SPACE AVAILABLE
CALL: (438) 500-6024
EMAIL: singhatthwal@gmail.com

Real
ਦੇਸੀ ਟਾਈਮਜ਼
Desi Times
www.desitimes.ca
ਹਫਤਾਵਾਰੀ
QCNA

DEPANNEUR
SV
ਇੰਡੀਅਨ ਗਰੋਸਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ
Indian Grocery Available
Beer, Wine, RIA Money Transfer, Sandwich & Coffee
ਬੀਅਰ, ਵਾਈਨ, ਮਨੀ ਟਰਾਂਸਫਰ, ਸੈਂਡਵਿਚ ਅਤੇ ਕੋਫੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ
Tel : 514.366.6464 Cel : 514.625.2645
Email : deppenaursv2017@gmail.com
7637, RUE CORDNER, LASSALLE, QUE, H8N 2X2

VOLUME 7, ISSUE NO # 433 FRIDAY, 09 April 2021, MONTREAL TEL : (438) 500-6024

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ

ਪੰਜਾਬ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਿਸ ਗੱਲ ਦੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦਰ ਵੱਧ ਕਿਉਂ

ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਨਵੇਂ ਮਰੀਜਾਂ ਅਤੇ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਅੰਕੜਾ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੇਂਦਰੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ ਮੰਤਰਾਲੇ ਵੱਲੋਂ 16 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਅੰਕੜਿਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿਛਲੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਅੰਦਰ ਦੇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ ਕਾਰਨ ਹੋਈਆਂ ਕੁੱਲ ਮੌਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 82.44 ਪ੍ਰਤੀਸਤ ਮੌਤਾਂ ਸੱਤ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ 16 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਾਮ ਜਾਰੀ ਹੋਏ ਅੰਕੜਿਆਂ ਮੁਤਾਬਕ, ਹੁਣ ਤੱਕ 2,01,036 ਕੋਵਿਡ ਮਰੀਜ ਆਏ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 1,82,283 ਰਿਕਵਰ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਅਤੇ 6,137 ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। 16 ਮਾਰਚ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਮੁਤਾਬਕ, ਇਸ ਦਿਨ ਕੁੱਲ 38 ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਕੇਂਦਰੀ ਸਿਹਤ ਸਕੱਤਰ ਰਾਜੇਸ ਭੂਸਣ ਨੇ 17 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਸ ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੌਰਾਨ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਔਸਤਨ ਕੇਸਾਂ ਕਰੀਬ 531 ਅਉਂਦੇ ਸਨ ਪਰ ਪਿਛਲੇ ਪੰਦਰਵਾੜੇ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਵਧ ਕੇ 1338 ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਗੱਲ ਇਹ ਕਿ ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਪੌਜਟੀਵਿਟੀ ਵਧ ਕੇ ਡਬਲ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਕੇਂਦਰੀ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਪੌਜੀਟਿਵੀ 3 ਫੀਸਦ ਤੋਂ ਵਧ ਕੇ 6.8 ਫੀਸਦ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਕੇਂਦਰੀ ਸਿਹਤ ਟੀਮ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੌਜੀਟਿਵੀ ਦਰ ਵਧਣ ਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਦਾ ਪਾਲਣ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਾਸਕ ਪਾਉਣ, ਸੋਸਲ ਡਿਸਟੈਂਸਿੰਗ ਅਤੇ ਟੇਰਸਿੰਗ ਵਰਗੇ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਪਵੇਗਾ

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ-ਸਾਸਿਤ ਪ੍ਰਦੇਸ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਉਨ੍ਹਾਂ 16 ਸੂਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾ ਜਿੱਥੇ ਪਿਛਲੇ 24 ਘੰਟੇ ਅੰਦਰ ਕੋਵਿਡ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਮੌਤ ਰਿਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਨਵੇਂ ਰਿਪੋਰਟ ਹੋ ਰਹੇ ਕੋਵਿਡ ਪੌਜੀਟਿਵ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪੰਜਾਬ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਾਮਲੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਡਾ.ਕੇ.ਕੇ ਤਲਵਾਰ ਨੇ ਫੋਨ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਦੌਰਾਨ ਦੱਸਿਆ, "ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਸਹਿ-ਰੋਗਾਂ ਯਾਨੀ ਕੋ-ਮੋਰਬਿਟੀਜ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ ਦੂਜੇ ਕਈ ਸੂਬਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਧੇਰੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਜਦੋਂ ਅਜਿਹੇ ਰੋਗਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਇਬਟੀਜ, ਹਾਈਪਰ-ਟੈਨਸਨ, ਕਿਡਨੀ ਰੋਗ, ਦਿਲ ਦੇ ਮਰੀਜ, ਲੀਵਰ ਰੋਗਾਂ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਸਕਿਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦਰ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।" "ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੀ ਜਆਿਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਵੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਲੋਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਆਉਣ 'ਤੇ ਸਹੀ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖੁਦ ਹੀ ਕੈਮਿਸਟ ਤੋਂ ਦਵਾਈ ਲੈ ਕੇ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕਰਨਾ ਵੀ ਉੱਚ ਮੌਤ ਦਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ।" ਡਾ.ਤਲਵਾਰ ਮੁਤਾਬਕ, ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਦਿਸਣ 'ਤੇ ਮਰੀਜ ਨੂੰ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕੋਸਸਿ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ ਦੇ ਦਾਖਲ ਮਰੀਜਾਂ ਵਾਲੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਐਕਸਪਰਟ ਗਰੁੱਪ ਮਰੀਜਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਜਾਣ ਕੇ ਹਾਲਤ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨਾਕਾਫੀ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਬਲਕਿ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸਾ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਨੇ ਜਾਰੀ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਆਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ 77.90 ਫੀਸਦੀ ਕੇਸ ਇਲਾਜ ਲਈ ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਉੱਚ ਮੌਤ ਦਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਡੈੱਥ ਰੀਵਿਊ ਟੀਮ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਤੋਂ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਇਹ ਕਾਰਨ ਦੱਸਿਆ। ਵੱਧ ਰਹੇ ਕੇਸਾਂ ਅਤੇ ਉੱਚ ਮੌਤ ਦਰ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜਰ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਸਾਰੇ ਸਿਵਲ ਸਰਜਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਮਰੀਜਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਲਦੀ ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਨਵਰੀ ਤੋਂ ਫਰਵਰੀ 2021 ਦੌਰਾਨ ਸਹਿਰੀ ਅਬਾਦੀ ਵਿੱਚੋਂ 71.40 ਫੀਸਦੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਪੁਸਟੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਅਬਾਦੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸਿਰਫ 28.60 ਫੀਸਦੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਪੁਸਟੀ ਹੋਈ। ਪਰ ਸਹਿਰੀ ਆਬਾਦੀ ਵਿੱਚ 45.50 ਫੀਸਦੀ ਮੌਤਾਂ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਜੋ ਕਿ ਪੇਂਡੂ ਆਬਾਦੀ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਪੋਰਟ ਹੋਈਆਂ 54.50 ਫੀਸਦੀ ਮੌਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਮੁਤਾਬਕ 80 ਫੀਸਦੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੌਤਾਂ ਬਜੁਰਗਾਂ ਦੀਆਂ ਹਨ। 31.70 ਫੀਸਦੀ ਮੌਤਾਂ 61-70 ਸਾਲ ਦੇ ਮਰੀਜਾਂ ਦੀਆਂ, 31.50 ਫੀਸਦੀ ਮੌਤਾਂ 70 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਮਰੀਜਾਂ ਦੀਆਂ ਅਤੇ 20.30 ਫੀਸਦੀ ਮੌਤਾਂ 51-60 ਸਾਲ ਦੇ ਮਰੀਜਾਂ ਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿਹਤ ਮਾਹਿਰ ਡਾ. ਪਿਆਰੇ ਲਾਲ ਗਰਗ ਨੇ ਗੱਲਬਾਤ ਦੌਰਾਨ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਅੰਦਰ ਜਨਸੰਖਿਆ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ ਮਰੀਜਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਾਕੀ ਕਈ ਸੂਬਿਆਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ ਪਰ ਮੌਤ ਦਰ ਵੱਧ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, "ਅਜਿਹਾ ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਅਹਿਮ ਕਾਰਨ ਇਹ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਦਸਤਕ ਵੇਲੇ ਬਾਕੀ ਦੇਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਜਲਦੀ ਸਰਗਰਮ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਲੋਕਾਂ ਅੰਦਰ ਵਿਸਵਾਸ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਿਆ ਕਿ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਲੋਕ ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਕੋਵਿਡ ਦੇ ਲੱਛਣ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਮੌਤ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।"

ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਪੰਜਾਬੀ ਸਟੋਰ
Abdul Rehman
514-638-2222, 514-629-0000

iphone 12 pro max
GET ANY PHONE FOR
$0 Down
Small business credit of $365.
Students can get Air Pods at 50% off.
Get unlimited internet for very less price
6700 Ch de la cote des neiges k-27 H3S2B3
Authorized dealer of Rogers fido and chatr

Jawanda Auto MÉCANIQUE
JAWANDA AUTO
ਅਸੀਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗੱਡੀਆਂ ਸਕ੍ਰੈਪ ਵਾਸਤੇ ਖਰੀਦਦੇ ਹਾਂ

We Buy All Kind of Cars, Vans, SUV, Pickup for Scrap Any Condition
7921 Elmslie St, Lasalle, QC H8N 2W6, Canada
(JAWANDA) 514-652-6300

ਆਓ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੀਏ!

ਆਪਣੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਹੀ ਖੰਘੋ

ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ

ਫ਼ਾਸਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋ

10 ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬੰਦ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲਾਜ਼ਮੀ।

ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਢਕੋ

Québec.ca/coronavirus

1 877 644-4545

Votre gouvernement

Québec

Pro-Active Drayage
TRANSPORT PAD
Thank you for allowing us to be part of your business

CLASS 1 DRIVER NEEDED
ਕਲਾਸ 1 ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ

We are looking for a driver with at least 3 years Class 1 experience to join our team here in Montreal. Experience at CP, CN and Port is an asset.

We are a family-owned business operating for over 37 years, totally independent and not affiliated with any third party or logistics company. We are a leader in **intermodal drayage** in Quebec, serving our many logistics partners with professionalism and dedication. We have an experienced operations team that takes pride in treating our drivers with respect while appreciating the hard work they do for us every day. The safety and security of our drivers always remains our top priority. We offer a competitive renumeration package and a great work environment for all drivers.

We are located at 10765 Chemin Côte de Liesse in Dorval (Montreal). If you are interested in joining our team,

Please call Marc at 514-264-4630

to set up an appointment for an interview so we can learn more about you.

Transport PAD

http://www.transportpad.com/En/transportpad.aspx

knowledgefirst FINANCIAL

ਇਸ ਸਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿਓ ਉਮਰ ਭਰ ਦਾ ਇਨਾਮ

Give the gift of education to your child

We can help you start saving for their future

Higher education has never been more important than it is today. That's why starting a Registered Education Savings Plan is the best gift you can give your child.

Only RESPs are eligible for government grants that can boost the value of your savings by up to $7,200* per child. Plus, up to $50,000 of each child's RESP grows tax-deferred.

And with a Flex First RESP, it is easy to add to your child's education savings goal with gifts from friends, grandparents and other family members. More than another toy or treat, an RESP is a gift that lasts a lifetime.

Let us help you get started.

At your Service in English, French, Hindi and Punjabi
Don't Delay, Act Today !
Book your free zoom consultation
Learn more
We apply for all Grants CESG / QESI / CLB...
For more information please call

Renka Aneja.
Sales representative
514 572 7652
Renka.arneja@kff.ca

Gurpreet Arneja
Sales Manager
(514) 983 2730
Gurpreet.arneja@KFF.CA

Knowledge First Financial Inc. is a wholly owned subsidiary of the Knowledge First Foundation and is the investment fund manager, administrator and distributor of the education savings plans offered by Knowledge First Foundation. *Certain conditions apply. Knowledge First Financial® is a registered trademark of Knowledge First Financial Inc. For more information about our education savings plans, please visitknowledgefirstfinancial.ca or refer to our prospectus.

Aman
Home Inspection
InterNACHI Certified Professional Inspector (CPI)
M.Eng in Civil Engineering, EIT

Services ਸਰਵਿਸਿਜ਼

Pre-Purchase Inspection	ਪੂਰਵ ਖਰੀਦ ਨਿਰੀਖਣ
Pre Sale Inspection	ਪੂਰਵ ਵਿਕਰੀ ਨਿਰੀਖਣ
New Construction Inspection	ਨਵਾਂ ਨਿਰਮਾਣ ਨਿਰੀਖਣ
Condominium Inspection	ਕੰਡੋਮੀਨੀਅਮ ਨਿਰੀਖਣ
Thermal Imaging/Thermography	ਥਰਮਲ ਇਮੇਜਿੰਗ / ਥਰਮੋਗ੍ਰਾਫੀ
Regular Maintenance Inspection	ਨਿਯਮਤ ਦੇਖਭਾਲ ਨਿਰੀਖਣ

Available 7 days - Serving Greater Montreal & Surroundings
Reports available within 24 hours.

ਗ੍ਰੇਟਰ ਮੌਂਟਰੀਆਲ ਅਤੇ ਨੇੜੇ ਤੇੜੇ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ 7 ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ
ਰਿਪੋਰਟਾਂ 24 ਘੰਟੇ ਵਿਚ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

Member of: InterNACHI, InterNACHI Quebec AIIICQ

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ
514-294-0519
Info@amanhomeinspection.ca
www.amanhomeinspection.ca

Sawidcanada Directory 2021

16 Edition
Business Directory 2021
Tel : (438) 500-6024
WWW.SAWIDCANADA.COM (ONLINE DIRECTORY)
EMAIL : singhatthwal@gmail.com,
Index for ad search at the end of Directory.
FREE DISTRIBUTION NOT FOR SALE

MORTAGE
First or Second Mortgage, Lowest Mortgage Rates
5% Down Mortgages on Business Loans.
Credit Lines & Truck Loans, Credit Line & Truck Loans
Over 25 Lender in Canada
Kulwinder S. Sandhu Professional & Honest Service
Life Insurance & Disability Specially for
Truckers with the top Insurance Companies in Canada
Tel : 514.578-1996

FUEL MECANIQUE
For DEF & DPF delete
https://www.fuelmecanique.com
Special price for the Directory
1500$/delete all models
2000$/delete volvo all years
Call : Frank 514-567-4779

ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਪੰਜਾਬੀ ਸਟੋਰ
Abdul Rehman
GET ANY PHONE FOR iphone 12 pro max
$0 Down
Cell : 514-638-2222
Cell : 514-999-4935
Off : 514-738-9898
Mobile phone plans are available at best prices: students plans, family plans and small business plans. lots of discounts .
Get unlimited internet for very less price
6700 Ch de la cote des neiges k-27 H3S2B3
Authorized dealer of Rogers fido and chatr

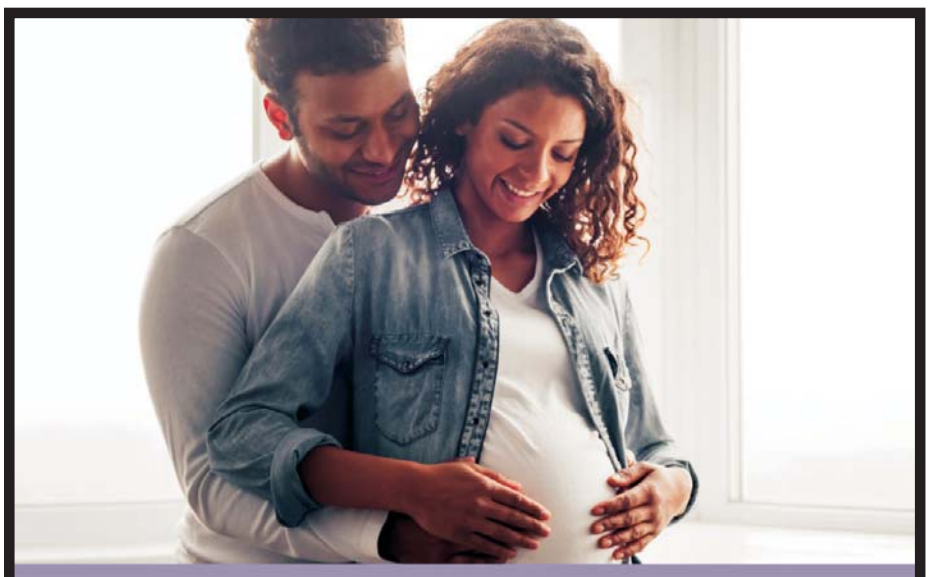
ਆਨਲਾਈਨ ਪੜਨ ਲਈ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ
www.sawidcanada.com
Print Edition COMING SOON
For any Information Please Contact
001-438-500-6024
Email : singhatthwal@gmail.com

COPY BIZ

Copie Biz, For all the services of Office equipment. Multifunction machines for Copy, Scan, Print and Fax needs. Straight out Buying or Monthly rental options. Financing is also available. Cost per copy monthly / Quarterly service option is also available.

Serving Montreal and region since 1993

Zaki Syed (514) 570-4951
zakicopier@gmail.com



MUHC
REPRODUCTIVE
CENTRE

Each patient is unique. Our team of fertility specialists and professionals will work with each family to develop a personalized treatment plan.

ਹਰੇਕ ਰੋਗੀ ਵਿਲੱਖਣ ਹੈ। ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੀ ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਇਲਾਜ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰੇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੇਗੀ

mcgillivf.com | Tel: 514 843-1650
888 de Maisonneuve E.,
Suite 200 | H2L 4S8 METRO BERRI

Centre universitaire de santé McGill — McGill University Health Centre

Minimum requirements
10+2 and IELETS in 6.0 Bands

Bring your relatives to Canada through a student visa. Permanent Residence in 2 years upon completion of diploma studies.

ਹੁਣ ਲਓ 2020-21 ਦਾ ਦਾਖਲਾ

ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ਾ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀ. ਆਰ

ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ੇ ਰਾਹੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਮੰਗਵਾਓ। 2 ਸਾਲ ਦਾ ਡਿਪਲੋਮਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਪੱਕੀ ਪੀ. ਆਰ. ਲਓ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਪੜ੍ਹਾਈ 10+2, ਅਤੇ **IELETS** ਵਿਚੋਂ 6.0 ਬੈਂਡਸ

Call
514-798-1794

Sawidcanada Directory 2021

ਆਨਲਾਈਨ ਪੜਨ ਲਈ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ

www.sawidcanada.com

Print Edition COMING SOON

For any Information Please Contact

001-438-500-6024

Email : singhatthwal@gmail.com

ਅੱਜ ਦਾ ਵਿਚਾਰ | **ਭੈੜੇ ਨਿਯਮ ਘਟੀਆ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦਿੰਦੇ ਹਨ : ਬ੍ਰਕ**

ਸੰਪਾਦਕੀ........

ਵਿਕਾਸ ’ਚ ਵੱਡੀ ਰੁਕਾਵਟ ਆਮਦਨ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ

ਭਾਰਤੀ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਵਿਚ ਜਦੋਂ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਸਮਾਜਵਾਦੀ ਸਮਾਜਿਕ ਢਾਂਚਾ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਰੱਖੇ ਗਏ ਸਨ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਰਥ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ’ਤੇ ਆਮਦਨ ਬਰਾਬਰੀ ਸੀ। ਪਰ 1947 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਗਾਤਾਰ ਆਮਦਨ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਸ ਵੇਲੇ 75 ਫ਼ੀਸਦੀ ਵਸੋਂ ਖੇਤੀ ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਸੀ। ਦੇਸ਼ ਦੇ 37 ਫ਼ੀਸਦੀ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਜਿਮੀਂਦਾਰੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵੱਡੀ ਭੂਮੀ ਮਾਲਕੀ ਅਸਮਾਨਤਾ ਸੀ। ਜਿਸ ਕਰ ਕੇ ਭੂਮੀ ਦੀ ਯੋਗ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਾਨਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਭੂਮੀ ਦੀ ਉਪਰਲੀ ਸੀਮਾ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਭਾਵੇਂ ਕੁਝ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਵੀ ਆਏ ਸਨ ਕਿ ਖੇਤੀ ਵਾਲੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਉਪਰਲੀ ਸੀਮਾ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸ਼ਹਿਰੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਉਪਰਲੀ ਸੀਮਾ ਵੀ ਲਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਰੱਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ (ਉਸ ਸਮੇਂ) ਭਾਰਤ ਸਨਅਤੀ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਪਿੱਛੇ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਭੂਮੀ ਤੇ ਉਪਰਲੀ ਸੀਮਾ ਲਾਉਣ ਨਾਲ ਸਨਅਤੀ ਵਿਕਾਸ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਤਰਕ ਉਸ ਵੇਲੇ ਗਲਤ ਸਿੱਧ ਹੋਇਆ, ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਏਕੜਾਂ ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਘਰ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ 100-100 ਗਜ਼ ਦੇ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਕਈ ਪਰਿਵਾਰ ਰਹਿੰਦੇ ਨਜ਼ਰ ਆਏ। ਸ਼ਹਿਰੀ ਭੂਮੀ ਦੀ ਸੀਮਾ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗਿਕ ਭੂਮੀ ਨੂੰ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ ਜਾਇਜ਼ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਖੇਤੀ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਉਪਰਲੀ ਸੀਮਾ ਨਾਲ ਵੀ ਸਮਾਨਤਾ ਵਾਲਾ ਮਕਸਦ ਪੂਰਾ ਨਾ ਹੋਇਆ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ 33 ਫ਼ੀਸਦੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਜੋਤਾਂ ਪੰਜ ਏਕੜ ਤੋਂ ਘੱਟ ਵਾਲਿਆਂ ਕੋਲ ਹਨ, ਜਦੋਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸਿਰਫ਼ 10 ਫ਼ੀਸਦੀ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਖੇਤਰ ਹੈ। 25 ਏਕੜ ਤੋਂ ਵਧ ਵਾਲੇ ਸਿਰਫ਼ 6.62 ਫ਼ੀਸਦੀ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ 21.68 ਫ਼ੀਸਦੀ ਖੇਤਰ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪ੍ਰਾਂਤਾਂ ਵਿਚ ਹਾਲਤ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਹੈ। ਆਮਦਨ ਦੀ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਬਾਰੇ ਵਰਲਡ ਇਕਨਾਮਿਕ ਫੋਰਮ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਰਤ ਦੇ 78 ਫ਼ੀਸਦੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧ ਜਾਇਦਾਦ 10 ਹਜ਼ਾਰ ਅਮਰੀਕੀ ਡਾਲਰਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ, ਜਦੋਂਕਿ ਉਪਰ ਦੇ 1.8 ਫ਼ੀਸਦੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਇੱਕ ਲੱਖ ਡਾਲਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਉਪਰਲੇ 1 ਫ਼ੀਸਦੀ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ 46 ਫ਼ੀਸਦੀ ਵਧੀ ਹੈ, ਜਦੋਂਕਿ ਹੇਠਲੇ 50 ਫ਼ੀਸਦੀ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਵਿਚ ਸਿਰਫ਼ ਤਿੰਨ ਫ਼ੀਸਦੀ ਦਾ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਅਰਬਪਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ 2018-19 ਵਿਚ 325 ਅਰਬ ਡਾਲਰ ਜਾਂ 22 ਲੱਖ 72 ਹਜ਼ਾਰ 500 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਸੀ, ਜਿਹੜੀ 2019 ਵਿਚ ਵਧਕੇ 408 ਅਰਬ ਡਾਲਰ ਜਾਂ 28 ਲੱਖ 96 ਹਜ਼ਾਰ 800 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਹੋ ਗਈ। ਜੋ ਭਾਰਤ ਦੇ 2019 ਦੇ ਬਜਟ (2,44,200 ਕਰੋੜ) ਤੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀ। ਇਸੇ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਇਹ ਗੱਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੇ 10 ਵਿਚੋਂ 6 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ ਆਮਦਨ 3.20 ਡਾਲਰਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਘਰੇਲੂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹਨ। ਉਂਜ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਹੈ ਇਸ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਵਿਚ ਦਿਨੋਂ-ਦਿਨ ਹੋ ਰਿਹਾ ਵਾਧਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਪੈ ਰਹੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ। ਆਮਦਨ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਰਾਜਨੀਤਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਹੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੀ ਸਗੋਂ ਇਹ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਮੁੱਖ ਰੁਕਾਵਟ ਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਤੱਖ ਸੱਚਾਈ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਆਮਦਨ ਬਰਾਬਰੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਉੱਥੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਦਰ ਤੇਜ਼ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਆਮਦਨ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਉੱਥੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਦਰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹ ਹੋਰ ਵੀ ਘਟਦੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਬਹੁਤ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਬਹੁਤ ਥੋੜਾ ਹਿੱਸਾ ਲੋੜਾਂ ਉੱਤੇ ਖ਼ਰਚਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵੀ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਅਮੀਰ ਲੋਕ ਜਿੰਨੀ ਬੱਚਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਨਾਲ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨਹੀਂ ਖ਼ਰੀਦਦੇ ਜਿਹੜੀਆਂ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਗ਼ਰੀਬ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਘੱਟ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਓਨੀ ਆਮਦਨ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਜਿਹੜੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਵਿਕਦੀਆਂ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਹੋਰ ਵਸਤੂਆਂ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ, ਜਿਸ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਨਾਲ ਆਮਦਨ ਹੋਰ ਘਟਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗ਼ਰੀਬੀ ਦਾ ਇਹ ਚੱਕਰ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਣਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲੀਆਂ ਵਿਕਣ, ਪਰ ਨਾ ਵਿਕਣਾ ਜਿੱਥੇ ਹੋਰ ਵਸਤੂਆਂ ਨਾ ਬਣਨ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਉਹ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਵੱਡੀ ਰੁਕਾਵਟ ਅਤੇ ਗ਼ਰੀਬੀ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਮਦਨ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਕੁੱਲ ਕਿਰਤ ਸ਼ਕਤੀ ਵਿਚੋਂ 6 ਫ਼ੀਸਦੀ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰ ਹਨ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਨਾ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਜਿੱਥੇ ਦੇਸ਼ ਲਈ ਵੱਡਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਉਹ ਹਰ ਇਕ ਦੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਆਮਦਨ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਵਿਚ ਸਮਾਈ ਹੋਈ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਉਹ ਆਮਦਨ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਯਤਨ ਅਰਥਹੀਣ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੇਸ਼ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਸਮੇਂ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਕਰੋੜ ਬੱਚੇ ਕਿਰਤ ਕਰਦੇ ਸਨ ਜੋ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਵੀ ਸੀ ਅਤੇ ਵੱਡੀ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈ ਹੈ ਪਰ ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲ ਕਿਰਤੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧ ਕੇ ਤਿੰਨ ਕਰੋੜ ਤੋਂ ਵੀ ਉਪਰ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਆਮਦਨ ਬਰਾਬਰੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਵੀ ਕਿਰਤ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਰਦਾ ਹੋਣਾ।

ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ-ਭਾਰਤ ਬੰਦ ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ

ਧਿੰਗੋਜ਼ੋਰੀ ਦੀਆਂ ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਘਟਨਾਵਾਂ ’ਤੇ ਤਸ਼ੱਦਦ ਨੇ ਵਰਤਮਾਨ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਭਰਵੀਂ ਥਾਂ ਮੱਲੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਹ ਤਸ਼ੱਦਦ, ਜ਼ਿਆਦਤੀਆਂ ਨੂੰ ਠੱਲ੍ਹ ਪਾਉਣ ਲਈ ਲੋਕ ਲਹਿਰਾਂ ਉਸਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸੰਘਰਸ਼, ਇਹ ਲਹਿਰਾਂ, ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਧਰਮਾਂ, ਜਾਤਾਂ ਤੇ ਨਸਲਾਂ ਦੇ ਪਹਿਰੇਦਾਰ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਵਿੱਚ ਸਹਿਜਤਾ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਪਸੀ ਸਾਂਝਾਂ ਪੱਕੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੋਂ ਉਠਿਆ, ਦੇਸ਼ ਭਰ ’ਚ ਫੈਲਿਆ ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ, ਜੋ ਹੁਣ ਜਨ-ਅੰਦੋਲਨ ਬਣ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ, ਇਸਦੀ ਪਕੇਰੀ ਮਿਸਾਲ ਹੈ। ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਘਟਨਾ ਸਦੀਆਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਦੇਸ਼, ਕਾਲ, ਕੌਮ, ਨਸਲ, ਰੰਗ, ਲਿੰਗ ਭੇਦ ਆਦਿ ਦਾ ਅੰਤਰ ਹਵਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਭਾਰਤ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਗਵਾਹ ਹੈ ਕਿ ਮੁਗਲ ਸਲਤਨਤ ਦੀ ਵਸੋਂ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕ ਕਬੀਲੇ ਅਤੇ ਕੌਮਾਂ ਸਨ, ਜਿਹੜੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬੋਲੀਆਂ ਬੋਲਦੇ, ਸਮਾਜੀ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੱਧਰਾਂ ਉਤੇ ਅੱਪੜੇ ਹੋਏ ਸਨ ਅਤੇ ਜਾਤਾਂ ਦੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਅਤੇ ਧਰਮਾਂ ਕਾਰਨ ਵੰਡੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਵਸੋਂ ਦੀ ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀ ਆਪਣੇ ਪੇਂਡੂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਨਿੱਕੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ। ਕਿਸਾਨ ਮਾਲੀਏ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਰਾਜ ਨੂੰ ਲਗਾਨ ਦਿੰਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਗੱਲ ਹਕੂਮਤ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਮਾਲੀਆ ਬਕਾਇਦਗੀ ਨਾਲ ਅਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਪਰ ਨਾ ਹੀ ਰਾਜ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਾਮੰਤੀ ਸ਼ਾਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਸੀ।

ਇਹੋ ਹਾਲ ਮੌਜੂਦਾ ਦੌਰ ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਮੌਜੂਦਾ ਹਕੂਮਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ’ਚ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿਸਾਨ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਵੱਡਿਆਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਸਾਮੰਤੀ ਸ਼ਾਹਾਂ ਵਰਗੇ ਅੰਡਾਨੀਆਂ, ਅੰਬਾਨੀਆਂ ਦੇ ਢਿੱਡ ਦਾ ਝੁਲਕਾ ਬਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਜਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਿਵਾਏ ਵੱਡੇ ਦਮਗਜ਼ਿਆਂ ਦੇ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤਦੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਭਰਵੇਂ ਵਿਰੋਧ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਤਿੰਨ ਕਾਲੇ ਖੇਤੀ ਕਾਨੂੰਨ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪਾਸ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਕਿਸਾਨੀ, ਲੋਕਾਈ ਵਿਰੋਧ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਸੁਣੀ ਜਾ ਰਹੀ। ਕਿਸਾਨ ਦਿੱਲੀ ਦੀਆਂ ਬਰੂਹਾਂ ਉਤੇ ਪੂਰੇ ਸਿਦਕ, ਦਲੇਰੀ ਨਾਲ ਬੈਠੇ ਹਨ, ਅੰਤਮ ਜਿੱਤ ਤੱਕ, ਤਿੰਨੇ ਖੇਤੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਵਾਪਸੀ ਤੱਕ।

