

# ہٹھ تے کھولو

Just Let the Grip Go



## سائیں سُچا

Sain Sucha

# ہتھ تے کھولو

پنجابی نظم

سائین سُچا

Punjabi poems of  
Sain Sucha  
with parallel English versions



**VKF Publication**

**Vudyā Kitaban Förlag**

[www.vudya.se](http://www.vudya.se)  
[vudya@vudya.se](mailto:vudya@vudya.se)

Copyright © Sain Sucha

First Published	2021
e-BOOK edition	2021

Title picture: Jonas Rahil Ahmad

Formating and layout: Sain Sucha

ISBN: 978-91-86620-60-8

A standard linear barcode representing the ISBN 9789186620608. Below the barcode, the numbers 9 789186 620608 are printed.

The price of the book is  
Sek 55                    Euro 5 \$ 5.5 £ 4

### **Payment in Sweden**

Bank: Handelsbanken

Account: VKF

Clearing number: 6180 Account number: 470473908 or

Bankgiro: 764-1699

### **In Europe**

IBAN: SE76 6000 0000 004 7047 3908

BIC/National bank-ID: HANDSESS

### **Elsewhere in the world:**

Use our PayPal account: [paypal.me/VKFKitaban](https://paypal.me/VKFKitaban)

IBAN or BIC + Clearing number + Account nr

BIC/National bank-ID: HANDSESS + 6180 + 470473908

## انضاب

اُنہاں لوکاں دے ناں، جیڑے کہندے نیں کہ  
شہنشاہی وچ پنجابی لکھنی اوکھی اے۔

گل تے ساری تہاڑی سوچ دی اے

نہ لکھنا اوکھا اے، تے نہ ہی پڑھنا

## CONTENTS

No.	Title	Page number
1	My Wish	17
2	Hope	19
3	The Dark Source of Light	41
4	Vessels for Light	43
5	Evolution	47
6	Dreamer	49
7	Don't be Afraid of the Darkness	51
8	An Honest Request	57
9	Reformation	63
10	Oneness	63
11	My lines	63
12	Just Let the Grip Go	65
13	Contribution	67
14	Congeniality	69
15	Truth	71
16	Ecstasy	77

# فہرست

سفحہ نمبر

نمبر ناں

13	تعارف	
18	میری چاہ	1
20	امید	2
42	چانن دا انھیرا میج	3
44	چانن دیاں کشتمیاں	4
48	ارتقاء	5
50	خوابی	6
52	انھیرے کولوں ڈردے کیوں او	7
58	اک سیدھا سوال	8
64	اسلاح	9
64	آٹھ	10
64	میریاں لکیریاں	11
66	ہتھ تے کھولو	12
68	شرکت	13
70	موافقت	14
72	حج	15
78	مسٹی	16

## CONTENTS

No.	Title	Page number
17	The Chill	81
18	Metamorphosis	85
19	In the Hall of Mirrors	89
20	Human Dilemma I	93
21	Human Dilemma II	93
22	Human Dilemma III	93
23	Important Events and Simple Words	95
24	The God in My House	97
25	Either Way	103
26	Loneliness	111
27	Why Did You	115
28	Time's Hands	115
29	Generations After Generations	117
30	Healing the Divided Self	121
31	Thanks for Joining the Ride	123
32	Did I Board the Wrong Train	127
33	Elegy	131

# ❖ فہرست ❖

نمبر	ناں	سفعہ نمبر
17	کمنی	82
18	نوال رُوپ	86
19	شیش گھروچ	90
20	انسانی المیہ (۱)	94
21	انسانی المیہ (۲)	94
22	انسانی المیہ (۳)	94
23	ڈونگیاں گلائتے سوکھے شبد	96
24	میرے گھروسا خدا	98
25	ایدھر یا اودھر	104
26	اکلایا	112
27	کادے لئی	116
28	کے دے ہتھ	116
29	نسلوں نسلان	118
30	ونڈی ہوئی میں دی شفنا	122
31	ہم سفری دا شکریہ	124
32	میں غلط گلڈی تے نہیں چڑھ گیا	128
33	وین	132

## CONTENTS

No.	Title	Page number
34	Two Realities in a Dream	135
35	Now	141
36	The Annual Spectacle	145
37	My Winter Pal with the Summer Smile	147
38	Three Haiku poems	149
39	For One Who Rejected Life I	151
40	For One Who Rejected Life II	153
41	New Year's Cocktail	155
42	To New Year	157
43	The First Day of May	161
44	I Know Who You Are	163
45	Tell Me Why	171
46	The Wordist	173
47	Predicament	177
48	Cognizance	177
49	Snow	179

