ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦਾ ਤਰਜ਼ਮਾਨ

ਪੰਜਾਬੀ ਦੁਨੀਆ

PUNJABI DUNIYA

Since April 2005 Editor : Sharanjit Singh Thind *Weekly*

Vol. 18 Issue 21 Friday September 8 to 14 September, 2023 Published Weekly from New York www.PUNJABIDUNIYA.com

ਜਗਤਾਰ ਜੌਹਲ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਲਈ ਸੂਨਕ ਤੋਂ ਦਖ਼ਲ ਮੰਗਿਆ

ਲੰਡਨ- ਬਰਤਾਨਵੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਰਿਸ਼ੀ ਸੂਨਕ ਦੇ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਜੀ-20 ਸਿਖਰ ਸੰਮੇਲਨ ’ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 70 ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਨੇ ਸੂਨਕ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕੈਦ ਬਰਤਾਨਵੀ ਸਿੱਖ ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਜੌਹਲ ਦੀ ਤੁਰੰਤ ਰਿਹਾਈ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਬੀਬੀਸੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਸੂਨਕ ਨੂੰ ਪੱਤਰ ਭੇਜ ਕੇ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕਰੀਬ ਪੰਜ ਸਾਲ ਤੋਂ ਨਜ਼ਰਬੰਦ ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਜੌਹਲ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਲਈ ਭਾਰਤ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ। ਖਾਲਿਸਤਾਨ ਲਿਬਰੇਸ਼ਨ ਫੋਰਸ (ਕੇਐੱਲਐੱਫ) ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਤਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕਥਿਤ ਭੂਮਿਕਾ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਹੇਠ ਉਸ ਨੂੰ 4 ਨਵੰਬਰ 2017 ਨੂੰ ਜਲੰਧਰ ’ਚੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਆਹ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਆਇਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਤਿਹਾੜ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਹੈ।

ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਡੇਵਿਡ ਡੇਵਿਸ ਨੇ ਬੀਬੀਸੀ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਫਰਜ਼ ਆਪਣੇ ਨਾਗਰਿਕ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਕਿਸੇ ਨਾਗਰਿਕ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਇਹ ਮੁੱਦਾ ਚੁੱਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਵੇਲੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਨਹੀਂ ਜਾਪ ਰਿਹਾ। ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਉਣ ਵਿੱਚ ਅਸਫ਼ਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਯੂਐੱਨ ਵਰਕਿੰਗ ਗਰੁੱਪ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੌਹਲ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕਾਰਕੁਨ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਿੱਖਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕਥਿਤ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਲਈ ਜਵਾਬਦੇਹੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਪੋਸਟਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਵਰਕਿੰਗ ਗਰੁੱਪ ਇਸ ਸਿੱਟੇ ’ਤੇ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜੌਹਲ ਦੀ ਨਜ਼ਰਬੰਦੀ ਦਾ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਆਧਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਗਤਾਰ ਜੌਹਲ ਦੇ ਭਰਾ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਜੌਹਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਨਕ ਦੇ ਮੋਦੀ ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਸਬੰਧ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਕੰਮ ਬਹੁਤਾ ਔਖਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਡੰਬਰਟਨ ਵਿੱਚ ਵਕੀਲ ਤੇ ਲੇਬਰ ਕੌਂਸਲਰ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਬੀਬੀਸੀ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਲਗਭਗ ਛੇ ਸਾਲ ਬੀਤ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਪਰ ਜਗਤਾਰ ਵਿਰੁੱਧ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਸ ’ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਦੋਸ਼ ਲੱਗੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਦੋਸ਼ੀ ਸਾਬਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਬੇਕਸੂਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੱਟੜਵਾਦ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ: ਸੂਨਕ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ/ਲੰਡਨ: ਬਰਤਾਨੀਆ ਵਿਚ ਖਾਲਿਸਤਾਨ ਪੱਖੀ ਅਨਸਰਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਿਆਂ ਬਰਤਾਨੀਆ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਰਿਸ਼ੀ ਸੂਨਕ ਨੇ ਅੱਜ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੱਟੜਵਾਦ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਾਇਜ਼ ਵਿਰੋਧ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਨੂੰ ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਧਮਕੀ ਭਰੇ ਵਿਵਹਾਰ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸੂਨਕ ਨੇ ਪੀਟੀਆਈ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇੰਟਰਵਿਊ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਹਿੰਸਕ ਅਤੇ ਵੰਡ ਪਾਊ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾਵਾਂ ’ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਫਰਜ਼ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਰਤਾਨੀਆ ਖਾਲਿਸਤਾਨ ਪੱਖੀ ਕੱਟੜਵਾਦ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਧਰ ਜੀ-20 ਸਿਖਰ ਸੰਮੇਲਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਭਾਰਤ ਆ ਰਹੇ ਰਿਸ਼ੀ ਸੂਨਕ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਵਾਗਤ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ‘ਦਿ ਡੇਲੀ ਟੈਲੀਗ੍ਰਾਫ’ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਸੂਨਕ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਾਅਵਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤਾਂ ’ਤੇ ਭੰਗੜੇ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਸੂਨਕ ਦੇ ਮਾਮਾ ਡਾ. ਗੌਤਮ ਦੇਵ ਸੂਦ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਲੀ ਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਮਗਰੋਂ ਕੈਨੇਡਾ ਨੇ ਵੀ ਰੱਦ ਕੀਤੀ ਖ਼ਾਲਿਸਤਾਨ ਰਾਏਸ਼ੁਮਾਰੀ

ਔਟਵਾ: ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁਣ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਵੀ ਖ਼ਾਲਿਸਤਾਨ ਰਾਏਸ਼ੁਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। 10 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਸਰੀ ਦੇ ਸਕੂਲ ’ਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਖ਼ਾਲਿਸਤਾਨ ਰਾਏਸ਼ੁਮਾਰੀ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰਿਕ ਤੌਰ ’ਤੇ ਰੱਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਰੀ ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਦੋਵਾਂ ਸਮੇਤ 40 ਸਮਾਜਾਂ ਵਲੋਂ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਚਿੰਤਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕੂਲ ਦੇ ਨਿਆਸੀ ਬੋਰਡ ਨੇ ਇਸ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ।

ਗੁਰਪਤਵੰਤ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ’ਚ ਸਿਖਸ ਫ਼ੌਰ ਜਸਟਿਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਆਯੋਜਕਾਂ ਵਲੋਂ 1985 ਏਅਰ ਇੰਡੀਆ ਫ਼ਲਾਈਟ 182 ਬੰਬ ਧਮਾਕੇ ਦੇ ਮਾਸਟਰ ਮਾਈਂਡ ਤਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪਰਮਾਰ ਦੇ ਪੋਸਟਰ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਆਯੋਜਨ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ’ਤੇ ਹਥਿਆਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਮੁਹਿੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ। ਸਾਰੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਚਿੰਤਤ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਲੋਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਰੋਕਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਅਤਿਵਾਦ ਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਜਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸੇ ਸਾਲ ਮਈ ’ਚ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਸਿਡਨੀ ਦੇ ਬਲੈਕ ਟਾਊਨ ਸਿਟੀ ’ਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਖ਼ਾਲਿਸਤਾਨ ਰਾਏਸ਼ੁਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਟੂਡੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸਿਡਨੀ ’ਚ ਸਿਖਸ ਫ਼ੌਰ ਜਸਟਿਸ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਰਾਏਸ਼ੁਮਾਰੀ ਮੂਲ ਰੂਪ ਤੋਂ ਬਲੈਕ ਟਾਊਨ ਲੀਜ਼ਰ ਸੈਂਟਰ ਸਟੈਨਹੋਪ ’ਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸੀ, ਪਰ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ, ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਕਾਊਂਸਲ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਦੀ ਸੁਰੱਖ਼ਿਆ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

5 ਸਾਲ 'ਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਹੋਈਆਂ ਚੋਣਾਂ ਤਾਂ 5000 'ਚ ਮਿਲੇਗਾ ਗੈਸ ਸਿਲੰਡਰ, ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਦਾ ਪੀ.ਐੱਮ. ਮੋਦੀ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ

ਜੈਪੁਰ : ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਅਤੇ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਨਵੀਨਰ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਵੱਡਾ ਬਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜੈਪੁਰ 'ਚ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ 5 ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਚੋਣਾਂ ਹੋਈਆਂ ਤਾਂ ਗੈਸ ਸਿਲੰਡਰ ਦੀ ਕੀਮਤ 5000 ਰੁਪਏ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਟਮਾਟਰ 1500 ਰੁਪਏ ਕਿਲੋ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡਾ ਨਾਅਰਾ ਹੈ, ਵਨ ਨੇਸ਼ਨ 20 ਇਲੈਕਸ਼ਨ। ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਹਰ ਤੀਜੇ ਮਹੀਨੇ ਚੋਣਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਨੂੰ ਦੁੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ 9 ਸਾਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਰਹਿਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮੋਦੀ ਜੀ ਵਨ ਨੇਸ਼ਨ ਵਨ ਇਲੈਕਸ਼ਨ 'ਤੇ ਵੋਟ ਮੰਗ ਰਹੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਵਨ ਨੇਸ਼ਨ 100 ਇਲੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਕੀ ਮਿਲੇਗਾ। 9 ਸਾਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਨ ਨੇਸ਼ਨ ਵਨ ਇਲੈਕਸ਼ਨ 'ਤੇ ਵੋਟਾਂ ਮੰਗੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਇੱਕ ਦੇਸ਼ ਇੱਕ ਸਿੱਖਿਆ, ਇੱਕ ਦੇਸ਼ ਇੱਕ ਇਲਾਜ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।'

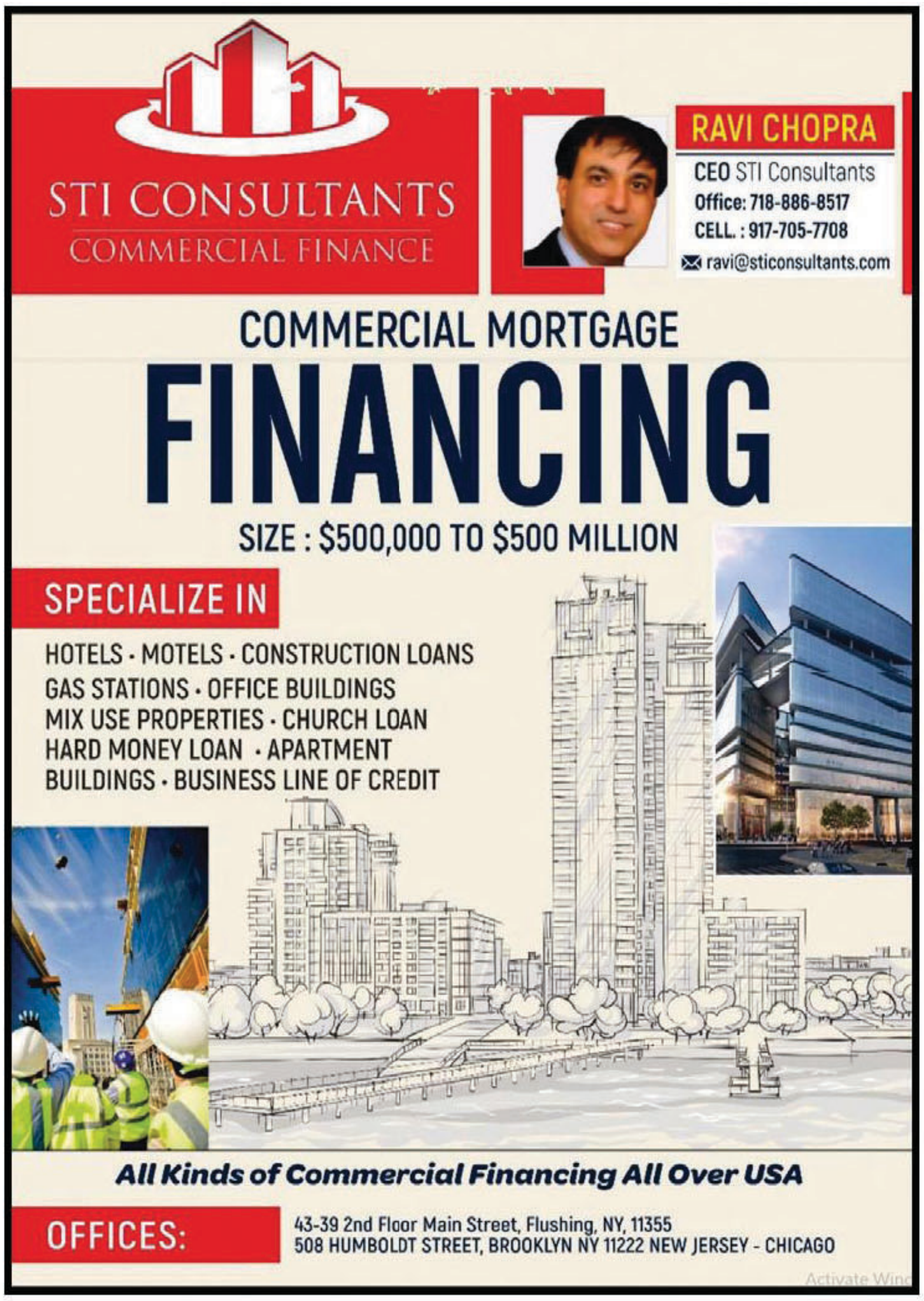
ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਪੀ.ਐੱਮ. ਮੋਦੀ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਿਆਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਮੋਦੀ ਜੀ ਅਜਿਹਾ ਕਿਉਂ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਨ। 5 ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਨੇਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਉਦੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਚੋਣਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਹਰ 6 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਚੋਣਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਮੋਦੀ ਜੀ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ 6 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਜਨਤਾ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ 5 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਚੋਣਾਂ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਸਿਲੰਡਰ 5 ਹਜ਼ਾਰ 'ਚ ਮਿਲੇਗਾ ਅਤੇ 5 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਮੋਦੀ ਕਹਿਣਗੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 200 ਘਟਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਇੱਕ ਮੰਗ ਹੈ, ਮੇਰਾ ਨਾਅਰਾ ਹੈ ਕਿ ਵਨ ਨੇਸ਼ਨ 20 ਇਲੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ, ਹਰ ਤੀਜੇ ਮਹੀਨੇ ਚੋਣਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਹ ਸ਼ਕਲ ਦਿਖਾਉਣ ਤਾਂ ਆਉਣਗੇ, ਕੁੱਝ ਦੇ ਕੇ ਤਾਂ ਜਾਣਗੇ।

ਜੈਪੁਰ 'ਚ ਸੀ.ਐੱਮ. ਮਾਨ ਤੇ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਾਰੰਟੀ ਕਾਰਡ, ਕਿਹਾ-ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਮੁਕਤ ਕਰਾਂਗੇ ਰਾਜਸਥਾਨ

ਜੈਪੁਰ : ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ (ਆਪ) ਨੇ ਰਾਜਸਥਾਨ 'ਚ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰੀਆਂ ਤੇਜ਼ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਨੇ ਜੈਪੁਰ 'ਚ ਟਾਊਨ ਹਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੌਰਾਨ ਗਾਰੰਟੀ ਕਾਰਡ ਲਾਂਚ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਰਾਜਸਥਾਨ ਨੂੰ ਦਿੱਲੀ-ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਤਰਜ 'ਤੇ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਮੁਕਤ ਕਰਾਂਗੇ। ਅਸਥਾਈ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਕਰਾਂਗੇ। ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਸੱਤਾ 'ਚ ਆਏ ਤਾਂ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਅਸਥਾਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਸਨ। ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ ਕੱਚੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਕਿਹਾ ਹੁਣ ਤਾਂ ਕੱਚੇ ਘਰਾਂ ਦਾ ਹੀ ਜ਼ਮਾਨਾ ਗਿਆ, ਨੌਕਰੀ ਕਿਵੇਂ ਕੱਚੀ। ਅਸੀਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਰਾਜਸਥਾਨ 'ਚ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਕਰਾਂਗੇ।"

ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ,ਅਸੀਂ ਜੁਮਲੇ ਵਾਲੇ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਉਹੀ ਗਾਰੰਟੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਪੂਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਨੀਅਤ ਸਾਫ਼ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਭ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਮੁਫ਼ਤ ਬਿਜਲੀ ਕਰਨ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਮੁਫ਼ਤ ਬਿਜਲੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਵੋਗੇ। ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ ਕਿ ਜੋ ਸਾਡੇ 'ਤੇ ਸਵਾਲ ਚੁੱਕ ਰਹੇ ਹਨ, ਪੈਸਾ ਤਾਂ ਉੱਥੋਂ ਆਉਣਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਫੜਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਨੋਟ ਗਿਣਨ ਦੀਆਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਮੰਗਾਉਣੀਆਂ ਪਈਆਂ। ਪੈਸਾ ਤਾਂ ਉੱਥੇ ਰੁਕਿਆ ਸੀ। ਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਨੇ ਦਿੱਲੀ 'ਚ ਜੋ ਕਰ ਦਿਖਾਇਆ, ਉਹੀ ਮਾਡਲ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਅਪਣਾਇਆ। ਮੁਹੱਲਾ ਕਲੀਨਿਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਸੁਧਾਰ ਦਿੱਤੀ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ 'ਚ ਜੱਜਾਂ ਤਕ ਦੇ ਬੱਚੇ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਸ਼ਹੀਦ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।"

ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਰਾਜਸਥਾਨ 'ਚ ਅਸੀਂ 6 ਗਾਰੰਟੀਆਂ ਦੇ ਕੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਬਿਜਲੀ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਮੇਰੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਲੁੱਟ ਬੰਦ ਕਰਾਂਗੇ। ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਬਣਾਵਾਂਗੇ। ਦਿੱਲੀ ਵਰਗੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਕੂਲ ਬਣਾਵਾਂਗੇ। ਜਿੰਨੇ ਵੀ ਅਸਥਾਈ ਅਧਿਆਪਕ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਈ ਕਰਾਂਗੇ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੋਂ ਟੀਚਿੰਗ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਾਵਾਂਗੇ। ਤੀਜੀ ਗਾਰੰਟੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਗਾਰੰਟੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਗਾਰੰਟੀ ਸਾਡੀ ਹੋਵੇਗੀ।" ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਰਾਜਸਥਾਨ ਨੂੰ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਮੁਕਤ ਬਣਾਵਾਂਗੇ। ਸਰਕਾਰ 'ਚ ਪੈਸੇ ਦੀ ਕੋਈ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਬਸ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਹਰ ਪਿੰਡ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਮੁਹੱਲਾ ਕਲੀਨਿਕ ਖੋਲ੍ਹਾਂਗੇ। ਸ਼ਹੀਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਫ਼ੌਜੀਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਰੋੜ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਅਸੀਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਗਾਰੰਟੀ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਸੈਕਟਰ 'ਚ ਨੌਕਰੀ ਦੇਵਾਂਗੇ।"



ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਬਾਦਲ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਸ਼ਿਕੰਜਾ ਕੱਸਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ : ਪੰਜਾਬ ਦੇ 9 ਸਾਲ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਮੰਤਰੀ ਰਹੇ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਘੱਟਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆ ਰਹੀਆਂ। ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਦੀ ਭਾਜਪਾ ਆਗੂ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਜਾਂਚ ਅੰਤਿਮ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕਾਰਵਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਅਖ਼ਬਾਰ 'ਚ ਛਪੀ ਖ਼ਬਰ ਮੁਤਾਬਕ ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਹੱਥ ਕੁੱਝ ਅਹਿਮ ਨੁਕਤੇ ਲੱਗੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਦੀ ਜਾਂਚ 'ਚ ਬਠਿੰਡਾ ਵਿਕਾਸ ਅਥਾਰਟੀ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਅਧਿਕਾਰੀ ਵੀ ਨਿਸ਼ਾਨੇ 'ਤੇ ਆ ਗਏ ਹਨ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਬਾਦਲ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸ ਸਰਕਾਰ ਦੌਰਾਨ ਬਠਿੰਡਾ 'ਚ ਦੋ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪਲਾਟ ਖ਼ਰੀਦੇ ਸਨ। ਬਠਿੰਡਾ ਵਿਕਾਸ ਅਥਾਰਟੀ ਤੋਂ ਪਲਾਟ ਖ਼ਰੀਦਣ ਲਈ ਆਨਲਾਈਨ ਬੋਲੀ ਲੱਗੀ ਸੀ। ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ 2 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਰਾਜੀਵ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਅਮਨਦੀਪ ਨਾਂ ਦੇ ਤੀਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਵੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਬੋਲੀਕਾਰਾਂ ਨੇ ਇੱਕੋ ਕੰਪਿਊਟਰ ਤੋਂ ਬੋਲੀ ਦਿੱਤੀ।

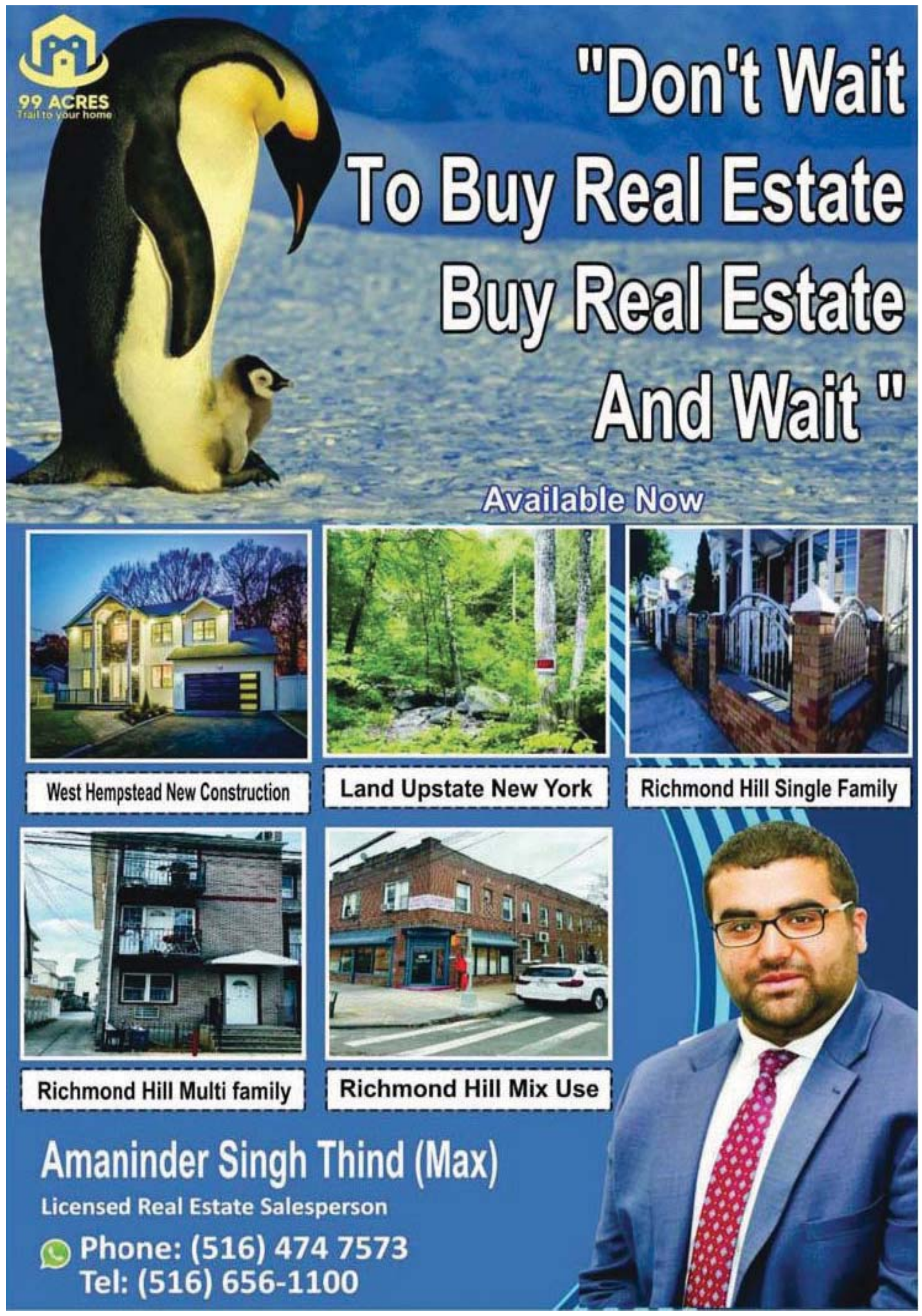
ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਰਾਜੀਵ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਲੋਂ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਲਈ ਦਿੱਤੇ ਐਡਵਾਂਸ ਰਾਸ਼ੀ ਦੇ ਚਲਾਨ ਵੀ ਇੱਕੋ ਸੀਰੀਅਲ ਨੰਬਰ ਵਾਲੇ ਸਨ ਤੇ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਗਵਾਹ ਵੀ ਇੱਕੋ ਹੀ ਸਨ। ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਬਾਦਲ ਨੇ 30 ਸਤੰਬਰ 2021 ਨੂੰ ਰਾਜੀਵ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਦੋਵੇਂ ਪਲਾਟ ਖ਼ਰੀਦਣ ਦਾ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਕਰ ਲਿਆ ਅਤੇ 4 ਅਕਤੂਬਰ ਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਖਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਰੀਬ ਇੱਕ ਕਰੋੜ ਦੀ ਰਾਸ਼ੀ ਟਰਾਂਸਫ਼ਰ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। 5 ਅਕਤੂਬਰ ਨੂੰ ਰਾਜੀਵ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨੇ ਬਠਿੰਡਾ ਵਿਕਾਸ ਅਥਾਰਟੀ ਕੋਲ ਪਹਿਲੀ ਕਿਸ਼ਤ ਦੀ 25 ਫ਼ੀਸਦੀ ਰਾਸ਼ੀ ਜਮਾਂ ਕਰਾਈ।

ਬਠਿੰਡਾ ਵਿਕਾਸ ਅਥਾਰਟੀ ਨੇ 8 ਅਕਤੂਬਰ ਨੂੰ ਰਾਜੀਵ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਪਲਾਟਾਂ ਦਾ ਅਥਾਰਟੀ ਲੈਟਰ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਸੀ ਪਰ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਬਾਦਲ ਨੇ 30 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਵੀ ਕਰ ਲਿਆ ਸੀ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਨਲਾਈਨ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਬੀ.ਡੀ.ਏ. ਦੀ ਮਹਿਲਾ ਅਧਿਕਾਰੀ ਦੇ ਡਿਜੀਟਲ ਦਸਤਖ਼ਤ 26 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਐਕਸਪਾਇਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਦੀ ਬਦਲੀ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। 27 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਬੋਲੀ ਫ਼ਾਈਨਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਨਵੇਂ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੂੰ ਡਿਜੀਟਲ ਦਸਤਖ਼ਤਾਂ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ 28 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ 27 ਸਤੰਬਰ ਦੀ ਬੋਲੀ ਕਿਸ ਦੇ ਡਿਜੀਟਲ ਦਸਤਖਤਾਂ ਹੇਠ ਹੋਈ, ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਵੀ ਸਵਾਲ ਉੱਠਣੇ ਜਾਇਜ਼ ਹਨ।

ਇੱਥੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਬਾਦਲ ਨੂੰ ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਬਠਿੰਡੇ ਤਲਬ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਜਿੱਥੇ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਬਾਦਲ ਨੇ ਮੀਡੀਆ 'ਚ ਆਪਣੇ 'ਤੇ ਲੱਗੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਕਾਰਿਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ 9 ਸਾਲ ਮੰਤਰੀ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਕਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਗੱਡੀ ਨਹੀਂ ਵਰਤੀ, ਨਾ ਪੈਟਰੋਲ, ਨਾ ਡੀਜ਼ਲ, ਨਾ ਹੋਟਲ ਦਾ ਕਿਰਾਇਆ, ਨਾ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ ਦੀ ਟਿਕਟ, ਨਾ ਰੇਲਵੇ ਦੀ ਟਿਕਟ, ਨਾ ਮੈਡੀਕਲ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਰਤੀਆਂ, ਗੱਲ ਕੀ ਮੈਂ ਚਾਹ ਦੇ ਕੱਪ ਦਾ ਵੀ ਰਵਾਦਾਰ ਨਹੀਂ ਹਾਂ। ਮੇਰੀਆਂ 3 ਮੋਟਰਾਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਿੱਲ ਮੈਂ ਭਰਦਾ ਹਾਂ, ਜਦੋਂਕਿ ਹੋਰਨਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਬਿਜਲੀ ਮੁਆਫ਼ ਹੈ ਪਰ ਮੈਂ ਇਹ ਵੀ ਸਹੂਲਤ ਨਹੀਂ ਲਈ ਪਰ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਮੈਨੂੰ ਕਥਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੋਸ਼ੀ ਬਣਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਰੀਝ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲਵੇ, ਕੋਈ ਕਸਰ ਬਾਕੀ ਨਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ। ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਜਾਂ ਬਦਨਾਮ ਕਰਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਵਾਹ ਲਗਾ ਲਵੇ।

ਭਾਰਤ 'ਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਹਿੰਦੂ ਨਹੀਂ - ਧਾਮੀ

ਜਗਰਾਉਂ: ਆਰਐਸਐਸ ਦੇ ਮੁਖੀ ਮੋਹਨ ਭਾਗਵਤ ਵਲੋਂ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਿੰਦੂ ਦੱਸਣ ਵਾਲੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਬਿਆਨ ਦੇ ਜਵਾਬ 'ਚ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਐਡਵੋਕੇਟ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਧਾਮੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਿੱਖ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਕੌਮ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਿਰਾਲੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਦੀ ਮੌਲਿਕਤਾ ਅਤੇ ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੋਂ ਨੇੜਲੇ ਪਿੰਡ ਗੁਰੂਸਰ ਕਾਉਂਕੇ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸਕ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ਛੇਵੀਂ 'ਚ ਨਵੇਂ ਦਰਬਾਰ ਹਾਲ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕਰਨ ਪਹੁੰਚੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਧਾਮੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਰਐਸਐਸ ਆਗੂ ਆਏ ਦਿਨ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਧਰਵਾਸ ਦੇਣ ਲਈ ਭਾਰਤ 'ਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਿੰਦੂ ਹੋਣ ਦਾ ਫ਼ਤਵਾ ਦੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਹਿੰਦੂ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਖਾਸਕਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਜ਼ਰੂਰ ਪੜ੍ਹ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਖਿਆ ਕਿ ਭਾਰਤ 'ਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਹਿੰਦੂ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਵਿਲੱਖਣ ਖਾਸਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਰਲ-ਗੱਡ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਭਾਰਤ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਧਰਮ ਦਾ ਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਰਐਸਐਸ ਮੁਖੀ ਨੂੰ ਵਿਵਾਦਿਤ ਬਿਆਨ ਦੇਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਧਾਮੀ ਨੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਗੁਰੂਸਰ ਸਾਹਿਬ ਕਾਉਂਕੇ 'ਚ ਨਵੇਂ ਬਣੇ ਦਰਬਾਰ ਹਾਲ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਵੀ ਕੀਤਾ। ਸਮਾਗਮ 'ਚ ਹਲਕਾ ਇੰਚਾਰਜ ਐੱਸ. ਆਰ. ਕਲੇਰ, ਬਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮੱਖਣ ਬਰਾੜ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਮੈਂਬਰ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਤਲਵੰਡੀ, ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ, ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੱਲ੍ਹਾ ਤੇ ਹੋਰ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।



