PRGI (RNI) Regd. No.42998/1985

ਰੋਜ਼ਾਨਾ

www.dailyeducator.in

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਐਜੂਕੇਟਰ

ਸਾਲ/YEAR 40

ਅੰਕ ਨੰ/Volume No.: 160

ਬੁੱਧਵਾਰ, 11 ਜੂਨ 2025

Wednesday, 11 June 2025

ਮੁੱਲ : 2/- ਰੁਪਏ

Price-Rs. 2/-

ਕੁਲ ਪੇਜ/Total Pages : 8

Chief Editor : Harpreet Singh

ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ : ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ

ਦਫ਼ਤਰ : 104, ਡੀ. ਐਸ. ਆਈ. ਡੀ. ਸੀ., ਓਖਲਾ ਇੰਡਸਟਰੀਅਲ ਏਰੀਆ, ਫੇਜ਼ 1 ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਫੋਨ : 41503144

ਫੈਕਸ-011-23353936

email:educatord@gmail.com

THE DAILY EDUCATOR NEW DELHI

ਭਾਰਤ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਤੋਂ ਛਪਣ ਵਾਲਾ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਪੁਰਾਣਾ ਤੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਅਖ਼ਬਾਰ

ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਬਾਦੀ 1.46 ਅਰਬ ਨੂੰ ਢੁਕੀ, ਜਣੇਪਾ ਦਰ ਘਟੀ: ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਰਿਪੋਰਟ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਹਾਲ ਹੀ ਵਿਚ ਆਈ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਜਨਸੰਖਿਆ ਰਿਪੋਰਟ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਬਾਦੀ 2025 ਵਿੱਚ 1.46 ਅਰਬ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ। ਇਸ ਇਲਾਵਾ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਖੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਕੁੱਲ ਜਣੇਪਾ ਦਰ ਅਸਲ ਵਿਚ ਬਦਲ ਦਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਆ ਗਈ ਹੈ। UNFPA ਦੀ 2025 ਸਟੇਟ ਆਫ ਵਰਲਡ ਪਾਪੂਲੇਸ਼ਨ ਰਿਪੋਰਟ 'ਦ ਰੀਅਲ ਫਰਟੀਲਿਟੀ ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ' ਉੱਝ ਘਟਦੀ ਜਣੇਪਾ ਦਰ ਦੀ ਥਾਂ ਅਧੂਰੇ ਜਣੇਪਾ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਕ ਅਸਲ ਸੰਕਟ ਇਹੋ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਘੱਟ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਬਾਦੀ। ਇਸ ਦਾ ਜਵਾਬ ਵਡੇਰੇ ਜਣੇਪਾ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੈ - ਭਾਵ, ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕਾਮੁਕਤਾ, ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ 150 ਫ਼ੀਸਦੀ ਆਜ਼ਾਦਾਨਾ ਅਤੇ ਸੂਚਿਤ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ। ਰਿਪੋਰਟ ਆਬਾਦੀ ਦੀ ਬਣਤਰ, ਜਣੇਪਾ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਵੀ ਖੁਲਾਸਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਜਨਸੰਖਿਆ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੀ

ਕੁੱਲ ਜਣੇਪਾ ਦਰ ਪ੍ਰਤੀ ਔਰਤ ਘਟ ਕੇ 1.9 ਜਨਮਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ 2.1 ਦੇ ਤਬਦੀਲੀ ਦਰ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਔਸਤਨ ਭਾਰਤੀ ਔਰਤਾਂ ਇੱਕ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੱਕ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਆਕਾਰ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲੋੜ ਤੋਂ ਘੱਟ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਪਰਵਾਸ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਨਮ ਦਰ ਘਟਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਭਾਰਤ ਦੀ ਨੌਜਵਾਨ ਆਬਾਦੀ ਅਹਿਮ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ 0-14 ਉਮਰ ਵਰਗ ਵਿੱਚ 24 ਫ਼ੀਸਦੀ, 10-19 ਉਮਰ ਵਰਗ ਵਿੱਚ 17 ਫ਼ੀਸਦੀ ਅਤੇ 10-24 ਉਮਰ ਵਰਗ ਵਿੱਚ 26 ਫ਼ੀਸਦੀ ਆਬਾਦੀ ਹੈ।ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇਸ਼ ਦੀ 68 ਫ਼ੀਸਦੀ ਆਬਾਦੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮਰ (15-64) ਵਾਲੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਜੇ ਢੁਕਵੀਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਨੀਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਮੇਲ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਸੰਭਾਵੀ ਜਨਸੰਖਿਆ ਲਾਭਅੰਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਬਾਦੀ (65 ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ) ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ 7 ਫ਼ੀਸਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਅੰਕੜਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਆਗਾਮੀ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਨਾਲ ਵਧਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ।ਸਾਲ 2025 ਤੱਕ, ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਜੀਵਨ ਸੰਭਾਵਨਾ ਮਰਦਾਂ ਲਈ 71 ਸਾਲ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਲਈ 74 ਸਾਲ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਅਨੁਮਾਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਇਸ ਸਮੇਂ 1,46.39 ਕਰੋੜ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਹੁਣ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਬਾਦੀ ਵਾਲਾ ਦੇਸ਼ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਡੇਢ (1.50) ਅਰਬ ਲੋਕ ਹਨ। ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਹੁਣ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 40 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਘਟਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਗਭਗ 1.7 ਅਰਬ ਤੱਕ ਪੁੱਜਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ।ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲੱਖਾਂ ਜੋੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਬਦਲ ਸਨ ਕਿ ਉਹ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਈਆਂ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਅਤੇ ਜੇ ਹੋਈਆਂ ਤਾਂ ਕਦੋਂ ਜਾਂ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ।ਸਾਲ 1960 ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਲਗਭਗ 43.6 ਕਰੋੜ ਸੀ, ਔਸਤਨ ਇਕ ਔਰਤ ਦੇ ਲਗਭਗ ਛੇ ਬੱਚੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਉਸ ਸਮੇਂ, ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ 'ਤੇ ਅੱਜ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਘੱਟ ਕੰਟਰੋਲ ਸੀ। ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਦੋਂ 4 ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 1 ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਨੇ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗਰਭ-ਰੋਕੂ ਤਰੀਕੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ, ਅਤੇ 2 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਨੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਸੀ (ਵਿਸ਼ਵ ਬੈਂਕ ਡੇਟਾ, 2020)।ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਅਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ, ਜਣੇਪਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਔਰਤਾਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਈਆਂ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਔਸਤ ਹਰ ਔਰਤ ਦੇ ਲਗਭਗ ਦੋ ਬੱਚੇ ਹਨ।ਜਦੋਂ ਕਿ ਅੱਜ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦੂਜੇ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਔਰਤਾਂ ਕੋਲ ਆਪਣੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਜਾਂ ਦਾਦੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਵਿਕਲਪ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੇ ਕਾਬਲ ਬਣਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲੇ ਬੜਾ ਲੰਬਾ ਪੈਂਡਾ ਤੈਅ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ, ਜੇ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਕਿੰਨੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਹ ਕਦੋਂ ਮਾਂ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਆਦਿ।ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਨੇ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਆਬਾਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਰਹੇ ਮੱਧ-ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਬਾਦੀ ਦੁੱਗਣੀ ਹੋਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੁਣ 79 ਸਾਲ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਹੈ। UNFPA ਦੀ ਭਾਰਤ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਐਂਡਰੀਆ ਐਮ ਵੋਜਨਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਭਾਰਤ ਨੇ ਜਣੇਪਾ ਦਰਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮ ਕਾਮਯਾਬੀ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ 1970 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀ ਔਰਤ ਲਗਭਗ ਪੰਜ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਘਟ ਕੇ ਅੱਜ ਲਗਭਗ ਦੋ ਤੇ ਆ ਗਈ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਅਤੇ ਜਣੇਪਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, ਇਸ ਨਾਲ ਮਾਵਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦਰ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਲੱਖਾਂ ਹੋਰ ਮਾਵਾਂ ਜ਼ਿੰਦਾ ਹਨ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਫਿਰ ਵੀ ਰਾਜਾਂ, ਜਾਤਾਂ ਅਤੇ ਆਮਦਨ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘੀਆਂ ਨਾਬਰਾਬਰੀਆਂ ਕਾਇਮ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਕਿਹਾ, ਅਸਲੀ ਜਨਸੰਖਿਆ ਲਾਭਅੰਸ਼ ਉਦੋਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਜਣੇਪਾ ਵਿਕਲਪ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਧਨ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਕੋਲ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣ ਮੌਕਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਜਣੇਪਾ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਇਕੱਠੇ ਅੱਗੇ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ 6800 ਕੋਰੋਨਾ ਮਾਮਲੇ, ਹੁਣ ਤਕ 68 ਮੌਤਾਂ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਦੇਸ਼ ਭਰ ਚ ਕੋਰੋਨਾ ਸੰਕਰਮਣ ਦੇ ਸਰਗਰਮ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਮੰਗਲਵਾਰ ਸਵੇਰ ਤੱਕ 6815 ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਦੇ ਸੰਕਰਮਣ ਨਾਲ ਤਿੰਨ ਹੋਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਣ ਨਾਲ ਮ੍ਰਿਤਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 68 ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ। ਕੇਂਦਰੀ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲਾ ਅਨੁਸਾਰ ਅੱਜ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ 324 ਨਵੇਂ ਸੰਕਰਮਣ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਕੁੱਲ ਸਰਗਰਮ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 6,815 ਹੋ ਗਈ ਅਤੇ ਇਸ਼ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਸੰਕਰਮਣ ਨਾਲ 7644 ਮਰੀਜ਼ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਚ ਕੋਰੋਨਾ ਸੰਕਰਮਣ ਨਾਲ ਤਿੰਨ ਹੋਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਜਾਣ ਨਾਲ ਮ੍ਰਿਤਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 68 ਹੋ ਗਈ। ਇਸ ਮਿਆਦ ਚ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਧਾਨੀ, ਕੇਰਲ ਅਤੇ ਝਾਰਖੰਡ ਚ ਇਕ-ਇਕ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਹੈ। ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਮਲੇ ਕੇਰਲ ਚ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।ਦੇਸ਼ ਚ 30 ਸੂਬਿਆਂ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ ਸ਼ਾਸਿਤ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਚ ਕੋਰੋਨਾ ਸਰਗਰਮ ਮਾਮਲਿਆਂ ਚ ਵਾਧਾ ਦਰਜ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚੋਂ ਕੇਰਲ, ਦਿੱਲੀ, ਗੁਜਰਾਤ, ਕਰਨਾਟਕ, ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਅਤੇ ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ ਚ ਵੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਚ ਵਾਧਾ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੋਰੋਨਾ ਸੰਕਰਮਣ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਚ ਕੇਰਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਸੂਬਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਅੱਜ ਸਵੇਰ ਤੱਕ 96 ਸਰਗਰਮ ਮਾਮਲੇ ਵਧਣ ਨਾਲ ਇਸ ਦਾ ਅੰਕੜਾ 2 ਹਜ਼ਾਰ ਪਾਰ ਕਰ ਕੇ 2053 ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਚ ਲਗਭਗ 37 ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਘਟਣ ਨਾਲ ਕੁੱਲ ਗਿਣਤੀ 691 ਰਹਿ ਗਈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਗੁਜਰਾਤ ਚ 1109, ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ ਚ 747, ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਚ 613, ਕਰਨਾਟਕ ਚ 559, ਤਾਮਿਲਨਾਡੂ ਚ 207, ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਚ 225, ਰਾਜਸਥਾਨ ਚ 124, ਹਰਿਆਣਾ ਚ 108, ਆਂਧਰਾ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਚ 86, ਪੁਡੂਚੇਰੀ ਚ 9, ਸਿੱਕਮ ਚ 36, ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਚ 52, ਛੱਤੀਸਗੜ੍ਹ ਚ 44, ਬਿਹਾਰ ਚ 48, ਓਡੀਸ਼ਾ ਚ 39, ਪੰਜਾਬ ਚ 30, ਜੰਮੂ ਕਸ਼ਮੀਰ ਚ 9, ਝਾਰਖੰਡ ਚ 6, ਆਸਾਮ ਚ 3, ਗੋਆ ਚ 5, ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਚ 10, ਉੱਤਰਾਖੰਡ ਚ 6, ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ 3, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਚ 2 ਅਤੇ ਤ੍ਰਿਪੁਰਾ ਚ ਇਕ ਸਰਗਰਮ ਮਾਮਲੇ ਹਨ। ਮਿਜ਼ੋਰਮ ਅਤੇ ਅਰੁਣਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਚ ਕੋਰੋਨਾ ਸੰਕਰਮਣ ਦਾ ਕੋਈ ਮਾਮਲਾ ਸਾਹਮਣੇ ਹੀਂ ਆਇਆ ਹੈ।