# فہرست

## سفحہ نمبر

	نمبر	ناں
136	34	اک سفے دے دو سچ
143	35	ہٹنے
147	36	سالانہ تمیش
148	37	میرا پالے دا یار، گرمیاں دی مسکان لتیاں
150	38	تین ہانگو نزماں
152	39	اوہ، جسے زندگی نوں انکار کیتا (۱)
154	40	اوہ، جسے زندگی نوں انکار کیتا (۲)
156	41	نویں سال داشربت
158	42	نویں سال لئی
162	43	پہلی میئی
164	44	میں جانا آں کہ تو کون ایں
172	45	مینوں دستے سئی
174	46	شبدي
178	47	وکھڑا
178	48	آگے ہی
180	49	برف

## CONTENTS

No.	Title	Page number
50	Where the Fleeing Time Stands Still	181
51	The Magical Baltic Sea	183
52	The Black Cat	185
53	Don't Be a Hero	187
54	The Ocean in My Glass	193
55	Treasures in My glass	193
56	Friends, Not Foes	193
57	Writer's Tears	195
58	Merriment	197
59	Summer	199
60	Deaf	201
61	Live	201
62	The Verse	201
63	Teach Me How	203
64	Dance 1	207
65	Dance 2	207
66	Dance 3	207

# فہرست

نمبر	ناں	صفہ نمبر
50	جھنچے اُڈا وکت رُک جاوے	182
51	تلسمی بالٹک سمندر	184
52	کالی بیلی	186
53	ہیر وند بنو	188
54	میرے گلاس دا سمندر	194
55	میرے گلاس دا خزانہ	194
56	بیلی، نہ کہ بیری	194
57	لکھاری دے اتھرو	196
58	کم سیٹ سی	198
59	گرمیاں	200
60	بولا	202
61	جیو	202
62	کویتا	202
63	مینوں وی سکھا	204
64	(۱) نجخ	208
65	(۲) نجخ	208
66	(۳) نجخ	208

## CONTENTS

No.	Title	Page number
67	Basics and Continuity	209
68	Advice	211
69	In Praise of Shit	213
70	But Why	217
71	From a Father to His Daughter	221
72	Bisakhi	225
73	Tears and Tears	227
74	Just a Thought	231
75	Simple Talk	233
76	Slave by Intent	235
77	A Summary	237

# فہرست

	نمبر	ناں	صفہ نمبر
210	67	بنیاد تے تسلسل	
212	68	سلاج	
214	69	ٹھی دی تعریف وچ	
218	70	پر کیوں	
222	71	اک پیو توں دھی لئی	
226	72	بیساکھی	
228	73	اਤھرو	
232	74	اک خیال	
234	75	سیدھیاں گلائ	
236	76	نسلی غلام	
238	77	نچوڑ	
248	78	کُج زروری گلائ	
252	79	پنجابی لئی تے انگریزی شبد	
257	80	پنجابی دے سبک یوٹیوب تے	Punjabi lessons on YouTube

## تعارف

اے میریاں نزماں دا مجوعہ اے جیڑیاں کہ میں چار زباناں وچ لکھیاں سن – انگریزی، اردو، سویڈش تے پنجابی۔ بچتے آئے اے کہ ہن میں کدی وی سوچ کہ کوئی تحریر کے وی زبان وچ نہیں لکھی، سوائے اوس ویلے جدوں مینوں کے نیں آکھیا ہوئے کہ انہاں نوں کس زبان وچ میرا مزمون یا کہانی چاہیدی اے۔ ہوندا ایش اے کہ اک خیال اُٹھدا اے تے فیر لکھائی شروع ہو جاندی اے؛ کدی انگریزی وچ تے کدی کسے ہور لپی وچ کے ویلے میں سرف اردو یا انگریزی وچ لکھنا ساں، پر کج عرسہ توں میں سویڈش تے پنجابی وی ورت ریا آں۔ میں بہت مدت توں اپنیاں کہانیاں پنجابی وچ وی لکھنا چاہندا ساں، پر ہمیشہ اوہ شبد جیڑے وچلی آوازاں والے نیں، انہاں نوں لکھدیاں میں اڑک جانا ساں۔ بھین، بھرا، گھوڑا تے ڈھول۔ لکھدیاں تسلی نہیں ہوندی سی۔ پر جدوں دا میں وچ (بھڑا، گھڑا، ڈھڑا)، دے نشان نوں دریافت کیتا اے، ہن کوئی مشکل نہیں کیونکہ جدوں میں بھین، بھرا، گھوڑا تے ڈھول لکھاں تے لگدا اے کہ پڑھن والا ٹھیک پڑھے گا۔

ہن، بہت گھٹ ہوندا اے کہ میں پہلے تو فیصلہ کراں کہ اج کی، تے کیڑی زبان وچ لکھنا اے۔