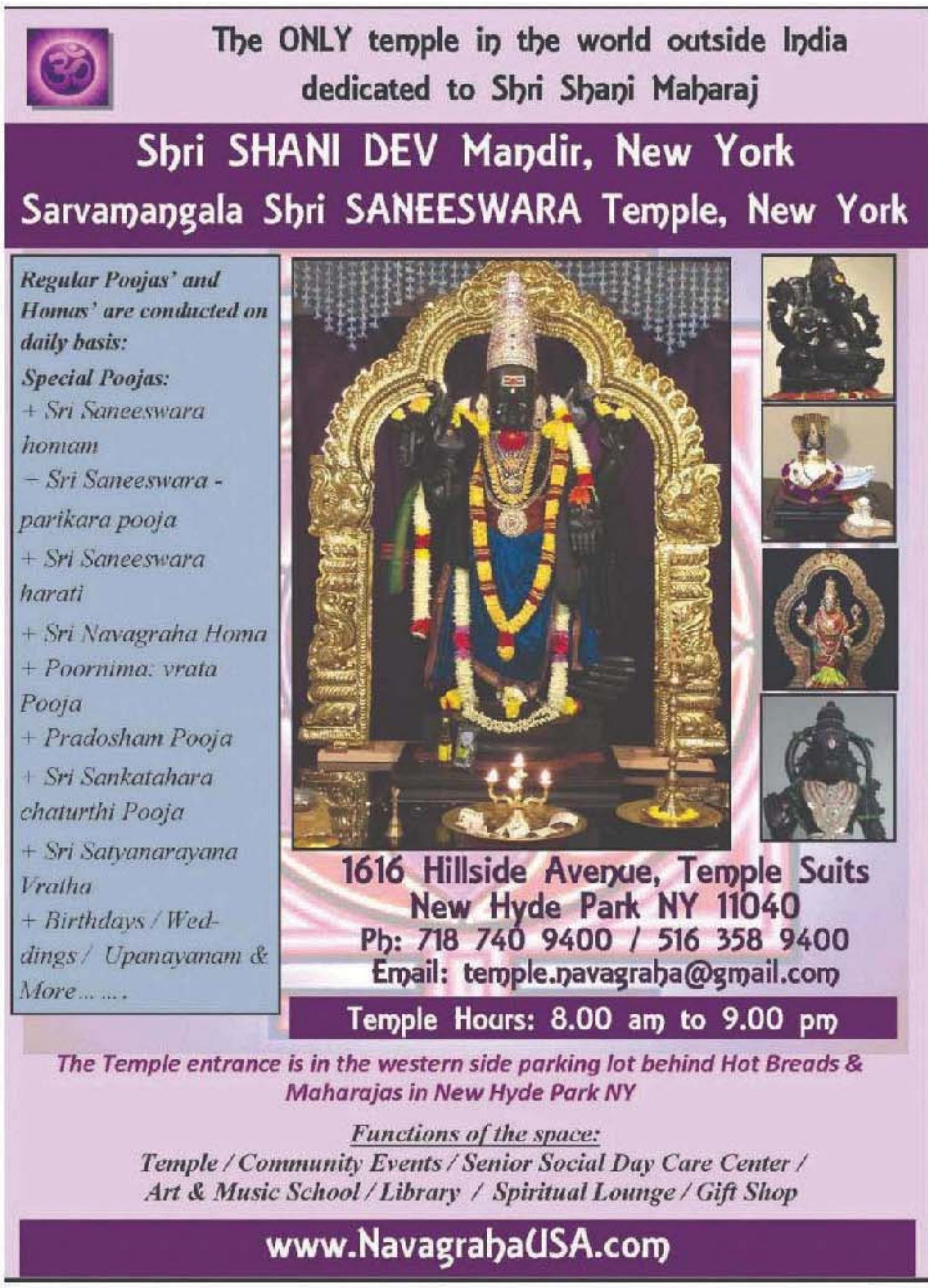
ਹੜ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਦੇਣ ਦੀ ਥਾਂ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ’ਤੇ ਪੈਸੇ ਉਡਾ ਰਹੀ ਹੈ ਸਰਕਾਰ - ਸੁਖਬੀਰ

ਲੁਧਿਆਣਾ: ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਗ਼ੈਰ-ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਅਤੇ ਝੂਠੇ ਵਾਅਦਿਆਂ ਵਾਲੀ ਸਰਕਾਰ ਕਰਾਰ ਦਿੰਦਿਆਂ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਰਕਾਰ ਹਰ ਫ਼ਰੰਟ ’ਤੇ ਫ਼ੇਲ੍ਹ ਸਾਬਿਤ ਹੋਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੱਤਾ ’ਤੇ ਰਹਿਣ ਦਾ ਕੋਈ ਹੱਕ ਨਹੀਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੁਧਿਆਣਾ ਫ਼ੇਰੀ ਦੌਰਾਨ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਪੰਜਾਬ ’ਚ ਹੜ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਦੇਣ ਦੀ ਥਾਂ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ’ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸ਼ਰਮਾਇਆ ਉਡਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹੜ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਦਾ 10 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਮਾਲੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਸਿਰਫ਼ 186 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਾਸ਼ੀ ਹੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਦੇਣ ਦੀ ਥਾਂ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਮਸ਼ਹੂਰੀ ਲਈ 750 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੂਜੇ ਰਾਜਾਂ ਦੀਆਂ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ’ਚ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਰਾਜਾਂ ’ਚ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੰਚਾਇਤਾਂ ਭੰਗ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਅਤੇ ਪੰਚਾਇਤ ਮੰਤਰੀ ਲਾਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਭੁੱਲਰ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੰਚਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਭੰਗ ਕਰਨ ਅਤੇ ਚੋਣਾਂ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਅਦਾਲਤੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਡਰ ਕਾਰਨ ਅਫ਼ਸਰਸ਼ਾਹੀ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਦਕਿ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਫ਼ੌਰੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਬਰਖ਼ਾਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅੰਤ ਤਕ ਪੰਚਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਭੰਗ ਕਰਨ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਯੂਥ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਮੰਨਾ ਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ’ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਰਾਜਪਾਲ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਦਰਮਿਆਨ ਚੱਲ ਰਹੇ ਟਕਰਾਅ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਰਾਜਪਾਲ ਦੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਵਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਸੀ ਦਿੱਤਾ ਜਿਸ ’ਚ ਸ਼ਹਿਰ ’ਚ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਠੇਕਿਆਂ ਤੋਂ ਨਸ਼ੇ ਵੇਚਣ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਮਾਮਲੇ ’ਚ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਰਾਜਪਾਲ ਨੇ ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਨਾਰਕੋਟਿਕਸ ਕੰਟਰੋਲ ਬਿਊਰੋ ਨੂੰ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਜਿਸ ਨੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ 66 ਠੇਕਿਆਂ ਤੋਂ ਸਿੰਥੈਟਿਕ ਡਰੱਗਜ਼ ਬਰਾਮਦ ਕਰ ਕੇ ਸੀਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਪੁਸਤਕ ਮੂਸੇਵਾਲਾ ਕੌਣ ਰਿਲੀਜ਼

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ: ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇੱਕ ਮਰਹੂਮ ਸ਼ੁਭਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਮੂਸੇਵਾਲਾ ਬਾਰੇ ਛਪੀ ਨਵੀਂ ਕਿਤਾਬ ਮੂਸੇਵਾਲ਼ਾ ਕੌਣ ਪਿੰਡ ਠੱਠਾ ’ਚ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਲੇਖਕ ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜਰਮਨੀ ਵਲੋਂ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਲੇਖਕ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਲੋਂ ਸਿੱਖੀ ਰਿਵਾਇਤਾਂ ਨਾਲ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਪੁਸਤਕ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ੍ਰੀ ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪਾਠ ਦੇ ਭੋਗ ਪਾਏ ਗਏ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਲੇਖਕ ਦੇ ਮਾਤਾ ਰਾਜਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਪਿਤਾ ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ ਸਮੇਤ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ, ਸਵਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਅਤੇ ਬਹਾਦਰ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਆਪਣੇ ਗ੍ਰਹਿ ’ਚ ਰਿਲੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ।

ਸਿੱਖ ਯੂਥ ਫ਼ੈਡਰੇਸ਼ਨ ਭਿੰਡਰਾਂਵਾਲਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਭਾਈ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦਮਦਮੀ ਟਕਸਾਲ ਨੇ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਕਿ ਦੀਪ ਸਿੱਧੂ ਅਤੇ ਸਿੱਧੂ ਮੂਸੇਵਾਲਾ ਨੂੰ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਤਹਿਤ ਮਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਿੱਧੂ ਮੂਸੇਵਾਲਾ ਦੀ ਪੰਜਾਬ ਪੱਖੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕਤਲ ਦੇ ਭੇਤ ਬਾਰੇ ਲੇਖਕ ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜਰਮਨੀ ਵਲੋਂ ਲਿਖੀ ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਅਦਾਰਾ ਖ਼ਾਲਸਾ ਫ਼ਤਹਿਨਾਮਾ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਭਾਈ ਜਗਦੇਵ ਸਿੰਘ ਸੇਖਵਾਂ, ਭਾਈ ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪੱਖੋਕੇ, ਕਾਮੇਡੀ ਕਲਾਕਾਰ ਚਾਚਾ ਬਿਸ਼ਨਾ ਅਤੇ ਕੌਮੇਡੀਅਨ ਘੁੱਲੇ ਸ਼ਾਹ ਨੇ ਲੇਖਕ ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜਰਮਨੀ ਦੇ ਇਸ ਕਾਰਜ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਿੱਧੂ ਮੂਸੇਵਾਲਾ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਲਾਕਾਰ ਜਾਂ ਇੱਕ ਰੈਪਰ ਦੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਜਾਣਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਸ ਦਾ ਅਸਲ ਰੂਪ ਜਿਹੜਾ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਪੱਖੀ ਸੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਲੋਕ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਿਤਾਬ ’ਚ ਅਣਖ਼ੀਲੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਿੱਧੂ ਮੂਸੇਵਾਲਾ ਦੀ ਦਾਸਤਾਨ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ।



ਸ਼ਹਿਰ ਹਿਕਸਵਿਲੇ ਵਿੱਚ ਇੰਡੀਆ ਡੇ ਪਰੇਡ ਦੀਆਂ ਝਲਕੀਆਂ

ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਵਲੋਂ ਤੌਬਾ ਕਰਨ ’ਤੇ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਸੀਟ ’ਤੇ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉਣਗੇ ਨਵੇਂ ਚਿਹਰੇ

ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ: ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਹਲਕੇ ਤੋਂ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਵਲੋਂ ਚੋਣਾਂ ਨਾ ਲੜਨ ਦੇ ਐਲਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਹਲਕੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕਈ ਚਰਚਾਵਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਲੋਕ ਸਭਾ ਹਲਕਾ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਬਾਰੇ ਹੈਰਾਨੀਜਨਕ ਤੱਥ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇੱਥੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਾਰਟੀ ਕੋਲ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਸਥਾਨਕ ਚਿਹਰਾ ਨਹੀਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤ ਉਮੀਦਵਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕੇ ਜਦ ਕਿ ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਤੋਂ ਦੁਖੀ ਹੋਏ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਹਲਕੇ ਦੇ ਵੋਟਰ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਰ ਪਾਰਟੀ ਵਲੋਂ ਉਤਾਰਿਆ ਗਿਆ ਲੋਕ ਸਭਾ ਉਮੀਦਵਾਰ ਸਥਾਨਕ ਆਗੂ ਹੋਵੇ। ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪਾਰਟੀਆਂ ਭਾਜਪਾ, ਕਾਂਗਰਸ, ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਅਤੇ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਨਵੇਂ ਚਿਹਰੇ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਭਾਜਪਾ ਵਲੋਂ ਮੁੜ ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਚਿਹਰੇ ਜਾਂ ਫ਼ਿਲਮੀ ਸਿਤਾਰੇ ਨੂੰ ਮੈਦਾਨ ’ਚ ਉਤਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਲੋਕ ਉਸ ’ਤੇ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ ਕਿਉਂਕਿ 2019 ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ’ਚ ਭਾਜਪਾ ਵਲੋਂ ਉੱਘੇ ਕਾਂਗਰਸੀ ਆਗੂ ਅਤੇ ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਨੀਲ ਜਾਖੜ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਫ਼ਿਲਮ ਸਟਾਰ ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਨੂੰ ਮੈਦਾਨ ’ਚ ਉਤਾਰਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਪੰਜਾਬ ’ਚ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਸੀ ਅਤੇ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਤੱਤਕਾਲੀ ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਨੀਲ ਜਾਖੜ ਮੈਦਾਨ ’ਚ ਉਤਾਰੇ ਗਏ ਸਨ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਫ਼ਿਲਮ ਸਟਾਰ ਵਿਨੋਦ ਖੰਨਾ ਵਲੋਂ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਹਲਕੇ ਲਈ ਨਿਭਾਈਆਂ ਮਹਾਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਨੂੰ 82 ਹਜ਼ਾਰ ਵੋਟਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਫ਼ਰਕ ਨਾਲ ਜਿਤਾਇਆ, ਪਰ ਜਿੱਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਨੇ ਹਲਕੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੇਵੱਸ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਲਾਕੇ ਵਲ ਫ਼ੇਰ ਤਕ ਨਹੀਂ ਮਾਰਿਆ, ਪਿਛਲੇ 5 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕਈ ਵਾਰ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਅਤੇ ਪਠਾਨਕੋਟ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ’ਚ ਉਸ ਦੇ ਲਾਪਤਾ ਹੋਣ ਦੇ ਪੋਸਟਰ ਲਾਏ ਗਏ, ਪਰ ਉਸ ਨੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਰਾਜਨੀਤੀ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ ’ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਗ਼ਦਰ-2 ਦੇ ਬਾਈਕਾਟ ਦਾ ਐਲਾਨ ਵੀ ਕੀਤਾ, ਪਰ ਫ਼ਿਰ ਵੀ ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਨੂੰ ਹਲਕੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਨਹੀਂ ਆਈ।

ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਉਸ ਨੇ ਸਿਆਸਤ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਛੱਡਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਲਗਾਈਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਾਰੀ ਵੋਟਾਂ ਨਾਲ ਜਿਤਾਇਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਹੀ ਹੱਥ ਲੱਗੀ। ਸਨੀ ਦਿਓਲ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿੱਥੇ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਹਲਕੇ ਲਈ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਇਸ ਸੀਟ ਲਈ ਹਰ ਪਾਰਟੀ ਸਥਾਨਕ ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਬਜਾਏ ਨਵੇਂ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਦਾਅ ਖੇਡਣ ਲਈ ਵੀ ਮਜਬੂਰ ਹੋਵੇਗੀ।

