

ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਟਾਈਮਜ਼

ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਐਮ ਏ (ਮੁਖ ਸੰਪਾਦਕ)

www.pardestimes.com
ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ pardestimes

ਰਣਜੀਤ ਕੌਰਲਾ ਐਮ.ਬੀ.ਏ. ਮੈਨੋਜ਼ਿੰਗ ਐਡੀਟਰ

VOL- 18 No. 437 December 6, 2023

E-mail : info@pardestimes.com

Ph 510-938-7771, 510-516-3536

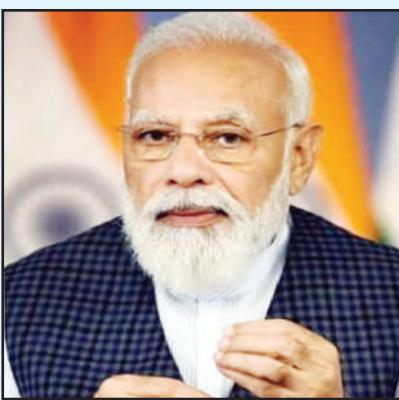
ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਹੋਈਆਂ ਹਾਲੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਨੇ ਬਦਲਾਅ ਆਉਣ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਮੱਧਮ

ਪੰਜ ਸੂਬਿਆਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੇ ਵਿਰੋਧੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੀ ਇੱਕਜੁਟਤਾ ਖਿੰਡਾਈ, ਵਿਰੋਧੀ ਗੱਠਜੋੜ 'ਤੇ ਲੱਗੇ ਸਵਾਲੀਆਂ ਚਿੰਨ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ- ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿਚ ਪੰਜ ਸੂਬਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਤਿੰਨ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਅਤੇ ਇਕ ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਬਣੀ ਹੈ। ਮਿੱਜ਼ੋਰਮ ਵਿਚ ਉਥੋਂ ਦੀਆਂ ਖੇਤਰੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੇ ਗੱਠਜੋੜ ਨੂੰ ਕਾਮਕਾਬੀ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਪੰਜ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਤਿੰਨ ਰਾਜਸਥਾਨ, ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਸੂਬਿਆਂ ਤੋਂ 85 ਦੇ ਕਰੀਬ ਲੋਕ ਸਭਾ ਸੀਟਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਚਮਤਕਾਰ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ, ਜਿਥੇ 18 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਲਗਤਾਰ ਸੱਤਾ ਵਿਚ ਬਣੀ ਹੋਈ ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਜਿੱਤ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਹੁਣ ਇਹਨਾਂ ਚੋਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤ ਦੀ ਅਗਲੇਰੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਬਾਰੇ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਏ ਜਾਣੇ ਆਰੰਭ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਭਾਰਤੀ ਵੋਟਰਾਂ ਦਾ ਜੇਕਰ ਇਹੀ ਰੁਹਾਨ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੱਤਾਧਾਰੀ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਇਸ ਵਾਰ ਪਿਛੀਆਂ 303 ਸੀਟਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਅੱਗੇ ਵਧਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਰਗੇ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚ ਇਸ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਜਲਵਾ ਹਾਲੇ ਬਰਕਰਾਰ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਕਾਰਨ ਵਿਰੋਧੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਭਾਰੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪੁਹਿਚਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ 26 ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੇ ਗੱਠਜੋੜ ਵਿਚ ਹੁਣੇ ਤੋਂ ਹੀ ਤਰੇਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਈਆਂ ਹਨ। ਹਿੰਦੀ ਹਾਰਟਲੈਂਡ ਯਾਨੀ ਰਾਜਸਥਾਨ, ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਸੂਬਿਆਂ 'ਚ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹਾਰ ਨੇ ਵਿਰੋਧੀ ਗਠਜੋੜ ਦੀ ਏਕਤਾ ਵਿਚ ਦਰਾਰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਹੁਣ ਮਮਤਾ ਬੈਨਰਜੀ, ਅਖਿਲੇਸ਼ ਯਾਦਵ ਅਤੇ ਨਿਤੀਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਵਰਗੇ ਆਗੂ ਕਾਂਗਰਸ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਖੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ, ਜੋ ਹੁਣ ਤਕ ਇਸ ਗਠਜੋੜ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ। 6 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਧੀਆਂ ਉਗਠੇ ਗਠਜੋੜ ਦੀ ਬੈਠਕ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਟੀਐਮਸੀ ਮੁਖੀ ਮਮਤਾ ਬੈਨਰਜੀ ਨੇ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਥੇ ਹੀ ਸਥਾ ਮੁਖੀ ਅਖਿਲੇਸ਼ ਯਾਦਵ ਨੇ ਵੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਨਹੀਂ ਬਣਾਈ ਹੈ। ਦਰਅਸ਼ਲ ਗਠਜੋੜ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੇ ਪਿਛੀਆਂ ਕਈ ਬੈਠਕਾਂ 'ਚ ਕਾਂਗਰਸ ਨਾਲ ਸੀਟਾਂ ਦੀ ਵੰਡ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਸੀ ਪਰ ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਇਸ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਕੋਈ ਫੈਸਲਾ ਨਹੀਂ ਲਿਆ। ਤਿੰਨ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚ ਹਾਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ



ਸਾਡੇ ਕੰਮ ਦੀ 100 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਗਰੰਟੀ
ਆਸੀਂ ਨਵੇਂ ਮਕਾਨ, ਗੈਸ ਸਟੇਨਨ, ਮੈਲ, ਸੋਅਰੂਮ
ਅਤੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੰਸਟਰਕਸ਼ਨ ਦਾ ਕੰਮ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਤੋਂ
ਲੈ ਕੇ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋਣ ਤੱਕ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

Bhupinder Singh Padam

email: padambuilders@gmail.com
Licensed # 1019803



CELL 510-565-6667

3143 ARDEN ROAD, HAYWARD CA- 94545

ਟੀਐਮਸੀ ਨੇਤਾ ਅਤੇ ਸੀਐਮ ਮਮਤਾ ਬੈਨਰਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਚੋਣ ਰਣਨੀਤੀ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਅਭਿਸ਼ੇਕ ਬੈਨਰਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਜੋ ਵੀ ਗੱਲ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਅਮਲ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਅਖਿਲੇਸ਼ ਯਾਦਵ ਨੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ 'ਚ ਕਾਂਗਰਸ 'ਤੇ ਤਿੰਖਾ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਜੇਡੀਯੂ ਆਗੂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਲ 2024 ਲਈ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਆਗੂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਵੀ ਟੀਐਮਸੀ ਨੇਤਾ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਬਿਆਨਾਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਲੋਕ ਸਭਾ 'ਚ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੇ ਨੇਤਾ ਅਤੇ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਅਧੀਕ ਰੰਜਨ ਚੌਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਮਤਾ ਬੈਨਰਜੀ ਦਾ ਰਵੱਦੀਆ ਚੋਣਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚ ਚੋਣਾਂ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮਮਤਾ ਨੇ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਹਰਾਉਣ ਲਈ ਕੇਂਦੀ ਹੈ।

ਭਾਜਪਾ ਵੀ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੇ ਇਸ ਨਵੇਂ ਸਮੀਕਰਨ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਭਾਜਪਾ ਪ੍ਰਾਨ ਸੁਕਾਂਤਾ ਮਜ਼ੁਮਦਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਮਤਾ ਬੈਨਰਜੀ ਸਮਝ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਇੰਡੀਆਈ ਗਠਜੋੜ ਦਾ ਕੋਈ ਭਵਿਖ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਮੰਟਿੰਗ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਹਿਮਾਚਲ ਤੇ ਫਿਰ ਕਰਨ-ਟਾਕ ਵਿਚ ਜਿੱਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਾਂਗਰਸ ਦਾ ਹੋਸਲਾ ਬੁਲੰਦ ਸੀ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸ 'ਤੇ ਦਾਅ ਲਾਉਣਾ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਇਹ ਇਟਰਨੈਟ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਬਣ ਰਹੇ ਮਾਹੌਲ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਚੁਣਾਵੀ ਸਾਧਨਾਂ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵੀ ਇਸ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਸ ਦੀ ਥਾਂ ਭਾਜਪਾ ਕੁਝ ਬੈਕਫੁੱਟ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੀ ਸੀ। ਜਿਥੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਸੱਤਾ ਵਿਰੋਧੀ ਰੁਝਾਨ ਨਾਲ ਸੀ ਤਾਂ ਰਾਜਸਥਾਨ ਤੇ ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਚੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਕੋਲ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਬੁਝ੍ਹੀ ਸੀ। ਜੇ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਜਿੱਤ ਬਿਹਤਰੀਨ ਚੋਣ ਰਣਨੀਤੀ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਰਹੀ ਤਾਂ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਹਾਰ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਰਾਹੁਲ ਗਾਂਧੀ ਵਰਗੇ ਮੁੱਖ ਆਗੂਆਂ ਤੇ ਸਥਾਨਕ ਅਗਵਾਈ ਅਤੇ ਜ਼ਸੀਨੀ ਕਾਰਕੁਨਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਤੀਕੇ ਪਹਿਲੂ ਸਿੰਮੇਵਾਰ ਰਹੇ। ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਅੱਧਧੱਕੀ 'ਰਿਓਤੀ' ਰਣਨੀਤੀ ਕਰਨਾਟਕ ਵਿਚ ਚਾਹੇ ਕਾਮਯਾਬ ਰਹੀ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਹਿੰਦੀ ਪੱਟੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਚਾਰੇ ਖਾਨੇ ਚਿੱਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

See me today and get the discounts and service you deserve

Gurbinder Singh Mavi

Insurance Lic# 0F22244
650-237-0400
20395 Pacifica Dr, Ste 108 Cupertino, CA 94014-3016

Like a Good Neighbor, State Farm is There www.gmavi.com

State farm mutual Automobile Insurance Company. State Farm Indemnity Company Bloomington, IL

Allstate You're in good hands.

Avninder Singh
Insurance Specialist, CA Lic. # 0822501
Auto • Home • Life • Health • Business • Commercial

PH.(510) 441-7490
Toll free (877) 441-7490

30042 MISSION BLVD. SUITE 221 HAYWARD, CA 94544

Raj Budwal
(Investment and Financial Advisor)
408-972-8000,
408-835-0202 (Cell)

Budwal and Associates
329 Piercy Road, San Jose, CA 95138
8350202@gmail.com

Joshi Law Firm
Attorneys at Law ਅਟਾਰਨੀ ਐਟ ਲਾਅ
www.joshilawfirm.com info@joshilawfirm.com

ਇਮੀਗੋਸ਼ਨ ਆਧਾਰ ਤੇ ਗਰੀਬ ਕਾਰਡ ਪਟੀਸ਼ਨ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਸ਼ਟਾਂ ਭੱਤਾ ਜਾਂ ਖਰਚਾ ਪੱਚਿਆਂ ਲਈ ਖਰਚਾ ਵਿਆਹ ਦੇ ਤਲਾਕ ਦੀ
(559) 312-0083 (O) (888) 630-1230 (F)
516 W. SHAW AVE STE 200 FRESNO, CA 93704

Certified Global Green INSURANCE AGENCY

ਹੈਲਥ ਇੰਸੋਰੈਂਸ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
ਗੁਰਦਾਰ ਸਿੰਘ ਮਾਨ, ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਮਾਨ
510-487-1000
Agent License# 0C70672
mann@ggiaba.com www.ggiaba.com Gurcharan Singh Mann

Mann Insurance Brokers Inc.
32146 Alvarado Blvd, Union City, CA 94587

ਜਸਪਰੀਤ ਸਿੰਘ
ਅਟਾਰਨੀ ਐਟ ਲਾਅ, ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੇ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ

ਰਾਫ਼ਿਲੀਜ਼ੀ ਸਟੇਅ, ਬੱਚਾ ਗੋਦ ਲੈਣਾ, ਡਿਪੋਰਟੇਸ਼ਨ, ਵਿਆਹ, ਅੱਚ ਵਨ, ਐਲ ਵਨ, ਲੇਬਰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਮੁਫਤ ਸਲਾਹ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦਫਤਰ **ਨਿਊਯਾਰਕ** ਦਫਤਰ **ਸੈਕਰਮੈਟੋ** ਦਫਤਰ **ਫਰਜ਼ਨੋ** ਦਫਤਰ

3155 Kearny Street, Suite 248 Fremont, CA 94538 510-657-6444 37-18-73rd ST. Jackson Height, NY 11372 718-533-8444 2945 W. Capitol Ave. West Sacramento CA-95691 916-372-448

4491 w. Shaw Ave # 300B Near Costco Fresno, CA 93722 phone 559-271-5511

ਪੰਜਾਬੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਕੀਤੀ

ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਬਿਨੈਨ ਦੀ ਹੁਮਤ ਨੇ ਦਿੱਲੀ ਵਿਚੇ 'ਰਾਇਸੀਨਾ ਹਿਲਜ਼' ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਡੇ ਸਾਮਰਾਜ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਵਜੋਂ ਚੁਣਿਆ ਤਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਖੇਡ ਮੰਨਿਆ ਸੀ। ਇੱਥੇ ਇਮਾਰਤਸਾਜ਼ੀ ਦੇ ਨਵੇਂ ਮਿਆਰ ਸਬਾਪਤ ਕਰਦੇ ਦਿਲਖਿਚਵੇਂ ਢਾਂਚੇ ਉਸਾਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਨੇ ਸਿਰੇ ਲਾਇਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤ ਪੰਜਾਬੀ ਸਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਐਡਰਡ ਲੁਟਿਆਨ ਅਤੇ ਹਰਬਰਟ ਬੇਕਰ ਨਾਂ ਦੇ ਇਮਾਰਤਸਾਜ਼ਾਂ ਨੇ ਕੀਤਾ। ਪਰ ਇਸ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਨੂੰ ਹਕੀਕਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬਾਬਾਂ ਤੋਂ ਆਏ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਨੇ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ ਸੀ। ਬਰਾਤਾਨੀ ਹੁਮਤ ਨੇ ਆਪਣੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਕਲਕੱਤੇ ਤੋਂ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਬਦਲਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ 1911 ਵਿਚ ਲਿਆ ਸੀ।

ਇਸ ਫੈਸਲੇ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਜਾਮਾ ਪਹਿਨਾਉਣ ਵਿਚ ਤਕਰੀਬਨ ਦੋ ਦਹਾਕੇ ਲੱਗੇ ਸਨ। ਦੋਵਾਂ ਸਕੱਤਰੇਤਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਬਣੇ ਸੈਂਟਰਲ ਵਿਸਟਾ ਉਤੇ ਪੀਲੀ ਰੰਗ ਦੇ ਪੱਥਰਾਂ ਉਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪੰਜੇ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਇੰਜੀਨੀਅਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਤੇਜ਼ ਸਿੰਘ ਮਲਿਕ ਦਾ ਨਾਂ ਦਰਜ ਹੈ। ਬਿਟਿਸ ਰਾਜ ਵੇਲੇ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿਚ ਉਸਾਰੇ ਗਏ ਚਾਂਚਿਆਂ ਦਾ ਸੈਂਟਰਲ ਵਿਸਟਾ ਮਾਸਟਰ ਪਲਾਨ ਤਹਿਤ ਮੁੜ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਕੰਮ ਤੱਤਕਾਲੀ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 2019 ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਹ ਕੰਮ 2026 ਤੱਕ ਮੁੰਕੰਮਲ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੱਖਾਈ ਮੁਤਾਬਕ ਕਰੀਬ 20,000 ਕਰੋੜ ਡਾਲਰ ਦੇ ਖਰੋਂ ਉਤੇ ਕਈ ਨਵੀਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਬਣਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਨਵੀਂ ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵੀ ਇਸੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਈ ਗਈ ਸੀ ਜਿਸਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਇਸੇ ਸਾਲ ਮਈ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਬਿਟਿਸ ਸਰਕਾਰ ਵੇਲੇ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿਚ ਉਸਾਰੇ ਗਏ ਚਾਂਚਿਆਂ ਦਾ ਸੈਂਟਰਲ ਵਿਸਟਾ ਮੈਂਬਰ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਵਿਰਾਸਤ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਲੋਕ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਇਹ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਏ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਪੰਜ ਜਣਿਆਂ ਨੇ ਮੋਹਰੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ। ਇਹ ਪੰਜ ਠੇਕੇਦਾਰ ਸਨ - ਸੋਭਾ ਸਿੰਘ, ਧਰਮ ਸਿੰਘ ਸੇਠੀ, ਬੇਸਾਖਾ ਸਿੰਘ, ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ। ਮਰਹੂਮ ਲੇਖਕ ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਆਪਣੇ ਲੇਖ 'ਦ ਰੋਮਾਂਸ ਆਫ ਨਿਊ ਦਿੱਲੀ' ਵਿਚ ਲਿਖਦੇ ਹਨ, "ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਸਿੰਘ ਹਲਕਿਆਂ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੰਜਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।" ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਸੇਠੀ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਨੂੰ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

ਕਰਿਆਂ ਇਹ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਕਾਫੀ ਨੇਤੇ ਹੋ ਗਏ, ਬਿਲਕੁਲ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਂਗ, ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਵਿਚ ਉਹ ਸਾਰੇ ਜੰਤਰ ਮੰਤਰ ਸੱਤਕ ਤੇ ਰਹੇ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਸਹਿਰ ਵਧਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਪੱਛਮ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਚਲੇ ਗਏ, ਜਿੱਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਬਣਾਏ।

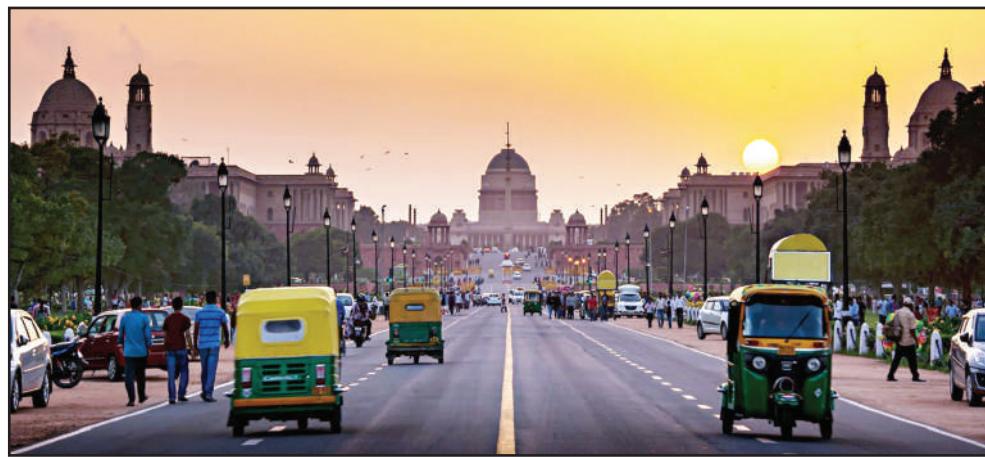
ਪੰਜਾਬੀ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਦਾ ਉਭਾਰ ਕਿਵੇਂ ਹੋਇਆ

ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਦੋਂ ਦਿੱਲੀ ਬਣਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਵਜੋਂ ਸਿੰਘ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਆਏ ਠੇਕੇਦਾਰ ਉਭਰੇ ਸਨ। ਕਰਾਚੀ ਦੇ ਸ਼ੁਕਰ ਤੋਂ ਆਏ ਰਾਏ ਬਹਾਦੁਰ ਫਤਿਹ ਚੰਦ ਨੇ ਓਲਡ ਮੈਟਕਾਲਫ ਹਾਊਸ ਬਣਾਇਆ ਸੀ, ਜੋ ਕਿ ਓਲਡ ਸੈਕਰੇਟਰੀਏਟ ਦੇ ਨੇਤੇ ਬਣਿਆ ਸੀ, ਉਹ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕੇ। ਪਰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਿੰਘ ਖਾਨ ਬਹਾਦੁਰ ਸੇਠ ਹਾਰੁਨ ਨੇ ਰਾਸਟਰਪਤੀ ਭਵਨ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿਚ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ। ਤੀਜੇ ਸਿੰਘੀ ਲਛਮਣ ਦਾਸ ਨੇ ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ ਹਾਊਸ ਦਾ ਵੱਡਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਇਆ। ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਲਿਖਦੇ

ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ, "ਅੱਜ ਜਿਸ ਬਾਂ ਉਤੇ ਕਰੋਲ ਬਾਗ ਹੈ ਉਥੇ ਕੁਝ ਪਲਾਟ ਦੇ ਆਨਾ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕੁਆਰ ਛੁੱਟ ਮੁੱਲ ਉਤੇ ਖਰੀਦੇ ਗਏ ਸਨ। ਜਿੱਥੇ ਅੱਜ ਕਨਾਟ ਸਰਕਾਰ ਹੈ ਉਥੇ ਦੋ ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕੁਆਰ ਛੁੱਟ ਮੁੱਲ ਉਤੇ ਜ਼ਮੀਨ ਖਰੀਦੀ ਗਈ।" "ਹੋਰ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸੋਭਾ ਸਿੰਘ ਨੇ ਜ਼ਮੀਨ ਖਰੀਦੀ ਅਤੇ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਮੁਨਸੀਪਲ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਬਣੇ ਅਤੇ ਕਾਉਂਸਲ ਆਫ ਸਟੇਟਸ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣੇ।" "ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਟਿਸ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸਰ ਦੀ ਉਪਧੀ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ।" "ਸੋਭਾ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਨਾਂ ਉਤੇ ਹਾਊਸਿੰਗ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਇਆ ਜਿਸਦਾ ਨਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਨਾਮ ਉਤੇ ਸਜਾਨ ਸਿੰਘ ਪਾਰਕ ਰੱਖਿਆ।"

ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਪੁੱਤਰ ਨਰਾਇਣ ਸਿੰਘ

ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅੱਗੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸੰਗਰੂਰ(ਜੀਂਦ) ਦੇ ਇੱਕ ਕਿਸਾਨ ਨਰਾਇਣ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਉਹ ਰਾਜ ਦਰਬਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਲਈ ਜਿਸੇਵਾਰ ਸਨ। ਸੱਤਕਾਂ ਉਤੇ ਅਫਸਰਾਂ ਦੇ ਬੰਗਲਿਆਂ ਦਾ



ਹਾਂ, "ਸੇਠ ਹਾਰੁਨ ਨੇ ਆਪਣੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਕਰਕੇ ਕਾਫੀ ਨਾਂ ਸਾਰਾ ਸਮਾਨ ਵਰਤਿਆ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਦੇ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿਹਾੜੀ ਦੇਣ ਤੋਂ ਨਾਹ-ਨਕੱਰ ਕੀਤੀ।" "ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ ਵਿਚ ਵੀ ਘਪਲਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਇਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਆਰ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਾਇਆ। ਉਹ ਹਰਿਦੁਆਰ ਚਲੇ ਗਏ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅੰਤਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਸਾਧੂ ਬਣ ਗਏ।" ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਤੇ ਪੰਜ ਸਾਰੀਆਂ ਦੇ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਕਰਕੇ ਸਿੰਘੀਆਂ ਤੋਂ ਬਾਂ ਬੇਹ ਲਈ ਅਤੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਠੇਕੇਦਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸੋਭਾ ਸਿੰਘ

ਸੋਭਾ ਸਿੰਘ ਦਿੱਲੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਕਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਤੇ ਬਾਕੀਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵੱਧ ਇਮਾਰਤਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਉਥੇ ਲੇਖਕ ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪਿਤਾ ਸਨ। ਇਹ ਪਰਿਵਾਰ ਵੱਖਾਈ ਦੇ ਹਾਲਾਂ ਪੰਜ ਵਿਚ ਇੱਕ ਦੁਜੇ ਨਾਲ ਪੱਗਾਂ ਵਟਾਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। "ਉਹ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਭਾਗ ਵਾਂਗ ਸਮਝਦੇ ਸਨ।" ਇਨ੍ਹਾਂ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਵਜੋਂ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 2011 ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਥਾਨੀਅਤਾਂ ਬਾਰੇ ਦਿੱਲੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੇ 'ਨਿਸਾਨ' ਸੈਗਜ਼ੀਨ ਦਾ ਖਾਸ ਅੰਕ ਲਿਖਣ ਵਾਲੇ ਭਾਗ। ਅਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਸੇਠੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪੰਜਾਬੀ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

ਧਰਮ ਸਿੰਘ ਸੇਠੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚੋਂ ਪੰਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੰਜ ਠੇਕੇਦਾਰ ਸਨ - ਸੋਭਾ ਸਿੰਘ, ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ। ਮਰਹੂਮ ਲੇਖਕ ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਆਪਣੇ ਲੇਖ 'ਦ ਰੋਮਾਂਸ ਆਫ ਨਿਊ ਦਿੱਲੀ' ਵਿਚ ਲਿਖਦੇ ਹਨ, "ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਸਿੰਘ ਹਲਕਿਆਂ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੰਜਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।" ਉਹ ਪਿਤਾ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

ਵੱਡਾ ਹਿੱਸਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਰਾਸਟਰਪਤੀ ਭਵਨ ਦੀਆਂ ਨੀਗ੍ਰਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਵੀ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਾਜ ਬਹਾਦੁਰ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਈ ਪੁੱਤਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਫਲ ਹੋਏ। ਠੇਕੇਦਾਰੀ ਦੇ ਕੰਮ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਇੰਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਹੋਟਲ ਸੇਤ ਹੋਰ ਜਾਇਦਾਦ ਵੀ ਖਰੀਦੀ ਅਤੇ ਉਹ ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ ਮੈਂਬਰ ਵੀ ਬਣੇ। ਮਲਵਿਕਾ ਸਿੰਘ ਲਿਖਦੇ ਹਨ, "ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੰਧੀਰਾਲ ਹੋਟਲ ਅਤੇ ਕਰਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਯਾਦ ਕੀਤੀ ਹੈ।"

ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਵਧਾਰੀਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਫੋਟੋ

ਬਠਿੰਡਾ- ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਨਵੇਂ ਐਸ. ਐਸ. ਪੀ. ਨੇ ਇਕ ਵੀਡੀਓ ਜ਼ਰੀਏ ਖੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਫੋਟੋ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਵਧਾਰੀਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਪੂਰੀ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚੋਂ ਨਸ਼ਾ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਉਖਾਤ ਕੇ ਸੁੱਟਣਾ ਹੈ। ਐਸ. ਐਸ. ਪੀ. ਹਰਮਨਬੀਰ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੇ



