs, a technology solution provider. He has worked as a Researcher in University of Maryland. Prior to this he was Researcher at IBM & also worked as a Scientist at CERN.

Saurabh Kumar & Albinder Dhindsa (Grofers)

Saurabh Kumar & Albinder Dhindsa founded Grofers, an on-demand delivery service that connects consumers with local stores. It worked on a B2B model for a few months then started the B2C business to cater end consumers directly.

Saurabh is a graduate of IIT Bombay and University of Texas in Austin whereas Albinder is a graduate of IIT Delhi and holds an MBA from Columbia University.

Ritesh Agarwal (OYO Rooms)

Who doesn't know this guy.

Ritesh is the founder and CEO at OYO Rooms. He was selected for the 20 under 20 Thiel Fellowship which makes him one of the very few Indians to have been shortlisted. He started working early in his life at the age of 13 and by 18 he was building OYO Rooms. Recently, he was named by Forbes in its "30 Under 30" list in the consumer tech sector

Swati Bhargava (Cashkaro)

Swati Bhargava is a classic Investment Banker who turned into an entrepreneur. An alumni of London School of Economics, Swati have worked at Goldman Sachs in London. Swati first started Pouring Pounds with her husband Rohan Bhargava in the UK in 2011. Seeing the huge opportunity in India they launched Cashkaro.com in April 2013 & it is now India's largest Cashback & Coupon website.

Radhika Aggarwal (Shop Clues)

Radhika Aggarwal is CEO at ShopClues is an online marketplace, headquartered in Gurgaon, India. The company which entered the unicorn club earlier this year currently covers 29,000 plus pin codes across the country and plans to add 5,000 more pin codes this year. Shop Clues is now valued at more than \$1.1 billion.

Conclusion

In conclusion, the role of the youth in the economic development is very important, they are problem solvers, have a positive influence on other young people and the nation, and are extremely ambitious. They have the ability to create an identity for themselves and move the nation forward. However, they will not be able to do this without the support of their Government and fellow youths. So the youths can make their beautiful land flourish and shine in success.

References

Cooper (2003) Entrepreneurship: The Past, The Present, The Future. In Hand book of Entrepreneurship Research, 21-36.

Casson, M. Entrepreneurship, Business Culture and the Theory of the Firm. In Handbook of Entrepreneurship Research, G.L.S. Shackle, "Foreword" to R.F. Hebert and A.N. Link, The entrepreneur: mainstream views and radical critiques.

Sharma. P. and Chrisman, J.J. (1999). Toward a Reconciliation of the Definitional Issues in the Field of Corporate Entrepreneurship, "Entrepreneurship Theory and Practice.

Sternberg and Wennekers S. (2005). The Determinants and Effects of Using New Business Creation.

Web Sites:

<http://www.preservearticles.com>

<http://www.indiastudychannel.com>

<http://study.com>

<http://www.yourarticlelibrary.com>

<https://www.researchgate.net>

Revisting Guru-Shishya Parampara – Need of the Hour.

Dr. Neeraj Goyal

Head, Department of Business Management
Multani Mal Modi College, Patiala.

A 'Guru' (Sanskrit: गुरु) is a person who is regarded as having great knowledge, wisdom and authority in a given area, and uses it to guide others. The word comes from Sanskrit: Gu, 'darkness', and Ru, 'light'. So, Guru is a person who shows others knowledge (light) and destroys ignorance (darkness). Following sloka in sanskrit describes the meaning of word Guru.

गुरुशब्दस्तत्त्वन्धकारः स्यात् रुशब्दस्तन्निरोधकः।

अन्धकारनिरोधत्वात् गुरुरतिथिर्भाष्यते॥

The syllable 'gu' means darkness, the syllable 'ru' mean the person he who dispels it, because of the power to dispel darkness, the guru is thus named.

-Advayataraka Upanishad, Verse 16

In ancient India the relation between Guru and Shishya was very pious and the Guru was supposed to provide Academic, spiritual, vedic, moral as well as academic teachings to his students. Teacher is a person who is not only teaching his student but recognize his hidden potentials, motivates him and helps him in becoming successful person. In the hindu mythology there are many examples of good teacher-student bonds. As per Hindu mythology, all the knowledge in the world lies in the ancient books called the vedas. And, the vedas are in the care of Lord Surya. Hanuman humbly approached the rising Sun God and asked "Oh brilliance unlimited, light up my soul". To which Lord Surya was pleased with Hanuman's manners and told him "You are a good monkey. I would love to teach you, but you can see that I am moving forward constantly. I just don't have time". But the clever little Hanuman had already found a solution to the problem. "That is all right Sir, you can keep moving while you give me lessons. I will take my

lessons and keep moving backward at the same speed". Lord Surya laughed and began giving lessons to Hanuman. After the lessons were over, Lord Hanuman requested the Lord Surya for his dues to the teacher (Gurudakshina). Lord Surya said the pleasure of teaching such dedicated student is a fee in itself. But Hanuman still insisted, upon which Lord Surya asked him to help his spiritual son Sugriva, who was the prince of Kishkinda.

Traditional Indian education system revolved around relation of the Guru and Shishya. This relation was very pious and healthy where Guru was not only providing knowledge and skill to the Shishya but was also teaching moral and ethical values to him. At the same time Shishya was also giving utmost respect his GURU even if he was a prince of a state. If we go through Ramayana we can see that Lord Rama a very obedient and respectful student to his Guru Viswamithra and breaks the divine bow and strings only after getting permission from his Guru. According to Wikipedia, the meaning of GURU as per Indian tradition is "counselor, who helps mold values, shares experiential knowledge as much as literal knowledge, an exemplar in life, an inspirational source and who helps in the spiritual evolution of a student." In ancient India teaching was very holy profession where teacher was teaching his students not for money consideration and state was also helping educational institutions very liberally. "Vidyadana" was considered best way of charity and public as well as state were making liberal contribution towards educational institutions. Following were some of important features of traditional education system in India:

1. No state control on education: State was not making any interference in the educational system and the whole system was mainly planned by Brahmins at that time.
2. High status of Teachers: Gurus were enjoying utmost respect not only from his students but also from kings at that time.
3. Teachers as Parents: In ancient system 'Guru' behaved like a parent and the whole institution was treated as one family whereby all students was Guru Brothers and Sisters and wife of Guru was 'Guru Maa'.
4. Residential Schools: Educational institutions were residential schools where students supposed to stay for whole period of study nearly 10-15 years.