ਦੇਸ਼ ਭਰ 'ਚ ਗਰਮੀ ਕਾਰਨ ਲੋਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨ, ਕਦੋਂ ਮਿਲੇਗੀ ਰਾਹਤ ?

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਇਨ੍ਹੀਂ ਦਿਨੀਂ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਭਿਆਨਕ ਗਰਮੀ ਦੀ ਲਹਿਰ ਹੈ। ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅੱਗ ਲਗਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਵਿੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਕੱਲ੍ਹ 40 ਡਿਗਰੀ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕਰ ਗਿਆ। ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਰਾ 43 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ।ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਆਈਐਮਡੀ ਨੇ ਮੌਸਮ ਸੰਬੰਧੀ ਤਾਜ਼ਾ ਅਪਡੇਟ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਗਰਮੀ ਦੀ ਲੂ ਵਰਗੀ ਸਥਿਤੀ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਨਾਲ ਹੀ ਅਸਮਾਨ ਸਾਫ਼ ਰਹੇਗਾ। ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹੀ ਮੌਸਮ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਬਣੀ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਵਿੱਚ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੌਸਮ ਵਿਭਾਗ ਨੇ 11 ਜੂਨ ਨੂੰ ਗਰਜ-ਤੂਫਾਨ ਤੇ ਤੇਜ਼ ਹਵਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹਲਕੀ ਬਾਰਿਸ਼ ਦੀ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੌਸਮ ਗਰਮ ਅਤੇ ਨਮੀ ਵਾਲਾ ਹੋ