ਪੰਜਾਬ, ਹਰਿਆਣਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੂਬਿਆਂ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਜਿਵੇਂ ਇਹ ਸਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਹੌਸਲਾ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦੈ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਆਸ ਕਿਵੇਂ ਮੱਧਮ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਣੀ, ਇਹ ਇਸ ਅੰਦੋਲਨ ਨੂੰ ਦੇਖਿਆਂ, ਸੁਣਿਆਂ ਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਜ਼ਾਰਾਂ, ਲੱਖਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ’ਚ ਦਿੱਲੀ ਦੀਆਂ ਬਰੂਹਾਂ ’ਤੇ ਹੁੰਕਾਰ ਭਰਦੇ ਲੋਕ, ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹੋ ਰਹੇ ਸੋਸ਼ਣ, ਧੋਖੇ, ਦਮਨ, ਅਨਿਆਂ ਨੂੰ ਬੇਬਾਕੀ ਨਾਲ ਦੁਨੀਆਂ ਸਾਹਮਣੇ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਜਿਸਨੂੰ ਵੇਚਕੇ ਪੈਸੇ ਵੱਟੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਸਨ, ਸਗੋਂ ਜ਼ਮੀਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦੀ ਲੜਾਈ ਲੜ ਰਹੇ ਹਨ।

ਪੌੜੀ ਦਰ ਪੌੜੀ ਇਹ ਸੰਗਰਾਮ ਅੱਗੇ ਵਧਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਚਰਮ ਸੀਮਾ ਉਤੇ ਉਦੋਂ ਪਹੁੰਚਿਆ, ਜਦੋਂ ਅੰਦੋਲਨ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਭਾਰਤ ਬੰਦ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸਨੂੰ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਭਰਵਾਂ ਹੁੰਗਾਰਾ ਮਿਲਿਆ। ਇਹ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਵੱਡੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਨਿਬੜਿਆ। ਇਸ ਨੇ ਦੇਸ਼ ’ਤੇ ਰਾਜ ਕਰ ਰਹੀ ਧਿਰ ਦੀਆਂ ਚੂਲਾਂ ਹਿਲਾ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਭਾਰਤ ਬੰਦ ਦੇ ਸੱਦੇ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਹਰ ਸ਼ਹਿਰ, ਹਰ ਪਿੰਡ, ਹਰ ਕਸਬੇ, ਹਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ, ਹਰ ਸੂਬੇ ’ਚ ਭਰਵਾਂ ਹੁੰਗਾਰਾ ਮਿਲਿਆ ਅਤੇ ਇਹ ਬੰਦ ਜਿਵੇਂ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨੇਪਰੇ ਚੜ੍ਹਿਆ, ਉਸਨੇ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਕਮ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਆਨ ਦੇਣ ’ਤੇ ਮਜਬੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, “ਕੇਂਦਰ ਗੱਲਬਾਤ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ ਤੇ ਸਰਕਾਰ ਮਸਲੇ ਦਾ ਹੱਲ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ”। ਉਂਜ ਇਹ ਵੀ ਇੱਕ ਛਲਾਵਾ ਹੈ।

ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ ਨੂੰ ਫੇਲ੍ਹ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਕਮਾਂ ਨੇ ਕੋਝੇ ਢੰਗ-ਤਰੀਕੇ ਵਰਤੇ। ਇਸ ਅੰਦੋਲਨ ਨੂੰ ਬਦਨਾਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਕਸਰ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ। ਅੰਦੋਲਨਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ “ਪਰਜੀਵੀ” ਦੱਸਿਆ। ਖਾਲਿਸਤਾਨੀ, ਅਤਿਵਾਦੀ ਕਿਹਾ। ਅੰਦੋਲਨਕਾਰੀਆਂ ਲਈ ਲਗਾਏ ਲੰਗਰਾਂ ਲਈ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਧੰਨ ਉਤੇ ਸਵਾਲ ਉਠਾਏ। ਦਿੱਲੀ ਦੀਆਂ ਸਰਹੱਦਾਂ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕੀਤਾ। 26 ਜਨਵਰੀ 2021 ਨੂੰ “ਟਰੈਪ” ਲਗਾ ਕੇ ਕੁਝ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਲ ਕਿਲੇ ਵੱਲ ਲਿਜਾਇਆ ਗਿਆ। ਗੋਦੀ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਧ੍ਰੋਹੀ ਅੰਦੋਲਨ ਤੱਕ ਗਰਦਾਨਿਆ। ਜਿਵੇਂ ਮੁਗਲ ਸਾਮਰਾਜ ਵੇਲੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਤੋਂ ਮਾਲੀਆ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਫੌਜਾਂ ਬੁਲਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਨ, ਉਵੇਂ ਹੀ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅੰਦੋਲਨ ਕਰ ਰਹੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਲੀ ’ਚ ਵੜਨੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਲਾਂ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਇਥੇ ਹੀ ਬੱਸ ਨਹੀਂ ਐਫ.ਸੀ.ਆਈ. (ਫੂਡ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਇੰਡੀਆ) ਰਾਹੀਂ ਫੁਰਮਾਨ ਜਾਰੀ ਹੋਇਆ ਕਿ ਆੜ੍ਹਤੀਆਂ ਦੀ ਵਿਚੋਲਗਿਰੀ ਖ਼ਤਮ ਕਰਕੇ, ਕਣਕ ਖ਼ਰੀਦ ਦੇ ਪੈਸੇ ਸਿੱਧੇ ਜ਼ਮੀਨ ਮਾਲਕ ਦੇ ਖਾਤੇ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਇਹ ਚਾਲ ਕਿਸਾਨਾਂ ਅਤੇ ਆੜ੍ਹਤੀਆਂ ’ਚ ਉਵੇਂ ਦੀ ਫੁਟ ਪਾਉਣ ਵਰਗੀ ਚਾਲ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਦੀ ਫੁੱਟ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਹਾਕਮ ਧਿਰ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਕੁਰਸੀ ਹਥਿਆਉਣ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਧਰਮ, ਜਾਤ, ਕਬੀਲੇ ਦੇ ਨਾਮ ਉਤੇ ਵੰਡਕੇ ਚਾਲ ਚਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਭ ਕੁਝ ਦਾ ਸਿੱਟਾ, ਅੰਦੋਲਨਕਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰਾਜ ਕਰ ਰਹੀ ਪਾਰਟੀ ਭਾਜਪਾ ਵਿਰੁੱਧ ਵੱਡੇ ਰੋਸ ਵਜੋਂ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਵੱਧ ਰਹੇ ਰੋਸ ਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਦੇਸ਼ ’ਚ ਜਿਥੇ ਹੋਰ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੇ ਭਾਜਪਾ ਗੱਠਜੋੜ ਦਾ ਸਾਥ ਛੱਡਿਆ, ਉਥੇ ਅਕਾਲੀ ਵੀ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਸਾਥ ਛੱਡ ਗਏ। ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਸੂਬੇ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਨੇਤਾਵਾਂ ਦਾ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ ਮੁਹਾਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਿਸਾਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਥਾਂ-ਥਾਂ ਘੇਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮੰਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਤਿੰਨੇ ਕਾਲੇ ਕਾਨੂੰਨ ਵਾਪਸ ਹੋਣ ਅਤੇ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਡਾ: ਸਵਾਮੀਨਾਥਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇ।

ਉਹ ਭਾਜਪਾ ਪੰਜਾਬ, ਜਿਹੜੀ 2022 ਦੀ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣ ’ਚ 117 ਸੀਟਾਂ ਉਤੇ ਚੋਣ ਲੜਨ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ, ਉਸਦੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰਾਂ, ਨਗਰ ਨਿਗਮ, ਮਿਊਂਸਪਲ ਕਮੇਟੀਆਂ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ’ਚ ਵੱਡੀ ਕਿਰਕਿਰੀ ਹੋਈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਚੋਣ ਨਿਸ਼ਾਨ ਉਤੇ ਚੋਣ ਲੜਨ ਲਈ ਉਮੀਦਵਾਰ ਮਿਲਣੇ ਔਖੇ ਹੋ ਗਏ। ਇਥੇ ਹੀ ਬੱਸ ਨਹੀਂ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਵਿਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਐਡਾ ਵੱਡਾ ਵਿਰੋਧ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਸ਼ਾਇਦ ਕੇਂਦਰ ਦੀ ਹਾਕਮ ਧਿਰ ਨੇ ਕਦੇ ਚਿਤਵਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗਾ।

27 ਮਾਰਚ 2021 ਨੂੰ ਮਲੋਟ ਵਿਖੇ ਭਾਜਪਾ ਵਿਧਾਇਕ ਅਰੁਣ ਨਾਰੰਗ ’ਤੇ ਹਮਲਾ ਹੋਇਆ। 25 ਮਾਰਚ 2021 ਨੂੰ ਸਾਬਕਾ ਮੰਤਰੀ ਸੁਰਜੀਤ ਕੁਮਾਰ ਜਿਆਣੀ ਦਾ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਘਿਰਾਓ ਕੀਤਾ। ਪਹਿਲੀ ਜਨਵਰੀ 2021 ਨੂੰ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਵਿੱਚ ਸਾਬਕਾ ਮੰਤਰੀ ਤੇ ਭਾਜਪਾ ਆਗੂ ਤੀਕਸ਼ਣ ਸੂਦ ਦੀ ਕੋਠੀ ਦੇ ਬਾਹਰ ਗੋਹਾ ਸੁੱਟਿਆ ਗਿਆ। 25 ਦਸੰਬਰ 2020 ਨੂੰ ਬਠਿੰਡਾ ’ਚ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ’ਚ ਵੜ ਕੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਭੰਨ-ਤੋੜ ਕੀਤੀ। 13 ਅਕਤੂਬਰ ਨੂੰ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਸ਼ਵਨੀ ਸ਼ਰਮਾ ’ਤੇ ਟਾਂਡਾ ਟੋਲ ਪਲਾਜ਼ੇ ’ਤੇ ਹਮਲਾ ਹੋਇਆ। ਇਹਨਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲੋਂ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਨਿਖੇਧੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤੇ ਹਮਲਾਵਾਰਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ। ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ 27 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬਿਆਨ ’ਚ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਘਟਨਾ ਰੋਕਣ ਲਈ ਖੇਤੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਸੰਕਟ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਵਿਰੁੱਧ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਕਿਸਾਨ ਮਸਲੇ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਬੇਧਿਆਨੀ ਅਤੇ ਜ਼ਿੱਦ ਦੀ ਉਪਜ ਹੈ।

ਕਿਸਾਨ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਮੰਨੇ ਜਾਣ ਲਈ ਭਾਜਪਾ ਸਰਕਾਰ ਵਿਰੁੱਧ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਵਿਚਲੀਆਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ’ਚ ਕਿਸਾਨ, ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਸਿਆਸੀ ਏਜੰਡਾ ਨਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਦੁਰਦਸ਼ਾ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਰਥਿਕ ਹਾਲਾਤਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਦੁਪਰਿਆਰੇ ਵਿਵਹਾਰ, ਕਰਜ਼ ਮੁਆਫ਼ ਨਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਸੂਬਿਆਂ ’ਚ ਜਾ ਕੇ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਧੰਨ ਕੁਬੇਰਾਂ ਨਾਲ ਪਾਈ ਸਾਂਝ, ਦੇਸ਼ ਦੇ ਅਸਾਸੇ ਵੇਚਣ, ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਭਾਜਪਾ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਚੋਣ ਵਾਅਦਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਿਆਂ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਬਾਤ ਪਾਉਣੋਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਖੁੰਝਦੇ। ਇੰਜ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਅਕਸ ਖਰਾਬ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਹੀ ਬੱਸ ਨਹੀਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ ਉਤੇ ਭਾਜਪਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ ਕਾਰਨ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਬਦਨਾਮੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਦੀ ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਚਰਚਾ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਵਲੋਂ ਭਾਰਤੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਹੱਕ ’ਚ ਆਵਾਜ਼ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸਦੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਭਾਰਤੀਆਂ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਛੋਟੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਅਤੇ ਵੱਡੀਆਂ ਫਿਲਮੀ ਹਸਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜੀ ਕਾਰਕੁੰਨਾਂ ਨੇ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਹਕੂਮਤ ਵਿਰੁੱਧ ਵੱਡੇ ਸਵਾਲ ਉਠਾਏ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਹਕੂਮਤ ਦਾ ਚਿਹਰਾ-ਮੋਹਰਾ ਇਸ ਕਰਕੇ ਵੀ ਹੋਰ ਪੇਤਲਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨਾਲ ਗਿਆਰਾਂ-ਬਾਰਾਂ ਵੇਰ ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਢੌਂਗ ਰਚਕੇ, ਕਿਸਾਨ ਮੰਗਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਕਿਸੇ ਨੇਪਰੇ ਨਹੀਂ ਚਾੜ੍ਹੀ ਗਈ। ਦੇਸ਼, ਵਿਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਇਸ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਪ੍ਰਤੀ ਵਤੀਰੇ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਉਸ ਅਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਆੜੇ ਹੱਥੀਂ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਅੰਦੋਲਨ ਦੌਰਾਨ 300 ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿਸਾਨ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਦੇ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਪਰ ਭਾਜਪਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਕੰਨਾਂ ਉਤੇ ਜੂੰ ਨਹੀਂ ਸਰਕ ਰਹੀ।

ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਕਿਹਾ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਪੰਜਾਬ, ਹਰਿਆਣਾ ’ਚ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਨੇਤਾਵਾਂ, ਵਰਕਰਾਂ ਦੇ ਹੋ ਰਹੇ ਮੰਦੜੇ ਹਾਲ ਅਤੇ ਡਿੱਗ ਰਹੀ ਸਿਆਸੀ ਤਾਕਤ ਤੋਂ ਚਿੰਤਤ ਨਹੀਂ। ਉਸਦੀ ਚਿੰਤਾ ਭਾਰਤ ਬੰਦ ਦਾ ਪੰਜਾਬ, ਹਰਿਆਣਾ, ਯੂਪੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰਾਜਸਥਾਨ, ਮੱਧਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਬਿਹਾਰ, ਉੜੀਸਾ, ਤਿਲੰਗਾਣਾ ਤੱਕ ਫੈਲਿਆ ਅਸਰ ਵੀ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ ਦੇ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਜ਼ਾਹਰ ਤੌਰ ’ਤੇ ਇਸਨੂੰ ਮੰਨ ਨਹੀਂ ਰਹੀ।

ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਚਿੰਗਆਈ ਅਤੇ ਬੁਰਾਈ ਦਾ ਸੱਦੀਆਂ ਪੁਰਾਣਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋਨੋਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਦੁਸ਼ਮਨ ਵੀ ਹਨ ਅਤੇ ਸਹੇਲੀਆਂ ਵੀ। ਇਹ ਇੱਕ ਦੂਜੀ ਨਾਲ ਸੌਕਣਾਂ ਵਾਲਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਇੱਕ ਪਹਿਲਵਾਨ ਵਰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਕਿ ਅਖਾੜ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਵਿਰੋਧੀ ਨਾਲ ਕੁਸ਼ਤੀ ਲੜਦੇ ਸਮੇਂ ਕਦੀ ਥੱਲੇ ਅਤੇ ਕਦੀਂ ਉਤੇ ਆਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਬੁਰਆਈ ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨੀ ਵੀ ਚੁਸਤ ਚਲਾਕ ਹੋ ਜਾਵੇ ਇਕ ਦਿਨ ਚੰਗਿਆਈ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਥੱਲੇ ਲੈ ਹੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਭਜਨ ਕੈਨੇਡਾ

ਦੇਸੀ ਟਾਈਮਜ਼

TELL : (438) 500-6024

Head Office :
424 Bourbonnais
LaSalle, QC H8R 2Z1

Publisher	:	Manjeet Singh Athwal
Managing Director	:	Manpreet Singh
Editor-in-Chief	:	Amarjit singh
Office Admin	:	Satnam Singh
Design by	:	VJ Arts
Videographer	:	Navjeet Sharma
Photographer	:	Paul Awasthi, Nirmal Bal GKB Media
Arts Critic	:	Wendy Rockburn
Free Lance Reporter	:	Joanne Penhale

Email : singhatthwal@gmail.com smanjeet@sympatico.ca

Publishers Note

Desi Times and people associated with it are not responsible for any claims made by the advertisers or endorse any of their products or service advertised within. The views expressed in the Desi Times don not necessarily reflect the views of the publisher and editor. Desi Times is in the business of selling space but does not test or confirm the legilmacy of the claim made in the paper. Desi Times dones promote a healthy forum for discussion of a myriad of views in peaceful civilized manner while trying to dissuade any form of discrimination and abuse.

Contribution to the growth of the paper is most appreciated and sponsors and advertisers are trained for their support. We would like to thanks all the well wishers and supporters of Desi Times for making this endeavor possible. Let us be proud of our roots, humble in our temperament and rigorous in our efforts to attain greatness in our achievements

ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੁੱਗਣੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸਵਾਲ

ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਦੇ ਮੈਂਬਰ (ਖੇਤੀਬਾੜੀ) ਡਾ. ਰਮੇਸ਼ ਚੰਦ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਾਨੂੰਨ ਜਲਦੀ ਅਮਲ ਵਿਚ ਨਾ ਲਿਆਂਦੇ ਤਾਂ 2022 ਤੱਕ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੁੱਗਣੀ ਕਰਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸਰਕਾਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨਾਲ਼ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਉੱਪਰ ਮੱਦ-ਦਰ-ਮੱਦ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਉੱਪਰ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕੁਝ ਦੇਣ ਅਤੇ ਕੁਝ ਲੈਣ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਨਿੱਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸਾਨ ਆਪਣੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਉੱਤੇ ਅੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅੱਗੇ ਕੋਈ ਰਾਹ ਨਿੱਕਲਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ ਡੇਢ ਸਾਲ ਤੱਕ ਲਾਗੂ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਚੰਗਾ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਯੂਪੀਏ-2 ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਅਪ੍ਰੈਲ 2013 ਵਿਚ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਲਾਗਤਾਂ ਤੇ ਕੀਮਤਾਂ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੀਆਂ ਜਿਨਸਾਂ ਦੀਆਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਕੀਮਤਾਂ ਬਾਰੇ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਸਿਫ਼ਾਰਸਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਧੀ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਲਈ ਡਾ. ਰਮੇਸ਼ ਚੰਦ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿਚ ਕਮੇਟੀ ਬਣਾਈ ਸੀ। ਇਸ ਕਮੇਟੀ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਅਪਰੈਲ 2015 ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਕਮੇਟੀ ਦੀਆਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਕੀਮਤਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਡਾ. ਐੱਮਐੱਸ ਸਵਾਮੀਨਾਥਨ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸੁਝਾਅ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਉਤਾਪਦਨ ਲਾਗਤ (ਸੀ-2) ਉੱਪਰ 50 ਫ਼ੀਸਦ ਨਫ਼ਾ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਤੋਂ ਕਾਫ਼ੀ ਅੱਗੇ ਸਨ। ਜਿਸ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਡਾ. ਰਮੇਸ਼ ਚੰਦ ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸਾਨ-ਪੱਖੀ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਵੀ ਕੀਤੀ। ਕਮੇਟੀ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਚ ਜੋਖਿਮ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦਿਆਂ 10 ਫ਼ੀਸਦ ਵਾਧੂ ਭਾਅ ਦੇਣਾ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਕੀਮਤਾਂ ਤੇ ਮੰਡੀ ਕੀਮਤਾਂ ਦਾ ਅੰਤਰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਹੋਣੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੁਖੀ ਨੂੰ ਹੁਨਰਮੰਦ ਕਿਰਤੀ ਮੰਨ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸਾਨ-ਪੱਖੀ ਮੰਨਦਿਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਹੋਈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਸ ਕਮੇਟੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਹੇਵੰਦ ਕੀਮਤਾਂ ਨਾ ਮਿਲਣ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਜਿਸ ਕਰ ਕੇ ਉਹ ਕਰਜ਼ੇ ਦੇ ਬੋਝ ਕਾਰਨ ਖ਼ੁਦਕੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਰਾਹ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਮੇਟੀ ਨੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਸੀ ਕਿ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੰਡੀ ਦੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ (ਲੁੱਟਾਂ) ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ,ਪਰ ਐੱਨਡੀਏ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਯੋਜਨਾ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦਾ ਭੋਗ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਬਣਾਏ ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਵਿਚ ਡਾ. ਰਮੇਸ਼ ਚੰਦ ਮੈਂਬਰ (ਖੇਤੀਬਾੜੀ) ਬਣ ਗਏ ਅਤੇ ਹੁਣ ਉਹ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਨੂੰ ਦੁੱਗਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮੰਡੀ ਦੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ 2022 ਤੱਕ ਦੁੱਗਣਾ ਕਰਨ ਬਾਬਤ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸਵਾਲ ਇਹ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਾ. ਰਮੇਸ਼ ਚੰਦ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿੰਨ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਾਨੂੰਨ ਜਲਦੀ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ 28 ਮਾਰਚ 2021 ਨੂੰ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਜਦੋਂਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਇਹ ਵਾਅਦਾ 28 ਫਰਵਰੀ 2016 ਨੂੰ ਬਰੇਲੀ ਵਿਖੇ ਆਪਣੇ ਭਾਸ਼ਨ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਵਾਅਦਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਨਾਲ਼ ਸਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਨਵੇਂ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਸ਼ਰਤ ਨਹੀਂ ਰੱਖੀ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਸਭਾ ਵਿਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਕੋਲ਼ ਅਜਿਹੇ ਅੰਕੜੇ ਨਹੀਂ ਹਨ। 2015-16 ਲਈ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੈਂਪਲ ਸਰਵੇ ਦੇ 2011-12 ਦੇ ਅਨੁਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ 2015-16 ਲਈ ਇਕ ਭਾਰਤੀ ਕਿਸਾਨ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਆਮਦਨ 96703 ਰੁਪਏ ਆਂਕੀ ਗਈ ਜਿਹੜੀ 8059 ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਅਤੇ ਪੰਜ ਜੀਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ 1612 ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਤੀ ਜੀਅ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਜਾਂ 54 ਰੁਪਏ ਦੇ ਕਰੀਬ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਪ੍ਰਤੀ ਜੀਅ ਬਣਦੀ ਸੀ। 2016 ਤੋਂ 2022 ਤੱਕ ਦੇ 6 ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੁੱਗਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਵਿਚ 10.4 ਫ਼ੀਸਦ ਸਾਲਾਨਾ ਵਾਧਾ ਹੋਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੇ ਠੀਕ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਆਪਣੇ ਇਕ ਦਫ਼ਤਰ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੈਂਪਲ ਸਰਵੇ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਤੋਂ 2018 ਦੌਰਾਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਘਟੀ ਹੋਈ ਆਮਦਨ ਬਾਰੇ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿਚ ਚਰਚਾ ਹੋਈ ਸੀ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਇਹ ਅੰਕੜੇ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਦਿੱਤੇ। ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਵਿਚ ਵਾਧੇ ਦੇ ਨੇੜੇ-ਤੇੜੇ ਦੇ ਅਨੁਮਾਨ ਲਾਉਣ ਲਈ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਖੇਤਰ ਦੇ ਕੁੱਲ ਮੁੱਲ ਵਾਧੇ (Agriculture Gross Value Added) ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। 2016 ਤੋਂ 6 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਨੂੰ ਦੁੱਗਣਾ ਕਰਨ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੇ 5 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ 24.5 ਫ਼ੀਸਦ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਡਾ. ਰਮੇਸ਼ ਚੰਦ ਅਨੁਸਾਰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਵਾਧਾ 3.5 ਫ਼ੀਸਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ 2022 ਤੱਕ ਦੁੱਗਣੀ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ 6 ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਵਾਧਾ 100 ਫ਼ੀਸਦ ਹੋਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂਕਿ ਸਰਕਾਰੀ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਵਾਧਾ ਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ 28 ਫ਼ੀਸਦ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਤਿੰਨ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਾਨੂੰਨ ਰੱਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਮੁਲਕ ਵਿਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਿਰਤੀ ਵਰਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸੰਘਰਸ਼ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੰਜੀਦਗੀ ਨਾਲ਼ ਸੋਚਣ ਵਾਲਾ ਪੱਖ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਤੁਰੰਤ ਲਾਗੂ ਵੀ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤਾਂ 6 ਸਾਲਾਂ ਵਿਚੋਂ ਰਹਿੰਦੇ ਇਕ ਸਾਲ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮੰਡੀ ਦਾ ਕਿਹੜਾ ਝੁਰਲੂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਵਿਚ 75 ਫ਼ੀਸਦ ਤੋਂ ਵਧ ਦਾ ਵਾਧਾ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ? ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮੰਡੀਆਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਤਾਂ ਕਾਰੋਬਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਫ਼ਿਆਂ ਵਿਚ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 2016 ਵਿਚ ਅਤੇ ਹੁਣ ਵੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੁੱਗਣੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਬਿਆਨ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਵਾਲ ਹਨ। ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ 2015-16 ਦੌਰਾਨ ਕਿਸਾਨ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਪ੍ਰਤੀ ਜੀਅ ਆਮਦਨ 54 ਰੁਪਏ ਸੀ। ਜੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਆਪਣਾ ਵਾਅਦਾ ਪੂਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ 2022 ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਆਮਦਨ 108 ਰੁਪਏ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। 108 ਰੁਪਏ ਦੀ ਆਮਦਨ ਵਿਚ ਤਾਂ ਤਿੰਨ ਡੰਗਾਂ ਦੀ ਰੋਟੀ ਦਾ ਖਰਚਾ ਵੀ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ, ਜਦੋਂਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਮੁਢਲੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵਿਚ ਰੋਟੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੱਪੜਾ, ਮਕਾਨ, ਸਿੱਖਿਆ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਸਾਫ਼ ਵਾਤਾਵਰਨ, ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

Minimum requirements
10+2 and IELETS in 6.0 Bands

Bring your relatives to Canada through a student visa. Permanent Residence in 2 years upon completion of diploma studies.

ਹੁਣ ਲਓ 2019 ਦਾ ਦਾਖਲਾ

ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ਾ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀ. ਆਰ

ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ੇ ਰਾਹੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਮੰਗਵਾਓ। 2 ਸਾਲ ਦਾ ਡਿਪਲੋਮਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਪੱਕੀ ਪੀ. ਆਰ. ਲਓ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਪੜ੍ਹਾਈ 10+2, ਅਤੇ IELETS ਵਿਚੋਂ 6.0 ਬੈਂਡਸ

Call
514-798-1794

COOKS WANTED IN WESTERN FOOD RESTAURANT

We are looking for experienced cooks to join our growing kitchen team.

Detailed Requirements

- Vegetable prep: must know how to slice/dice/chop different vegetables.
- Ensure to comply with sanitary regulations
- Ensure that kitchen is clean and well-organized at all times
- Organized, clean & detail-oriented
- Can work independently, with minimal supervision
- Punctual
- Must have a love for food preparation and kitchen work
- At least 2 years prior experience

Shift: Monday to Friday 7:00am to 2:30pm
Part-time
Please send your information to
info@57vegane.com

Student Visa and Canadian PR

Minimum requirements
10+2 and IELETS in 6.0 Bands

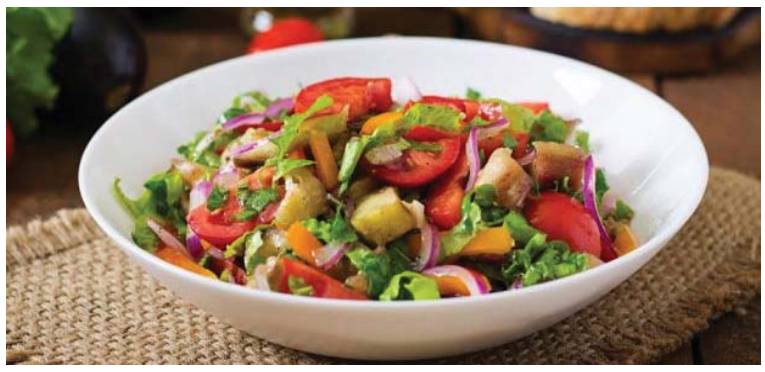
Bring your relatives to Canada through a student visa. Permanent Residence in 2 years upon completion of diploma studies.

ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ਾ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀ. ਆਰ.
ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ੇ ਰਾਹੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਮੰਗਵਾਓ।
2 ਸਾਲ ਦਾ ਡਿਪਲੋਮਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਪੱਕੀ ਪੀ. ਆਰ. ਲਓ।
ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਪੜ੍ਹਾਈ 10+2 ਅਤੇ IELETS ਵਿਚੋਂ 6.0 ਬੈਂਡਸ।

Call: 514-798-1794

ਹੁਣ ਲਓ
ਮਈ 2020-21
ਦਾ ਦਾਖਲਾ

ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰ



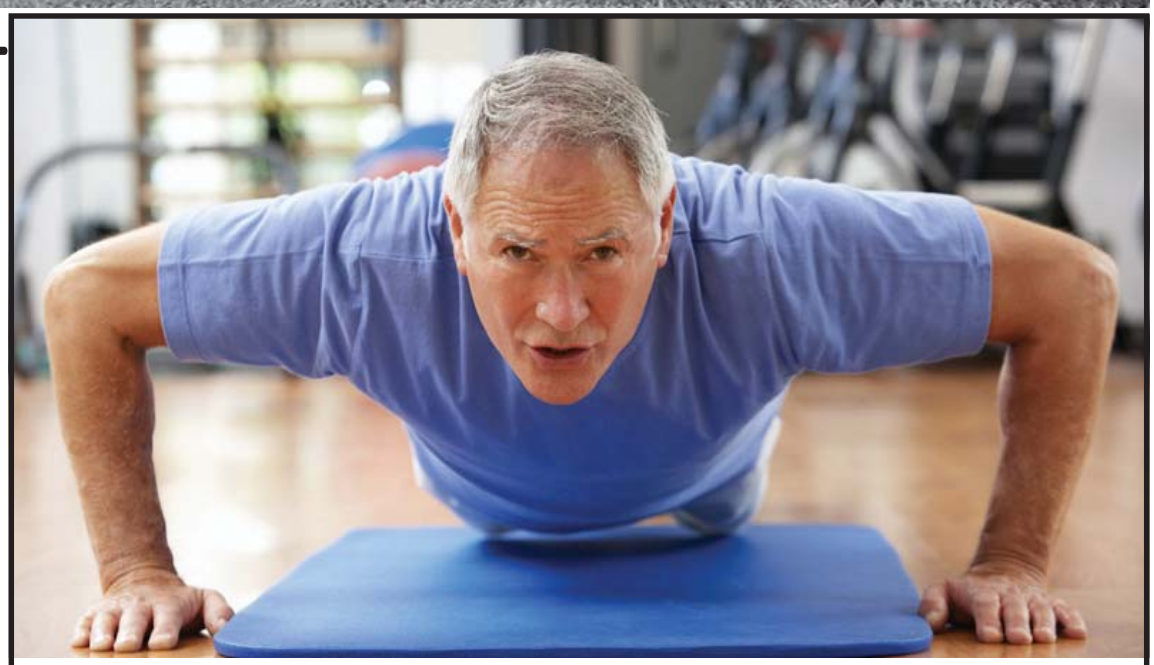
ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਸੱਚ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਕਿ ਕੁਦਰਤੀ ਆਹਾਰ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰ ਹੀ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਤਿਹਾਸਕ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੇ ਆਰੰਭ ਤੋਂ ਹੀ ਇਸ ਪਾਸੇ ਧਿਆਨ ਦਈਏ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਸ਼ੁੱਧ ਸਾਤਵਿਕ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਵਧੀਆ ਕਿਸਮ ਦਾ ਆਹਾਰ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਇਹ ਸਿੱਧ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਭੋਜਨ ਵਿਚ ਭੋਜਨ ਤੰਤੂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਮਾਸਾਹਾਰ ਹੈ। ਜੇ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਭੋਜਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਬਜ਼, ਕੋਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਅਤੇ ਹਰਨੀਆਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਬਵਾਸੀਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵੀ ਭੋਜਨ ਤੰਤੂਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਚੁਰਤਾ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੀ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਤਨ ਸਿਹਤਮੰਦ, ਰਿਸ਼ਟ-ਪੁਸ਼ਟ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਵਿਕਾਸ ਵੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤੀ ਆਹਾਰ ਨਾਲ ਸਿਰਫ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਹੀ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਜਿਵੇਂ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰ ਭੋਜਨ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਵੀ ਅਧਿਐਨ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਧੂ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੁਦਰਤੀ ਵਣ-ਉਪਜ ਅਤੇ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰ ਹਨ।

ਪੇਟ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪੁਦੀਨਾ

ਪੁਦੀਨਾ ਇਕ ਭਾਰਤੀ ਸੁਗੰਧਤ ਪੌਦੇ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਪਣੀ ਸੁਗੰਧ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਵਾਂਗ ਤੇਜ਼ ਗੁਣਾਂ ਕਾਰਨ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਇਸ ਦੇ ਪੱਤੇ ਦੀ ਪ੍ਰੰਪਰਾਗਤ ਦਵਾਈ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਵਿਚ ਇਸ ਦੇ ਪੱਤੇ ਦਾ ਸ਼ਰਬਤ ਰਾਹਤ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਇਸ ਨੂੰ ਪੇਟ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਦਵਾਈ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਇਡਿਲੇਡ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੋਜ ਅਤੇ ਤਜਰਬੇ ਵਿਚ ਸਹੀ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਬਦਹਜ਼ਮੀ, ਗੈਸ, ਪੇਟ ਦਰਦ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਫੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੇਟ ਦੀ ਜਲਣ ਵਿਚ ਵੀ ਦਵਾਈ ਵਾਂਗ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ। ਕਲੀਨੀਕਲ ਨਤੀਜੇ ਨਾਲ ਇਥੋਂ ਦੀ ਦੇਸੀ ਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਮਿਲੀ ਹੈ।

ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਮਾਂ ਬਣਨਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ

ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਮਾਂ ਬਣਨਾ ਮਾਂ ਲਈ ਤਾਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੈ ਹੀ, ਬੱਚੇ ਲਈ ਵੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੈ। ਹਾਲ ਹੀ ਵਿਚ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੋਜਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਮਾਂ ਬਣਨ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਸ਼ੂਗਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਪਹਿਲੀ ਸੰਤਾਨ ਹੋਵੇ, ਉਦੋਂ ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋਰ ਵੀ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੰਦਨ ਵਿਚ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿਚ 1375 ਵਿਅਕਤੀਆਂ 'ਤੇ ਇਕ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਤੇ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਬੱਚੇ ਸ਼ੂਗਰ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਸਨ। ਅਧਿਐਨ ਅਨੁਸਾਰ 30 ਸਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਰ ਪੰਜਵੇਂ ਸਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ 25 ਫੀਸਦੀ ਵਧਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਰਥਾਤ 45 ਸਾਲ ਦੀ ਮਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ੂਗਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਤਿੰਨ ਗੁਣਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਬੁਢਾਪੇ ਨੂੰ ਸੁਖਮਈ ਬਣਾਓ

ਉਮਰ ਵਧਣ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਧ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਚੁਸਤੀ ਵਿਚ ਕਮੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸੌਖਿਆਂ ਹੀ ਕਾਬੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਉਪਾਵਾਂ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਕੇ ਬੁਢਾਪੇ ਨੂੰ ਸੁਖਮਈ ਬਿਤਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਸਹੀ ਹੋਵੇ : ਉਮਰ ਵਧਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਸੰਜਮ ਨਾਲ, ਨਿਯਮਤ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਸੌਣਾ, ਜਾਗਣਾ, ਸਰੀਰ ਦੀ ਬਾਹਰੀ-ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਭੋਜਨ, ਕਸਰਤ, ਟਹਿਲਣਾ, ਧਿਆਨ ਪਠਨ-ਪਾਠਨ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਆਦਿ ਸਭ ਜੀਵਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰੱਖੋ। ਰੁੱਝੇ ਰਹੋ : ਬੁਢਾਪੇ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾ ਨਾ ਬਣਾਓ, ਵਿਅਰਥ ਵਿਚ ਸਮਾਂ ਨਾ ਗਵਾਓ। ਘਰ-ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਘੁਲ-ਮਿਲ ਕੇ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਓ। ਬੱਚਿਆਂ, ਵੱਡਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਹਾਣੀਆਂ ਨਾਲ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿੱਤਰਤਾ ਵਾਲਾ ਵਿਵਹਾਰ ਰੱਖੋ।

ਇਸ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਘੱਟ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਉਮਰ ਵਧੇਗੀ, ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹੋਗੇ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਸਦਉਪਯੋਗ ਹੋਵੇਗਾ। ਭੋਜਨ ਉਪਯੁਕਤ ਹੋਵੇ : ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਭੋਜਨ ਕਰੋ। ਉਹ ਪੋਸ਼ਟਿਕਤਾ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੋਵੇ। ਤਲੀਆਂ, ਭੁੰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਮਕ, ਮਿਰਚ, ਮਸਾਲੇ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਮਿੱਠੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਖਾਓ। ਭੋਜਨ ਤਾਜ਼ਾ, ਸਾਦਾ ਅਤੇ ਪਚਣਯੋਗ ਹੋਵੇ। ਉਮਰ ਵਧਣ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਚਣ ਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਕਮੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਭੋਜਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਾ ਕਰੋ। ਜਲਪਾਨ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ। ਮੌਸਮੀ ਫਲ, ਸਾਗ, ਸਬਜ਼ੀ ਦਾ ਸਵਾਦ ਜ਼ਰੂਰ ਲਓ। ਦੁੱਧ, ਦਹੀਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਸਮੋਸਾ, ਕਚੌੜੀ, ਚਾਟ, ਚਾਹ, ਕੌਫੀ, ਤੰਬਾਕੂ, ਨਸ਼ਾ, ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ। ਭੋਜਨ ਅਜਿਹਾ ਲਓ, ਜੋ ਛੇਤੀ ਪਚ ਜਾਵੇ। ਸਰੀਰਕ ਸਰਗਰਮੀ ਜ਼ਰੂਰੀ : ਭੌਤਿਕ ਸੁੱਖ ਸਾਧਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟਹਿਲਣਾ, ਕੰਮ, ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਵਿਚ ਕੁਤਾਹੀ ਨਾ ਕਰੋ। ਉਹ ਕਾਰਜ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਸਰਗਰਮੀ ਬਣੀ ਰਹੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦੀ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਘੱਟ ਅਤੇ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਗਤੀਹੀਣ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਗੈਸਟ੍ਰਿਕ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤੁਸੀਂ ਵੀ

ਖਾਣ-ਪੀਣ ਅਤੇ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿਚ ਕੁਝ ਬਦਲਾਅ ਆਉਂਦੇ ਹੀ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਇਕਦਮ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕੁਝ ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਕੁਝ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਸਰੀਰ ਲਈ ਬਹੁਤ ਦੁਖਦਾਈ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਰ ਪੇਟ 'ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਮਲ ਬਣਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਗੈਸਟ੍ਰਿਕ (ਬਦਹਜ਼ਮੀ) ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਚ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਕੇ ਖੁਦ ਡਾਕਟਰ ਨਾ ਬਣੋ। ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲੈ ਕੇ ਦਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ। ਦਵਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵੱਲ ਵੀ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਦਿਓ। ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਿਚ ਜੋ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਏ ਹੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਹਲਕਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਰਬੀ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ ਨਾ ਕਰੋ। ਵਿਟਾਮਿਨ 'ਸੀ' ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਫ਼ਲਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਸੰਤਰਾ, ਨਿੰਬੂ, ਟਮਾਟਰ ਆਦਿ। ਕੌਫੀ ਅਤੇ ਚਾਹ ਦਾ ਸੇਵਨ ਵੀ ਨਾਂਹ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਕਰੋ। ਚਾਹ ਪੀਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਦੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਪੀਓ, ਫਿਰ ਚਾਹ ਠੰਢੀ ਕਰਕੇ ਪੀਓ। ਭੋਜਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਕਰੋ। × ਮੁੱਖ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰ ਪੇਟ ਭਰ ਕੇ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਦਿਨ ਵਿਚ 4-5 ਵਾਰ ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਖਾਓ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਸੌਣ ਤੋਂ 2-3 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰੋ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਨਾ ਲੰਮੇ ਪਓ। × ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਰ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਸਰਤ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਸੈਰ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਭਾਰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। × ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਸ਼ਰਾਬ, ਸਿਗਰਟ, ਤੰਬਾਕੂ, ਪਾਨ ਮਸਾਲਾ ਅਤੇ ਬੀੜੀ ਆਦਿ। × ਚਾਕਲੇਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਵਿਚੋਂ ਹਟਾ ਦੇਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਭਲਾਈ ਹੈ। ਠੰਢੇ ਬੋਤਲਬੰਦ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰੋ। × ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਹੈ ਕ੍ਰੋਧ ਅਤੇ ਤਣਾਅ। ਇਸ ਤੋਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਵਾਸਤੇ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ, ਮੈਡੀਟੇਸ਼ਨ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲਓ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮਿਲ ਸਕੇ। × ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਰੱਖੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲੈ ਸਕੋ। × ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਨੀਰਸ ਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਰਸ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। × ਕੋਈ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗੈਸਟ੍ਰਿਕ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਜ਼ਰੂਰ ਦੱਸੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਮਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। × ਜਿਸ ਬਿਸਤਰ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸੌਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਸਿਰ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ 5 ਜਾਂ 6 ਇੰਚ ਉੱਚੀ ਰੱਖੋ। ਸਿਰ ਵੱਲ ਬਿਸਤਰ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਇੱਟ ਜਾਂ ਲੱਕੜੀ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਕਿਵੇਂ ਪਾਈਏ ?

ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਤਣਾਅ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਇਕ ਅਟੁੱਟ ਅੰਗ ਬਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਥੇ ਛੋਟੇ-ਮੋਟੇ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹਚਿਰੇ ਤਣਾਅ ਸਾਨੂੰ ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਥੇ ਲਗਾਤਾਰ ਤਣਾਅ ਦੀ ਹਾਲਤ ਸਾਨੂੰ ਰੋਗੀ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਤਣਾਅ ਲੱਛਣ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰਿਕ, ਸਰੀਰਕ, ਅਹਿਸਾਸ ਜਾਂ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤਣਾਅ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ- ਘਬਰਾਹਟ, ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ, ਅਸ਼ਾਂਤੀ, ਡਰ ਲੱਗਣਾ, ਚਿੰਤਤ ਰਹਿਣਾ, ਮੂਡੀ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਵਿਆਕੁਲ ਰਹਿਣਾ। ਵਿਆਕੁਲ ਹੋਣਾ, ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤ ਵਿਚ ਆਉਣਾ, ਭੁੱਖ ਘੱਟ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੱਗਣਾ, ਵਾਰ-ਵਾਰ ਰੋਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੋਣੀ, ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋਣੀ।

ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ : ਹਰ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਰੁਖ਼ ਅਪਣਾਓ। ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਰਾਏ 'ਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਦਿਲ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਹੱਸਣਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸਮਰੱਥਾ ਵੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਜ਼ਹਿਰ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਰਤਮਾਨ ਵਿਚ ਜਿਉਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਖਰਾਬ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਖੁਦ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ ਨਾ ਦਿਓ। ਆਪਣੀ ਸਮਰੱਥਾ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰਖੋ। ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਸੰਸਕ ਖੁਦ ਬਣੋ। ਹਰ ਗੱਲ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।

ਪਤਲੇ ਹੋਣ ਲਈ ਸਿਰਫ ਕਸਰਤ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ! ਜਾਣੋ ਅਸਲ ਰਾਜ਼

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ: ਕੈਲੋਰੀ ਘਟਾਉਣ ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਸਰਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਪਰ ਇੱਕ ਰਿਸਰਚ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੱਲ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸਿਰਫ ਕਸਰਤ ਕਾਫੀ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੁਰਾਕ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭਾਰ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਭਾਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਡਾਈਟ 'ਤੇ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਸਿਟੀ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀ ਆਫ ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੇ ਖੋਜਕਾਰ ਹਰਮਨ ਪੋਂਟਜਰ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕਸਰਤ ਸਿਹਤ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਤੇ ਦਿਮਾਗ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਵਜ਼ਨ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਤੇ ਫੈਟ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਹੈਲਥੀ ਡਾਈਟ ਉੱਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਖੋਜੀਆਂ ਨੇ 300 ਪੁਰਖਾਂ ਤੇ ਔਰਤਾਂ 'ਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਊਰਜਾ ਖਰਚੇ ਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਸਬੰਧਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ। ਰਿਸਰਚ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸ਼ਰੀਰਕ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲਤਾ ਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਊਰਜਾ ਖਰਚੇ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਡਾਈਟ ਤੇ ਕਸਰਤ ਦੀ ਬਰਾਬਰ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਖੋਜ ਪੇਪਰ 'ਕਰੰਟ ਬਿਓਲੋਜੀ' ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ 912 ਕਰੋੜ 59 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਬਜਟ ਪਾਸ

ਕੋਰੋਨਾ ਕਾਰਨ 40 ਕਰੋੜ 66 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਪਿਆ ਘਾਟਾ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ : ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ) ਦੇ ਸਾਲਾਨਾ ਬਜਟ ਇਜਲਾਸ ਵਿੱਚ ਅੱਜ 912 ਕਰੋੜ 59 ਲੱਖ 26 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਦਾ ਬਜਟ ਪਾਸ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਬੀਬੀ ਜਗੀਰ ਕੌਰ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਇਹ ਬਜਟ ਇਜਲਾਸ ਤੇਜਾ ਸਿੰਘ ਸਮੁੰਦਰੀ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਬਜਟ 40 ਕਰੋੜ 66 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਘਾਟੇ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਐਡਵੋਕੇਟ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਸਿਆਲਕਾ ਨੇ ਬਜਟ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਇਸ ਵਰ੍ਹੇ ਦੀ ਅਨੁਮਾਨਤ ਆਮਦਨ 871 ਕਰੋੜ 93 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਹੋਵੇਗੀ। ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੀ ਆਮਦਨ 'ਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੋਰੋਨਾ ਕਾਰਨ ਪਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਬਜਟ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਮਤਾ ਪਾਸ ਕਰਕੇ ਯੂਐੱਨਓ ਕੋਲੋਂ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਚਾਰ ਸੌ ਸਾਲਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿਵਸ ਵਜੋਂ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਜਲਾਸ ਵੱਲੋਂ ਮਤਾ ਪਾਸ ਕਰਕੇ ਖੇਤੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੌਰਾਨ ਮਾਰੇ ਗਏ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਇਜਲਾਸ ਵਲੋਂ ਖੇਤੀ ਕਾਨੂੰਨ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।ਬਜਟ ਇਜਲਾਸ ਵਿੱਚ ਬਰਗਾੜੀ ਕਾਂਡ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਦਿਆਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਅੱਗੇ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਅਰਜੋਈ ਕੀਤੀ ਗਈ।

ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਬਜਟ ਇਜਲਾਸ ਦੌਰਾਨ ਸਿੱਖ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਈ ਅਹਿਮ ਮਤੇ ਪਾਸ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਬੀਬੀ ਜਗੀਰ ਕੌਰ ਵੱਲੋਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਤਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਜ਼ਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਜੈਕਾਰਿਆਂ ਦੀ ਗੂੰਜ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਿੱਤੀ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ 1 ਮਈ 2021 ਨੂੰ ਮਨਾਏ ਜਾ ਰਹੇ 400 ਸਾਲਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਗੁਰਪੁਰਬ ਸਬੰਧੀ ਯੂਐਨਓ ਤੋਂ ਇਕ ਮਤੇ ਰਾਹੀਂ

ਇਹ ਸਾਲ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਵਰ੍ਹੇ ਵਜੋਂ ਐਲਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਮਤੇ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਕਿ ਨੌਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਨੇ ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ ਦੀ ਪ੍ਰੰਪਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਨਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਜਬਰੀ ਧਰਮ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸ਼ਹਾਦਤ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਿੰਦ, ਧਰਮ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਚਾਦਰ ਹੋਣ ਦਾ ਮਾਣ ਹਾਸਲ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸ਼ਹਾਦਤ ਦੇ ਕੇ ਧਾਰਮਿਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਪੂਰਨੇ ਪਾਏ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਇਸ ਦੇਣ ਨੂੰ ਵੇਖਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ 400 ਸਾਲਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਗੁਰਪੁਰਬ ਮੌਕੇ ਸਾਲ 2021 ਨੂੰ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਵਰ੍ਹੇ ਵਜੋਂ ਘੋਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

SEWING OPERATOR NEEDED

ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ
ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਸੀਵਰੇਜ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ

Located at 9150 Meilleur,
Suite 103 in Montreal.
ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ :514-653-1055"

COUTURIÈRE RECHERCHÉE

On recherche des couturières avec
expérience pour rejoindre notre équipe.

Situé à 9150 Meilleur,
Suite 103 à Montréal.
Contactez nous au **514-653-1055**

Minimum requirements
10+2 and IELETS in 6.0 Bands

Bring your relatives to Canada through a student visa. Permanent Residence in 2 years upon completion of diploma studies.

ਹੁਣ ਲਓ 2020- 21 ਦਾ ਦਾਖਲਾ

ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ਾ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀ. ਆਰ

ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ੇ ਰਾਹੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਮੰਗਵਾਓ। 2 ਸਾਲ ਦਾ ਡਿਪਲੋਮਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਪੱਕੀ ਪੀ. ਆਰ. ਲਓ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਪੜ੍ਹਾਈ 10+2, ਅਤੇ IELETS ਵਿਚੋਂ 6.0 ਬੈਂਡਸ

Call

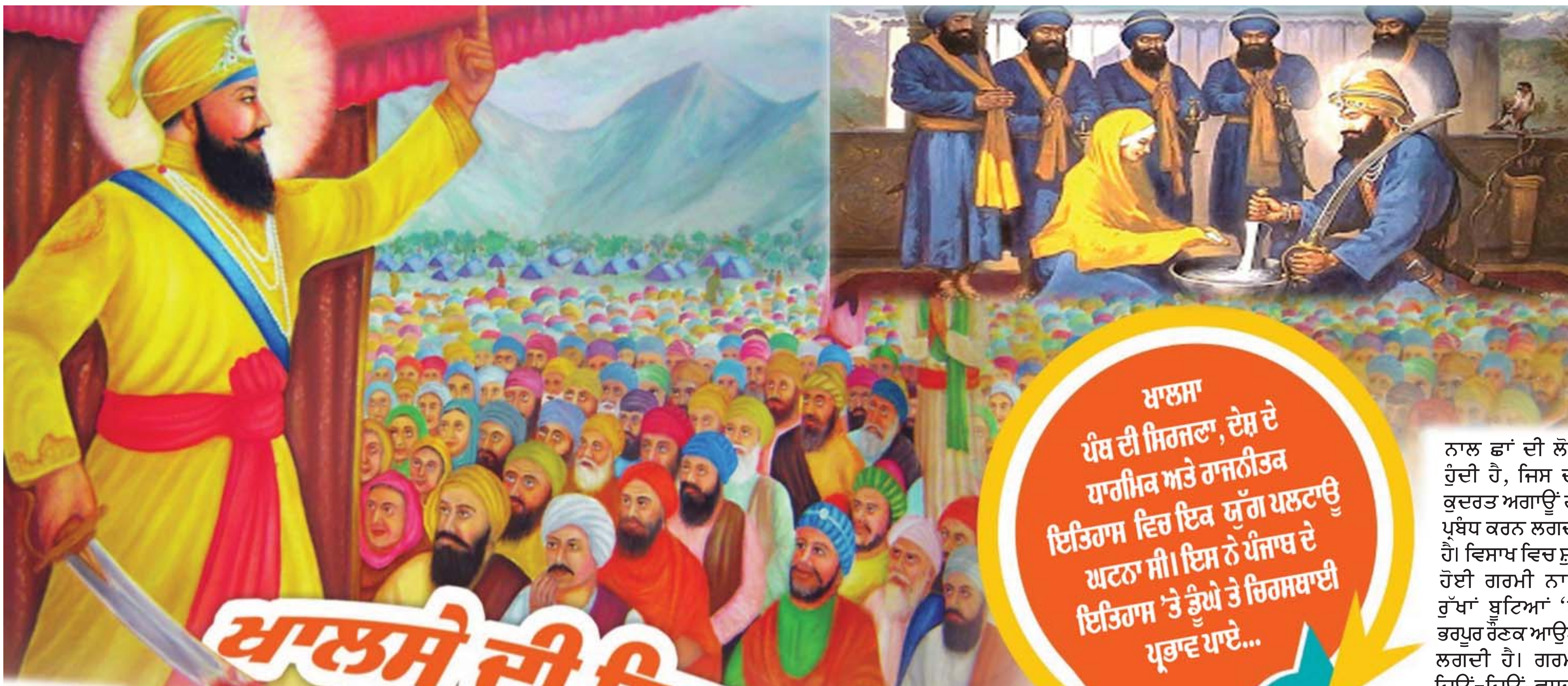
514-798-1794

GKB MEDIA
Wedding Photography and Video
GKB Media
Over 12 years of Experience
WE SPECIALIZE IN:
Weddings, Engagements, Birthdays, Sweet 16s,
Anniversaries, Live Stage Recordings,
Corporate Events, TV. Commercial Ads
and Much more.....
COMPACT disc PHOTO
DVD VIDEO | Blu-ray Disc | Full HD 1080

ADVANCED GRAPHIC AND PRINT

Offering Advanced Graphic Design in:
Logos ♦ Brochures ♦ Flyers ♦ Postcards
Business Cards ♦ Posters & Display
Booklets ♦ Web Design ♦ eCommerce
SEO ♦ SMO ♦ Local Marketing & More

Nirmal S. Bal, Call: (514) 726-2474
Email: info@gkbmedia.com
www.flickr.com/photos/gurukabal
/Guru13b ♦ Connect /GKBmedia
www.GKBmedia.com
AdvancedGraphicAndprint.com



ਖਾਲਸੇ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਦਾ ਦਿਹਾੜਾ ਵਿਸਾਖੀ

ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਵਿਸਾਖ
ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਗਰਮੀ ਦੇ ਆਗਾਜ਼
ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਹੈ। ਵਿਸਾਖ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਈ ਇਹ ਗਰਮੀ ਕਣਕ ਦੇ ਪੱਕਣ ਲਈ ਬੇਹੱਦ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਬਖਸ਼ੇ ਨਿੱਘ ਸਦਕਾ ਕਣਕ ਸੋਨੇ ਰੰਗੀ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਟਿਆਂ ਵਿਚਲੇ ਦਾਣੇ ਭਰਪੂਰ ਹੋਣ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਕਣਕ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਅਰਥ ਹੀ ਸੋਨਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਮੁੱਖ ਫਸਲ ਕਣਕ ਹੀ ਸੀ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਾਰਾ ਨਿਰਬਾਹ ਹੀ ਇਸ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਸੀ। ਇਸ ਲਈ ਵਿਸਾਖ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਸ਼ੁਕਰ-ਸ਼ੁਕਰ ਕਰਕੇ ਆਉਂਦਾ ਸੀ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਵਿਸਾਖ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਮਨਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਕਿਤੇ ਠੰਡ ਦਾ ਮੌਸਮ ਲਮਕ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਵਿਸਾਖ ਵਿਚ ਮੀਂਹ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਣਕ ਦਾ ਝਾੜ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਦੀ ਸਾਰੀ ਆਰਥਿਕਤਾ ਹੀ ਤਿੜਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਵਿਸਾਖ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਖੇਤ ਹਰਿਆਵਲ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਵਿਸਾਖ ਅੱਗੇ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਲੈਂਡਸਕੇਪ ਬਦਲਣ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਕਿਆਰੀਆਂ ਵਿਚ ਖਿੜੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦਾ ਆਖਰੀ ਪਰਾਗਾ ਵਿਸਾਖ ਵਿਚ ਵੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੋਗਿਨਵਿਲੇ ਦੀ ਬਹਾਰ ਤਾਂ ਵੇਖਣ ਲਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੇਂਦੇ ਦੇ ਫੁੱਲ ਵੀ ਪੂਰੇ ਜੋਬਨ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਡੇਲੀਏ ਦੇ ਵੱਡ-ਅਕਾਰੀ ਫੁੱਲ ਬਗੀਚਿਆਂ ਦੀ ਬਹਾਰ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੰਘਣ ਵਾਲੇ ਕੋਲ ਖਲੋ-ਖਲੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਗਰਮੀ ਵਧਣ ਕਰਕੇ ਇਹ ਛੇਤੀ-ਛੇਤੀ ਖਿੜਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਥੋੜੀ ਉਮਰ ਭੋਗ ਕੇ ਅਲਵਿਦਾ ਕਹੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵੱਡੇ ਰੁੱਖ ਵੀ ਭਰਪੂਰ ਫੁੱਲਾਂ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਲਮੋਹਰ ਆਪਣੇ ਲਾਲ ਸੂਹੇ ਰੰਗਾਂ ਨਾਲ ਅਸਮਾਨ ਦੀ ਨੀਲੀ ਪਿੱਠ-ਭੂਮੀ ਵਿਚ ਖੂਬ ਰੰਗ ਬੰਨਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਅੱਗ-ਰੰਗੇ ਫੁੱਲ ਜੇਠ-ਹਾੜ ਵਿਚ ਵੀ ਸੂਰਜ ਨਾਲ ਆਡਾ ਲਾਈ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਅਨਾਰ ਦੇ ਲਾਲ ਸੂਹੇ ਫੁੱਲ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾ ਜਾਪਦੇ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਭਾਵੇਂ ਅਮਲਤਾਸ, ਗੁਲਮੋਹਰ, ਕਚਨਾਰ, ਪੰਕੇਸ਼ੀਆ ਆਦਿ ਦੇ ਰੁੱਖ ਘੱਟ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਪ੍ਰੰਤੂ ਭਾਰਤੀ ਮੂਲ ਦੇ ਇਹ ਰੁੱਖ ਜਿੱਥੇ ਕਿਤੇ ਸੜਕ ਦੇ ਕੰਢਿਆਂ 'ਤੇ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਹੜਿਆਂ ਵਿਚ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਬਲਿਹਾਰੇ ਜਾਣ ਨੂੰ ਜੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਨੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਫੁੱਲ ਬੜੇ ਘੱਟ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਨੀਲੀ ਗੁਲਮੋਹਰ ਦਾ ਰੁੱਖ ਪੂਰੇ ਦਾ ਪੂਰਾ ਨੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਲਾਬ ਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ-ਖੂੰਹਦੀਆਂ ਡੋਡੀਆਂ ਵੀ ਕਾਹਲੀ ਨਾਲ ਖਿੜਨ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਅਕਾਰ ਛੋਟਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਪਹਿਰ-ਖਿੜੀ (ਫੋਟੋ-ਲੀਕਾ) ਵੀ ਕਿਆਰੀਆਂ ਦੀ ਰੌਣਕ ਵਧਾਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਦਿਨ ਵਧਦਾ ਹੈ ਇਸ ਦੀਆਂ ਡੋਡੀਆਂ ਖੁਲ੍ਹੀ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵਿਸਾਖ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਵੀ ਪੰਛੀਆਂ ਦਾ ਚਹਿਕਣਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਅਸਮਾਨੀਂ
ਚੁੰਗੀਆਂ ਭਰਨਾ
ਘਟਣ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਪੰਛੀ ਪੱਤਿਆਂ ਭਰੀਆਂ ਟਹਿਣੀਆਂ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈਣ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਕੋਇਲ ਦੀ ਕੂ-ਕੂ ਵੀ ਚੌਗਿਰਦੇ ਵਿਚ ਗੂੰਜਦੀ ਹੈ। ਵਿਸਾਖ ਵਿਚ ਤਾਂ ਸਗੋਂ ਇਹ ਹੋਰ ਵੀ ਬ੍ਰਿਹਾ-ਕੁੱਠੀ ਅਤੇ ਤਿੱਖੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੰਜ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕੋਇਲ ਆਪਣੀ ਵਿਆਕੁਲਤਾ ਅੰਬਰਾਂ ਤੱਕ ਪੁਚਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ। ਉਹ ਤੜਪ-ਤੜਪ ਕੇ, ਲੁੱਛ-ਲੁੱਛ ਕੇ ਕੂਕਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਤਾਂ ਇਹ ਵੇਦਨਾ ਭਰੀ ਹੂਕ ਅੱਧੀ-ਅੱਧੀ ਰਾਤੀਂ ਵੀ ਸੁਣ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਸਾਖ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਵਿਸਾਖੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਹ ਭੁਲੇਖਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਵਿਸਾਖ ਦੇਸੀ ਸਾਲ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਮਹੀਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਠੀਕ ਵੀ ਹੈ; ਅਸਲ ਵਿਚ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਵਿਚ ਇਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਮਤ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਦਾ ਸਬੰਧ ਚੰਨ ਅਤੇ ਸੂਰਜ ਦੋਹਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮੋਟੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਲ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ: ਸੂਰਜ ਵਰ੍ਹਾ ਅਤੇ ਚੰਨ-ਵਰ੍ਹਾ। ਸੂਰਜ ਵਰ੍ਹੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਾਡੇ ਦੋ ਤਿਉਹਾਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ-ਵਿਸਾਖੀ ਅਤੇ ਮਾਘੀ। ਮਾਘੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਲੋਹੜੀ ਮਨਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਚੰਨ ਵਰ੍ਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਡੇ ਤਿਉਹਾਰ ਹਨ-ਦੁਸਹਿਰਾ, ਦੀਵਾਲੀ, ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ, ਹੋਲੀ ਆਦਿ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਹਾੜੇ ਅਤੇ ਸ਼ਹੀਦੀਆਂ।

ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰੀ ਕੰਮਾਂ ਕਾਜਾਂ ਲਈ ਭਾਵੇਂ ਜਾਰਜੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਸਰਵ-ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਹੈ, ਪਰ ਧਾਰਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਲਈ ਦੇਸੀ ਭਾਵ ਚੰਨ ਕੈਲੰਡਰ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਚੇਤਰ ਮਹੀਨੇ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਬਿਕਰਮੀ ਸੰਮਤ ਵਿਸਾਖ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਡਾ. ਨਵਰਤਨ ਕਪੂਰ ਅਨੁਸਾਰ "ਚੰਨ ਵਰ੍ਹੇ ਦਾ ਅਰੰਭ ਚੇਤ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਬਿਕਰਮੀ ਸੰਮਤ ਦਾ ਵਿਸਾਖ ਤੋਂ। ਸ਼ਾਇਦ ਮੁਖ-ਸੁਖ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਸਾਲ ਦੇ ਮੂਹਰਲੇ ਅੱਖਰ (ਚੰਨ=ਚੇਤ; ਵਿਕਰਮੀ=ਵਸਾਖ) ਨਾਲ ਅਰੰਭ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਹੀਨੇ ਨੂੰ ਹੀ ਇਹ ਮਹੱਤਵ ਬਖਸ਼ਿਆ ਹੈ।" ਜਦੋਂ ਸੂਰਜ ਮੇਖ ਰਾਸ਼ੀ ਵਿਚ ਪਰਵੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੂਰਜ ਵਰ੍ਹੇ ਵਾਂਗ ਬਿਕਰਮੀ ਸਾਲ ਦਾ ਅਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੇ ਸਮਿਆਂ ਤੋਂ ਇਸ ਦਿਨ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਜਿੱਥੇ ਧਾਰਮਿਕ ਕਾਰਨ ਹਨ, ਉਥੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਵੀ ਹਨ। ਵਿਸਾਖ ਵਿਚ ਸੂਰਜ ਉਤਰਾਯਣ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿਚ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦਾ ਰਸ ਚੂਸਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਗਨੀ ਅਤੇ ਜਲ-ਤੱਤ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਨਦੀਆਂ, ਦਰਿਆਵਾਂ ਵਿਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਰਧਾ ਨੇ ਤੀਰਥ-ਅਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਵਿਸਾਖ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਧਾਰਮਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ, ਰਾਜਨੀਤਕ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਮੇਲੇ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਲੱਗਾ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਵਿਸਾਖੀ ਦੇ ਮੌਕੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ, ਤਲਵੰਡੀ ਸਾਬੋ,
ਕਰਤਾਰਪੁਰ,
ਅਨੰਦਪੁਰ
ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ
ਧਾਰਮਿਕ ਅਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਮੇਲੇ
ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਸਿੱਖ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਕੱਤਕ ਦੀ ਪੂਰਨਮਾਸ਼ੀ ਨੂੰ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਰਵਾਇਤ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਹੁਣ ਇਤਿਹਾਸਕਾਰਾਂ ਨੇ ਇਹ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਨਮ 15 ਅਪਰੈਲ 1469 (ਵਿਸਾਖ ਸੁਦੀ 3, 1526) ਨੂੰ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਡਾ. ਰਤਨ ਸਿੰਘ ਜੱਗੀ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਸਾਖੀ ਲਈ 'ਵਸੋਆ' ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ; ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਦੀ 27ਵੀਂ ਪਾਉੜੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਆਗਮਨ ਨਾਲ ਘਰ-ਘਰ ਅਧਿਆਤਮਕ ਮਾਹੌਲ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਹੈ:

ਘਰਿ ਘਰਿ ਅੰਦਰ ਧਰਮ ਸਾਲ
ਹੋਵੈ ਕੀਰਤਨ ਸਦਾ ਵਿਸੋਆ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ 'ਵਿਸੋਏ' ਭਾਵ ਵਿਸਾਖੀ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਰ ਵਧ ਗਈ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਨੇ ਵਿਸਾਖੀ ਦੇ ਮੌਕੇ ਵੱਡੇ ਇਕੱਠ ਕਰਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹੋਣ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਤਾਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਵਿਸਾਖੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਉਤੇ ਪੰਡਿਤਾਂ-ਪੁਜਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਣਕ, ਚੌਲ ਆਦਿ ਚੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਵਿਸਾਖੀ ਅਤੇ ਦੀਵਾਲੀ ਦੇ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਉਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ ਇਕੱਠੇ ਹੋਇਆ ਕਰਨ। ਸੰਨ 1699 ਵਿਚ ਖਾਲਸਾ ਸਿਰਜਣਾ ਦਿਵਸ ਦੀ ਵਿਸਾਖੀ ਵੀ ਇਸੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਵੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਵਿਸਾਖੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਮੇਲਾ ਲੱਗਦਾ ਹੋਵੇਗਾ; ਉਸ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਸਾਖੀ 'ਤੇ ਵੱਡਾ ਇਕੱਠ ਕਰਨ ਲਈ ਉਚੇਚੇ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹੋਣਗੇ। ਜਰਵਾਣਿਆਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲਤਾੜੇ ਪਏ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਇਕੱਠ ਦੀ ਤਾਕਤ ਦਾ ਮੁਜਾਹਰਾ ਕਰਨਾ ਬੇ-ਹੱਦ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੀ। ਤਾਕਤਵਰ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਊਚ-ਨੀਚ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਮਿਟਾ ਕੇ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਨਿਵੇਕਲੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਾਤ-ਪਾਤ ਦਾ ਵਿਤਕਰਾ ਮਿਟਾ ਕੇ ਇਕੋ ਬਾਟੇ ਵਿਚੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕਾ ਕੇ ਖਾਲਸੇ ਦੀ ਸਾਜਨਾ ਕਰਕੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਇਕ ਵਿਲੱਖਣ ਇਤਿਹਾਸਕ ਚੈਪਟਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਗਰੋਂ ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਵਿਸਾਖੀ ਖਾਲਸਾ ਸਾਜਨਾ ਦਿਵਸ ਵਜੋਂ ਮਨਾਈ ਜਾਣ ਲੱਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਾਜਕ ਮੌਕੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਵੱਡਾ ਧਾਰਮਿਕ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਿਨ ਬਣ ਗਿਆ। ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਵਿਚ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ-ਪ੍ਰਚਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ
ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ
ਇਹ ਦਿਨ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ
ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦਸਤਾਰ ਦਿਵਸ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਨੌਜੁਆਨਾਂ ਦੇ ਦਸਤਾਰ ਮੁਕਾਬਲੇ ਕਰਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਚੇਤ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿਸਾਖ ਦੀ ਇਸ ਰਚਨਾ ਵਿਚ ਕੁਦਰਤ-ਚਿਤਰਣ ਦਾ ਅਭਾਵ ਹੈ, ਪਰ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਮਾਹੌਲ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰ ਹਨ। ਵਿਸਾਖ ਮਹੀਨੇ ਫਸਲਾਂ ਪੱਕ ਜਾਣ 'ਤੇ ਜਿਣਸ ਦੇ ਮੁੱਲ ਦੀ ਗੱਲ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਚੱਲਣੀ ਸੁਭਾਵਕ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲਬਾਤ ਕਾਵਿ ਕਲਾ ਵਿਚ ਵੀ ਆ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਈ ਹੈ। ਜੇ ਪਤੀ ਹੀ ਕੀਮਤ ਨਾ ਪਾਵੇ ਤਾਂ ਸੁਆਣੀ ਕੌਡੀ ਦੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਜੇ ਪਤੀ ਦੀਆਂ ਨਿਗਾਹਾਂ ਵਿਚ ਉਹ ਮੁੱਲਵਾਨ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਬਹੁ-ਮੁੱਲੀ ਤਾਂ ਕੀ, ਅਣਮੁੱਲੀ ਹੈ। ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਲਈ 'ਹਰਿ' ਅਤੇ 'ਪਿਆਰਾ' ਲਫਜ਼ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਬਾਰਹਮਾਂਹ ਮਾਝ ਅਤੇ ਤੁਖਾਰੀ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਵਿਲੱਖਣ ਰਚਨਾਵਾਂ ਹਨ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਪੂਜਣ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਨਹੀਂ, ਪਿਆਰਨ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ; ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਨਹੀਂ, ਦਿਲ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ। ਪੂਜਾ ਦੀ ਨਹੀਂ, ਪਸੀਜਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਵਿਸਾਖ ਮਹੀਨੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਪੂਜਾ-ਪਾਠ ਦੇ ਅਡੰਬਰ ਤੋਂ ਜਾਣੂੰ ਸਨ ਤਾਂ ਹੀ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਰੂਰੀ ਹੈ, ਸੁਰਤਿ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਿ। ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਮਨੁੱਖ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ, ਮਹਾਂ-ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਭਾਗੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਉਸ ਦੇ ਨਾਂ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਲਾਉਣੀ ਪਵੇਗੀ, ਅੰਤਰ ਧਿਆਨ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਸਰੂਪ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਦਰਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਸਮਝਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇਗਾ, ਉਸ ਦੇ ਹਰ ਰੂਪ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਹੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਪਿਆਰ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰਾਂ ਦਾ ਮੇਲ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਰੂਹਾਂ ਦਾ ਮਿਲਨ ਵੀ ਹੈ। ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਪਰ ਇਹ ਜਾਣ ਲੈਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਆਤਮ-ਸਮਰੱਥ ਨਹੀਂ।

ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰੂਪ ਕਿਵੇਂ ਨਾਲੋ-ਨਾਲ ਚੱਲਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਦੀਆਂ ਕਈ ਮਿਸਾਲਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਗਰਮੀ ਵਧਣ ਨਾਲ ਛਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਕੁਦਰਤ ਅਗਾਊਂ ਹੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਗਦੀ ਹੈ। ਵਿਸਾਖ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਰੁੱਖਾਂ ਬੂਟਿਆਂ 'ਤੇ ਭਰਪੂਰ ਰੌਣਕ ਆਉਣ ਲਗਦੀ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਵਧਦੀ ਹੈ, ਰੁੱਖਾਂ 'ਤੇ ਭਰਪੂਰ ਹਰਿਆਵਲ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕੁਦਰਤੀ ਵਧਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਾੜਾਂ 'ਤੇ ਪਈ ਬਰਫ ਪਿਘਲਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਦੀਆਂ-ਦਰਿਆਵਾਂ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਛੱਲਾਂ ਮਾਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਨਦੀ ਕਿਨਾਰੇ ਵੱਸਦੇ ਪਿੰਡਾਂ ਨੂੰ ਨਾਹੁਣ-ਧੋਣ ਅਤੇ ਸਿੰਜਾਈ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਤੋਟ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਬਾਗਾਂ 'ਤੇ ਬਹਾਰ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਪੰਛੀ ਚਹਿਚਹਾਉਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਵਿਸਾਖ ਦੇ ਦਿਨੀਂ ਵਾਢੀ ਕਰਦਿਆਂ ਗਰਮੀ ਵੀ ਲਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਘੱਟਾ-ਮਿੱਟੀ ਵੀ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਗਲਾ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਨਾਲ ਹੀ ਗੁੜ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਫਸਲ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਾਂਭੀ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗਲਾ ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁੜ ਬੜਾ ਗੁਣਕਾਰੀ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਸ਼ੱਕਰ ਜਾਂ ਕੱਕੋਂ ਘੋਲ ਕੇ ਪੀਤਾ ਸ਼ਰਬਤ ਠੰਡਕ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੌਂਅ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਸੱਤੂ, ਸ਼ਰਬਤ ਵਿਚ ਘੋਲ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਭ ਗਰਮੀ ਉਡੰਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪੇਟ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਣਕ ਵੱਢਣ ਪਿਛੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਲੈਂਡਸਕੇਪ ਸੁੰਨਾ-ਸੁੰਨਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਬੋਜ ਜਾਂ ਰਾਈ ਲੋਕ ਬੈਠੇ ਹਨ, ਉਥੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿਚ ਹਰਿਆਵਲ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਆਲੂਆਂ ਦੀ ਥਾਂ ਲਾਈਆਂ ਸਬਜੀਆਂ ਕਣਕਾਂ ਵੱਢਣ ਤੱਕ ਕਾਫੀ ਕਾਇਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਖੇਤਾਂ ਵਿਚ ਸੂਰਜਮੁਖੀ ਆਪਣੀ ਭਰਵੀਂ ਹਾਜ਼ਰੀ ਲਵਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੱਠਿਆਂ ਦੇ ਗਾਚੇ, ਕਮਾਦ, ਸੱਠੀ ਮੱਕੀ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਖੇਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰਿਆਵਲ ਬਖਸ਼ੀ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਣਕਾਂ ਦੀ ਵਾਢੀ ਕਾਰਨ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਲਈ ਇਹ ਮਹੀਨਾ ਬੜਾ ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਭਰਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਆਸਾ ਸਿੰਘ ਘੁਮਾਣ

Small or Big Moving Jobs

Transporting Stuff From Montreal to Toronto, Ottawa, Quebec City or some other places. Following are the rates for small moves with Wagoner or Van if needed. Trucking rates are different.

Montreal to Toronto is 350$
Montreal to Cornwall or Ottawa is 250$
Montreal to Montreal is also available.
I can pick up and move your stuff from Montreal to Ottawa or Toronto or other places.
Suitcases, Bags, packages, Boxes, small mattresses or bed frames, Pets and Other Stuff...
Either you are moving to a new home, or want to transport something to a new place, I can take care of the loading into the vehicle and the transport.
It will be delivered on time!
I drive from Montreal to Toronto and back to Montreal every weekend with many Transports done.
I'm an experienced driver with 30 years of driving experience and frequent traveler between Toronto-Montreal.
I have the ability to sustain attention over a long period of time on the road. Very careful driver and safety always comes first.

Its best to contact me by Phone or Email.

Tel:- 514 - 5704951

Email:- transportmaza@gmail.com

COPY BIZ

Copie Biz, For all the services of Office equipment. Multifunction machines for Copy, Scan, Print and Fax needs. Straight out Buying or Monthly rental options. Financing is also available. Cost per copy monthly / Quarterly service option is also available.

Serving Montreal and region since 1993

Zaki Syed (514) 570-4951
zakicopier@gmail.com

ਆਓ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੀਏ!

ਆਪਣੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਹੀ ਖੰਘੋ

ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ

ਫ਼ਾਸਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋ

10 ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬੰਦ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲਾਜ਼ਮੀ।

ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਢਕੋ

Québec.ca/coronavirus

1 877 644-4545

Votre gouvernement

Québec

ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਪੰਜਾਬੀ ਸਟੋਰ

Abdul Rehman

514-638-2222, 514-629-0000

iphone 12 pro max

Small business credit of $365.
Students can get Air Pods at 50% off.

GET ANY PHONE FOR

$0 Down

Get unlimited internet for very less price

6700 Ch de la cote des neiges k-27 H3S2B3

Abdul Rehman

Authorized dealer of Rogers fido and chatr

ਕਾਵਿ ਕਿਆਰੀ

ਟੁਣਕਾਰ

ਬਲਦੇਵ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸ਼ਰਮਾ

ਬੁੱਕਲ਼ ਵਿੱਚ ਸੱਪ ਮੈਂ ਪਾਲ਼ ਰੱਖੇ ਨੇ,
ਡੰਗਦੇ ਨੇ ਰੋਜ਼,ਫਿਰ ਵੀ ਨਾਲ਼ ਰੱਖੇ ਨੇ।
ਨਿਭਦਾ ਹਾਂ,ਨਿਭਾਵਾਂਗਾ ਫਿਤਰਤ ਹੈ ਮੇਰੀ
ਬੇਸ਼ੱਕ,ਵਿਛਾਉਨ੍ਹਾਂ; ਜਾਲ਼ ਰੱਖੇ ਨੇ।
ਰਾਜ਼ ਜੇ ਖੋਲ੍ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਬਤ ਹੋਣਗੇ ਬੌਣੇ,
ਮਸਲੇ ਕੁਝ ਇਸੇ ਲਈ,ਟਾਲ਼ ਰੱਖੇ ਨੇ।
ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਲੂਣ ਦਾ,ਬੱਸ ਹੇਜ ਹੈ ਮਾਰਦਾ,
ਪਰ ਚੁੱਪ ਵਿੱਚ ਕਈ ਮੈਂ ਸਵਾਲ ਰੱਖੇ ਨੇ।
ਉਹ ਘੜੀ 'ਚ ਨੇ ਤੋਲ਼ਾ ਤੇ ਘੜੀ 'ਚ ਨੇ ਮਾਸਾ,
ਬਹਿਰੂਪੀਏ ਮੈਂ ਸਭ,ਬਾਕਮਾਲ ਰੱਖੇ ਨੇ।
ਬੇਸੁਰੇ ਸ਼ੋਰ ਦੇ,ਉਹ ਹੋ ਗਏ ਨੇ ਆਦੀ,
ਮੈਂ ਮੌਨ ਵਿੱਚ ਫਿਰਵੀ, ਸੁਰਤਾਲ ਰੱਖੇ ਨੇ।
ਹੁਣ "ਤੂੰ" ਲਈ "ਤੂੰ" ਹੈ,ਤੇ "ਜੀ" ਲਈ "ਜੀ" ਹੈ;
ਬੋਲ ਜ਼ਬਾਬਤੇ ਦੀ ਭੱਠੀ 'ਚ,ਮੈਂ ਢਾਲ਼ ਰੱਖੇ ਨੇ।
ਬਹੁਤੇ ਤੱਤੇ ਪਾਣੀ ਕਦੇ ਘਰ ਨਹੀਂ ਸਾੜਦੇ,
ਹੌਸਲੇ ਮੈਂ ਸਦਾ;ਜੋ ਬੋਲੇ ਸੋ ਨਿਹਾਲ, ਰੱਖੇ ਨੇ।
ਐਰੇ ਗੈਰੇ ਸੰਗ ਕਦੇ ਉੱਠੀਏ ਨਾ ਬੈਠੀਏ
ਯਾਰ ਬੇਲੀ ਥੋੜ੍ਹੇ,ਪਰ ਜਗਦੀ ਮਸ਼ਾਲ ਰੱਖੇ ਨੇ।

ਤੈਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਕਿਹਾ

ਤੈਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਕਿਹਾ...
ਤੇਰਾ ਖ਼ਤ ਆਇਆ ...
ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਤਾਂ ਹੋਈ
ਪਰ; ਤੈਨੂੰ
ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਕਿਹਾ
ਘਰ ਦੇ ਪਤੇ 'ਤੇ
ਖ਼ਤ ਨਾ ਪਾਇਆ ਕਰ।
ਐਵੇਂ... ਖ਼ਾਮਖਾਹ !
ਚੱਲ ਫਿਰ ਵੀ...
ਛੁੱਟੀ ਦਾ ਦਿਨ ਹੈ
ਸਰਦੀਆਂ ਦੀ
ਕੋਸੀ-ਕੋਸੀ ਧੁੱਪੇ
ਚਾਹ ਦੀਆਂ
ਚੁਸਕੀਆਂ ਭਰਦਿਆਂ
ਛੱਤ 'ਤੇ ਬੈਠ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹਾਂ
ਤੇ ਖ਼ਤ ਨੂੰ
ਤੈਹ ਕਰ
ਜੇਬ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ।
ਤਦੇ ਹੀ
ਪਤਨੀ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੈ...
ਕੱਪੜੇ ਉਤਾਰ ਦਿਓ,
ਧੋ ਦੇਵਾਂ;
ਤੇ ਤੁਸੀ
ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ
ਮਾਰਕੀਟ ਹੋ ਆਓ।
ਤੁਹਾਡਾ ਹੁਕਮ...
ਸਿਰ ਮੱਥੇ ਆਖ
ਬਜ਼ਾਰ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।
ਉਤੋਂ ਦਫ਼ਤਰੋਂ ਆਇਆ ਫ਼ੋਨ
ਨਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ
ਘੁੰਮਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਕੰਮਾਂ-ਕਾਰਾ ਦਾ
ਭੰਨਿਆ ਵਕਤ
ਖ਼ਤ ਸੁੰਘਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
ਉਫ਼...!!!
ਉਹ ਤਾਂ
ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਘਰ ਹੀ
ਛੱਡ ਆਇਆ ਹਾਂ
ਇੱਕ ਹੋਰ ਟੈਨਸਨ
ਬੰਨ੍ਹ ਹੱਡ ਲਿਆਇਆ ਹਾਂ।
ਘਰ ਪਰਤ ਦੇਖਦਾ
ਤੇਰਾ ਖ਼ਤ
ਧੋਤਾ ਗਿਆ ਹੈ
ਵਾਸ਼ਿੰਗ-ਮਸ਼ੀਨ ਅੰਦਰ...
ਹੁਣ ਤੂੰ ਹੀ ਦੱਸ
ਜਵਾਬ ਤੈਨੂੰ ਕੀ ਲਿਖਾਂ ?
ਤੈਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਕਿਹਾ ਹੈ...
ਘਰ ਦੇ ਪਤੇ 'ਤੇ
ਖ਼ਤ ਨਾ ਪਾਇਆ ਕਰ।
ਗਗਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ
(+917589431402)

ਕਵਿਤਾ

ਕੁੱਝ ਰੁੱਖ ਰਹੂੜੇ ਦੇ
ਟਿੱਬਿਆਂ ਚੋਂ ਥਿਆਏ ਨੇ।
ਮੈ ਕੀਕਣ ਭੁੱਲ ਜਾਵਾਂ
ਮੇਰੇ ਚਾਚੇ ਤਾਏ ਨੇ ।
ਉਹ ਦਿਲ ਦੀ ਵੇਦਨ ਤੇ
ਮੱਲਮ ਹੀ ਲਗਾ ਰਹੀ ਸੀ।
ਮੈ ਕੰਨੀ ਸੁਣਿਆਂ ਹੈ
ਬੁਲਬੁਲ ਕੁਝ ਗਾ ਰਹੀ ਸੀ।
ਬਸਰੇ ਤੋਂ ਆਈਆਂ ਜਦ
ਚਿੱਠੀਆਂ ਸੀ ਭੌਰ ਦੀਆਂ ।9
ਮਲਿਆ ਦੇ ਬੇਰ ਬਣੇ
ਦਾਖਾ ਬਜੌਰ ਦੀਆਂ ।
ਬਰਸਾਤਾਂ ਤਾਂ ਹੋਵਣ
ਨਾ ਛੱਤਾਂ ਚਿਉਦੀਆ ਨੇ।
ਹੁਣ ਸਾਉਣ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ
ਪੀਂਘਾਂ ਬੜਾ ਰੋਂਦੀਆਂ ਨੇ।
ਕੋਈ ਗੱਲਾਂ ਨਾ ਕਰਦਾ
ਨਾਨਕ ਦੇ ਵੇਸ ਦੀਆਂ ।
ਚਿੱਠਿਆਂ ਨੇ ਖਾ ਲਈਆਂ
ਅਣਖਾਂ ਮੇਰੇ ਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ।
ਜਗਤਾਰ ਪੱਖੋ
ਮੋਬ:9465196946

ਕਿਰਦਾਰ

ਨਾਂ ਪਾਣੀ ਸਾਂਭ ਸਕੇ ਹਾਂ ਆਪਾਂ - ਨਾਂ ਹੀ ਸਾਫ਼ ਹਵਾ
ਨਾਂ ਹੀ ਸਾਂਭ ਰਹੇ ਮਾਂ ਬੋਲੀ, ਬੋਲਦੇ ਅਵਾ ਤਵਾ
ਉੱਲ ਜਲੂਲ ਹਰਕਤਾਂ ਕਰ ਕੇ , ਸਮਝੀਏ ਅਪਣੀ ਸ਼ਾਨ
ਔਣੇ ਪੌਣੇ ਜੇ ਰਹਿ ਗਏ ਆਂ , ਜੋ ਸੀ ਕਦੇ ਸਵਾ
ਪੰਛੀ, ਰੁੱਤਾਂ, ਨਦੀਆਂ , ਛੱਪੜ , ਚੋਅ ਅਤੇ ਚਰਗਾਂਦਾਂ
ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਉਜਾੜ ਕੇ ਕਰ ਲਈ, ਕੁਦਰਤ ਵੀ ਖ਼ਫ਼ਾ
ਸੋਹਣਾ ਮੇਰਾ ਦੇਸ਼ ਪੰਜਾਬ ਹੈ, ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ
ਸੱਚੀ ਗੱਲ ਨਾਂ ਜਾਪੇ ਹੁਣ ਤਾਂ, ਲਗਦੈ ਝੂਠ ਨਿਰਾ
ਐਥੇ ਵਰਗੀ ਮੌਜ ਬਹਾਰ ਨਹੀ ,ਲੱਭਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਉੱਤੇ
ਦੇ ਗਏ ਸੀ ਬਜ਼ੁਰਗ ਅਸਾਨੂੰ, ਕਿਥੇ ਲਈ ਗਵਾ
ਰੋਗਾਂ ਭਰਿਆ ਸ਼ਹਿਰ ਕਰ ਲਿਆ , ਪਿੰਡ ਤੇ ਕੀ ਗਰਾਂ
ਕਿਣਕਾ ਕਿਣਕਾ ਜਿਥੋਂ ਦਾ ਸੀ, ਮਰਜ਼ਾਂ ਦੀ ਦਵਾ
ਗੀਤ ਸ਼ਗਨ ਦੇ ਘੋੜੀਆਂ ਜਿੰਦੂਏ , ਬੋਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸੁਹਾਗ
ਛੱਡ ਛਡਾ ਕੇ, ਵਾਂਗ ਨਚਾਰਾਂ, ਡੀ.ਜੇ. ਲਏ ਲਵਾ
ਦਾਤੀਆਂ, ਰੰਬੇ , ਟੰਬੇ, ਸਲ਼ੰਗੇ - ਬੱਠਲ਼ ਛਿੱਕੂ ਛਾਬੇ
ਭੁੱਲ ਭੁਲਾ ਕੇ ਯੂ.ਪੀ. ਤੋਂ , ਹਥਿਆਰ ਲਏ ਮੰਗਾ
ਕਿਹੜੇ ਵਿਰਸੇ ਵੁਰਸੇ ਦੀ , ਪ੍ਰਵਾਹ ਰਹਿਗੀ ਐ ਕਿਸਨੂੰ
ਅਪਣੇ ਹੱਥੀਂ , ਖੂਨ ਚ' ਆਪਾਂ ਜਹਿਰ ਲਈ ਮਿਲਾ
ਹਰਵਿੰਦਰ ਹੁਣ ਕੌਣ ਕਿਸੇ ਦਾ ਬਣਦਾ ਦਿਲੋਂ ਹਬੀਬ
ਪਤਾ ਨੀ ਕਿੱਵੇਂ ਵਗਾਜ਼ ਬੈਠੇ ਆਂ ਉੱਚੀ ਕੁੱਲ ਰਵਾ
ਹਰਵਿੰਦਰ ਹਬੀਬ

ਕੋਈ ਇੱਕ

ਸੰਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਨਰ
(ਬਲਾਚੌਰ)
ਮੋਬਾ: 9041543692

ਕਰਦੇ ਧੋਖਾ ਸਾਂਈ ਕਹਿੰਦਾ ਭਰਨਾ ਪੈਣਾ ਏ,
ਕਰਗਾ ਹੱਸ ਕੇ, ਔਖਾ ਹੋ ਕੇ ਸਹਿਣਾ ਪੈਣਾ ਏ,
ਪੜ੍ਹ ਲਈ ਤੂੰ ਵੀ, ਰੋਈਂ ਨਾ
ਜੇ ਮੁਰਸ਼ਦ ਮਿਲਜੇ ,ਉਹ ਵੀ ਪੜਾਈ ਸੱਜਣਾ ਡਾਢੀ ਔਖੀ ਏ,
ਫੱਕਰ ਜੇ ਮਿਲਜੇ, ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਊਣੀ ਐਵੇਂ ਸੌਖੀ ਏ,
ਭੁੱਲ-ਭੁਲੇਖੇ ਰੱਬ ਜੇ ਮਿਲਜੇ, ਦਰ ਨਹੀਓਂ ਛੱਡੀ ਦਾ,
ਤੁਰਦਿਆਂ ਤੁਰਦਿਆਂ ਦਰਦ ਦੇ ਹੋ ਜੇ ਦਿੱਲ ਚੋ ਕੱਢੀ ਦਾ,
ਮੇਹਰ ਨਾਲ ਉਹ ਹੱਟ ਜਾਉ, ਤੇਰੀ ਅੱਡੀ ਦਾ,

ਰਾਜ਼ਲ

ਬਿਦਰ ਮਾਨ ਬੁਰਜ
(ਬਠਿੰਡਾ)
94645-37646

ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬੰਨਕੇ ਅੱਗ ਦੇ ਘੁੰਗਰੂ
ਤਪਦੇ ਥਲਾਂ ਚ ਨੱਚਣ ਤੁਰਿ ਆ ਸੀ"
ਪਾਣੀ ਵਰਗੇ ਪਾਣੀ ਵਾਂਗ ਦੁਰੇਡੇ ਲੰਘਗੇ ਨੇ
ਜਿੰਨਾਂ ਲਈ ਰੇਤਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਮੱਚਣ ਤੁਰਿਆ ਸੀ"
ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਚੋਂ ਖੂਨ ਦੇ ਹੰਝੂ ਵਗਦੇ ਨੇ
ਜਰਾ ਵੇਖ ਲਵੋ ! ਪੱਥਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਤੁਰਿਆ ਸੀ"
ਤੇਜਾਬ ਛਿੜਕਗੇ ਖਾਬਾਂ ਲੱਧੇ ਫੁੱਲਾਂ ਤੇ
ਉਜੜੇ ਬਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਰਝਾਈਆਂ ਵੇਲਾਂ ਸੰਗ ਹੱਸਣ ਤੁਰਿਆ ਸੀ"
ਮੌਤ ਵੀ ਸਾਝਾਂ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਕੰਨੀਆਂ ਕਤਰਾਗੀ ਏ
ਕਿੰਨੇ ਵਾਰ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਮੈਂ ਨੱਸਣ ਤੁਰਿਆ ਸੀ"
ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਤੇਰੀਆਂ ਖੈਰਾਂ ਮੰਗਣ ਦੀ ਵੀ ਵਿਹਲ ਨਹੀਂ
ਮੁੜਜਾ ਬਿੰਦਰ ਜਿੰਨਾਂ ਲਈ ਤੂੰ ਰੋਜੇ ਰੱਖਣ ਤੁਰਿਆ ਸੀ""

ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ

ਟਾਹਲੀ ਦੀ ਛਾਂ ਹੇਠਾਂ
ਪਏ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ
ਪਏ ਦੱਸਦੇ ਨੇ,
ਕੋਈ ਆਇਆ ਸੀ 'ਤੇ
ਉਡੀਕ ਕਰਦਾ ਕਰਦਾ ਚਲਾ ਗਿਆ
ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਟਾਹਲੀ ਦੀ ਛਾਂ ਦਾ
ਪਰਛਾਵਾਂ ਸੀ
ਉਹਦੇ ਕਦਮ ਵੀ ਉੱਥੋਂ ਤੱਕ ਹੀ ਰਹੇ
ਇਕ ਵੀ ਕਦਮ ਉਹਨੇ
ਧੁੱਪ ਦੀ ਦਹਿਲੀਜ਼ ਤੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ
ਟਾਹਲੀ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਪੱਤਾ ਜਾਂ ਟਾਹਣੀ
ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਨਹੀਂ ਦਿਸ ਰਿਹਾ
ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਵੀ
ਦੂਰੀ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਬਣਾਈ ਬੈਠੇ ਨੇ,
ਹੁਣ ਲੱਗਦੇ ਉਡੀਕ ਤਾਂ ਸੀ
ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮੇਰੀ
ਪਰ ਉਹ ਗੁੱਸੇ ਵਾਲੀ ਨਹੀਂ
ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਤਪਦੇ ਪਲਾਂ ਵਿਚ
ਵੀ ਦਿਲ ਨੂੰ ਠੰਡਕ ਦੇਣ ਵਾਲੀ
ਹੁਣ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਨੂੰ
ਵਾਰ ਵਾਰ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਜੋ ਖੱਬੇ ਵੱਲ ਨੂੰ ਮੁੜਦੇ ਨੇ
ਤੇ ਮੈਨੂੰ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹੋਣ
ਤੂੰ ਸੱਜੇ ਵੱਲ ਨੂੰ ਜਾ
ਤੇ ਕੱਲ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਆ ਜਾਂਵੀ।
ਗੁਰਜੰਟ ਤਕੀਪੁਰ
8872782684