5. Vocational Education: The main focus of education was on vocational training whereby people of different casts were given different education to suit needs of daily life like 'Kshatriyas' were mainly getting arms and military training whereas 'Vaishya' were getting training of business.
6. Methods of Instruction: The teaching method was based on open learning. Teachers were giving lectures to the students who used to learn it by repeating the things. Students were free to raise queries which were adequately solved by the teachers. Discussions (Shashtrath) were held among the students from same institution as well as other institutions.
7. Individual teaching: Teaching methods were adjusted according to needs of individual students. They were taught according to their own interest.
8. Role of Travel in Education: Travel was regarded as important part of learning and students were supposed to visit different places during their education.
9. Sanskrit as the Medium of Instruction: Sanskrit was main medium of education at that time and all important books like 'Vedas' were written in Sanskrit.
10. Wide spread women education:- In ancient times girls were free to go through the "Upanayana" ceremony and were given proper education. However, the women specialised in fine arts like dancing and singing, the accomplishments which were considered unfit for men.

In short, during ancient times Gurukulas (Educational institutions) were great centres of learning. In the Gurukula System of Education, students lived in the kula (family) of their Guru (teacher) and studied the Vedas (Sacred Scriptures) and other subjects, such as Siksha (Phonetics), Vyakarana (Grammar), Jyotisha (Astronomy), and sciences like Arthasastra (Economics), Dharmasastra (Laws), Sastravidya (Art of Warfare), Kala (Fine Arts) etc.

But there is complete change in scenario at present. Every day with the turn of pages of newspapers, we come across a number of crimes committed by young students. There is manifold increase in suicide cases of students, molestation cases in educational institutions and other crimes. The murder of seven year-old, killed in a school washroom by a 16 year old 'afraid of exams' student not only shook

the whole country but also ruined two families forever. This clearly shows that there is a big problem in the educational system of the country and our system needs complete overhauling. This is the high time when we should revisit 'Guru-Shishya' parampara (Student-Teacher relation) followed in ancient India and adopt this with some modifications to suit need of present day. In Sanskrit it is written that:

आचार्यात् पादमादत्ते पादं शिष्यः स्वमेधया।

पादं सब्रह्मचारभ्यः पादम् कालक्रमेण च॥

(one fourth from the teacher, one fourth from own intelligence, one fourth from classmates, and one fourth only with time).

This one shloka of Sanskrit gives complete picture about education and the way of getting knowledge. In present times when teachers are blaming poor quality of students and degradation of moral values for opens up downfall of educational system and students and administration are blaming teachers for poor results, it becomes very important to understand four aspects of education discussed in the above 'Shloka' i.e Teacher, Self (student), others (peers) and time (experience).

Teacher:

In ancient times, teacher (Guru) enjoyed a predominant place not only in his Gurukul but also in the entire society. He was regarded as a great guide for all. A teacher was never looked upon as a professional member of the society. Following shloka give the respect that teacher was enjoying in ancient times:

वदित्वं च नृपत्वं च न एव तुल्ये कदाचन।

स्वदेशे पूज्यते राजा वदिवान् सर्वत्र पूज्यते॥

It means that Intelligence and kingdom can never be compared. A king is respected in his own land whereas a wise man is respected everywhere. In ancient times 'Guru' was an Acharya. An Acharya means one who sets up standards – standards of conduct, standards of living. And he had a very high standard in his personal life to follow. Adi Shankara in Upadesha Sahasri writes that the teacher is one who is endowed with the power of furnishing arguments pro and con, of understanding questions [of the student], and remembers them. The teacher possesses tranquility, self-control, compassion and a desire to help others, who is versed in the Vedic texts (Vedas, Upanishads), and

unattached to pleasures here and hereafter, knows the subject and is established in that knowledge. He is never a transgressor of the rules of conduct, devoid of weaknesses such as ostentation, pride, deceit, cunning, jugglery, jealousy, falsehood, egotism and attachment. The teacher's sole aim is to help others and a desire to impart the knowledge. Following Sanskrit shloka gives importance of Guru in ancient times:

स्थावरं जङ्गमं व्याप्तं यत् कञ्चित् सचराचरं ।

तत्पदं दर्शयति येन तस्मै श्री गुरवे नमः ॥

(That Guru who can enlighten us about the all pervading consciousness present in all the three world or states of Jaagrath, Swapna and Sushupti i.e. activity, dream and deepsleep state, I salute such a Guru.)

Tantra Shastra speaks of 8 or 10 types of different teachers including the teacher who shows the way; teacher who guides; teacher who instructs; one who makes himself available to answer when he is asked and so on. In modern life all things are mixed up. The responsibility of overall growth and development of students lies on teacher and it is important to have a good teacher. However, we cannot blame teacher solely when a student fails to perform or his performance is not upto mark. In most of the countries there is undue pressure on the teachers if students fails to perform. Not only in a country like India which is blindly following western system of education, pressure is there in the advanced countries also. Be it ex-president bush's "no child left behind" policy in USA or the 100% pass rate policy in schools in India, teacher is under pressure to perform. There are so many factors responsible for the success of student like his interest, aptitude, ability and environment. The teacher can provide an atmosphere where curiosity is aroused but other factors also need to get due attention.

Self (Student) :

'Vidyarathi' (Student) is made up of two words – 'Vidya' means "learning" and 'Arthi' i.e "meaning", so student is a person who is 'seeker of knowledge'. In ancient India, education was for education's sake, and not for examination or for getting a job. Education was all-round, i.e., complete or total development of personality-intellectual, physical, moral and social. In ancient time students were supposed to

lead a very simple and disciplined life. As written in Sanskrit:

सुखार्थी वा तयजेत वदिया वदियार्थी वा तयजेत सुखम् ।

सुखार्थनिः कुतो वदिया वदियार्थनिः कुतो सुखम् ॥

"Those who are in pursuit of a comfortable life (sukh) should forget about learning (vidya) and those who are in pursuit of learning should forget about comfortable living. Those who are after pleasures of life never become learned and those who want to be learned should never expect to lead an easy life as they have to toil to gain knowledge."