ਜਾਵੇਗਾ।ਵੀਰਵਾਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਈਐਮਡੀ ਨੇ ਐਤਵਾਰ 15 ਜੂਨ ਤੱਕ ਗਰਮੀ ਦੀ ਲੂ ਵਰਗੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। 13 ਤੋਂ 15 ਜੂਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਤੇਜ਼ ਹਵਾਵਾਂ ਤੇ ਗਰਜ-ਤੂਫਾਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੀ ਹੈ। ਮੌਸਮ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ 37-41 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੱਕ ਹੇਠਾਂ ਆਉਣ ਦੀ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਭਿਆਨਕ ਗਰਮੀ ਦਾ ਦੌਰ ਜਾਰੀ ਰਿਹਾ। ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਸੂਬੇ ਦੇ ਲਗਪਗ ਸਾਰੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗਰਮੀ ਦੀ ਲਹਿਰ ਰਹੀ। ਗਰਮੀ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਗਿਆ। ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਲੁਧਿਆਣਾ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ 46.1 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ, ਜੋ ਕਿ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਸੱਤ ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਵੱਧ ਸੀ।ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਅੱਜ ਕਈ ਹੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਭਾਰੀ ਬਾਰਿਸ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸਾਮ, ਮੇਘਾਲਿਆ, ਤੱਟਵਰਤੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਕਰਨਾਟਕ, ਕੇਰਲਾ, ਨਾਗਾਲੈਂਡ, ਮਨੀਪੁਰ, ਮਿਜ਼ੋਰਮ ਤੇ ਤ੍ਰਿਪੁਰਾ, ਓਡੀਸ਼ਾ, ਤਾਮਿਲਨਾਡੂ, ਪੁਡੂਚੇਰੀ ਅਤੇ ਕਰਾਈਕਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਜਾਨਲੇਵਾ ਗਰਮੀ ! ਨਹਿਰ 'ਚ ਨਹਾਉਣ ਗਏ 4 ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਵਾਪਰਿਆ ਭਾਣਾ, ਹੋ ਗਈ ਮੌਤ

ਸਹਾਰਨਪੁਰ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਹਾਰਨਪੁਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਚ ਨਹਿਰ ਚ ਨਹਾਉਣ ਗਏ 4 ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਡੁੱਬਣ ਕਾਰਨ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਗੋਤਾਖੋਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਚਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਨਹਿਰ ਚੋਂ ਕੱਢ ਲਈਆਂ ਗਈਆਂ।ਪੁਲਸ ਸੁਪਰਡੈਂਟ (ਐੱਸਪੀ) ਦਿਹਾਤੀ ਸਾਗਰ ਜੈਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਸਹਾਰਨਪੁਰ ਦੇ ਥਾਣਾ ਦੇਹਤ ਕੋਤਵਾਲੀ ਅਧੀਨ ਪੂਰਬੀ ਯਮੁਨਾ ਨਹਿਰ ਚ ਚਾਰ ਦੋਸਤ ਨਵਾਬਗੰਜ ਵਾਸੀ ਜ਼ੁਬੈਰ (34), ਕਲੀਮ (35), ਅਦਨਾਨ (20) ਅਤੇ ਸਾਕਿਬ (22) ਨਹਾਉਣ ਗਏ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਨਹਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਇਹ ਚਾਰੇ ਦੋਸਤ ਡੁੱਬਣ ਲੱਗ ਪਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣ ਕੇ ਨੇੜੇ-ਤੇੜੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ।ਸੂਚਨਾ ਮਿਲਦੇ ਹੀ ਗੋਤਾਖੋਰ ਵੀ ਮੌਕੇ ਤੇ ਪਹੁੰਚੇ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਚ ਡੁੱਬੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ। ਐੱਸਪੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਚਾਰੇ ਲਾਸ਼ਾਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਲਿਆਂ ਵਲੋਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਦਾ ਪੋਸਟਮਾਰਟਮ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਤੇ ਲਾਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਯੋਗੀ ਆਦਿਤਿਆਨਾਥ ਨੇ ਵੀ ਸਹਾਰਨਪੁਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਚ ਨਹਿਰ ਚ ਨਹਾਉਣ ਦੌਰਾਨ ਹੋਏ ਹਾਦਸੇ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਲਿਆ ਅਤੇ ਮ੍ਰਿਤਕਾਂ ਦੇ ਸੋਗ ਪੀੜਤ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਹਮਦਰਦੀ ਜ਼ਾਹਰ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਮੇਘਾਲਿਆ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਸੋਨਮ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਦਾ 3 ਦਿਨਾ ਟਰਾਂਜ਼ਿਟ ਰਿਮਾਂਡ ਮਿਲਿਆ