ਗੱਲ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਨੀਲ ਜਾਖੜ ਵੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਉਮੀਦਵਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਹਲਕੇ ਪ੍ਰਤੀ ਬਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਦੂਰੀ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਤੋਂ ਚੋਣ ਲੜਨ ਦੇ ਇੱਛੁਕ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਸ਼ਵਨੀ ਸ਼ਰਮਾ ਨੂੰ ਵੀ ਦਾਅਵੇਦਾਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਸੁਨੀਲ ਜਾਖੜ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਬਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਪਾਰਟੀ ਤੋਂ ਨਾਰਾਜ਼ ਹਨ ਅਤੇ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਕਈ ਆਗੂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਨਾਰਾਜ਼ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਵਲੋਂ ਮੁੜ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਚਿਹਰੇ ਜਾਂ ਫ਼ਿਲਮੀ ਸਿਤਾਰੇ ਨੂੰ ਮੈਦਾਨ ’ਚ ਉਤਾਰਨ ਦੀਆਂ ਵੀ ਚਰਚਾਵਾਂ ਦਾ ਬਾਜ਼ਾਰ ਪੂਰਾ ਗਰਮ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ’ਚ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੇ ਨੇਤਾ ਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਬਾਜਵਾ ਨੇ ਭਵਿੱਖ ’ਚ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਨਾ ਲੜਨ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਵੀ 2024 ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਲਈ ਨਵੇਂ ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਭਾਵੇਂ ਸੁਖਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਅਤੇ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਵਿਧਾਇੱਕ ਬਰਿੰਦਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਪਾਹੜਾ ਦੇ ਨਾਂ ਦੀ ਵੀ ਚਰਚਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਸੀਟ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਲਈ ਜਿਣਨੀ ਇੰਨੀ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿ ਕਾਂਗਰਸ ਵਲੋਂ ਕਿਸੇ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਚਿਹਰੇ ’ਤੇ ਦਾਅ ਲਗਾਉਣ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਨ। ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ 2019 ਦੀਆਂ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਲੜਨ ਵਾਲੇ ਉਮੀਦਵਾਰ ਲਾਲ ਚੰਦ ਕਟਾਰੂਚੱਕ ਵਿਧਾਇਕ ਚੋਣ ਜਿੱਤ ਕੇ ਮੰਤਰੀ ਬਣ ਗਏ ਹਨ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁਣ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਵੀ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਚਿਹਰਾ ਚੋਣ ਮੈਦਾਨ ’ਚ ਉਤਾਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।ਉਧਰ, ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਵਲੋਂ ਪਠਾਨਕੋਟ ਦੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਹਮਾਇਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਇਲਾਕੇ ’ਚ ਚਰਚਾ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਭਾਜਪਾ ਨਾਲੋਂ ਗਠਜੋੜ ਤੋੜ ਕੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਦਮ ’ਤੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਲੜੇਗਾ। ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਕੋਲ ਕੁੱਝ ਸਥਾਨਕ ਚਿਹਰੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ’ਚੋਂ ਸਾਬਕਾ ਸੰਸਦੀ ਸਕੱਤਰ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਜ਼ਿਲਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੁਰਬਚਨ ਸਿੰਘ ਬੱਬੇਹਾਲੀ ਦਾ ਨਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੈ, ਪਰ ਅਹਿਮ ਸੀਟ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਲੋਂ ਵੀ ਕਿਸੇ ਬਾਹਰੀ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਮੈਦਾਨ ’ਚ ਉਤਾਰਨ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ’ਚ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਸੀਟ ’ਤੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਬੇਸ਼ੱਕ ਬੇਹੱਦ ਦਿਲਚਸਪ ਅਤੇ ਚੌਤਰਫ਼ਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕੋਈ ਪਾਰਟੀ ਲੋਕ ਸਭਾ ਹਲਕੇ ਦੇ ਵੋਟਰਾਂ ਦੀ ਇਸ ਮੰਗ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰ ਸਕੇਗੀ ਕਿ ਉਮੀਦਵਾਰ ਸਥਾਨਕ ਹੋਵੇ।

ਫ਼ੇਸਬੁੱਕ ’ਤੇ ਚੀਨੀ ਏਜੰਡੇ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅੱਠ ਹਜ਼ਾਰ ਖਾਤੇ ਬੰਦ

ਟੋਰੌਂਟੋ: ਚੀਨ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਕਦਮ ਚੁੱਕਦੇ ਹੋਏ ਫ਼ੇਸਬੁੱਕ ਦੀ ਮੂਲ ਕੰਪਨੀ ਮੈਟਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਲੈਟਫ਼ੌਰਮ ’ਤੇ ਚੀਨ ਦੇ ਏਜੰਡੇ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲਗਭਗ ਅੱਠ ਹਜ਼ਾਰ ਦੇ ਕਰੀਬ ਉਸ ਦੇ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਖਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਮੈਟਾ ਨੇ ਖ਼ੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਇਹ ਫ਼ੇਸਬੁੱਕ ਖਾਤੇ ਚੀਨ ਦਾ ਏਜੰਡਾ ਚਲਾ ਰਹੇ ਸਨ, ਇਸ ਲਈ ਕੰਪਨੀ ਨੇ ਚੀਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਖਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦੂਜੇ ਪਲੇਟਫ਼ਾਰਮਾਂ ’ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਖਾਤੇ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ।

ਮੈਟਾ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਖੋਜਕਰਤਾ ਅਨੁਸਾਰ ਸਪੈਮਫ਼ਲੈਗ ਮੁਹਿੰਮ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸੱਤ ਹਜ਼ਾਰ 704 ਫ਼ੇਸਬੁੱਕ ਖਾਤੇ, 954 ਪੇਜ, 15 ਸਮੂਹ ਅਤੇ 15 ਇਨਸਟਾਗ੍ਰੈਮ ਐਕਾਊਂਟਸ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਹਾਲਾਂਕਿ ਚੀਨ ਦੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਅਜਿਹੇ ਕਿਸੇ ਸਿੱਟੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਕੰਪਨੀ ਦੁਆਰਾ ਚੀਨ ਪੱਖੀ ਸਮੂਹ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕੀਤੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ’ਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਬੈਨ ਨਿੰਮੋ, ਮੈਟਾ ਦੀ ਗਲੋਬਲ ਖ਼ਤਰੇ ਵਾਲੀ ਖ਼ੁਫ਼ੀਆ ਲੀਡ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਹੁਣ ਤਕ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਗੁਪਤ ਔਪਰੇਸ਼ਨ ਸੀ। ਇਹ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਖਾਤੇ ਕਈ ਪਲੇਟਫ਼ਾਰਮਾਂ ’ਤੇ ਫ਼ੈਲੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਨੈੱਟਵਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪਲੈਟਫ਼ੌਰਮਾਂ ਤੋਂ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਮੈਟਾ ਨੇ ਖ਼ੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਐਕਾਊਂਟ ਚੀਨ ਦੇ ਪੱਖ ’ਚ ਸੰਦੇਸ਼ ਫ਼ੈਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਸਪੈਮਫ਼ਲੈਗ ਨੈੱਟਵਰਕ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫ਼ੇਸਬੁੱਕ, ਯੂਟਿਊਬ ਅਤੇ ਐਕਸ ਵਰਗੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪਲੈਟਫ਼ੌਰਮਾਂ ’ਤੇ ਪੋਸਟ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਮੈਟਾ ਅਨੁਸਾਰ ਹਾਲ ਹੀ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਨੇ ਮੱਧਮ, ਰੈਡਿਟ, ਕੋਰਾ ਅਤੇ ਵਿਮਿਓ ਵਰਗੇ ਛੋਟੇ ਪਲੈਟਫ਼ੌਰਮਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਫ਼ੇਸਬੁੱਕ ’ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪੇਜ ਨੂੰ ਫ਼ਾਲੋ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਉਸ ਦੇ ਲਗਭਗ 5.60 ਲੱਖ ਖਾਤੇ ਸਨ, ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਖਾਤੇ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਹੀ ਸਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਚੀਨ ਦੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ਼ੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਪਲੈਟਫ਼ੌਰਮ ’ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੇ ਚੀਨ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾਈ ਹੈ। ਮੈਟਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਪੈਮਫ਼ਲੈਗ ਨੈਟਵਰਕ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਖਾਤਿਆਂ ਨਾਲ ਚੀਨ ਦੇ ਪੱਖ ’ਚ ਮਾਹੌਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਸੰਦੇਸ਼ਾਂ ’ਚ ਚੀਨੀ ਸੂਬੇ ਸ਼ਿਨਜਿਐਂਗ ਬਾਰੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਟਿੱਪਣੀਆਂ, ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਪੱਛਮੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਚੀਨੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਆਲੋਚਕ ਸ਼ਾਮਿਲ ਸਨ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਕੀਤੀ ਮੋਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼

ਸਰੀ: ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ’ਚ ਹੋਏ ਵਿਕਾਸ ਕਾਰਜਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਅਖ਼ਬਾਰ ਦਾ ਟੈਲੀਗ੍ਰਾਫ਼ ਨੇ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੇ ਸ਼ਾਸਨ ’ਚ ਸਿਆਸੀ ਸਥਿਰਤਾ ਕਾਰਨ ਭਾਰਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੁਧਾਰਾਂ, ਬੁਨਿਆਦੀ ਕਲਿਆਣ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ’ਚ ਸੁਧਾਰ ਅਤੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ’ਚ ਸਫ਼ਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਲੇਖਕ ਬੈੱਨ ਰਾਈਟ ਨੇ ਇਸ ਲੇਖ ’ਚ ਲਿਖਿਆ ਕਿ ਵਿਵਾਦਾਂ ’ਚ ਘਿਰੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਭਾਰਤ ਆਪਣੇ ਭੂਗੋਲਿਕ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਅਤੇ ਡਿਜੀਟਲ ਹੁਨਰ ਦੀ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਲੇਖ ’ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਕੋਲ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ ਪਰ ਕੁੱਝ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ’ਚ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ’ਚ ਭਾਰਤ ਨੇ ਵੱਡੇ ਟੀਚੇ ਰੱਖੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਲ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਕੜੀ ’ਚ ਲੇਖਕ ਨੇ ਚੰਦਰਯਾਨ-3 ਦੀ ਸਫ਼ਲਤਾ ਦਾ ਵੀ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਲੇਖ ’ਚ ਏਅਰ ਇੰਡੀਆ ਵਲੋਂ ਏਅਰਬੱਸ ਅਤੇ ਬੋਇੰਗ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਰਿਕਾਰਡ 470 ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਦੇ ਆਰਡਰ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੀਆਂ ਰਾਜਧਾਨੀਆਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਲਈ ਲਾਲ ਕਾਰਪੇਟ ਵਿਛਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। 9$6 ਨੇ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ 2023 ਤਕ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਤਕ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਣ ਵਾਲੀ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਬਣਿਆ ਰਹੇਗਾ।ਇਸ ਲੜੀ ’ਚ ਮੁੰਬਈ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ’ਚ ਐਪਲ ਦੇ ਬੌਸ ਟਿਮ ਕੁੱਕ ਨੇ ਖ਼ੁਦ ਆ ਕੇ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਰੀਟੇਲ ਆਊਟਲੈੱਟਸ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਐਪਲ ਲਈ ਆਈਫ਼ੋਨ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀ ਤਾਈਵਾਨੀ ਕੰਪਨੀ ਫ਼ੌਕਸਕੌਮ ਦੀ ਕਰਨਾਟਕ ’ਚ ਇੱਕ ਫ਼ੈਕਟਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਵੀ ਜ਼ਿਕਰ ਲੇਖ ’ਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਕੰਪਨੀ ਮਾਈਕਰੋਨ ਵਲੋਂ ਗੁਜਰਾਤ ’ਚ ਸੈਮੀ-ਕੰਡਕਟਰ ਫ਼ੈਕਟਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਐਲਾਨ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਫ਼ਰਮ ਗੋਲਡਮੈਨ ਸੈਕਸ ਵਲੋਂ ਭਾਰਤ ’ਚ ਆਪਣੀ ਬੋਰਡ ਮੀਟਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਨੂੰ ਵੀ ਭਾਰਤ ਦੀ ਵੱਧਦੀ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

✪ ਡਾ. ਹਰਸ਼ਿੰਦਰ ਕੌਰ,
ਐਮ. ਡੀ.

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਸਿਰਫ਼ ਰੁੱਖੇ ਹੀ ਬਚਨ ਬੋਲਦਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਤਨ ਤੇ ਮਨ ਦੋਵੇਂ ਰੁੱਖੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਅਜਿਹਾ ਮਨੁੱਖ ਰੁੱਖਾ ਹੀ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਹੂਣਾ ਅਜਿਹਾ ਮਨੁੱਖ ਯਾਦ ਵੀ ਰੁੱਖੇ ਬਚਨਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਰਗਾਹ ਤੋਂ ਤਾਂ ਰੱਦ ਹੋ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮੂੰਹ ਉੱਤੇ ਵੀ ਥੁੱਕਾਂ ਤੇ ਫਿਟਕਾਰਾਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪ੍ਰੇਮ ਹੀਣ ਰੁੱਖੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮੂਰਖ ਆਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦੀ ਸਦਾ ਹੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜੁੱਤੀਆਂ ਦੀ ਮਾਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਓਹੀਓ ਸਟੇਟ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿਚ ਜੋਨ ਕੇਸੀਓਪੋ ਨੇ ਖੋਜ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਤੱਥ ਲੱਭੇ ਕਿ ਇਨਸਾਨੀ ਮਨ ਮਾੜਾ ਸੁਣ ਕੇ ਵੱਧ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਜਿਹੜੇ ਸਿਆਸਤਦਾਨ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਭੰਡਦੇ ਹੋਣ, ਉਹ ਵੱਧ ਮਕਬੂਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਜਿਹੜੇ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣਾ ਚੰਗਾ ਪੱਖ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੇ ਹੋਣ, ਉਹ ਬਹੁਤਾ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਖਿੱਚਦੇ।

ਕਿਸੇ ਬਾਰੇ ਮਾੜਾ ਸੁਣ ਕੇ, ਬੁਰੀ ਖ਼ਬਰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਜਾਂ ਮਾੜੀ ਘਟਨਾ ਵੇਖ ਕੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੀ ਬਿਜਲਈ ਹਰਕਤ ਵਿਚ ਤੂਫ਼ਾਨ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਜਿਹਾ ਚੰਗੀ ਖ਼ਬਰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪੱਥਰ ਯੁੱਗ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਹੀ ਖ਼ਤਰਾ ਭਾਂਪ ਕੇ ਨਵੀਂ ਚੀਜ਼ ਈਜਾਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਭ ਕੁੱਝ ਚੰਗਾ ਵੇਖ ਸੋਚ ਕੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਮਨ ਢਿੱਲਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਆਹੁਤਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਵੀ ਨਿੱਘੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਉਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸਭ ਕੁੱਝ 'ਠੀਕ' ਨਾ ਹੋਵੇ ਬਲਕਿ ਨਿੱਕੀ ਮੋਟੀ 'ਖਟਪਟ' ਚੱਲਦੀ ਰਹੇ। ਇਹ 'ਖਟਪਟ' ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ 'ਥਰਮੋਸਟੈਟ' ਸਾਬਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਜੇ ਖਟਪਟ ਲੜਾਈ ਵਿਚ ਜਾਂ ਮੰਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਫਿੱਕ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਖਟਪਟ ਨੂੰ ਲੜਾਈ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰੋਕ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਨੁਕਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਗੱਲ ਉੱਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਫਿੱਕ ਪੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ 5:1 ਅਨੁਪਾਤ ਨਾਲ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਯਾਨੀ 5 ਚੰਗੀਆਂ ਸਾਂਝ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੇ ਇੱਕ ਅਣਬਣ, ਵਿਅੰਗ ਜਾਂ ਝਗੜੇ ਵਾਲੀ।