ਪੁਲਿਸ ਲਾਈਨ ਵਿਚ ਜਨਰਲ ਪਰੋਡ ਮੌਕੇ ਕਈ ਪੁਲਿਸ ਅਫਸਰਾਂ ਤੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨਾਲ ਸਥਤੀ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਠਿੰਡਾ ਵਿਚ ਵਿਗੜੀ ਅਮਨ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦੀਆਂ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਐਸਅੱਸਪੀ ਗਿੱਲ ਨੇ ਭਾਸ਼ਣ ਦੌਰਾਨ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਐਸਪੀਜ਼, ਡੀਐਸਪੀਜ਼ ਸੇਵਾ ਥਾਣਿਆਂ ਦੇ ਐਸ. ਐਸ. ਉਤੇ ਸਥਤੀ ਨਾਲ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਅੰਦਰ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਵਿਲੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਨੂੰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਥਾਣਾਂ ਮੁਖੀਆਂ ਨੂੰ ਤਾਜ਼ਨ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਖੁਦ ਫੀਲਡ ਵਿਚ ਦੌਰਾ ਕਰਨ ਚਾਹੇ ਦਿਨ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਰਾਤ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਥਾਣੇ ਨੂੰ ਅਚਨਚੇਤ ਚੈਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਗਾਜ਼ ਜੰਗ ਫਿਰ ਆਰੰਭ- ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਵੱਲੋਂ ਦੋ ਦਰਜਨ ਇਲਕੇ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੇ ਹੁਕਮ

ਦੀਰ ਅਲ-ਬਾਲਾਹ- ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਫੌਜ ਨੇ ਖਾਨ ਯੂਨਿਸ ਦੇ ਆਲੋ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਕਰੀਬ ਦੋ ਦਰਜਨ ਇਲਕਿਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ ਵੱਲ ਜਾਣ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਨੇ ਗਾਜ਼ ਪੱਟੀ 'ਚ ਹਮਾਲਾਂ ਦਾ ਘੇਰਾ ਵਧਾਉ-ਦਿਆਂ ਜ਼ਮੀਨੀ ਅਤੇ ਹਵਾਈ ਹਮਲੇ ਤੇਜ਼ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਗਾਜ਼ 'ਚ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੁਣ ਕੋਈ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਇਲਕਾ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ



ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਧਰ ਜਾਣ ਕਿਉਂਕਿ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਤਰ ਤੋਂ ਦੱਖਣ ਵੱਲ ਜਾਣ ਲਈ ਆਖਿਆ ਸੀ ਪਰ ਹੁਣ ਦੱਖਣ 'ਚ ਵੀ ਹਮਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੱਕ ਚੱਲੇ ਜੰਗਬੰਦੀ ਦੇ ਅਮਲ ਮਗਰੋਂ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਨੇ ਗਾਜ਼ 'ਚ ਹਮਾਸ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਹਮਲੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਅਮਰੀਕਾ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਮੁਲਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਜੰਗਬੰਦੀ ਲਈ ਪਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਦਬਾਅ ਦਰਮਿਆਨ ਇੱਜ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਹਮਾਸ ਦਾ ਨਾਮ-ਨਿਸ਼ਾਨ ਮਿਟਾ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਕੋਈਸ਼ਾਂ 'ਚ ਹੈ ਪਰ ਜੰਗ ਦੌਰਾਨ ਮੌਤਾਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਵਧ ਰਹੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਦੇਖਦਿਆਂ ਉਸ 'ਤੇ ਵਾਰਤਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਦਬਾਅ ਬਣ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਚਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਂ ਹਲੀਮਾ ਅਬਦਲ-ਰਹਿਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਇਲਕਾ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਇਲਕਾ ਖਾਲੀ ਕਰ ਦੇਣ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਉਥੇ ਬੰਬਾਰੀ ਕਰ ਸਕੇ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਕੀਕਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਗਾਜ਼ 'ਚ ਕੋਈ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। 'ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਤਰ 'ਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਿਆ ਅਤੇ ਹੁਣ ਉਹ ਦੱਖਣ 'ਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।' ਗਾਜ਼ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਤੱਕ ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਫੌਜ ਦੇ

ਇਕ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਦੀ ਵੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।

ਜਥੇਦਾਰ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਤਲਵੰਡੀ ਦਾ ਦਿਹਾਂਤ

ਰਾਏਕੋਟ-ਇਲਕੇ ਦੇ ਸਿਰਕੱਢ ਅਕਾਲੀਆਂ ਆਗੂ ਅਤੇ ਮਰਹੂਮ ਜਥੇਦਾਰ ਜਗਦੇਵ ਸਿੰਘ ਤਲਵੰਡੀ ਦੇ ਵੱਡੇ ਪੁੱਤਰ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਤਲਵੰਡੀ (67) ਦਾ ਅੱਜ ਪੀਜ਼ੀ-ਆਈ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਦਿਹਾਂਤ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਹ ਖਬਰ ਮਿਲਣ ਬਾਅਦ ਇਲਕੇ ਵਿਚ ਸੋਗ ਦੀ ਲਹਿਰ ਫੈਲ ਗਈ। ਜਥੇਦਾਰ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਤਲਵੰਡੀ ਕੁਝ ਅਰਸੇ ਤੋਂ ਪੀਜ਼ੀਆਈ ਵਿਚ ਇਲਾਜ ਅਧੀਨ ਸਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ ਪਤਨੀ ਸਰਤਾਜ ਕੌਰ ਅਤੇ ਧੀ ਅਜਮਨ ਕੌਰ ਗਿੱਲ ਛੱਡ ਗਏ ਹਨ। ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਤਲਵੰਡੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਸੰਯੁਕਤ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਜਨਰਲ ਸਨ, ਉਹ 2002 ਤੋਂ 2007 ਤੱਕ ਹਲਕਾ ਰਾਏਕੋਟ ਤੋਂ ਵਿਧਾਇਕ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਸਕਾਰ ਪਿਛ ਤਲਵੰਡੀ ਰਾਏ (ਨੇਤੇ ਰਾਏਕੋਟ) ਵਿਚ ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।



ਰਗਾਂ ਵਿਚਲਾ ਖੁਨ ਵਿਦਰੋਹੀ

ਰਗਾਂ ਵਿਚਲਾ ਖੁਨ ਵਿਦਰੋਹੀ, ਜਿਆਲਾਂ ਵਿਚਲੇ ਜਜਬੇ ਵੱਡੇ ਡੱਕ ਲਈ ਹਾਲਾਤਾਂ ਨੇ, ਲਾਹੌਰ ਦਾ ਤਖਤ ਹੋਵੇ ਦੇਵੇ ਸਜ਼ਾ ਤੱਤੀ ਤਵੀ ਦੀ ਚੰਦੂ ਕੋਈ ਦੋਖੀ ਹੋਵੇ ਉਹਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਨਿਪਟਾਈਦਾ ਮੀਰੀ ਪੀਰੀ ਪਹਿਨੀਆਂ ਨੇ ਦੋ, ਤਖਤ ਅਕਾਲ ਕਿਵੇਂ ਹੈ ਸਜ਼ਾਈ ਦਾ ਨਿਮਾਇਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਤੇ ਮੱਥਾ ਜ਼ਰਵਾਇਆਂ ਨਾਲ ਕਿੰ ਲਾਈਦਾ, ਚਾਂਦੀ ਦਾ ਚੌਕ ਸਾਨੂੰ, ਦੱਸਦਾ ਕਿੰ ਨਿਮਾਇਆਂ ਲਈ ਸਹੀਦ ਹੋ ਜਾਈਦਾ, ਚਮਕੋਂਕ ਦੀ ਗੜੀ, ਸਰਹੰਦ ਦੀ ਦੀਵਾਰ ਦੱਸੇ ਕਿਵੇਂ ਪੰਥ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਆਪਾ ਵਾਰ ਜਾਈਦਾ, ਮਛੀਵਾਡੇ ਦੇ ਸੰਗ ਵਿਚ ਪਿਤਾ ਦਸਾਮੇਸ਼ ਸੌਚੇ, ਵਿਖਤਿਆਂ ਵੇਲਿਆ 'ਚ, ਪੀਰ ਉਚ ਬਣ ਜਾਈਦਾ, ਨਵੀਂ ਖਾ, ਗੰਨੀ ਖਾ ਸਿਦਕੀ ਪਠਾਣ ਦੇਖੇ ਕਿਵੇਂ ਉਚ ਵਾਲੇ ਪੀਰ ਨੂੰ ਸਿਰ ਤੇ ਬਣਾਈਦਾ, ਮੁੱਦ ਵਿਚ ਸੁਣਿਆ ਸੀ ਇਤਿਹਾਸ ਗੁਰੂ ਵਾਲਾ, ਜਾਬਰਾਂ ਦੇ ਅੱਗੇ ਹਿੱਕ ਤਾਣ ਖਤ ਜਾਈਦਾ, ਬਣਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਰਹਿਣੇ, ਪੜ੍ਹੇ ਇਤਿਹਾਸ ਜਾਣੇ, ਪਤਾ ਹੀ ਨਾ ਲੱਗਿਆ, ਮਾਰਕਸ, ਲੈਨਿਨ ਦੇ ਪੜ੍ਹੇ ਪੱਥੇ ਇਨਕਲਾਬ ਅਪਣਾ ਲਿਆ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਵੇਗ ਵਾਂਗ੍ਰੀ ਮਨਾ ਦੇ ਵੇਗ ਬਦਲੇ ਪਤਾ ਹੀ ਨਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਸਾਮਰਾਜ ਨਾਲ ਵਿਰੋਧ ਕਰਦੇ ਅਪਣਾ ਲਿਆ, ਅੱਗ, ਅਕਲ, ਤੇ ਮਾਇਆ ਦੀ ਸਮਝ ਹੀ ਉਦੋਂ ਆਈ ਜਦੋਂ ਸਾਨੂੰ, "ਸਾਮਰਾਜ" ਨੇ ਹੀ ਅਪਣਾ ਲਿਆ, ਵਿਰੋਧ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਚੀਕ ਜਿਹਾਤਾ ਸੀ ਬਹੁਤ ਪਿਉਆ, ਪਤਾ ਹੀ ਨਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦੇ ਅਪਣਾ ਲਿਆ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਚ ਸੀ, "ਵਿਦਰੋਹ ਬਹੁਤਾ" ਹੁੰਦਾ ਹਰ ਬੰਦੇ" ਨੂੰ ਬੱਸ ਤੁਰਦਾ ਤੁਰਦਾ, ਜਾਮਾ "ਸਾਮਰਾਜ" ਵਿਹੜੇ ਆਗਿਆ ਵਿਹੜੇ ਖਤਕੇ ਸਾਮਰਾਜ ਦੇ ਨਜ਼ਾਰੇ ਵੇਖੇ ਮੈਂ,

ਤੱਕਦਾ ਤੱਕਦਾ ਸਰਨ ਇਹਦੀ 'ਚ ਕਦੋਂ ਸਰਨਾ ਗਿਆ, ਜਿਦਗੀ ਦਾ ਰਾਗ ਇਕ ਜਿਦਗੀ ਦਾ ਸਾਜ ਇਕ, ਕਿਵੇਂ ਇਕ ਲਈ ਇਕ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੁਣ ਤਾਂ ਵੱਜੇ ਵਾਜਾ ਜੱਟ ਵਾਲੇ ਵਾਜੇ ਵਾਂਗ੍ਰੀ ਇਕ ਹੋ ਜਾਈਦਾ।

ਕਹਾਣੀਕਾਰਾ ਗੁਰਮੀਤ ਪਨਾਗ ਨਾਲ ਵਿਪਸਾਅ ਕੈਲੀਫਰਨੀਆ ਵੱਲੋਂ ਰੁਬਰੂ



ਮਾਰਟੀਨੇਜ- ਬੀਤੇ ਐਤਵਾਰ ਵਿਸ਼ਵ ਪੰਜਾਬ ਸਾਹਿਤ ਅਕਾਦਮੀ, ਕੈਲੀਫਰਨੀਆ (ਵਿਪਸਾਅ) ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਨਾਮਵਰ ਪੰਜਾਬੀ ਕਨੇਡੀਅਨ ਕਹਾਣੀਕਾਰਾ ਗੁਰਮੀਤ ਪਨਾਗ ਨਾਲ ਰੁਬਰੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਰੁਬਰੂ ਵਿਪਸਾਅ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਖੇ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਲਾਜ ਨੀਲਮ ਸੈਣੀ ਅਤੇ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਕੰਬੋਜ ਨੇ ਗੁਰਮੀਤ ਪਨਾਗ ਨਾਲ ਸਭ ਦੀ ਜਾਨ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਵਾਈ। ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਨੇ ਆਏ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਜੀ ਆਇਆਂ ਕਿਹਾ। ਗੁਰਮੀਤ ਪਨਾਗ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਾਹਿਤਕ ਸਫਰ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥ-ਗਰਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਜ਼ਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ। ਆਪਣੀ ਲਿਖਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਬੋਲਦਿਆਂ ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਕਹਾਣੀ ਲਿਖਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਅਤੇ ਪਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਢੁੰਘੀ ਖੋਜ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਯਥਾਰਥ ਦੇ ਨੇਤ੍ਰੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਬੇਸ਼ਕ ਉਹਨਾਂ ਕਹਾਣੀ 10-12 ਕੁ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲਿਖਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹਿਤਕ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਸੌਕ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਤੀ ਜੰਗ ਪਨਾਗ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਗੁਰਮੀਤ ਹਮੇਸ਼ਾ ਡਾਇਰੀ ਲਿਖਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਰੋਜ਼ ਮਰਾ ਦੀ ਜ਼ਿਦਗੀ ਦੀ ਤਫਸੀਲ ਲਿਖਦੇ

ਜਾਰੀ ਕਰਤਾ: ਜਗਜੀਤ ਨੌਸ਼ਹਿਰਵੀ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ, ਵਿਸ਼ਵ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਅਕਾਦਮੀ, ਕ

Matrimonial
ਵਿਆਹ/ਸ਼ਾਦੀ

'ਪਰਦੇਸ ਟਾਇਮਜ਼' ਇਕ ਯੋਗ ਵਰ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਬਹੁਤ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ
ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: 510-938-7771 shaadi@pardestimes.com

ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ

34-35 ਸਾਲਾ ਜੱਟ ਸਿੱਖ (ਮਾਨ) ਡਾਕਟਰ-ਇਨ-ਕੈਮਿਸਟਰੀ (Phd in Chemistry) ਦੇ ਖੋਜੀ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲਈ ਪੜ੍ਹੀ-ਲਿਖੀ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਅਮਰੀਕਾ/ਇੰਡੀਆ ਬਾਰੇ ਵੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲੜਕੇ ਦਾ ਤਲਾਕ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।
ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: 572-273-4588 Preet5637@gmail.com

ਵਰ ਦੀ ਲੋੜ

30 ਸਾਲਾ ਸਿੱਖ ਸਿਟੀਜ਼ਨ ਲੜਕੀ, ਕੱਦ 5 ਫੁੱਟ 4 ਇੰਚ, ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤ ਹੀ ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਹੈ ਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇ ਖੇਤਰ 'ਚ Physician assistant ਅਤੇ Dermatologist ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਲੜਕੀ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇ ਖੇਤਰ 'ਚ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਪੜਾਈ ਕੀਤੀ ਲੜਕੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ

Shaadi@pardestimes.com
info@pardestimes.com

Pardes Times TV

A Youtube Show

ਪਰਦੇਸ ਟਾਇਮਜ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ 'ਚ ਇਕ ਯੂ-ਟਿਊਬ ਸ਼ੋਅ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੋਲੀ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੋਅ ਵੇਖਣ ਲਈ **Pardestimes tv** ਨੂੰ ਸਬਸਕ੍ਰਾਈਬ ਕਰੋ।



ਪਰਮਪਾਲ ਸਿੱਖ
510-409-7006



ਬਲਬੀਰ ਸਿੱਖ ਐਮ. ਏ.
510-938-7771



Helping Hand

ਆਓ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੀਏ

ਕੈਲੇਫੋਰਨੀਆ 'ਚ ਪੰਜਾਬੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਕਈ ਸ਼ਹਿਰਾਂ 'ਚ ਸਸਤੇ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਮਕਾਨ ਲੱਭਣੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਘਰਾਂ 'ਚ ਲੋੜਵੰਦ ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਪੇਪਰ ਲਿਖ ਕੇ ਲਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਉਹ ਪੜ੍ਹੇ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਇਉਂ ਕਹਿ ਲਓ, ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਤੱਕ ਉਹ ਸੁਨੇਹਾ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ।

'ਪਰਦੇਸ ਟਾਇਮਜ਼' ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਸੁਨੇਹਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਉਤਸੁਕ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਮਰਾ ਜਾਂ ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਦੇਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਕੇ 'ਚ ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸੱਜਣ ਦੇ ਉਸੇ ਪਾਸੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਨਾਲ ਕਾਰ 'ਚ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ, ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਖਰਚਾ ਦੇ ਕੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਸੇਵਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ, ਵਰਗੇ ਸੁਨੇਹੇ ਅਸੀਂ 'ਪਰਦੇਸ ਟਾਇਮਜ਼' 'ਚ 'ਮੁਫਤ' No Cost 'ਤੇ ਲਾਵਾਂਗੇ।

ਅਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ/ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਕਾਲਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਪੰਜਾਬੀ ਭਰਾ-ਭੈਣਾਂ ਇਸ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈ ਸਕਣਗੇ ਤੇ ਆਪ ਵੀ ਕੁਝ ਲਾਭ ਲੈ ਸਕਣਗੇ।

ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ 'ਚ ਹਮੇਸ਼ਾ 'ਪਰਦੇਸ ਟਾਇਮਜ਼' ਤੱਤਪਰ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਟਰੀ, ਬਿਜਨਸ, ਟਰੱਕ, ਵਹੀਕਲ ਵੇਚਣ ਅਤੇ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਿਖ ਕੇ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਬਲਬੀਰ ਸਿੱਖ ਐਮ. ਏ. (ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ)

510-938-7771 info@pardestimes.com



BOMBAY Indian Cuisine

(559) 258-1600

Catering for 100 to 1000 person.

Open from 11am to 10pm Monday to Saturday

Catering to Bakersfield, fresno, modesto, tracy, lathrop, manteca, elk grove, sacramento, stockton, san jose, freemont, hayward, turlock, oakland, San Francisco, folsom and bay area.

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਬਰਫੀ, ਲੱਡੂ, ਗੁਲਾਬ ਜਾਮਣ, ਜਲੇਬੀ ਆਦਿ ਸ਼ੁੱਧ ਮਿਠਾਈ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।



DINE IN
TAKE OUT
BUFFET
CATERING

2885 E JENSEN AVE. FRESNO CA 93706

The California Learning Academy

Services Offered

- * US Citizenship Interview Preparation
- * Daily Use English Coaching
- * Ebay & Amazon Seller Coaching
- * Notary Service by Appointment

ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿਪ ਦੀ ਤਿਆਰੀ
45 ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖੋ

www.thecalifornialearningacademy.com
thecalifornialearningacademy@gmail.com

WHY TO CHOOSE US?

- Individual attention
- Result driven coaching
- Flexible timing

We Are Here For You Call Us:
559-905-4749

Schedule Your Appointment Before Visit

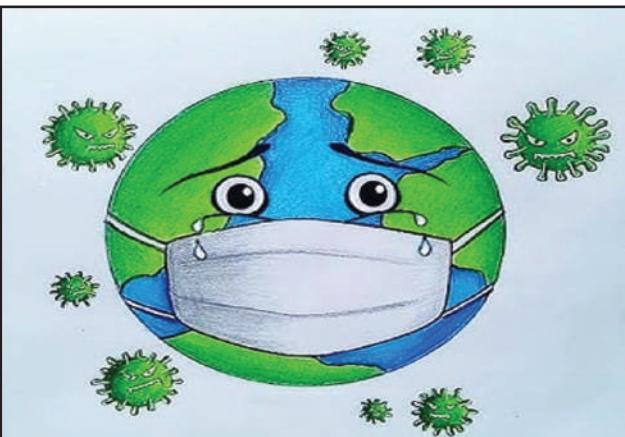
5627 N Figarden Dr. Suite 114 # Fresno CA 93722

ਕੀ ਕੋਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਚੀਨ ਤੋਂ ਆਏਗਾ ਇਕ ਹੋਰ ਰੋਗ?

ਪਿਛਲੇ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਚੀਨ 'ਚ ਨਿਮੋਨੀਆ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਰਗ ਰੋਗ ਇਕ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫੈਲਣ ਦੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਹਾਲੇ ਸਿਰਫ਼ ਚਾਰ ਕੁ ਵਰ੍ਹੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਇਡ-19 ਨਾਂ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਲਾਗ ਚੀਨ ਤੋਂ ਹੀ ਫੈਲੀ ਸੀ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 2020 ਤੋਂ 2021 ਦੌਰਾਨ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੇ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਦੀਆਂ ਅਰਥ-ਵਿਸਥਾਰਾਂ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਲਈ ਹੁਣ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਚੀਨ 'ਚ ਫੈਲੀ ਇਕ ਨਵੀਂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਗੰਭੀਰ ਨੋਟਿਸ ਲੈ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਨਵੀਂ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੀ ਆਹਾਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਚੀਨ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਵੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਭਾਰੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਮਾਲ ਦੀ ਦਰਾਮਦ-ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਹ ਦੇ ਇਸ ਰੋਗ ਦੀ ਲਾਗ ਦੇ ਭਾਰਤ 'ਚ ਆਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਸਾਰੇ ਸੁਬਿਆਂ ਤੇ ਕੇਂਦਰ ਸ਼ਾਸਤ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ 'ਚ ਇਸ ਰੋਗ ਦਾ ਟਾਕਰਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ।

ਸਿਰਫ਼ ਸਰਕਾਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਤਿਆਰੀਆਂ ਨਾਲ ਅਜਿਹੇ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਛੂਤ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਆਮ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਾਈਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਇਲਾਜ ਨਾਲੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਚੰਗਾ - ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਸਾਨੂੰ ਆਪ ਹੀ ਰਵਾਇਤੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅਗਾਊਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਰੱਖਣੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ। ਠੰਡ ਦੇ ਮੌਸਮ 'ਚ ਇਨਫਲੂਅੰਜ਼ ਰੋਗ ਆਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰੋਗ 'ਚ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਥੰਘ ਤੇ ਜ਼ਕਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨਾਲ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਸਾਹ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਾਵਧਾਨੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।



ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਸਾਵਧਾਨੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਇਹ ਵੀ ਆਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਹਾਲੇ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਘਬਰਾਉਣ ਦੀ ਵੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ

ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਤੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਬਿਸਤਰਿਆਂ, ਦਵਾਈਆਂ, ਇਨਫਲੂਅੰਜ਼ ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ, ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ, ਨਿਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਤਿਆਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਟੈਸਟਿੰਗ ਕਿਸਮ, ਆਕਸੀਜਨ ਸਿਲੰਡਰ ਤੇ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ

ਪਲਾਟਾਂ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਹਦਾਇਤ ਵੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਇਨਫਲੂਅੰਜ਼ ਜਾਂ ਨਿਮੋਨੀਆ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਨੱਕ ਤੇ ਗਲੇ ਦੇ ਸਵੈਬ ਸੈਂਪਲ ਵਾਇਰਸ ਰਿਸਰਚ ਅਤੇ ਡਾਇਓਗਨੋਸਟਿਕ ਲੈਬੋਰੇਟਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਭੇਜਣ ਲਈ ਆਖਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸਾਹ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਪੈਖੋਜਨਸ ਦੀ ਟੈਸਟਿੰਗ ਹੋ ਸਕੇ। ਸੱਚ੍ਚਤ ਜੇ ਹੁਣੇ ਤੋਂ ਅਜਿਹੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰ ਲਏ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨਾਲ ਨਿਹਾਂਣਾ ਸੁਖਾਲਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਸਾਨੂੰ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣ ਤੇ ਹਰ ਤ੍ਰੁਟੀ ਦੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤਣੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਹਕੀਕਤ ਹੈ ਕਿ ਚੀਨ 'ਚ ਸਾਹ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਲੱਗ ਪਈ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਮੌਸਮੀ ਵਰਤਾਰਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚੀਨ ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਰਤ ਦੇ ਉਤਰ ਵੱਲ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਥੇ ਠੰਡ ਵੀ ਕਾਫ਼ੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਵਾਂਗ ਹਾਲਾਤ ਕਦੋਂ ਬੇਕਾਸ਼ੂ ਹੋ ਜਾਣ, ਅਜਿਹੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਵੀ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਪਲੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹਵਾ ਨੇ ਭਾਰਤ 'ਚ ਖੜੀ ਕੀਤੀ ਸਮੱਸਿਆ

ਹਵਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਅਸਲ ਵਿਚ ਦਮਾ, ਕੈਂਸਰ, ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਗਰਭ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਅਤੇ ਫੇਫ਼ਡਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਅਨੇਕਾਂ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ

ਅਸਫ਼ਲੀ ਚਤੁਰਥ

ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਵੱਲੋਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦੇ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਦਸ ਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਵਧ ਪਲੀਤ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਸਰਦੀ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਵਿਜ਼ੀਬਿਲਟੀ ਭਾਵ ਸ਼ਿਸ਼ਤਾ ਬੋਹੁਦ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਵਾ ਵਿਚ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਵੀ ਅੱਖਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਬਹੁਤੀ ਵਾਰ ਸਕੂਲ-ਕਾਲਜ ਬੰਦ ਕਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਮਾਰਤੀ ਨਿਰਮਾਣ ਕਾਰਜ ਬੰਦ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਮੁਸਕਲ ਨਾਲ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਦਿਹਾੜੀਦਾਰ ਮਿਸਤਰੀ-ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਮੁਸਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਵਿਟਜ਼ਰਲੈਂਡ ਦੀ ਏਜੰਸੀ ਆਈਕਿਊ ਏਰੂ ਵੱਲੋਂ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆ ਨੂੰ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਿੱਦੂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਕ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ 100 ਸਹਿਰਾਂ ਵਿਚੋਂ 72 ਸਹਿਰ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆ ਦੇ ਹੀ ਹਨ। ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਵਾ ਦੀ ਸੁਧਾਰ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਾ ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਮੱਚੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ ਦਸ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਆਦਮੀ ਬੋਹੁਦ ਪਲੀਤ ਹਵਾ ਵਿਚ ਸਾਹ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਏਸ਼ੀਆ ਦੀ 60 ਫੀਸਦੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਬਾਦੀ ਬੇਹਿਸਾਬ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਕੁਝ ਅਤੇ ਭਾਰਤ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਭਾਰਤ ਦਾ ਅੱਠਵਾਂ ਨੰਬਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਸਹਿਰਾਂ ਦੀ ਇਕ ਲੰਮੀ ਸੁਚੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਉਦਯੋਗਿਕ ਸਹਿਰ ਭਿੰਡੀ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦਿੱਲੀ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਤੀਸਰੇ ਅਤੇ ਚੌਥੇ ਨੰਬਰ ਦੇ ਨੰਬਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਵਾਲੇ ਸਹਿਰ ਹਨ। ਇਸੇ ਲੜੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਸ਼ਹਿਰ ਹਨ ਦਰਭੰਗਾ, ਗਾਜ਼ੀਆਬਾਦ, ਪਟਨਾ, ਮੁਜ਼ੱਦਰਨਗਰ, ਨੈਇਡਾ, ਫਰੀਦਾਬਾਦ ਅਤੇ ਕਾਨਪੁਰ ਆਦਿ। ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਵੀਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਸਹਿਰਾਂ ਵਿਚੋਂ 19 ਏਸ਼ੀਆ ਦੇ ਹੀ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ 14 ਸਾਡੇ ਮੁਲਕ ਭਾਰਤ ਦੇ ਹੀ ਹਨ। ਜੋ ਗੱਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਾਤ੍ਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਅੱਠ ਦੇਸ਼ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਹਨ ਚਾਡ, ਇਰਾਕ, ਪਾਕਿਸਤਾਨ, ਬਹਿਰੀਨ, ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼, ਬੁਰਕੀਨਾ, ਕੁਵੈਤ ਅਤੇ ਭਾਰਤ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਭਾਰਤ ਦਾ ਅੱਠਵਾਂ ਨੰਬਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਸਹਿਰਾਂ ਦੀ ਇਕ ਲੰਮੀ ਸੁਚੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਉਦਯੋਗਿਕ ਸਹਿਰ ਭਿੰਡੀ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦਿੱਲੀ ਵਿਚ ਤੀਸਰੇ ਅਤੇ ਚੌਥੇ ਨੰਬਰ ਦੇ ਨੰਬਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਵਾਲੇ ਸਹਿਰ ਹਨ। ਇਸੇ ਲੜੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਸ਼ਹਿਰ ਹਨ ਦਰਭੰਗਾ, ਗਾਜ਼ੀਆਬਾਦ, ਪਟਨਾ, ਮੁਜ਼ੱਦਰਨਗਰ, ਨੈਇਡਾ, ਫਰੀਦਾਬਾਦ ਅਤੇ ਕਾਨਪੁਰ ਆਦਿ। ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਵੀਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਸਹਿਰਾਂ ਵਿਚੋਂ 14 ਏਸ਼ੀਆ ਦੇ ਹੀ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ 14 ਸਾਡੇ ਮੁਲਕ ਭਾਰਤ ਦੇ ਹੀ ਹਨ। ਜੋ ਗੱਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ 'ਗ੍ਰੀਨ ਉਰਜਾ' ਭਾਵ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਰਹਿਤ ਬਾਲਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

SINGH WORLD travel

Lycamobile Call the world for less

AIRPORT DROP OFF AND PICKUP AVAILABLE

Money Transfer @ Special Rates India and Pakistan!!!