Following shloka will further give the expectations of teachers from his students in the ancient time:

काकचेष्टा बकोध्यानं श्वाननदिरा तथैव च ।

अल्पहारी गृहत्यागी वदियार्थी पंचलक्षणम् ॥

An ideal student have five characteristics like efforts of student should be similar to a crow- Repetitive (remember story of a crow trying to drink water from a pot- while placing pieces of stones to raise the water level), focus on the work like a crane, take alert naps (sleep) similar to that of a dog. Besides he should eat less and as far as possible must stay away from the home. So, the student was totally expected to be disciplined and dedicated. One of the factors responsible for success of the students is his own efforts, intelligence, capacity, aptitude and ability. No doubt teacher plays an important role in shaping a student but history is full with number of people who without resources or formal education became extremely successful. The story of Ekalavya is one best example. Ekalavya was the son of Hiranyadhanus, who was in Bhil. Ekalavya was hurt when he was rejected by great guru Dronacharya as student. Ekalavya still didn't give up on his resolute will to master archery. Ekalavya made a symbolic statue of drona from the mud he walked upon and worshiped it as his guru. He began a disciplined program of self-study over many years. Eventually, Ekalavya became an archer of exceptional prowess, greater than Drona's best pupil, Arjuna.

Peers:

Peer group seems insignificant but the hard fact in that it is a very significant one and it plays a very important role in education. In ancient Gurukul system, most of children came from various backgrounds, some were affluent, while some others were poor. But

once they were a part of the Gurukul, they were all treated equally. Irrespective of their backgrounds, the students were taught the importance of service. It was common to see princes and children from poor backgrounds doing work together like looking after the cows or bringing in fruit from the orchards or taking water from the well, etc. They ate simple food and slept beside one another on straw mats laid out on hard mud floors. They were not permitted to wear any jewelry or silks and were expected to lead simple life. There was nobody superior or inferior in the eyes of the teacher, except for academic prowess. In peer groups, there is better learning. Generally it is seen that what the student cannot learn from the teacher, the same thing he can learn easily and in a much better way in the peer group. Peer group helps in modifying the behavior of the individuals of the group. The simple reason being that there is free and frank. Unlike class room learning the peer group provides the individuals full freedom and more opportunities of mixing each other. They are able to learn together, they are able to play together. They are able to have better instruction with one another. All this helps in all round growth and development of the individuals.

Time:

One of the important aspect in learning is time. Mere finishing a degree doesn't make a person wisest. One can get the knowledge by learning but wisdom comes with experience. So, one of the important ingredient for success is Dhairya (Patience). Patience comes with time. So, time is essence of education and learning. In Sanskrit it is written that:

क्षणशः कणशः च एव वदियाम् अर्थं च साधयेत्

क्षण त्यागे कुतः वदिया कण त्यागे कुतः धनम्

It means Knowledge and Wealth have to be accumulated minute by minute and penny by penny. How can one acquire knowledge if even a single minute is wasted? How can one amass wealth if even one penny is spent worthlessly? this is the most ignored aspect almost everywhere. only the wise knows that there is no substitute of time, time spent gathering experience. this is what makes theory into practice. when bookish knowledge turns into practical wisdom.

Today's generation is gen Y; it greets with a Hi! This isn't the generation of 'Pranam' or good morning. However, everything is not negative with modern generation as there are many positives also.

Modern student is not dumb and has the ability to question everything. He can get all information at one click of button and he can test, verify and often question what a teacher says in the classroom. Today parents have very high aspirations from their wards and carry a lot of tension about their education. Same pace of education has made the life miserable for slow learners. Students are not mentally balanced and for teachers, teaching is a profession without any personal commitment to students. Surveys shows that the students coming out of educational institutions lack employment skill. Today's Youth is discontented, disillusioned and dismayed, and for them society revolves only around social media. We are wrong if we say that ancient system of education has become totally useless in modern society. It is true that we cannot revive and apply the systems which were relevant 1000 years ago to a technological society. Although there is wide gap between ancient and modern education system, but we can integrate Guru-Shishya Parmapara to modern education system with some modifications so as to match the needs of present society.

First conditions of this approach is that the teacher must develop an individual relation with the student. His contact with the student should not be limited to the classroom. If we look at our past, we can remember all the teachers who played role in shaping our career and personality. So teacher must take some responsibilities of a parent, as far as education is concerned. In past, curriculum was important, but was even more important than teaching was discipline. Guru inculcated discipline through strict obedience to laws and regulations of student life. In past a student was required to give up lust, anger, greed, vanity, conceit and over joy. We should give more preference to character, spiritualism, philosophy rather than wealth, materialism. Manan (meditation) and Nididhyananna (realization) techniques should be imparted in education to helps student in self motivation and concentration. There must be flexibility in the curriculum to suit to needs of the individual student. Pace of teaching must also be adjusted to suit each learner. Education should be given to make student self sufficient. Education should include project based natural learning, individual and group accountability, challenging environment, collaborative learning, critical thinking, communication and research skills. Education system should be such that it not only preserves but spreads the culture, which should be amalgamation of social practices,

traditional beliefs. The objective of education should be to provide education than mere literacy. In end what we can conclude that there is no parallel to education when it aims at holistic development.

नास्तविद्यासमो बन्धुः नास्तविद्यासमः सहृत् ।

नास्तविद्यासमं वत्तितम् नास्तविद्यासमं सुखम् ॥

There is no relative equivalent to knowledge, there is no friend equivalent to knowledge,

There is no wealth equivalent to knowledge, there is no happiness equivalent to knowledge.

Swachh Survekshan-2019: Indicators & Role of Citizens

Dr. Ganesh Kumar Sethi

Assistant Professor, Department of Computer Science
Multani Mal Modi College, Patiala

The concept of 'Sanitation' is a comprehensive one that includes effective management of human waste, waste water, solid waste, sewage effluents, industrial wastes, and hazardous (such as hospital, chemical, radioactive, plastic or other dangerous) wastes.

The standards of sanitation in a society are closely inter-related to the levels of hygiene and public health in it and, hence, to the attainable standards of longevity and extent of diseases. Lack of sanitation has not only vital economic consequences but also serious social consequences. For encouraging cities to improve urban sanitation, Minister of Housing and Urban Affairs (MoHUA), Govt. of India had conducted 'Swachh Survekshan-2016' survey for the rating of 73 cities of India in January 2016 followed by 'Swachh Survekshan-2017' conducted in January-February 2017 ranking 434 cities of India and last year concluded Swachh Survekshan 2018 for ranking 4,203 Cities in India. After successfully conducting Swachh Survekshan for three years in a row, now the ministry has planned to scale up the coverage of the ranking exercise and is encouraging towns and cities to actively implement mission initiatives in a timely and innovative manner. MoHUA is now conducting its fourth survey to rank all cities of India under Swachh Bharat Mission-Urban (SBM-U).