ਘੋਟਾਲਾ

ਚੱਲ ਘੋਟਾਲਾ ਕੋਈ ਕਰੀਏ।
ਮੋਟੇ ਪੈਸੇ ਅੰਦਰ ਧਰੀਏ।
ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਕੇ ਮੁੜਦਾ ਨਾ ਕਰ
ਚਾਹੇ ਹੋਈਏ ਪੁੱਜਦੇ ਸਰੀਏ।
ਮੋਟਾ ਮਾਲ ਬਣਾਕੇ ਮੱਲਾ
ਪੈਰ ਜਹਾਜ਼ੇ ਆਪਾਂ ਧਰੀਏ।
ਯਾਰੀ ਅਪਣੀ ਤਕੜੇ ਦੇ ਨਾਲ
ਦੁੱਕੀ ਤਿੱਕੀ ਤੋਂ ਨਾ ਡਰੀਏ।
ਬੈਂਕਾਂ ਕੋਲੋਂ ਲੈਕੇ ਕਰਜ਼ਾ
ਅਪਣੇ ਆਪਾਂ ਲਾਕਰ ਭਰੀਏ।
ਬੈਂਕ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੇਕੇ ਹਿੱਸਾ
ਮੋਟਾ ਕਾਂਡ ਜਿਹਾ ਹੁਣ ਕਰੀਏ।
ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਂਦੇ ਪੱਥਰ ਹੋਈਏ
ਮੋੜਨ ਨੂੰ ਬਣ ਬਰਫ਼ਾਂ ਖ਼ਰੀਏ।
ਤੂੰ ਬੱਸ ਕੋਈ ਜੁਗਤ ਬਣਾ ਹੁਣ
ਠੱਗੀ ਦੇ ਨੇ ਐਨੇ ਜ਼ਰੀਏ।
ਹਰਦੀਪ ਬਿਰਦੀ
9041600900

ਸਿਹਾਰੀ ਬਿਹਾਰੀ ਸੋਹਣੇ ਕੰਨਾਂ ਦੇ ਝੁੰਮਕੇ

ਨਿਰਮਲ ਕੌਰ ਕੋਟਲਾ

ਸਿਹਾਰੀ ਬਿਹਾਰੀ ਸੋਹਣੇ ਕੰਨਾਂ ਦੇ ਝੁੰਮਕੇ ,
ਤੇ ਟਿੱਪੀ ਮੱਥੇ ਦਾ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਕੁੜੇ।
ਬਿੰਦੀ ਲੱਗੇ ਗੱਲ੍ਹ ਵਾਲਾ ਤਿਣ,
ਅੱਧਕ ਲੱਗੇ ਰਾਣੀ ਹਾਰ ਕੁੜੇ।
ਕੰਨਾ ਲੱਗੇ ਨਾਲ ਖੜੇ ਵੀਰ ਵਾਂਗੂੰ ,
ਮੁਕਤੇ ਦੇ ਨਾਲ ਇਹਨੇ ਰਹਿਣਾ ਜੀ।
ਔਂਕੜ ਦੁਲੈਕੜੇ ਦੀ ਵੀ ਖੂਬ ਜੋੜੀ ਏ,
ਲਾਵਾਂ ਤੇ ਦੁਲਾਵਾਂ ਦੋਵੇਂ ਭੈਣਾਂ ਜੀ।
ਹੋੜਾ ਤੇ ਕਨੌੜਾ ਦੌੜਦੇ ਨੇ ਖੂਬ,
ਸਿੱਖਿਆ ਨਾ ਪਿੱਛੇ ਕਦੀ ਰਹਿਣਾ ਜੀ।
ਬੋਲੀਆਂ ਨੇ ਭਾਵੇਂ ਸਭ ਸੋਹਣੀਆ ਜੀ ,
ਪਰ ਅਸਾਂ ਕੀ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਲੈਣਾ ਜੀ ।
ਪੰਜਾਬ ਤੇਪੰਜਾਬੀਅਤ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਮੋਹ ,
ਬੋਲੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੰਜਾਬੀ ਪਿਆਰੀ ।
ਨਿਰਮਲ ਕਰੇ ਸਤਿਕਾਰ ਸਭ ਦਾ ਜੀ ,
ਰਹੇ ਸਦਾ ਮੁੱਹਬਤ ਦੀ ਖਿੜ੍ਹੀ ਕਿਆਰੀ ।

ਦੋ-ਪਲ

ਸੱਜਣਾ ਆਜਾ ਬੈਹਜਾ ਦੋ-ਪਲ,
ਪਿਆਰ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰੀਏ ।
ਕੰਮਕਾਰ ਤਾਂ ਚੱਲਦੇ ਰਹਿਣੇ,
ਆ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਸਾਂਝੇ ਕਰੀਏ ।
ਗੁੱਸੇ-ਗਿਲੇ ਦਿਲੋਂ ਭੁਲਾਕੇ,
ਧੂੜ ਪਿਆਰ ਦੀ ਕਰੀਏ ।
ਚਾਰ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਮੇਲਾ-ਜੋਲਾ,
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਸੰਗ ਜੀਵਨ ਭਰੀਏ ।
'ਕਲੇਰ' ਜਿੰਦ ਦਾ ਕੀ ਭਰੋਸਾ ?
ਹੱਸ-ਖੇਡ ਕੇ ਜੀਵਨ ਤਰੀਏ ।
ਹੰਸ ਕਲੇਰ, ਦੁਗਾਲ
98789-46038

ਨਾ ਫ਼ਲ ਨਾ ਫੁੱਲ

ਚੰਨੀ ਖਿਜ਼ਰਾਬਾਦ
98724 05951

ਨਾ ਪੱਤਾ ਰੂੰਡ ਮੁੰਡ
ਰੁੱਖ ਜਿਹੀ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਨਹਿਰ ਕਿਨਾਰੇ ਮੈਂ ਬੈਠਾ ਪਿਆਸਾ
ਆਟੇ ਵਿੱਚ ਨੂਣ ਜਿਵੇਂ ਤਲਾਸ਼ਾ
ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਭਾਗ ਨਾ ਲੱਗੇ
ਉਸ ਕੁੱਖ ਜਿਹੀ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਬਿਨ ਬੱਦਲਾਂ ਜਿਉਂ ਬਿਜਲੀ ਕੜਕੇ
ਬਿਨ ਪਾਣੀ ਜਿਉਂ ਮੱਛੀ ਤੜਫ਼ੇ
ਜਿਉਂਦੇ ਜੀ ਲਾਸ਼ ਜਿਹੀ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਬਿਨ ਸੰਗੀਤ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਗੀਤ
ਤੇਰੇ ਬਿਨ ਚੰਨੀ ਚਰਨਜੀਤ
ਤੂੰ ਕਿਉਂ ਬੇਮੁੱਖ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ

ਤਲਖ ਸਚਾਈਆਂ

ਰਾਤ ਦੇ ਪਹਿਰ ਕਿੰਨੇ ਪੁੱਛੀਂ ਉਸ ਗੋਗੀ ਕੋਲੋਂ,
ਮਾਹੀ ਜੀਹਦਾ ਗਿਆ ਪ੍ਰਦੇਸ।
ਉਮਰਾਂ ਦਾ ਪੈਂਡਾ ਕਿੰਨਾ ਲੰਮਾ ਹੁੰਦਾ ਪੁੱਛ ਲਵੀਂ,
ਕੱਢਣ ਬਣੇ ਨੇ ਜੀਹਦੇ ਖੇਸ।
ਬਾਡਰਾਂ ਲੜਾਈਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਦੁਖਦਾਈ ਜੀਹਦੇ,
ਘਰ 'ਚੋਂ ਨਾ ਮੁੱਕਦਾ ਕਲੇਸ਼।
ਪੁੱਛਲੀਂ ਕਿਸਾਨ ਨੂੰ ਕੀ ਵਧੇ ਹੋਏ ਰੇਟ ਹੁੰਦੇ,
ਮਣ ਦੁੱਧ ਕੱਟੇ ਨੂੰ ਕੀ ਲੇਸ।
ਪਿੱਪਲਾਂ ਤੇ ਬੋਹੜਾਂ ਕੋਲ਼ੇ ਬੈਠ - ਬੈਠ ਪੁੱਛ ਲਵੀਂ,
ਮੁੱਕਿਆ ਕਿਉਂ ਡੰਡੀਆਂ 'ਚੋਂ ਲੇਸ ?
ਮੁੱਲ ਓਏ ਜਵਾਨੀ ਦਾ ਗਰੀਬ ਕੋਲੋਂ ਪੁੱਛ ਲਵੀਂ,
ਰੋਟੀ ਤੱਕ ਰਹਿਗੀ ਜੀਹਦੀ ਰੇਸ।
ਬਚਪਨ ਵਾਲ਼ੇ ਕੀ ਨਜ਼ਾਰੇ ਜਾ ਕੇ ਪੁੱਛ ਲਵੀਂ,
ਗਲ਼ੀਏਂ ਜੋ ਰੁਲ਼ਦਾ ਵਰੇਸ।
ਬਾਡਰ ਦੇ ਉੱਤੇ ਜੀਹਦਾ ਲੁੱਟਿਆ ਸੁਹਾਗ ਗਿਆ,
ਵੱਢ- ਵੱਢ ਖਾਵੇ ਉਹਨੂੰ ਦੇਸ਼।
ਚੋਰਾਂ ਦੀ ਉਹ ਹੱਥੀਂ ਆਪ ਲਿਖੂ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾ ਜੀਹਨੂੰ,
ਲੁੱਟ ਲਿਆ ਸਾਧੂਆਂ ਦੇ ਭੇਸ।
"ਸਿੱਧੂ" ਦੀ ਕਲਮ ਜਦੋਂ ਕਾਗਜ ਤੇ ਟਿਕਦੀ,
ਦਿਲ ਉੱਤੇ ਲੱਗੀ ਲਿਖੇ ਠੇਸ।
ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਕੌਰ "ਸਿੱਧੂ"
9465434177

ਜੀਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੀ ਪਵੇਗੀ

ਧਰਤੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਭੋਜਨ, ਤਨ ਢੱਕਣ ਲਈ ਕੱਪੜਾ ਅਤੇ ਸਿਰ ਲੁਕਾਉਣ ਲਈ ਛੱਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਵੇਖੋ! ਏਨਾ ਕੁਝ ਦੇਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਇਹ ਸਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਮੰਗ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਪਰ ਅਸੀਂ ਮਨੁੱਖ ਏਨੇ ਲਾਲਚੀ ਅਤੇ ਅਹਿਸਾਨਫਰਾਮੋਸ਼ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸਨੂੰ ਕੁਝ ਦੇਣਾ ਤਾਂ ਦੂਰ, ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇੱਕ ਕੂੜੇਦਾਨ ਵਾਂਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਹੋ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਭ ਸੁੱਖ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਧਰਤੀ ਮਾਤਾ ਅੱਜ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਧਰਤੀ ਤੇ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਾਧਨ ਸਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਹੀ ਹਨ ਪਰ ਜਿਸ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਆਉਂਦੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜਰੂਰੀ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਪੂਰਤੀ ਤੋਂ ਵੀ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂਵਾਂਗੇ।

ਮਨੁੱਖੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੇ ਧਰਤੀ ਦਾ ਸਰੂਪ ਹੀ ਵਿਗਾੜ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।ਖੇਤੀਯੋਗ ਭੂਮੀ, ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਖੇਤਰ, ਲੱਕੜੀ ਆਦਿ ਦੀ ਖਾਤਰ ਜੰਗਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਉੱਗਣ ਤੇ ਵਰ੍ਹੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਪੈਸੇ ਦੀ ਖਾਤਰ ਮਿੰਟਾਂ-ਸਕਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਕੱਟ ਕੇ ਵੇਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਰੁੱਖਾਂ ਅਤੇ ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਦੀਆਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਲੁਪਤ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੁਪਤ ਹੋਣ ਦੇ ਕੰਢੇ ਹਨ। ਹਰ ਰੋਜ਼ ਲੱਖਾਂ ਨਵੇਂ ਵਾਹਨ ਸੜਕਾਂ ਤੇ ਉਤਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹਵਾ ਨੂੰ ਜਹਿਰੀਲੇ ਧੂੰਏਂ ਨਾਲ ਭਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲਾ ਗੰਦਾ ਪਾਣੀ ਨਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਖਾਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖਣਿਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਧਰਤੀ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਪੁਟਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਪੁਟਾਈ ਦੌਰਾਨ ਨਿਕਲੀ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਢੇਰਾਂ ਹੇਠ ਆ ਕੇ ਕੁਦਰਤੀ ਵਨਸਪਤੀ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਵਾਹਨ ਅਤੇ ਕਾਰਖਾਨੇ ਕਚਰਾ ਅਤੇ ਜਹਿਰੀਲੀਆਂ ਗੈਸਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਮਿੱਟੀ, ਪਾਣੀ, ਹਵਾ, ਧੁਨੀ ਆਦਿ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਹਵਾ, ਜਿਹੜੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਹੋਂਦ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਸਨ, ਅੱਜ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵੰਡ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸਾਡੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗਲਤੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਰੂਰਤਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਨਾਕਾਮ ਹੋ ਗਏ ਹਾਂ। ਜਦ ਜਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਸਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਵਧ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੈਸੇ ਦੇ ਹੰਕਾਰ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਅਨੇਕਾਂ ਜਾਇਜ਼-ਨਜਾਇਜ਼ ਚੀਜਾਂ ਖਰੀਦਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਬਾੜ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਨਵੇਂ ਕੱਪੜੇ ਖਰੀਦ ਕੇ ਅਸੀਂ ਪੁਰਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਨਣਾ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਹਰ ਸਾਲ ਅਨੇਕਾਂ ਜੋੜੇ ਜੁੱਤੀਆਂ, ਪਰਸ, ਬੈਲਟਾਂ ਆਦਿ ਖਰੀਦੇ ਅਤੇ ਸੁੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਕਿਸੇ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਮੋਬਾਇਲ ਬਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ , ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਲੋਕ ਪੁਰਾਣੇ ਮੋਬਾਇਲ ਨੂੰ ਵੇਚ ਜਾਂ ਸੁੱਟ ਦਿੰਦੇ ਅਤੇ ਨਵਾਂ ਮੋਬਾਇਲ ਖਰੀਦ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਮੋਬਾਇਲਾਂ ਦੇ ਸਿਮਕਾਰਡ, ਡਾਟਾ ਕਾਰਡ, ਮੈਮਰੀ ਕਾਰਡ ਆਦਿ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਪਲਾਸਟਿਕ, ਸਿਲੀਕਾਨ ਅਤੇ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਿਲੀਕਾਨ ਅਤੇ ਤਾਂਬੇ ਨੂੰ ਧਰਤੀ ਹੇਠੋਂ ਕੱਢਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨੂੰ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪੈਟਰੋਲੀਅਮ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਿੱਥੇ ਮੋਬਾਇਲ, ਸਿਮਕਾਰਡ, ਡਾਟਾ ਕਾਰਡ, ਮੈਮਰੀ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੁਦਰਤੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਜੈਵਿਕ ਵਿਘਟਨ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਹ ਧਰਤੀ ਤੇ ਫੈਲਾਇਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸਭ ਤੋਂ ਖਤਰਨਾਕ ਕਚਰਾ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ।

ਅੰਜਾਮ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਮਨੁੱਖ ਧਰਤੀ ਤੇ ਕਬਾੜ ਦੇ ਢੇਰ ਲਗਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਘਰਾਂ ਦਾ ਕੂੜਾ, ਮਕਾਨ ਉਸਾਰੀ ਸਮੇਂ ਬਚੀਆਂ ਚੀਜਾਂ, ਪੁਰਾਣੇ ਕੱਪੜੇ, ਖਾਲੀ ਪੈਕਟ, ਪਲਾਸਟਿਕ, ਟੁੱਟਿਆ ਫਰਨੀਚਰ, ਡੱਬਾ ਬੰਦ ਭੋਜਨ ਦੇ ਖਾਲੀ ਪੈਕਟ, ਡਿਸਪੋਜ਼ਲ ਬਰਤਨ, ਖਾਲੀ ਬੋਤਲਾਂ ਆਦਿ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਚੀਜਾਂ ਦੇ ਵਿਘਟਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਨਾਲੋਂ ਕਈ ਗੁਣਾ ਹੌਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਹਨਾਂ ਢੇਰਾਂ ਦਾ ਅਕਾਰ ਲਗਾਤਾਰ ਵਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹਰ ਪਿੰਡ, ਕਸਬੇ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਕੂੜੇ ਦੇ ਢੇਰ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੇ ਮਹਿੰਗੇ ਅਤੇ ਪੌਸ਼ ਅਖਵਾਉਂਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਢੇਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚ ਨਹੀਂ ਸਕੇ। ਜਦ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਨਮੀ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੂੜੇ ਦੇ ਢੇਰਾਂ ਤੇ ਮੱਛਰ, ਮੱਖੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਅਨੇਕਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਕੂੜਾ ਜਦ ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਨਾਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਨਿਕਾਸੀ ਰੁਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪਾਣੀ ਨਾਲੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਅਵਾਰਾ ਪਸ਼ੂ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕੂੜੇ ਦੇ ਢੇਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮੂੰਹ ਮਾਰ ਕੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਲਿਫਾਫੇ ਖਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦਾ ਕਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸ਼ਾਇਦ ਅਸੀਂ ਕੂੜੇ ਦੇ ਢੇਰਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਸਚੇਤ ਨਹੀਂ ਹਾਂ। ਸਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੂੜੇ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਸਿਰਫ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਅਸੀਂ ਏਨੀ ਵੀ ਖੇਚਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿ ਜੈਵਿਕ ਅਤੇ ਅਜੈਵਿਕ ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਕੂੜੇਦਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ, ਵਧਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਦਾ ਸਾਰਾ ਦੋਸ਼ ਅਸੀਂ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਮੜ੍ਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਕੀ ਸਾਨੂੰ ਵਿਗਿਆਨ ਨੇ ਗੰਦਗੀ ਮਚਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ? ਵਿਗਿਆਨ, ਜਿਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ, ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਹਿੱਤਾਂ ਲਈ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਵਧਦੇ ਲਾਲਚ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਹੋਣਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਪੂੰਜੀਪਤੀ ਸਰਕਾਰ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਸਮਾਜਵਾਦੀ, ਤਾਨਾਸ਼ਾਹੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਲੋਕਤੰਤਰੀ, ਹਰੇਕ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਮਕਸਦ ਉਤਪਾਦਨ ਵਧਾਉਣਾ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਸਿੱਧਾ ਅਸਰ ਧਰਤੀ ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬੁੱਧੀਜੀਵੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪੁਰਾਤਨ ਖੇਤੀ ਢੰਗ ਪੱਛੜੇ ਹੋਏ ਸਨ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਨ ਦੀ ਦਰ ਹੌਲੀ ਸੀ। ਗੱਲ ਠੀਕ ਵੀ ਹੈ ਪਰ ਅਸੀਂ ਇਹ ਕਿਉਂ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਆਧੁਨਿਕ ਖੇਤੀ ਢੰਗ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਜਿਆਦਾ ਅਨਾਜ਼ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਥੋਕ ਦੇ ਭਾਅ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵੀ ਵੰਡ ਰਹੀ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੁੱਖੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਾਦਸਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਜਿਆਦਾ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਛੱਡ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰੀਨ ਹਾਊਸ ਗੈਸਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਧਰਤੀ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਵਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਜੋਨ ਪਰਤ ਖੁਰਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੌਸਮੀ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਾਲ ਮਈ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਹੈ ਪਰ ਅਜੇ ਵੀ ਗਰਮੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਰੰਭ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਹਰ ਦੂਜੇ-ਚੌਥੇ ਦਿਨ ਪੈਂਦੀ ਬੇਮੌਸਮੀ ਬਰਸਾਤ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਜੀਣਾ ਮੁਹਾਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤੀ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਦੇ ਮਾਰੂ ਸਿੱਟੇ ਨਿਕਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਹੋਈ ਉੱਤਰਾਖੰਡ ਦੀ ਤਬਾਹੀ ਦਾ ਮੰਜਰ ਜਿਆਦਾ ਪੁਰਾਣਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਵੀ ਹੜ੍ਹ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਖਬਰਾਂ ਸੁਣਨ ਲਈ ਮਿਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਵਿਗਿਆਨਕ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਅਸੀਂ ਇਹ ਭੁੱਲ ਚੁੱਕੇ ਹਾਂ ਕਿ ਹਰ ਕ੍ਰਿਆ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਨਾਲ ਮਾੜਾ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਅਸੀਂ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇਕਰ ਧਰਤੀ ਆਪਣੀ ਆਈ ਤੇ ਆ ਗਈ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਕਿ ਅਸੀਂ ਧਰਤੀ ਦੇ ਮਾਲਕ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਇਸਦੇ ਬੱਚੇ ਹਾਂ। ਸਾਡਾ ਫਰਜ਼ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹ ਲੰਮੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕੇ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਦੇਰ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਤਾਂ ਉਹ ਦਿਨ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਜਦੋਂ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਬਾਕੀ ਗ੍ਰਹਿਆਂ ਵਾਂਗ ਇੱਕ ਨਿਰਜੀਵ ਗ੍ਰਹਿ ਬਣਕੇ ਘੁੰਮਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗੀ।

ਗੁਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ
08956900001

ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ : ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਆ ਰਿਹਾ ਬਦਲਾਅ ਇਕ ਚਿੰਤਾ ਦਾ

ਇਕ ਸਮਾ ਸੀ ਜਦੋ ਸਮੇ ਸਿਰ ਸਰਦੀ, ਸਮੇ ਸਿਰ ਗਰਮੀ ਅਤੇ ਸਮੇ ਸਿਰ ਬਰਸਾਤ ਹੁੰਦੀ ਸੀ ।ਕਿਸਾਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਨ ਜੀਵਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹ ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਸੀ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਵੀ ਪੂਰਾ ਸਾਥ ਦਿੰਦੀ ਸੀ। ਮੋਟੇ ਅਖਰਾ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ ਤਾ ਮਨੁੱਖ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਸਬੰਧ ਬੜਾ ਹੀ ਪੱਕਾ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਭਰਿਆ ਸੀ। ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਤਰੱਕੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਪੁਰਾਤਨ ਤੋ ਆਧੁਨਿਕ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਤੋ ਅਤਿ ਆਧੁਨਿਕ ਯੁਗ ਵਲ ਵਧਿਆ ਹੈ ਉਵੇ ਉਵੇ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਰਿਸਤਾ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਕਮਜੋਰ ਹੁੰਦਾ ਗਿਆ ਜਾ ਕਹਿ ਲਵੋ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਕੁਦਰਤ ਤੋ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਗਿਆ ।ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੋਚ ਲਾਲਚ ਭਰੀ ਹੁੰਦੀ ਗਈ ਤਿਵੇਂ ਤਿਵੇਂ ਹੀ ਉਸ ਨੇ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨਾ ਸੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ।ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਲਾਲਚ ਵਧਦਾ ਹੀ ਗਿਆ ਤੇ ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਕੀਤੀਆ ਜਾ ਰਹੀਆ ਛੇੜਖਾਨੀਆ ਵੀ ਵਧਦੀਆ ਗਈਆਂ ।ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੀਆ ਗਤੀਵਿਧੀਆ ਕਾਰਨ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿਚ ਵੱਡਾ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਂਦਾ ਹੈ , ਜਿਸ ਨੂੰ ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਿਹਾ ਜਾਦਾ ਹੈ ।ਲਗਾਤਾਰ ਵੱਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਲਾਲਚ ਉਸ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ।ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਲਗਾਤਾਰ ਜੰਗਲਾ ਦੀ ਕਟਾਈ ਕਰਕੇ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋ ਵੱਡਾ ਖਿਲਵਾੜ ਕੀਤਾ ਹੈ ।ਉਸ ਤੋ ਬਾਅਦ ਅੰਧਾ-ਧੁੰਦ ਪਥਰਾਟੀ ਬਾਲਣਾ ਦੀ ਵਰਤੋ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੇ ਇਸ ਜਖਮ ਨੂੰ ਹੋਰ ਗਹਿਰਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ।ਰਹਿੰਦੀ ਖੂੰਹਦੀ

ਕਸਰ ਵਧਦੀਆ ਹੋਇਆ ਫੈਕਟਰੀਆ ਅਤੇ ਕਾਰਖਾਨਿਆ ਨੇ ਪੂਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ।ਲਗਾਤਾਰ ਵਧਦੀ ਹੋਈ ਜੰਗਲਾ ਦੀ ਕਟਾਈ, ਲੋੜ ਤੋ ਵੱਧ ਪਥਰਾਟੀ ਬਾਲਣਾ ਦੀ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਫੈਕਟਰੀਆ ਅਤੇ ਕਾਰਖਾਨਿਆ ਆਦਿ ਵਿਚੋ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਅਤੇ ਹੋਰ ਗਰੀਨ ਹਾਉਸ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆ ਗੈਸਾਂ ਜੋ ਕਿ ਸੂਰਜ ਦੀ ਗਰਮੀ ਨੂੰ ਧਰਤੀ ਤੇ ਰੋਕਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀਆ ਹਨ,ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਸੂਰਜ ਦੀ ਗਰਮੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ।ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਸਵ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਵੱਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ।ਜਿਸ ਨੂੰ ਗਲੋਬਲ ਵਾਰਮਿੰਗ ਦਾ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਵਿਸਵ ਦਾ ਵੱਧਦਾ ਹੋਇਆ ਤਾਪਮਾਨ ਧਰਤੀ ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਰੇਕ ਤਪਕੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ।ਭਾਵੇ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਜਾਤੀ ਹੋਵੇ ਜਾ ਫਿਰ ਪਸੂ,ਪੰਛੀ ,ਜਾਨਵਰ ਹੋਣ ਜਾ ਫਿਰ ਪੋਦੇ ।ਇਹ ਹਰੇਕ ਤਰ੍ਹ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ।ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਮਨੁੱਖ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤੇ ਅੱਜ ਇਸ ਨੇ ਇੰਨਾ ਭਿਆਨਕ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਾਰੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਹੀ ਖਤਰਾ ਮੰਡਰਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ।ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੀਆ ਸੰਸਥਾਵਾ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨੀ ਇਸ ਉਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾ ਜੋ ਇਸ ਤੋ ਨਿਕਲ ਰਹੇ ਅਤੇ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਭਿਆਨਕ ਨਤੀਜਿਆਂ ਤੋ ਨਿਪਟਿਆਂ ਜਾ ਸਕੇ।

ਵਿਸਵ ਦੇ ਵੱਧਦੇ ਹੋਏ ਤਾਪਮਾਨ ਕਾਰਨ ਗਲੇਸੀਅਰਾਂ ਤੇ ਪਈ ਲੱਖਾ ਟਨ ਬਰਫ ਪਿਘਲ ਕੇ ਪਾਣੀ ਪਾਣੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਹੀ ਭਿਆਨਕ ਨਤੀਜੇ ਨਿਕਲ ਰਹੇ ਹਨ।

IPCC (Intergovernmental Panel on Climate Change) ਦੀ ਇਕ ਰਿਪੋਰਟ ਜੋ ਕਿ ਅਪ੍ਰੈਲ 2007 ਵਿਚ ਆਈ ਸੀ , ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਵਿਸਵ ਦੇ ਵੱਧਦੇ ਹੋਏ ਤਾਪਮਾਨ ਕਾਰਨ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਹੜ ਆਉਣਗੇ ।ਜਿਸ ਨਾਲ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਉਤੇ ਜਾਨ ਮਾਲ ਦੀ ਹਾਨੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਇਕ ਹੋਰ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਵਿਕ ਵਿਸਵ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਵੱਧਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇਸ ਸਦੀ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਸਮੁੰਦਰਾ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਸਤਰ 7 ਤੋ 23 ਇੰਚ ਵੱਧ ਜਾਵੇਗਾ ।ਜੋ ਕਿ ਸਮੁਚੀ ਮਾਨਵ ਜਾਤੀ ਲਈ ਖਤਰੇ ਦੀ ਘੰਟੀ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 1.5 ਤੋ 2.5 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੱਕ ਵਧਣ ਨਾਲ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਤੇ ਰਹਿੰਦੀਆ ਲਗਭਗ 30% ਜਾਨਵਰਾ ਅਤੇ ਪੋਦਿਆ ਦੀ ਪ੍ਰਜਾਤਿਆ ਹਮੇਸਾ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਅਲਵਿਦਾ ਕਹਿ ਜਾਣਗੀਆ ।ਉਥੇ ਹੀ ਦਾ ਪੂਰਵ ਅਨੁਮਾਨ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਦੀ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 1.8 ਤੋ 4 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੱਕ ਵੱਧ ਜਾਵੇਗਾ।

ਉਥੇ ਹੀ ਵਿਸਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ 2030 ਅਤੇ 2050 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹਰ ਸਾਲ ਆਮ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆ ਮੋਤਾਂ ਨਾਲੋ 250000 ਜਿਆਦਾ ਮੋਤਾ ਕੁਪੋਸਣ, ਮਲੇਰੀਆ , ਡਾਇਰੀਆ ਅਤੇ ਹੀਟ ਸਟਰੈਸ ਆਦਿ ਕਾਰਨਾ ਕਰਕੇ ਹੋਣਗੀਆ ਜਿਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੀਆ ਗੱਲਾ ਵਿਚ ਇਕ ਭਿਆਨਕ ਸੰਦੇਸ ਜਾ ਕਹਿ ਲਵੋ ਇਕ ਭਿਆਨਕ ਸੱਚ ਲੁਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅੱਜ ਵੀ ਸਾਵਧਾਨ ਨਾ ਹੋਏ ਤਾ ਸਾਨੂੰ ਸੰਭਲਣ ਦਾ ਮੋਕਾ ਸਾਇਦ ਨਹੀ ਮਿਲੇਗਾ, ਕਿਉਕਿ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਧੀਮਾ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੈ, ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਬਹੁਤਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਾਡੇ ਰੋਜਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਨਹੀ ਮਿਲਦਾ। ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਭਿਆਨਕ ਨਤੀਜੇ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਿਆਨਕ ਨਤੀਜੇ ਭਵਿਖ ਵਿਚ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ।ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਵਿਸਵ ਪੱਥਰ ਉਤੇ ਮੁਹਿੰਮਾ ਚਲ ਰਹੀਆ ਹਨ ।ਸਭ ਤੋ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕਾਰਬਨ ਡਾਇਆਕਸਾਈਡ ਅਤੇ ਗਰੀਨ ਹਾਉਸ ਗੈਸਾ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸ੍ਰੋਤਾ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੀਏ ਤੇ ਉਹਨਾ ਨੂੰ ਠੱਲ ਪਾਉਣ ਦੇ ਤਾਰੀਕੇ ਲੱਭਿਏ ।ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਰਖਾਨਿਆ ਵਿਚੋ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਧੂੰਏ ਨੂੰ ਫਿਲਟਰ ਕਰਕੇ ਛੱਡਿਏ ।ਸਵੈ ਚਲਿਤ ਵਾਹਨਾ ਦੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਵਰਤੋ ਕਰੀਏ ।ਪਥਰਾਟੀ ਬਾਲਣਾ ਉਤੇ ਆਪਣੀ ਨਿਰਭਰਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾਈਏ ।ਊਰਜਾ ਦੇ ਨਵੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਦੇ ਨਵਿਆਉਣਯੋਗ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋ ਨੂੰ ਵਧਾਈਏ।

ਇਸ ਮੁੱਦੇ ਪ੍ਰਤਿ ਲੋਕਾ ਵਿਚ ਜਾਗਰੁਕਤਾ ਦੀ ਘਾਟ ਹੈ ।ਜੇਕਰ ਅਸੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾ ਕਿ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਪ੍ਰਤਿ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਉਤੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਉਤੇ ਕਾਰਜ ਹੋਵੇ ਤਾ ਲੋਕਾ ਵਿਚ ਜਾਗਰੁਕਤਾ ਲਿਆਉਣੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿਉਕਿ ਜਾਗਰੁਕਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਵੈ ਦੇ ਖੋਲ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਲੋੜ

ਤਰਸੇਮ ਸਿੰਘ ਬੁੱਟਰ
81465-82152

ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਕਾਰਗਰ ਮੰਤਰ ਹੈ 'ਹਿੰਮਤ'। ਹਿੰਮਤੀ ਮਨੁੱਖ ਮਿਹਨਤ ਰੂਪੀ ਕੁੰਜੀ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਜੰਗਾਲੇ ਹੋਏ ਜਿੰਦਰਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਤੇਲ ਦਿੱਤਿਆਂ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਭਵਿੱਖ ਰੂਪੀ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹਨ। ਹਿੰਮਤ ਅਕਸਰ ਹੀ ਟੁੱਟੇ ਤੇ ਥੱਕੇ, ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਅੱਕੇ, ਹੰਭੇ-ਹਾਰਿਆਂ, ਕਰਮਾਂ ਮਾਰਿਆਂ, ਬੇਆਸ, ਨਿਰਾਸ਼, ਉਦਾਸ ਤੇ ਮਾਨਵੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬਕਬਕਾ ਤੇ ਨੀਰਸ ਸਮਝਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਧਾਰਾ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਸੰਜੀਵਨੀ ਬੂਟੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਦੀ ਹੈ। ਹਿੰਮਤਹੀਣ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਲਸ, ਸੁਸਤੀ ਤੇ ਘੋਲ ਆਪਣੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਲਈ ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਸਬੱਬ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਵਿਪਰੀਤ ਹਿੰਮਤ ਦਾ ਪੱਲਾ ਫੜਨ ਵਾਲੇ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਲੋਕ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਕਠਿਨਾਈਆਂ, ਪਰਬਤਾਂ ਦੀਆਂ ਉੱਚਾਈਆਂ, ਸਮੁੰਦਰ ਦੀਆਂ ਗਹਿਰਾਈਆਂ, ਤਪਦੇ ਥਲ ਤੇ ਵਗਦੇ ਜਲ ਨੂੰ ਸਹਿਜਤਾ, ਸਰਲਤਾ ਅਤੇ ਸੰਜਮਤਾ ਨਾਲ ਪਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਅਥਾਹ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਹਿੰਮਤ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਭਿਆਨਕ ਜੰਗਲ-ਬੇਲੇ ਬੇਖ਼ੌਫ਼ ਹੋ ਕੇ ਗਾਹੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦੂਰ ਦਿਸਦੇ ਚੰਨ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਿੰਮਤੀ ਬੰਦੇ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਪਤਾਲ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਕਾਸ਼ ਤਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਿੰਮਤ ਨਾਲ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਖੰਭ ਉੱਗ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਲੰਬੀਆਂ ਉਡਾਣਾਂ ਭਰਨੀਆਂ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਿੰਮਤ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਆਬਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਹਿੰਮਤਹੀਣ ਵਿਅਕਤੀ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਕੇ ਅਜਿਹਾ ਢਹਿ-ਢੇਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਦੇ ਮੁੜ ਉਸਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਕਰਮਹੀਣ, ਦਿਸ਼ਾਹੀਣ, ਕੰਮਚੋਰ ਤੇ ਆਰਾਮਖੋਰ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਮਨੋਰਥ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਅਰਦਾਸਾਂ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੀ ਅਕਸਰ ਹਿੰਮਤੀ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਿੰਮਤ ਨਾਲ ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ, ਅਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਸਫਲਤਾ, ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਆਸ਼ਾ, ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਨਫ਼ੇ, ਢਹਿੰਦੀਕਲਾ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹਦੀਕਲਾ ਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤੋਂ-ਮੁਫ਼ਤੀ ਤਬਦੀਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਹਿੰਮਤ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਹਾਜ਼ਰੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰਾਹ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਹਿੰਮਤ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ-

ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿੱਚ ਤਬਾਹਕੁੰਨ ਤੂਫ਼ਾਨ, ਵਿਕਰਾਲ ਸਮੁੰਦਰੀ ਲਹਿਰਾਂ ਤੇ ਦਿਲ ਦਹਿਲਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਭੁਚਾਲ ਵੀ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹਿੰਮਤ ਨਾਲ ਡਾ. ਰਾਧਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਨ ਨੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਭਵਨ ਤਕ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਤੈਅ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਕਲਪਨਾ ਚਾਵਲਾ ਨੇ ਆਸਮਾਨ ਵਿੱਚ ਉੱਚੀਆਂ ਉਡਾਰੀਆਂ ਭਰੀਆਂ ਹਨ। ਹਿੰਮਤ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਹੁਨਰ, ਕਲਾ, ਅਭਿਆਸ, ਜਾਚ, ਤਜਰਬਾ, ਸਿਖਲਾਈ, ਅਨੁਭਵ, ਮੁਹਾਰਤ ਅਤੇ ਗਤੀ ਬਖ਼ਸ਼ਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਔਖੇ ਤੋਂ ਔਖੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਹਾਲਾਤਾਂ ਨਾਲ ਜੂਝਣ ਤੇ ਸਿੱਝਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਤੇ ਪ੍ਰਪੱਕ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਹਿੰਮਤੀ ਮਨੁੱਖ ਦੂਸਰਿਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਸਰੋਤ ਅਤੇ ਰਾਹ ਦਸੇਰਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਹਿੰਮਤ ਜੀਵਨ ਉਦੇਸ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਰਾਹ ਪੱਧਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਅਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਪਸ਼ੂ-ਪੰਛੀ, ਜੀਵ-ਜੰਤੂ ਤੇ ਕੀਟ-ਪਤੰਗੇ ਵੱਧ ਹਿੰਮਤੀ, ਸਿਰੜੀ ਤੇ ਮਿਹਨਤਕਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਿੰਮਤੀ ਮਨੁੱਖ ਕੋਲ ਅਨੇਕਾਂ ਰੁਝੇਵੇਂ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਵਿਹਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਹਿੰਮਤ ਤੋਂ ਸੱਖਣੇ ਸੱਜਣ ਵਿਹਲੇ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ 'ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ'। ਹਿੰਮਤੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਪੱਛਮੀ ਮੁਲਕਾਂ ਨੇ ਬੇਅੰਤ ਆਰਥਿਕ ਤਰੱਕੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਹਿੰਮਤੀ ਦੇਸ਼-ਭਗਤ ਆਜ਼ਾਦੀ ਲਈ ਹਿੰਮਤ ਨਾ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਭਾਰਤ ਨੇ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਗ਼ੁਲਾਮੀ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚ ਖੁੱਭੇ ਰਹਿਣਾ ਸੀ। ਹਿੰਮਤ ਅਜਿਹਾ ਸਰਮਾਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਾਇਆ ਦੀ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਸੋ ਆਓ, ਇਸ ਬਹੁਮੱਲੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਤੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਖਾਰਨ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਸਾਰਥਕ ਜੀਵਨ ਉਦੇਸ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਹਿੰਮਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਦਤ ਤੇ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਅੁਟੱਟ ਅੰਗ ਬਣਾਈਏ।

ਪਦਾਰਥਕ ਭੁੱਖ ਵਾਲੀ ਤੇਜ਼-ਤਰਾਰ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨੇ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਰੰਗਮੰਚ ਦਾ ਤਿਲਕਵਾਂ ਪਾਤਰ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਦਿਲੀ ਮੋਹ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨਿਭਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ, ਪਰ ਹੁਣ ਸਾਹਮਣੇ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਵਰਤਾਓ ਉਸ ਤੋਂ ਵਰਤਮਾਨ ਜਾਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨਿੱਜੀ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਣਾਉਟੀਪੁਣਾ ਇਸ ਕਦਰ ਭਾਰੂ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਬੂਹੇ 'ਤੇ ਆ ਕੇ ਮਹਿਮਾਨ ਨੂੰ ਵਿਦਾ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਬਣਾਉਟੀ ਜਿਹਾ ਹੱਸ ਕੇ ਕਹਿਣਗੇ, 'ਤੁਸੀਂ ਤਾਂ ਐਂਵੇ ਭੱਜੇ ਜਾਂਦੇ ਓ, ਚਾਹ ਦੇ ਕੱਪ ਨੂੰ ਤਾਂ ਦੋ ਮਿੰਟ ਲੱਗਣੇ ਸੀ।' ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਭਾਵਨਾ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬਲਾ ਟਲੀ। ਘਰ ਆਏ ਪ੍ਰਾਹੁਣੇ ਨੂੰ ਗਲੋਂ ਲਾਹੁਣ ਲਈ ਅਖੌਤੀ ਸੱਭਿਅਕ ਸ਼ਹਿਰੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕਿਵੇਂ ਮਿੱਠੇ ਲਫਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਢਾਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਕੇ ਪੁਰਾਣੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦੇ ਅਨਪੜ੍ਹ ਤੇ ਸਿੱਧ ਪੱਧਰੇ ਲੋਕ ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਜਾਪਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਛੁੱਟੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਕੋਈ ਬਾਹਰੋਂ ਆ ਕੇ ਤੰਗ ਨਾ ਕਰੇ ਇਸ ਲਈ ਮੇਨ ਗੇਟ ਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਜਿੰਦਰਾ ਮਾਰ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਘੰਟੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵੀ ਪਦਾਰਥਕ ਗ਼ੁਲਾਮ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹਨ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਗੋਡੇ ਕੇਵਲ ਉਦੋਂ ਹੀ ਬਦਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਇਲਾਜ ਦਾ ਖ਼ਰਚਾ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰਤੀ-ਪੂਰਤੀ ਰਾਹੀਂ ਮਿਲਣਯੋਗ ਹੋਵੇ। ਘਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਬਜ਼ੁਰਗ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਕਮਾਈ ਕਰਕੇ ਘਰ ਨੂੰ ਪੱਕੇਂ ਪੈਰੀਂ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਦੀ ਮੰਜੀ ਘਰ ਦੀ ਨੁੱਕਰ ਵਿੱਚ ਲਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੀ ਬੇਵਜ੍ਹਾ ਟੋਕਾ ਟਾਕੀ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣ। ਦਿਖਾਵਾ ਭਾਰੂ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਪੋਤਰੇ-ਪੋਤਰੀਆਂ ਦੇ ਵਿਆਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰਡਾਂ 'ਤੇ ਘਰ ਦੇ ਮੁਖੀ ਦਾ ਨਾਂ ਮੋਟੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਵਾਸਤਵ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਪੁੱਛ-ਪੜਤਾਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਚਿੱਟੇ ਬਸਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਤਰ ਬੇਜਾਨ ਸ਼ੋਅ ਪੀਸ ਬਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਜੋ ਸੰਤਾਪ ਹੰਢਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਸਦਾ ਦਰਦ ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਬੰਦਾ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰੀ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਪੋਚਾ ਪਾਚੀ ਭਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਬੰਦੇ ਦੀ ਆਪਣੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਨਾਲ ਤਾਂ ਦੁਆ ਸਲਾਮ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਉਸ ਦੇ ਫੇਸ ਬੁੱਕ ਮਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਸੂਚੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਜੋਕਾ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਮਿਲੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਮੀਲ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੇ ਅਣਜਾਣ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਅਫ਼ਸੋਸ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਜਾਂ ਵਧਾਈਆਂ ਦੇਣ ਦਾ ਆਦੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਖੌਤੀ ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਉਪਰੋਕਤ ਵਰਣਨ ਕੀਤੇ ਅਮਾਨਵੀ ਵਿਵਹਾਰ ਲਈ ਸਾਡਾ ਅਸਮਾਜਿਕ ਹੋ ਜਾਣਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਤੇਜ਼-ਤਰਾਰ ਸੰਚਾਰ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਢਾਹ ਲਾਈ ਹੈ। ਇਕੱਲ ਵਿੱਚੋਂ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਨੇ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਨਾਲੋਂ ਤੋੜ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਨਤਕ ਮੇਲ ਮਿਲਾਪ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਸੱਥਾਂ, ਪਿੜਾਂ, ਫਲਿਆਂ, ਤ੍ਰਿੰਞਣਾਂ, ਤੀਆਂ ਆਦਿ ਦਾ ਭੋਗ ਪੈ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਬੱਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਪਹਿਚਾਣ ਕੱਢ ਮੋਹ ਨਾਲ ਇਸ ਕਦਰ ਸੰਵਾਦ ਰਚਾਉਂਦੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ ਤੇ ਉਹ ਗੱਲਾਂ-ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਦਰਲੀ ਭੜਾਸ ਕੱਢ ਹੌਲੇ ਫੁੱਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੀ ਦਿਲ-ਦਿਮਾਗ਼ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਘੱਟ ਸਨ, ਪਰ ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਤੇਜ਼ ਤਰਾਰ ਏ.ਸੀ. ਬੱਸਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਾਤਮੀ ਚੁੱਪ ਪਸਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕੋਈ ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈੱਡ ਫੋਨ ਪਾਈ ਬੈਠਾ ਹੈ ਤੇ ਕੋਈ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਸਕਰੀਨ 'ਤੇ ਟਿੱਕ-ਟਿੱਕ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉੱਚਾ ਬੋਲਣਾ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਭੇਤ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੇਣਾ ਅਸੱਭਿਅਕ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਡੀਕ ਦਾ ਮਾਦਾ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਸਹਿਜ ਗੁਆਚਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਂ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕੋਝੀਆਂ ਚਾਲਾਂ ਵੀ ਖੇਡੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ ਹੱਥ-ਪੈਰ ਹਿਲਾਏ ਸ਼ਾਹੀ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦੇ ਸੁਪਨੇ ਵੇਖਣਾ ਮਾੜਾ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਦਿਨੋਂ-ਦਿਨ ਆਮ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਭਾਰੂ ਹੁੰਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

This Christmas, Give the gift that Lasts a Lifetime !

ਇਸ ਕ੍ਰਿਸਮਿਸ ਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ
ਦਿਓ ਉਮਰ ਭਰ ਦਾ ਇਨਾਮ

Give the gift of education to your child

We can help you start saving for their future

Higher education has never been more important than it is today. That's why starting a Registered Education Savings Plan is the best gift you can give your child.

Only RESPs are eligible for government grants that can boost the value of your savings by up to $7,200* per child. Plus, up to $50,000 of each child's RESP grows tax-deferred.

And with a Flex First RESP, it is easy to add to your child's education savings goal with gifts from friends, grandparents and other family members. More than another toy or treat, an RESP is a gift that lasts a lifetime.

Let us help you get started.

Learn more from
Gurpreet Arneja
Sales Manager
(514) 983 2730 | Gurpreet.arneja@KFF.CA

knowledgefirst FINANCIAL

Knowledge First Financial Inc. is a wholly owned subsidiary of the Knowledge First Foundation and is the investment fund manager, administrator and distributor of the education savings plans offered by Knowledge First Foundation. *Certain conditions apply. Knowledge First Financial® is a registered trademark of Knowledge First Financial Inc. For more information about our education savings plans, please visitknowledgefirstfinancial.ca or refer to our prospectus.

At your Service in English, French, Hindi, and Punjabi

Don't Delay, Act Today!
Book your free Zoom Consultation

PINLESS CALLING CARD

NO CONNECTION FEE NO DISCONNECT FEE NO MAINTENANCE FEE

- Excellent quality and service
- No need to enter pin number
- Call from any phone
- Home, Office or Cell

LOW RATES

PAKISTAN 0.05/c	CANADA 0.007 ¢	QATAR 0.15 ¢
BANGLADESH 0.0350 ¢	HAITI 0.25 ¢	MAURITIUS 0.0759 ¢
INDIA 0.014/c	ITALY 0.0275 ¢	SOUTH AFRICA 0.0215 ¢
LEBANON 0.140 ¢	IRAN 0.0431 ¢	U.A.E 0.16 ¢
EGYPT 0.0350 ¢	MOROCCO 0.30 ¢	PALESTINE 0.05 ¢
SRI LANKA 0.10 ¢	SAUDI ARABIA 0.0739 ¢	BRAZIL 0.0175 ¢
SYRIA 0.16 ¢	CHINA 0.03 ¢	YEMEN 0.1280 ¢

Call us at: 514-297-2786, to get more information regarding the rates of your destination.

YOUR RELIABLE PARTNER FOR LONG DISTANCE !

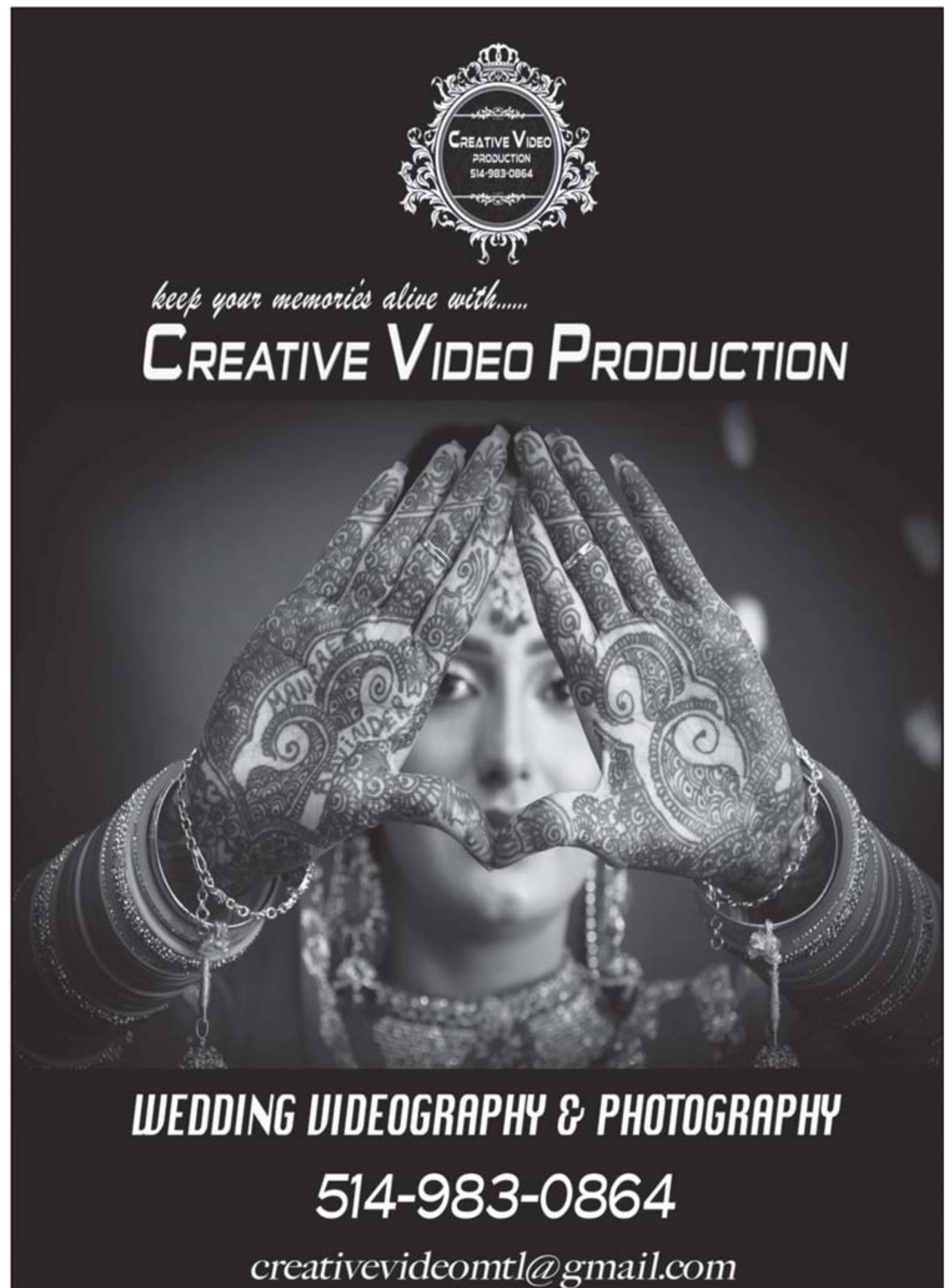
ਮੇਰਾ ਭਾਰਤ ਮਹਾਨ, ਘੋੜੇ ਅੱਗੇ ਤਾਂਗਾ ਜੋੜਨ ਇਥੋਂ ਦੇ ਰਥਵਾਨ

ਇਹ ਗੱਲ ਤਾਂ ਹੁਣ ਜੱਗ ਜ਼ਾਹਰ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਸਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਰਕਾਰ ਕੋਲੋਂ ਮਿਲੀ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਸਾਡੇ ਰਾਜਭਾਗ ਲਈ ਹਾਬੜੇ ਹੋਏ ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੇ ਸਿਆਸਤਦਾਨ ਆਗੂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਫੁੱਲੇ ਨਹੀਂ ਸਮਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਸੰਪੂਰਨ ਸਵੈਰਾਜ ਦੀ ਬੜਾ ਗੱਜ-ਵੱਜ ਕੇ ਉਹ ਢੰਡੋਰਾ ਪਿੱਟ ਰਹੇ ਸਨ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਪੂਰਨ ਸਵਰਾਜ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕੁੱਝ ਮਨਜ਼ੂਰ ਨਹੀਂ, ਉਹੀ ਰਾਜ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਭੁੱਖੇ ਲੀਡਰਾਂ ਨੂੰ ਜੋ ਕੁੱਝ ਵੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਅਪਣੀ ਸਹੂਲਤ ਮੁਤਾਬਕ ਦੇਣਾ ਚਾਹਿਆ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਗ਼ੱਦਾਰਾਂ ਨੇ ਬਿਨਾਂ ਪੜ੍ਹੇ ਵਿਚਾਰੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਹੀ ਉਤੇ ਅੰਗੂਠਾ ਲਾ ਕੇ ਮੁਲਕ ਨੂੰ ਅਪਣੇ ਕਬਜ਼ੇ ਵਿਚ ਕਰਨ ਦੀ ਕੀਤੀ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਹੁਣ ਅਜਕਲ ਦੇ ਮੀਡੀਆ ਪ੍ਰਧਾਨ ਯੁਗ ਵਿਚ ਗੁੱਝੀਆਂ ਲੁਕੀਆਂ ਨਹੀਂ ਰਹੀਆਂ। ਹਰ ਬੰਦਾ ਇਸ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ, ਸੁਣ ਅਤੇ ਵੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪੂਰਾ ਵੇਰਵਾ ਵੀ ਜਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਲੀਡਰ ਦਾ ਕੀ ਕੀ ਰੋਲ ਉਸ ਸਮੇਂ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਹੁਣ ਪੁਰਾਣੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਬੋਲਦੇ ਸਬੂਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਜ਼ਾਹਰ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਨਾਕਿ ਸਿਰਫ਼ ਬੋਲ-ਸੁਣ ਕੇ। ਜੇ ਪੂਰੀ ਤਫ਼ਸੀਲ ਨਾਲ ਲਿਖੀਏ ਤਾਂ ਇਕ ਕਿਤਾਬ 'ਚ ਵੀ ਸਮਾਅ ਨਹੀਂ ਸਕਣਗੀਆਂ। ਸੋ ਮੁਕਦੀ ਗੱਲ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੇਈਮਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਪੂਰਨ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਰਾਜਸੱਤਾ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਉਤੇ ਹੀ ਮੋਹਰ ਲਾ ਕੇ ਇਹ ਵਜਕਾ ਵਜਾ ਦਿਤਾ ਕਿ ਹਿੰਦੋਸਤਾਨ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸਾਮਰਾਜ ਦੇ ਜੂਲੇ ਥੱਲੋਂ ਕੱਢ ਕੇ ਖ਼ੁਦ ਅਪਣਾ, ਅਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਕ ਆਜ਼ਾਦ ਗਣਰਾਜ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਆਜ਼ਾਦਾਨਾ ਤੌਰ ਤੇ ਮਾਲਕ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਰਾਜਭਾਗ ਦਾ ਹਿੱਸੇਦਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਫ਼ਖ਼ਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕੇਗਾ। ਪਰ ਅਸਲ ਵਿਚ ਇਹ ਪੂਰਨ ਆਜ਼ਾਦੀ ਨਹੀਂ ਕਹੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸੰਸਦ ਨੇ ਅਪਣੇ ਵਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਮਤੇ ਰਾਹੀਂ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਦਿਤੀ ਹੈ, ਉਹ ਸਿਰਫ਼ ਡੁਮੀਨੀਅਨ (ਰਾਜ ਦੇ ਅਧੀਨ ਰਾਜ) ਹੈ। ਇਹ ਸੱਭ ਗੱਲਾਂ ਲਿਖਤ ਪੜ੍ਹਤ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਤਾਂ ਅੱਜ ਵੀ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਰਾਜ ਦੀ ਰਾਣੀ ਸਾਡੇ ਭਾਰਤ ਮੁਲਕ ਦੀ ਵਾਸੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਹਿੰਦੋਸਤਾਨ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਦਾ ਦਰਜਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ। ਜਿੰਨੀਆਂ ਤੋਪਾਂ ਦੀ ਸਲਾਮੀ ਸਾਡੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਨੂੰ ਦਿਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਮਹਾਂਰਾਣੀ ਬ੍ਰਿਟੇਨ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਪਾਂ ਦੀ ਸਲਾਮੀ ਲੈਣ ਦੀ ਹੱਕਦਾਰ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਹ ਹੈ ਸਾਡੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੀ ਗ਼ੁਲਾਮ ਜ਼ਹਿਨੀਅਤ, ਜੋ ਸ਼ਾਇਦ ਸਾਡੀ ਨਸਲ ਸਮਾਪਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਮਾਪਤ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜੋ ਕਾਨੂੰਨ (ਸੰਵਿਧਾਨ) ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਨੇ ਅਪਣੇ ਗ਼ੁਲਾਮ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਸੀ ਉਹ ਹੀ ਇਨ-ਬਿਨ (ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ) ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੱਜ ਦੇ ਸ਼ਾਸਕਾਂ ਨੇ ਸਾਡੇ ਉਤੇ ਨਾਫ਼ਿਜ਼ ਕਰ ਛਡਿਆ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ ਮੋਟਰ ਗੱਡੀਆਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਸਿਰਫ਼ ਗੋਰੇ ਹੁਕਮਰਾਨਾਂ ਜਾਂ ਅਫ਼ਸਰਾਂ ਕੋਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ, ਸੋ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾ ਦਿਤਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬੰਦਾ (ਹਿੰਦੋਸਤਾਨੀ) ਮੋਟਰ ਗੱਡੀ ਹੇਠ ਦਰੜਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਕੋਈ ਬਹੁਤਾ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਫੜਿਆ ਵੀ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਰਤ ਜ਼ਮਾਨਤ ਲੈ ਕੇ ਤਫ਼ਤੀਸ਼ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਤਫ਼ਤੀਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਖ਼ੁਦ ਹੀ ਸਨ। ਸੋ ਕਸੂਰ ਅਕਸਰ ਮਾਰੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦਾ ਹੀ ਕੱਢ ਦੇਂਦੇ ਸਨ। ਅਜਕਲ ਵੀ ਉਹ ਕਾਨੂੰਨ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਖਰੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਪਹੁੰਚ ਰਹਿਤ ਬੰਦਾ ਸਾਲ-ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਵੀ ਭੁਗਤ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਕਾਨੂੰਨ ਪੁਲਿਸ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੈ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਨ-ਮਾਲ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਹੱਥਾਂ 'ਚ ਡਾਂਗਾਂ-ਸੋਟੇ ਫੜਾ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੌਰ ਸੇਕਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਬੇਰੀ ਤੋਂ ਬੇਰ ਝਾੜਨ ਵਾਂਗ ਪੈਸੇ ਵੀ ਝਾੜ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਹਵਾਲਾਤ 'ਚ ਬੰਦ ਕਰ ਕੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੇਸ (ਝੂਠੇ) ਪਾ ਕੇ ਤਰੀਕਾਂ ਭੁਗਤਣ ਦਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਵੀ ਵਰਤਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਅੱਗੇ ਗੱਲ ਜੁਡੀਸ਼ੀਅਰੀ (ਕੋਰਟ ਕਚਿਹਰੀਆਂ) ਦੀ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰਬਉੱਚ ਭੱਦਰ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਨਾ ਸਹੀ ਪਰ ਦੂਜੇ ਦਰਜੇ ਉਤੇ ਰੱਖ ਕੇ 'ਮਾਈ ਲਾਰਡ' ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕੀ ਕੀ ਵੱਡੇ ਸਨਮਾਨਤ ਸੰਬੋਧਨ ਲਾ ਕੇ ਵਡਿਆਈਆਂ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਸਨ ਪਰ ਅਸਲ ਵਿਚ ਇਹ ਸਾਰੇ ਲਕਬ ਹੁਕਮਰਾਨਾਂ ਨੇ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਬਖ਼ਸ਼ੇ ਸਨ ਕਿ ਇਹ ਸੱਭ ਅਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਾਨ ਬਣਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਦਿਤੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਕਿ ਅਸੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵੀ ਮਾਈਬਾਪ, ਹਿਜ਼ ਹਾਈਨੈੱਸ ਹਾਂ ਜਾਂ ਲਾਰਡ ਹਾਂ, ਅਜਿਹੀ ਗੱਲ ਕਰ ਕੇ ਅਪਣੀ ਸ਼ਾਮਤ ਨਾ ਸਹੇੜ ਲੈਣਾ। ਅੱਜ ਵੀ ਅਦਾਲਤਾਂ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਨੀਤ ਮੁਤਾਬਕ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਭਾਵੇਂ ਲੱਖ ਕਹੀ ਜਾਈਏ ਕਿ ਸਾਡੀ ਨਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਆਜ਼ਾਦ ਹੈ, ਮਹਾਨ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋ ਰਹੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਅੱਜ ਹਰ ਕੋਈ ਥੋੜ੍ਹੀ ਬਹੁਤੀ ਸੂਝ-ਬੂਝ ਰਖਦਾ ਬੰਦਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੇਖ ਸੁਣ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਨਸਾਫ਼ ਕਿੱਥੇ ਹੈ? ਮਾੜੇ ਬੰਦੇ ਲਈ ਤਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀਆਂ ਤਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਵਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਛਡੀਆਂ ਹਨ। '84 ਦੇ ਪੀੜਤ ਸਿੱਖ ਜਾਂ ਗੋਧਰਾ ਕਾਂਡ ਦੇ ਮੁਸਲਮਾਨ ਪੀੜਤ, ਜਿਊਂਦੇ ਸਾੜ ਦਿਤੇ ਗਏ ਉੜੀਸਾ ਅਤੇ ਹਰ ਕਈ ਥਾਵਾਂ 'ਚ ਇਸਾਈ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਗੁਨਾਹਗਾਰਾਂ ਨੂੰ ਤਲਬ ਕੀਤਾ ਗਿਆ? ਖ਼ਾਨਾਪੂਰਤੀ ਲਈ ਚੰਦ ਕੁ ਬੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਬਹੁਤੀ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਕੇ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਬਹਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰ ਦਿਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕੈਪਟਨ ਭਾਗ ਮੱਲ ਹੋਵੇ, ਸੁਨੀਲ ਦੱਤ ਦਾ ਲੜਕਾ ਸੰਜੇ ਦੱਤ, ਕਰਨਲ ਪੁਰੋਹਿਤ, ਪਰੱਗਿਆ ਠਾਕੁਰ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਸਵਾਮੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਹਨ ਜੋ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਸਾਫ਼ ਵੇਖ ਰਹੀ ਹੈ। ਸੋ ਕਹਿਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਕਿ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਦੀਆਂ ਮੁਹਤਾਜ ਹਨ। ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਥਕੰਡੇ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਤੇ ਜੱਜਾਂ ਦੀ ਬਦਲੀ ਕਰ ਕੇ ਕਿਤੇ ਲਾਲਚ ਦੇ ਕੇ ਕਿਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾ ਕੇ ਅਤੇ ਕਿਤੇ ਅਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਬੈਂਚ ਗਠਤ ਕਰ ਕੇ। ਦੁਨੀਆਂ ਹੁਣ ਐਨੀ ਭੋਲੀ ਨਹੀਂ, ਸੱਭ ਕੁੱਝ ਜਾਣਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਥੋੜ੍ਹੀ ਬਹੁਤੀ ਹੱਕ ਰਸੀ ਮਜਬੂਰੀ ਵੱਸ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਕਰਨੀ ਪੈ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਜਾਂ ਕਹਿ ਲਈਏ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਦਬਾਅ ਅਧੀਨ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇਹ ਸਾਜ਼ਸ਼ੀ ਸਿਆਸਤਦਾਨ ਹੁਣ ਤਕ ਸੱਭ ਕੁੱਝ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹੁੰਦੇ।

