

ਕਿ

ਭਾਈ ਫੇਲ੍ਹੁ ਹੋਣ ਦੀ ਆਖਰੀ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਭਾਵ ਵੇਂ ਕਿ ਕਿਡਨੀ ਦਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣਾ। ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤ ਕਿਡਨੀ ਫੇਲ੍ਹੁ ਹੋਣ ਦੀ ਅੰਤਮ ਸਥਿਤੀ 'ਚ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਬੋਹੰਦ ਰੀਤੀਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਡਨੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕੋਈ ਸਾਮੀਆ ਆਵੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਟਰ ਕੋਟ ਕਰ ਤੋਂ ਪਛਾਣ ਕਰ ਕੇ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਸਾਮੀਆ - ਕਿਡਨੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕੰਮ ਸਰੀਰ 'ਚ ਲਾਲ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਨੂੰ ਸਚਾਰੂ ਬਣਾਈ

ਕਿਡਨੀ ਫੇਲ੍ਹੁ ਹੋਣ ਦੇ ਸੰਕੇਤ



ਹੋਣਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਡਨੀ ਫੇਲ੍ਹੁ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਲਾਲ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ 'ਚ ਕਮੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਨੀਸ਼ੀਆ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਰ ਲੈਣ 'ਚ ਤਕਲੀਫ
- ਹਾਈ ਬਲਡੋਂ ਪ੍ਰੈਸਰ ਤੇ ਸਾਰ ਲੈਣ 'ਚ ਸਾਮੀਆ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਲਾਮਤਾਂ ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਸਾਮੀਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਮਰ ਦਰਦ - ਇਹ ਦਰਦ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਇਕ ਪਾਸ ਪਿਛੇ ਹਿੱਸੇ 'ਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਦ ਪੇਟ ਦੇ ਹੋਣਾ ਵੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ ਕਮਰ ਅਤੇ ਅੰਡਕਸਾਂ ਤਕ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਿਸਾਥ 'ਚ ਕਮੀ - ਪਿਸਾਥ ਦੀ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਹਰ ਵਾਰ ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਸਾਮੀਆ ਵੱਲ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਪਰ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸਿਆ ਲਗਦਾ ਹੈ।

ਕਿ ਸਰੀਰ 'ਚ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਮਾਹਿਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੰਬਚੀ - ਜਦੋਂ ਕਿਡਨੀ ਫੇਲ੍ਹੁ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਭੁਲ ਹਿੱਸਿਆਂ 'ਚ ਕੰਬਚੀ ਜਾਂ ਅਲਿੰਡੀਡ ਹਲਚਲ ਹੋਣ ਲਾਗਦੀ ਹੈ।

ਬਦਬੂਦਾਰ ਪਿਸਾਥ ਆਉਣਾ - ਸਿਸ ਦੀ ਕਿਡਨੀ ਫੇਲ੍ਹੁ ਹੋ ਗੀ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਦੇ ਪਿਸਾਥ 'ਚ ਤਿੰਨੀ ਬਦਬੂਦ ਆਉਣ ਲਗਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮਲ 'ਚ ਭੁਨ ਆਉਣਾ ਵੀ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਕਿਡਨੀ ਫੇਲ੍ਹੁ ਹੋਣ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਕੀ ਉਤਪਾਦ 'ਚ ਮੌਜੂਦ

ਫੈਟ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੈ?
ਕੰਬੀ ਲੋਨ ਦੀ ਪਾਵਨ ਹੈ ਕਿ ਫੈਟ ਸਿਰਾਂ ਲੀਂ ਛੁਡੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਲਾਲ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ 'ਚ ਕਮੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਨੀਸ਼ੀਆ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਅੰਰਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਬਦਲੋ ਨਜ਼ਰੀਆ

ਕੀ ਸੱਚਮਚ ਅੰਰਤ ਜਦੋਂ ਚਾਰਦੀਵਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਦਮ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਉਸ

ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ? ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਹਰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਰਹੀ ਹੈ, ਕਦੇ ਸਿਰ ਦਾ ਤਾਜ ਤੇ ਕਦੇ ਪੈਰ ਦੀ ਜੁੱਤੀ ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਆਧੁਨਿਕਤਾ ਦਾ ਬੋਲਬਾਲਾ ਹੈ ਅੰਤਰ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਤਬਦੀਲੀ ਆਈ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅੱਜ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰਾਂ ਉੱਚੇ ਅਹੁਦਿਆਂ ਉੱਤੇ ਬਿਗਾਜਮਾਨ ਹਨ, ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਆਟੇ ਵਿੱਚ ਲਣ ਬਗਬਾਰ ਹੈ ਫਿਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਸੰਕਟਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਦਾ ਹੈ, ਕਿੰਨੀਆਂ ਵਧੀਕੀਆਂ, ਕਿੰਨੇ ਜ਼ਲਮ-ਜ਼ਥਰ ਸਹਿਣ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਖੱ-ਵਖੱ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰਕਾਂ ਦੀ ਵਜ਼ਾ ਕਾਰਨ ਅੰਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਰਾਤ ਹੋਈ ਤੇ ਉਹ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖ ਵੀ ਗਈਆਂ ਹਨ ਅਜੇਕੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹਾਲਾਤ ਕੁਝ ਬਦਲੇ ਹਨ, ਮਾਪੇ ਬੱਚੀਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਕਾਲਜ ਜਾਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੇ ਲੜਕੀਆਂ ਦੀ ਦਸਵੇਂ ਤਕ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਦੇਣ ਦਾ ਅਵਸਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧੇ ਤੇ ਉਹ ਆਤਮ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਣ ਪਰ ਬਦਲਦੇ ਹਾਲਾਤ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅੰਤਰਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਅਸਰੋਖਿਆ ਦਾ ਸਵਾਲ ਦਿਨੋਂ ਦਿਨ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅੱਤਿਆਚਾਰ ਤੇ ਬਲਾਤਕਾਰ ਦੇ ਕੇਸ ਵਾਂਧ ਰਹੇ ਹਨ ਪੰਜ ਸਾਲ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 70 ਸਾਲ ਤਕ ਦੀ ਅੰਤਰ ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ ਕਸਰਵਾਰ ਆਜ਼ਾਦ ਰਿਹੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਤਾਜਨਾ ਦੇ ਕੇ ਛੱਡ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਪੁੰਚ ਵਾਲੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਕਾਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਮੰਤਰੀਆਂ, ਅਫਸਰਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਟੇਦਾਰ ਅੰਤਰ ਜਿਸ ਦੇ ਹੱਥ ਕੁਲੇ ਦੀ ਡੋਗੀ ਹੈ, ਉਹ ਜ਼ਗ ਦਾ ਉਦਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਵੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਾਵਾ ਬਲਵੰਤ ਨੇ ਲਿਖਿਆ ਹੈ: ਅੰਤਰ ਇੱਕ ਅੰਤਰ ਵੀ ਏ, ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਏ, ਜਗਤ ਕਲਿਆਣੀ ਵੀ ਏ ਜਿਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਪੜ੍ਹੀ ਲਿਖੀ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋਵੇਗੀ ਉਹ ਸਮਾਜ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਕਲਿਆਣ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਉਹ ਅਗਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਬਖਸ਼ਰਤ ਛੁੱਲ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅੰਲਾਦ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਅਧੀਨ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਯੋਗ ਵਰਤੋਂ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਅੰਤਰ ਜੇ ਪੜ੍ਹੀਲਿਖੀ ਸੰਪੰਨ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰ ਵੀ ਸੰਪੰਨ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਘਰੋਂ ਸਨਮਾਨ ਮਿਲੇਗਾ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨਾ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਨਮਾਨ ਦੇਣ ਦੇ ਬੀਜ ਬੀਜੇ ਜਾਣਗੇ ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਤੋਹਫੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਹੀ ਸਨਮਾਨ ਦੇਣਗੀਆਂ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਸਰੀਰਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਰਦ ਨਾਲੋਂ ਭਿਨ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਬਣਾਵਟ ਵੱਖੀ ਹੈ ਪਰ ਤਾਕਤ ਵਜੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਉਹ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਹੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਤੇ ਵਿਚਾਰਧਾਰਕ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਸਰਸਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਸਰੀਰਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਾਕਤਵਰ ਤੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਅੰਕੜ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਕਰਾਏ ਆਦਿ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅਗਲੇ ਆਗੂ ਉੱਤੇ ਲੜ ਪਾਸੀਨੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲੀਆਂ ਹਨ

ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਦਾ ਪਿਤਾਮਾ

ਡਾ. ਸੈਮਾਲ ਹੈਨੇਮਨ

ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਬਾਰੇ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਲਾਜ
ਪ੍ਰਣਾਲੀ, ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਜ਼ਹੜੇ ਖਤਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ
ਸਾਈਡਿਏਕਟ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਗਮਨ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਕੇ ਦੁਨੀਆ ਦੇ
ਹਰ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਪੁੱਜਣ ਵਾਲੀ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖੇਜ਼ੂ
ਡਾਕਟਰ ਸੈਮੂਅਲ ਹੈਨੇਮਨ ਨੇ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਡਾਕਟਰ ਹੈਨੇਮਨ ਦਾ ਜਨਮ
10 ਅਪ੍ਰੈਲ 1755 ਨੂੰ ਜਗਮਨ ਦੇ ਪਿੰਡ ਮੀਸ਼ਨ ਵਿਚ ਹੋਇਆ।
ਪਰਿਵਾਰ ਉੱਤੇ ਅੰਤਾਂ ਦੀ ਗਰੀਬੀ ਸੀ। ਪਿਤਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਬਰਤਨਾਂ
ਉੱਪਰ ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਹੈਨੇਮਨ ਨੇ ਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਨਾਲ
ਨਾਲ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਵਿਚ ਹੱਥ ਵਟਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਨਾਲ ਹੀ
ਲਗਨ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵਧਦੇ ਗਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ
ਨੂੰ ਦੁਨੀਆ ਦੀਆਂ 11 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਸੀ। ਡਾਕਟਰ ਹੈਨੇਮਨ
ਨੇ 24 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਐਮਡੀ ਕਰ ਲਈ ਸੀ ਅਤੇ ਡਰੂਸ਼ਡਿਨ
ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਬਚੌਰ ਮੁੱਖ ਡਾਕਟਰ ਨਿਯੁਕਤ ਹੋਏ। ਇੱਥੋਂ ਨੌਕਰੀ
ਦੇਂਗਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਅਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।
ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਬੁਦਦ ਹੀ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਖੋਜ ਆਰੰਭ ਦਿੱਤੀ।
ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਇੱਕੋ ਦਵਾਈ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ
ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਵਾਰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਤਾਂ ਖੇਜ਼ੂ
ਕਰਦਿਆਂ ਇਸ ਸਿੱਟੇ 'ਤੇ ਪੁੱਜੇ ਕਿ ਇਕ ਦਵਾਈ ਦਾ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ
ਰੋਗੀਆਂ 'ਤੇ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੋਗ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਰੋਗ
ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੋਗ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਰੋਗੀ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮਾਨਸਿਕ
ਇਲਾਜ ਵੀ ਜੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਖੋਜ ਨੂੰ ਹੋਰ ਡੂੰਘਾਈ ਤੱਕ ਲੈ ਕੇ
ਜਾਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਅਸਤੀਫਾ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ
ਦੀ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਜੁੱਟ ਗਏ। 1790 ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਕਿਤਾਬ ਦਾ
ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਖਿਆਲ ਆਇਆ ਕਿ ਕਿਹਾਂ ਕਿਤਾਬ ਦਾ
ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਖਿਆਲ ਆਇਆ ਕਿ ਕੁਕੀਨ ਖਾਣ ਨਾਲ
ਬੁਖਾਰ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖਿਆਲ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨ
ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰ ਕਠੀਨ ਖਾਣੀ ਸ਼ਰ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ

ਪਤੀ ਪਤਨੀ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਹਾਲਾਤ

ਵਿਆਹਤਾ ਜੀਵਨ ਸਮਾਜ ਦੀ ਆਧਾਰਸ਼ਲਾ ਹੈ। ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ, ਸਿਆਣੇ ਦੰਪਤੀ ਪਾਸੋਂ ਹੀ ਆਦਰਸ਼ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਸਦਾਚਾਰੀ ਸਮਾਜ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਜੇਕੇ ਬਹੁਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਤੌਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿੱਥੇ ਪੱਤੇ ਦੇਂਵੇਂ ਦੈਨਿਕ ਜੀਵਨ 'ਚ, ਕੰਮਕਾਰ ਜਾਂ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ 'ਚ ਰੁਝੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਘਰ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਜਾਂ ਮਾਰੀਲ ਸੁਖਾਵਾਂ, ਨਿੱਘਾ, ਤਣਾਓ-ਰਹਿਤ ਅਤੇ ਭਰਿਆ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੀ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਏ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਪਿਛੇ ਗੰਢ ਦਿਨ ਪੱਤੀ ਦਿਨ ਪੀਚਵੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜਾਣਸ਼ੁਦਾ-ਸੁੱਚਾ ਪਿਆਰ ਸ਼ਾਨ ਵਿੱਚ ਪੜਕਣ ਵਾਲੇ ਦਿਲਾਂ ਦਾ ਸਾਜ਼ ਹੈ। ਮਹੁਰਤਾ ਇੱਕ ਮਿੱਠਾ ਮੇਵਾ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਪੀਚਵੀਂ ਗੰਢ ਹੈ। ਆਦਰ ਇੱਕ ਪਵਿੱਤਰ ਧਾਰਨਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਉੱਤਰਨਾ ਮਾਨਵੀਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੈ। ਆਦਰਸ਼ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਦੰਪਤੀ 'ਚ ਬਣੇ ਗਹਿਣਾ ਬੜਾ ਜ਼ਰੀਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਭਾਵ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਢੀ ਹੱਦ ਤਕ ਠੀਕ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੀ ਵਾਰੀ ਦੰਪਤੀ ਲਈ ਇ

ਦੰਪਤੀ ਲਈ ਜੀਵਨ ਦਾ ਗਜ਼ ਵੀ ਇਹ ਹੈ
 ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਾਜ਼ ਵੀ ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਇੱਕ
 ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਦੀ ਚਾਸ਼ਨੀ ਚਟਾਈ ਜਾਣ।
 ਜੀਵਨ 'ਚ ਪੱਤੜੜ ਇਕੱਠੇ ਮਿਲ ਕੇ ਕੱਟਣ
 ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਸਵਾਗਤ ਲਈ ਬਹਾਰ ਬਾਹਾਂ
 ਪਸਾਰੀ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਗੱਲ ਚਾਹੇ ਆਰਥਿਕ
 ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਹੋਵੇ, ਸਗੋ ਸਬੰਧੀਆਂ ਨਾਲ
 ਰਿਸ਼ਤੇ ਨਿਭਾਉਣ ਦੀ ਹੋਵੇ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ
 ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਦੀ ਹੋਵੇ।

ਇਕ ਦੂਜਾ ਦਾ ਸਥਾਨ ਹਵਾ, ਘਟ-ਘਟ ਆਜਿਹੇ ਸਮ ਤਾਂ ਦਿਲਾ ਦਾ ਆ
ਪੜਕਣਾ ਸਾਂਝੀਆਂ ਹੋਣ, ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਖੁਮਾਰ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਬੁਲ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਮਧੁਰ ਪਿਆਰ
। ਬੇਵਜ਼ਾ ਅਤੇ ਬੇਲੋੜੇ ਸਵਾਲ ਖੁਬਸੂਰਤ ਪਲਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿੱਦੇ ਹਨ।
ਆਂ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਘੱਟ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਨਿਸ਼ਚੇ ਹੀ ਉਹ ਅਜਿਹੇ
ਬੌਚਿਆਂ ਦਾ ਭਰਿਵੱਧ ਉੱਜਲਾ ਅਤੇ ਸੰਤੇਖਜਨਕ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸੱਚ ਸਕਦੇ
ਚ ਨਾ ਉਲੜਣ ਜੋ ਰਿਸਤੇ 'ਚ ਦਰਾਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਅਗਾਂਹਵਹੁ ਅਤੇ ਉਸਾਰ੍ਹੀ
ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੱਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਭਰੋਸੇ ਨੂੰ ਦਿੜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ
ਵੇਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਨਾਲ ਹਨ। ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੌਆਂ ਉਸਾਰ੍ਹੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ
ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਦਾ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਪਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ
ਕਦਰ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇਸ ਰਿਸਤੇ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਹੋਗਾ ਅਤੇ ਉਸ 'ਚ ਪੇਮ ਵੀ ਬਣਿਆ ਰਹੇਗਾ।