The objective of the Swachh Survekshan-2019 is to encourage large scale citizen participation, ensure sustainability of initiatives taken towards garbage free, pollution free and open defecation free (ODF) cities, provide credible outcomes which would be validated by third party certification, speed up citizen services through online processes and create awareness amongst all sections of society about the importance of working together towards making towns and cities a better place to live in. This year, MoHUA aims to complete the

survey of all cities in total 4 weeks - between 4th January and 31st January, 2019. Further, to claim indicator-wise marks, urban local bodies (ULBs) will have to update their monthly on-line Management Information System (MIS) on SBM-U portal, upload indicator-wise supporting documents on Swachh Survekshan-2019 along with uploading the City profile. This would ensure systematic reporting of facts which shall be validated during the survey.

Survey Methodology

The survey indicators/questionnaire will carry total 5000 marks divided into 4 categories having equal weightage of 1250 marks each. The marks in each category will be awarded by survey agency based on pre-fixed parameters and evaluation processes.

Data Collection: The data to be collected for ranking of the cities shall be segregated into 4 main areas:

1. Collection of data from online MIS portal of MoHUA for Service Level Progress
2. Collection of data from Direct Observation by survey agency
3. Collection of data from Citizen Feedback
4. Certifications for Garbage-Free Cities and Open Defecation-Free Cities

Methodology for City ranking: The process of ranking based on validating the data collected and marks are assigned for each component based on the performance of ULB on each indicator. The detailed methodology is described below-

Service Level Progress: The process includes verification of data submitted by the ULBs on the online MIS portal of MoHUA. The ULBs have to fill the online MIS portal which would holistically capture indicators, as fixed by MoHUA, of Swachh Survekshan 2019. Further, the Municipal Commissioner/Nodal Officer will also self-assess the performance of the city as per survey indicators/questions. The assessor/survey agency will verify each and every detail entered on the online MIS. Total of 1250 marks are based on 7 indicators- collection and transportation of waste (338 marks), processing and disposal of waste (375 marks), sustainable sanitation in the city (313 marks), Information, Education & Communication (IEC) regarding swachh mission (63 marks), Capacity Building of staff of ULBs (37 marks), Bye-Laws and regulations (62 marks), and Innovation & Best practices (62 marks).

Certification: Certification is based on two parameters - Star rating of Garbage Free Cities and Open Defecation Free Protocols. In the Star rating of Garbage Free Cities, the cities would be assessed on the basis of a third party certification for achieving a 1, 2, 3, 4, 5 or 7 Star rating as per the protocol released by MoHUA. The protocol has measures for ensuring cities have managed their solid waste in a sustainable manner. Citizen feedback and validation is also an integral part of this protocol. This indicator consists of 1000 marks which are allocated based on star rating.

The second parameter is related to Open Defecation Free protocols (ODF status). The Ministry has launched ODF+ and ODF++ protocols in addition to ODF which focus on sustaining Community/Public toilet usage by ensuring their functionality, cleanliness and maintenance (Improved Standards) and achieving sanitation sustainability. The parameter is assigned a total of 250 marks.

Direct Observation: The collection of data from Direct Observation is based on physical observation of the survey agency. The questionnaire and indicators are used as the tool for observation and data entered by the ULBs on MIS portal of MoHUA. The survey agency will record their observations and findings along with Photographs/videos, wherever necessary. As a part of direct observation, the survey agency will visit each zone in the city and allocate marks based on 8 observations- Cleanliness of Residential and Commercial areas (200 marks), cleanliness of public toilets (250 marks), swachhta messages displayed on public toilets with logo (80 marks), disposal systems in public toilets (80 marks), cleanliness of vegetable and fruit markets in city (170 marks), cleanliness of catchment areas in railway stations/bus stands & airports (170 marks), Hoardings displayed in public areas (100 marks), and beautification of public places (200 marks).

Citizen Feedback: The feedback is to be collected from Citizens directly (face to face), through Outbound Calls, Swachhata App/Swachh Manch and through Swachh Survekshan-2019 portal. The Sample size will be 0.1% of city's population or minimum 1000 feedbacks from cities with more than 1 lakh population. For cities with less than 1 lakh population, the minimum sample size would be 250 citizens feedback. The feedback is based on parameters-Awareness

regarding that city is participating in Swachh Survekshan-2019 (125 marks), Satisfaction with the cleanliness level in city (125 marks), availability of litter bins in commercial and public areas (125 marks), Demand of segregated dry and wet waste by waste collector (125 marks), Location of dumping site/sanitary landfill site or processing site (125 marks), accessibility and cleanliness of urinals/toilets (125 marks), knowledge regarding ODF status of city (125 marks), number of active users on Swachhata App/Local App (100 marks), percentage of complaints that are resolved within SLA (Service Level Agreement) time frame (100 marks), total registrations on Swachhata App/Local App (100 marks) and user feedback on resolved complaints (100 marks).

Role of Citizen in Swachh Survekshan

The Swachh Bharat Mission is a huge movement that if taken forward can bring about a massive change in both the country's outlook as well the citizen's attitude. Reduction in waste, minimized littering and less pollution will pave way for a healthier and productive state. As a responsible citizen, one must contribute towards a swachh environment, not only for the swachh survekshan but as an integral component of the life leading towards a healthy society. Citizens must adhere to the following suggestions to upgrade the ranking of city:

Mindsets need to change: If Mahatma Gandhi and the Prime Minister can do, why can't we maintain cleanliness?

Anti-litter campaigns: Create awareness in your apartment complex, community and neighborhood and motivate them to take-up the broom.

Share pictures: Share pictures of unclean spots in neighborhood and the same spot after cleanliness drive.

Stop complaining & start participating: This should be the mantra for the success of the Swachh Bharat mission.

Self-Education: Citizen must show interest towards use of apps and other online services provided by ULBs.

By following these suggestions one can contribute towards the "Swachh Bharat" Mission and can help in improving ranking of his/her city.

References:

<https://www.mkgandhi.org>

<https://swachhsurvekshan2019.org>

Digital India and Youth

Dr. Rohit Sachdeva

Assistant Professor, Department of Computer Science
Multani Mal Modi College, Patiala

Mission Digital India -a flagship programme of NDA government directly or indirectly helps to promote the capabilities and skills of the employable youth of the country. Today's youth can participate in the nation development. So, to achieve this goal, the Govt. of India has started the Digital India campaign. The motive is to serve the various sections of the society in a better way, so that they can directly utilise the services of the government through internet access.

The digital India scheme is providing digital alternatives of the various services/schemes, which were earlier operated through complex manual procedures. Hence, the Digital India initiative has not only reduced the work overhead of the government/public sector employees at various levels, but it has also enhanced the efficiency, accuracy and precision of the work.