ਮੁਕੱਦਮੇ ਦਸ ਦਸ-ਵੀਹ ਵੀਹ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਤਕ ਲਟਕਾ ਕੇ ਰੱਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਫਿਰ ਕੱਢ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਕਿ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੂੰ ਥਾਂ ਸਿਰ ਰਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਕਿੰਨੀਆਂ ਕੁ ਮਿਸਾਲਾਂ ਦੇਈਏ? ਅਣਗਿਣਤ ਹਨ, ਕਿਸ ਕਿਸ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰੀਏ? ਸੈਂਕੜੇ ਸਿਆਸਤਦਾਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਪਰ ਨਾ ਬਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਧਰ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀਆਂ ਲਈ ਕੋਈ ਰਾਹਤ ਨਹੀਂ। ਜੋ ਸਿੱਖ ਗੱਭਰੂ ਸਜ਼ਾ ਭੁਗਤ ਕੇ ਬੁਢਾਪੇ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਹਨ, ਸਜ਼ਾ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੇ ਵੀ ਛੱਡੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਹੇ। ਕਈਆਂ ਦੇ ਕੇਸ ਅਜੇ ਤਕ ਵੀਹ-ਤੀਹ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਕਿਸੇ ਤਣ-ਪੱਤਣ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਜ਼ਮਾਨਤ ਜਾਂ ਛੁੱਟੀ ਦੀ ਹੀ ਕੋਈ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖ ਜਹਾਜ਼ ਅਗਵਾ ਕਾਂਡ 'ਚ, ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਸਜ਼ਾ ਭੁਗਤ ਚੁੱਕੇ ਹਨ (ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿਚ) ਮੁੜ ਫਿਰ ਅੜੁੰਗ ਲਏ ਗਏ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਫ਼ੈਸਲੇ ਅਸੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀਆਂ ਵਿਰੁਧ ਹੁੰਦੇ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰਾਤੋ-ਰਾਤ ਫਾਂਸੀ ਦੇ ਕੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਦੀ ਲਾਸ਼ ਵੀ ਘਰ ਦਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾ ਦੇਣੀ, ਫਾਂਸੀ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਵਾਰਿਸ ਨੂੰ ਖ਼ਬਰ ਤਕ ਨਾ ਪਹੁੰਚਾਉਣੀ, ਮਿਲਣਾ ਮਿਲਾਉਣ ਤਾਂ ਇਕ ਪਾਸੇ ਰਿਹਾ। ਉਧਰ ਜੇਕਰ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਕੈਦ ਵਿਚ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਰਾਜਭਾਗ ਹੰਢਾ ਰਹੀ ਕੌਮ ਦਾ ਬੰਦਾ ਕੈਦ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਲਈ ਕਿਥੋਂ ਤਕ ਜ਼ੋਰ ਅਜ਼ਮਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ? ਇਹ ਜ਼ੋਰ ਅਜ਼ਮਾਈ ਬਿਲਕੁਲ ਜਾਇਜ਼ ਹੈ। ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਪਰ ਹਰ ਭਾਰਤੀ ਬਾਸ਼ਿੰਦੇ ਲਈ ਹੋਵੇ। ਨਿਆਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਲਈ ਇਕੋ ਹੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਨਜ਼ਰ ਵੀ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਭਾਰਤੀ ਅਦਾਲਤਾਂ ਦਾ ਇਕ ਅਸੂਲ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਿਸੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਰਤਾ ਭਰ ਵੀ ਸ਼ੱਕ ਸ਼ੁਭੇ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਹੈ ਤਾਂ ਬੇਸ਼ੱਕ ਦਸ ਦੋਸ਼ੀ ਛੁਟ ਜਾਣ ਪਰ ਇਕ ਬੇਦੋਸ਼ਾ ਬੰਦਾ ਮਾਰਿਆ ਨਾ ਜਾਵੇ। ਇਸੇ ਕਰ ਕੇ ਕਈ ਮੁਕੱਦਮੇ ਹੇਠੋਂ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਉਪਰੋਂ ਹੇਠਾਂ ਅਦਾਲਤਾਂ ਦੇ ਚੱਕਰ ਕਟਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਸਾਡਾ ਗੋਰਖਧੰਦਾ ਵੀ ਸਿਆਸਤਦਾਨਾਂ ਅਤੇ ਜੱਜਾਂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਮੁਤਾਬਕ ਹੀ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰ ਕੇ ਭਾਰਤੀ ਕਾਨੂੰਨ ਨੂੰ 'ਮੋਮ ਦੀ ਨੱਕ' ਦਾ ਨਾਂ ਦਿਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਇਕੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧਾਰਾ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਅਪਣੀ ਮਨਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਕਰ ਕੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਹ ਵੇਖੋ ਨਾ ਜਿਹੜੀ ਸੁਪ੍ਰੀਮ ਕਹਿ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਐਸ.ਵਾਈ.ਐਲ. ਬਾਬਤ ਫ਼ੈਸਲਾ ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਮਾਣ ਮਰਿਆਦਾ ਅਤੇ ਇੱਜ਼ਤ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੈ, ਇਹ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਇਹੋ ਸੁਪ੍ਰੀਮ ਕੋਰਟ ਕਾਵੇਰੀ ਜਲ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਵੰਡ ਤੋਂ ਕਿਉਂ ਪਿੱਛੇ ਹਟ ਕੇ ਬੈਠ ਗਈ? ਜਦ ਪਿਛਲੀ ਯੂ.ਪੀ.ਏ. ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਸਿਆਸਤਦਾਨਾਂ ਵਲੋਂ ਅਪਣੇ ਤਨਖ਼ਾਹ ਭੱਤੇ ਅਪਣੇ ਆਪ ਵਧਾਉਣ ਬਾਬਤ ਪੰਗਾ ਪਿਆ ਸੀ ਤਾਂ ਇਸੇ ਸੁਪ੍ਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੂੰ ਸੰਸਦ ਤੋਂ ਹਾਰ ਮੰਨ ਕੇ ਦੂਜੇ ਦਰਜੇ ਤੇ ਖਿਸਕਣਾ ਪਿਆ ਸੀ। ਪਰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ 'ਮਾੜੇ ਦੀ ਤੀਵੀਂ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਭਾਬੀ', ਅੱਜ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨਾਲ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਲੂਕ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਆਖਣਾ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਪੈਸਾ ਖੋਟਾ ਅਪਣਾ, ਬਾਣੀਏ ਨੂੰ ਕੀ ਦੋਸ਼'। ਉਏ ਭਲੇ ਮਾਣਸੋ, ਜੇ ਲਾਲਚ ਵੱਸ ਹੋ ਕੇ ਦੋਵੇਂ ਧਿਰਾਂ (ਅਕਾਲੀ-ਕਾਂਗਰਸੀ) ਗ਼ਲਤੀ ਕਰ ਬੈਠੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹੁਣ ਮੰਨਣ ਵਿਚ ਕੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੈ? ਜਿੰਨਾ ਮਰਜ਼ੀ ਉੱਚੀ ਕਹੀ ਜਾਵੋ ਕਿ ਗ਼ਲਤੀ ਮੇਰੀ ਨਹੀਂ ਦੂਜੀ ਧਿਰ ਦੀ ਹੈ ਪਰ ਲੋਕ ਅੰਨ੍ਹੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਿ 'ਚੜ੍ਹਿਆ ਚੰਨ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ'। ਸੱਭ ਕੁੱਝ ਚਿੱਟੇ ਦਿਨ ਵਾਂਗ ਸਾਫ਼ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਦਾ ਕੀ ਕਿਰਦਾਰ ਰਿਹਾ, ਸਗੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਤੀ ਕੀਤੀ ਤੁਹਮਤਬਾਜ਼ੀ ਤਮਾਸ਼ਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਮੂਰੇ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ। ਪਰ ਤੁਸੀ ਹੋ ਕਿ ਖ਼ਬਰੇ ਕਿਹੜੇ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਘੜੇ ਹੋਏ ਹੋ। ਹੁਣ ਹੀ ਕੋਈ ਅੱਗੋਂ ਦਾ ਬਾਨ੍ਹਣੂ ਬੰਨ੍ਹ ਲਵੋ। ਪਰ ਕਸੂਰ ਤੁਹਾਡਾ ਵੀ ਕੋਈ ਇਕੱਲਿਆਂ ਦਾ ਨਹੀਂ, ਸਾਡੀ ਕੌਮ ਹੈ ਕਿ ਬਸ ਖੌਰੇ ਕਦੋਂ ਸੁੱਤੀ ਹੋਈ ਜਾਗੇਗੀ? ਹਰ ਵਾਰ ਅੱਖਾਂ ਮੀਚ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਲੀਡਰਾਂ ਨੂੰ ਚੁਣ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਬਜ਼ਬਾਗ਼ ਵਿਖਾਉਣ 'ਚ ਮਾਹਰ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਤੀਜੇ ਬਦਲ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਦੇ ਰਹੇ। ਆਪਸ 'ਚ ਲੜਦੇ ਝਗੜਦੇ ਮੁੜ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਸੱਤਾ ਹਥਿਆ ਕੇ ਫਿਰ ਮੇਹਣੋਂ-ਮਿਹਣੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਕੇ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਲਹ-ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਵਾ ਦੇਂਦੇ ਨੇ ਅਤੇ ਨਤੀਜਾ 'ਵਹੀ ਢਾਕ ਕੇ ਤੀਨ ਪਾਤ'। ਸੋ ਸਾਡੀ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਐਸ.ਵਾਈ.ਐਲ. ਨਹਿਰ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਪਹਿਲਾਂ, ਪਾਣੀ ਦਾ ਲੇਖਾ-ਜੋਖਾ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਵਰਗੇ ਲਏ ਗਏ ਤੁਗਲਕੀ ਫ਼ੈਸਲੇ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਯਾਦ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਮੁਹੰਮਦ ਤੁਗਲਕ ਬੇਸ਼ੱਕ ਮਰ ਗਿਆ ਹੈ ਪਰ ਅਪਣੀ ਖ਼ਸਲਤ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਜ਼ਰੂਰ ਹੀ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਇਆ ਹੈ।



RAJAN DESIGNS INC.

FULL RBQ Licence

Any Kind of Water Damage or fire, with or without insurance claim.

We are experts in insurance claims,
Bathroom Basement Painting Flooring

Phone : 514-236-2509

www.renorajan.com, rajangohal@yahoo.ca

**325 rue Baffin, Dollard-des-Ormeaux,
Québec, H9A 3G4**

A world of elegance awaits you at our Champagne Reception Hall at the

Holiday Inn & Suites Pointe-Claire Montreal Airport.

We create moments that will last a lifetime!

With its elegance and majesty, the Champagne Reception Hall provides you with a sense of lavish hospitality, phenomenal service and exceptional attention to detail

Our Chef's culinary expertise along with our professional staff will guarantee a truly extraordinary experience through a journey of exquisite dishes and reinvented recipes
Proudly catering to different ethnicities

The Holiday Innn & Suites Pointe-Claire is a proud supporter of the Montreal South Asian community. The Holiday Inn & Suites Pointe-Claire is Proudly owned and managed by the Easton's Group of Hotels Canada, a Steve Gupta Company.

Holiday Inn & Suites Pointe-Claire Montreal Aeroport
6700 Trans Canada HWY, Pointe-Claire, QC HGR 1C2
Tel : 514-697-7110, Fax : 514-697-4145
reservations@holidayinnpc.ca, www.holidayinn.com/pcarpt

VOYAGES **SKY LAWN** TRAVEL

Call one of our consulatants to book your holiday today

514.388.1588

Toll free : 1-877-759-5296

www.skylawn.net
email : skylawn@skylawn.net

433 Chabanel w. suite 111, Montreal, QC, H2N 2J3

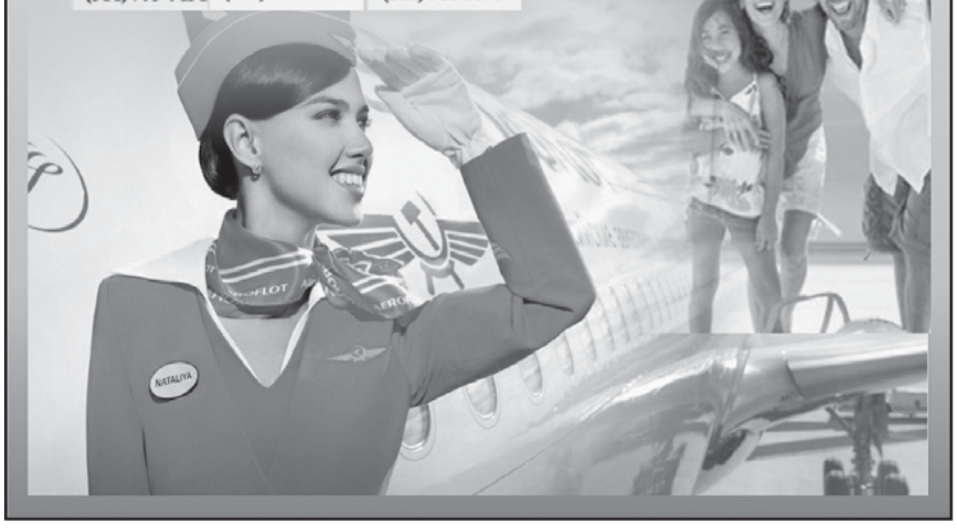
IATA ACTA ATAC

ਆਪਣੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ
ਕਰਨ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਕਾਲ ਕਰੋ

Kanwar S.
(514) 975-7454

Ajay B.
(514) 865-2529

Preet S.
(514) 501-7777



DJ SERVICES

WEDDING . ANNIVERSARY . BIRTHDAY . LIVE SHOWS
FOR ALL OCCASIONS

MIND BLOWING LIGHT SHOW

L.E.D. TV'S SCREEN

https://www.facebook.com/aqib.danny?fref=ts

PROFESSIONAL MC , Dhol & Bhangra Team

Contact :- 514-581-1625 438-929-8017

E-mail :- unitedbeatproductions@outlook.com

ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੋਨਾ
ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੋਨਾ

ਬੁਝਾਰਤਾਂ

1. ਇਕ ਕੁੜੀ ਦੇ ਬਾਰਾਂ ਮੁੰਡੇ
ਸਾਰੇ ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਢੂੰਡ ਢੂੰਡ ਕੇ
ਆਪਣੇ ਵਲ ਨੂੰ ਹੂੰਝੇ।

2. ਹੱਥ ਕੁ ਦਾ ਬਾਰਾ
ਸੌ ਗਜ ਦੀ ਦਾੜ੍ਹੀ।

3. ਆਉਂਦੀ ਗੁਲਾਬੋ ਜਾਂਦੀ ਗੁਲਾਬੋ
ਜਾਂਦੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਦੇਖੀ
ਪਾਣੀ ਵਰਗੀ ਪਤਲੀ
ਪਤਾਸੇ ਵਰਗੀ ਮਿੱਠੀ।

4. ਊਠ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਦੀਏ ਨਕੇਲ
ਫੜੇਂਦਾ ਤੇਰਾ ਕੀ ਲੱਗਦਾ
ਇਹਦਾ ਤਾਂ ਮੈਂ ਨਾਂ ਨਹੀਂ
ਲੈਣਾ ਮੇਰਾ ਨਾਂ ਹੀ ਜੀਆਂ
ਇਹ ਦੀ ਸੱਸ ਤੇ ਮੇਰੀ ਸੱਸ
ਦੋਵੇਂ ਨੇ ਮਾਵਾਂ ਧੀਆਂ।

5. ਇਕ ਲੜਕਾ ਮਾਲੀ ਦਾ
ਕੁੜਤਾ ਪਹਿਲੇ ਜਾਲੀ ਦਾ
ਅੰਦਰੋਂ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰੇ
ਪੱਥਰ ਨੂੰ ਸਲਾਮ ਕਰੇ।

ਉਤਰ : 1. ਤੰਗਲੀ, 2. ਪਰਨਾਲਾ
3. ਨੀਂਦ 4. ਨੂੰਹ, ਸਹੁਰਾ 5. ਨਾਰੀਅਲ

2800 ਸਾਲ ਪੁਰਾਣੀ ਪਤੰਗ

14 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ 'ਚ ਕੁਝ ਹੀ ਦਿਨ ਬਾਕੀ ਹਨ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਅਸਮਾਨ ਰੰਗ-ਬਿਰੰਗੀਆਂ ਪਤੰਗਾਂ ਨਾਲ ਭਰ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ 'ਚ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਪੂਰੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨਾਲ ਪਤੰਗਾਂ ਉਡਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪਤੰਗ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ

ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲੱਗਭਗ 2800 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਪਤੰਗਾਂ ਚੀਨ 'ਚ ਉਡਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਅਜਿਹਾ ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਰੇਸ਼ਮ ਦਾ ਕੱਪੜਾ, ਰੇਸ਼ਮ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਡੋਰ, ਬਾਂਸ ਆਦਿ ਚੀਨ 'ਚ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। 5ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਦੋ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀਆਂ ਮੋਜੀ ਅਤੇ ਲੂ ਬਾਨ ਦੇ ਸਿਰ ਪਤੰਗ ਦੀ ਖੋਜ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਬੱਝਦਾ ਹੈ।

540 ਈਸਵੀ ਤੱਕ ਕਾਗਜ਼ ਦੀਆਂ ਪਤੰਗਾਂ ਉਡਾਉਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਤਿਹਾਸ 'ਚ ਦਰਜ ਹੈ ਕਿ ਉਦੋਂ ਲੋਕ ਮਦਦ ਲਈ ਸੁਨੇਹੇ ਭੇਜਣ ਲਈ ਕਾਗਜ਼ ਦੀਆਂ ਪਤੰਗਾਂ ਉਡਾਉਂਦੇ ਸਨ। ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਚੀਨੀ ਲੇਖਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਪਤੰਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੂਰੀ ਮਾਪਣ, ਹਵਾ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ, ਇਸ਼ਾਰੇ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੈਨਿਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸੁਨੇਹੇ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲਾਂ ਪਤੰਗਾਂ ਸਪਾਟ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਆਇਤਾਕਾਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਨਮੂਨਿਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਦੇ ਚਿੱਤਰਾਂ ਨਾਲ ਸਜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਕੁਝ 'ਚ ਲੜੀਆਂ ਅਤੇ ਸੀਟੀਆਂ ਲਗਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਨ ਤਾਂ ਕਿ ਉੱਡਣ 'ਤੇ ਉਹ ਸੰਗੀਤਮਈ ਧੁਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪਤੰਗਾਂ ਭਾਰਤ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਈਆਂ ਅਤੇ ਹਵਾ 'ਚ ਪਤੰਗਾਂ ਕੱਟਣ ਦੀ ਖੇਡ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਈ। ਫਿਰ ਪਤੰਗਾਂ ਪੋਲੀਨੇਸ਼ੀਆ (ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕੀ ਮਹਾਦੀਪਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਸਥਿਤ ਟਾਪੂ) ਅਤੇ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੀਆਂ, ਜਦਕਿ ਯੂਰਪ 'ਚ ਇਹ ਕਾਫੀ ਸਮੇਂ ਪਿੱਛੋਂ ਪਹੁੰਚੀਆਂ। ਯੂਰਪ ਤੱਕ ਪਤੰਗਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ 13ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਅਖੀਰ 'ਚ ਮਾਰਕੋ ਪੋਲੋ (ਇਤਾਲਵੀ ਖੋਜਕਾਰ ਅਤੇ ਯਾਤਰੀ) ਲੈ ਕੇ ਪਹੁੰਚਿਆ ਸੀ, ਜਦਕਿ 16ਵੀਂ ਅਤੇ 17ਵੀਂ ਸਦੀ 'ਚ ਜਾਪਾਨ ਅਤੇ ਮਲੇਸ਼ੀਆ ਗਏ ਮਲਾਹ ਉਥੋਂ ਪਤੰਗਾਂ ਲੈ ਕੇ ਯੂਰਪ ਪਰਤੇ ਸਨ। 18ਵੀਂ ਅਤੇ 19ਵੀਂ ਸਦੀ 'ਚ ਯੂਰਪੀ ਵਿਗਿਆਨੀ ਪਤੰਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਪ੍ਰੀਖਣਾਂ ਲਈ ਵੀ ਕਰਨ ਲੱਗੇ ਸਨ। ਵਰਣਨਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੈਂਜਾਮਿਨ ਫ੍ਰੈਂਕਲਿਨ ਨੇ ਅਸਮਾਨ 'ਚ ਚਮਕਦੀ ਬਿਜਲੀ 'ਚ ਕਰੰਟ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਪਤੰਗ ਦਾ ਹੀ ਸਹਾਰਾ ਲਿਆ ਸੀ।

ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਨਰ ਸਮੁੰਦਰੀ ਘੋੜਾ

ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬਹੁਤ ਵਿਲੱਖਣ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਰ ਨਸਲ ਦਾ ਜੀਵ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਇਸ ਜੀਵ ਦਾ ਨਾਂ ਹੈ ਸਮੁੰਦਰੀ ਘੋੜਾ (ਸੀ ਹਾਰਸ)। ਸਮੁੰਦਰੀ ਘੋੜਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਘੋੜਾ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੱਛੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਮੁੰਦਰੀ ਘੋੜਾ ਇਸ ਲਈ ਆਖਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸਦਾ ਸਿਰ ਘੋੜੇ ਦੇ ਸਿਰ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਪੂਛ ਬਾਂਦਰ ਦੀ ਪੂਛ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਗਿਰਗਿਟ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਾਂਗ ਬਾਹਰ ਨੂੰ ਨਿਕਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਮੁੰਦਰੀ ਘੋੜਾ ਆਪਣੇ ਅੱਗੇ, ਪਿੱਛੇ ਤੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਸਰੀਰ ਸਖ਼ਤ ਤੇ ਤਿਲਕਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਰਮ ਸਮੁੰਦਰੀ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਘਾਹ ਤੇ ਪੌਦਿਆਂ ਨਾਲ ਕੁੰਡਲੀ ਮਾਰ ਕੇ ਚਿਪਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਮੱਛੀ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਚਿੱਟੇ, ਪੀਲੇ ਤੇ ਲਾਲ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ 50 ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿਸਮਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 25 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 30 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਤਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਮੱਛੀ ਵਾਂਗ ਤੈਰ ਕੇ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਸਿੱਧੇ ਉਪਰੋਂ ਥੱਲੇ ਨੂੰ ਤੈਰਦੇ ਹਨ। ਸਮੁੰਦਰੀ ਘੋੜਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲੁਕਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਾਹਿਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਣ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਰੰਗ ਬਦਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮੁੰਦਰੀ ਤੱਟ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਬੰਦਰਗਾਹਾਂ, ਖਾੜੀ, ਝੀਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਘਾਹ ਬੁਟੇ, ਮੂੰਗੇ ਤੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਚਟਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਇਹ 50 ਡਿਗਰੀ ਉੱਤਰੀ ਤੇ 50 ਡਿਗਰੀ ਦੱਖਣੀ ਅਕਸ਼ਾਂਸ ਤੇ ਪੱਛਮੀ ਅੰਧ ਮਹਾਂਸਾਗਰ ਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਮਹਾਂਸਾਗਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਦੱਖਣੀ ਰਾਜਾਂ ਮਦਰਾਸ, ਕੇਰਲ ਅਤੇ ਗੋਆ ਦੇ ਨਾਲ ਲੱਗਦੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਸ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਖ਼ਤਰਾ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਘੱਟ ਡੂੰਘੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਪਾਣੀ ਦੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਵਸੋਂ ਹੋਵੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

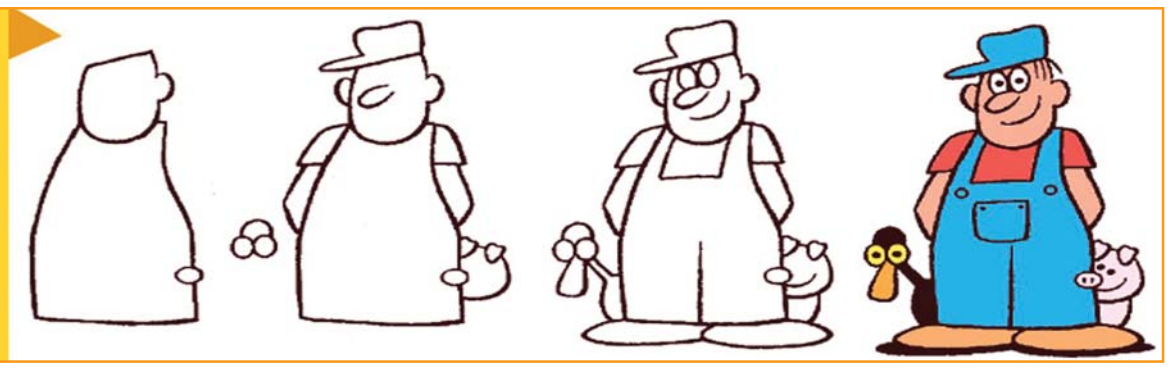
ਸਮੁੰਦਰੀ ਘੋੜੇ ਦੇ ਦੰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਨੂੰ ਨਿਗਲ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਅੱਗੇ ਟਿਊਬ ਵਾਂਗ ਰਸਤਾ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੋਨੋਂ ਜਬੜੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਉਮਰ ਭਰ ਇੱਕ ਹੀ ਮਾਦਾ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਮੁੰਦਰੀ ਘੋੜੇ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿਸਮਾਂ ਆਪਣਾ ਜੋੜਾ ਗਰਭ ਧਾਰਨ ਤੇ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਾਰ ਹੀ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਨਰ ਦਰਿਆਈ ਘੋੜਾ ਮਾਦਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਸ ਵਿੱਚ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਿਰ ਨਾਲ ਸਿਰ ਜੋੜ ਕੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਪੂਛ ਦੀ ਕੁੰਡਲੀ ਮਾਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਤਕੜੇਪਣ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਬੇਮੇਲ ਲੱਭੋ

ਇਥੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਤਿੰਨਾਂ ਚਿੱਤਰਾਂ 'ਚੋਂ ਕੋਈ ਇਕ ਚਿੱਤਰ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਬੇਮੇਲ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਉਤਰ : ਚਿੱਤਰ ਨੰ. 3

ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈਏ ?



ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈਏ ?

ਇਕ ਡਰਾਉਣੀ ਮੱਕੜੀ

ਕੌਣ ਸੰਵਾਰੇਗਾ ਭਵਿੱਖ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖ ਵਣਜਾਰਿਆਂ ਦਾ?

ਭਾਰਤ ਦੇ ਸੂਬੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅੰਦਰ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਵਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਅੰਦਰ ਅੱਜ ਵੀ ਤਸ਼ਦੱਦ ਦਾ ਖ਼ੌਫ਼ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰਕਰਾਰ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸੂਬੇ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਗ਼ਰੀਬ ਸਿਕਲੀਗਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰਾਜਸੀ ਮੁਫਾਦਾਂ ਲਈ ਇਕ ਢਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤਿਆ ਹੈ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ, ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਸੰਗਠਨਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਹੱਕ 'ਚ ਹਾਅ ਦਾ ਨਾਅਰਾ ਮਾਰਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਸਰਕਾਰ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੀ। ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਾਤ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਵੱਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਸਬੰਧੀ ਪੇਸ਼ ਹੈ

ਆਰ.ਐਸ. ਖ਼ਾਲਸਾ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰਿਪੋਰਟ...

