ਇਹੀ ਹੱਥ ਨੇ

ਇਹੀ ਹੱਥ ਨੇ
ਛੂਹੰਦੇ ਸਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਤਪਦਾ ਮੱਥਾ
ਨਬਜ਼ਾਂ ਦੇਖਣ
ਸਿੱਧਾ ਕਰਦੇ ਸੇਜ ਵਿਛਾਉਣਾ.

ਇਹੀ ਹੱਥ ਨੇ
ਪਿੱਠ ਨੂੰ ਥਪਕਣ
ਚਮੜੀ ਪਰਖਣ
ਬਾਂਹ ਫੜਦੇ ਹਨ
ਕੂੜਾ ਢੋਂਦੇ

ਬਦਲਣ ਬੁਝਿਆ ਲਾਟੂ
ਤੁਪਕਾ ਤੁਪਕਾ ਜਲ ਸੰਜੀਵਨ
ਨਾੜੀਂ ਵਗਦਾ ਕਰਦੇ
ਲਾਉਂਦੇ ਚੂਲ਼ਾ ਨਵਾਂ-ਨਕੋਰ.

ਇਹੀ ਹੱਥ ਨੇ
ਜੋ ਭਰਦੇ ਗ਼ੁਸਲ ਦਾ ਹੌਦਾ
ਲਾਉਂਦੇ ਫ਼ਰਸ ’ਤੇ ਪੋਚਾ
ਸੁਚ ਦਬਾ ਕੇ ਬਿਜਲੀ ਜਗਦੀ ਬੁਝਦੀ ਕਰਦੇ
ਜ਼ਖ਼ਮ ਪਲੋਸਣ

ਲੂੰਹਦੇ ਲਿਬੜੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ
ਟੀਕੇ ਲਾਵਣ ਸਾਨੂੰ
ਸੁੱਟਦੇ ਵਰਤੇ ਨਸ਼ਤਰ
ਬਣਤ ਬਣਾਵਣ ਕਰਖ਼ੌਨੇ ਦੀ.

ਤੇ ਇਹੀ ਨੇ ਹੱਥ
ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਨੇ ਵਗਦਾ ਮੈਲ਼ਾ
ਚੁੱਕਦੇ ਗੰਦਾ
ਪੂੰਝਣ ਨਲੀਆਂ
ਕੰਮ ਨਾ ਹੋਵੇ ਸੁਣਦੇ ਮੰਦਾ

ਦੱਬਣ ਨਾੜਾਂ
ਹੱਡੀਆਂ ਜੋੜਨ ਵਿਚ ਪਲੱਸਤਰ
ਲਿਖਦੇ ਦਾਰੂ ਦਿੱਤੀ
ਤੇ ਇਹੀ ਨੇ ਹੱਥ ਸਾਨੂੰ ਛੂਹੰਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਖ਼ਿਰ.

__Michael Rosen__ wrote this poem in English to celebrate the 60th anniversary of the NHS. __Amarjit Chandan__ has written a Punjabi version. Printed here by permission.

Poems for...one world
https://poemsforthewall.org

John Lewis Partnership NHS ARTS COUNCIL ENGLAND

Poems for...the wall is a Hyphen project. "Hyphen-21" is a company registered in Cardiff no.2925831. Registered Charity no.1040077.