ਲਖਨਊ/ਪਟਨਾ(ਬਿਹਾਰ), 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਮੇਘਾਲਿਆ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਇੰਦੌਰ ਵਾਸੀ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਰਾਜਾ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਕਤਲ ਕੇਸ ਦੀ ਮੁੱਖ ਮੁਲਜ਼ਮ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪਤਨੀ ਸੋਨਮ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਦਾ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾ ਟਰਾਂਜ਼ਿਟ ਰਿਮਾਂਡ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੇਘਾਲਿਆ ਪੁਲੀਸ ਸੋਨਮ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਨੂੰ ਬਿਹਾਰ ਦੇ ਪਟਨਾ ਵਿਚ ਫੁਲਵਾਰੀ ਸਰੀਫ਼ ਪੁਲੀਸ ਥਾਣੇ ਲੈ ਕੇ ਪੁੱਜੀ ਹੈ। ਸੋਨਮ ਨੂੰ ਟਰਾਂਜ਼ਿਟ ਰਿਮਾਂਡ 'ਤੇ ਸ਼ਿਲੌਂਗ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਮੇਘਾਲਿਆ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਕਤਲ ਕੇਸ ਦੇ ਤਿੰਨ ਹੋਰ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਦਾ ਟਰਾਂਜ਼ਿਟ ਰਿਮਾਂਡ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਵਧੀਕ ਡੀਸੀਪੀ (ਅਪਰਾਧ) ਰਾਜੇਸ਼ ਡੰਡੋਤੀਆ ਨੇ ਖ਼ਬਰ ਏਜੰਸੀ ਏਐੱਨਆਈ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ, "ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੀਜੇਐੱਮ ਜੱਜ ਅੱਗੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤੇ ਸ਼ਿਲੌਂਗ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ 7 ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਟਰਾਂਜ਼ਿਟ ਰਿਮਾਂਡ ਮਿਲਿਆ ਹੈ। ਕੇਸ ਦੇ ਚੌਥੇ ਮੁਲਜ਼ਮ ਆਨੰਦ ਨੂੰ ਸਾਗਰ, ਬੀਨਾ (ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼) ਤੋਂ ਇੰਦੌਰ ਲਿਆਂਦਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਸ਼ਿਲੌਂਗ ਪੁਲੀਸ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮੇਘਾਲਿਆ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇਗੀ।" ਮੇਘਾਲਿਆ ਦੇ ਉਪ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ Prestone Tynsong ਨੇ ਰਾਜਾ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਕਤਲ ਕੇਸ ਵਿਚ ਚਾਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਥਾਰਿਟੀਜ਼ ਵੱਲੋਂ ਅਜੇ ਵੀ ਇਕ ਮਸ਼ਕੂਕ ਦੀ ਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਮਵਾਰ ਦੇਰ ਰਾਤ ਇੰਦੌਰ ਅਧਾਰਿਤ ਸੋਨਮ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ (24) ਨੂੰ ਗਾਜ਼ੀਪੁਰ ਵਿਚ ਸਥਾਨਕ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਟਰਾਂਜ਼ਿਟ ਰਿਮਾਂਡ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਮੇਘਾਲਿਆ

ਪੁਲੀਸ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਲੈਣ ਲਈ ਸੋਮਵਾਰ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਹੀ ਇਥੇ ਪੁੱਜ ਗਈ ਸੀ। ਸੋਨਮ ਨੇ ਸੋਮਵਾਰ ਤੜਕੇ ਗਾਜ਼ੀਪੁਰ ਵਿਚ ਯੂਪੀ ਪੁਲੀਸ ਅੱਗੇ ਆਤਮ ਸਮਰਪਣ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਕੋਰਟ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇਰ ਰਾਤ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹੀ। ਸੋਨਮ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਤਿੰਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਕਾਸ਼ ਰਾਜਪੂਤ ਵਾਸੀ ਲਲਿਤਪੁਰ ਤੇ ਦੋ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਇੰਦੌਰ ਤੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪੁਲੀਸ ਹੁਣ ਤੱਕ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਪੰਜ ਜਣਿਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

'ਆਪ' ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੰਗਠਨ ਵੱਲੋਂ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਰੇਖਾ ਗੁਪਤਾ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੰਗਠਨ 'ਆਸਪ' ਨੇ

ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਨਹਿਰੂ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ 9 ਸਾਲ ਦੀ ਬੱਚੀ ਨਾਲ ਬਲਾਤਕਾਰ ਅਤੇ ਕਤਲ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਰੇਖਾ ਗੁਪਤਾ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਰੇਖਾ ਗੁਪਤਾ ਨੇ ਇਥੇ ਸ਼ਿਆਮ ਲਾਲ ਕਾਲਜ ਆਉਣਾ ਸੀ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 'ਆਸਪ' ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਕਾਲਜ ਦੇ ਬਾਹਰ ਨਾਅਰੇਬਾਜ਼ੀ ਕੀਤੀ। 'ਆਸਪ' ਨੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਤੋਂ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਕਿ ਪੀੜਤ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ ਸਖ਼ਤ ਸਜ਼ਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਪੀੜਤ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਇਨਸਾਫ਼ ਮਿਲ ਸਕੇ।ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ 'ਆਸਪ' ਨੇ ਰੇਖਾ ਗੁਪਤਾ ਨੂੰ ਮਹਿਲਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਈ। 'ਆਸਪ' ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਇੱਕ ਔਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇੱਕ ਮਾਂ ਵੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਧੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਹਿਲਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੀਆਂ।'ਆਸਪ' ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਚਾਰ-ਇੰਜਣ ਵਾਲੀ ਸਰਕਾਰ ਹੈ। ਕੇਂਦਰ, ਰਾਜ ਅਤੇ ਐੱਮਸੀਡੀ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਐੱਲਜੀ ਵੀ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਹੈ। ਪੁਲੀਸ-ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਸਭ ਕੁਝ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ, ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਦੇ ਹੌਸਲੇ ਇੰਨੇ ਬੁਲੰਦ ਹਨ। ਜਥੇਬੰਦੀ ਨੇ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਕਿ ਇਸ ਘਟਨਾ ਦੇ ਪੀੜਤ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਇਨਸਾਫ਼ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਸਜ਼ਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਹਿਰਾਸਤ 'ਚ ਲਈ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਸਾਬਕਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਆਤਿਸ਼ੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਸਾਬਕਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਅਤੇ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ (ਆਪ) ਦੀ ਨੇਤਾ ਆਤਿਸ਼ੀ ਨੂੰ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਦਿੱਲੀ ਪੁਲਸ ਨੇ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਲੈ ਲਿਆ। ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ

ਆਤਿਸ਼ੀ ਕਾਲਕਾਜੀ ਦੇ ਬੇਜ਼ਮੀਨੇ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਝੁੱਗੀਆਂ-ਝੌਂਪੜੀਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਚੱਲ ਰਹੀ ਬੁਲਡੋਜ਼ਰ ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚੀ ਸੀ। ਅੱਜ ਜਦੋਂ ਆਤਿਸ਼ੀ ਉੱਥੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਪਹੁੰਚੀ ਤਾਂ ਪੁਲਸ ਨੇ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਉਸਨੂੰ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਲੈ ਲਿਆ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਆਤਿਸ਼ੀ ਨੇ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਨਾਅਰੇਬਾਜ਼ੀ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਡੀਡੀਏ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਲਏ ਜਾਣ ਤੇ ਸਾਬਕਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਆਤਿਸ਼ੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਕੱਲ੍ਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਝੁੱਗੀਆਂ-ਝੌਂਪੜੀਆਂ ਨੂੰ ਢਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਅੱਜ ਜੇਲ੍ਹ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਝੁੱਗੀਆਂ-ਝੌਂਪੜੀਆਂ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾ ਰਹੀ ਹਾਂ। ਭਾਜਪਾ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਰੇਖਾ ਗੁਪਤਾ ਨੂੰ ਝੁੱਗੀਆਂ-ਝੌਂਪੜੀਆਂ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਸਰਾਪ ਦੇਣਗੇ। ਭਾਜਪਾ ਕਦੇ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗੀ। ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ ਦਿੱਲੀ ਵਿਕਾਸ ਅਥਾਰਟੀ (ਡੀਡੀਏ) ਨੇ ਇਸ ਕੈਂਪ ਦੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ 10 ਜੂਨ ਤੱਕ ਝੁੱਗੀਆਂ-ਝੌਂਪੜੀਆਂ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਨੋਟਿਸ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉੱਥੇ ਭਾਰੀ ਪੁਲਸ ਅਤੇ ਸੀਆਰਪੀਐੱਫ ਜਵਾਨ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ।

ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਵੱਲੋਂ ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ 12 ਜੂਨ ਤੈਅ

ਬੰਗਲੂਰੂ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਕਰਨਾਟਕ ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਨੇ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਚਿੰਨਾਸਵਾਮੀ ਸਟੇਡੀਅਮ ਵਿੱਚ 4 ਜੂਨ ਨੂੰ ਹੋਈ ਭਗਦੜ ਦੀ ਘਟਨਾ ਸੰਬੰਧੀ