Cell Phone Activation & Recharge Services

ਏਅਰਪੋਰਟ ਤੇ ਜਾਣ-ਆਉਣ ਲਈ ਗੱਡੀ ਦਾ ਵੀ ਸ

ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਦਾ ਮੱਕੜਨਾਲ

ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਹਨੋਰੀ ਝੁਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਕੰਪਿਊਟਰ, ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਿਆਂ ਆਸੀਂ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੇ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਲੋੜੀ ਬਿਰਦੀ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੇ ਮੱਕੜ ਜਾਲ ਵਿਚ ਫਸਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਨਿੱਤ ਨਵੇਂ-ਨਵੇਂ ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧਾਂ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਹੈਕਿੰਗ, ਫਿਰੋਤੀ (ਰੈਂਸਮਵੇਅਰ) ਹਮਲੇ, ਬੈਂਕ ਖਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਚੁਨਾ ਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅਨਪੜ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖਿਆਂ ਤੱਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੀ ਗਿਫ਼ਤ 'ਚ ਫਸ ਰਹੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਡਾਟੇ ਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਸੰਤਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਚੇਤਾ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ 30 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਸਾਈਬਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਦਿਨ 1988 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਲਗਾਤਾਰ ਆਲਮੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੇਜ਼-ਤਰਾਰ ਕੰਪਿਊਟਰ ਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿਚ ਆਸੀਂ ਕਈ ਐਪਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਖਾਤੇ ਬਣਾਉਣ ਸਮੇਂ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਜਾਲੀ

ਡਾ. ਸੀ ਪੀ ਕੰਭੋਜ

ਆਓ! ਪ੍ਰਣ ਕਰੀਏ ਕਿ ਸਾਈਬਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਹਾੜੇ 'ਤੇ ਆਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ

ਸੁਤਰ ਅਪਣਾ ਕੇ ਸੱਭਿਕ ਸਾਈਬਰ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਂਗੇ : ਜੀ-ਮੇਲ, ਫੇਸ਼ਬੁੱਕ, ਨੈੱਟ ਬੈਂਕਿੰਗ, ਯੂਪੀਆਈ ਐਪਸ, ਪੇਟੀਐਮ, ਜੀ-ਪੋਅ, ਫੋਨ-ਪੋਅ ਆਦਿ ਦਾ ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਤਾਕਵਰ ਪਾਸਵਰਡ ਰੱਖੋ ਤੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਦਲਦੇ ਰਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧ ਦਾ ਸਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਤੁਰੰਤ ਰਿਪੋਰਟ ਦਰਜ ਕਰਵਾਓ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁਗਲ 'ਤੇ 'ਸਾਈਬਰ ਕਰਾਈਮ ਪੋਰਟਲ' ਭਰਨ 'ਤੇ ਵੈਬਸਾਈਟ ਨੂੰ ਖੋਲੋ। ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਹਨੋਰੀ ਝੁਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਕੰਪਿਊਟਰ, ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਿਆਂ ਆਸੀਂ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੇ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਲੋੜੀ ਬਿਰਦੀ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੇ ਮੱਕੜ ਜਾਲ ਵਿਚ ਫਸਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਨਿੱਤ ਨਵੇਂ-ਨਵੇਂ ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧਾਂ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਹੈਕਿੰਗ, ਫਿਰੋਤੀ (ਰੈਂਸਮਵੇਅਰ) ਹਮਲੇ, ਬੈਂਕ ਖਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਚੁਨਾ ਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅਨਪੜ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖਿਆਂ ਤੱਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੀ ਗਿਫ਼ਤ 'ਚ ਫਸ ਰਹੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਡਾਟੇ ਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਸੰਤਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਚੇਤਾ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ 30 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਸਾਈਬਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੈਂਜ ਕਰਨ 'ਤੇ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਮੇਰੀ ਗੈਰ-ਹਜ਼ਰੀ ਵਿਚ ਮੇਰੇ ਬੇਟੇ ਨੇ ਮੇਰਾ ਕੰਪਿਊਟਰ ਵਰਤਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਇਕ ਵੀਡੀਓ ਗੇਮ ਨੂੰ ਸਰਚ ਕੀਤਾ ਸੀ ਤੇ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਮਗਰੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਮਹਿੰਗੀ ਗੇਮ ਨੂੰ ਮਫ਼ਤ ਵਿਚ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨ ਦਾ ਸੰਵਾਦ ਬਕਸਾ ਦਿਸਿਆ ਸੀ ਜਿਸ ਉੱਤੇ ਉਸ ਨੇ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਉਹਿ ਉਸ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭੁਲ ਸੀ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਵਿਚ ਇਕ ਦੁਸ਼ਮਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੇ ਕੁਝ ਹੀ ਪਲਾਂ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਮੇਰੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦਾ ਡਾਟਾ ਅਗਵਾ ਹੋ ਕੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਕਾਰਾ ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਸੀ। ਬਦਾਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਉਸ ਵਰਤ ਮੇਰੀ ਬੈਕਅੱਪ ਵਾਲੀ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਐਸਾਈਸਡੀ ਅਤੇ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਵਿਚੋਂ ਡਾਟਾ ਕਵਵਾਉਣ ਲਈ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਕਈ ਗੇਤੇ ਮਾਰੇ ਪਰ ਮੋਟੀ ਰਕਮ ਖਰਚਣ ਉਪਰੰਤ ਵੀ ਮੇਰੇ ਪੱਲੇ ਕੁਝ ਨਾ ਪਿਆ। ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਟੀਵੀ, ਰੇਡੀਓ, ਯੂ-ਟਿਊਬ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਅਖਬਾਰਾਂ ਤੇ ਰਸਾਲਿਆਂ ਵਿਚ ਛੱਪੇ ਲੇਖ ਤੋਂ ਖੋਜ-ਪੱਤਰ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਤਾਬ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਂਧ ਵਿਚ ਅੱਜ ਵੀ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਕਾਰ ਹੋਈਆਂ ਡਿਸਕਾਂ ਸਾਂਭੀ ਬੈਠਾ ਹਾਂ ਪਰ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਨਿਰਾਸਾ ਹੀ ਪੱਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਦੋ ਗੱਲਾਂ ਪੱਲੇ ਬੰਨ੍ਹ੍ਹ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਇਹ ਕਿ ਨੈੱਟ ਉੱਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਨਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਸੈਅ ਨਹੀਂ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਝਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ, ਸਾਈਬਰ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀਆਂ

ਸੀ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਮੇਰੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦਾ ਡਾਟਾ ਅਗਵਾ ਹੋ ਕੇ

ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਕਾਰਾ ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਸੀ। ਬਦਾਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਉਸ ਵਰਤ ਮੇਰੀ ਬੈਕਅੱਪ ਵਾਲੀ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਐਸਾਈਸਡੀ ਅਤੇ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਵਿਚੋਂ ਡਾਟਾ ਕਵਵਾਉਣ ਲਈ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਕਈ ਗੇਤੇ ਮਾਰੇ ਪਰ ਮੋਟੀ ਰਕਮ ਖਰਚਣ ਉਪਰੰਤ ਵੀ ਮੇਰੇ ਪੱਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਟੀਵੀ, ਰੇਡੀਓ, ਯੂ-ਟਿਊਬ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਅਖਬਾਰਾਂ ਤੇ ਰਸਾਲਿਆਂ ਵਿਚ ਛੱਪੇ ਲੇਖ ਤੋਂ ਖੋਜ-ਪੱਤਰ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਤਾਬ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਂਧ ਵਿਚ ਅੱਜ ਵੀ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਕਾਰ ਹੋਈਆਂ ਡਿਸਕਾਂ ਸਾਂਭੀ ਬੈਠਾ ਹਾਂ ਪਰ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਨਿਰਾਸਾ ਹੀ ਪੱਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਦੋ ਗੱਲਾਂ ਪੱਲੇ ਬੰਨ੍ਹ੍ਹ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਇਹ ਕਿ ਨੈੱਟ ਉੱਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਨਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਸੈਅ ਨਹੀਂ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਝਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ, ਸਾਈਬਰ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀਆਂ

ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਕਾਰਾ ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਸੀ। ਬਦਾਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਉਸ ਵਰਤ ਮੇਰੀ ਬੈਕਅੱਪ ਵਾਲੀ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਐਸਾਈਸਡੀ ਅਤੇ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਵਿਚੋਂ ਡਾਟਾ ਕਵਵਾਉਣ ਲਈ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਕਈ ਗੇਤੇ ਮਾਰੇ ਪਰ ਮੋਟੀ ਰਕਮ ਖਰਚਣ ਉਪਰੰਤ ਵੀ ਮੇਰੇ ਪੱਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਟੀਵੀ, ਰੇਡੀਓ, ਯੂ-ਟਿਊਬ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਅਖਬਾਰਾਂ ਤੇ ਰਸਾਲਿਆਂ ਵਿਚ ਛੱਪੇ ਲੇਖ ਤੋਂ ਖੋਜ-ਪੱਤਰ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਤਾਬ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਂਧ ਵਿਚ ਅੱਜ ਵੀ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਕਾਰ ਹੋਈਆਂ ਡਿਸਕਾਂ ਸਾਂਭੀ ਬੈਠਾ ਹਾਂ ਪਰ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਨਿਰਾਸਾ ਹੀ ਪੱਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਦੋ ਗੱਲਾਂ ਪੱਲੇ ਬੰਨ੍ਹ੍ਹ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਇਹ ਕਿ ਨੈੱਟ ਉੱਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਨਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਸੈਅ ਨਹੀਂ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਝਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ, ਸਾਈਬਰ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀਆਂ

ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਕਾਰਾ ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਸੀ। ਬਦਾਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਉਸ ਵਰਤ ਮੇਰੀ ਬੈਕਅੱਪ ਵਾਲੀ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਐਸਾਈਸਡੀ ਅਤੇ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਵਿਚੋਂ ਡਾਟਾ ਕਵਵਾਉਣ ਲਈ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਕਈ ਗੇਤੇ ਮਾਰੇ ਪਰ ਮੋਟੀ ਰਕਮ ਖਰਚਣ ਉਪਰੰਤ ਵੀ ਮੇਰੇ ਪੱਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਟੀਵੀ, ਰੇਡੀਓ, ਯੂ-ਟਿਊਬ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਅਖਬਾਰਾਂ ਤੇ ਰਸਾਲਿਆਂ ਵਿਚ ਛੱਪੇ ਲੇਖ ਤੋਂ ਖੋਜ-ਪੱਤਰ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਤਾਬ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਂਧ ਵਿਚ ਅੱਜ ਵੀ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਕਾਰ ਹੋਈਆਂ ਡਿਸਕਾਂ ਸਾਂਭੀ ਬੈਠਾ ਹਾਂ ਪਰ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਨਿਰਾਸਾ ਹੀ ਪੱਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਦੋ ਗੱਲਾਂ ਪੱਲੇ ਬੰਨ੍ਹ੍ਹ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਇਹ ਕਿ ਨੈੱਟ ਉੱਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਨਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਸੈਅ ਨਹੀਂ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਝਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ, ਸਾਈਬਰ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀਆਂ

ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਕਾਰਾ ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਸੀ। ਬਦਾਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਉਸ ਵਰਤ ਮੇਰੀ ਬੈਕਅੱਪ ਵਾਲੀ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਐਸਾਈਸਡੀ ਅਤੇ ਉਚਾਵੀਂ ਹਾਰਡ ਡਿਸਕ ਵਿਚੋਂ ਡਾਟਾ ਕਵਵਾਉਣ ਲਈ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਕਈ ਗੇਤੇ ਮਾਰੇ ਪਰ ਮੋਟੀ ਰਕਮ ਖਰਚਣ ਉਪਰੰਤ ਵੀ ਮੇਰੇ ਪੱਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਟੀਵੀ, ਰੇਡੀਓ, ਯੂ-ਟਿਊਬ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਅਖਬਾਰਾਂ ਤੇ ਰਸਾਲਿਆਂ ਵਿਚ ਛੱਪ

ਭਾਰਤੀ ਫੌਜਦਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨ ਸੋਧਾਂ ਕੀ ਅਪਰਾਧ ਘਟਾ ਸਕਣਗੀਆਂ?

ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 11 ਅਗਸਤ, 2023 ਨੂੰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਬਿੱਲ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ, ਭਾਰਤੀਯਾ ਨਿਯਮ ਸੰਹਿਤਾ ਬਿੱਲ (ਬੀ-ਐਨਐਸ), ਭਾਰਤੀਯਾ ਸਮਝਿਆ ਅਧਿਨਿਯਮ (ਬੀਐਸਏ) ਅਤੇ ਭਾਰਤੀਯਾ ਨਾਗਰਿਕ ਸੁਰੱਕਾ ਸੰਹਿਤਾ ਬਿੱਲ (ਬੀਐਨਐਸਏਸ)। ਸੰਦ ਵਿਚ ਪਾਸ ਹੋ ਕੇ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਨ ਬਾਅਦ ਇਹ ਬਿੱਲ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਭਾਰਤੀ ਦੰਡ ਸੰਹਿਤਾ (ਆਈਪੀਸੀ-1860), ਭਾਰਤੀ ਐਵੈਫੈਸ ਐਕਟ (ਆਈਏਈ-1972) ਅਤੇ ਫੌਜਦਾਰੀ ਜਾਬਤਾ ਸੰਹਿਤਾ (ਸੀਆਰਪੀਸੀ-1973) ਦੀ ਥਾਂ ਲੈਣਗੇ। ਸੰਦ ਦੀ ਗੁਰੀ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਥਾਨੀ ਸਮਿਤੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿੱਲਾਂ 'ਤੇ ਬਹਿਸ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਦ ਦੇ ਅਗਸ਼ੀ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿੱਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫੌਜਦਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਵਿਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਈ ਅਹਿਮ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਤੇ ਅਮਲਾਂ ਨਾਲ ਅਸਹਿਮਤੀ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਤੇ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਚਲਣ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਅਥਾਹ ਤਾਕਤਾਂ ਦੇਣਗੀਆਂ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇ ਲਾਗੂ ਹੋ ਜਾਣ ਬਾਅਦ ਸਰਕਾਰ ਜਦੋਂ ਜਨਤਾ ਵਿਚ ਚਲ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਰਤਾਂਤ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਮਹਿਮਾਂ ਦਾ ਗਲਾ ਘੁੱਟ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਸਰਕਾਰ ਵਿਰੋਧੀ ਖਬਰਾਂ ਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਪੁੱਛਾਉਂਦੇ ਹੋਣ। ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਦੇ ਉਥੋਂ ਵਕੀਲ ਅਤੇ ਨਿਆਂ ਸਾਸਤਰ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਜੀ। ਮੇਹਨ ਗੋਪਾਲ ਦੇ ਹਨ। 'ਦਿ ਵਾਇਰ' ਵਿਚ ਛੱਧੇ ਲੇਖ ਵਿਚ ਉਸ ਨੇ ਅਜਿਹੀਆਂ 12 ਖੋੜਨਾਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਹਕੀਕੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੁਲੀਸ ਤੇ ਤਾਨਾਸ਼ਾਹ ਰਾਜ ਵਿਚ ਬਦਲਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਥੋਂ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਿਰਫ ਸੰਖੇਪ ਵਰਣਨ ਕਰਾਂਗੇ।

1) ਭਾਰਤੀਯਾ ਨਿਯਮ ਸੰਹਿਤਾ (ਬੀਐਨਐਸ) ਦੀ ਧਾਰਾ 111(1) (ੴ) ਅਤਿਵਾਦ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਅਤਿ-ਵਸੀਹ ਕਰਦੀ ਹੋਈ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਜਮ੍ਹਾਰੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਅਤਿਵਾਦੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੀ ਜੱਦ ਵਿਚ ਲੈ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਰਵਜਨਕ ਵਿਵਸਥਾ ਭੰਗ ਕੀਤੇ ਜਾਣ, ਕਿਸੇ ਗੈਰ-ਹਿੱਸਕ ਕਾਰਵਾਈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਭਾਸ਼ਣ ਜਾਂ ਲਿਖਤ ਰਾਹੀਂ ਅਜਿਹੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਮਹਿਜ਼ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਨ, ਮੁਲਕ ਦੇ ਸਿਆਸੀ, ਆਰਥਿਕ ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਢਾਂਚੇ ਨੂੰ ਅਸਥਿਰ ਜਾਂ ਢਾਹ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨੂੰ ਅਤਿਵਾਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇਗਾ।

2) ਸਰਕਾਰ ਨਵੇਂ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿਚ ਰਾਜਯੋਹ ਦੇ ਅਪਰਾਧ (ਆਈਪੀਸੀ ਦੀ ਧਾਰਾ 124) ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਬੀਐਨਐਸ ਦੀ ਧਾਰਾ 150 ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਅਪਰਾਧ ਆਪਣੇ ਵਧੇਰੇ ਕਰੁਣ ਰੂਪ ਰਾਜਯੋਹ-ਪਲੱਸ ਵਜੋਂ ਪੁਨਰਜਨਮ ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਬੀਐਨਐਸ ਦੀ ਧਾਰਾ 150 ਭੰਨ-ਤੰਤ੍ਰ, ਅਲਹਿਦਗੀ, ਵੱਖਵਾਦੀ, ਦੇਸ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਭੂਸਤਾ, ਏਕਤਾ ਅਤੇ ਅਖਿੰਡਤਾ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਹਥਿਆਰਬੰਦ ਬਗਾਵਤ ਨੂੰ ਅਤਿਵਾਦੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜਿਸ ਦੇ ਫਲਸਰੂਪ ਇਹ ਨਵੀਂ ਧਾਰਾ 124 ਦੇ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਕਰੂਰ ਹੋ ਨਿਭਦੀ ਹੈ।

3) ਬੀਐਨਐਸ ਦੀ ਧਾਰਾ 109 ਵਿਚ ਸੰਗਠਿਤ ਅਪਰਾਧ ਅਤੇ ਧਾਰਾ 110 ਵਿਚ ਨਿਕ-ਸੰਗਠਿਤ ਅਪਰਾਧ ਨੂੰ ਜਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਆਸੀ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਤੇ ਮੱਤੇਦੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਅਥਾਹ ਤਾਕਤ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗੀ। ਸਰਕਾਰ ਅਪਣੇ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੂੰ ਚੋਣਵੀਂ ਤੇ ਪੱਖਪਾਤੀ ਸਿਆਸੀ ਮੁਕੱਦਮੇਬਾਜ਼ੀ ਵਿਚ ਫਸਾ ਸਕੇਗੀ। ਸੰਗਠਿਤ ਅਪਰਾਧ ਦੀਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ, ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਮਕੋਕਾ-1999 ਅਤੇ ਕਰਨਾਟਕ ਦੇ ਕਕੋਕਾ-2000 ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਜ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਵਸੀਹ ਤੇ ਅਸਥਾਨ ਹਨ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਆਪ-ਹੁਦਰੇਪਣ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਮਿਲੇਗੀ।

4) ਬੀਐਨਐਸ ਦੀ ਧਾਰਾ 224 ਅਨੁਸਾਰ, ਸਿਆਸੀ ਰੋਸ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਲਈ ਰੱਖੇ ਵਰਤ ਨੂੰ ਹੁਣ ਖੁਦਕਸ਼ੀ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਅਪਰਾਧਿਕ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਨਵੀਂ ਧਾਰਾ ਮੁਤਾਬਕ 'ਕਿਸੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੂੰ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਖੁਦਕਸ਼ੀ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਅਪਰਾਧਿਕ ਕਾਰਵਾਈ ਹੋਵੇਗੀ।'

5) ਬੀਐਨਐਸ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇਕੱਠ ਨੂੰ ਖਿੰਡ-ਉਣ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਤਾਕਤਾਂ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮੌਜੂਦਾ ਸੀਆਰਪੀਸੀ ਦੀ ਧਾਰਾ 130 ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਇਕੱਠ ਤੋਂ ਖਿੰਡਾਉਣ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਉਚਤਮ ਰੈਂਕ ਦਾ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਸੈਜਿਸਟਰੋਟ ਹੀ ਹਥਿਆਰਬੰਦ ਬਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਨਵੀਂ ਸੰਹਿਤਾ ਅਨੁਸਾਰ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਸੈਜਿਸਟਰੋਟ ਜੋ ਮੌਜੂਦ ਹੋਵੇ (ਉਸ ਦਾ ਉਚਤਮ ਰੈਂਕ ਦਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ), ਹਥਿਆਰਬੰਦ ਬਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਚਹਿਲ

ਆਪਣੇ ਕਾਡਰ ਨੂੰ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਸਕੇ। ਬੀਐਨਐਸ ਵਿਚ ਹਜ਼ੂਮੀ ਕਤਲ ਬਾਰੇ ਜੋਤੀ ਗਈ ਨਵੀਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਵੀਂ ਧਾਰਾ 101 ਵਿਚ ਹਜ਼ੂਮੀ ਕਤਲ ਨੂੰ "ਨਸਲ, ਜਾਤ ਜਾਂ ਬਿਰਾਦਰੀ, ਲੰਗ, ਜਨਮ ਸਥਾਨ, ਭਾਸ਼ਾ, ਨਿਜੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਆਧਾਰ ਉਪਰ ਕੀਤੇ ਕਤਲ ਵਜੋਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।" ਪਰ ਆਰਐਸਐਸ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਹਜ਼ੂਮੀ ਕਤਲ ਲਈ ਧਰਮ ਨੂੰ ਕੋਈ ਆਧਾਰ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ।

7) ਨਵੀਂ ਸੰਹਿਤਾ ਬੀਐਨਐਸ ਦੀ ਧਾਰਾ 172 ਮੁਲਕ ਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਰਾਜ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਉਕਤ ਧਾਰਾ ਅਨੁਸਾਰ "ਕਿਸੇ ਪੁਲੀਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਫਰਜ਼ ਦੇ ਨਿਭਾਓ ਲਈ ਦਿੱਤੇ ਆਦੇਸ਼ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ, ਇਨਕਾਰੀ ਹੋਣ, ਅਣਗੋਲਿਆਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਅਨਾਦਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਾਨ ਨੂੰ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਸਥਾਨ ਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਰੁਪ ਵਿਚ) ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇਗਾ। ਇਸ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇ ਫਲਸਰੂਪ ਦੋਸ਼ੀ ਦੇ ਸਿਰ ਉਪਰ ਪੁਲੀਸ ਰਿਮਾਂਡ ਦੀ ਤਲਵਾਰ ਵਧੇਰੇ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਲਟਕਦੀ ਰਹੇਗੀ। 10) ਬੀਐਨਐਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਿਜਤਾ ਦੇ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰ ਉਪਰ ਹਮਲਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰਕਹੀਣ ਤੇ ਜਾਬਰ ਧਾਰਾ ਅਧੀਨ ਸੈਜਿਸਟਰੋਟ ਤਫ਼ਤੀਸ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਾਨ ਨੂੰ (ਸਿਰਫ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ) ਆਪਣੇ ਦਸਤਖਤਾਂ ਦੇ ਨਸੂਨੇ, ਉਂਗਲੀਆਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਹੱਥ ਲਿਖਤ ਜਾਂ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਨਸੂਨੇ ਦੇ ਨਸੂਨੇ ਦੇ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

8) ਨਵੀਂ ਸੰਹਿਤਾ ਬੀਐਨਐਸ ਦੀ ਧਾਰਾ 173 (3) ਅੰਫ਼ਾਈਆਰ ਦਰਜ ਕਰਨ ਜਾਂ ਨਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਪੁਲੀਸ ਦੀਆਂ ਅਖਤਿਆਰੀ ਤਾਕਤਾਂ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅੰਫ਼ਾਈਆਰ ਦਰਜ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁਲੀਸ ਮੁਦਲੀ ਜਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਬਹਾਨਾ ਲਗਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਸੰਨ 2014 ਵਿਚ ਲਿਲਤਾ ਕੁਮਾਰੀ ਬਨਾਮ ਉਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਸਰਕਾਰ ਕੇਸ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਰਾਹੀਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਇਨਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। 9) ਬੀਐਨਐਸ ਦੀ ਧਾਰਾ 43 (3) ਅਨੁਸਾਰ ਹੁਣ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਪੁਲੀਸ ਦੁਆਰਾ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਹੱਥਕੜੀ/ਬੇਤੀ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕੇਗੀ ਜਦੋਂ ਕਿ ਮੁਹੱਖੀ ਸਨਮਾਨ ਦਾ ਘਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਸ ਕੁਪ੍ਰਥਾ ਨੂੰ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ 1978 ਵਿਚ 'ਸੁਨੀਲ ਬੱਤਰਾ ਬਨਾਮ ਦਿੱਲੀ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ' ਕੇਸ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਰਾਹੀਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿਰਫ ਚੰਦ ਕੁ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਰੱਖਕੜੀ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਸੀ ਪਰ ਨਵੀਂ ਧਾਰਾ 173 (3) ਅਨੁਸਾਰ ਹੁਣ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਪੁਲੀਸ ਦੁਆਰਾ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਹੱਥਕੜੀ/ਬੇਤੀ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕੇਗੀ ਜਦੋਂ ਕਿ ਮੁਹੱਖੀ ਸਨਮਾਨ ਦਾ ਘਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਸ ਕੁਪ੍ਰਥਾ ਨੂੰ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਇਹ

ਪ੍ਰਵਾਸ ਲਈ ਸੁਖਾਵਾਂ ਮੁਲਕ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਕੈਨੇਡਾ?

ਇਹ ਮੌਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਪੰਜ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਰਸੇ ਦੌਰਾਨ ਕੈਨੇਡਾ ਪਰਵਾਸ ਕਰ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਖਾਵਾਂ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਰਵੀਂ ਕਮਾਈ ਦਾ ਟੀਚਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਪਸੰਦੀਦਾ ਟਿਕਾਣਾ ਬਣਿਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਪਰ ਹੁਣ ਹਾਲਤ ਵਿਗੜ ਗਏ ਹਨ। ਉਥੋਂ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਹੋਰ ਮੁਲਕਾਂ ਦਾ ਰੁਖ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਵਤਨ ਵਾਪਸ ਮੁਠਨ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਹੋਰ ਮੁਲਕਾਂ ਦਾ ਰੁਖ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਵਤਨ ਵਾਪਸ ਮੁਠਨ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਇੱਥੀਚਿਊਟ ਫਾਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸਿਪ (ਆਈਸੀਸੀ) ਲਈ ਕਾਨਫਰੰਸ ਬੋਰਡ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕਰਵਾਏ ਹਾਲੀਆ ਸਰਵੇਖਣ 'ਦੀ ਲੀਕੀ ਬੱਕਿਟ: ਏ ਸਟੱਡੀ ਆਫ ਇਮੀਗੈਂਟ ਰਿਟੈਂਸ਼ਨ

ਅਮਰਜੀਤ ਭੁਲਰ

ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਥਾਈ ਨਿਵਾਸ (ਪੀਆਰ) ਦਾ ਦਰਜਾ ਦੇਣ ਸਮੇਤ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਪਰਵਾਸ ਬਦਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਵਾਸ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦੇਣ 'ਤੇ ਟੇਕ ਰੱਖੀ ਹੋਈ ਸੀ ਅਤੇ ਇਹ ਸਿਲਸਿਲਾ ਹਾਲੇ ਵੀ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ 2024 ਵਿਚ 485000 ਅਤੇ 2025 ਵਿਚ 5 ਲੱਖ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਵਾਸ ਲਈ ਸੱਦਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਪੁੱਜੇ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਵਿਚ ਹੁਨਰਮੰਦ ਕਾਮੇ, ਆਰਜ਼ੀ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮੇ ਅਤੇ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਤੋਂ ਹਰ ਵੰਨਗੀ ਦੇ ਕਾਮਿਆਂ ਦੀਆਂ ਆਪੋ-ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਹਨ। ਉਚ ਹੁਨਰਮੰਦ ਕਾਮੇ ਬਹੁਤ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਕੈਨੇਡਾ ਪਹੁੰਚੇ ਹਨ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਪਹੁੰਚਿਦਿਆਂ ਸਾਰ

ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਤਜਰਬਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਤੋਂ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੁਹਾਰਤ ਮੁਤਾਬਕ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਦਿੱਤਾਂ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ; ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਗੁਜਰ ਬਸਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਵਾਰ ਘੱਟ ਉਜ਼ਰਤ ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਲਕ ਨਵੇਂ ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਵਿਦਿਆਕ ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਤਜਰਬੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਖਦੇ। ਕੁਝ ਮਾਲਕ ਉਤੇਰੀ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਦੇਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਦੂਜੇ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹੀਂ ਵਿਦਿਆਕ ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਤਜਰਬਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਲਾਇਸੈਨਸ ਲੈਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਾਫੀ ਗੁਝਲਦਾਰ ਤੇ ਖਰਚੀਲੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਲੋਂ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਦਾਖਲੇ ਤੋਂ ਫੌਰੀ ਬਾਅਦ ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦੇਣ ਦੇ ਨੇਮ ਸਰਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਆਮਦ ਵਿਚ ਵਧਾ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਅਰਥਚਾਰੇ ਨੂੰ ਵੀ ਭਰਵਾਂ ਲਾਭ ਮਿਲਿਆ। 2022 ਤੱਕ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ 8 ਲੱਖ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟ ਧਾਰਕ ਦਾਖਲ ਸਨ। ਸਾਲ 2022 ਵਿਚ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਕੁੱਲ ਪਰੋਲ੍ਹ ਪੈਦਾਵਾਰ ਵਿਚ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਐਦਾਜ਼ਨ 22 ਅਰਬ ਡਾਲਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਕਰੀਬ 200000 ਨੌਕਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਰ ਮਿਲੀ ਸੀ।

ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜ਼ਰਤ ਆਦਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚੂਨ ਕਾਰੋਬਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚਲਾਉਣ ਵਿਚ ਕਾਫੀ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਇਕ ਸਾਲ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਤਜਰਬਾ (1560 ਘੰਟੇ) ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਸਖ਼ਸ ਸਥਾਈ ਨਿਵਾਸ

(ਪੀਆਰ) ਲਈ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਪੀਆਰ ਵਿਆਪਕ ਦਰਜਾਬੰਦੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ (ਸੀਆਰਐਸ) ਦੇ ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੀਆਰਐਸ ਅੰਕ ਆਧਾਰਿਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਸਕੋਰ ਅਤੇ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ ਐਂਟਰੀ ਪੁਲ ਵਿਚ ਇਸ ਦੇ ਦਰਜੇ ਨੂੰ ਮਾਪਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੀਆਰਐਸ ਅੰਕ ਵਡੇ ਰੋਤੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਨੈਕਾਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾਈ ਹੁੰਨਰ, ਵਿਦਿਆ, ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਅਤੇ

ਉਮਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪੀਆਰ ਲਈ ਦਰਖਾਸਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਫ੍ਰਾਂ ਦੇ ਹਰ ਗੋਤ ਵਿਚ ਸੀਆਰਐਸ ਕੱਟ-ਆਫ ਜੂਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਲ 2022 ਵਿਚ ਵੱਖੋਂ ਵੱਖਰੇ ਫ੍ਰਾਂ ਲਈ ਸੀਆਰਐਸ ਸਕੋਰ 491 ਤੋਂ 557 ਵਿਚਕਾਰ ਸੀ। ਕੱਟ-ਆਫ ਕੀਮਤ ਪੁਲ ਵਿਚ ਬਿਨੈਕਾਰ ਦੀ ਸੰਖਿਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੀਆਰਐਸ ਅੰਕਾਂ ਅਤੇ ਆਵਾਸ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਤੈਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। 23 ਅਕਤੂਬਰ 2023 ਨੂੰ ਪੁਲ ਵਿਚ 214873 ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਸਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਤੋਂ ਸਿਰਫ 3600 ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਦਾ ਸਕੋਰ 431 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 26 ਅਕਤੂਬਰ ਦੇ ਫ੍ਰਾਂ ਲਈ ਸੰਦਿਆਗ ਗਿਆ ਸੀ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਲੋਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਤੁਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਕੇ ਵਧਾ ਅੰਕ ਜੁਟਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਇੱਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਤਦ ਤੱਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ ਤਹਿਤ ਆਰਜੀ ਕਾਮੇ ਦਾ ਦਰਜਾ ਰਹੇਗਾ।

ਕਿਸੇ ਮਾਲਕ ਤੋਂ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਮਿਲਣ ਜਾਂ ਉਸ ਜ਼ਰੀਏ ਲੋਬਰ ਮਾਰਕਿਟ ਇੰਪੈਕਟ ਅਸੈਸਮੈਂਟ (ਐਲਐਮਆਈਐਟ) ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਵਾਧੂ ਅੰਕ ਹਾਸਲ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਇਹ ਸਾਧਾਰਨ ਕੰਮ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜਦੋਂ ਪੁਲ 'ਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਹੋਣ ਤੇ ਨਵੀਆਂ ਦਰਖਾਸਤਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੀਆਰ ਲਈ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

ਕਦੀ ਕਦੀ ਸਰਕਾਰ ਸੀਆਰਐਸ ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਲੋਤ ਵਿਚ ਵਿੱਲ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਇਸ ਨੇ 2021 ਵਿਚ ਸਕੋਰ ਘਟਾ ਕੇ 75 ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਮਿਲਿਆ ਸੀ। ਉਝ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਛੋਟਾਂ ਬਾਬੂਤ ਕੋਈ ਸਹਾਇਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਛੋਟ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਮਿਲੇਗੀ ਜਾਂ

ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਵਧਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਅਪਰਾਧ

ਅਜਿਹੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਸਹੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਤਰੋਤਾਜ਼ਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਿਦਿਆਕ ਢਾਂਚੇ 'ਚ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਨੂੰ ਪਾਠਕ੍ਰਮ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਹੁਣਰ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਇਹ ਸਾਧਾਰਨ ਕੰਮ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜਦੋਂ ਪੁਲ 'ਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਹੋਣ ਤੇ ਨਵੀਆਂ ਦਰਖਾਸਤਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੀਆਰ ਲਈ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

ਪਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ-ਧਾਰਾ 'ਚ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਵਡੇਰਾ ਕਾਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਅਫਸੋਸ, ਅਜਿਹੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ 'ਚ ਸਰਕਾਰਾਂ ਕਈ-ਕੋਈ ਸਾਲ ਲੰਘਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਸਾਰੇ ਕਾਰਜ ਸਮਝਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੈਨੇਡਾ ਮਹਿੰਗਾਈ ਦੀ ਮਾਰ ਹੋਣ ਹੈ ਅੰਤੇ ਉਜ਼ਰਤਾਂ ਵਿਚ ਖੜੋਤ ਆ ਜਾਣ ਕਰ ਕੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੀ ਅਸਲ ਕਮਾਈ ਘਟ ਰਹੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਆਉਣ ਲਈ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਜਿਥੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਪਰ ਇਕੋਨ ਇੱਥੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਅਜਿਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਟੈਟਿਸਟਿਕ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਨਾਲ ਰਿਪੋਰਟ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਕਿ 50% ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਕੈਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀ ਸਾਮਾਂ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਟੈਕਸ ਰਿਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਸੀ ਜਿਸ ਤੋਂ ਇਸ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਤਨ ਪਰਤ ਗਏ ਹਨ। ਇਸੇ ਚੈਨਲ ਨੇ ਆਈਸੀਸੀ ਦੇ ਸਰਵੇਖਣ ਦਾ ਵੀ ਹਵਾਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿ

ਪਰਤੀ ਦੀ ਤਪਸ਼ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਮੀਰ ਲੇਕ

ਅੱਕਸਫੈਮ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਨੇ 20 ਨਵੰਬਰ 2023 ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਆਪਣੀ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਆਲਮੀ ਤਪਸ (ਗਲੋਬਲ ਵਾਰਮਿੰਗ) ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਲਮੀ ਤਪਸ ਲਈ ਦੁਨੀਆ ਦੇ 1% ਸੁਪਰ ਅਮੀਰਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਕਾਰਨ ਆਲਮੀ ਤਪਸ ਅਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸੰਕਟਾਂ (ਅਤੇ ਦੀ ਗਰਮੀ, ਹੜ੍ਹਾਂ, ਸੌਕਿਆਂ ਆਦਿ) ਦੀ ਮਾਰ ਝੱਲਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਲੋਕ ਗਰੀਬ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ:

ਸੰਨ 2019 ਵਿਚ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸੁਪਰ (ਸਭ ਤੋਂ) ਅਮੀਰ 1% (7 ਕਰੋੜ 70 ਲੱਖ) ਲੋਕ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੁੱਲ ਕਾਰਬਨ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ (ਕਾਰਬਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਗੈਸਾਂ) ਦਾ 16% ਹਿੱਸਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸਨ। ਇਹ ਮਾਤਰਾ ਦੁਨੀਆ ਦੇ 66% ਗਰੀਬ ਲੋਕਾਂ (5 ਅਰਬ ਲੋਕਾਂ) ਵਾਲੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕਾਰਬਨ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਾਰਨ 'ਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੁੱਲ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਅਮੀਰ 10% ਲੱਖ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਬਨ ਦੇ ਕੁੱਲ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ 50% ਹਿੱਸੇ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੁਪਰ ਅਮੀਰਾਂ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਕਾਰਬਨ ਦਾ ਇਹ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਗਰਮੀ ਕਾਰਨ 13 ਲੱਖ ਵਾਧ੍ਹਾ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਲਈ ਕਾਢੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਮੌਤਾਂ 2020-2030 ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਜਿੰਨੀ ਕਾਰਬਨ ਸਭ ਤੋਂ ਅਮੀਰ ਅਰਬਾਂਪਤੀ (ਬਿਲੀਅਨੇਅਰ) ਇਕ ਸਾਲ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਹੇਠਲੇ 99% ਫੀਸਦੀ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਇਨ੍ਹੀਂ ਕਾਰਬਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ 1500 ਸਾਲ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਇਹ 1% ਸੁਪਰ ਅਮੀਰ ਆਲਮੀ ਤਪਸ ਅਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਿੰਨ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ:

1) ਆਪਣੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜਿੰਦਗੀਆਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਹ-ਖਰਚ ਅਤੇ ਅਤਿ ਦੇ ਖਪਤਵਾਦੀ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਕਰ ਕੇ ਇਹ ਸੁਪਰ ਅਮੀਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਤਿ ਦੇ ਖਪਤਵਾਦੀ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਵਿਚ ਨਿੱਜੀ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸਫਰ, ਨਿੱਜੀ ਯਾਤਰਾਂ (ਫੋਟੋ ਸਮੁੰਦਰੀ ਜਹਾਜ਼ਾਂ) ਵਿਚ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਤੇ ਪਾਰਟੀਆਂ ਅਤੇ ਮਹਿਲਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ

ਵੱਡੀਆਂ ਹਵੇਲੀਆਂ ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ 20 ਅਰਬਾਂਪਤੀਆਂ ਦੇ ਖਪਤਵਾਦੀ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ

ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨੀਤੀਆਂ, ਕਾਰੂਨਾਂ, ਸੰਧੀਆਂ ਆਦਿ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ,

ਸੁਖਵੰਤ ਹੁੰਦਾ

ਬਾਰੇ ਕੀਤੇ ਅਧਿਐਨ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਨਾਲ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ 20 ਅਰਬਾਂਪਤੀਆਂ ਨੇ ਇਕ ਸਾਲ ਵਿਚ ਔਸਤਨ

ਬੇਸ਼ੱਕ ਉਹ ਧਰਤੀ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੈ ਹੋਣ। ਅੱਕਸਫੈਮ ਦੇ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਅਨੁਸਾਰ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਨਾਂ



8000 ਟਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਇਥੇ ਇਹ ਗੱਲ ਨੋਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਭਾਰਤੀ ਇਕ ਸਾਲ ਵਿਚ ਔਸਤਨ 1191 ਟਨ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

2) ਇਹ ਸੁਪਰ ਅਮੀਰ ਆਪਣੀ ਦੌਲਤ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਨਅਤਾਂ ਵਿਚ ਪੂਜੀ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਆਲਮੀ ਤਪਸ ਅਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਅੱਕਸਫੈਮ ਨੇ ਸੰਨ 2022 ਵਿਚ 125 ਅਰਬਾਂਪਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ 125 ਅਰਬਾਂਪਤੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਹਰ ਇਕ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪੂਜੀ ਨਿਵੇਸ਼ਾਂ ਕਾਹੀਂ ਇਕ ਸਾਲ ਵਿਚ ਔਸਤਨ 30 ਲੱਖ ਟਨ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਸੀ।

3) ਆਪਣੀ ਦੌਲਤ ਕਰ ਕੇ ਇਹ ਸੁਪਰ ਅਮੀਰ ਮੀਡੀਆ, ਆਰਥਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸਿਆਸਤ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਰ ਕੇ ਉਹ ਅਜਿਹੀ

'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਜਲਵਾਯੂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸੰਧੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਸੈਨੈਟਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਉਪਰਲੇ 1% ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਯੂਰੋਪੀਅਨ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਅਤੇ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਵੀ ਇਸ ਸ੍ਰੇਣੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰੂੰਨ-ਘਾੜੇ ਫੈਸਿਲ ਫਿਊਲ (ਤੇਲ, ਪੈਟਰੋਲ, ਕੋਲਾ ਆਦਿ) ਦੀ ਸਨਾਤ ਵਿਚ ਪੂਜੀ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਨਾਤ ਦਾ ਧਰਤੀ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੈਸਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸ਼ਿਕਰਯੋਗ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ। ਅੱਕਸਫੈਮ ਦਾ ਅੰਦਰਾਜਾ ਹੈ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਫੈਸਿਲ ਫਿਊਲ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਨਅਤਾਂ ਵਿਚ 9 ਕਰੋੜ 30 ਲੱਖ ਡਾਲਰ ਨਿਵੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਇਹ ਗੱਲ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਆਲਮੀ ਤਪਸ ਅਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸੰਕਟਾਂ/ਮਹਾਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਮਾਰ ਗਰੀਬ ਲੋਕ ਭਲਦੇ ਹਨ,

ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਦੁਨੀਆ ਕਰ ਵਿਚੋਂ ਕਈ ਤੱਥ ਅਤੇ ਅੰਕਡੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੁਝ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:

ਪਿਛਲੇ 50 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਜਲਵਾਯੂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 91% ਮੌਤਾਂ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਕਾਂ ਦੇ ਲੋਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੀਤੜਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਦੇਸ਼ ਅਫਰੀਕਾ, ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆ, ਕੇਂਦਰੀ ਅਤੇ ਦੱਖਣੀ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਖਿੱਤਿਆਂ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਟਾਊਂਸ 'ਤੇ ਵਸੇ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਦੇਸ਼ ਹਨ। ਸੰਨ 2010 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 2020 ਤੱਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਹੜ੍ਹਾਂ, ਸੌਕਿਆਂ ਅਤੇ ਤੁਢਾਨਾਂ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਅਮੀਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਤੋਂ 15 ਗੁਣਾ ਵੱਧ ਸੀ।

ਸੰਨ 2020 ਤੋਂ ਪੁਰਖੀ ਅਫਰੀਕਾ ਦਾ ਖਿੱਤਾ ਅਤਿ ਦੇ ਸੋਕੇ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਜਿਸ ਕਾਰਨ 4 ਕਰੋੜ 35 ਲੱਖ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਵਵਾਦੀ ਸਹਾਇਤਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਸੰਨ 2022 ਦੇ ਮਈ ਅਤੇ ਅਕਤੂਬਰ ਵਿਚ ਕਾਰ ਪੱਥਰੀ ਅਫਰੀਕਾ ਵਿਚ ਅੱਸਤ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੀਂਹ ਪੈਣ ਕਾਰਨ ਵੱਡੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੜ੍ਹ ਆਏ ਸਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ 5 ਲੱਖ ਏਕੜ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਹੀਯੋਗ ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਨਾਸ ਮਾਰਿਆ ਗਿਆ ਸੀ, 3 ਲੱਖ ਘਰਾਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ ਸੀ ਅਤੇ 15 ਲੱਖ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕ ਬੇਘਰ ਹੋਏ ਸਨ।

ਸੰਨ 2022 ਵਿਚ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੜ੍ਹ ਆਏ ਸਨ ਜਿਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ 3 ਕਰੋੜ 30 ਲੱਖ ਲੋਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਸਨ ਅਤੇ ਇਸ ਕਾਰਨ 30 ਅਰਬ (ਬਿਲੀਅਰ) ਅਮਰੀਕਨ ਡਾਲਰ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਆਲਮੀ ਤਪਸ ਅਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਸੁਪਰ ਅਮੀਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ

ਚੀਨ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਫੈਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਨਾ ਖਤਰਾ

ਚਾਰ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਚੀਨ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਏ ਕੋਵਿਡ ਲਾਗ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਫੈਲ ਗਏ ਸਨ ਅਤੇ ਲੱਖਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਲੋਕ ਇਸ ਨਾਮੁਰਾਦ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਸਨ। ਹੁਣ ਚੀਨ ਦੇ ਉਤਰੀ ਇਲਕੇ 'ਚ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਨਿਮੋਨੀਆ ਦੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਚਿੱਤਾ ਦਾ ਵਿਸਾ ਬਣ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਰਿਪੋਰਟਾਂ 'ਚ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਚੀਨ ਦੇ ਉਤਰੀ ਇਲਕੇ ਦੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ 'ਚ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਬਿਮਾਰ ਬੱਚੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਭਰਤੀ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਚੀਨ 'ਚ ਕੋਵਿਡ ਸੰਬੰਧੀ ਹਟਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰਦੀ ਦੇ ਮੌਸਮ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਸਾਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਖਬਰ ਏਜੰਸੀ ਰਾਇਟਰਜ਼ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਤੋਂ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੀ ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਚੀਨ 'ਚ ਸਾਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸੇ ਮਾਮਲੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹ ਕੋਵਿਡ ਜਿਨੇ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਇਆ ਕਿ ਹਾਲ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ 'ਚ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਜਾਂ ਅਸਾਧਾਰਨ ਪੈਥੈਨ ਯਾਨੀ ਜ਼ਰਾਸੀਮ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੀ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਮਾਰੀਆ ਵੇਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੀਨ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਇਹਨਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਵਧਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੋਵਿਡ ਸੰਬੰਧੀ ਦੇ ਸਾਲ ਤੱਕ ਲੱਗੀ ਪਾਬੰਦੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਜ਼ਰਾਸੀਮ ਤੋਂ ਦੁਰ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਸੀ, “ਅਸੀਂ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਲਹਿਰ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਦੇਖੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਉਹ ਉਸ ਧੱਧਰ ਦੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਸਾਲ 2018-19 'ਚ ਆਈ ਕੋਰੋਨਾ ਦੀ ਲਹਿਰ ਦੀ ਸੀ।”

ਚੀਨ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਹਤ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਬੁਲਾਰੇ ਮੀਡੀਂ ਨੇ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਇਨਫਲੂਅਨ੍ਜ਼ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੈ। ਚੀਨ ਭਾਰਤ ਦਾ ਗੁਆਂਛੀ ਮੂਲਕ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਸਾਰੀ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲਿਆ ਹੈ।

ਕੇਂਦਰੀ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਹਾਲ ਹੀ 'ਚ ਸਾਹ ਦੀ ਸੰਬੰਧੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਿਠ ਲਈ ਤਿਆਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਪਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਸਮੀਖਿਆ ਬੈਨਕ ਕੀਤੀ।

ਪ੍ਰੈਸ ਸੂਚਨਾ ਬਿਉਰੋ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਸਿਹਤ ਸਕੱਤਰ ਨੇ ਸਾਰੇ ਸੂਬਿਆਂ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ ਸਾਸਤ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੱਤਰ ਲਿਖ ਕੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰਾਂ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਅਤੇ ਸਥਿਤੀ ਸੰਬੰਧੀ ਤਿਆਰੀਆਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਤਰ 'ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ ਫੁਲੂ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ, ਟੀਕੇ, ਮੈਡੀਕਲ ਆਕਸੀਜਨ, ਐਂਟੀਬਾਈਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ, ਨਿਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਉਪਕਰਨ, ਟੈਸਟਿੰਗ ਕਿੱਟਾਂ, ਆਕਸੀਜਨ ਪਲਾਂਟ ਅਤੇ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਉਪਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਰੇ ਸੂਬਿਆਂ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ ਸਾਸਤ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ 'ਕੋਵਿਡ-19' 'ਚ ਸੋਧੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰਣਨੀਤੀ ਲਈ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਵੀ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਇਸ ਸਾਲ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ 'ਚ ਇਸ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਇਸ 'ਚ ਇਨਫਲੂਅਨ੍ਜ਼ ਵਰਗੀ ਬਿਮਾਰੀ (ਅਈਐਲਾਈ) ਅਤੇ ਤੀਬਰ ਸਾਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ (ਐਸਾਰਾਈ) ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਸਥਿਤ ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ

ਕਿ ਕੋਵਿਡ ਦੌਰਾਨ ਲੱਗੀਆਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਹੱਟਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਚੀਨ 'ਚ ਇਹ ਪਹਿਲੀ ਸਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਕਰਕੇ ਉੱਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਸਮਰੱਥਾ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੀਨ 'ਚ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਵਾਇਰਸ ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਾ ਰੋਗਾਣੂ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਮਾਈਕੋਪਲਾਜ਼ਮਾ, ਆਰਐਸਵੀ ਹੈ ਕੀ?

ਡਾਕਟਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਇਰਸ ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਇਹ ਸਾਰੇ ਅਜਿਹੇ ਸੂਬਿਮ ਰੋਗਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਅਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਵੇਦ

ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕੋਵਿਡ

ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਬੰਧ ਹੈ?

ਡਾਕਟਰ ਅਨੰਤ ਸੇਹਨ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ ਨੂੰ ਚੀਨ 'ਚ ਫੈਲੇ ਫੁਲੂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਵੇਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਤਾਬਕ, “ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਰੋਨਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ 'ਚ ਐਂਟੀਬਾਈਡੀ ਨਾ ਬਣੇ ਹੋਣਾ। ਇਹ ਇੱਕ ਸਿਧਾਂਤ ਯਾਨੀ ਬਿਉਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕਰੋਨਾ ਦੀ ਐਂਟੀਬਾਈਡੀ ਫੁਲੂ ਦੇ ਦੁਜੇ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ।”

ਹੁਣ ਫੁਲੂ ਲਈ ਵੀ ਵੈਕਸਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸ ਸੰਬੰਧੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਵੀ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਵੀ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਡਾਕਟਰ ਅਨੰਤ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਵੀ ਜੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ “ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।”

“ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੌਸਮ ਬਦਲਣ 'ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਟਾਕਰਾ ਨਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ, ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਫੁਲੂ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ 'ਚ ਘੱਟ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜਾਂ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।” ਉਹ ਅੰਗੇ ਕਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਫੇਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵੈਕਸਿਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਉਹ ਬਾਲਗ ਵੀ ਇਸ ਸੁਚੀ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਤਾਂ ਟੀਕਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ

ਨਾ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਗਰ-ਭਵਤੀ ਅੰਦਰਾਂ ਅਤੇ ਹਾਈ ਬਲਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਸੂਗਰ ਆਦਿ ਵਰਗੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲਾਗ ਦਾ ਸਿਕਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਡਾਕਟਰ ਵੇਦ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹੈ।

ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਿਨਾ?

ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਮੌਸਮ ਬਦਲਦਾ ਹੈ, ਸਰੀਰ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਾਤਾਵਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਰੀਰ 'ਚ ਫੇਫੜਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ 'ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਲਾਗ ਨਾਲ ਲਤਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਢੱਲਣਾ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਰੀਰ ਮੌਸਮ 'ਚ ਆਏ ਬਦਲਾਵ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰੀਰੀਆਂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੀ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਸ਼ਕਤੀ ਘੱਟ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਫੁਲੂ ਹਮਲਾ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਐਲਰਜੀ ਅਤੇ ਨਿਮੋਨੀਆ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦਾ ਪੱਧਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੀਸੈਮ 2.5 ਜਾਂ ਫਿਸੈਮ 10 ਦੇ ਕਣ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੱਕ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਡਾਕਟਰ ਇਸ ਦੇ ਕਈ ਲੱਛਣ ਦੱਸਦੇ ਹਨ, ਜੋ

ਕਿ ਆਮ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸ




NEW India WHOLESALE PRICES

SWEETS SPICES
CHAT HOUSE

(559) 225-2824

Shaw & Feland,
Next to FOODMAXX




3225 W SHAW AVE. # 103 FRESNO CA 93711



Cosmetic & Family Dentistry

UPPAL DENTAL CARE

50 % Discount for Cash Patients

INVISALIGN

Call for Details
Straighten Teeth Without Wires

FREE TEETH WHITENING WITH PAID EXAM,
X-RAY & CLEANING.

YOUR INSURANCE USUALLY COVER THESE SERVICES

Laser Treatment
Lumineers/Veneers
Dentures & Partials
Root Canals
Bad Breath
Cosmetic Dentistry
Crowns & Bridges
Tooth Extraction
Gum Treatment

1191 W Tennyson Rd. # 4,
Hayward. (CA) 94544
510-786-1780
www.uppaldental.com

1750 CLEAR LAKE AVE
Milpitas, CA 95035
408-942-4400

Strictly Maintained Sterilization Standards

Most Insurance Plans Accepted

OFFICIAL LAMP ADJUSTING STATION

OFFICIAL CALIFORNIA BRAKE & LAMP INSPECTION

OFFICIAL BRAKE ADJUSTING STATION



Quick Lube & Smog

Auto repair, Diagnostics & Smog Check Station

ਚਲਦੀਆਂ (Used) ਕਾਰਾਂ, ਵਾਜਬ ਕੀਮਤਾਂ ਤੇ
ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਗੋਗੀ ਹੁਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ

510-757-6775

SUKHWINDER BHELLA

gogibhella@gmail.com

691 W. Tennyson Rd Hayward, CA 94544

TASTE OF INDIA

specialist- Gurh Dee Barfee, Gurh Diyaan Jalebian

32 ਸਾਲ ਤੋਂ ਕੈਲੋਫੋਰਨੀਆ
ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੇ
ਵਧੀਆ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ

ਬਿਲਕੁਲ ਨਵੀਂ ਦਿੱਖ
ਦੇ ਨਾਲ ਸਜਾਇਆ
ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ

lunch buffet everyday
fresh jalebian every day

ਗੁੜ ਦੀ ਬਰਫੀ, ਫਿੱਕਾ ਕਲਾਕੰਦ
ਗੁੜ ਦੀਆਂ ਜਲੇਬੀਆਂ, ਇਮਰਤੀ



DEVINDER SINGH PABLA (OWNER)
510-791-1316

5144 MOWRY AVE (ON FARWELL DR)
FREMONT, CA 94538

510-773-8810





United Pet Hospital

Dr. Mandeep Bhullar DVM
510-363-9980

**1641 Industrial
Pkwy W.
Hayward, CA.
94544**

unitepets@gmail.com



Fax : 510-397-0142



Moon Indian Cuisine
510-780-9233



ਬੈਸਟੋਰੈਂਟ ਤੋਂ ਖਾਣਾ ਪੈਕ ਕਰਵਾ ਕੇ ਵੀ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕੇਟਰਿੰਗ ਵੇਲੇ ਤੰਦੂਰ ਦਾ ਇੰਡੀਆਂਸ ਹੈ, ਕੇਟਰਿੰਗ ਵਾਸਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੀ

ਮੱਡੀ ਪਕੋਂਡੇ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਮਾਹਿਰ
ਲੱਡੀ, ਜਲੰਧਰੀ, ਬਰਫੀ, ਗੁਲਾਬ ਜਮੂਨ ਤੇ ਵਿਆਹ ਸ਼ਾਦੀ
ਮੌਕੇ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਹਿਅਾਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

100 ਬੰਦਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਵੱਡੀ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਪਾਰਟੀ ਤੱਕ
ਗੁਰੂ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਕੇਟਰਿੰਗ ਲਈ 10 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੱਕ ਛੇਟ
ਬਹੁਤ ਹੀ ਤਜ਼ਰਬੇਕਾਰ ਕੁੱਕ

Over 30 Years Experience in Restaurant & Catering Business

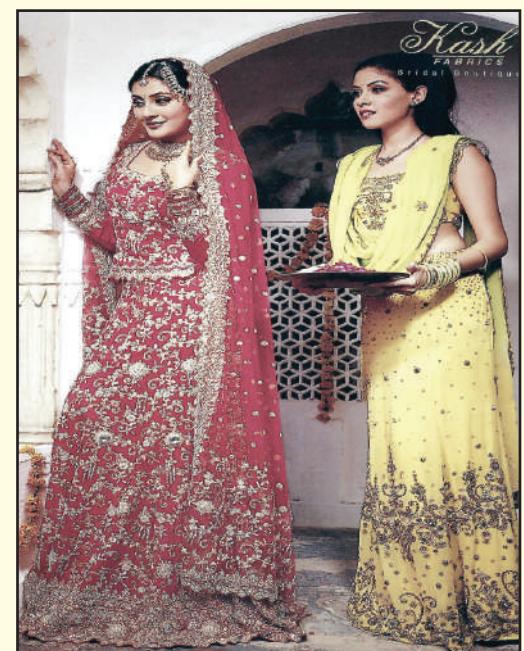
ਮੂਨ ਇੰਡੀਆਨ ਕੁਝੀਨ (ਹੇਵਰਡ)
600 West Harder Rd. Hayward, CA 94544
Contact: (Paul) 510-978-7170
www.moonindiancuisine.net

Kash Fabrics

37 ਸਾਲ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ

ਸਾਡੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ

1. Wedding Lehngas
 2. Mens wear-shervani
 3. Kurte Pajame
 4. Sharara Suits.
 5. Patiala. Suits.
 6. pression stove jewelery
 7. kids wear
 8. Turbans (paggan). 80 colors
1. ਵਿਆਹ ਦੇ ਲਹੀਂਗੇ
 2. ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਪਹਿਨਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ੇਰਵਾਨੀ
 3. ਕੁੜੇ ਪਜਾਮੇ
 4. ਸ਼ਰਾਰਾ ਸੂਟ
 5. ਪਟਿਆਲਾ ਸੂਟ
 6. ਗਹਿਣੇ
 7. ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕੱਪੜੇ
- 80 ਰੰਗਾਂ ਵਿਚ ਪੱਗਾਂ



**Kashmir Singh Dhugga
Gurjeet kaur Dhugga**

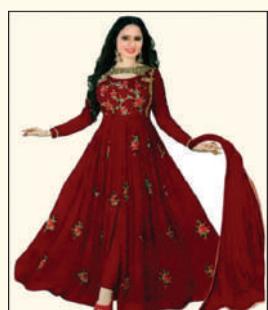
kashfabrics@gmail.com

KASH FABRICS
29576 Mission Blvd
Hayward, CA 94544
510-538-1138

PREET FABRICS & APPLIANCE

ਆਸੀਂ ਹੋਲਸੇਲ ਅਤੇ ਰੀਟੇਲ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਡਿਜ਼ਾਇਨਾਂ ਦੇ ਸੂਟ,
ਜਿਊਲਰੀ, ਫੈਸ਼ਨ ਦਾ ਹੋਰ ਸਮਾਨ, ਵਿਆਹ ਲਈ ਲਹੀਂਗੇ ਅਤੇ
ਮੁੰਡਿਆਂ ਲਈ ਵਿਆਹ ਵਾਸਤੇ ਸ਼ੇਰਵਾਨੀ ਅਤੇ ਹੁਣੇ ਨਵੇਂ ਚੱਲੇ
ਡਿਜ਼ਾਇਨਾਂ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਵੀ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਕਲਗੀ, ਸਿਹਰਾ, ਚੂੜਾ, ਹਾਰ, ਜਾਗੇ, ਰੁਮਾਲੇ ਤੇ
ਹੋਰ ਵਿਆਹ ਦਾ ਸਮਾਨ ਵੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।



YOUR ONE-STOP CENTER BOTH FABRICS & APPLIANCES

**APPLIANCES & LUGGAGE CROSS,
PARKER PENS, OSTER BLENDERS**

Watches (Seiko, Citizen & Swistar)

Shavers & Trimmers

Cellular Phones

Onkar Singh Saini

5156 Mowry AVE. Fremont. CA 94538
Tel- 510-797-7111

ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੇਤੀ ਨੀਤੀ 'ਚ ਸੁਧਾਰ ਦੀ ਲੋੜ

ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੇਤੀ ਨੀਤੀ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੁੜ ਘੋਖ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹ ਮੌਜੂਦਾ ਕੌਮੀ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰ ਸਕੇ; ਨਾਲ ਹੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਵੀ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖੋ। ਹਰੇ ਇਨਕਲਾਬ ਦੇ ਪਿਤਾਮਾ ਮਰਹੂਮ ਐਮਐਸ ਸਵਾਮੀਨਾਥਨ ਵੱਲੋਂ ਖੇਤੀ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਜੋਰਦਾਰ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਈ ਪਾਇਆ ਯਾਗਦਾਨ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਚੇਤੇ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਮੁਲਕ ਦੇ ਰਹਿੰਦਾ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿਥੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਪੈਂਡਾ ਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਉਥੇ ਪੱਜ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਮਾਣ ਵਧਾਉਣਗੇ। ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਅੰਨ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਭਾਰਤ ਅੱਜ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਦਾ ਵੱਡਾ ਬਰਾਮਦਕਾਰ ਹੈ।

ਇਸ ਸਮੇਂ ਜਿਸ ਸਭ ਤੋਂ ਅਹਿਮ ਟੀਚੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਿਰਫ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਾਗਤਾਂ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਾਲ ਪੈਦਾਵਾਰ ਵਧਾਉਣ ਤੋਂ ਲਾਂਭੇ ਹਟਦਿਆਂ 'ਹਰੇ ਇਨਕਲਾਬ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ' ਰਣਨੀਤੀ ਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਕ ਪਾਸੇ ਜਿਥੇ ਮੁਲਕ ਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਉਥੇ ਇਸ ਗੱਲ ਉਤੇ ਗੋਰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਖੁਰਾਕ/ਅਨਾਜ ਦਾ ਬਰਾਮਦਕਾਰ ਵੀ ਬਣਿਆ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਮੁਲਕ ਆਪਣੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕਿਵੇਂ ਵਧੀਆ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੇਤੀ ਥੰਗ-ਤਰੀਕਿਆਂ ਤੇ ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਘੱਟ ਕਿਸਾਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੱਧ ਖੇਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਖੇਤੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਵਧਾ ਕੇ ਘੱਟ ਕਿਸਾਨ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ; ਇਉਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਵਿਚ ਇਜ਼ਾਫਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਖੁਰਾਕੀ ਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਹੁਲਾਰਾ ਦੌਰਾਨ ਖੁਰਾਕ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨਾ ਵਧਣ ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਭਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇ ਖੇਤੀ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਜਿਣਸਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਆਮਦਨ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਦਿਆਂ ਫਸਲਾਂ ਬੀਜਣ ਬਾਰੇ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਮੁੱਲ ਸਥਿਰਤਾ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਫੰਡ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਨਿਕਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਵਹਾਅ/ਆਮਦ ਨੂੰ ਇੱਛ ਬਰਾਬਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਖਜ਼ਾਨੇ ਉਤੇ ਜੇ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਪਵੇਂ ਵੀ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਮਾਮੂਲੀ। ਇਸ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਇਹ ਹੈ: ਖੇਤੀ ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮ ਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਚੋਣਾਂ ਵੱਲ ਨਾ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਭਾਰਤੀ ਖੇਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਮਾਤਾ ਹੈ।

ਖੇਤੀ ਬਰਾਮਦਾਂ ਤੋਂ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਕਮਾਈ ਚਾਲੂ ਮਾਲੀ ਸਾਲ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਤਿਮਾਹੀ ਦੌਰਾਨ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 10 ਫੀਸਦੀ ਘਟੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਦੋ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰ ਕੇ ਹੋਇਆ: ਘਰੇਲੂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਨੱਥ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਕਾਰਵਾਈ ਅਤੇ ਕੇਮਾਂਤਰੀ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਕੀਮਤਾਂ 'ਚ ਆਈ ਗਿਰਾਵਟਾ ਕੇਮਾਂਤਰੀ ਕੀਮਤਾਂ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕਾਥੂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਦੋਹੀ ਪਾਸਿਓਂ ਮਾਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੀਮਤਾਂ ਘਟਣ ਨਾਲ ਇਕ ਪਾਸੇ ਜਿਥੇ ਬਰਾਮਦਾਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕਮਾਈ ਘਟਦੀ ਹੈ, ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਸ ਕਾਰਨ ਆਮ ਕਰ ਕੇ ਜੁਰੂਰੀ ਦਰਮਦਾਂ ਜਿਵੇਂ ਖੁਰਾਕੀ ਤੇਲਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਅਦਾਇਗੀ ਘੱਟ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ; ਮਾਮਲਾ ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਉਥੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਘਰੇਲੂ ਕੀਮਤਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਛਣਾ ਭਾਰਤ ਦੇ

ਬੱਕੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਦਿਓ ਆਰਾਮ

ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਲੈਪਟਾਪ ਤੇ ਫੋਨ ਦੀਆਂ ਸਕਰੀਨਾਂ ਵੱਲ ਘੂੜਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਕਾਰਨ ਅਕਸਰ ਸਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਬੱਕ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਕਰੀਨ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀ ਨਿੱਠੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦਾ ਅੱਖਾਂ 'ਤੇ ਬੁਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਲਾਲ ਹੋਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਘਟਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ਕੀ, ਸਿਰਦਰਦ ਆਦਿ ਵਰਗੀਆਂ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਕਸਰਤਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਓ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਬਕਾਵਟ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਢੂਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

20-20-20 ਨਿਯਮ

ਇਸ ਨਿਯਮ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ 'ਤੇ ਤਣਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ 20 ਮਿਟਾਂ ਵਿਚ 20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 20 ਫੁੱਟ ਦੂਰ ਕਰਿਸੇ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਲਗਤਾਰ ਇਕੋ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦੇਖਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਤਣਾਂ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਫਿਗਰ 8

ਇਸ ਕਸਰਤ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕਸਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ 10 ਫੁੱਟ ਦੂਰ ਜਾਮੀਨ 'ਤੇ 8 ਨੰਬਰ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰੋ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਹਿਲਾ ਕੇ ਅੱਠ ਨੰਬਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। 30

ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਹੈ; ਸਵਾਲ ਉਠਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਭਾਰਤ ਘਰੇਲੂ ਕੀਮਤਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਦਾ ਕੰਮ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਬੀਤੇ ਸਾਲ ਅਤੇ ਚਾਲੂ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਣਕ ਤੇ ਚੌਲਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਬਰਾਮਦ ਉਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਆਇਦ ਕੀਤੇ ਸਨ। ਖੇਤੀ ਬਰਾਮਦਾਂ ਉਤੇ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਆਇਦ ਕੀਤੇ ਸਨ। ਖੇਤੀ ਬਰਾਮਦਾਂ ਉਤੇ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਆਇਦ ਕੀਤੇ ਸਨ।

ਸੁਬੰਧ ਰਾਏ

ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਸੀਲਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸੈਂਸਰਾਂ ਨਾਲ ਲੈਸ ਡਰਿੱਪ ਅਤੇ ਡਰੋਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਤੁਪਕਾ ਸਿਜਾਈ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਖੇਤ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਖੁਤਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਮੀਬੇਨ

ਪਵੇਗਾ। ਭਾਰਤ ਕਣਕ ਦਾ ਵੀ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਦੂਜਾ ਵੱਡਾ ਬਰਾਮਦਕਾਰ ਹੈ ਪਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਣਕ ਬਰਾਮਦ ਉਤੇ ਇਸ ਸਾਲ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਰੋਕ ਲਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਸਰਕਾਰ ਵੱਡੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਾਈ ਜਾਣ ਤੱਕ ਭਾਰਤ ਖੰਡ ਦਾ ਵੀ ਦੂਜਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਬਰਾਮਦਕਾਰ ਸੀ। ਭਾਰਤ ਆਪਣੀ ਜੀ-20 ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਰਾਹੀਂ ਆਲਮੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸੰਭਵ ਕਰਤਾ ਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਤਾ ਦਾ ਅਕਸ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਕਣਕ, ਚੌਲ ਅਤੇ ਗੰਨਾ (ਕਮਾਦ) ਪਾਣੀ ਦੀ ਭਾਰੀ ਖਪਤ ਵਾਲੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਆਪਣੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਘਟਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਉਤੇ ਬੇਨੇਮੀ ਮੌਨਸੁਨ ਅਤੇ ਗਲੋਸ਼ੀਅਰਾਂ ਦੇ ਪਿਪਲਣ ਵਿਚ ਆਈਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਪਵੇਗਾ। ਸਭ ਤੋਂ ਮਾਤ੍ਰੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪਾਣੀ ਦੇ ਜ਼ਮੀਨੋਂ ਤੰਡਾਰ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਨਾਲ ਹੀ ਕੇਮਾਂਤਰੀ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਣ ਲਈ ਵੀ ਕੁਝ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੰਸਾਰ ਵਧਾਰ ਸੰਸਥਾ (ਡਬਲਿਊਟੀਓ) ਦੇ ਮੰਚ ਦਾ ਇਹ ਸਤੰਤ ਮਾਲ ਕਰਦਿਆਂ ਬਹੁ-ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਅੱਗੇ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਛੱਡ ਕੇ ਮਿਲਟਸ (ਬਾਜ਼ਰਾ ਤੇ ਹੋਰ ਮੌਨਸੁਨ) ਅਤੇ ਤੇਲ ਬੀਜਾਂ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਣ ਲਈ ਮਨਾਉਣਾ ਹੈ। ਦੱਸਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਖੁਰਾਕੀ ਤੇਲਾਂ ਦੀ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਦਰਾਮਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਵਾਲੇ ਮੁਲਕ ਵੱਡੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਪਤ ਵਾਲੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਹੀ ਬਰਾਮਦ ਕਰਨਾ। ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਲੋੜ

ਪੰਜਾਬੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਪਹਿਚਾਣ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਪੰਜਾਬੀ ਪਹਿਰਾਵਾ

ਪੰਜਾਬੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਆਪਣੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੈ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਪਹਿਰਾਵਾ ਪੰਜਾਬੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਅਹਿਮ ਅੰਗ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਪਹਿਰਾਵੇ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ ਵੱਖਰੀ ਪਛਾਣ ਦਿਵਾਈ ਹੈ। ਪਹਿਰਾਵਾ ਮੂਲ ਰੂਪ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜ ਨੂੰ ਪੁਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਢੱਕਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਦਾ ਮੂਲ ਪਹਿਰਾਵਾ ਜਿੰਥੇ ਘੱਗਰਾ, ਲਾਚੇ, ਲੰਮੀ ਕਮੀਜ਼ ਅਤੇ ਫੁਲਕਾਰੀ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਉਥੇ ਹੀ ਪੰਜਾਬੀ ਗੱਭਰੂ ਕਲੀਆਂ ਵਾਲੇ ਕੁਝਤੇ ਨਾਲ ਧੂੰਵਾਂ ਚਾਦਰਾ ਅਤੇ ਤੁਰਲੇ ਵਾਲੀ ਪੱਗ ਬੰਨ੍ਹਦੇ ਸਨ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ ਗੱਭਰੂ ਅਤੇ ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਪੰਜਾਬੀ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਿਚ ਹੀ ਫੱਬੜੇ ਹਨ। ਇਕ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਗੱਭਰੂ ਤੁਰਲੇ ਵਾਲੀ ਪੱਗ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਤੇ ਕਲੀਆਂ ਵਾਲੇ ਕੁਝਤੇ ਨਾਲ ਚਿੱਟਾ ਚਾਦਰਾ ਲਗਾ ਕੇ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਵੇਖਣ ਵਾਲਾ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਅਸ-ਅਸ ਕਰ ਉਠਦਾ ਸੀ। ਪੰਜਾਬੀ ਗੱਭਰੂ ਦੇ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਿਚ ਚਾਦਰੇ ਦਾ ਕਿੰਨਾ ਮਹੱਤਵ ਸੀ, ਇਸਦਾ ਪਤਾ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਤੇ ਲੋਕ ਬੋਲੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ—

ਜਿਉਂ ਟਾਹਲੀ ਦੇ ਪਾਵੇ
ਕੰਨੀਦਾਰ ਉਹ ਬੰਨ੍ਹਦੇ ਚਾਦਰੇ,
ਪਿੱਜਣੀ ਨਾਲ ਸਹਾਵੇ
ਦੁਧ ਕਾਸਣੀ ਬੰਨ੍ਹਦੇ ਪੱਗਾਂ,
ਜਿਉਂ ਉਡਦਾ ਕਬੂਤਰ ਜਾਵੇ
ਭੰਗੜਾ ਪਾਉਂਦੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੀ,
ਸਿਫਤ ਕਰੀ ਨ ਜਾਵੇ'

ਇਕ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਚਾਦਰੇ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਜੋਂ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਚਾਦਰਾ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਤੇੜ ਬੰਨ੍ਹਣ ਵਾਲਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਕੱਪੜਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਾਲਵੇ ਦੇ ਲੋਕ ਭੇਥਾ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਵਿਆਹਾਂ, ਅਖਾਤਿਆਂ, ਮੇਲਿਆਂ ਵਿਚ ਇਕੋ ਰੰਗ ਦੇ ਚਾਦਰਿਆਂ ਵਾਲੇ ਗੱਭਰੂਆਂ ਦੀ ਵੱਖਰੀ ਹੀ ਟੌਹਰ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਚਾਦਰਾ ਬੰਨ੍ਹਣ ਦਾ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅੰਦਾਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਚਿੱਟੇ ਚਾਦਰੇ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਗੱਭਰੂਆਂ ਦੀ ਟੋਲੀ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ

ਵਿਆਹ ਜਾਂ ਮੇਲੇ ਨੂੰ ਤੁਰਦੀ ਤਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹੋਂ ਇਹ ਅਮਹੀਂ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਸੀ—
‘ਚਿੱਟੇ ਚਾਦਰੇ, ਚਾਰੇ ਲੜ ਖਾਲੀ
ਨਵਿਆਂ ਸੌਕੀਨਾ ਦੇ’

ਕਈ ਸੌਕੀਨ ਗੱਭਰੂ ਤਾਂ ਚਾਦਰੇ ’ਤੇ ਕਢਾਈ ਵੀ
ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਸਨ। ਘਰਾਂ ਵਿਚ
ਸੁਆਣੀ ਅਤੇ ਸਿਲਾਈ—



ਕਢਾਈ
ਦਾ ਕੰਮ ਆਮ

ਜਿਵੇਂ ਸਾਡੇ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਅਤੇ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ—

‘ਲਿਆ ਦਿਓਰਾ ਤੇਰਾ ਕੱਢਾਂ ਚਾਦਰਾ, ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਕਲਮੀ ਸੋਰਾਂ

ਵਿਚ ਭਰਜਾਈਆਂ ਦੇ, ਬੋਲ ਕਲੈਰੀ ਮੌਰਾ, ਵਿਚ ਭਰਜਾਈਆਂ ਦੇ।

ਚਾਦਰੇ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਪੰਜਾਬੀ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਿਚ ਪੂਰੀ ਸਰਦਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਮਾਲਵੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮਸ਼ਹੂਰ ਪਹਿਰਾਵਾ ਸੀ ਚਿੱਟਾ ਚਾਦਰਾ, ਟੇਢੀ ਪੱਗੜੀ, ਧੂੰਵਾਂ ਚਾਦਰਾ ਤੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਸੰਮਾਂ ਵਾਲੀ ਡੱਗ, ਵੱਖਰੀ ਹੀ ਟੌਹਰ ਹੁੰਦੀ ਸੀ।

ਪੰਜਾਬੀ ਗੱਭਰੂਆਂ ਦੀ। ਇਸ ਸਸਤੇ ਤੇ ਸਪਾਰਨ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਿਚ ਵੀ ਉਹ ਕਿਸੇ ਰਾਜੇ-ਮਹਾਰਾਜੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ ਸਨ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਤਾਂ ਮੁਟਿਆਰ ਆਪਣੇ ਮਾਹੀ ਨੂੰ ਧੂੰਵਾਂ ਚਾਦਰਾ ਤੇ ਟੇਢੀ ਪੱਗੜੀ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਲੈਣ ਆਉਣ ਲਈ ਆਖਦੀ ਹੈ—

‘ਟੇਢੀ ਪੱਗੜੀ,
ਧੂੰਵਾਂ

ਗੱਭਰੂਆਂ ਨੂੰ ਲੈਣ ਲਈ ਵਾਲੀ ਡੱਗ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬੀ ਗੱਭਰੂਆਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪਹਿਰਾਵੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ—