The Digital India scheme provides ample employment opportunities for the freshers in the field of computer science, electronics and telecommunication. The Digital India launches the e-sewakendras across various cities and metropolitans to provide online services. Here, a large section of youth is employed to provide e-services to citizens. Services include Aadhaar cards, passports, PAN cards, birth or death certificates etc.

Due to increase in trend among youths commuting to other countries for the career options, the requirement for the passports has drastically increased. To cope up with the challenge, the government of India is continually establishing the passport Sewa Kendras across the countries. The entire formalities are completed through the online mode, eliminating the need of complex paper mode procedures. This facilitates faster delivery of passports and also ensures the security for online database of the applicants.

The Digital Lockers, another popular application of Digital India has helped the students to procure their academic records or

certificates online. The concerned institutions upload the digitally signed certificates on the cloud, and students can get their certificates whenever needed by logging-in with their credentials. This system is both reliable and secure. Also, it reduces the requirement of paperwork, hence reduces the cost of printing as well. This services was recently employed by CBSE to help flood hit Kerala students so they could re-attain their academic certificates.

The Digital India initiative also made the process easier and reliable for the students to avail various types of academic scholarships. Now, instead of producing a large number of documents to avail the benefits, an Aadhaar card suffices, through which the candidate's identity and relevant information can be digitally acquired, thus reducing the need of excessive paperwork. Under Direct Benefit Scheme, now students can get their scholarships directly into their bank accounts, which are linked with Aadhaar cards. This helps to preserve the transparency and also ensures the secure and on-time delivery of the benefits. Through National Scholarship Portal, the whole process, starting from the registration to the sanctioning of the scholarship is done online.

Another scheme started by the ministry of Human Resource Development, Govt. of India is the National Digital Library which helps students and research scholars to hone their skills and potentials. The aim is to provide the study related books, research publications, in nearly all languages, corresponding to each and every discipline, from the multiple sources worldwide. This will minimize the paper requirement, providing access to the e-library through mobile devices with internet access. The programme is being carried out in coordination with IIT, Kharagpur.

Another government scheme recently introduced under the digital India mission is BharatNet. The aim of the scheme is to connect the rural areas of the country with high speed optical fibre lines, so that the natives of these regions can access the high speed internet services. This will help the youth from financially weaker section and backward areas to connect to the world, remain up-to-date, and achieve academic potential through internet based learning. The digitization of various centralized banks and other corporate sector establishments helps the youth working at far distances from their home towns to directly transfer the funds, salaries through online

service providers.

Various schemes are being implemented by the Bharat Sanchar Nigam Limited, through which the initiatives are taken to install Wifi services in the city centres, public offices, train coaches, airports and railway stations under Next Generation Network mission. This will motivate the youth and help in effective utilization of time when travelling long distances. Recently, an individual hailing from Kerala - Sreenath K cleared the service commission written examination, by studying utilising the free rail wifi, while simultaneously working as coolie at the railway station.

Many awareness programmes have also been initiated with the help of digital India movement. For example, programmes like Swacch Vidyalaya Puraskar(MHRD), Swacch Bharat Abhiyan, motivate and encourage the youth of the nation to keep the surroundings of the colleges, universities or places of work, neat and clean, and hence promote the health and hygiene.

The Aadhaar e-KYC and e-Sign services have been started by Government of India to provide digital solutions. Through Aadhaar e-KYC, person's identity can be authenticated easily whenever and wherever required. E-Sign technology allows someone possessing an Aadhaar Card to digitally sign a document, by connecting to remote devices through internet, regardless of being physically present at the working location. Beside these, digitization is also being carried out in the fields of commerce, marketing, health, education and transportation to facilitate the society and to enhance the work efficiency.

Though, the digital India movement is a productive step for the development of youth based perspectives of the nation by providing them the digital means to uplift themselves and serve the society, still these services require significant expansion for making the youth empowered. Sometimes digitization seems mythical, because the long lasting flaws that are persisting in the nation such as unemployment, poverty, over-population and illiteracy, thereby restricting the talented and skilful youth of the country to do their best and explore their potential. So, the Indian Government should positively act to eliminate these challenging problems, so that the desire for overall development of the nation, which takes in due consideration the interests of all sections of society, can be achieved in real.