اسراں ہی میریاں نزماں دی کوئی خاص شکل نہیں۔ اے میرے بچتے ہوئے خیال نیں جنہاں نوں ٹھیک جو مرزا سمجھ کے پڑھو۔ بچتے میرا خیال تھاڈے تکر پہنچدا اے تے فیر دوواں دا وکٹ ٹھیک استعمال ہویا اے، نیتاں بندا کج ہور وی کر سکدا سی۔

میں بنیادی تو رتے زندگی وچ ارتکاء دے فلسفے نوں ملتا آں۔ ہر جیوندی شے ہرویلے اپنے جسم تے زہن دی ترکی لئی کوشش کر دی اے۔ کج کامیاب ہوندے نیں تے جیون دی راہ وچ اگے ود دے نیں، کج ناکام ہو کے فتا ہو جاندے نیں، تے اک وحدتی تعداد اپنی جگہ تے کھلوتی رہندی اے۔ وکٹ دے نال نال جیڑے سانجھیاں تبدیلیاں نوں اپنان وچ کامیاب ہو جان اُنہاں دا آن آلے ویلے وچ رچن دا زیادا امکان اے، اُنہاں دی نسبت جیڑے کھلوتے رہ جان۔

میریاں نزم انہاں لئی نیں جیڑے زندگی وچ تبدیلی اپنے دھنا چاہندے نیں۔

میں پنجابی تے انگریزی لپی نوں آمنے سامنے درتیا اے کہ کدی کدی اسراں خیال نوں پھرناں وچ آسانی رہندی اے۔

میں ایہو نزم اردو / انگریزی، پنجابی / اردو تے سویڈش / انگریزی وچ وی چھاپاں گا۔

پر پہلی گل تے آئے اے کہ انہاں نزم وچ کوئی گل بنی کر نہیں!

سامیں بُچا

نومبر 4، 2021

## **My Wish**

Everyday, I wish to see tears in your eyes –  
Tears of joy!

## میری چاہ

ہر دن، میں تیری اکھاں وچ اتھرو ویکھاں

خوشنی دے اتھرو!

## Hope

"Wake up... wake up!"

He turned his head  
And there it sat,  
Outside his window,  
The black myna bird

"Why are you whispering,  
And why are you so hoarse ?"  
Asked Suez,  
The old farmer.

"Stupid was I  
Who flew over the city  
Instead of flying around it;  
And now I cannot sing!"

"What do you want?"  
The old man heard the anxiety  
In the bird's voice  
And enquired about it.

## امہد

1

"جاگ-----جاگ"

انہیں اپنا سر موڑیا

اوہ اُنھے بیٹھی ہوئی کی

کھڑکیوں باہر

کالی لالی

"ایہ کھسر پھسر کیوں

تیراں گاکیوں بیٹھیا ہویا اے؟"

سویز، بُڈھے کسان نے پچھیا

"میں جھلکی ساں

جیڑی شہر دے اُتوں لگکی

بجائے اک پاسیوں آن دے

ہن میں گا نہیں سکدی"

"کی چاہنی ایں؟؟"

بابے نوں پتھکی دی آواز وچ

فکر صنانی دتا، تے انہیں پوچھیا

The myna replied:  
"I have come the long way  
Because you are a true son of the Earth;  
I believe you would understand me!"  
"Just tell me,  
What's in your heart?"

## II

"Our Mother Earth feels sick!  
Her children torment her  
With gruesome games;  
Her skin is torn asunder by tanks,  
Dynamite inflicts burning sours on her body,  
Toxic chemicals run through her veins,  
And lethal gases fill her lungs –  
She suffers from shivers, cough and fever.

Do you remember how last Christmas  
She suffered from severe stomach-ache,  
Her whole inner being shook with convulsions,  
And she threw up a violent wave of her fluids –  
A tsunami that drowned all far and near?

لالي جواب دلتا

میں بڑی دوروں آئی آں  
توں دھرتی دانچا پُر ایں  
مینوں وسواں اے کہ تو مینوں سمجھ پائیں گا!"  
"مینوں دس  
تیرے من وچ کی اے؟"

"سائڈی دھرتی ماں بڑی بیماراے  
اوہدے بالک انہوں دکھ پے دیدے نیں  
اپنی بھیڑیاں کھیڈاں نال  
اوہدی کھل نہیکاں تھلے زخمی اے  
بارود نے اوہدے شریرتے چھالے پائے ہوئے نیں  
وس اوہدی شریاناں وچ پیا وغدا اے  
تے اوہدے پھیڑیاں وچ زہر لی گیساں نیں  
اوہدے تے کمنی، پالے تے تپ دی چڑھائی اے

تینوں پچھلا وہڈا دین یاد اے  
اوہدے ڈھڈ وچ کئی پیڑ اٹھی سی،  
اوہدے سارے بدن وچ تڑپن سی  
تاں انہیں کئی وہڈی اٹھی کیتی سی  
اک سونامی، چنینیں اگے پکھے سب ڈوب دلتا سی