‘ਤੁੜੀ ਤੰਦ ਸਾਂਭ ਹਾਡੀ ਵੇਚ ਵੱਟ ਕੇ

ਪੱਗ ਝੱਗ ਚਾਦਰਾ ਨਵਾਂ ਸਵਾ ਕੇ

ਕੱਢੇ ਮਾਰ ਵੰਜਲੀ ਆਨੰਦ

ਛਾ ਗਿਆ

ਮਾਰਦਾ ਦਮਾਮੇ ਜੱਟ ਮੇਲੇ
ਆ ਗਿਆ।

ਸਾਡੇ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਤੇ ਲੋਕ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਤਾਂ ਚਾਦਰੇ ਦਾ ਜਿਕਰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ—
‘ਚਿੱਟਾ ਚਾਦਰਾ ਪੱਗ ਗੁਲਾਬੀ
ਖੂਹ ਤੇ ਕੱਪੜੇ ਧੋਵੇ
ਸਾਬਣ ਬੜੀ ਮੈਲ ਬਬੇਰੀ
ਉਚੀ-ਉਚੀ ਰੋਵੇ
ਛੜੇ ਵਿਚਾਰੇ ਦਾ ਕੌਣ
ਚਾਦਰਾ ਧੋਵੇ।

ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਭਾਵੇਂ ਪੰਜਾਬੀ ਪਹਿਰਾਵੇ ’ਚੋਂ ਚਾਦਰੇ ਲੋਪ ਹੋ ਚੁਕੇ ਹਨ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਕਈ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੇ ਚਾਦਰੇ ਦੀ ਇਸ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਅੱਜ ਵੀ ਚਾਦਰਾ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਪਹਿਲੀ ਪਸੰਦ ਹੈ।

ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀਆਂ ਸਟੇਜ਼ਾਂ ’ਤੇ ਚਾਦਰਾ ਲਾ ਕੇ ਭੰਗੜਾ ਪਾਉਂਦੇ ਗੱਭਰੂ ਅੱਜ ਵੀ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਭੰਗੜਾ ਅਤੇ ਮਲਵੀ ਗਿੱਧਾ ਅੱਜ ਵੀ ਚਾਦਰੇ ਬਿਨਾਂ ਅਧੂਰਾ ਹੈ।

ਚਾਦਰਾ ਭਾਵੇਂ ਅੱਜ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਆਮ ਪਹਿਰਾਵਾ ਨਹੀਂ ਹਿਂਦਾ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਮੌਕੇ ’ਤੇ ਕਲੀਆਂ ਵਾਲੇ ਕੁਝਤੇ ਅਤੇ ਤੁਰਲੇ ਵਾਲੀ ਪੱਗ ਦੇ ਨਾਲ ਚਿੱਟੇ ਚਾਦਰੇ ਬੰਨ੍ਹੀ ਪੰਜਾਬੀ ਗੱਭਰੂਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਰੂਹ ਅਸ-ਅਸ ਕਰ ਉਠਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਮਸਲੇ

ਪੈਰਿਸ ਵਿਚ 10 ਦਸੰਬਰ 1948 ਨੂੰ ਹੋਈ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਜਨਰਲ ਅਸੈਂਬਲੀ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੰਸਾਰਵਿਆਪੀ ਐਲਾਨਨਾਮਾ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜਿਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮਕਸਦ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਮੁਫ਼ਲੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਸੰਸਾਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਾਸਤੇ ਇਸ ਐਲਾਨਨਾਮੇ ਦਾ 500 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਅਨੁਵਾਦ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। 10 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮੂਲ ਆਧਾਰ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆਜ਼ਾਦੀ, ਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਂਤੀ ਨੂੰ ਮੌਨ-ਨਾਨਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਫ਼ਲੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਕੌਲੀ, ਗੁੱਲੀ ਤੇ ਜੁੱਲੀ ਜਾਂ ਰੋਟੀ, ਕੱਪੜਾ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਫ਼ ਸੁਖੀ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜੀਵਨ ਸੈਲੀ ਵਾਸਤੇ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਨ ਰੂਪ ਵਿਚ ਇਹ ਸਹੂਲਤਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣੀਆਂ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਖਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਐਲਾਨਨਾਮੇ ਦੀ ਤਰਜ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿਚ (1950) ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ। 1960ਵਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਯੂਅਨੋਨ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਕੋਨੀਨੈਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪਾਸ ਕੀਤਾ। ਪਹਿਲੇ ਵਿਚ ਸਿਵਲ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਵਿਚ ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਅਧਿਕਾਰ ਰਖੇ ਗਏ। ਇਸ ਤਰਜੀਬ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਵੀ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿਚ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸੰਵਿਧਾਨ ਕੌਰਤੇ ਭੰਗੜੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪਾਸ ਕੀਤਾ। ਪਹਿਲੇ ਵਿਚ ਸਿਵਲ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਵਿਚ ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਅਧਿਕਾਰ ਰਖੇ ਗਏ। ਇਸ ਤਰਜੀਬ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਵੀ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿਚ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹਨ। ਕੰਮ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ, ਵਾਜਿਬ ਮਜ਼ਦੂਰੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਲੋੜੀਦਾ ਜੀਵਨ ਪੱਧਰ, ਭੁੱਖ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ, ਸਿਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਟ੍ਰੈਡ ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਇਸ ਵਿਚ ਸਾਮਲ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਾ ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਸੰਸਾਰਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਸੰਸਾਰ ਪੱਧਰ ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਦੀ ਚਰਚਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਾਸੇ ਮੌਰਤਾਂ ਉਪਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਿਅਤ ਵਿਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੌਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਸੰਸਾਰ ਪੱਧਰ ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਦੀ ਚਰਚਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਵੀ ਚਾਦਰੇ ਦੀ ਜ਼

ਵਿਰੋਧੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਪਵੇਗਾ ਮੌਦੀ-ਸ਼ਾਹ ਦੀ ਚੋਣ ਵਿਉੰਤਬੰਦੀ ਦਾ ਤੋੜ

ਚਾਰ ਸੁਬਿਆਂ ਦੇ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੇ ਇਹ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਸਿਆਸੀ ਚੋਣ ਵਿਉੰਤਬੰਦੀ ਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਾਨਿਦਰ ਮੌਦੀ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਦਾ ਕਾਰਡ ਬਹੁਤ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਜੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀ ਖਾਸ ਕਰ ਕੇ ਹਿੰਦੀ ਪੱਟੀ ਦੇ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਜਾਦੂ ਬਰਕਰਾਰ ਹੈ।

ਦੇਸ਼ ਦੇ ਚਾਰ ਸੁਬਿਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਦੋ ਵਿਚ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਸਨ। ਉਥੋਂ ਕਾਂਗਰਸ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖਤਮ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਛੱਡੀਆਂ ਤੇ ਸਥਾਨਕ ਕਬਾਇਲੀ ਜਾਤੀਆਂ ਨਾਲ ਪਿਰੀ ਹੋਈ ਸਮਜ਼ ਦੀ ਵੰਡ 'ਚ ਮਾਓਵਾਦੀ ਹਿੱਸਾ ਵੀ ਇਕ ਮੁੱਦਾ ਸੀ ਪਰ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਭੁਪੇਸ਼ ਬਘੇਲ ਸਰਕਾਰ ਕਈ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਨਾਕਾਮ ਹੋਈ ਜਦੋਂ ਭਾਜਪਾ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਲੋਕ, ਬਸਤਰ ਤੇ ਦੂਜੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਰਹੇ ਤੇ ਨਤੀਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੱਖ 'ਚ ਗਏ। ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਦੀਆਂ 90 ਸੀਟਾਂ 'ਚੋਂ 52 ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੀਟਾਂ 'ਤੇ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਕਬਜ਼ਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਉਧਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਜਿੱਤ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਹਾਸਲ ਹੋਈ ਹੈ ਜਿੱਥੇ 230 ਸੀਟਾਂ ਵਾਲੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦੀਆਂ ਦੋ ਤਿਹਾਈ ਸੀਟਾਂ ਦੀ ਜਿੱਤ ਨਾਲ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਹਾਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਆਪਣੀ ਜਿੱਤ ਦੀ ਰਵਾਇਤ ਨੂੰ ਅਗੇ ਤੋਹਿਰਾ ਹੈ। ਇਸ ਜਿੱਤ ਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਵੀ ਵੱਡੀ ਜਿੱਤ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਚਾਰ ਵਾਰ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਿਵਰਾਜ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ ਨੇ 'ਮਾਮ' ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ 'ਲਾਡਲੀ ਬਹਿਨਾ' ਤੇ 'ਲਕਸਮੀ' ਵਰਗੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਗਰੀਬ ਦਿਹਾਤੀਦਾਰ ਅੱਗੇ ਵਿਚ ਵੱਡਾ ਆਧਾਰ ਬਣਾਇਆ ਤੇ ਸਾਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰਿਕਾਰਡ ਵੋਟ 'ਮਾਮ' ਮਤਲਬ ਕਿ ਸ਼ਿਵਰਾਜ ਸਿੰਘ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਾਨਿਦਰ ਮੌਦੀ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਕਾਰਨ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਫੋਲੀ ਪਣੇ। ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਇਸ ਵੱਡੀ ਹਾਰ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਸੀ। ਕਾਂਗਰਸ ਦਾ ਇਹ ਹਾਲ ਕਿਤੇ ਨਾ ਕਿਤੇ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਵਾਰ ਅਸੋਕ ਗਹਿਲੇਤ ਦੀ ਕਾਂਗਰਸ ਸਰਕਾਰ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਵਾਰ ਅਸੋਕ ਗਹਿਲੇਤ ਦਾ ਕੰਮ ਤੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਵਿਸੇਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਚਿਰੰਜੀਵੀ ਯੋਜਨਾ, ਕੋਵਿਡ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ, ਗੈਸ ਸਿਲੰਡਰ, ਬਿਜਲੀ ਬਿੱਲ ਮੁਾਫ਼ ਦੀ ਸਥਾਨਿਕੀ ਦਿਹਾਤੀਦਾਰ ਅੱਗੇ ਵਿਚ ਵੱਡਾ ਆਧਾਰ ਬਣਾਇਆ ਤੇ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਜਿੱਤ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਆਉਣਾ ਹੈ।

ਉਧਰ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵਿਚ ਹਰ ਪੰਜ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਸੱਤਾ ਤਥਾਦੀਲੀ ਦਾ ਰਿਵਾਜ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੋਕ ਗਹਿਲੇਤ ਦੀ ਕਾਂਗਰਸ ਸਰਕਾਰ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਵਾਰ ਅਸੋਕ ਗਹਿਲੇਤ ਦਾ ਕੰਮ ਤੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਵਿਸੇਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਚਿਰੰਜੀਵੀ ਯੋਜਨਾ, ਕੋਵਿਡ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ, ਗੈਸ ਸਿਲੰਡਰ, ਬਿਜਲੀ ਬਿੱਲ ਮੁਾਫ਼ ਦੀ ਸਥਾਨਿਕੀ ਦਿਹਾਤੀਦਾਰ ਅੱਗੇ ਵਿਚ ਵੱਡਾ ਆਧਾਰ ਬਣਾਇਆ ਤੇ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਜਿੱਤ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਆਉਣਾ ਹੈ।

ਵਰਗੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਫਾਇਦਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕਾਂਗਰਸ ਇਹ ਭਰੋਸਾ ਲੈ ਕੇ ਚੱਲ ਰਹੀ ਸੀ ਕਿ ਅਸੋਕ ਗਹਿਲੇਤ ਦਾ 40 ਸਾਲ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਕੰਮ ਆਵੇਗਾ। ਪਰ ਰਾਜਨੀਤੀ ਦੇ ਜਾਦੂਗਰ ਅਖਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਆਗੂ ਦਾ ਕ੍ਰਿਸਮਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਰਿਪੀਟ ਹੋਣ ਦੀ ਹਿੰਮੇਤ ਨਹੀਂ ਜਟਾ ਸਕਿਆ ਤੇ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਇੱਥੇ ਵੀ ਜਿੱਤ ਹੋਈ ਹੈ। ਦੋ ਸੌ ਸੀਟਾਂ

ਸਾਥੀਆਂ 'ਚੋਂ ਹਨ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੌਥਾ ਸੂਬਾ ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਸ ਦੀ ਸੂਬਾਈ ਪਛਾਣ ਤੇ ਇਸ ਉਤੇ ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਮੁਖੀ ਪਾਰਟੀ ਬੀਆਰਐਸ ਦਾ ਕਬਜ਼ਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੇਸ਼ਿਆਰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਰਹੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਯਾਵਾ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਵੋਟਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ 119 ਮੈਂਬਰੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ

ਦੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ

ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਟੱਕਰ ਦੱਖਣ ਵਿਚ ਸਥਾਨਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨਾਲ ਹੀ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ। ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਵਿਚ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਜ਼ਿੰਦੀ ਸੀਟਾਂ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕਰ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦੀਆਂ ਵੀ ਸੀਟਾਂ ਉਸ ਨੇ ਜਿੱਤੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਦੱਖਣ ਦੀ ਇਸ



ਪ੍ਰੋ. (ਡਾ.) ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਕੁਮਾਰ ਰੁੰਗ



ਵਾਲੀ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਵਿਚ 199 ਸੀਟਾਂ 'ਤੇ ਵੋਟਾਂ ਦੀ ਹੋਈਆਂ। ਇਕ ਸੀਟ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਾਂਗਰਸੀ ਉਮੀਦਵਾਰ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਕਾਰਨ ਰੱਦ ਹੋ ਗਈ ਸੀ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਹੋਵੇਗੀ। ਇੱਥੇ ਕਾਂਗਰਸ 70 ਤੋਂ ਘੱਟ ਸੀਟਾਂ 'ਤੇ ਮਿਸਟ ਗਈ। ਰਾਜਸਥਾਨ ਵਿਚ ਭਾਵੇਂ ਵਸੂਲ੍ਹਧਾਰਾ ਰਾਜੇ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਇਸ ਵਾਰ ਨਹੀਂ ਐਲਾਨਿਆ ਗਿਆ ਪਰ ਇੱਥੇ ਭਾਜਪਾ ਇਕ ਵੱਡੀ ਤਾਕਤ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਮੇਘਵਾਲ ਇਕ ਵੱਡਾ ਦਲਿਤ ਚਿਹਰਾ ਬਣ ਕੇ ਉਭਰੇ ਹਨ। ਜੇ ਵਸੂਲ੍ਹਧਾਰਾ ਰਾਜੇ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨਹੀਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਫਿਰ ਦੂਜਾ ਰਾਜਪੁਤ ਚਿਹਰਾ ਰਾਜੇਂਦਰ ਸਿੰਘ ਸੇਖਾਵਾਲ ਤੇ ਦਲਿਤ ਆਗੂ ਅਰਜਨ ਮੇਘਵਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਮੌਦੀ ਦੇ ਨੇੜਲੇ

ਵਿਚ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀਆਂ 62 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀਟਾਂ ਨਾਲ, ਮੁੱਕਮਲ ਬਹੁਮਤ ਵਾਲੀ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਹੱਥ ਹੁਣ ਸੱਤਾ ਹੈ। ਇਵੈਸੀ ਦੀ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਵਿਚ ਸਹਿਰੀ ਵੋਟਾਂ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਬਣਿਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਬੀਜੇਪੀ ਨੇ ਇਸ ਦਾ ਵੋਟ ਫ੍ਰੀਸਟੀ ਘੱਟ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਬੀਆਰਐਸ ਦਾ 40 ਤੋਂ ਘੱਟ ਸੀਟਾਂ ਤੱਕ ਸਿਮਟਣਾ ਇਕ ਵੱਡੀ ਹਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ 'ਤੇ ਭਿਸਟਾਰਾਚਾਰ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦੀ ਇਕ ਵੱਡੀ ਸੁਚੀ ਵੀ ਹੈ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਚਰਚਿਤ ਰਹੀ ਹੈ।

ਇਸ ਚੋਣ ਮੁਹੰਮਿਦ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਵੋਟ ਫ੍ਰੀਸਟੀ ਵੀ ਵਿਧਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਨਤੀਜੇ ਆਈਐਨਡੀਆਈਏ ਗਠੋਤਸ਼ ਦੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਵਿਚ ਰੋਹੇ ਪਾਸੇ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਵਿਚ ਜ਼ਿੰਦ ਦਾ ਸਹਾਨਕ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜੀ ਨੂੰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚੋਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 2024 ਲਈ ਸੈਮੀਫਾਈਨਲ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਜੇ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਤਾਂ ਭਾਜਪਾ ਵਿਚੋਂ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਤੋਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਕਮਰ ਕੱਸਣੀ ਪਵੇਗੀ।

ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਿਆਸੀ ਤਾਕਤ ਬਣੀ

ਰਾਜਸਥਾਨ, ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਤੇ ਤਿਲੰਗਾਨਾ ਦੀਆਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਨੇ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਸਿੱਧ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਿਆਸੀ ਤਾਕਤ ਹੈ। ਅਤੇ ਉਹ ਗਹਿਲੇਤ ਦੀ ਕਾਂਗਰਸ ਸਰਕਾਰ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਵਾਰ ਅਸੋਕ ਗਹਿਲੇਤ ਦਾ ਕੰਮ ਤੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਵਿਸੇਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਚਿਰੰਜੀਵੀ ਯੋਜਨਾ, ਕੋਵਿਡ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ, ਗੈਸ ਸਿਲੰਡਰ, ਬਿਜਲੀ ਬਿੱਲ ਮੁਾਫ਼ ਦੀ ਸਥਾਨਿਕੀ ਦਿਹਾਤੀਦਾਰ ਅੱਗੇ ਵਿਚ ਵੱਡਾ ਆਧਾਰ ਬਣਾਇਆ ਤੇ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਜਿੱਤ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਆਉਣਾ ਹੈ।

ਇਹ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਉਤੇ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਉਤੇ ਗਹਿਲੇਤ ਦੀ ਕਾਂਗਰਸ ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ, ਰਾਜਸਥਾਨ ਅਤੇ ਗੁਜਰਾਤ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਸਫਲਤਾ ਹਾਸਿਲ ਕਰੇਗੀ। ਉਹ ਹਰਿਆਣਾ, ਦਿੱਲੀ, ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਤੇ ਬਿਹਾਰ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਜਿੱਤ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਆਉਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਤੀਜੇ ਆਈਐਨਡੀਆਈਏ ਗਠੋਤਸ਼ ਦੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਵਿਚੋਂ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਤੋਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਕਮਰ ਕੱਸਣੀ ਪਵੇਗੀ।

ਇਹ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਉਤ

ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਿਹਾੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਤਰੀਕਾਂ ਬਾਰੇ ਭੰਬਲਭੂਸਾ

ਸ. ਹਰਜਿਦਰ ਸਿੰਘ ਧਾਰੀ ਜੀ,
ਪ੍ਰਧਾਨ ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਗੁਰਦਵਾਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕ ਖਾਲਸਾ।
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਿਹ।

ਸ. ਹਰਜਿਦਰ ਸਿੰਘ ਧਾਰੀ ਜੀ, ਜਿਥੋਂ ਆਪ ਜੀ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਹੋ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਡੇਡ ਦਾ ਹਕੋਮ ਵਿੱਚ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਿਹਾੜਿਆਂ ਨੂੰ ਮਨਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਭੰਬਲਭੂਸਾ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਗੁਰਦਵਾਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਹਰ ਸਾਲ ਨਾਨਕਸਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੇ ਨਾਮ ਹੇਠ ਛਾਪੇ ਜਾਂਦੇ ਮਿਲਗੇ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਪਤਤਾਲ ਕਰਨ ਤੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ, ਇਹ ਕੈਲੰਡਰ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰੀ, ਵਿਕਗਿਣਤ ਸਿਧਾਂਤ ਮੁਤਾਬਕ ਛਾਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਕੈਲੰਡਰ ਦੇ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 365.2563 ਦਿਨ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਕੈਲੰਡਰ ਦਾ ਨਾਮ ਨਾਨਕਸਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਨਾਨਕਸਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੇ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 365.2425 ਦਿਨ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ। ਗਰਪੁਰਬ ਅਤੇ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਿਹਾੜੇ ਚੰਦ ਦੇ ਕੈਲੰਡਰ ਮੁਤਾਬਕ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਦੇ ਆਮ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 354.37 ਦਿਨ ਮੰਨੀ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਮਹਿਨਾ (ਮਲਮਾਸ) ਆਉਣ ਕਾਰਨ ਤੀਜੇ-ਚੌਥੇ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 384 ਦਿਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਹਰ ਸਾਲ ਹਰ ਦਿਹਾੜੇ ਦਾ ਪ੍ਰਵਿਸ਼ਟਾ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਧਾਨ ਜੀ, ਕੀ ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਧਰਮ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਸੈਕਿਤਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਸਿੰਖ ਇਤਿਹਾਸ ਖੋਜ ਬੋਰਡ ਦੇ ਖੋਜੀ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਮਸਲੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ। ਸਵਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਜੇਹੇ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਫੈਸਲੇ ਕੌਣ ਕਰਦਾ ਹੈ? ਇਹ ਹਾਸੋਂ ਹੀਣੀ ਸਥਿਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿੰਘ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਗੁਰਦਵਾਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਜਿਸੇਵਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਆਪ ਜੀ ਕੌਮ ਨੂੰ ਜਵਾਬ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਧਾਨ ਜੀ, ਇਥੋਂ ਇਹ ਨੁਕਤਾ ਵੀ ਧਿਆਨ 'ਚ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਕਮੇਟੀ, ਸਾਲ ਦੀ ਜਿਸ

ਲੰਬਾਈ ਮੁਤਾਬਕ (365.2563 ਦਿਨ) ਅੱਜ ਕੈਲੰਡਰ ਛਾਪਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਲੰਬਾਈ ਨਵੰਬਰ 1964 ਈ: ਵਿੱਚ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ

ਕਰਨ ਤੇ ਬੜੀ ਹੀ ਅਨੇਖੀ ਤਸਵੀਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ। ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਨਾਨਕਸਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੇ ਨਾਮ ਹੇਠ ਛਾਪੇ ਗਏ ਸੰਮਤ 551 ਦੇ ਕੈਲੰਡਰ ਮੁਤਾਬਕ ਤਾਂ

ਇਕ ਚੱਕਰ 365 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਕਰ ਲਵੇਗੀ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਬਣਾਏ ਨਿਯਮ ਮੁਤਾਬਕ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਨੂੰ ਕੀ ਦਿੱਕਤ ਹੈ?

ਪ੍ਰਧਾਨ ਜੀ, ਜਦੋਂ ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਆਪਣਾ ਕੈਲੰਡਰ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰੀ (ਵਿਕਗਿਣਤ ਸਿਧਾਂਤ, ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 365.2563 ਦਿਨ) ਛਾਪਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਿਹਾੜੇ ਅਸਲ ਪ੍ਰਵਿਸ਼ਟਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ? ਸਾਰੇ ਦਿਹਾੜੇ ਅਸਲ ਪ੍ਰਵਿਸ਼ਟਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਗੁਰਮਤਿ ਜਾਂ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਸਿਧਾਂਤ ਦੀ ਅੰਦਰਿਆਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਜੇ ਦਿਹਾੜੇ ਵਦੀ-ਸੁਦੀ ਮੁਤਾਬਕ ਮਨਾਉਣੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕੈਲੰਡਰ ਵੀ ਉਹੀ ਛਾਪੇ, ਜਿਹਾਂ ਪਿਛਲੀ ਸਦੀ 'ਚ ਛਾਪੇ ਸੀ। ਮਿਲਗੇ ਕੈਲੰਡਰ ਛਾਪ ਕੇ ਕੌਮ ਨੂੰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਤਾਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਦੇਖੀਆਂ 'ਚ ਸਵਾਰੀ ਕਰਕੇ ਕਿਵੇਂ ਪਾਰ ਲੱਗੇ? ਸ. ਹਰਜਿਦਰ ਸਿੰਘ ਧਾਰੀ ਜੀ, ਅੱਜ ਸਿੰਖ ਕੌਮ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਸਮੇਂ ਦੇ ਹਾਣੀ ਬਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੇ ਕੌਂਦਰੀ ਅਸਥਾਨ ਤੋਂ ਕੁਝ ਠੋਸ ਲੈਣ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੇ ਮਾਣ-ਸਤਿਕਾਰ ਵਿੱਚ ਵਧਾ ਹੋ ਸਕੇ ਅਤੇ ਕੌਮੀ ਅਨੁਸਾਸਨ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਨਿਮਰਤਾ ਸਹਿਤ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਨਵੇਂ ਸਾਲ (ਸੰਮਤ 556) ਦਾ ਕੈਲੰਡਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਜੇ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਜੇ ਇੱਛਾ ਸਕਤੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕੌਮੀ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖ ਕੇ ਕੁਝ ਠੋਸ ਫੈਲੇ ਲਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪ ਜੀ, ਆਪਣੇ ਰੁਝੇਵਾਂ 'ਚ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਕੱਢ ਕੇ, ਇਸ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਹਿਮ ਮੁੱਦੇ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਜ਼ਰੂਰ ਦਿੱਤੋ।

ਸਰਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੈਕਰਾਮੈਟੋ
916-230-2102

ਪਹਿਲਾ ਗੁਰੂ ਕਾਲ ਤੋਂ ਚਲੇ ਆ ਰਹੇ ਚੰਦਰ-ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੇ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 365.2425 ਦਿਨ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ। ਗਰਪੁਰਬ ਅਤੇ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਿਹਾੜੇ ਚੰਦ ਦੇ ਕੈਲੰਡਰ ਮੁਤਾਬਕ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਦੇ ਆਮ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 354.37 ਦਿਨ ਮੰਨੀ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਮਹਿਨਾ (ਮਲਮਾਸ) ਆਉਣ ਕਾਰਨ ਤੀਜੇ-ਚੌਥੇ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 384 ਦਿਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਹਰ ਸਾਲ ਹਰ ਦਿਹਾੜੇ ਦਾ ਪ੍ਰਵਿਸ਼ਟਾ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਸਿਰਜਣਾ ਦਿਵਸ ਤੋਂ 9 ਦਿਨ ਪਿਛੋਂ ਮੀਰੀ-ਪੀਰੀ ਦਿਹਾੜਾ ਆਇਆ ਸੀ। ਸੰਮਤ 552 ਦੇ ਕੈਲੰਡਰ ਵਿੱਚ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਸਿਰਜਣਾ ਤੋਂ ਇਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾ ਕਿਵੇਂ ਆ ਗਿਆ? ਮੀਰੀ ਪੀਰੀ ਦੀਆਂ ਦੋ ਤਲਵਾਰਾਂ, ਬੜਾ ਬਣਨ ਤੋਂ ਇਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾ ਹਿੰਦੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ? ਸੰਮਤ 553 ਵਿੱਚ 17 ਦਿਨ ਪਿਛੋਂ, ਸੰਮਤ 554 ਵਿੱਚ 7 ਦਿਨ ਪਿਛੋਂ ਅਤੇ ਸੰਮਤ 555 ਵਿੱਚ 20 ਦਿਨ ਪਿਛੋਂ ਮੀਰੀ-ਪੀਰੀ ਦਾ ਦਿਹਾੜਾ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਦੋਵਾਂ ਦਿਹਾੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੁਰਕ ਹਰ ਸਾਲ ਬਦਲ ਕਿਉਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਜਦੋਂ ਕਿ ਸ਼੍ਰਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਹਰ ਸਾਲ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰੀ (ਵਿਕਗਿਣਤ ਸਿਧਾਂਤ) ਕੈਲੰਡਰ ਹੀ ਛਾਪਦੀ ਹੈ। ਇਥੇ ਇਹ ਨੁਕਤਾ ਵੀ ਧਿਆਨ ਮੰਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਾਲ, ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਸਿਰਜਣਾ ਦਿਵਸ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ (ਸੰਮਤ 554) ਤੋਂ 24 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾ ਕਿਵੇਂ ਆ ਗਿਆ? 18 ਹਾਤ ਤੋਂ ਬਦਲ ਕੇ ਅਚਾਨਕ 25 ਜੇਠ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਗਿਆ? ਇਹ ਪ੍ਰਵਿਸ਼ਟਾ ਕਿਸ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਬਦਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ? ਜੇ ਅਜੇ ਵੀ ਨਾ ਸੰਭਲੇ ਤਾਂ, ਮੇਰੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਅਗਲੇ ਸਾਲ (ਸੰਮਤ 556) ਇਹ ਦਿਹਾੜਾ 13 ਹਾਤ ਨੂੰ, ਭਾਵ 383 ਦਿਨਾਂ ਪਿਛੋਂ ਆਵੇਗਾ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨਿਯਮ ਮੁਤਾਬਕ ਧਰਤੀ ਸੂਰਜ ਦੁਵਾਲੇ