ਜੇ ਇਹ ਅਨੁਪਾਤ 2:3 ਹੋ ਜਾਏ ਤੇ ਅਣਬਣ ਤਿੰਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਏ ਤਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦਾ ਅਗਾਂਹ ਤੁਰਨਾ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਨਿਭਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦੋਸਤੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਹੀ ਕੁੱਝ ਸਹੀ ਸਾਬਤ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜੇ ਦੋਸਤਾਂ ਵਿਚ ਉੱਕਾ ਹੀ ਅਣਬਣ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਨਿੱਘਾ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਜਣਾ ਗਲ ਦਿਲ ਵਿਚ ਹੀ ਲੁਕਾਉਂਦਾ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣਾ ਚੰਗਾ ਪੱਖ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਚਲੀ ਖਿੱਚ ਖ਼ਤਮ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

> ਇਨਸਾਨੀ ਮਨ ਨਿੰਦਿਆ ਵੱਲ ਛੇਤੀ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪ ਵੀ ਸੁਣੀ ਸੁਣਾਈ ਨਿੰਦਿਆ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਅਚੇਤ ਮਨ ਰਾਹੀਂ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਣੀ ਜਾ ਰਹੀ ਨਿੰਦਿਆ ਤੋਂ ਅਕੇਵਾਂ ਹੁੰਦੇ ਸਾਰ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਸਹਿਜ ਹੋਣ ਲਈ ਕੁੱਝ ਸੁਖਾਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਭਾਲਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਯਾਨੀ ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ ਰੁੱਖਾਪਨ ਸੁਣਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਤੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚਲੀਆਂ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁੱਝ ਚੰਗਾ ਸੁਣਨਾ ਇਨਸਾਨੀ ਮਨ ਦੀ ਫਿਤਰਤ ਹੈ।

ਜੇ ਅਨੁਪਾਤ ਵਿਗੜ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਟਿਕਾਊ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰਥਕ ਕਦਮ ਪੁੱਟਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਭਰੀ ਕੌੜ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਤੇ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਨਿੱਘੀ ਜੱਫੀ ਜਾਂ ਕੁੱਝ ਚੰਗੇ ਸੁਨੇਹੇ ਭੇਜਣ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਨਿੱਘ ਭਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਜਿਹਾ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤਕ ਅਨੁਪਾਤ 5:1 ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ।

ਹੁਣ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਸਿਰਫ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜੋ ਅਲੋਚਨਾ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੁੱਝ ਜਾਣਦਾ ਹੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਸਾਰਥਕ ਗੱਲ ਨਾ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਅਜਿਹਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੁੱਖਾ ਬੋਲਣਾ ਉਸ ਦਾ ਖਾਸ ਗੁਣ ਹੈ ਤੇ ਇੰਜ ਹੀ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਾਕੀਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਤੇ ਉੱਚਾ ਸਮਝਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਅਜਿਹੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੋਚ ਹੀ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਉਮੈ ਉਸ ਨੂੰ ਜਕੜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸਾਰੇ ਬੌਣੇ ਜਾਪਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

ਦੂਜੇ ਦੀ ਚੀਸ ਨਾ ਸਮਝਣਾ ਤੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਵਿਖਾ ਕੇ ਖ਼ੁਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਦਾ ਸੁਭਾਓ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਜਿਹਾ ਮਨੁੱਖ ਰੁੱਖਾ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਅੜਬ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਭੇਦ ਨਾ ਸਕਣ ਵਾਲਾ ਚੱਕਰਵਿਊ ਸਿਰਜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਾਰ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲਾ ਕਿਨਾਰਾ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ 'ਅੰਗੂਰ ਖੱਟੇ ਹਨ' ਵਾਂਗ ਹੀ ਉਸ ਬਾਰੇ ਮਾੜੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਰਤ ਕੇ ਪਰ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹੋ ਨਿੰਦਾ ਅਗਾਂਹ ਤੁਰਦੀ ਹੋਈ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਰੁੱਖਾ ਤੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਅਜਿਹੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜ਼ਿਕਰ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਭੰਡਿਆ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਾਰੀ ਖੋਜ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਸਿਰਫ਼ ਇਸ ਨੁਕਤੇ ਨੂੰ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਉੱਤੇ ਲਾਈ ਹੈ ਕਿ ਇਨਸਾਨੀ ਮਨ ਨਿੰਦਿਆ ਵੱਲ ਛੇਤੀ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪ ਵੀ ਸੁਣੀ ਸੁਣਾਈ ਨਿੰਦਿਆ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਅਚੇਤ ਮਨ ਰਾਹੀਂ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਣੀ ਜਾ ਰਹੀ ਨਿੰਦਿਆ ਤੋਂ ਅਕੇਵਾਂ ਹੁੰਦੇ ਸਾਰ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਸਹਿਜ ਹੋਣ ਲਈ ਕੁੱਝ ਸੁਖਾਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਭਾਲਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਯਾਨੀ ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ ਰੁੱਖਾਪਨ ਸੁਣਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਤੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚਲੀਆਂ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁੱਝ ਚੰਗਾ ਸੁਣਨਾ ਇਨਸਾਨੀ ਮਨ ਦੀ ਫਿਤਰਤ ਹੈ।

ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਸਦਾ ਹੀ ਰੁੱਖੇ ਬਚਨ ਉਚਾਰਦਾ ਰਹੇ, ਉਸ ਦੀ ਬਾਕੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਟੁੱਟਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਲੋਕ ਉਸ ਤੋਂ ਪਾਸਾ ਵੱਟਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

ਹੁਣ ਤਾਂ ਸੌਖਿਆਂ ਹੀ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਉਚਾਰਿਆ ਸ਼ਬਦ ਸਮਝ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ-

ਨਾਨਕ ਫਿਕੈ ਬੋਲਿਐ ਤਨੁ ਮਨੁ ਫਿਕਾ ਹੋਇ।
ਫਿਕੋ ਫਿਕਾ ਸਦੀਐ ਫਿਕੇ ਫਿਕੀ ਸੋਇ।
ਫਿਕਾ ਦਰਗਹ ਸਟੀਐ ਮੁਹਿ ਥੁਕਾ ਫਿਕੇ ਪਾਇ।
ਫਿਕਾ ਮੂਰਖੁ ਆਖੀਐ ਪਾਣਾ ਲਹੈ ਸਜਾਇ।
(ਅੰਗ 473)

ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਜਿਹੜਾ ਜਣਾ ਸਿਰਫ਼ ਹੀ ਸਿਫ਼ਤ ਕਰਦਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਉਸ ਉੱਪਰ ਝੂਠ ਦੇ ਚੜ੍ਹੇ ਮੁਖੌਟੇ ਬਾਰੇ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ 'ਫੂਕ ਸ਼ਸਤਰ' ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਅੰਦਰ ਸਿਰਫ਼ ਹੀ ਗੁਣ ਹੋਣ, ਇਹ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਪਰ ਸਿਰਫ਼ ਔਗੁਣ ਹੋਣ, ਇਹ ਵੀ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲਦੇ ਰੱਖਣ ਲਈ 5:1 ਦੀ ਸਹੀ ਮਿਕਦਾਰ ਜ਼ਰੂਰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਡਾ. ਹਰਸ਼ਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਐਮ. ਡੀ.,
ਫ਼ੋਨ ਨੰ: 0175-221678333

ਬਾਬਾ ਫ਼ਰੀਦ ਜੀ

ਫਰੀਦਾ ਜੇ ਤੂ ਅਕਲਿ ਲਤੀਫੁ ਕਾਲੇ ਲਿਖੁ ਨ ਲੇਖ ॥
ਆਪਨੜੇ ਗਿਰੀਵਾਨ ਮਹਿ ਸਿਰੁ ਨੀਂਵਾਂ ਕਰ ਦੇਖੁ ॥

ਬਾਬਾ ਸ਼ੇਖ ਫਰੀਦ ਦਾ ਜਨਮ ਪਿੰਡ ਖੇਤਵਾਲ, ਜਿਲ੍ਹਾ ਮੁਲਤਾਨ ਵਿਚ ਸੰਨ 1173 ਈ: ਵਿਚ ਮਾਤਾ ਕੁਰੈਸ਼ਮ ਖਾਤੂਨ ਦੀ ਕੁੱਖੋਂ ਹੋਇਆ। ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਦੇ ਪਿਤਾ ਜਮਾਲ-ਉਦ-ਦੀਨ ਸੁਲੇਮਾਨ ਸੁਲਤਾਨ ਮਹਿਮੂਦ ਗਜ਼ਨੀ ਦੇ ਭਣੇਵੇਂ ਸਨ। ਪਰਿਵਾਰ ਸੁਲਤਾਨ ਸ਼ਹਾਬ-ਉਦ-ਦੀਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕਾਬਲ ਤੋਂ ਕਸੂਰ ਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਖੇਤਵਾਲ।

ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਦੀ ਪਤਨੀ ਵੀ ਸ਼ਾਹੀ ਖਾਨਦਾਨ ਵਿਚੋਂ ਸੁਲਤਾਨ ਗਿਆਸ-ਉਦ-ਦੀਨ ਬਲਬਨ ਦੀ ਪੁੱਤਰੀ ਸੀ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਦੀ ਮੁਢਲੀ ਵਿਦਿਆ ਖੇਤਵਾਲ ਵਿਚ ਹੋਈ। ਫੇਰ ਉਹ ਮੁਲਤਾਨ ਚਲੇ ਗਏ ਅਤੇ ਮੌਲਵੀ ਮਨਹਾਲ-ਉਦ-ਦੀਨ ਤੋਂ ਕੁਰਾਨ ਸ਼ਰੀਫ, ਹਦੀਸ ਤੇ ਛਿਕਾ ਪੜ੍ਹੇ। ਉਸ ਪਿਛੋਂ ਦਿੱਲੀ ਚਲੇ ਆਏ ਅਤੇ ਖਵਾਜ਼ਾ ਕੁਤਬ-ਉਦ-ਦੀਨ ਕਾਕੀ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਧਾਰ ਲਿਆ। ਹੋਇਆ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ ਇਕ ਵਾਰ ਕਾਕੀ ਸਾਹਿਬ ਮੁਲਤਾਨ ਆਏ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਬੜੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੁਛਿਆ, ਕੀ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹੋ ? ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਨੇ ਉਤਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਨਾਬ ਮੈਂ ਨਾਫਹ ਪੜ੍ਹ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਕਾਕੀ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਬਚਨ ਕੀਤਾ, ਨਾਫਹ, ਨਾਫਹ ਹੀ ਸਾਬਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਨਾਫਹ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ, ਨਫਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ।

ਫਰੀਦ ਜੀ ਨੇ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਚੇਲਾ ਬਣਾ ਲਓ। ਕਾਕੀ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕਿਹਾ, ਅਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੰਸਾਰਕ ਵਿਦਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ, ਵਿਦਿਆ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਵੋ ਕਿਉਂਕਿ ਅਨਪੜ੍ਹ ਸੂਫੀ ਸ਼ੈਤਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੜ੍ਹਾਈ ਪੂਰੀ ਕਰਕੇ ਮੇਰੇ ਪਾਸ ਆ ਜਾਣਾ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਵਿਦਿਆ ਪੂਰੀ ਕਰ ਕੇ ਦਿੱਲੀ ਦਾ ਰਾਹ ਫੜ੍ਹਿਆ। ਇਥੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਫਰ ਦਾ ਸ਼ੌਕ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਤੇ ਉਹ ਮੁਲਤਾਨ ਤੋਂ ਕੰਧਾਰ, ਬਗਦਾਦ ਅਤੇ ਈਰਾਨ ਗਏ। ਅਫਰੀਕਾ ਦੇ ਮੁਸਲਿਮ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਵੀ ਭਰਮਣ ਕੀਤਾ। ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਕਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੇਖ ਸੁਹਾਬ-ਉਦ-ਦੀਨ ਸੁਹਰਾਵਰਦੀ, ਖਵਾਜ਼ਾ ਫਰੀਦ-ਉਦ-ਦੀਨ ਮਹੱਤਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ੇਖ ਸ਼ਾਅਦੀ ਦੇ ਨਾਂ ਖਾਸ ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹਨ।

ਸਫਰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਪਿਛੋਂ ਬਾਬਾ ਜੀ ਦਿੱਲੀ ਆ ਗਏ। ਕਾਕੀ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਤੇ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਪੈਗਾਮ ਫੈਲਾਉਣ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਗਜ਼ਨੀ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਕੋਲ ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਥਾਂ ਦੇ ਦਿੱਤੀ। ਇਥੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਘੋਰ ਤਪੱਸਿਆ ਕੀਤੀ। ਭੁੰਜੇ ਆਸਣ, ਇੱਟ ਦਾ ਸਿਰਹਾਣਾ, ਕੁਝ ਖਾਧੇ-ਪੀਤੇ ਬਿਨਾ ਸਰੀਰ ਹੱਡੀਆਂ ਦਾ ਪਿੰਜਰ ਬਣ ਗਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਵਧ ਗਈ ਅਤੇ ਭਗਤੀ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਾ ਮਿਲਦਾ। ਫਰੀਦ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਮੱਸਿਆ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਦੱਸੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਾਂਸੀ (ਹਿਸਾਰ) ਚਲੇ ਜਾਓ। ਉਥੇ ਇਕ ਮਸੀਤ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਘੋਰ ਤਪੱਸਿਆ ਕੀਤੀ। ਇਨ੍ਹੀਂ ਦਿਨੀਂ ਕਾਕੀ ਸਾਹਿਬ ਰੱਬ ਨੂੰ ਪਿਆਰੇ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਗੱਦੀ ਮਿਲ ਗਈ ਪਰ ਦਿੱਲੀ ਵਿਖੇ ਆਏ-ਗਏ ਸੇਵਕਾਂ ਅਤੇ ਦੂਰੋਂ ਦੂਰੋਂ ਆਏ ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿਚ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਅੱਲਾ ਦੀ ਬੰਦਗੀ ਲਈ ਸਮਾਂ ਹੀ ਨਾ ਮਿਲਦਾ। ਤੰਗ ਆ ਕੇ ਉਹ ਫੇਰ ਹਾਂਸੀ ਆ ਗਏ ਪਰ ਇਥੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਭੀੜ ਬਾਬਾ ਜੀ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਜੁੜੀ ਰਹਿੰਦੀ। ਉਥੋਂ ਉਹ ਅਯੋਧਨ ਚਲੇ ਗਏ। ਇਸ ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਨਾਂ ਅਕਬਰ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਨੇ ਬਦਲ ਕੇ ਪਾਕ ਪੱਤਣ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਜੋ ਵਿਗੜ ਕੇ ਅੱਜ ਕਲ ਪਾਕਪਟਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਲ੍ਹਾ ਮਿੰਟਗੁਮਰੀ (ਪਾਕਿਸਤਾਨ) ਵਿਚ ਹੈ।

ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਸ਼ੇਖ ਫਰੀਦ ਨੂੰ ਨਮਾਜ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਤਾ ਜੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਸਣ ਹੇਠਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਸ਼ੱਕਰ ਰੱਖ ਦਿੰਦੇ ਅਤੇ ਆਖਦੇ, ਜੋ ਨਮਾਜ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ, ਅੱਲਾ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ੱਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਵਾਰ ਫਰੀਦ ਜੀ ਨੇ ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਕਈ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਨਮਾਜ ਪੜ੍ਹੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਸੱਲਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਦੇਖਿਆ, ਉਥੇ ਢੇਰ ਸਾਰੀ ਸ਼ੱਕਰ ਪਈ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਂ ਘਰ ਬੈਠੀ ਫਿਕਰ ਕਰੇ ਕਿ ਅੱਜ ਉਸ ਦਾ ਪਾਜ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਏਗਾ ਕਿ ਉਹ ਫਰੀਦ ਦੇ ਮਸੱਲੇ (ਆਸਣ) ਹੇਠਾਂ ਸ਼ੱਕਰ ਰੱਖਦੀ ਸੀ। ਉਸ ਨੇਕ ਖਾਤੂਨ ਨੇ ਅੱਲਾ ਅੱਗੇ ਦੁਆ ਕੀਤੀ ਕਿ ਮੇਰੀ ਲਾਜ ਰੱਖੀਂ। ਫਰੀਦ ਜੀ ਨੇ ਘਰ ਆ ਕੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅੱਜ ਤਾਂ ਢੇਰ ਸਾਰੀ ਸ਼ੱਕਰ ਮਿਲੀ ਜੋ ਅਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਰੱਜ ਰੱਜ ਖਾਧੀ। ਮਾਂ ਨੇ ਅੱਲਾ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮਾਲਕ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਲਾਜ ਰੱਖੀ ਹੈ। ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਸ਼ਾਦੀ-ਸ਼ੁਦਾ ਫਕੀਰ ਸਨ। ਉਹ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਦੇ ਜਵਾਈ ਸਨ ਪਰ ਆਪ ਫਕੀਰੀ ਵੇਸ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਫਰੀਦ ਜੀ ਦੇ ਛੇ ਪੁੱਤਰ ਅਤੇ ਦੋ ਧੀਆਂ ਸਨ। ਹਜਰਤ ਨਮਾਜ਼-ਉਦ-ਦੀਨ ਔਲੀਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਵਾਈ ਸਨ। ਪਾਕਪਟਨ ਦੀ ਗੱਦੀ ਆਪ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੱਡੇ ਪੁੱਤਰ ਸ਼ੇਖ ਬਦਰ-ਉਦ-ਦੀਨ ਸੁਲੇਮਾਨ ਨੂੰ ਮਿਲੀ।

ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ 93 ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰੇ ਸੰਨ 1266 ਈਲ਼ ਵਿਚ ਇਸ ਜਹਾਨ-ਏ-ਫਾਨੀ ਨੂੰ ਅਲਵਿਦਾ ਆਖ ਗਏ। ਉਹ ਇਸਲਾਮ ਦੇ ਸਹੀ ਅਸੂਲਾਂ 'ਤੇ ਚਲਦੇ ਰਹੇ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਕਈ ਸੂਫੀ ਇਸਲਾਮ ਦੇ ਅਸੂਲਾਂ ਦੇ ਪੂਰੇ ਪਾਬੰਦ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਮੰਗ ਕੇ ਨਹੀਂ ਸਨ ਲੈਂਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਹੁਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਇਕ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਪਾਕਪਟਨ ਆਏ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਜਾਗੀਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਨਾਂਹ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਜ਼ਰੂਰਤਮੰਦ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿਓ, ਪੁੰਨ ਮਿਲੇਗਾ।

ਫਰੀਦ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ ਦਾ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ, ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ, ਬੁਰੇ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰਨ, ਅਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਕਿਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਸਨਮਾਨਯੋਗ ਥਾਂ ਮਿਲੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ, ਜੋ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਦਰਜ ਨਹੀਂ, ਬਾਰੇ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਦੀ 'ਤੇ ਬੈਠਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਫਰੀਦ ਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਅਤੇ ਭਗਤ ਰਵੀਦਾਸ ਜੀ ਦੀ ਵੀ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਦਰਜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਦੇ 4 ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ 112 ਸਲੋਕ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਦੇਣ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਫਾਰਸੀ ਦੀ ਥਾਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਗੁਰਮੁੱਖੀ ਨੂੰ ਸਤਿਕਾਰਿਆ।

ਵਾਸਦੇਵ ਸਿੰਘ ਪਰਹਾਰ

ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਖਾਓ

ਰੇਨੂਕਾ ਅਗਰਵਾਲ ਅਤੇ ਸੋਨਿਕਾ ਸ਼ਰਮਾ

ਕੈਂਸਰ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸਮੂਹ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਬਣਤਰ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਖ਼ਰਾਬ ਬਣਤਰ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫੇਫੜੇ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂਕਿ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਵਾਈਕਲ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਲ 2010 ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ 5,56,400 ਮੌਤਾਂ ਕੈਂਸਰ ਕਾਰਨ ਹੋਈਆਂ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 71 ਫ਼ੀਸਦੀ 30-69 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਨ।

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਤੰਬਾਕੂ ਹੈ। ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਹੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਦੇਸ਼ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੁਲਕ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਤਕਰੀਬਨ 75,000 ਤੋਂ 80,000 ਨਵੇਂ ਮਰੀਜ਼ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮਾਲਵਾ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। 20-30 ਫ਼ੀਸਦੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਗ਼ਲਤ ਖਾਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਸੰਭੋਗ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਂਜ, ਕੈਂਸਰ ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ, ਵਾਤਾਵਰਣ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਲਣ ਅਤੇ ਤਣਾਓ।

ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਗਰਿਟ ਪੀਣਾ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਫੈਟ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ, ਫਲਾਂ-ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦਾ ਘੱਟ ਪ੍ਰਯੋਗ, ਕਸਰਤ ਨਾ ਕਰਨਾ, ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਪਰਾਬੈਂਗਣੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਮੋਟਾਪਾ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਵਾਤਾਵਰਣ ਵੀ ਕਾਫ਼ੀ ਹੱਦ ਤਕ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘਰ ਵਿੱਚ ਧੂੰਆਂ, ਹਵਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ, ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੇ ਰਸਾਇਣਿਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਆਦਿ। ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੁੱਝ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਲੱਛਣ ਹਨ:

× ਗਲਾ ਖ਼ਰਾਬ ਜੋ ਕਿ ਠੀਕ ਹੀ ਨਾ ਹੋਵੇ।
× ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲਣਾ ਅਤੇ ਡਿਸਚਾਰਜ ਹੋਣਾ।
× ਖਾਣ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣਾ।
× ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਿਖਣ ਵਾਲੇ ਮੌਕ੍ਹੇ ਦਾ ਆਕਾਰ ਬਦਲਣਾ।
× ਖਾਂਸੀ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਬਲੈਡਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ।
× ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅੰਗ ਦਾ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਸੁੱਜਣਾ।

30 ਫ਼ੀਸਦੀ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੈਂਸਰ ਕੇਸਾਂ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਕੈਂਸਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਹੀ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਭੋਜਨ ਸਬੰਧੀ ਆਦਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਭਿਆਨਕ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਹੋਈਆਂ ਖੋਜਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਪਤਾ ਚੱਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖ਼ੁਰਾਕੀ ਵਸਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਤਾਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਖ਼ੁਰਾਕੀ ਵਸਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਮਸਾਲੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿਰਚ, ਅਦਰਕ, ਲਸਣ, ਹਲਦੀ, ਇਲਾਈਚੀ, ਮੇਥੇ, ਸੌਂਫ, ਜੀਰਾ, ਧਨੀਆ, ਦਾਲ ਚੀਨੀ, ਅਜਵੈਨ, ਲੌਂਗ ਅਤੇ ਜਵੀਤਰੀ ਆਦਿ। ਇਹ ਮਸਾਲੇ ਸਾਡੇ ਪੰਜਾਬੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਵੀ ਹਨ। ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਸਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਵਰਗੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕੀਏ। ਹਰ ਇੱਕ ਮਸਾਲੇ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸੁਗੰਧ ਅਤੇ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਘੱਟ ਕੈਲਰੀਜ਼ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਵਾਦ ਖਾਣਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਫਾਈਟੋਨੂਟਰੀਐਂਟਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਬਤ ਅਨਾਜ, ਦਾਲਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਫਲ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣ। ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ 30 ਫ਼ੀਸਦੀ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫੈਟ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਅਤੇ ਸੈਚੂਰੇਟਰਡ/ਠੋਸ ਫੈਟ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੱਖਣ, ਘਿਓ ਅਤੇ ਮਲਾਈ ਆਦਿ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘੀਆ, ਤੋਰੀ, ਬੰਦ ਗੋਭੀ, ਗੋਭੀ ਅਤੇ ਹਰੀਆਂ ਪੱਤੇਦਾਰ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਆਦਿ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਖ਼ੁਰਾਕੀ ਰੇਸ਼ਾ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਾਬਤ ਅਨਾਜ ਤੇ ਦਾਲਾਂ ਆਦਿ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੁੰਨਣਾ, ਪੁੰਗਰਾਉਣਾ, ਖਮੀਰੀਕਰਨ, ਉਬਾਲਣਾ ਅਤੇ ਭਾਫ ਨਾਲ ਪਕਾਉਣਾ ਆਦਿ ਅਪਣਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਫਾਸਟ ਫੂਡ (ਬਰਗਰ, ਪੀਜ਼ਾ ਆਦਿ) ਖਾਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤੇਲ ਅਤੇ ਕੈਲਰੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਣ ਨਾਲ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਵੀ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੁੱਝ ਅਹਿਮ ਭੋਜਨ:

× ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਬੀਟਾ-ਕੈਰੋਟੀਨ, ਵਿਟਾਮਿਨ 'ਈ' ਅਤੇ 'ਸੀ' ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਂਵਲਾ, ਅਮਰੂਦ, ਆਲੂਬੁਖਾਰਾ, ਸੇਬ ਅਤੇ ਅਨਾਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੱਤ ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।
× ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਲਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਲੀਊਟਨ ਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਤੱਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।
× ਸੋਇਆਬੀਨ ਵਿੱਚ ਆਈਸੋਫਲੇਵੋਨੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।
× ਅਖਰੋਟ ਅਤੇ ਦਾਖਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਾਫ਼ੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
× ਲੌਂਗ ਦਾ ਤੇਲ, ਸਰ੍ਹੋਂ ਦਾ ਤੇਲ ਆਦਿ ਵੀ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
× ਜਵੀ (ਓਟਸ) ਵਿੱਚ ਫੀਨੋਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।
× ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਸਰਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੈਰ ਕਰਨਾ, ਖੇਡਣਾ ਤੇ ਨੱਚਣਾ ਆਦਿ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਖ਼ੁਰਾਕ ਤੇ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਕੇ ਹੀ ਅਸੀਂ ਇਸ ਭਿਆਨਕ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਸਣੇ ਇਹ ਦੇਸੀ ਨੁਸਖੇ ਦਿਵਾਉਂਦੇ ਨੇ ਖਾਂਸੀ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ

ਬਦਲਦੇ ਮੌਸਮ 'ਚ ਵੱਧ ਰਹੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਾਰਨ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜਲਦੀ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਜਕੜ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਗਲੇ ਦੀ ਖਾਰਸ਼, ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਵੱਡਿਆਂ ਤੱਕ ਸਾਰੇ ਹੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ, ਗਲਤ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਕਾਰਨ ਗਲੇ ਦੀ ਖਾਰਸ਼ ਅਤੇ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗਲੇ ਦੀ ਖਾਰਸ਼ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਦੇਸੀ ਨੁਸਖਿਆਂ ਦੀ ਵੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਮ ਜਿਹੀ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਕਈ ਵਾਰ ਬੇਹੱਦ ਤਕਲੀਫਦੇਹ ਵੀ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਥੇ ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ ਸੁੱਕੀ ਖਾਂਸੀ ਕੁਝ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੀ ਤਕਲੀਫ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੁੱਕੀ ਖਾਂਸੀ ਬਹੁਤੇ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਰਹੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋ ਹਫਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਖਾਂਸੀ ਆਉਣ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਕੁਝ ਦੇਸੀ ਨੁਸਖੇ ਦੱਸਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਬੈਠੇ ਹੀ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਦੇਸੀ ਘਿਓ ਤੇ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਦਾ ਕਰੋ ਸੇਵਨ

ਦੇਸੀ ਘਿਓ ਅਤੇ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਵੀ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। 15-20 ਗ੍ਰਾਮ ਗਾਂ ਦੇ ਦੁੱਧ ਦਾ ਘਿਓ ਅਤੇ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਲੈ ਕੇ ਇਕ ਕਟੋਰੀ 'ਚ ਹਲਕੇ ਸੇਕ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰੋ। ਜਦੋਂ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਠੰਡਾ ਕਰਕੇ ਇਸ 'ਚ ਪੀਸੀ ਹੋਈ ਮਿਸ਼ਰੀ ਮਿਲਾ ਲਵੋ। ਫਿਰ ਇਸ ਮਿਸ਼ਰਣ ਦਾ ਸੇਵਨ 2-3 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਕਰੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਤੁਲਸੀ ਦੇ ਪੱਤੇ ਦਿੰਦੇ ਨੇ ਖਾਂਸੀ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ

ਤੁਲਸੀ ਦੇ ਪੱਤੇ ਵੀ ਖਾਂਸੀ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦਿਵਾਉਣ 'ਚ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਲਸੀ ਦੇ ਪੱਤਿਆਂ 'ਚ 5 ਦਾਣੇ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ, 5 ਨਗ ਕਾਲਾ ਮੁਨੱਕਾ, 5 ਗ੍ਰਾਮ ਕਣਕ ਦੇ ਆਟੇ ਦਾ ਛਾਣ, 6 ਗ੍ਰਾਮ ਮੁਲੱਠੀ, 3 ਗ੍ਰਾਮ ਬਨਕਸ਼ੇ ਦੇ ਫੁੱਲ ਲੈ ਕੇ 200 ਗ੍ਰਾਮ ਪਾਣੀ 'ਚ ਉਬਾਲ ਲਓ। ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਅੱਧਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਕਰਕੇ ਪੁਣ ਲਵੋ। ਫਿਰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ 'ਚ ਪਤਾਸੇ ਪਾ ਕੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਪੀ ਲਵੋ। ਇਸ ਖ਼ੁਰਾਕ ਨੂੰ 3-4 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਲੈਣ ਨਾਲ ਖਾਂਸੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

> ਜਦੋਂ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਠੰਡਾ ਕਰਕੇ ਇਸ 'ਚ ਪੀਸੀ ਹੋਈ ਮਿਸ਼ਰੀ ਮਿਲਾ ਲਵੋ। ਫਿਰ ਇਸ ਮਿਸ਼ਰਣ ਦਾ ਸੇਵਨ 2-3 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਕਰੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਨਮਕ ਦਾ ਕਰੋ ਸੇਵਨ

ਖਾਂਸੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਨਮਕ ਦੀ ਡਲੀ ਨੂੰ ਅੱਗ 'ਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗਰਮ ਕਰ ਲਵੋ। ਜਦੋਂ ਨਮਕ ਦੀ ਡਲੀ ਗਰਮ ਹੋ ਕੇ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਅੱਧੇ ਕੱਪ ਪਾਣੀ 'ਚ ਪਾ ਕੇ ਕੱਢ ਲਓ। ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਪੀਣ ਨਾਲ ਖਾਂਸੀ ਤੋਂ ਅਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸੁੰਢ ਦਾ ਦੁੱਧ 'ਚ ਪਾ ਕੇ ਕਰੋ ਸੇਵਨ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸੁੰਢ ਨੂੰ ਦੁੱਧ 'ਚ ਪਾ ਕੇ ਉਬਾਲ ਲਵੋ। ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਇਸ ਦੁੱਧ ਨੂੰ ਪੀ ਲਵੋ। ਇੰਝ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ 'ਚ ਖਾਂਸੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਦ, ਕਿਸ਼ਮਿਸ਼ ਤੇ ਮੁਨੱਕੇ ਕਰੇ ਖਾਂਸੀ ਨੂੰ ਦੂਰ