84372-00728

ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੇ ਅਹਿਮ ਅੰਗ ਮੰਨ ਜਾਂਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਬਹੁਤ ਹੀ ਗੌਰਵ ਭਰਪੂਰ ਤੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਵਾਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਚੱਲਦੇ ਚੱਕਰ ਅਨੁਸਾਰ ਪੰਥ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਨਮੋਲ ਹੀਰਿਆਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਬਹੁਤ ਹੀ ਰਸਤਾਲ 'ਚ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਇਹ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੀ ਮੁੱਖ ਧਾਰਾ ਨਾਲੋਂ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਾਂ ਟੁੱਟੇ ਰਹੇ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਸਿੱਖੀ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਹਰ ਸਾਲ ਆਪਣੇ ਕੁੱਲ ਬਜਟ ਅੰਦਰ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਹਾਣੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੱਡੀ ਰਾਸ਼ੀ ਰੱਖਣ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਸੱਚ ਦਿੱਲੋਂ ਕੋਈ ਠੋਸ ਕਾਰਵਾਈ ਤੇ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਨਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਅੱਜ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਾਜਾਂ ਅੰਦਰ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਵਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖ ਅਤਿ ਦੀ ਗ਼ਰੀਬੀ ਕਾਰਨ ਦਰ-ਦਰ ਦੀਆਂ ਠੋਕਰਾਂ ਖਾਣ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰ ਹਨ। ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਹੀ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਦੋਂ ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਨੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦਸ਼ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਭੁਪਾਲ,ਇੰਦੌਰ, ਹੋਸ਼ੰਗਾਬਾਦ, ਬੁਹਰਾਨਪੁਰ, ਖਰਗੋਨ, ਬਡਵਾੜੀ, ਦਵਾਸ, ਛਿੰਦਵਾਣਾ ਆਦਿ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਪਾਏ ਗਏ ਕੇਸਾਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸੱਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕੁੱਝ ਬੇਕਸੂਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਨਜਾਇਜ਼ ਹਥਿਆਰ ਬਣਾਉਣ ਬਦਲੇ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਪਰ ਅੰਨਾ ਤਸ਼ੱਦਦ ਢਾਹਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਮਾਨਤਾਂ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਿੱਖ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਆਪਣਾ ਤਾਣ ਲਾ ਰਹੀਆਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਸਿਕਲੀਗਰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਸਿੱਖੀ ਤੋਂ ਉਪਰਾਮ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਖ਼ਬਰਾਂ ਬੇਬੁਨਿਆਦ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡੀਆਂ ਆਰਥਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ, ਮਜਬੂਰੀਆਂ ਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਅਸਲ ਤਸਵੀਰ ਹੀ ਮੀਡੀਆ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰ ਤਾਂ ਕਿ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿਚ ਵੱਸਦੇ ਸਿੱਖ ਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਡੀ ਅਸਲ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋ ਸਕੇ।

ਰਿਹਾਈ ਲਈ ਸਾਂਝੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਲੜਾਈ ਦੀ ਲੋੜ

ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਖਰਗੋਨ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ ਸਿੰਗਨੂਰ, ਕਾਜਲਪੁਰਾ, ਭਗਵਾਨਪੁਰਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਬੁਹਰਾਨਪੁਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਪਾਚੋਰੀ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਬਡਵਾਨੀ ਦੇ ਕਸਬੇ ਪਰਸੂਦ ਤੋਂ ਨਜਾਇਜ਼ ਹਥਿਆਰ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਅਧੀਨ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੱਸ਼ ਦੀ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ 26 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ 46 ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਹੋਰ ਪਚੀਦਾ ਬਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ 25 ਆਰਮਜ਼ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਉਕਤ ਦੋਸ਼ਾਂ ਅਧੀਨ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਹੋਏ ਉਕਤ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਜ਼ਮਾਨਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੀ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਇਸ ਮੁੱਦੇ ਸਬੰਧੀ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀ 13 ਮਈ ਨੂੰ ਇੰਦੌਰ ਵਿਖੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ,ਦਿੱਲੀ ਸਿੱਖ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮਟੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਿੱਖ ਧਾਰਮਿਕ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਆਗੂਆਂ ਵੱਲੋਂ ਸਿਕਲੀਗਰ ਮਹਾ ਪੰਚਾਇਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਤਾਂ ਕਿ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਜ਼ਮਾਨਤ ਤੇ ਰਿਹਾਈ ਕਰਵਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਦਰਜ ਹੋਏ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਲੜਾਈ ਲੜੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਪਰ ਸਿੱਖ ਜੱਥਬੰਦੀਆਂ ਦੀ ਆਪਸੀ ਸੂਝ ਬੂਝ ਤੇ ਇਕਸੁਰਤਾ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਹੁਣ ਤਕ ਗਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਿਕਲੀਗਰਾਂ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੀ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਖਰਗੋਨ ਦੀ ਹੇਠਲੀ ਅਦਾਲਤ ਵੱਲੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ 46 ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਮਾਨਤਾਂ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਕੁੱਝ ਜੱਥਬੰਦੀਆਂ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਢੰਗ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਮਾਹਿਰ ਵਕੀਲਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਲਈ ਯਤਨ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਲੜਾਈ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਡੀ ਤੇ ਖ਼ਰਚੀਲੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਵੀ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਲਟਕਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦਿਆਂ ਸਿੱਖ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਭਾਈ ਤਰਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਦਾ ਮਸਲਾ ਸਮੁੱਚੇ ਸਿੱਖ ਪੰਥ ਦਾ ਕੌਮੀ ਮਸਲਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੇ ਲਈ ਸਮੂਹ ਸਿੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਸੀ ਵਖਰੇਵਿਆਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉਠ ਕੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਆਵਾਜ਼ ਸਾਂਝੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰ ਅੱਗੇ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨੀ ਹੋਵਗੀ ਅਤੇ ਰਿਹਾਈ ਲਈ ਠੋਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਾਨੂੰਨੀ ਲੜਾਈ ਵੀ ਲੜਨੀ ਪਵੇਗੀ ਤਾਂ ਹੀ ਕੁੱਝ ਸਾਰਥਕ ਸਿੱਟੇ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਨਸਾਫ਼ ਦੇ ਕੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਉਪਲੱਬਧ ਕਰਵਾਉ

ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਪਿੰਡ ਸਿੰਗਨੂਰ ਵਿਚ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖ ਨੌਜਵਾਨ ਬੀਰਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਦਿਆਲ ਸਿੰਘ ਤੇ ਬਦਾਮ ਇੱਕੋ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਿੰਘਾਂ ਦੀ ਮਾਤਾ ਕਲਾ ਬਾਈ ਨੇ ਆਪਣੀ ਹੱਡ ਬੀਤੀ 'ਚ ਦੱਸਦਿਆ ਕਿ 26 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਤੜਕੇ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੇਰੇ ਤਿੰਨਾਂ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੁੱਟ ਕਰ ਕੇ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਬਰਾਮਦਗੀ ਦੇ ਝੂਠੇ ਕੇਸ ਪਾ ਕੇ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਉਹ ਸਿੱਧੇ ਰੂਪ 'ਚ ਸਾਨੂੰ ਜਰਾਇਮ ਪੇਸ਼ਾ ਲੋਕ ਸਾਬਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਦ ਕਿ ਸੱਚਾਈ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਰਵਾਇਤੀ ਹਥਿਆਰ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਧੰਦਾ ਕਾਫ਼ੀ ਦੇਰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਛੱਡ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਲੋਹੇ ਦਾ ਸਮਾਨ ਆਦਿ ਬਣਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪੇਟ ਪਾਲਦੇ ਸਨ। ਪਰ ਪੁਲਿਸ ਜਾਣ ਬੁੱਝ ਕੇ ਬਦਲਾਖੋਰੀ ਵਾਲੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਮੁੜ ਝੂਠੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਫਸਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਭਰੇ ਮਨ ਨਾਲ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਦੌਰਾਨ ਦੇਸ਼ਾਂ-ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਜੱਥਬੰਦੀਆਂ ਦੇ ਆਗੂ ਸਾਨੂੰ ਦਿਲਾਸਾ ਦੇਣ ਲਈ ਆਉਦ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਝੂਠਾ ਭਰੋਸਾ ਦੇ ਕੇ ਸਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਵੰਡ ਕੇ ਸਾਡ ਨਾਲ ਫੋਟੋ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਮੈਂ ਸਮੁੱਚੇ ਸਿੱਖ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਅਨਾਜ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਕਿਰਤ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਉੱਪਰ ਚੱਲ ਕੇ ਆਪਣਾ ਚੰਗਾ ਜੀਵਨ ਗੁਜ਼ਰਬਸ਼ਰ ਕਰ ਸਕੀਏ। ਦੂਜੀ ਗੱਲ ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਝੂਠੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਹਾਅ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਤਕ ਸਿੱਖ ਆਗੂ ਆਪਣੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਆਵਾਜ਼ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਤਾਂ ਹੀ ਅਸੀਂ ਇੱਜ਼ਤ ਨਾਲ ਜੀਉ ਸਕਾਂਗੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੰਗਨੂਰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਸਿਕਲੀਗਰ ਨੌਜਵਾਨ ਸਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮਾਤਾ ਰਾਧਾ ਬਾਈ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ 6 ਭੈਣਾਂ ਦੇ ਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਝੂਠੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਫਸਾ ਕੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੀ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਜ਼ਾਦ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਗੁਲਾਮ ਨਿਵਾਸੀ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਸਾਡੀ ਕੋਈ ਸੁਣਵਾਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਹੱਡ ਬੀਤੀ ਦੱਸਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਰਵਾਇਤੀ ਹਥਿਆਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਰਵਾਇਤੀ ਹਥਿਆਰ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਹੀ ਆਉਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਨਪੜ੍ਹ ਹਾਂ ਤੇ ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਕੰਮ ਧੰਦੇ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਈਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਵੇ। ਪਰ ਸਰਕਾਰ ਸਾਡੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੀਮਤ 'ਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਸਿਕਲਗਿਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਮੁੜ ਲੋਹਾ ਕੁੱਟਣ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਭਰੇ ਮਨ ਨਾਲ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਦਾ ਅਨਾਜ ਕੱਪੜਾ ਦੇ ਕੇ ਮੰਗਤਾ ਨਾ ਬਣਾਉ ਬਲਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਇਨਸਾਫ਼ ਲੈ ਕੇ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਜੇਲ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਹਾਅ ਕਰਵਾਉ ਤਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵੀ ਇੱਜ਼ਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਉ ਸਕੀਏ।

ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਗੁਰਬਤ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਬਸਤੀ

ਛੇਵੇਂ ਗੁਰੂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਜੀ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੁਣ ਤਕ ਹੋਈਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜੰਗਾਂ ਯੁੱਧਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਸਤਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਬਸਤੀ ਅੰਦਰ ਅੱਜ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਕਈ ਪਰਿਵਾਰ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਛੱਤ ਨਹੀਂ। ਅੱਜ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਹਰ ਖੇਤਰ ਅੰਦਰ ਬੜੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬੁਲੰਦ ਉਚਾਈਆਂ ਵੱਲ ਵੱਧਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਪਾਚੋਰੀ ਵਿਚ ਵੱਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਦੇਖ ਕੇ ਹਰ ਪੰਥ ਦਰਦੀ ਦਾ ਸਿਰ ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਝੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਕੇਵਲ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਵਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖ ਵਣਜਾਰਿਆਂ ਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ, ਛਤੀਸਗੜ੍ਹ ਰਾਜਾਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਸਮੇਤ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਵੱਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਗੁਰਬਤ ਤੇ ਤਰਾਸਦੀ ਦੀ ਮੂੰਹ ਬੋਲਦੀ ਤਸਵੀਰ ਹੈ। ਜੋ ਕਿ 21ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿਚ ਵੀ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੇ ਵਾਰਸ ਆਪਣੇ ਆਗੂਆਂ ਦੀ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਰ ਕੇ ਦੁਰਗਤ ਭਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਊਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹਨ।

ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖ ਵਣਜਾਰਿਆਂ ਦੀ ਪੁਕਾਰ

ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਆਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਕਰ ਰਹੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਆਗੂ ਗਿਆਨੀ ਦੀਦਾਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਉਕਤ ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬੇਸ਼ੱਕ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਹਾਣੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮਟੀ ਹਰ ਸਾਲ ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਅੰਦਰ ਵੱਡੀ ਰਾਸ਼ੀ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਰਾਸ਼ੀ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿਚ ਵੱਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵਣਜਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਮੁਤਾਬਕ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਵੀ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅੰਦਰ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੀਵਾਰ ਕੱਚੇ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਗੰਦਗੀ ਦੇ ਢੇਰਾਂ ਤੇ ਰੁਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਗਿਆਨੀ ਦੀਦਾਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸ਼ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੀਆਂ ਭਲਾਈ ਸਕੀਮਾਂ ਕੇਵਲ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਵੱਸਦੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਸਿੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨਿਭਾਉਣ ਮੋਹਰੀ ਫਰਜ਼

ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਇਲਾਕਿਆਂ ਅੰਦਰ ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਰਵਾਇਤੀ ਹਥਿਆਰ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਪਿਤਾ ਪੁਰਖੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਆ ਰਹੇ ਸਿਕਲੀਗਰਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਤੇ ਕੌਮ ਦੀ ਮੁੱਖ ਧਾਰਾ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਕੇਂਦਰ ਤੇ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਸਮੇਤ ਸਮੂਹ ਸਿੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਦਿਲੋਂ ਆਪਣਾ ਮੋਹਰੀ ਫਰਜ਼ ਨਿਭਾਉਣ ਪਵੇਗਾ ਤਾਂ ਹੀ ਭੁੱਲੇ ਵਿਸਰੇ ਸਿਕਲੀਗਰ ਵੀਰ ਚੜ੍ਹਦੀਕਲਾ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਸਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦ੍ਰਿੜ

ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖ ਵਣਜਾਰਿਆਂ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਯਤਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਪ੍ਰੋ. ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬਡੂੰਗਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਹਾਣੀ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਪੱਧਰ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਕਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਆਰੰਭ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਸਾਲਾਨਾ ਬਜਟ 'ਚ ਲਗਪਗ 2 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਾਸ਼ੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਰਾਖਵੀਂ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਲ 2012-13 ਅੰਦਰ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਵੱਸਦੇ ਗ਼ਰੀਬ ਸਿਕਲੀਗਰ ਸਿੱਖ ਵਣਜਾਰਿਆਂ ਦੇ ਕੁੱਲ਼ 328 ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ 32 ਲੱਖ 80 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਰਾਸ਼ੀ ਵੰਡੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

-ਪ੍ਰੋ. ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬਡੂੰਗਰ

Covid vaccine: AstraZeneca updates US vaccine efficacy results

AstraZeneca has updated the efficacy result of its coronavirus vaccine trial in the US, after health officials insisted they wanted to include the latest information.

The Anglo-Swedish firm has now adjusted the efficacy rate of its vaccine from 79% to 76%.

Further data from the US trial showed efficacy among the over 65s rose from 80% to 85%.

AstraZeneca said it now looked forward to getting US regulatory approval.

The company said the trial results confirm the vaccine "is highly effective in adults" and it remains 100% effective at preventing severe cases of the disease.

" Is the Oxford-AstraZeneca vaccine safe?

" UK and EU clot review confirms safety of vaccine

The US trials of the AstraZeneca jab had involved more than 32,000 volunteers, mostly in America, but also in Chile and Peru.

In the results announced on Monday, the company said the vaccine was found to be 79% effective. But the next day, the National Institute of Allergy and Infectious Diseases said it had been informed by data and safety officials monitoring the trial that information may have been used that provided an "incomplete view of the efficacy data".

Dr Anthony Fauci, the White House's Chief Medical Advisor, then warned reporters the firm would "likely come out with a modified statement".

AstraZeneca's revised results now incorporate for the latest data from the trials.

After the initial release of data the company received a highly unusual public rebuke from independent scientists overseeing the trial, who said the company may have given "outdated information" that gave an "incomplete view" of the vaccine's effectiveness.

It is now clear that the numbers have not moved by much and it begs the question why such a row over data was not conducted in private. AstraZeneca has risked reputational damage as a result of the public ticking off and senior figures are privately dismayed by the row.

So why didn't AstraZeneca simply wait? I'm told that the company felt a duty to publish results on Monday as soon as the agreed threshold of cases had been passed. A key reason was that there was a specific analysis showing there were no safety issues regarding blood clots. Given that a few EU countries are still not using the vaccine because of concerns over clots, this information would provide reassurance.

This is the latest in a string of controversies surrounding the Oxford-AstraZeneca vaccine, over dosing, efficacy in the elderly, clots and supplies to the EU.

The key point to remember is that this is a highly effective vaccine

with a strong safety record. Regulators in the UK and EU have said its benefits far outweigh any side effects.

While other companies are set to make billions from their Covid vaccines, AstraZeneca is producing theirs at cost throughout the pandemic.

Unlike Pfizer and Moderna's vaccines, the AstraZeneca jab can be stored at fridge temperature, and it will play a vital role in immunisation in low and middle income countries. "We look forward to filing our regulatory submission for Emergency Use Authorization in the US and preparing for the rollout of millions of doses across America," Mene Pangalos, an executive vice president at AstraZeneca, said on Thursday.

The US had ordered 300 million doses of the Oxford-AstraZeneca vaccine when it emerged as a frontrunner in the global race to immunise people against Covid-19.

But delays and controversies have seen three other vaccines beat it to a US rollout.

Prepare your kids mentally for the transition back to school

For many parents whose children have attended school online for the better part of a year, mass vaccinations could mean looking ahead to what life with in-person instruction could be. We all must continue to take Covid safety precautions for now, but at the same time we very well might be in the homestretch of a life-changing journey of over a year.

Most of the families I see in my child psychiatry practice are trying to prepare for schools reopening, wondering what challenges to anticipate and what tools they might need. This is what I tell them.

It's good to plan ahead

The more you plan ahead as a family, the more it will alleviate any worries your child may have and instead equip your little one with the tools needed to feel confident through the transition forward.

If you're aware of the school's safety precautions, review them together so there aren't surprises when your child first goes to school. If you have higher-risk family members you are concerned about, explain what that means for your child and the extra precautions that might entail compared to what their friends might need to do.

Make contingency plans for changes or slip-ups, like a mask falling off or falling on the floor or accidentally forgetting to wash hands.

While adults might forgive their mistakes and move on, kids might worry they have done something wrong and freeze in their tracks in a way that's unhelpful. Prepping in advance (and carrying extra masks and wipes) helps us stay collected and sharp and think with our rational brains before any potential emotions or worries take over.

Let's talk about our worries

Have a family meeting where you talk to your children about their worries, fears and excitement. What are they looking forward to most? What are they not? Give them a safe space to synthesize coherent thoughts, hone awareness of their own feelings, and share what's on their mind so they aren't holding it all in.

You may discover that the fears you think they have are only your own, and your child is purely excited, looking forward to seeing people again in person and learning in that environment. Whatever it is, this will be a big transition, and it deserves a dedicated space to talk about it.

Anticipate some anxiety and nerves

Being around people again may come with anxiety or nerves for kiddos who have been worried about getting sick. If you're able to anticipate these nerves, you can come up with some ways to

To meet domestic demand, vaccine exports to be done in phased manner

India will continue to supply Covid-19 vaccines to other countries, though the rollout will be in a phased manner and delivery schedules are expected to be calibrated in sync with domestic requirements, people familiar with developments said on Thursday.

Explaining the government's decision to focus on the domestic vaccination programme and not to expand vaccine exports, the people said on condition of anonymity that the phased supplies to other countries will be made over the coming weeks and months.

Noting that no other country had so far matched India in supplying more than 60.5 million doses of vaccines as grants, commercial supplies and supplies to the COVAX facility, the people also made it clear that the government has not imposed a ban on vaccine exports.

As reported by Hindustan Times, the government has decided to focus on meeting the needs of the domestic immunisation programme following a sudden spike in the total number of Covid-19 cases in recent days, and the move to open up the vaccination drive to everyone above the age of 45 from April 1.

"We had said that keeping in view domestic requirements, India will continue to supply Covid-19 vaccines to partner countries over the coming weeks and months in a phased manner. This position remains unchanged," said one of the people cited above.

"We have not imposed any ban on exports of vaccines unlike many other countries," the person added.India remains committed to help other countries with vaccines, including through the WHO-backed COVAX facility. In view of the country's current manufacturing capacity and the needs of the national vaccination programme, "there may be a need to calibrate the supply schedules from time to time", the person said.All stakeholders will have to work together to adjust the schedules as needed. "Only by such cooperation, we can collectively deal with the pandemic," the person said.

SPACE AVAILABLE
(438) 500-6024
singhatthwal@gmail.com

Here's how parenting impacts risky sexual behaviour of daughters

New research finds that bad parenting on part of the father may lead the eldest daughter to engage in risky sexual behaviour. Researchers have found that the bad behaviour of the father may increase the eldest daughter's likelihood of engaging in risky sexual behaviour more than the younger ones. The findings published in the journal Developmental Psychology suggest that genes alone are not responsible for a child's problem behaviour, including engaging in risky sex and affiliating with delinquent peers. By using pairs of sisters who spent differing amounts of time living with their fathers, the study was able to control for inherited genes and environmental conditions, such as socioeconomic status or religious background, to isolate the effects of fathering quality on daughters. "It's not enough for a dad to just be in the home," said Danielle DelPriore, a post-doctoral fellow in the University of Utah in the US and lead author of the study. "The quality of a father's relationship with his daughter has implications for both the overall monitoring she receives from her parents as well as her likelihood of affiliating with more promiscuous or more pro-social friends," DelPriore said. The study compared the outcomes of older and younger full biological sisters who experienced the divorce or separation of their parents while growing up, and thus spent differing amounts of time living with their fathers.

The study found that older sisters with greater exposure to their fathers were strongly influenced by the quality of fathering they received. When fathering was high quality, parental monitoring was increased and older sisters were less likely to affiliate with sexually risky peers during adolescence compared to their younger sisters.

The opposite effects were found for older sisters who spent many years living with low-quality fathering. The researchers believe that in divorced/separated families, a father – and how he behaved – was likely to have exerted a stronger influence on an older daughter than a younger daughter since older daughters systematically received larger "doses" of dad's behaviour. The results suggest a causal relationship between a father's behaviour and his daughters' experiences. Different amounts of exposure to fathers of high or low quality changes daughters' social environments – the monitoring they received and the peers with whom they affiliated – in ways that can impact their sexual behaviour.

Include green veggies, carrots in your diet. Vitamin A deficiency may raise TB risk

People with low levels of vitamin A living with individuals sick with tuberculosis (TB) may be 10 times more likely to develop the disease than people with high levels of the nutrient, new research has found.

The findings suggests that vitamin A supplementation might be an important part of controlling the spread of TB – one of the leading causes of death worldwide.

"If the link is affirmed in a clinical trial of vitamin A supplementation, it would make a powerful case for using this approach to prevent TB in people at high risk of disease," said senior author Megan Murray, professor at Harvard Medical School, at Boston in the US.

The findings, published in the journal Clinical Infectious Diseases, are based on an analysis of blood drawn from more than 6,000 household contacts of people diagnosed with TB in Lima, Peru. A 10-fold increase in risk is striking, the investigators said.More than 1.8 million people died from TB in 2015. TB strikes hardest in low- and middle-income countries, where vitamin A deficiency can affect up to 30% of the population.

"It's exciting to think that something as simple and inexpensive as supplementing people's diets with vitamin A may be a powerful tool for preventing TB," Murray said.

Vitamin A, also known as retinol, is best known among public health experts for its association with blindness. Healthy levels of the nutrient have been defined as those needed to prevent damage to eyesight.

Previous studies have suggested that vitamin A modulates the immune system and may ward off infection. However, just how vitamin A might affect the risk for TB has, up until now, remained unclear and a matter of debate.In this study, the researchers found that the protective effect of vitamin A grew stronger as levels of the nutrient increased. Protection continued to grow well above what has been considered the minimum healthy level.

Vitamin A deficiency – defined as less than 200 micrograms per litre of blood – fuelled the risk of developing TB disease 10-fold. That risk was 20 times higher among young people between the ages of 10 and 19. That finding, the researchers said, suggests that vitamin A may play an even greater role in immunity among younger people.

Sexual dissatisfaction, not porn, causes erectile dysfunction, says study

If you were wondering whether watching porn is unhealthy, the answer is no. A study recently warned that men, who regularly watch porn, are not sexually satisfied in their relationship with their partner and are more likely to suffer erectile dysfunction. It suggested males addicted to adult movies become disinterested in sex with their partners because their 'sexual tolerance is higher'. Erectile dysfunction is an inability to get or keep an erection firm enough to have sexual intercourse. It's also sometimes referred to as impotence. Porn is often blamed for turning men off sex with their partners, but one in five men watch X-rated films to avoid intimacy, it was found. It follows a recent study that discovered men who, regularly watch porn, are more likely to become disinterested in sex with their partners. Dr David Ley, a clinical psychologist specialising in sexual problems, said that men use masturbation to compensate for lack of sexual satisfaction in relationships. As this sexual behaviour is often accompanied by viewing pornography, it can be easily misunderstood,' he told The Sun. A team from Los Angeles, California, studied 335 men in relationships. The findings revealed that 22 percent reported of viewing porn to having sex with their partner. They also found that 28 percent of respondents said that they opted for masturbation over intercourse.

After a breakup, take your time before getting into a new relationship

(Agencies) On September 19, it was reported that Angelina Jolie filed for divorce from her husband Brad Pitt, citing irreconcilable differences. The duo had tied the knot in August 2014. It's been just over a couple of months since the divorce, and it's being reported that Pitt is already looking for love. A report said that the actor "is looking for someone to bring light into his life after all the drama". However, according to experts, getting into a new relationship immediately after a breakup is not advisable.

Dr Suyog V Jaiswal, assistant professor in psychiatry, HBT Medical College, says, "Such relationships, or dating on a 'rebound' as it's called, can indirectly affect you and your new relationship. The emotional wounds that one sustains post a breakup need to be healed. Getting into a rebound relationship masks the old wounds and may create problems in the long run."

On September 19, it was reported that Angelina Jolie filed for divorce from her husband Brad Pitt, citing irreconcilable differences. The duo had tied the knot in August 2014. It's been just over a couple of months since the divorce, and it's being reported that Pitt is already looking for love. A report said that the actor "is looking for someone to bring light into his life after all the drama". However, according to experts, getting into a new relationship immediately after a breakup is not advisable.

Canada

HOUSE OF COMMONS
CHAMBRE DES COMMUNES
CANADA

EN CETTE PÉRIODE DE DISTANCIATION SOCIALE,
SOYEZ PRUDENTS TOUT EN PASSANT UN

JOYEUX VAISAKHI

Vos députés fédéraux libéraux sont là pour vous et travaillent avec détermination pour soutenir et protéger les Canadiens et les Canadiennes dans le contexte actuel.

IN THIS PERIOD OF SOCIAL DISTANCING,
BE CAREFUL WHILE ENJOYING A

HAPPY VAISAKHI

Your federal liberal MPs are there for you and are working with determination to support and protect Canadians in the current situation.

TRÈS HON. JUSTIN TRUDEAU
MP / Député
Papineau
Justin.Trudeau.c1c@parl.gc.ca
(514) 277-6020

ANJU DHILLON
MP / Députée
Dorval–Lachine–LaSalle
Anju.Dhillon@parl.gc.ca
(514) 639-4497

EMMANUEL DUBOURG
MP / Député
Bourassa
Emmanuel.Dubourg@parl.gc.ca
(514) 323-1212

FAYÇAL EL-KHOURY
MP / Député
Laval–Les Îles
Faycal.El-Khoury@parl.gc.ca
(450) 689-4594

HON. MARC GARNEAU
MP / Député
Notre-Dame-de-Grâce–Westmount
Marc.Garneau@parl.gc.ca
(514) 283-2013

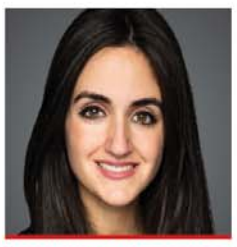
HON. STEVEN GUILBEAULT
MP / Député
Laurier–Sainte-Marie
Steven.Guilbeault@parl.gc.ca
514-522-1339

ANTHONY HOUSEFATHER
MP / Député
Mont-Royal / Mount Royal
Anthony.Housefather@parl.gc.ca
(514) 283-0171

ANGELO IACONO
MP / Député
Alfred-Pellan
Angelo.Iacono@parl.gc.ca
(450) 661-4117

HON. MÉLANIE JOLY
MP / Députée
Ahuntsic-Cartierville
Melanie.Joly@parl.gc.ca
(514) 383-3709

ANNIE KOUTRAKIS
MP / Députée
Vimy
Annie.Koutrakis@parl.gc.ca
(450) 973-5660



EMMANUELLA LAMBROPOULOS
MP / Députée
Saint-Laurent
Emmanuella.Lambropoulos@parl.gc.ca
(514) 335-6655

HON. DAVID LAMETTI
MP / Député
LaSalle–Émard–Verdun
David.Lametti@parl.gc.ca
(514) 363-0954

PATRICIA LATTANZIO
MP / Députée
Saint-Léonard–Saint-Michel
Patricia.Lattanzio@parl.gc.ca
(514) 256-4548

SORAYA MARTINEZ FERRADA
MP / Députée
Hochelaga
Soraya.MartinezFerrada@parl.gc.ca
(514) 283-2655

ALEXANDRA MENDÈS
MP / Députée
Brossard–Saint-Lambert
Alexandra.Mendes@parl.gc.ca
(450) 466-6872

HON. MARC MILLER
MP / Député
Ville-Marie–Le Sud-Ouest–Île-des-Soeurs
Marc.Miller@parl.gc.ca
(514) 496-4885

YVES ROBILLARD
MP / Député
Marc-Aurèle-Fortin
Yves.Robillard@parl.gc.ca
(450) 622-2992

HON. PABLO RODRIGUEZ
MP / Député
Honoré-Mercier
Pablo.Rodriguez@parl.gc.ca
(514) 353-5044

FRANCIS SCARPALEGGIA
MP / Député
Lac-Saint-Louis
Francis.Scarpaleggia@parl.gc.ca
(514) 695-6661

SAMEER ZUBERI
MP / Député
Pierrefonds–Dollard
Sameer.Zuberi@parl.gc.ca
(514) 624-5725

SPACE AVAILABLE
CALL: (438) 500-6024
EMAIL: singhatthwal@gmail.com

Real
Desi Times
ਦੇਸੀ ਟਾਈਮਜ਼
www.desitimes.ca
Weekly
QCNA

DEPANNEUR
SV
ਇੰਡੀਅਨ ਗਰੋਸਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ
Indian Grocery Available
Beer, Wine, RIA Money Transfer, Sandwich & Coffee
ਬੀਅਰ, ਵਾਈਨ, ਮਨੀ ਟਰਾਂਸਫਰ, ਸੈਂਡਵਿਚ ਅਤੇ ਕੋਫੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ
Tel : 514.366.6464 Cel : 514.625.2645
Email : deppenaursv2017@gmail.com
7637, RUE CORDNER, LASSALLE, QUE, H8N 2X2

VOLUME 7, ISSUE NO # 433 FRIDAY, 09 April 2021, MONTREAL TEL : (438) 500-6024

Covid-19 was third leading cause of death last year, CDC confirms in early data

Covid-19 was the third leading cause of death in the United States last year, after heart disease and cancer, according to provisional data released on Wednesday by the US Centers for Disease Control and Prevention.

The death rate from 2019 to 2020 increased by 15.9%, going up from 715.2 to 828.7 deaths per 100,000 people, according to the report.

The early data showed that the top 10 leading causes of death in 2020 were:

1. Heart disease
2. Cancer
3. Covid-19
4. Unintentional injury
5. Stroke
6. Chronic lower respiratory disease
7. Alzheimer's disease
8. Diabetes
9. Influenza and pneumonia
10. Kidney disease

Researchers at the National Center for Health Statistics analyzed death certificate data from the National Vital Statistics System, taking a close look at deaths among US residents between January and December of 2020.

"COVID-19 was the third leading underlying cause of death in 2020, replacing suicide as one of the top 10 leading causes of death," the researchers wrote in the report. Suicide previously was the 10th leading cause of death but was bumped off the list for 2020 as deaths due to Covid-19 climbed.The researchers found in their report that about 3.36 million deaths occurred last year. Covid-19 was reported as the underlying cause or a contributing cause of death for nearly 378,000 -- or about 11.3% -- of those deaths. The data showed that heart disease caused 690,882 deaths and cancer caused 598,932 deaths.

The data also showed that, overall, death rates were highest among the Black and Native American or Alaska Native communities, adults ages 85 and older and men. The Covid-19 death rate specifically was highest among Hispanics, according to the CDC report.

Farm protests need a resolution, now

Even as political and media attention has shifted away from the farm protests to the assembly elections, it is important to note that the protests have not ended. Indeed, organisations, activists and farmers who are opposed to the three new farm laws have continued their agitation both at Delhi's borders and in Punjab, Haryana and parts of western Uttar Pradesh. This has remained largely peaceful, but at times, taken coercive forms, as seen during an attack on a Bharatiya Janata Party legislator. The protests have continued while India is going through the second wave of Covid-19, with Punjab being one of the most affected states. The blunt truth is that while the government made a mistake in not going through a deeper consultative process while bringing the laws and political managers on the ruling side alienated protesters by questioning their nationalism, the farm leaders have done great disservice to the cause by not displaying responsible leadership. The government has offered to suspend the laws for 18 months; this offer is on the table; farm groups can negotiate and perhaps try to extend this timeline even more. But instead of doing that, they have chosen to stick to their maximalist demand of repealing the laws.

Sawidcanada
Directory 2021
16 Edition
Business Directory 2021
Tel : (438) 500-6024
WWW.SAWIDCANADA.COM (ONLINE DIRECTORY)
EMAIL : singhatthwal@gmail.com,
Index for ad search at the end of Directory.
FREE DISTRIBUTION NOT FOR SALE
MORTAGE
First or Second Mortgage, Lowest Mortgage Rates
5% Down Mortgages on Business Loans.
Credit Lines & Truck Loans, Credit Line & Truck Loans
Over 25 Lender in Canada
Kulwinder S. Sandhu Professional & Honest Service
Life Insurance & Disability Specially for
Truckers with the top Insurance Companies in Canada
Tel : 514.578-1996
FUEL MECANIQUE
For DEF & DPF delete
https://www.fuelmecanique.com
Special price for the Directory
1500$/delete all models
2000$/delete volvo all years
Call : Frank 514-567-4779
ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਪੰਜਾਬੀ ਸਟੋਰ
Abdul Rehman
GET ANY PHONE FOR iphone 12 pro max $0 Down
Cell : 514-638-2222
Cell : 514-999-4935
Off : 514-738-9898
Get unlimited internet for very less price
Mobile phone plans are available at best prices: students plans, family plans and small business plans. lots of discounts .
6700 Ch de la cote des neiges k-27 H3S2B3
Authorized dealer of Rogers fido and chatr
ਆਨਲਾਈਨ ਪੜਨ ਲਈ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ
www.sawidcanada.com
Print Edition COMING SOON
For any Information Please Contact
001-438-500-6024
Email : singhatthwal@gmail.com