ਆਚਿ ! ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਸੁਣੀਏ

ਬਚਪਨ, ਜਵਾਨੀ ਤੇ ਬੁਢਾਪਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਤਿੰਨ ਕਮਾਲ ਦੇ ਰੰਗ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਰੰਗ ਬਚਪਨ ਬੋਡਿੱਕਰੀ ਦੇ ਆਲਮ 'ਚ ਗਜ਼ਰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਰੰਗ ਜਵਾਨੀ 'ਤੇ ਮਦਹੋਸ਼ੀ ਦਾ ਦੌਰ ਹੀ ਭਾਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂਕਿ ਤੀਜਾ ਰੰਗ ਬੁਢਾਪਾ ਉਮਰ ਭਰ ਹੱਡੀਂ ਹੰਦਾਏ ਤਜਰਬਿਆਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ ਤੇ ਆਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਰੰਗਾਂ

• ਬਰਧ ਆਸ਼ਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹੀ ਕਿਸੇ ਦਿਨ-ਤਿਉਹਾਰ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਠਿਆਈ ਤੇ ਹੋਰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਾਮਾਨ ਵੰਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਘਰ ਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਪੂਰਨ ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਰ ਗੱਲ 'ਤੇ ਛੁੱਲ ਚੜ੍ਹਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ।

ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕੁੱਲ ਆਬਾਦੀ ਦਾ ਇੱਕ ਤਿਹਾਈ ਦੇ ਲਗਭਗ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵਧੇਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਇਕਲਾਪੇ ਵਿੱਚ ਬਸਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹਨ। ਤਰੱਕੀ ਕਾਹਦੀ ਕਰ ਲਈ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਾਂਭਣਾ ਵੀ ਜਿਵੇਂ ਨਮੋਸ਼ੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਸਮਝਿਆ ਜਾਣ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਬਿਰਧ ਆਸਰਮ ਉਸਾਰ ਲਏ ਹਨ। ਪਿੰਡਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵੱਲ ਪਲਾਇਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੁਢਾਪੇ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲੇ ਹੀ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚਲੇ ਘਰਾਂ 'ਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਨੌਕਰਾਂ ਦਾ ਪੰਥ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਆਪਣਾ ਮੈਂਜ਼ਿਦ ਨਹੀਂ। ਰੁੱਝਵਿਆਂ ਭਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸਮਾਂ ਕੱਢ ਕੇ ਬੱਚੇ ਕਦੇ ਹੀ ਮਾਪਿਆਂ ਕੇਲ ਚੱਕਰ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਬਿਰਧ ਆਸਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹੀ ਕਿਸੇ ਦਿਨ-ਤਿਉਹਾਰ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਠਿਆਈ ਤੇ ਹੋਰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਾਮਾਨ ਵੰਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਘਰ ਤੋਂ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣ ਪਾਣ-ਸੁਲਖਾਨ ਜਿੰਦਾ ਜਾਂਨਾ ਸੀ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਰ ਗੱਲ 'ਤੇ ਛੁੱਲ ਚੜਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਦਰਅਸਲ, ਬੜੁਗਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦੇ ਇਸ ਪੜਾਅ ਤਕ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਤਜਰਬੇ ਹਾਸਿਲ ਹੋਏ ਹੋਏ ਹੋਏ ਹਾਸਿਲ ਹੋਏ ਅਧੀਨੀ ਆਪਣੇ ਤੇ ਪਾਪਾ ਵੇਂ ਤੇ ਸੱਥੀ ਚਾਹ ਕਾਂ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਛੋਟੇ ਸੰਗੀਆਂ ਨੂੰ 'ਸੁਪਨਮਈ ਸੰਸਾਰ' ਦੀਆਂ ਬਾਤਾਂ ਸਣਾਉਣ
ਲਈ ਉਤਾਰਵਾਲੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣਗੇ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਹ ਨੰਨੇ-ਮੁੰਨੇ ਕਿਧਰੇ
ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਦੇ ਸਹਿਰੀ ਸ਼ੁਕਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣਗੇ ਤੇ ਕਦੇ ਹੀ ਪਿੰਡ
ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਆਉਂਦੇ
ਹੋਣਗੇ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੋਤੇ-ਪੋਤੀਆਂ ਨੂੰ
ਮਿਲਣ ਦਾ ਵਿਗੋਚਾ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਕਿਵੇਂ ਡਸਦਾ
ਹੋਵੇਗਾ, ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਉਹ ਝੁਦਰਾ ਹੀ ਲਗਾ
ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਪੋਤੇ-ਪੋਤੀਆਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਕੋਲ
ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁਲੀ ਹੋਮਵਰਕ ਤੋਂ
ਵਿਹਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। ਜਕਰ ਇਸ ਪਾਸਿਓਂ ਵਿਹਲ
ਮਿਲਦੀ ਵੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਵੱਡਿਆਂ
ਸੰਗ ਬਿਤਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਾਂ
ਮੋਬਾਈਲ 'ਤੇ ਗੋਮਾਂ ਖੇਡਣ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ
ਹਨ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਜਹਾਨ ਉੱਜ਼ਿਆ ਤੇ
ਵੀਰਨ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਕੁਝ ਸੁੰਦਿਆਂ-ਸੁੰਦਿਆਂ
ਵੀ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੋਲੋਂਦੇ ਹੋਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਦਿਵਾ
ਰਹੇ ਹਾਂ। ਦਰਸ਼ਨ, ਬਜ਼ੁਰਗ ਸਾਡਾ ਸਰਮਾਇਆ
ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼-ਵਸਤ ਦਾ ਲਾਲਚ
ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮੌਹ-
ਪਿਆਰ ਦੇ ਭੁੱਖੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਨ ਜਜਬਾਤੀ
ਕਿਸਮ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਿਰਫ ਇਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ
ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਆਪਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦਿਲ ਥੱਲ੍ਹੇ
ਕੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰੇ। ਕੋਈ ਆਪਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ 'ਹੁੰਦਿਆਂ
ਹੁੰਦਾ' ਮਿਲਾਏ। ਕੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਫਿੱਕੇ ਹੋ
ਰਹੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸੂਰੇ ਰੰਗ ਭਰੇ। ਕੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ
ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਤਾਂ ਉਹ 'ਆਪਣਾ' ਦਿਲ ਥੱਲ੍ਹੇ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਰੱਖ ਦੇਣ। ਡਾਕਟਰ
ਦਾ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਪਿਆਨ ਨਾਲ ਸਣਨਾ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਅੱਧੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ
ਇਲਾਜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਿਲਕੁਲ ਇਉਂ ਹੀ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ
ਸਾਰੇ ਦੁੱਖਾਂ-ਤਕਲੀਫਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਕਦੇ ਸੁਣ ਕੇ ਤਾਂ ਵੇਖੋ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ
ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਸੱਚੁੰਚ ਹੀ ਇੱਕ ਅਨੁਖੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਚਲੇ
ਜਾਓਗੇ। ਉਹ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਸਭ ਕੁਝ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਨਿਛਾਵਰ ਕਰ ਦੇਣ
ਸ਼ਹੀ ਲਾਗੂਸ਼ੇ ਕੇ ਚਾਰਨਾਂ।

ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਣਾਉ ਮਕਤੀ