ਧੰਨਵਾਦ / ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ

ਨਰਿਦਰ ਮੋਦੀ ਦਾ ਉਹ ਪੈਂਤੜਾ ਜਿਸ ਨੇ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਹੁੰਕਾਫ਼ੇਰ ਜਿੱਤ ਦੁਆਈ

ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਮ ਚੋਣਾਂ ਤੋਂ ਐਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਨੇ 3 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਚਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਤਿੰਨ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਤ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਰਾਜਸਥਾਨ ਅਤੇ ਛੱਤੀਸਗੜ੍ਹ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਤ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਧਰ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਵਿੱਚ ਜਿੱਤ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਨਵੰਬਰ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਇਹਨਾਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ 16 ਕਰੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 5 ਵੱਡੇ ਸੂਬੇ ਮਿਜ਼ੋਰਮ ਵਿੱਚ ਵੇਂਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 4 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

ਮੋਦੀ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਤੀਜੇ ਕਾਰਜਕਾਲ 'ਤੇ

ਕੀ ਇਹ ਚੋਣਾਂ ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਮ ਵਿੱਚ ਨਰਿਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ 'ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੀਜੀ ਵਾਰ' ਜਾਂ 'ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ' ਲਈ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਸਾਬਤ ਹੋਈਆਂ? 2018 ਵਿੱਚ ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਤਿੰਨ ਮੁੱਖ ਸੂਬਿਆਂ ਰਾਜਸਥਾਨ, ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਛੱਤੀਸਗੜ੍ਹ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਜਿੱਤੀਆਂ ਸਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਕੋਮੀ ਪੱਧਰ ਉਤੇ ਆਪ ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਸੂਬਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਇਹ ਜਿੱਤ ਇਸ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਜਿੱਤ ਇਸ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਜਿੱਤ ਇਸ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮ

ਮੋਗਾ ਦਾ ਜੀਮਪਲ ਨਰਿਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ, ਜਿਸਦੀ ਖੋਜ ਸਦਕਾ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੰਭਵ ਹੋਇਆ

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇੱਕ ਨਿੱਕੇ ਜਿਹੇ ਸ਼ਹਿਰ ਮੋਗਾ ਵਿੱਚ ਜਨਮੇ ਨਰਿਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ 'ਫਾਈਬਰ ਓਪਟਿਕਸ' ਦੇ ਪਿਤਾ' ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਪਾਨੀ ਨੇ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕੀਤਾ ਕਿ ਰੋਸ਼ਨੀ ਸਿੰਧੀ ਰੇਖਾ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਚਲਦੀ ਬਲਕਿ ਕੱਚ ਦੀਆਂ ਬਾਰੀਕ ਤੰਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਮੌਜ਼ਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜੇਕੀਆਂ ਕਈ ਤਕਨੀਕਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਈ ਸਪੀਡ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਇਸੇ ਕਾਢ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੀਆਂ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਜੋ ਖਾਸ ਮੁਕਾਮ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ, ਉਸ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪ ਕਹਾਣੀ ਸ਼ਾਇਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਕਈ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਨਰਿਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ ਦੇ ਪਿਤਾ ਸੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ ਪਹਿਲੀ ਵਿਸ਼ਵ ਜੰਗ ਵਿੱਚ ਬਰਤਾਨਵੀ ਏਅਰ ਫੋਰਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸਨ।

ਆਪਣੇ ਕੈਮਰੇ ਨਾਲ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਦੇ ਜਹਾਜ਼ਾਂ, ਸੰਗੀ ਸਾਜ਼ ਸਮਾਨ ਜਾਂ ਜੰਗ ਦੌਰਾਨ ਹੋਰ ਅਹਿਮ ਮੌਕਿਆਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਖਿੱਚਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸੀ। ਰੋਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਕੈਮਰੇ ਦੀ ਬਾਰੀਕੀਆਂ ਬਾਰੇ ਕਪਾਨੀ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਬਕ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਿਲ ਗਏ ਸਨ। ਨਰਿਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ ਦਾ ਜਨਮ 31 ਅਕਤੂਬਰ 1927 ਨੂੰ ਹੋਇਆ ਸੀ ਅਤੇ 94 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ 3 ਦਸੰਬਰ 2020 ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਅਲਵਿਦਾ ਕਿਹਾ।

ਕਪਾਨੀ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਈਂਸ ਅਤੇ ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪਦਮ ਵਿਕੁਨਾਂ ਐਵਾਰਡ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਰਵਾਸੀ ਭਾਰਤੀ ਸਨਮਾਨ ਵੀ ਮਿਲ ਚੁਕਿਆ ਸੀ। 'ਫਾਈਬਰ ਓਪਟਿਕਸ' ਅਜੇਕੇ ਬਿਜਲੀ ਸੰਚਾਰ (ਡਿਜੀਟਲ ਕਮਿਊਨਿਕੇਸ਼ਨਸ) ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਮੁੱਖ ਤਕਨੀਕ ਹੈ। ਇਸ ਸਬਦ ਨੂੰ ਘਤਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤਕਨੀਕ ਦੇ ਸੰਭਵ ਹੋਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਡਾਕਟਰ ਕਪਾਨੀ ਸਿਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਕਾਢ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵੀ ਖੋਲ੍ਹੀਆਂ, ਇੱਕ ਸਫਲ ਬਿਜਨਸਮੈਨ ਬਣੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਕਲਾ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰੋਸ਼ਨੀ ਮੌਜ਼ ਕੇ ਵਿਖਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ

ਨਰਿਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ ਨੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪਤ੍ਰੀਆਂ ਦੇਹਰਾਦੂਨ ਤੋਂ ਕੀਤੀ। ਪਤ੍ਰੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰੋਸ਼ਨੀ ਸਿੰਧੀ ਰੇਖਾ ਵਿੱਚ ਚੱਲਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਪਾਨੀ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਤੋਂ ਮੁਨਕਰ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ

ਇਥੋਂ ਹੀ ਜਨਮ ਹੋਇਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਿਸ਼ਨ ਦਾ। ਇੱਕ ਇੰਟਰਵਿਊ ਵਿੱਚ ਉਹ ਇਸ ਪਲ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੇ ਹਨ, “ਮੇਰੇ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰੋਸ਼ਨੀ ਸਿਰਫ ਸਿੰਧੀ

ਤਾਂ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਰੋਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਇਕੱਠਿਆਂ ਲੰਘ ਸਕਣ। ਉਹ ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਰਹੇ ਸਨ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਈ ਲੇਖ ਵੀ ਲਿਖੇ।



ਰੇਖਾ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।” “ਮੈਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਗਲਤ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲਿਆ।” ਨਰਿਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹੀ ਆਪਣਾ ਮਿਸ਼ਨ ਬਣਾਇਆ ਇਹੀ ਮਿਸ਼ਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਲੰਡਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਅਮਰੀਕਾ ਲੈ ਕੇ ਗਿਆ। ਆਪਣੀ ਬੈਚਲਰਸ ਡਿਗਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੱਕ ਆਰਡੀਨੈਂਸ ਫੈਕਟਰੀ ਵਿੱਚ ਓਪਟੀਕਲ ਯੰਤਰਾਂ ਨੂੰ ਡਿਜਾਈਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮਹਾਰੋਂ ਉਹ ਯੂਕੇ ਦੇ ਇੰਪੀਰੀਅਲ ਕਾਲਜ ਚਲੇ ਗਏ, ਜਿਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਤਕਰ-ਭਰਪੂਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਇੱਕ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੰਪੀਰੀਅਲ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਅਧਿਐਨ ਭੇਂਤਿਕ ਵਿਗਿਆਨੀ ਹੈਰੋਲਡ ਹੋਪਕਿਨਸ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ 'ਚ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 'ਓਪਟੀਕਲ ਫਾਈਬਰ' ਕੱਚ ਦੀਆਂ ਤੰਦਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਬੰਡਲ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਲਈ ਵਰਤਿਆ। ਅਜੇਕੇ ਏਂਡੋਸਕੋਪੀ ਕੈਮਰੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ

ਖੋਜ ਵੀ ਕਪਾਨੀ ਨੇ ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੀ।

ਭਾਰਤ ਵਾਪਸ ਪਰਤਕੇ

ਕੰਪਨੀ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦਾ ਸੁਫ਼ਲਨਾ

ਨਰਿਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ ਇੱਕ ਰੱਜ-ਪੁੱਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਰੱਖਦੇ ਸਨ। ਦੇਹਰਾਦੂਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਕੱਚੀ ਉਮਰ ਬਿਤਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਪਾਨੀ ਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ 2021 ਵਿੱਚ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋਈ ਕਿਡਾਬ 'ਦ ਮੈਨ ਹੁ ਬੈਂਟ ਲਾਈਟ' ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹਨ। ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ-ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵੰਡ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕੁਝ ਹਵਾਲੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਘਟਨਾ ਦਾ ਵੀ ਵਰਣਨ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਪਾਨੀ ਨੇ ਦੰਗਿਆਂ ਮੌਜੂਦੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਇੱਕ ਮੁਸਲਮ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਦੇਗਾਕਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 1955 ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਪੀਐਂਡੀ ਦੀ ਡਿਗਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਕੀਤੀ। ਕਪਾਨੀ ਨੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਆਫ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹੋਰ ਕੀਤੀ।

ਆਪਣੇ ਇੰਟਰਵਿਊ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਸੀ, “ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਕੋਲ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ।” “ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਹੁਣ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਮਕਸਦ ਪੂਰਾ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਭਾਰਤ ਵਾਪਸ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਕੰਪਨੀ ਖੋਲ੍ਹਣੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ।” ਕਪਾਨੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, “ਮੇਰੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਦੋ ਮੰਨੀਂ ਉਡੀਕੀ ਕਰਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਲੰਗ ਕਿ ਸਾਇਦ ਉਹ ਬੰਦਾ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਜਿਹਤਾ ਕੰਮ ਮੈਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰ ਸਕਣ।” “ਪਰ ਉਹ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਆਫ ਲੰਡਨ ਦੀ ਸੈਨੋਟ ਵਿੱਚ ਗਏ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਜਾ ਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਬੰਦੇ ਨੇ ਇਹ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਪੀਐਂਡੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਦਿਵਾਇਆ।” ਕਪਾਨੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ “ਮੇਰੀ ਪੀਐਂਡੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਇੱਛਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਮੈਨੂੰ ਲੰਗਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਵਿਦਵਾਨ ਜਿਹਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।” ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 1954 ਵਿੱਚ ਸਾਤਿਦਰ ਕੌਰ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਇਆ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਸਾਤਿਦਰ ਕੌਰ ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਾਹਿਤ ਦੀ ਪਤ੍ਰੀ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਸ ਮਹਾਰੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਟਲੀ ਦੇ ਫਲੋਰੈਂਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਪਹਿਲਾ ਪਰਚਾ ਪਤ੍ਰੀਆਂ ਜਿਥੇ ਰੋਚੈਸਟਰ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਕਰੀਬ ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੱਕ ਨੌਕਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕੰਪਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ।

ਮਾਂ ਦੀ ਮੌਜ ਵੇਲੇ ਭਾਰਤ ਨਾ ਆ ਸਕਣ

‘ਦੀ ਮੈਨ ਹੁ ਬੈਂਟ ਲਾਈਟ’ ਵਿੱਚ ਉਹ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਸਨ ਇਕ ਦਿਨ ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਮਹਾਰਾਜਾ ਯਾਦਿਵਿਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਬੁਲਾਇਆ। ਮਹਾਰਾਜਾ ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਉਸ ਵੇਲੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸਟਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇਦੇ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਮੈਨਨ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬੇਂਦੇ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਜਦੋਂ ਉਹ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿਖੇ ਜ਼ਾਹਰਲਾਲ ਨਹਿਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਨਹਿਰੂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਚ ਅਹੁਦੇ ਉਤੇ ਲਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਨਖਾਹ ਦੇਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੱਥੀਂ ਲਿਖਿਆ। ਕਪਾਨੀ ਨੂੰ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਇੱਤਾਜਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਪਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਮਹਿਕਮਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਜੁਆਬ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਡਾਈਬਰ ਓਪਟਿਕਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਰ ਕੀ ਯੋਗਦਾਨ

ਨਰਿਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪਾਨੀ ਨੇ ‘ਫਾਈਬਰ ਓਪਟਿਕਸ’ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਖੋ

ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਜਿੱਤ ਦੇ ਮਾਇਨੇ ਅਤੇ ਅਸਰ

ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਇਹ ਜੇਤੂ ਤਰਜ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਰਿਆਇਤਾਂ ਅਤੇ ਸਕੀਮਾਂ ਦੇ ਧਰਾਤਲ 'ਤੇ ਹਿੰਦੂ ਅਸਮਿਤਾ/ਮਾਣ ਦਾ ਜਿਹੜਾ ਪੈਕੇਜ 2022 ਵਿਚ ਉਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਕਾਰਗਰ ਸਾਬਿਤ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਉਸ ਨੇ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਰੰਗ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ; ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲੜਾਈਆਂ ਵਿਚ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਟੇਕ ਇਸੇ ਫਾਰਮੂਲੇ 'ਤੇ ਰਹੇਗੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਸ ਵਿਚ ਵਿਰੋਧੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਦੁਰਾਚਾਰ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦਾ ਤੜਕਾ ਵੀ ਲਾਇਆ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇਨ੍ਹੇ ਅਸਰਦਾਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ (ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ) ਆਪਣੇ ਹਮਰੁਤਬਾ ਭਾਜਪਾ ਆਗੂਆਂ ਨੂੰ ਘੇਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਸ੍ਤੁਂ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵਿਚ ਹੀ ਉਲੜ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ।

ਇਸ ਤੋਂ ਕੀ ਸਾਬਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਦੇ ਮਨਮਸਤਕ ਵਿਚ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਕੋਈ ਗਲਤ ਕੰਮ ਕਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ ਅਤੇ ਵਿਰੋਧੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਵੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ। ਹਿੰਦੀ ਪੱਟੀ ਦੇ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੰਨਿਂ ਅਹਿਮ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਹੁੰਝਾ ਫੇਰੂ ਜਿੱਤ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਸੰਦੇਸ਼ ਇਹੀ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੋਣ ਨਤੀਜਿਆਂ ਤੋਂ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਹਿਮ ਇਸ ਪੱਟੀ ਉਪਰ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਦਬਦਬੇ ਦੀ ਪ੍ਰੋਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਸਿਆਸੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੀ ਹੋਣੀ ਤੌਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਾਂਗਰਸ ਲਈ ਇਕਮਾਤਰ ਧਰਵਾਸ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨੇ ਤਿਲੰਗਾਨਾ ਵਿਚ ਭਾਰਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਸਮਿਤੀ (ਬੀਆਰਐਸ) ਨੂੰ ਪਛਾੜ ਕੇ ਸੱਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰ ਲਈ ਹੈ ਪਰ ਬੀਆਰਐਸ ਖੇਤਰੀ ਪਾਰਟੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਕੱਦ ਬੁੱਤ ਭਾਜਪਾ ਜਿੱਡਾ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਿੰਦੀ ਪੱਟੀ ਵਿਚ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਹਾਰ ਨਾਲ ਇਸ ਦਾ ਇਹ ਦਾਅਵਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਮੁੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਟੱਕਰ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਇਕਲੋਤੀ ਧਿਰ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਨਹਿੰਦਰ ਮੌਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠਲੇ ਜੰਗੀ ਬੇਤੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਮੁਕਾਬਲਾ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।

ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਪਿੱਚ ਉਪਰ ਭਾਜਪਾ ਨਾਲ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਰਾਜਸਥਾਨ ਅਤੇ ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਇਸ ਨੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਵਾਅਦੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਾਅਦਾ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੀ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੇ ਹਾਣ ਦਾ ਬਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਕਰਨਾਟਕ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਚੋਣ ਮਨੋਰਥ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਇੱਤੀਆਂ ਗਾਰੀਟੀਆਂ ਦੀ ਸਫ਼ਲਤਾ ਤੋਂ ਹੋਸਲਾ ਪਾ ਕੇ ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸੱਤਾ ਵਾਲੇ ਦੋ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚ ਇਸ ਉਪਰ ਅਮਲ

ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਪ੍ਰਤੱਖ ਨਾਕਾਮੀ ਇਸ ਗੱਲ ਵਿਚ ਰਹੀ ਕਿ ਇਹ ਵੋਟਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜ਼ਾਰੀ ਨਹੀਂ ਸਕੀ ਕਿ ਇਹ ਸਮਤਾਵਾਦੀ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਮਾਡਲ ਦੀ ਪੈਰਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰ ਕੇ ਸੱਤਾ ਵਿਰੋਧੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਨੇ ਸਿਰ ਚੁੱਕ ਲਿਆ। ਚੋਣਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੇ ਕੁਝ ਵਾਅਦਿਆਂ ਉਪਰ ਅਮਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਸੱਤਾ ਹਾਸਲ ਹੋਣ ਦੀ ਗਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ; ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰੋਸੇ 'ਤੇ ਪੂਰੇ ਨਾ ਉਤਰ ਸਕਣ ਦੀ ਕਿਸੇ ਕਮੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਵੋਟਰਾਂ ਨੇ

ਸਰਕਾਰ ਬਣ ਗਈ ਸੀ। ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਆਗੂ ਤੋਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਜਾਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਇਕ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਕਰ ਕੇ ਜੋ ਖਮ ਭਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਚੋਹਾਨ ਅਤੇ ਵਸੂਲਧਾ ਦੀਆਂ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਸਿਆਸੀ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਗਹਿਰੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਸੱਤਾ ਵਿਚ ਹੋਣ ਜਾਂ ਸੱਤਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣਾ ਐਨਾ ਸੌਖਧ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਵਸੂਲਧਾ ਦੀ ਪੁਜੀਸ਼ਨ ਨੂੰ ਭਾਜਪਾ ਦੀਆਂ ਪਹਿਲੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਵੇਲੇ ਵੀ ਚੁਣੌਤੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹਮਾਇਤੀ ਵਿਧਾਇਕਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਜੁਟਾ ਕੇ ਹਾਈ ਕਮਾਂਡ ਨੂੰ ਸੋਚੀਂ ਪਾ

ਗਹਿਰੇਤ ਨੇ ਆਪਣੇ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਏਜੰਡੇ ਉਪਰ ਨੀਝ ਲਾਈ। ਕੀ ਕੋਈ ਪਾਰਟੀ ਹਿੰਦੂਤਵ ਦਾ ਚੋਗ ਪਹਿਨ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਅਲੰਬਰਦਾਰ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਪਛਾੜ ਦੇਣ ਦੀ ਆਸ ਕਰ ਸਕਦੀ ਸੀ?



ਰਾਧਿਕਾ ਰਾਮਾਸੇਨ

ਤੰਨਿਂ ਸੂਬਿਆਂ ਦੇ ਚੋਣ ਫਤਵੇ ਹਾਲੀਆ ਭਾਰਤੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਦੀਆਂ ਮਾਨਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਲਟਾਅ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕਾਂਗਰਸ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਕਾਇਲ ਸੀ ਕਿ ਰਾਜਸਥਾਨ ਤੋਂ ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀਆਂ ਅਸੋਕ ਗਹਿਰੇਤ ਤੇ ਭੁਪੇਸ਼ ਬਘੇਲ ਅਤੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਕਮਲ ਨਾਥ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਦੇ ਅਹੁਦੇ ਲਈ ਉਮੀਦਵਾਰ ਵਜੋਂ ਉਭਾਰਨ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਛਾਇਦਾ ਮਿਲੇਗਾ; ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਗੂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਵਜੋਂ ਨਾ ਉਭਾਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਇਹ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਕੇਂਦਰੀ ਕਮਾਂਡ ਅਤੇ ਰਾਜਸਥਾਨ ਤੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਵਸੂਲਧਾ ਰਾਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਿਵਰਾਜ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ ਵਿਚਕਾਰ ਦੇਖੇ ਜਾ ਰਹੇ ਤਣਾਅ ਦੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਸੀ। ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਸਨ ਕਿ 2018 ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਹਾਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਰਮਨ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਕਿਨਾਰੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਉਸ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਤੰਨਿਂ ਸੂਬਿਆਂ ਦੇ ਚੁਣਾਵੀ ਫਤਵੇ ਹਾਲੀਆ ਭਾਰਤੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਦੀਆਂ ਮਾਨਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਲਟਾਅ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕਾਂਗਰਸ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਕਾਇਲ ਸੀ ਕਿ ਰਾਜਸਥਾਨ ਤੋਂ ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀਆਂ ਅਸੋਕ ਗਹਿਰੇਤ ਤੇ ਭੁਪੇਸ਼ ਬਘੇਲ ਅਤੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਵਸੂਲਧਾ ਰਾਜੇ ਤੋਂ ਸਿਵਰਾਜ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ ਵਿਚਕਾਰ ਦੇਖੇ ਜਾ ਰਹੇ ਤਣਾਅ ਦੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਸੀ। ਛੱਡੀਸਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਸਨ ਕਿ 2018 ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਹਾਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਰਮਨ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਕਿਨਾਰੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਅਜਿਹਾ ਕੀ ਸੀ ਜੋ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿਚ ਭੁਗਤਾਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਾਂਗਰਸ ਲਈ ਕਾਰਾਮਾਦ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ? ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਨੂੰ 'ਚੋਹਨ ਦਾ ਬਕੇਵਾ' ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ ਜਿਥੇ ਉਹ 2005 ਤੋਂ ਲਾਗਭਗ ਲਾਗਤਾਰ ਸੱਤਾ ਮਾਣਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਕਰੀਬ ਸਾਲ ਕੁ ਵਾਸਤੇ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਸੱਤਾ ਵਿਚ ਪਰਤਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ ਸੀ। ਮਾਰਚ 2020 ਵਿਚ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਕਈ ਵਿਧਾਇਕ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਖੇਮੇ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਏ ਸਨ ਤੇ ਇੱਝ ਫਿਰ ਚੋਹਨ ਦੀ

ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਵੇਲੇ ਪਾਰਟੀ ਹਾਈ ਕਮਾਂਡ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਕੋਈ ਖਾਸ ਚਿਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਵੇਂ ਆਗੂਆਂ ਵਾਲੋਂ ਪਾਰਟੀ ਅੰਦਰ ਨਾਰਾਜਗੀ ਨੂੰ ਹਵਾ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਆਈਆਂ ਸਨ। ਇਵੇਂ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਚੋਹਨ ਆਪਣੇ ਵਾਪਸੀ ਦੇ ਆਸਾਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਗਾੜਨ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਚੋਲ ਰਹੇ ਹਨ; ਵਸੂਲਧਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਅਤੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਦੇ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਦੁਸ਼ਿਅਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਬਚੇ ਵੀ ਸੇਚਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਜ਼ਾਹਿਰ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵੇਲੇ ਪਾਰਟੀ ਹਾਈ ਕਮਾਂਡ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਕੋਈ ਖਾਸ ਚਿਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਵੇਂ ਆਗੂਆਂ ਵਾਲੋਂ ਪਾਰਟੀ ਅੰਦਰ ਨਾਰਾਜਗੀ ਨੂੰ ਹਵਾ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਆਈਆਂ ਸਨ। ਇਵੇਂ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਚੋਹਨ ਆਪਣੇ ਵਾਪਸੀ ਦੇ ਆਸਾਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਗਾੜਨ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਚੋਲ ਰਹੇ ਹਨ; ਵਸੂਲਧਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਅਤੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਦੇ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਦੁਸ਼ਿਅਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਬਚੇ ਵੀ ਸੇਚਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਜ਼ਾਹਿਰ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵੇਲੇ ਪਾਰਟੀ ਹਾਈ ਕਮਾਂਡ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਕੋਈ ਖਾਸ ਚਿਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਇਸ ਯਰਮ ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਲਾਏ ਸਨ ਜੋ ਉਹ ਕਦੇ ਸਿੱਧ ਤਾ

ਲੋਕੀ ਦਿਖਾਵੇਬਾਜ਼ੀ 'ਚ ਬਹੁਤ ਯਕੀਨ ਕਰਨ ਲੱਗੇ ਹਨ

ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ 'ਚ ਪੈਸਾ ਹੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੈ। ਰਿਸਟੋ-ਨਾਤੇ ਮਹੱਤਵ ਖੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਲੋਕ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਦਿਖਾਉਣ 'ਚ ਚੁੱਝੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਭਰਾਵਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਤਰੇਂਆਂ ਆ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਦਾਵਿਦਰ ਕੌਰ ਖੁਸ਼ ਪਾਲੀਵਾਲ