ਸ਼ਬਦ ਸਾਹਿਤ ਤੇ ਸਮਾਜ

Dr. Davinder Singh

Assistant Professor, Department of Punjabi
Multani Mal Modi College, Patiala



ਸਾਡੀ ਨਸਲ ਲਈ ਸਾਹਿਤ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸਾਹ ਲੈਣ ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਅਸੀਂ ਮੌਸਮੀ ਫਲਾਂ ਵਾਂਗ ਵੀ ਇਸਦਾ ਲੁਤਫ ਲੈਣਾ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਟੁੱਟਣ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਮਨੁੱਖ ਵਜੋਂ ਸਾਡੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਾ ਸਾਹ ਉਖੜਿਆ ਪਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋੜਾਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਨ ਦੀਆਂ। ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਮਨ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਸੁਚੱਜੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜੁੜਕੇ ਹੀ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਵੀ ਸ਼ਬਦ-ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਨਾਲ ਹੀ ਸਿੱਧੇ-ਅਸਿੱਧੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਗਿਆਨ ਦੀ ਭੁੱਖ ਅਤੇ ਨਵਾਂ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜਗਿਆਸਾ ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦੀਆਂ ਸੁਭਾਵਿਕ ਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਰੁਚੀਆਂ ਹਨ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜੁੜਕੇ ਹੀ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਇਸ ਪਦਾਰਥ-ਪੈਸੇ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਅਤੇ ਲਾਲਸਾ ਵਾਲੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਕ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨਾਲ ਪੂਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮੌਜੂਦਾ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਾ ਸਾਰਾ ਦੁਖਾਂਤ ਛੁਪਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਬਜ਼ਾਰ ਨੇ ਸਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਸੋਚਣ ਵਿਚਾਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਸਾਧਨਾਂ, ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਕਬਜ਼ੇ ਵਿੱਚ ਲੈ ਲਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਜਾਂ ਲੋੜਾਂ ਸੱਚੀਮੁੱਚੀਂ ਸਾਡੀਆਂ ਨਾ ਹੋ ਕੇ ਬਜ਼ਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸਾਡੇ ਮਨ 'ਤੇ ਅੰਕਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਸੋਚੇ ਵਿਚਾਰੇ ਸਾਡਾ ਜੋਰ ਇਹਨਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਪਰਾਪਤ ਅਤੇ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ 'ਤੇ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਵਸਤਾਂ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵੀ ਮਾਨਸਿਕ ਤਸਕੀਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੋਰ ਨਵੀਆਂ ਅਤੇ ਦਿਲਕਸ਼ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਹੋੜ ਵਿੱਚ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਿਲਸਿਲਾ ਅਨੰਤ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਚਲਦਾ ਰਹੇਗਾ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸੂਝ-ਸਮਝ ਵਾਲੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਕਿਨਾਰਾਕਸ਼ੀ ਕਰੀਂ ਰੱਖੀ। ਅੱਜ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੁਆਰਾ ਸੁਸੰਗਠਿਤ ਅਤੇ ਦਿਲਕਸ਼ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਅਕਲ ਨੂੰ ਅਗਵਾ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਤਿਹਾਸ ਗਵਾਹ ਹੈ ਅਗਿਆਨ, ਅਨਿਆਂ ਅਤੇ ਜ਼ੁਲਮ ਦੀ ਕੰਧ 'ਚ ਮੋਰੇ ਸ਼ਬਦ-ਸਾਧਕਾਂ ਨੇ ਹੀ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਮੱਧਕਾਲ 'ਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਬ੍ਰਾਹਮਣੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਮੁਗਲੀਆ ਰਾਜਨੀਤਕ ਜ਼ੁਲਮ-ਜ਼ਬਰ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਇਸ ਤੇਜ ਅਤੇ ਕਾਲਜੇਤੂ ਹਥਿਆਰ ਨਾਲ ਹੀ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਭਾਸ਼ਾ ਨੇ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਹਿਤ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਡੂੰਘੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਕਲਾਤਮਕ ਜ਼ਾਮਾ ਪਹਿਨਾ ਕੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਮਹਾਨ ਵਿਰਾਸਤ ਵਜੋਂ ਸੰਭਾਲਿਆ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਹਿਰਦੇ 'ਤੇ ਅੰਕਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਅਨੁਭਵਾਂ,

ਸੋਚਾਂ, ਕਲਪਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਗੈਰ-ਮਿਲਾਵਟੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਸਾਨੂੰ ਮਹਾਨ ਸਾਹਿਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਮਹਾਨ ਸਾਹਿਤ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਚਾਨਣ-ਮੁਨਾਰੇ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੌਮਾਂ ਕੋਲ ਮਹਾਨ ਸਾਹਿਤ ਦਾ ਖਜਾਨਾ ਹੈ ਉਹ ਅਨੇਕਾਂ ਹਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੰਕਟਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਆਪਣੇ ਸਾਹਿਤ ਵਿੱਚੋਂ ਊਰਜਾ ਪਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਮੁੜ ਉੱਠ ਖਲੋਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਸੰਸਾਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕੌਮਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕਾਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ।

ਇਸ ਭੌਤਿਕ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਰਾਹੀਂ ਸਿਰਜਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਮਨੁੱਖ ਸਿਰਜਤ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਹੀ ਸੱਤਾ ਦੁਆਰਾ ਦੂਜੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਰਾਹੀਂ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਦੀ ਰਵਾਇਤ ਚੱਲੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸੱਤਾ ਦੁਆਰਾ ਕਾਬੂ ਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਇਹ ਗੀਤ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਧਾਰਤ ਪੂੰਜੀਵਾਦੀ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਸਿਖਰ ਛੂੰਹਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੇ ਬੰਦੇ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਸਭ ਯੁੱਗਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਿਯੰਤਰਤ ਬੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਜਾਂ ਕੰਟਰੋਲ ਹੇਠ ਕਰਨ ਦੀ ਕਵਾਇਦ ਇਸ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਨੇਕਾਂ ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨਾਂ, ਜਨਮ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ, ਵੋਟਰ-ਕਾਰਡ, ਅਧਾਰ-ਕਾਰਡ 'ਚ ਦਰਜ ਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ, ਹਰ ਸਮੇਂ ਸੀ.ਸੀ.ਟੀ.ਵੀ. ਕੈਮਰੇ ਅਤੇ ਸੈਟੇਲਾਇਟਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ 'ਚ ਵਿਚਰਦੇ ਹੋਏ ਇਸ ਅਖੌਤੀ ਅਜ਼ਾਦ ਬੰਦੇ ਦੇ ਹਰ ਸਾਹ ਦਾ ਹਿਸਾਬ ਕਿਤਾਬ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪਰਿਵਾਰ, ਸਕੂਲ, ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਸਮਾਜਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਰ ਸਮੇਂ ਇਤਿਹਾਸ, ਰਾਜਨੀਤੀ, ਸਮਾਜ, ਧਰਮ ਆਦਿ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਸੱਚੇ-ਝੂਠੇ ਲੇਖੇ ਇਸਦੇ ਮਨ 'ਤੇ ਅੰਕਿਤ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸੱਤਾ ਅਨੁਸਾਰੀ ਸਿਧਾਉਣ ਤੇ ਅਨੁਸ਼ੀਲਨ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਬੰਦੇ ਦੀ ਮੌਲਿਕਤਾ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀਪਣ ਮਧੋਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਸ ਗਲਤ ਸਮਾਜਕ-ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੇ ਝੂਠੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਅਨੁਸਾਰੀ ਹੋਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ-ਸਹਿਜਤਾ ਨੂੰ ਛਿੱਕੇ ਟੰਗੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਸਮਾਜ ਸਿਰਜਣਾ ਚਾਹਿਆ ਸੀ ਪਰੰਤੂ ਉਸ ਨੇ ਇੱਕ ਅਰਥਚਾਰਾ ਸਿਰਜ ਲਿਆ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰੇਕ ਜ਼ਿੰਦਾ ਮੁਰਦਾ ਜੁਜ਼ ਨੂੰ ਇਸਦੇ ਬਾਲਣ ਵਜੋਂ ਬਲਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਨੁੱਖ ਵਜੋਂ ਵਿਚਰਨਾ ਅੰਤਾਂ ਦਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਕੰਮ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਢਾਂਚਾ ਹਰ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਨੁੱਖੀ ਨੁੱਕਰਾਂ ਨੂੰ ਤਰਾਸ਼ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਫਿੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਤਤਪਰ ਤੇ ਵਚਨਬਧ ਹੈ। ਸਵੈ ਤੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਇਸ ਵਰਤਾਰੇ ਮਾਰੂ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਾਹਿਤ ਸਾਡਾ ਸਹਾਰਾ ਤੇ ਰਾਹ ਦਸੇਰਾ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੰਵੇਦਨਾ, ਹਮਦਰਦੀ, ਕਰੁਣਾ, ਉਤਸ਼ਾਹ, ਭਾਈਚਾਰਾ ਅਤੇ ਤਿਆਗ ਵਰਗੇ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਚੰਡ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਾਹਿਤ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਸਿਰਫ ਡਾਕਟਰਾਂ, ਇੰਜਨੀਅਰਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿੱਤਾ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਉਹ ਡਾਕਟਰਾਂ, ਵਕੀਲਾਂ ਜਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਮਨੁੱਖਤਾ ਪ੍ਰਤੀ ਲਗਾਅ ਤੇ ਸੇਵਾ-ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੋਣ ਜਦੋਂ ਕਿ ਹੋ ਬਿਲਕੁੱਲ ਉਲਟ ਰਿਹਾ ਹੈ ਡਾਕਟਰ ਮੁਰਦਿਆ ਦਾ ਮਾਸ ਖਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਕੀਲ ਨਿਆਂ ਨੂੰ ਆਮ ਬੰਦੇ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰਨ 'ਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਿੱਦਿਆ ਦਾ ਵਪਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਕਾਰਨ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਣਗੇ ਪ੍ਰੰਤੂ ਸਾਡੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਤੋਂ ਬੇਮੁਖਤਾ ਇਸ ਸਭ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮਾਈ ਹੋਈ ਹੈ। ਅਗਿਆਨ ਤੇ ਲਾਲਚ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖੀ

ਦੁੱਖਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਕਾਰਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਖਤਮ ਨਾ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਤਾਂ ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਸਾਹਿਤ ਸਾਧਨਾ ਦੁਆਰਾ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜ਼ਰੂਰ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਧਰਤੀ ਜਿੱਥੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਹਾਸਿਲ ਹੈ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹਾਨ ਉਦਾਹਰਣ ਹੈ। ਹਲਾਤ ਦਾ ਵਿਅੰਗ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਧਰਤੀ ਉੱਪਰ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਰੁਖ ਨੂੰ ਪੰਜ ਸਦੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੋੜਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਅੱਜ ਉਸ ਧਰਤੀ ਦੇ ਲੋਕ ਹੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜੀ ਬੈਠੇ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਇਸ ਕਥਨ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਹਲਾਤਾਂ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਵਿਚਾਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

ਸਬਦੁ ਗੁਰੁ ਸੁਰਤਿ ਧੁਨਿ ਚੇਲਾ
ਅਕਥ ਕਥਾ ਲੇ ਰਹਉ ਨਿਰਾਲਾ॥

Understanding Gender: A Precondition for Gender Sensitization

Sh. Aman Sharma

Assistant Professor, Department of English
University College, Chunni Kalan

The term 'gender sensitization', in simple words, could refer to the process of creating popular awareness about key gender issues like discrimination, inequality, stereotyping, violence and dominance, among others. Consequently, it also aims at sensitizing people and thereby effecting major behavioural and dispositional changes as far the mutual interaction between the genders is concerned. We need to recognize the fact that gender sensitization is not just a women's issue and should not be misconstrued as concerning only the feminine gender. It is not possible to undertake any meaningful discussion on the subject unless we broaden its scope to include both the feminine as well as the masculine gender. We can even go beyond this masculine-feminine binary and extend the frontiers of discussion to bring the third gender i.e. the trans-genders under its purview. However, since 'gender' is central to the whole gender sensitization project, a clear insight into the concept is fundamental to its successful implementation.

A pre-requisite to the understanding of the term 'gender' is to first distinguish it from 'sex'. Before the advent of the feminist theory in the 1960s, both these terms were used interchangeably to denote the biological differences between men and women and how these differences come to shape their behaviours and capabilities. It was believed that one term can easily substitute the other. Besides, gender was also considered to be a neutral category having no ideological underpinnings. However, the feminist theorists brought this idea under critical scanner. The feminist inquiries and interrogations clearly underlined the fundamental divergence between the concepts of 'sex' and 'gender' - while sex is biological (one is born either as a male or a female), gender is a social and cultural construct. Rejecting the

prevalent beliefs and assumptions about gender being neutral, the feminist critics proved that gender is a purely cultural and ideological phenomenon which is mediated by such factors as race, class, caste, ethnicity and sexuality. The strong feminist critical interventions further led to the questioning of traditional gender roles and stereotypes which sought to establish male dominance and supremacy over women in patriarchal societies. The famous French philosopher Simone de Beauvoir, who is regarded as the mother of feminism, wrote in her seminal text *The Second Sex* that one is not born as a woman; rather, one becomes a woman. Beauvoir's words triggered the feminist debate and became precursors to the radical feminism which emerged in the 1960s and the 1970s. Consequently, as Peter Murphy argues in his book *Feminism and Masculinities*, "[f]eminists expanded their struggle to address personal and individual issues, out of which came the crucial realization that 'the personal is political'". Teresa de Lauretis, a major feminist theorist argues, as noted by Shohini Chaudhuri in her book *Feminist Film Theorists* that "gender is not an innate element within human beings but the complex product of social technologies". De Lauretis uses the phrase 'technologies of gender' to refer to the institutions involved in the construction of gender. A reference to the social technologies of gender, according to her, "enables [us] to examine men and women in relation to various power strategies, not merely in relation to each other". David Glovers and Kora Caplan, in *Genders*, speak of gender as a "much contested concept, as slippery as it is indispensable, but a site of unease rather than of agreement". Thus, there exists a critical consensus about gender being a much problematic term.

