



ایہی ہتھ نیں

ایہی ہتھ نیں
 چھوہندے ساہنوں سبھ توں
 پہلاں
 تپدا متھا
 نبضیاں ویکھن
 سدھا کردے سیج وچھاؤناں۔

تے ایہی نے ہتھ
 بند کردے نیں وگدا میلا
 چکدے گندا
 پونجھن نلیاں
 کم نا ہووے سُندے مندا

ایہی ہتھ نیں
 جو بھردے غسل دا ہودا
 لاؤندے فرش تے پوچا
 سُچ دبا کے بجلی جگدی بجھدی کردے
 زخم پلوسن

ایہی ہتھ نیں
 پٹھ نوں تھپکن
 چمڑی پرکھن
 بانہہ پھڑدے نیں
 کورّا ڈھوندے

دبّ نازاں
 ہڈیاں جوڑن وچ پلستر
 لکھدے دارو دتی
 تے ایہی نیں ہتھ ساہنوں چھوہندے سبھ توں

لُہندے لہڑیاں پٹیاں
 ٹیکے لاون ساہنوں
 سُنڈے ورتے نشتر
 بنت بناون کرختے دی

بدن بُجھیا لاٹو
 تپکا تپکا جل سنجیون
 نازی وگدا کردے
 لانڈے چولا نواں نکور

Michael Rosen wrote this poem in English for the 60th anniversary of the NHS in 2008. Amarjit Chandan's Punjabi version is reproduced here in the Urdu script. Printed by permission.

Poems for...one world

<https://poemsforthewall.org>

John Lewis Partnership