ਅੱਜ ਹਾਲਾਤ ਇਹ ਬਣਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਭਰਾ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਭਰਾ ਦਾ ਕਤਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ-ਮੁੱਹਬਤ ਖਤਮ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਪੇਂਡਸੀ ਸੱਭਿਆਤਾ ਦਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਲਬਾਲਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਦਿਖਾਵੇ ਦੀ ਦੌੜ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸੀ। ਬੋਝੇ 'ਚ ਹੀ ਸਬਰ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦੀ ਪੈਸੇ-ਧੇਲੇ ਨਾਲ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਉਦੋਂ ਪੈਸੇ ਦਾ ਬਿਲਕੁਲ ਘੁੰਮੰਡ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਲੋਕ ਕੱਚੇ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਦੋ ਕਮਰੇ ਹੁੰਦੇ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਗੋਰੇ-ਮਿੱਟੀ ਨਾਲ ਲਿੱਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਅੱਗੇ ਛੁੱਧਰ ਬਣਾ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਕਹਿਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਦਿਖਾਵਾ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਛੋਟੇ ਘਰ



ਹੁੰਦੇ ਸਨ ਪਰ ਹਰ ਘਰ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਛੋਟੇ ਘਰਾਂ 'ਚ ਟੱਬਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿ ਕੇ ਜ਼ਿਆਦੀ ਗਜ਼ਾਰਦੇ ਸਨ। ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਉਥੇ ਹੀ ਖੇਡਣਾ, ਉਥੇ ਹੀ ਲੜਨਾ, ਉਥੇ ਹੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ। ਇਕ-ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਤੀ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਫਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਪਰ ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈ ਕੇ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫੁਕਰਪੁਣ ਦਿਖਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਹਰ ਛੋਟੀ-ਵੱਡੀ ਰਸਮ 'ਤੇ ਦਿਖਾਵੇ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਖਰਚਾ ਆਪਣੀ ਹੈਸੀਅਤ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਰ ਲੈ ਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਕਰਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਉਤਰਦਾ ਤਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਨੌਬਤ ਮੌਤ ਨੂੰ ਗਲੇ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੋਕ ਵਿਆਹਾਂ ਤੇ ਹੋਰ ਸਮਾਗਮਾਂ ਮੌਕੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦਾ ਸਾਮਾਨ ਅੱਧ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਅੱਧ ਵੈਸੇ ਹੀ ਸੁੱਟ ਕੇ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਜ ਕਿੰਨਾ ਹੀ ਸਾਮਾਨ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਰਗ ਦੇ ਭੋਗਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਲੋਕ ਹੋਂਦੇ ਵੱਧ ਖਰਚਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੱਜ ਦਿਖਾਵੇ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਝੰਗ ਚੌੜ ਕਰਵਾ ਬੈਠਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਰਜ਼ਾ ਸਿਰ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਬੂਹੇ ਅੱਗੇ ਡੇਰਾ ਲਾ ਲੈ ਦੇ ਹਨ, ਉਦੋਂ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਅੱਗੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ? ਇਹ ਵੱਡਾ ਸਵਾਲ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆ ਸਿਰਫ ਤਮਾਸਾ ਦੇਖਣ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੋਕ ਫੰਕਸਨਾਂ 'ਤੇ ਹੀ ਦਿਖਾਵਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਸਗੋਂ ਵੱਡੀਆਂ-ਵੱਡੀਆਂ ਕੋਠੀਆਂ ਪਾਉਣ ਦਾ ਰਿਵਾਜ ਵੀ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਕ-ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਕੋਠੀ ਪਾਉਣ ਦੀ ਅਤੀ ਵੀ ਕਰਜ਼ਾਈ ਬਣਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਕਰਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਉਤਰਦਾ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਿਹਾਣੇ 'ਖਰਚ ਘੱਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਸੀ' ਸੂਈਆਂ ਵਾਂਗ ਚੁਭਦੇ ਹਨ। ਸਿਆਇਆਂ ਨੇ ਸੱਚ ਗੀ ਕਿਆ ਹੈ ਕਿ ਆਰੀ ਦੇ ਇਕ ਪਸੇ ਦੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦਕਿ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਦੋ ਪਾਸੇ ਦੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਿੱਤ ਸਕਦੇ। ਹੋਰਾਂ ਦਾ ਪੱਕਾ ਘਰ ਦੇਖ ਕੇ ਆਪਣਾ ਕੱਚਾ ਨਾ ਢਾਹੋ। ਲੋਕ ਖਾਣ ਵੇਲੇ ਵੀ ਨੁਕਸ ਹੀ ਕੱਢਦੇ ਹਨ। ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਚੱਕਰ 'ਚ ਆਪਣੇ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਮੁਸੀਬਤਾਂ ਨਾ ਸਹੇਤੇ।

ਚੀਨ ਦੇ ਨਵੇਂ ਵਾਈਰਸ ਬਾਰੇ ਅਮਰੀਕਾ ਅਲਰਟ, ਸੈਨੇਟਰਾਂ ਨੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਬਾਇਡਨ ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧੀਲ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ- ਚੀਨ 'ਚ ਇਨ੍ਹੀਂ ਦਿਨੀਂ ਇਕ ਰਹੱਸਮਈ ਬੀਮਾਰੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਕਈ ਦੇਸ਼ ਕਾਫ਼ੀ ਚਿੱਤਰ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੌੜਾਂ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਸੈਨੇਟਰਾਂ ਨੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਜੋਅ ਬਾਇਡਨ ਤੋਂ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਚੀਨ ਵਿਚਾਲੇ ਯਾਤਰਾ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਮਾਰਕੇ ਰੂਬੀਓ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿਚ ਪੰਜ ਰਿਪਬਲਿਕਨ ਸੈਨੇਟਰਾਂ ਨੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਬਾਇਡਨ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਲਿਖ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ।

ਅਮਰੀਕਾ-ਚੀਨ ਯਾਤਰਾ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਦੀ ਮੰਗ

ਮਾਰਕੇ ਰੂਬੀਓ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿਚ ਰਿਪਬਲਿਕਨ ਸੈਨੇਟਰਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸਮੁੱਹ ਨੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਬਾਇਡਨ ਨੂੰ ਲਿਖੇ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਕਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਏਸੀਆਈ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਰਹੀ ਸਾਹ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ (ਚਾਈਨ ਨਿਮੋਨੀਆ) ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਚੀਨ ਦੀ ਸਮੁੰਦਰੀ ਤੱਟ ਦੀ ਯਾਤਰਾ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਈ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਗੋਰੇ-ਮਿੱਟੀ ਨਾਲ ਲਿੱਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਅੱਗੇ ਛੁੱਧਰ ਬਣਾ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਕਹਿਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਦਿਖਾਵਾ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਛੋਟੇ ਘਰ

ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਨ।

ਦਰਅਸਲ, ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਪਿਛਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਮੁੱਦਾ ਬਣ ਗਿਆ, ਜਦੋਂ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ (ਡਬਲਯੂਐਚਓ) ਨੇ ਉਭਰ ਰਹੀ ਬੀਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਚੀਨ ਤੋਂ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਰਿਪੋਰਟ ਮੰਗੀ। ਚੀਨੀ ਕਮਿਊਨਿਸਟ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਰਿਕਾਰਡ ਬਹੁਤ ਮਾਤਾ ਹੈ।

ਸੈਨੇਟਰ ਰੂਬੀਓ, ਜੇਡੀ ਵੈਨਸ, ਰਿਕ ਸਕਾਟ, ਟੋਮੀ ਟੂਬਰਵਿਲੇ ਅਤੇ ਮਾਈਕ ਬਰੋਨ ਨੇ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ, "ਚੀਨੀ ਕਮਿਊਨਿਸਟ ਪਾਰਟੀ (ਸੀਸੀਪੀ) ਦਾ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਬਾਰੇ ਬੁਝ ਬੋਲਣ ਦਾ ਲੰਮਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ -19 ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਨੇ ਕੀਤਾ। ਸੀਸੀਪੀ ਦੁਆਰਾ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ ਛੁਪਾਉਣ ਅਤੇ ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ ਦੀ ਘਟ ਕਾਰਨ ਬੀਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਪਤਾ।"

'ਸਾਨੂੰ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ'

ਕੋਵਿਡ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ, ਮਹਾਮਾਰੀ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵਿਚ ਚੀਨੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਘਟ ਬਾਰੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਚਿੱਤਾਵਾਂ ਜਾਹਰ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਸੈਨੇਟਰਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ "ਸੀਸੀਪੀ ਦੇ ਟਰੈਕ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ,

ਅਸੀਂ ਡਬਲਯੂਐਚਓ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਉਡੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਸਾਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।"

ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਚੀਨ ਨੂੰ ਇਸ ਨਵੀਂ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ, ਸਾਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਚੀਨ ਵਿਚਕਾਰ ਯਾਤਰਾ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਅਣਗਿਣਤ ਮੌਤਾਂ ਅਤੇ ਤਾਲਬਾਈ ਵਰਗੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਨਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇ।

ਬਾਇਡਨ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੇ ਪੱਤਰ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ

ਬਾਇਡਨ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਨੇ ਚੀਨ ਵਿਚ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ ਰਹੱਸਮਈ ਬੀਮਾਰੀ 'ਤੇ ਨੇਤਿਓਂ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਮੌਸਮੀ ਬੀਮਾਰੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਇਸ ਵਿਚ ਇੱਕ ਮੌਸਮੀ ਰੁਝਾਨ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਕੁਝ ਵੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਸਮੇਂ, ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਚੀਨ ਵਿਚ ਵੈਲ ਗਿਆ।" ਇੱਕ ਸੈਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਬਿਟੇਨ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਸ ਹੁਣ ਹੋਵੇਗਾ ਹੋਰ ਵੀ ਅੰਖਾ, ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਲਿਆਂਦੇ ਇਹ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ

ਬਿਟੇਨ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਾਰੂੰਨੀ ਪਰਵਾਸ ਨੂੰ ਨੱਲ੍ਹ ਪਾਉਣ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਰਿਸੀ ਸੁਨਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਚੋਣਾਂ ਦੌਰਾਨ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਰਿਕਾਰਡ ਪੱਤਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ

ਚੰਗਾ ਸੋਚੇ ਤੇ ਚੰਗਾ ਖਾਓ, ਤਣਾਅ ਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਵਰਗੀ ਗੰਭੀਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਬਚੋ

ਜੀਵਨ-ਸੈਲੀ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸਿਕਾਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਤਣਾਅ ਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਗੰਭੀਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੇ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਈ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪੀਤੜ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੀ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ? ਇਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਦੇਖਭਾਵ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਇਸ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣੀ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਇਹ ਦਿੱਕਤ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਤਣਾਅ ਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨੀਆਂ। ਅੱਗੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਣਾਅ ਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਦਿਲ ਨਾਲ ਜੁਡੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਹਾਰਟ ਅਟੈਕ ਦਾ ਖਤਰਾ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਣਾਅ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ, ਅਜੇਕੇ ਦੌਰ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਬਣ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਵਿਟਾਮਿਨ ਤੇ ਖਣਿਜਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਇਹ ਵਰਤਾਰਾ ਆਮ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਤੋਂ ਉਭਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯੋਗ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਅਪਣੀਆਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵੱਲ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ। ਬੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਕੁਝ ਖਾਸ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਮਿਲ ਸਕੋ। ਬੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਸੀਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਾਂ।

ਜਿੱਕ- ਆਪਣੀ ਡਾਈਟ ਵਿੱਚ ਜਿੱਕ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਿੱਕ ਦੀ ਕਮੀ ਦਾ ਸਿਮਾਗ ਦੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਮਾਤਾ ਆਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਤਣਾਅ ਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਘੱਟ ਜਾਂ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜਿੱਕ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਨਾਲ ਅਪਣੀਆਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵੱਲ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ। ਬੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਕੁਝ ਖਾਸ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਮਿਲ ਸਕੋ। ਬੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਸੀਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਾਂ।

ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ ਖਾਓ- ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ, ਉਚ ਫਾਈਬਰ ਅਤੇ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਸਾਬਤ

ਅਨਾਜ, ਬਰਾਉਨ ਰਾਈਸ, ਜੋ, ਸ਼ਕਰਕੰਦੀ ਤੇ ਅਮਰੂਦ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸੇਰੋਟੋਨਿਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ।

ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ- ਸਿਹਤਮੰਦ ਦਿਮਾਗ ਲਈ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਵੀ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਦੀ ਘਾਟ ਦਾ ਵੀ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ

'ਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕੈਮੋਮਾਈਲ ਚਾਹ- ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਕੈਮੋਮਾਈਲ ਚਾਹ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਐਂਟੀ-ਇਨਫਲਮੇਟਰੀ, ਐਂਟੀ-ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ, ਐਂਟੀ-ਆਕਸੀਡੇਂਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੈਮੋਮਾਈਲ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਫਲਵੇਨੋਇਡਸ ਕਾਰਨ ਇਸ 'ਚ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

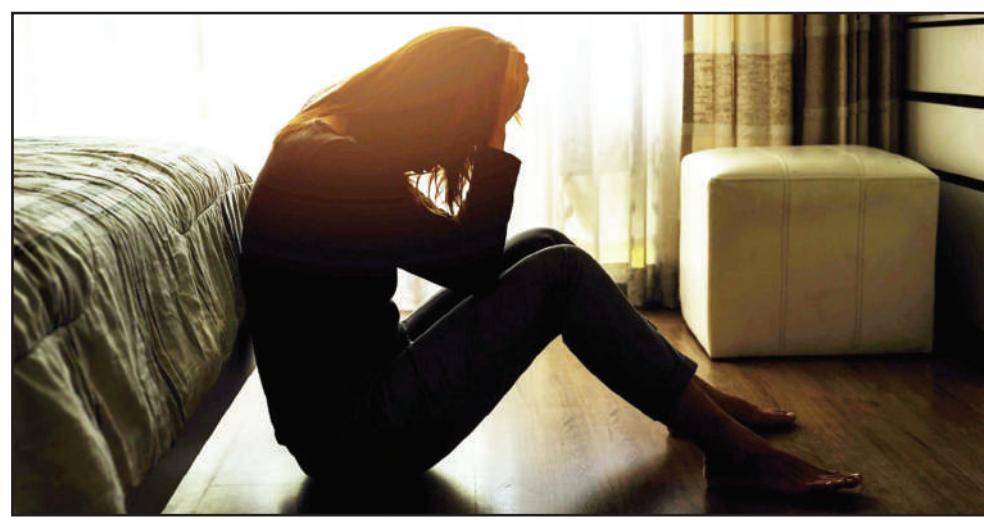
ਹਨ। ਕਈ ਅਧਿਐਨਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਿਮਾਗ 'ਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦਹੀ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਚਿੰਤਾ, ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਾਬਤ
ਅਨਾਜ- ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਬਤ

ਅਨਾਜ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਕਿਨੇ ਵਾਇਦੇਮੰਦ ਹਨ। ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ 'ਚ ਵੀ ਬਹੁਤ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟਸ ਹੁੰਦੇ ਜੋ ਮੂਡ ਸਵਿਗ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਰੋਕਦੇ ਹਨ।

ਬਦਾਮ- ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਰੋਤ, ਜੋ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਲੱਭਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਬਦਾਮ ਵਿੱਚ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ 100 ਗ੍ਰਾਮ ਬਦਾਮ ਦੇ ਇਕ ਪੈਕ ਵਿੱਚ 238 ਗ੍ਰਾਮ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 67 ਗ੍ਰਾਮ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਸਿੰਡਰੋਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਸੀ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਬੇਵਸ ਤੇ ਨਿਰਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਬੁਸੀ, ਸਾਂਤੀ, ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਰਿਸਤੇ ਵੀ ਅਰਥਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਦੇ ਕਈ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨੀਂਦ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ, ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਨਿਊਰੋਟਾਂਸੀਟਰਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਵੀ ਅਕਸਰ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਿਊਰੋਟਾਂਸੀਟਰਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਵੀ ਅਕਸਰ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਨਿਊਰੋਟਾਂਸੀਟਰਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਵੀ ਅਕਸਰ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰਸਾਇਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਦਿਮਾਗ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤਾਲਮੇਲ ਸਥਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੰਚਾਰ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵੀ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਿ ਨੇਮ ਨਾਲ ਸੰਤੁਲਿਤ ਬੁਰਾਕ ਲਈ ਜਾਵੇ।



ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਯਾਦਦਾਸਤ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਦਿੱਕਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਲਗਾਤਾਰ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦੇ ਸਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗ੍ਰੀਨ ਟੀ- ਗ੍ਰੀਨ ਟੀ ਵਿੱਚ ਬਿਆਮੀਨ ਨਾਮਕ ਅਮੀਨੋ ਐਸਿਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਮੂਡ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਬਿਆਮੀਨ ਵਿੱਚ ਐਂਟੀ-ਡਿਪਰੈਸ਼ੈਂਟ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਸੇਰੋਟੋਨਿਨ ਤੋਂ ਡੋਪਾਮੈਣਿਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਨੂੰ ਵੀ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਤਣਾਅ ਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਨਾਲ ਨਜ਼ਿਨਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਗ੍ਰੀਨ ਟੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮੂਡ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੇਰੋਟੋਨਿਨ ਨੂੰ ਐਵੋਕਾਂਡੇ ਨਾਲ ਵੀ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕ ਕੱਢੂ ਦੇ ਬੀਜਾਂ ਦੀ ਸੇਵਨ ਵਿੱਚ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਨਜ਼ਿਨਣ ਲਈ ਗ੍ਰੀਨ ਟੀ ਵੀ ਅਤੇ ਬੀਜਾਂ ਦੀ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ 100 ਗ੍ਰਾਮ ਬਦਾਮ ਦੇ ਇਕ ਪੈਕ ਵਿੱਚ 238 ਗ੍ਰਾਮ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਚਹੀਂ- ਦਹੀ ਵਿੱਚ ਲੈਕਟੋਬੈਕਸਿਲਸ ਅਤੇ

ਹੈ। ਕੈਮੋਮਾਈਲ ਚਿੰਤਾ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕੱਢੂ ਦੇ ਬੀਜ- ਕੱਢੂ ਦੇ ਬੀਜ ਪੋਟਾਸੀਅਮ ਦਾ ਇਕ ਵਧੀਆ ਸਰੋਤ ਹਨ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਲਾਈਟ ਸੰਤੁਲਣ ਬਣਾਉਣ ਕੇ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ਪ੍ਰੈਸਰ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

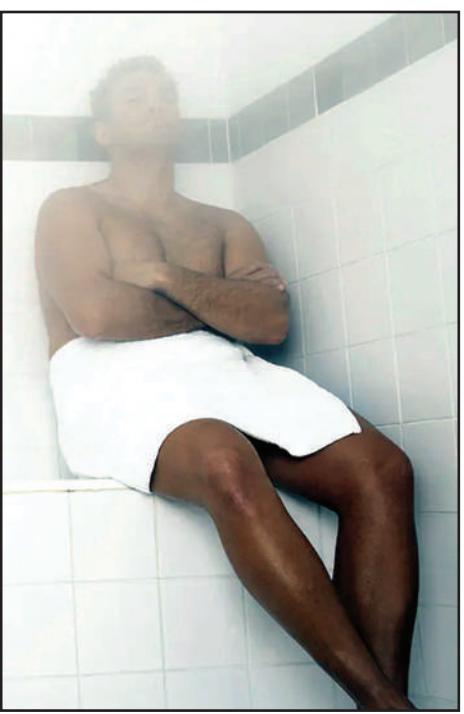
ਕੱਢੂ ਦੇ ਬੀਜਾਂ ਵਿੱਚ ਤਣਾਅ ਤੇ ਚਿੰਤਾ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੀ ਸਕਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹ



ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ

ਸਟੀਮ ਰੂਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰੱਖੋ ਖਾਸ ਧਿਆਨ

ਅਜ-ਕੱਲ੍ਹ, ਵੱਡੇ ਹੋਟਲ ਅਤੇ ਰਿਜ਼ੋਰਟ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਹਿਣ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਸਾਨਦਾਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਪਾ, ਮਸਾਜ ਵਰਗੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜੋ ਬਿਨਾਂ ਸੱਕ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਸਪਾ ਦਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਟੈਪ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਸਹੂਲਤ ਹੁਣ ਜਿਮ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਚਮਤੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹੈ ਪਰ ਇਸਨੂੰ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵੱਲ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਧਿਆਨ



ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ।

ਆਪਣਾ ਤੱਲੀਆ ਲਿਆਓ

* ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਟੀਮ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੱਲੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਇਸ ਤੱਲੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ, ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਫ਼ਾਈ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਖੁੱਦ ਦੇ ਤੱਲੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੋਵੇਗਾ।

* ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਨਾ ਕਰੋ।

* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਕਾਮ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋ ਤਾਂ ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਤੋਂ ਬਚੋ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਫੈਲਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਹਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਰੋਕੋ।

ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਕਰੋ

ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਕਮਰੇ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੱਓ। ਜੇਕਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸੇ ਸਫ਼ਾਈ ਦੀ ਕਮੀ ਹੋਣ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਜੇਕਰ ਭਾਫ਼ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸੇ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇਗੀ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਝਾਅ

ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਾ ਢੱਕੋ ਤਾਂ ਜੋ ਭਾਫ਼ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹਰ ਹਿੱਸੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕੇ।

* ਸਵਿਮ ਸੂਟ ਜਾਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜੋ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੰਗ ਹੋਵੇ। ਤੰਗ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਭਾਫ਼ ਕਾਰਨ ਧੱਡੇ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

* ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੁਸ਼ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਸਟੀਮ ਬਾਬ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਪੀਓ।

ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਹੈ ਐਲੇ ਦਾ ਜੁਸ

ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਐਲਾ ਕਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਬੇਹੱਦ ਬਿਹਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਿਛਲੇ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਐਲਾ ਜੁਸ ਬੇਹੱਦ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਜਰਨਲ ਆਫ ਫਾਰਮਾਯੂਟਿਕਲਸ 'ਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਇਕ ਅਧਿਐਨ ਅਠਸਾਰ, ਐਲਾ 'ਚ ਸਕਤੀਸਾਲੀ ਐਂਟੀ-ਇਫਲਮੇਟਰੀ ਤੇ ਐਂਟੀ-ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਮੌਸਮੀ ਫਲ੍ਹ ਤੇ ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕਣ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹੀ ਵਜ਼ਾ ਹੈ ਕਿ ਐਲਾ ਜੁਸ ਵੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਫਾਇਦਾ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਤਕ ਅੱਲੇ ਦੇ ਜੁਸ ਦੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਤੋਂ ਅਣਜਾਨ ਹੋ ਤਾਂ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਾਂਗੇ ਇਸ ਦੇ ਕੁਝ ਗਜ਼ਬ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ।

ਪਾਚਨ ਤੰਤਰ ਨੂੰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਬਿਹਤਰ

ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਅਕਸਰ ਪਾਚਨ ਸੱਥੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਪਰੋਸਾਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅੱਲੇ ਦਾ ਜੁਸ ਇਸ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਸਾਬਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ ਪਾਚਨ ਤੰਤਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਬਦਹਜ਼ਮੀ, ਐਸਡੀਟੀ ਤੇ ਕਬਜ਼ ਵਰਗੀਆਂ ਪਾਚਨ ਸੱਥੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਵਧਾਉਣ 'ਚ ਕਾਰਗਰ

ਵਿਟਾਮਿਨ ਸੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਐਲਾ ਆਪਣੇ ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ ਗੁਣਾਂ ਲਈ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਐਲੇ ਦਾ ਜੁਸ ਪੀਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਰੱਖਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਲਾਗ ਨਾਲ ਲੜਨ 'ਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਬਲੱਡ ਸੂਗਰ ਲੈਵਲ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੂਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹੋ ਤਾਂ ਅੱਲੇ ਦਾ ਜੁਸ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਰਦਾਨ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ। ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਅੱਲੇ ਦਾ ਜੁਸ ਪੀਣ ਨਾਲ ਬਲੱਡ ਸੂਗਰ ਲੈਵਲ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਜੋਤਾਂ ਦੇ ਦਰਦਾਂ ਤੋਂ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਰਾਹਤ

ਐਲੇ 'ਚ ਐਂਟੀ-ਇਫਲਮੇਟਰੀ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਸਰੀਰ 'ਚ ਸੋਜ਼ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਤੇ ਪੁਰਾਣੀ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਇਸ ਦੇ ਜੁਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੋਤਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਤੇ ਸੋਜ਼ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਵੀ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਦਿਲ ਨੂੰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਸਿਹਤਮੰਦ

ਐਲਾ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਲੈਵਲ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਤੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦਿਲ ਤੋਂ ਜੁਤੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ



ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਹਾਈ ਫਾਇਬਰ ਤੇ ਪਾਲੀਫੋਨੋਸ ਵਰਗੇ ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ ਦਿਲ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਣਾਉਣ 'ਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੀਘ-ਜੁਕਾਮ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਨਾਸ਼ਤੇ 'ਚ ਖਾਓ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ

ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਸਰਦੀਆਂ ਦਾ ਮੌਸਮ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੌਸਮ 'ਚ ਖਾਣ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਹੀ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਮੌਸਮ 'ਚ ਲੋਕ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਕਾਰਨ ਲੋਕ ਜੁਕਾਮ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ ਵਰਗੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਦਲਦੇ ਮੌਸਮ 'ਚ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਭਾਈਟ 'ਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।



ਅਜਿਹੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜੁਕਾਮੀਆਂ ਦੇ ਨਾਸ਼ਤੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਨਾਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਪਾਲਕ ਤੋਂ ਨਾਸ਼ਤੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਪਨੀਰ- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਹੋ ਤਾਂ ਪਨੀਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤੋਂ ਨਾਸ਼ਤੇ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਕਵਾਨ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਕੈਲਸੀਅਮ, ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਤੋਂ ਵਰਗੇ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਕਵਾਨ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਨੀਰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਉੱਰਚਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਕਾਈ ਵਰਗੀਆਂ ਦੀ ਵਧੀਆ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸਰਦੀਆਂ



TRUCK & TRAILER TIRES



ਯੂਨੀਵਰਸਲ ਟਾਈਰ ਹੈਬ
ਬੈਕਰਸਫੀਲਡ, ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ



ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਟਰੱਕ ਅਤੇ ਟਰੇਲਰ ਦੇ ਵਧੀਆ ਟਾਈਰ
ਵਾਜ਼ਿਬ ਰੇਟ ਤੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ।

TRAILER
\$1699

(ALL TAX INCLUDE 8 TIRES)

DRIVE TIRES
\$1850

(ALL TAX INCLUDE 8 TIRES)

**CONTACT US
FOR FULL CONTAINER ORDERS
FOR GOOD PRICE**
info@universaltirehub.com

661.735.0001 / 661.735.0002

2309 S UNION AVE, BAKERSFIELD, CA 93307