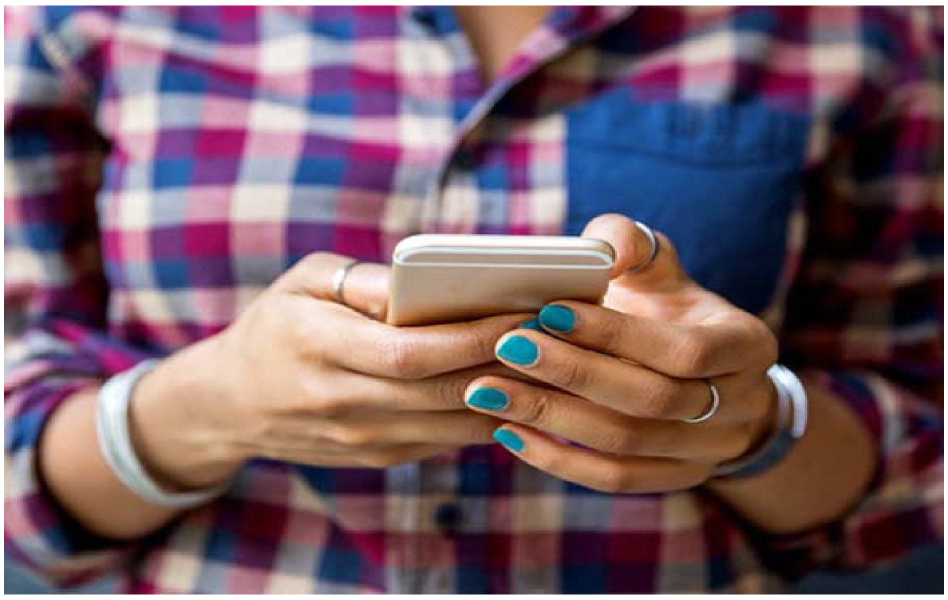
ਸ਼ਹਿਦ, ਕਿਸ਼ਮਿਸ਼ ਤੇ ਮੁਨੱਕਾ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ਹਿਦ, ਕਿਸ਼ਮਿਸ਼ ਅਤੇ ਮੁਨੱਕੇ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਖਾਂਸੀ ਪੂਰੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਤ੍ਰਿਫਲਾ 'ਚ ਬਰਾਬਰ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਖਾਂਸੀ 'ਚ ਫਾਇਦਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਅਤੇ ਅਦਰਕ ਦੀ ਚਾਹ ਕਰੇ ਖਾਂਸੀ ਦੂਰ

ਤੁਲਸੀ, ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਅਤੇ ਅਦਰਕ ਦੀ ਚਾਹ ਪੀਣ ਨਾਲ ਵੀ ਖਾਂਸੀ ਤੋਂ ਨਿਜਾਤ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਨਿੰਬੂ ਦੇ ਰਸ 'ਚ ਮਿਲਾਓ ਮਿਸ਼ਰੀ ਤੇ ਮੁਲੱਠੀ ਹਿੰਗ, ਤ੍ਰਿਫਲਾ, ਮੁਲੱਠੀ ਅਤੇ ਮਿਸ਼ਰੀ ਨੂੰ ਨਿੰਬੂ ਦੇ ਰਸ 'ਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਚੱਟਣ ਨਾਲ ਵੀ ਖਾਂਸੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੋਬਾਇਲ ਬਣੇ ਵੱਡੀ ਮੁਸੀਬਤ, ਟੋਕਣ 'ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਘਰ ਤੋੜਨ ਤਕ ਤਿਆਰ



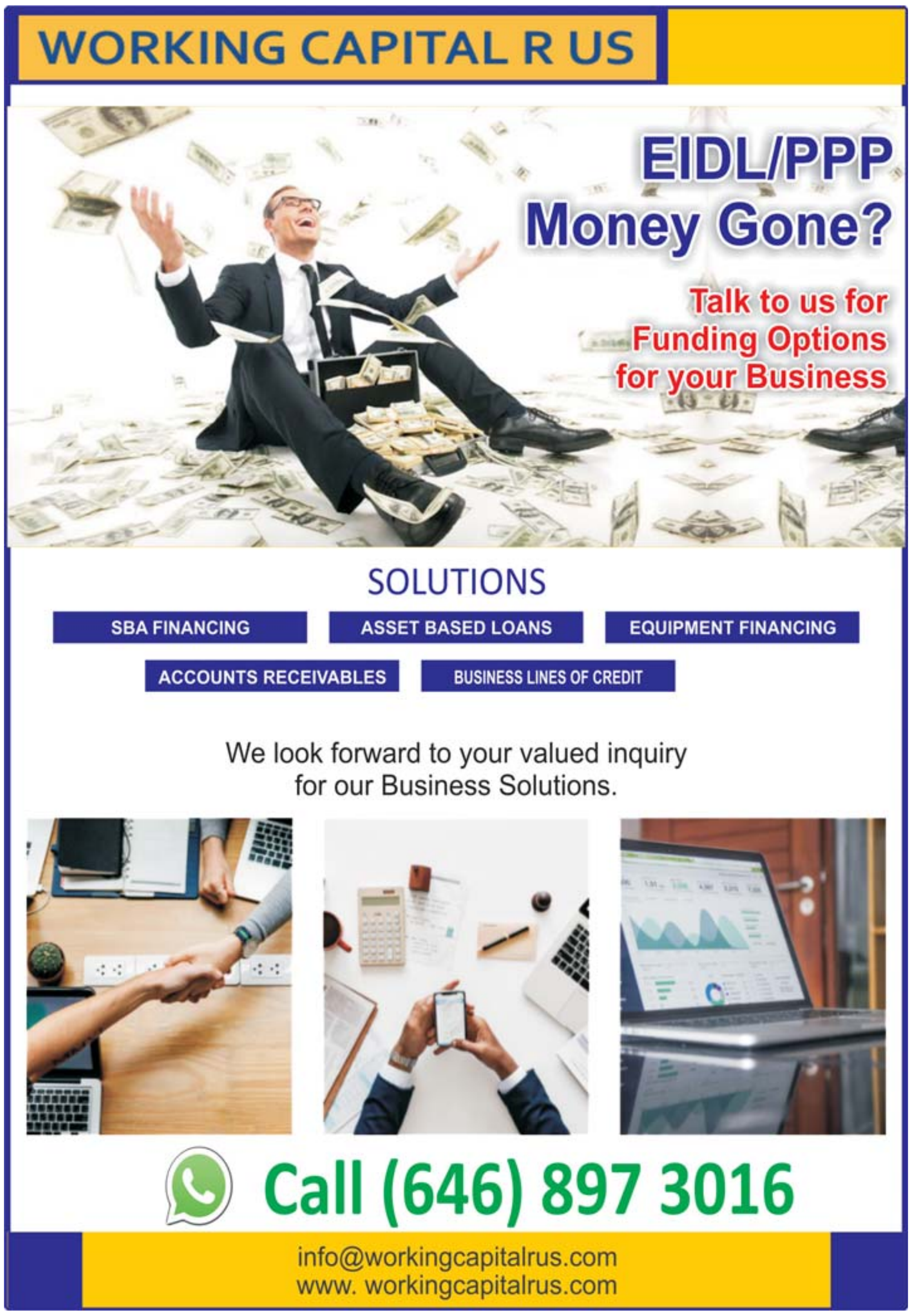
ਗੋਹਾਨਾ: ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਇਸ ਦੌਰ 'ਚ ਮੋਬਾਇਲ ਅੱਜ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੋਬਾਇਲ ਦੇ ਜਿੱਥੇ ਕਈ ਫ਼ਾਇਦੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਇਸ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਵੀ ਹਨ। ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਣਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਥਿਤੀ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਬਣ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਮੋਬਾਇਲ 'ਤੇ ਗੱਲ ਕਰਨ 'ਤੇ ਟੋਕਣ 'ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਸਿੱਧਾ ਸਹੁਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੇਣ ਥਾਣੇ ਪਹੁੰਚ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਤਾਂ ਪਤੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਘੱਟ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸੱਸ-ਸਹੁਰੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ 'ਚ ਵੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਜਤਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਸਾਢੇ ਸੱਤ ਮਹੀਨੇ 'ਚ 245 ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ 80 ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਮੋਬਾਇਲ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ ਜਿਸ 'ਤੇ ਪੁਲੀਸ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਡਿਊਟੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਜ਼ਰੀਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾ ਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਵੀ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ।

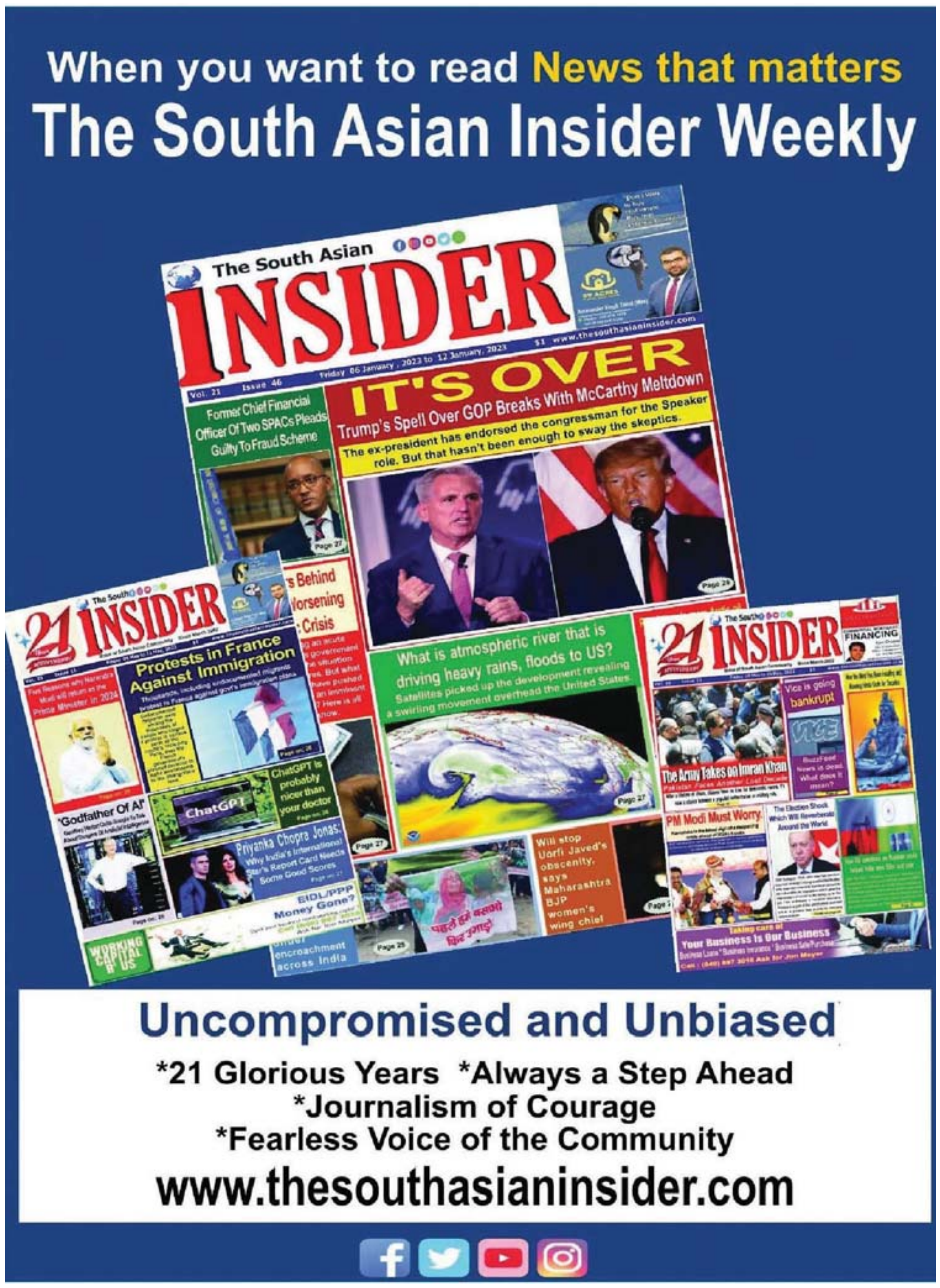
ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਗੋਹਾਨਾ ਦੇ ਮਹਿਲਾ ਥਾਣੇ 'ਚ ਸੱਤ ਮਹੀਨਿਆਂ 'ਚ 245 ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਹਾਲਾਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ 'ਚ ਮਾਂ-ਪਿਓ ਵੀ ਆਪਣੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦਾ ਪੱਖ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਜ਼ਰੀਏ 198 ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਹੈ। ਉੱਥੇ ਹੀ 37 ਮਾਮਲਿਆਂ 'ਚ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਨਾ ਮੰਨਣ 'ਤੇ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਹਨ।

68 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ 'ਚ ਤੀਸਰੀ ਵਾਰ ਲਾੜਾ ਬਣੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਵਕੀਲ, ਲੰਡਨ 'ਚ ਕਰਵਾਇਆ ਵਿਆਹ