Any attempt at a wholesome examination of the concept of gender must bring its two primary attributes – femininity and masculinity – into focus. Of these two, femininity has received greater critical attention owing to the rise of feminism as a movement, and rightly so since women have had to face severe oppression, exploitation and injustice over centuries. As mentioned earlier also, the feminist movement exposed the façade of gender neutrality to highlight gross injustices being meted out to women by the patriarchy. A significant offshoot of the feminist movement is the emergence of critical interest in masculinity as problematic and ideological. Murphy again notes that "[w]hen the personal, emotional, sexual experiences

of women's lives gained significance as legitimate social concerns with political consequences, men were forced to examine their own socially constructed roles as men". The feminist critique challenged the popular assumption that masculinity is a fixed, stable and therefore natural gender category. On the contrary, it was argued that masculinity, much like femininity, is a cultural and ideological phenomenon. In his essay "Masculinity as Homophobia: Fear, Shame and Silence in the Construction of Gender Identity", Michael S. Kimmel reasons that "masculinity is a constantly changing collection of meanings that we construct through our relationship with ourselves, with each other, and with our world. Manhood is neither static nor timeless; it is historical. Manhood is not the manifestation of an inner essence; it is socially constructed. Manhood doesn't bubble up to consciousness from our biological make up; it is created in culture". John Beynon also argues in *Masculinities and Culture* that masculinity "is something into which [men] are acculturated and which is composed of social codes of behaviour which they learn to reproduce in culturally appropriate ways". It is evident that the notion of masculinity as linked to the genetic formation of men does not hold any water.

There is, thus, a sufficient critical substantiation of the fact that gender is a purely socio-cultural construct whereby different roles are associated with men and women in particular cultures. R.W. Connell, a major gender theorist, in his book *Masculinities*, talks about the sex role theory by which men and women are distinguished on the basis of biology:

... [B]eing a man or a woman means enacting a general set of expectations which are attached to one's sex – the 'sex role'. In this approach there are always two sex roles in any cultural context, a male one and a female one. Masculinity and femininity are quite easily interpreted as internalized sex roles, the products of social learning or 'socialization'.

The undeniable presence of biological determinism in the sex role theory makes it highly unjust and exploitative. Besides, the sex roles assigned to women aim at keeping them in a position subordinate to that of men. Connell himself criticizes this concept for its apparent ambivalence and illogicality:

Role theory exaggerates the degree to which people's social

behaviour is prescribed. But at the same time, by assuming that the prescriptions are reciprocal, it underplays the social inequality and power. For all these reasons, 'role' has proved unworkable as a general framework for social analysis. Sex role theory has a fundamental difficulty in grasping issues of power. To explain differences in the situation of men and women by appeal to role differentiation is to play down violence, and suppress the issues of coercion by making a broad assumption of consent.

It is noteworthy that the idea of sex role is primarily centered on the biological categories of 'male' and 'female'. It attempts to reduce gender to these homogenous groups and thus underplays the influence of power structures in the determination of gender roles. The performance of sex roles can be equally constricting and dehumanizing for men as it is for women. This is because in such a system men are supposed to live up to certain fixed standards of behaviour and practice. They are under constant pressure to perform and meet the expectations of their families, peer groups and society at large failing which they are liable to be labelled as misfits or failures. In his essay "On Male Liberation", Jack Sawyer talks about the constraints of role prescriptions for men:

Sex-role stereotypes say that men should be dominant; achieving and enacting a dominant role in relation with other is often taken as an indicator of success. 'Success', for a man, often involves influence over the lives of other persons... Most men in fact fail to achieve the positions of dominance that sex-role stereotypes ideally call for. Stereotypes tend to identify such men as greater or lesser failures, and in extreme cases, men who fail to be dominant are the object of jokes, scorn, and sympathy from wives, peers, and society generally.

Sawyer rejects the notion that sex-roles aid in the maintenance of social stability. According to him, these stereotypes not only hinder individual progress but also prove to be dysfunctional for society. They create a sense of excessive competitiveness among individuals who strive to achieve the mythic success that always seems to be elusive and difficult to attain. The resulting sense of frustration leads to the breakdown of personal and professional relationships and thus disturbs the harmony in the social structure. Advocating a rejection of gender roles, he observes:

Neither men nor women need to be limited by sex-role

stereotypes that define 'appropriate' behaviour. To present models for men and women fail to furnish adequate opportunities for human development. That one-half of the human race should be dominant and the other half submissive is incompatible with a notion of freedom. Freedom requires that there not be dominance and submission, but that all individuals be free to determine their own lives as equals.

The sex-role theory is thus criticized for its inability to represent issues of power in gender relations. It attempts to universalize the normative behaviour and any departure from the set practice is categorized as deviant. A thorough examination of the concept of gender thus becomes crucial for the success of any gender sensitization program which seeks to bring about gender empowerment. A critical knowledge of the politics of gender will make us question the prevalent prejudices and stereotypes which we have always considered to be natural and normal and which facilitate the perpetuation of gender inequality.

Works Cited:

Beynon, John. *Masculinities and Cultures*. Buckingham: OUP, 2002. Print.

Chaudhari, Shohini. *Feminist Film Theorists*. London: Routledge, 2006. Print.

Connell, R.W. *Masculinities*. Berkeley: University of California Press, 2005. PDF file.

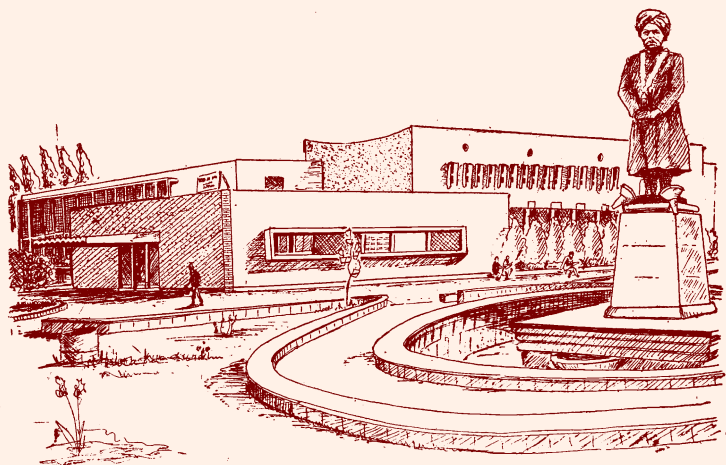
Glover, David and Kora Caplan. *Genders*. London: Routledge, 2009. Print.

Kimmel, Michael S. "Masculinity as Homophobia: Fear, Shame, and Silence in the Construction of Gender Identity." *Feminism and Masculinity*. Ed. Peter F. Murphy. New York: Oxford University Press, 2004. 183-199. PDF file.

Murphy, Peter F., ed. *Feminisms and Masculinities*. New York: OUP, 2004. PDF file.

“Learning gives creativity
Creativity leads to thinking
Thinking provides knowledge
Knowledge makes you great.”

-A.P.J. Abdul Kalam



GOLDEN JUBILEE YEAR
National Service Scheme
MULTANI MAL MODI COLLEGE, PATIALA



ZOHRA
PUBLICATION

