Tender Heart High school Sec- 33B Chd

Class- 10 Ramandeep Kaur

Topic- ਅਣ-ਡਿੱਠਾ ਪੈਰ੍ਹਾ Pbi. Lang. (P-1)

ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਮਨ-ਲਭਾਊ ਗੇਮਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤ-ਸੰਗੀਤ ਨੂੰ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਹਰ ਵਰਗ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਗੇਮਾਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਹੜੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਐਸਾ ਉਲਝਾ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਰਾਹ ਨਹੀਂ ਲੱਭਦਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗ਼ ਵੀ ਥੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਕਤ ਵੀ ਬਰਬਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ 'ਈਅਰ ਫ਼ੋਨ' ਲਾ ਕੇ ਘੰਟਿਆਂ-ਬੱਧੀ ਗੀਤ-ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨਾ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਅਸ਼ਲੀਲ ਲੱਚਰ ਗਾਣਿਆਂ ਦਾ ਸੁਣਨਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੋਚ 'ਤੇ ਵੀ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੁਣਨ-ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਘੰਟਿਆਂ-ਬੱਧੀ ਚੈਟਿੰਗ ਕਰਨੀ ਵੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਵਕਤ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ ਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਅਕਸਰ ਲੋਕ ਧੋਖਾ-ਧੜੀ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵੀ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਜਾਣਕਾਰੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਦੋਸਤੀ ਤੋਂ ਠੱਗੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਕੁੜੀਆਂ ਵਧੇਰੇ ਠੱਗੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਫਿਰ ਵੀ ਲੋਕ ਸਮਝਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਸੁਆਰਥੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ : ਇਸ ਜਨੂੰਨ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸੁਆਰਥੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਡਾਟੇ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਮਨ ਲਭਾਊ ਤੇ ਸਸਤੀਆਂ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ਾਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਦੂਜਾ ਵਾਈ-ਫ਼ਾਈ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਦੇ ਜਨੂੰਨ ਨੂੰ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕਈ ਠਰਕੀ ਤਾਂ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਵਾਈ-ਫ਼ਾਈ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਮੁਫ਼ਤ ਮਿਲਦੀ ਹੋਵੇ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੁੱਡ ਮਾਰਨਿੰਗ ਤੇ ਗੁੱਡ ਨਾਈਟ ਇੱਥੋਂ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਂਜ ਭਾਵੇਂ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗੁੱਡ ਮਾਰਨਿੰਗ ਕਿਹਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਇੱਥੇ ਹੀ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਗਿਆ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਹੈਰਾਨੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਗੁੱਡ ਨਾਈਟ ਤੋਂ ਗੁੱਡ ਮਾਰਨਿੰਗ ਦਾ ਵਕਫ਼ਾ ਸਿਰਫ਼ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਘੰਟਿਆਂ ਦਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਫ਼ਜ਼ੂਲ ਦਾ ਪਾਗਲਪਨ ਹੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਮੁੱਕ ਗਏ ਹਨ।

ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਬੇਲੋੜੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ : ਅੱਜ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਇਸ ਹੱਦ ਤਕ ਇਸ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਆ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਸ ਤੋਂ ਖਹਿੜਾ ਛੁਡਾਉਣਾ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹੋ ਹਾਲ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਅੱਜ ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਊ ਕੇਂਦਰ ਖੋਲ੍ਹੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਸਮਾਰਟਫੋਨ ਦੇ ਨਸ਼ਈਆਂ ਲਈ ਵੀ ਹਸਪਤਾਲ ਆਦਿ ਖੋਲ੍ਹਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦੀ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਅਨੇਕਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਮਸਲਾ ਬਣ ਰਿਹਾ ਹੈ; ਜਿਵੇਂ

ਗੰਭੀਰ ਰੋਗ ਪੈਦਾ ਹੋਣੇ : ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤੇਜ਼ ਕਿਰਨਾਂ ਨਾਲ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਂਗਲਾਂ ਨਕਾਰਾ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਸਾਥ ਛੱਡ ਰਹੀ ਹੈ, ਦਿਮਾਗ਼ੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸਿਆਂ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਦਿਲ, ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਰੋਗ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ।

ਵਕਤ ਤੇ ਧਨ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ : ਮਨੁੱਖ ਆਪਣਾ ਕੀਮਤੀ ਵਕਤ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੇ ਕੁਝ ਪੜ੍ਹ-ਲਿਖ ਕੇ ਉੱਚ ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ ਜਾਂ ਕੋਈ ਕਿਰਤ ਕਰਕੇ ਉਪਜੀਵਕਾ ਕਮਾਉਣੀ ਹੈ, ਉਹ ਹੱਥੋਂ ਲੰਘ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨਿਕੰਮਾ ਤੇ ਨਕਾਰਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਹ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮਨ ਦੀ ਇੱਕਾਗਰਤਾ ਉੱਡੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਨੈੱਟ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਵੀ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਮਕਸਦ ਲਈ ਵਰਤੇ ਗਏ ਪੈਸੇ ਨਿਰਾ-ਪੁਰਾ ਉਜਾੜ ਹੀ ਹਨ।

1 ਉਪਰੋਕਤ ਪੈਰ੍ਹੇ ਦਾ ਢੁਕਵਾਂ ਸਿਰਲੇਖ ਲਿਖੋ।

Class - 10 Ramandeep Kaur

Topic - ਅਣ-ਡਿੱਠਾ ਪੈਰ੍ਹਾ Pbi. Lang. (P-2)

2. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੀਵਨ ਤੇ ਮੋਬਾਇਲ ਦਾ ਕੀ ਅਸਰ ਹੈ ?

3. ਮੋਬਾਇਲ ਨੇ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਬਦਲਾਵ ਲਿਆਂਦੇ ?

4. ਮੋਬਾਇਲ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ?

5. ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਲਿਖੋ ।

1. ਮਨ - ਲੁਭਾਊ
2. ਫਰਜ਼ੀ
3. ਥੋਲੋਜ਼ੀ
4. ਸੁਆਰਥੀ
5. ਸੁਫਵਾਲ
6. ਲਾਪਰਵਾਹ