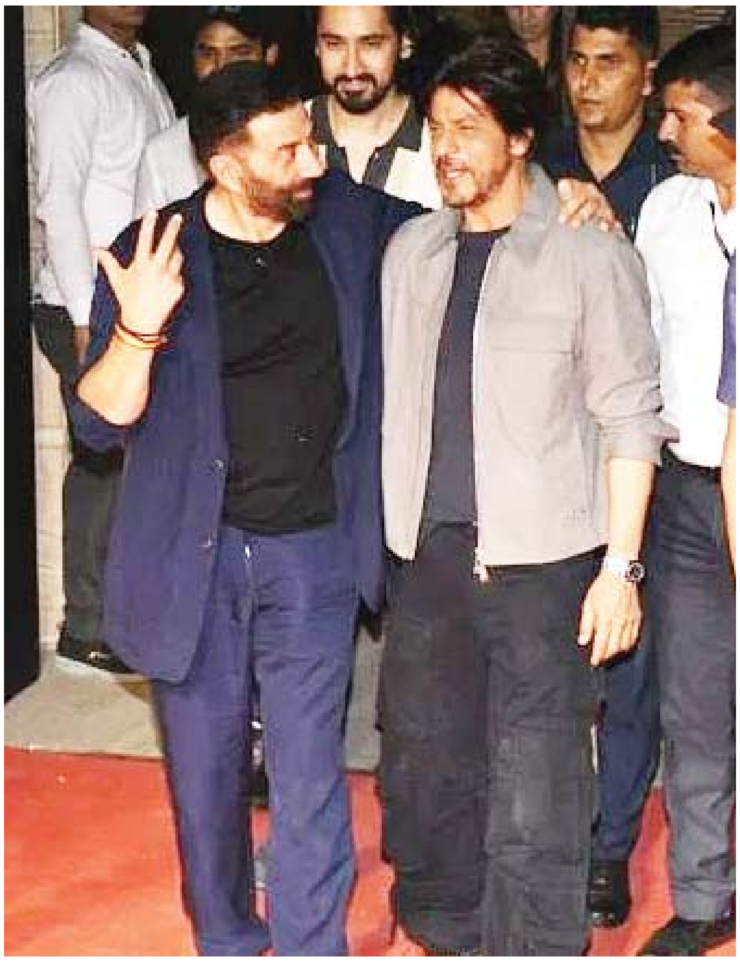
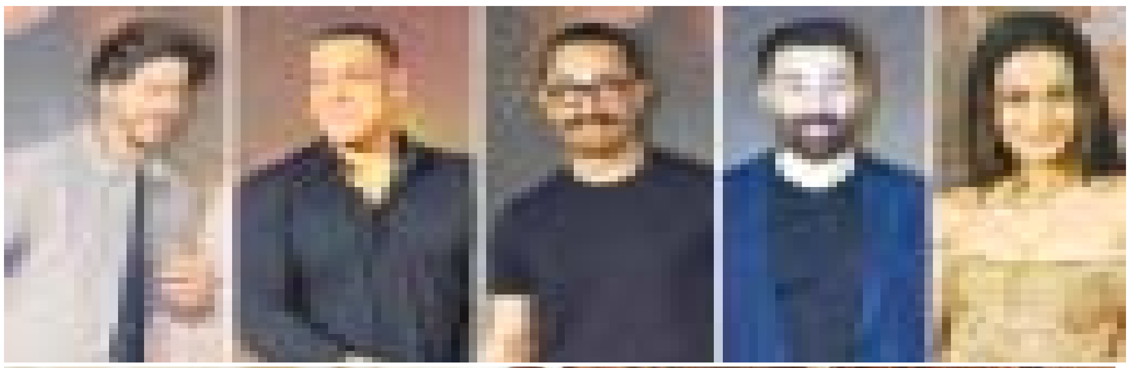
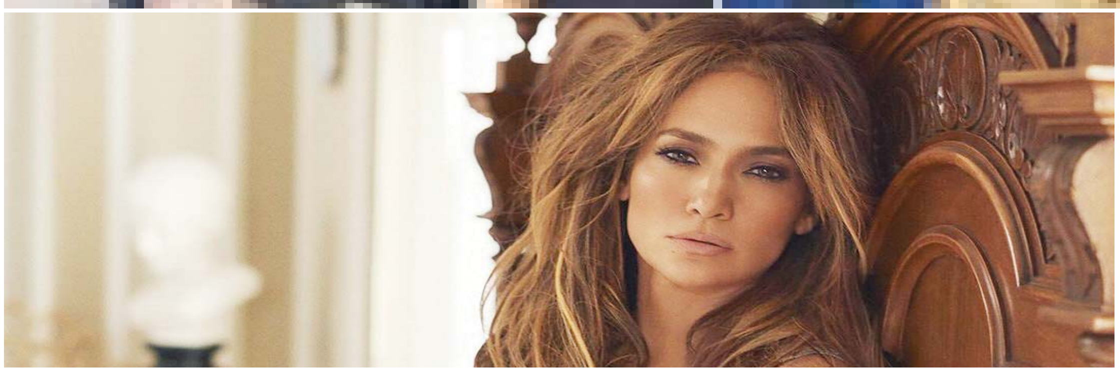
ਲੰਡਨ : ਦੇਸ਼ ਦੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਵਕੀਲ ਅਤੇ ਸਾਬਕਾ ਸੌਲਿਸਟਰ ਜਨਰਲ ਹਰੀਸ਼ ਸਾਲਵੇ ਨੇ ਤੀਸਰਾ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾ ਲਿਆ ਹੈ। 68 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ 'ਚ ਸਾਲਵੇ ਨੇ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਲੰਡਨ 'ਚ ਤੀਸਰਾ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਇਆ। ਵਕੀਲ ਹਰੀਸ਼ ਸਾਲਵੇ ਦੇ ਹਾਈ ਪ੍ਰੋਫ਼ਾਈਲ ਵਿਆਹ ਵਿੱਚ ਨੀਤਾ ਅੰਬਾਨੀ, ਲਲਿਤ ਮੋਦੀ ਅਤੇ ਉੱਜਵਲਾ ਰਾਉਤ ਸਮੇਤ ਕਈ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਹਾਲ ਹੀ 'ਚ ਸਾਲਵੇ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਵਨ ਨੇਸ਼ਨ-ਵਨ ਚੋਣ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਚੁਣਿਆ ਹੈ।

ਖ਼ਬਰਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹਰੀਸ਼ ਸਾਲਵੇ ਦੀ ਨਵੀਂ ਹਮਸਫ਼ਰ ਦਾ ਨਾਂ ਟ੍ਰੀਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਮੂਲ ਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 2020 ਵਿੱਚ ਸਾਲਵੇ ਨੇ ਕੈਰੋਲੀਨ ਬ੍ਰੋਸਾਰਡ ਨਾਂ ਦੀ ਔਰਤ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਪਤਨੀ ਮੀਨਾਕਸ਼ੀ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ 38 ਸਾਲ ਤਕ ਚੱਲਿਆ। ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਜੂਨ 2020 ਵਿੱਚ ਤਲਾਕ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਹਰੀਸ਼ ਅਤੇ ਮੀਨਾਕਸ਼ੀ ਦੀਆਂ ਸਾਕਸ਼ੀ ਅਤੇ ਸਾਨੀਆ ਨਾਂ ਦੀਆਂ 2 ਬੇਟੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਕੈਰੋਲਿਨ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਰੀਸ਼ ਸਾਲਵੇ ਨੇ ਈਸਾਈ ਧਰਮ ਅਪਣਾ ਲਿਆ ਸੀ। ਹਰੀਸ਼ ਸਾਲਵੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹਿੰਗੇ ਅਤੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਵਕੀਲਾਂ 'ਚੋਂ ਇੱਕ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਗਪੁਰ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਤੋਂ ਐੱਲ.ਐੱਲ.ਬੀ. ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ। 1992 ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਲੀ ਹਾਈਕੋਰਟ ਵਿੱਚ ਸੀਨੀਅਰ ਵਕੀਲ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਾਲਵੇ ਨੇ ਨਵੰਬਰ 1999 ਤੋਂ ਨਵੰਬਰ 2002 ਤਕ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸੌਲਿਸਟਰ ਜਨਰਲ ਵਜੋਂ ਵੀ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਸਾਲਵੇ ਨੂੰ ਹਿੱਟ ਐਂਡ ਰਨ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਸਲਮਾਨ ਖਾਨ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਲਵੇ ਨੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਜੇਲ੍ਹ 'ਚ ਬੰਦ ਕੁਲਭੂਸ਼ਣ ਜਾਧਵ ਦਾ ਕੇਸ ਵੀ ਲੜਿਆ ਸੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਰੁਪਏ ਦੀ ਫ਼ੀਸ ਲਈ ਸੀ। ਹਾਲ ਹੀ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਨ ਨੇਸ਼ਨ-ਵਨ ਚੋਣ ਕਮੇਟੀ ਲਈ ਗਠਿਤ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਵੀ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।





‘ਗਦਰ-2’ ਦੀ ਸਕਸੈੱਸ ਪਾਰਟੀ ’ਚ ਪੁੱਜੇ ਸਟਾਰਜ਼

ਸੰਨੀ ਦਿਓਲ ਤੇ ਅਮੀਸ਼ਾ ਪਟੇਲ ਸਟਾਰਰ ਫ਼ਿਲਮ ‘ਗਦਰ 2’ ਨੇ ਬਾਕਸ ਆਫਿਸ ’ਤੇ ਧਮਾਲ ਮਚਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਫ਼ਿਲਮ 500 ਕਰੋੜ ਦੇ ਕਰੀਬ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ’ਚ ਸੰਨੀ ਦਿਓਲ ਕਾਫੀ ਖ਼ੁਸ਼ ਹਨ। ਹਾਲ ਹੀ ’ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ‘ਗਦਰ 2’ ਦੀ ਸਕਸੈੱਸ ਪਾਰਟੀ ਹੋਸਟ ਕੀਤੀ, ਜਿਥੇ ਸ਼ਾਹਰੁਖ ਖ਼ਾਨ ਵੀ ਪਹੁੰਚੇ।

‘ਗਦਰ-2’ ਦੀ ਸਕਸੈੱਸ ਪਾਰਟੀ ’ਚ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਇੰਡਸਟਰੀ ਦੀਆਂ ਹਸਤੀਆਂ ਨੇ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਅਭਿਨੇਤਾ ਸੰਨੀ ਦਿਓਲ, ਬੌਬੀ ਦਿਓਲ ਤੇ ਧਰਮਿੰਦਰ ਦੇ ਨਾਲ ਅਭਿਨੇਤਰੀ ਅਮੀਸ਼ਾ ਪਟੇਲ, ਸਿਮਰਤ ਕੌਰ ਰੰਧਾਵਾ, ਤੱਬੂ, ਕਾਜੋਲ, ਸ਼ਿਲਪਾ ਸ਼ੈੱਟੀ, ਅਨੰਨਿਆ ਪਾਂਡੇ ਤੇ ਕ੍ਰਿਤੀ ਸੈਨਨ ਨੂੰ ਵੀ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ।

ਆਓ ਆਪਣੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਦੂਰ ਕਰੀਏ

ਕਿਸੇ ਦੀ ਚੁਗਲੀ, ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨੀ ਅਜਿਹੀ ਆਦਤ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਕ ਮਾੜੀ ਆਦਤ ਹੈ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਜਿਥੇ ਵੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਬਹਿ ਜਾਣ, ਉਥੇ ਹੀ ਚੁਗਲੀ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਵੀ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣਾ

ਕੋਈ ਵੀ ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਪ੍ਰਪੱਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਕਮੀ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹੀ ਕਮੀਆਂ-ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਸਾਨੂੰ ਮਾੜਾ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਜਾਂ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਮਨ ਪੂਰਾ ਪੱਕਾ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਸਾਨੂੰ ਇੰਨੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਲਗਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਅਤੇ ਦੁਖੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਗੁੱਸਾ ਆਉਣਾ, ਚੁਗਲੀ, ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨੀ ਆਦਿ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਅਸੀਂ ਛੋਟੀ-ਛੋਟੀ ਗੱਲ ਦਾ ਗੁੱਸਾ ਕਰ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ਗੁੱਸਾ ਕਈ ਵਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਤੇ ਕੱਢ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਕਿਸੇ ਦੀ ਚੁਗਲੀ, ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨੀ ਅਜਿਹੀ ਆਦਤ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਕ ਮਾੜੀ ਆਦਤ ਹੈ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਜਿਥੇ ਵੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਬਹਿ ਜਾਣ, ਉਥੇ ਹੀ ਚੁਗਲੀ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਵੀ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਪੱਕਾ ਮਨ ਬਣਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਤੋਂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨ ਲਈ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰੋ। ਜਿਵੇਂ ਗੁੱਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ। ਫਿਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਅਜਿਹਾ ਰੋਜ਼ ਹੀ ਆਦਤ ਪਾਓ।

ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੇ-ਆਪ ਵਿਚ ਜਿਹੜੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਹਨ, ਖ਼ੁਦ ਹੀ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵੀ ਸੋਚੋ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਇਕ ਮਾੜੀ ਆਦਤ ਛੱਡ ਦੇਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ। ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਰੱਖੋ। ਚੰਗੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹੋ। ਆਪਣੇ-ਆਪ 'ਤੇ ਪੂਰਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਰ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਫ਼ਤ ਆਪ ਕਰੋ, ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਨਾ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਫ਼ਤ ਕਰੇਗਾ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮਨ ਵੀ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਅੰਦਰੋਂ ਸੱਚੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇਗੀ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰੱਖੋ ਮੋਬਾਈਲ ਤੋਂ ਦੂਰ

ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਦੌਲਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਔਲਾਦ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਂਦੇ-ਕਮਾਉਂਦੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਹੀ ਨਾ ਦੇ ਸਕੇ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਹਿਣੇ ਵਿਚ ਹੀ ਨਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਅਜਿਹੇ ਪੈਸਿਆਂ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ? ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਲੋੜ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਹੀ ਪੜ੍ਹ-ਲਿਖ ਕੇ ਡਾਕਟਰ, ਇੰਜੀਨੀਅਰ, ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਇਹ ਸੁਪਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵਧੀਆ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਜ਼ਰੂਰ ਪਾਉਣ। ਅੱਜ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ-ਲਿਖਾਈ ਕਿਤੇ ਨਾ ਕਿਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਜ ਇਸ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਤੋਹਫ਼ਾ ਮੋਬਾਈਲ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਵਿਹਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਨੋਰੰਜਨ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਬੜੇ ਅਫਸੋਸ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਮੋਬਾਈਲ ਸਹੂਲਤ ਦੇਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਵਲੋਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੌਰਾਨ ਮਦਦ ਨਾ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਲਈ ਘੰਟਿਆਂਬੱਧੀ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਇਕਲਾਪੇ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਉੱਤੇ ਵੀ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਅੱਜ ਦੇ ਭੱਜ-ਦੌੜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਮਾਪਿਆਂ ਕੋਲ ਸਮੇਂ ਦੀ ਘਾਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਦੇ ਪਾਉਂਦੇ। ਲਗਪਗ ਸਾਰੇ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵਲੋਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੜਨ ਸਾਰ ਉਸ ਉੱਤੇ ਗੇਮ ਖੇਡਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਉੱਤੇ ਬੱਚਾ ਘੰਟਿਆਂਬੱਧੀ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਯੂ ਟਿਊਬ ਉੱਤੇ ਬਾਲ ਕਵਿਤਾਵਾਂ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੇਖਣ ਲਈ ਵੀ ਕਈ-ਕਈ ਘੰਟੇ ਬਿਤਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਲਗਾਤਾਰ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ, ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਉੱਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਅੱਜ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਦੀਆਂ ਐਨਕਾਂ ਲੱਗ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਈ ਰਿਸਰਚ ਵਿਚ ਇਹ ਗੱਲ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ ਕਿ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਦੇਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਬੇਲੋੜੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਤਣਾਅ, ਆਟਿਜ਼ਮ, ਬਾਈਪੋਲਰ ਡਿਸਆਰਡਰ, ਮੋਟਾਪਾ, ਨੀਂਦ ਦੀ ਕਮੀ, ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਲਤ ਲੱਗਣਾ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਕਿੰਝ ਕਰੀਏ ਬਚਾਅ

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁੱਝ ਨਾ ਕੁੱਝ ਸਮਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰ ਕੱਢਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਖੁਦ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚ ਖੇਡਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਹੋ ਸਕੇ। ਨਾਲੋ-ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਹਾਨ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਰੁਝੇਵੇਂ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਣ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਦੌਲਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਔਲਾਦ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਂਦੇ-ਕਮਾਉਂਦੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਹੀ ਨਾ ਦੇ ਸਕੇ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਹਿਣੇ ਵਿਚ ਹੀ ਨਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਅਜਿਹੇ ਪੈਸਿਆਂ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ? ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਲੋੜ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਨ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਨਾਂਅ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਣ।

TOWN OF HEMPSTEAD, N.Y.
NASSAU COUNTY
FOUNDED 1644
LONG ISLAND PUBLIC AFFAIR COMMUNITY
LIPAC
Supervisor Don Clavin,
the Hempstead Town Board,
the Department of Community Affairs & LIPAC
invite you to celebrate
Shweta Vasudeva
SHILPI PAUL
Diwali
Festival
KAJAL GILL
SUNNY GILL
Sunday, October 1st • 12:30 p.m. to 6:30 p.m.
Town of Hempstead Parking Lot
One Washington Street, Hempstead
Artists, Music, Culture, Food, Jewelry, Clothes Stall, Raffle Tickets and much more
For more information:
Sudheer Kumar (516) 852-0276 • Micky Chadha (516) 945-4475
Rupal Sehgal (516) 835-6000 • Zahid Syed or Aman Thind (516) 812-3009
Don Clavin
Supervisor
Council Members
Dorothy L. Goosby • Dennis Dunne, Sr.
Thomas E. Muscarella • Christopher Carini
Melissa Miller • Laura A. Ryder
Kate Murray
Town Clerk
Jeanine C. Driscoll
Receiver of Taxes