ਅਰਜ਼ੀ 'ਤੇ ਅਗਲੀ ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ 12 ਜੂਨ ਦੀ ਮਿਤੀ ਤੈਅ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਭਗਦੜ ਵਿੱਚ 11 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਸੀ।ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਜਨਰਲ ਸ਼ਸ਼ੀ ਕਿਰਨ ਸ਼ੈੱਟੀ ਨੂੰ ਸੀਲਬੰਦ ਲਿਫਾਫੇ ਵਿੱਚ ਜਵਾਬ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ। ਸੁਣਵਾਈ ਦੌਰਾਨ ਸ਼ੈੱਟੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਆਪਣਾ ਜਵਾਬ ਦਾਖਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਕ ਨਿਆਇਕ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਗਠਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਪੁਲੀਸ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸ਼ੈੱਟੀ ਨੇ ਸੀਲਬੰਦ ਲਿਫਾਫੇ ਵਿੱਚ ਜਵਾਬ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਕਾਇਆ ਜ਼ਮਾਨਤ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਇਕੱਠੀ ਸੁਣਵਾਈ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਬਿਆਨਾਂ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਚੀਫ਼ ਜਸਟਿਸ ਵੀ ਕਾਮੇਸ਼ਵਰ ਰਾਓ ਅਤੇ ਜਸਟਿਸ ਸੀਐਮ ਜੋਸ਼ੀ ਨੇ ਖ਼ੁਦ ਦਾਇਰ ਇਸ ਪਟੀਸ਼ਨ 'ਤੇ ਸੁਣਵਾਈ ਕੀਤੀ। ਵਿਧਾਨ ਪਰਿਸ਼ਦ ਦੇ ਇਕ ਸਾਬਕਾ ਮੈਂਬਰ ਨੇ ਇਸ ਅਰਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਧਿਰ ਬਣਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਕ ਵਕੀਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਵੀ ਭਗਦੜ ਸੰਬੰਧੀ ਇਕ ਲੋਕਹਿਤ ਅਰਜ਼ੀ ਦਾਖਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਕਰਨਾਟਕ ਹਾਈਕੋਰਟ ਨੇ 5 ਜੂਨ ਨੂੰ ਸਟੇਡੀਅਮ ਵਿੱਚ ਹੋਈ ਭਗਦੜ ਦੀ ਘਟਨਾ ਦਾ ਖ਼ੁਦ ਨੋਟਿਸ ਲਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।

ਸੰਪਾਦਕੀ

.ਗਰੀਬੀ ਰੇਖਾ ਤੋਂ ਉਪਰ

ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਵਿਕਾਸ ਕਾਰਜਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸਰਗਰਮੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਦੇਖੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਜ਼ਰੀਏ ਤੋਂ ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਦੀ ਤਾਜ਼ਾ ਰਿਪੋਰਟ ਨੂੰ ਇੱਕ ਉਮੀਦ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਨੌਂ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ 24.82 ਕਰੋੜ ਲੋਕ ਬਹੁ-ਆਯਾਮੀ ਗਰੀਬੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਏ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਦੇਸ਼ ਕਈ ਮੋਰਚਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਆਪਕ ਆਰਥਿਕ ਮੰਦਹਾਲੀ ਅਤੇ ਮੰਦੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਇਹ ਇਕ ਚੰਗੀ ਖ਼ਬਰ ਹੈ ਜੇਕਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਲਗਭਗ 25 ਕਰੋੜ ਲੋਕ ਗਰੀਬੀ ਰੇਖਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਵਾਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਇੰਨੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮਾਪਦੰਡਾਂ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਜਨਤਕ ਪੱਧਰ ਤੇ ਕਿਉਂ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁ-ਆਯਾਮੀ ਗਰੀਬੀ ਨੂੰ ਸਿਹਤ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਪੱਧਰ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਮਾਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਬਾਰਾਂ ਟਿਕਾਊ ਵਿਕਾਸ ਟੀਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸੂਚਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਦੇ ਚਰਚਾ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਬਹੁ-ਆਯਾਮੀ ਗਰੀਬੀ 2013-14 ਵਿੱਚ 29.17 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਸੀ, ਇਹ 2022-23 ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਕੇ 11.28 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਰਹਿ ਗਈ। ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪਹਿਲੂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਬਿਹਾਰ ਅਤੇ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਉਹ ਰਾਜ ਸਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਗਰੀਬੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਮੀ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਰੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਜ਼ੋਰ ਗਰੀਬੀ ਦੇ ਖਾਤਮੇ 'ਤੇ ਹੋਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਖਾਤਮੇ ਦੇ ਕਈ ਦਾਅਵੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਪਰ ਜ਼ਮੀਨੀ ਹਕੀਕਤ ਕੁਝ ਹੋਰ ਸੀ। ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਚੁੱਕੇ ਗਏ ਕਦਮ ਨਾਕਾਫੀ ਸਨ। ਹੁਣ ਜੇਕਰ ਬਹੁ-ਆਯਾਮੀ ਗਰੀਬੀ ਦੇ ਦਾਇਰੇ 'ਚੋਂ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਆਉਣ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਹਨ ਤਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਨੇ ਇਸ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਚੁੱਕੇ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਆਰਥਿਕ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਬਹੁ-ਆਯਾਮੀ ਗਰੀਬੀ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਣਾ ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀ ਹੈ। ਸਵਾਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਇੰਨੀ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਗ਼ਰੀਬੀ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਉਚ ਪੱਧਰੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ ਤਾਂ ਜ਼ਮੀਨ ਉਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਿਉਂ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆ ਰਿਹਾ। ਕੋਰੋਨਾ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪਿਛਲੇ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਅਕਸਰ ਇਹ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਗਭਗ ਅੱਸੀ ਕਰੋੜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਰਾਸ਼ਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਰਗ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਢਿੱਡ ਭਰਨ ਲਈ ਮੁਫਤ ਭੋਜਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਗਰੀਬੀ ਇਸ ਦੀ ਮਾਪਦੰਡ ਹੋਵੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਇੰਨੀ ਵੱਡੀ ਆਬਾਦੀ, ਗਰੀਬ ਹੋਣ ਕਰਕੇ, ਮੁਫਤ ਰਾਸ਼ਨ ਦੀ ਹੱਕਦਾਰ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਲੋਕ ਕੌਣ ਹਨ ਜੋ ਗਰੀਬੀ ਰੇਖਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ ? ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬੇਰੋਜ਼ਗਾਰੀ ਦੇ ਮੋਰਚੇ 'ਤੇ ਸਥਿਤੀ ਅਜਿਹੀ ਹੈ ਕਿ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਚੁਣੌਤੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਗ਼ਰੀਬੀ ਰੇਖਾ ਦੇ ਪੈਮਾਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤਹਿਤ ਤੈਅ ਕੀਤੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਹਕੀਕਤਾਂ ਲੁਕੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਆਰਥਿਕ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦੇ ਸਮਾਨਾਂਤਰ ਅਜਿਹੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਉਪਰਾਲੇ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਜੋ ਜੇਕਰ ਗਰੀਬੀ ਘਟ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕ ਇਸ ਦੀ ਜਕੜ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਵੀ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਵਸਣ ਦੀ ਤਾਂਘ ਹਰ ਭਾਰਤੀ ਨੂੰ ਪਰ ਚਰਚਾ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ

ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸ਼ਹਿਰ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਬਣਾ ਦਿੱਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਬਰਮਿੰਗਮ ਅਤੇ ਕਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਰੈਂਪਟਨ ਅਤੇ ਸਰੀ।ਜਿਹੜੇ ਪੰਜਾਬੀ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਥੋਂ ਗਏ ਸੀ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਬਾਹਰ ਬਹੁਤ ਤਰੱਕੀ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਸਾ ਵੀ ਲਾਇਆ, ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਪਲਾਟ ਵੀ ਖਰੀਦੇ, ਕੱਚੇ ਕੋਠਿਆਂ ਤੋਂ ਮਹਿਲਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਕੋਠੀਆਂ ਵੀ ਬਣਾਈਆਂ ਪਿਛੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਵੀ ਤਰੱਕੀ ਕੀਤੀ।ਏਥੇ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੂਬੇ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਯੋਗਦਾਨ ਪਿਆ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਉਹ ਵਰਗ ਸੀ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਏਥੇ ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਾਤ ਬਹੁਤੇ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਇਹ ਲੋਕ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਜਮੀਨ ਤੇ ਘਰ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਗਏ ਪਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਹੋਇਆ ਇਹ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਘਰ ਜਾਇਦਾਦ ਦਿੱਤੀ ਉਹ ਹੀ ਮਾਲਕ ਬਣ ਬੈਠੇ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਬਾਹਰਲਿਆਂ ਨੇ ਇੱਥੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਘਟਾ ਦਿੱਤਾ। ਪਰ ਪੰਜਾਬੀ ਬਾਹਰ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਰਹੇ। ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਸੀ ਕਿ ਜੇ ਕਿਸੇ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ 2-3 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਬਾਹਰੋਂ ਆਇਆ ਉਸ ਦੀਆਂ ਉਹੋ ਹੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਘੁੰਮਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਵੀ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਸਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਆਂਡ-ਗੁਆਂਢ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੀ ਖਾਹਿਸ਼ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬਾਹਰਲਿਆਂ ਦੀ ਚਮਕ ਦਮਕ ਦੇਖ ਕੇ ਇਥੋਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਕੰਮ ਧੰਦਾ ਛੁਡਾ ਕੇ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਡਰਾਇਵਰ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਕਿਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਬਾਹਰ ਲੈ ਜਾਣਗੇ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਪੰਜਾਬੀ ਪਰਵਾਸ ਨੂੰ ਤੁਰਦੇ ਗਏ ਲੇਬਰ ਘੱਟਣ ਲੱਗੀ ਅਤੇ ਯੂ.ਪੀ., ਬਿਹਾਰ ਵਾਲੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਟਿਕਣ ਲੱਗੇ।

ਬਾਹਰ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ ਧੋਖਾ: ਕੁੱਝ ਐਨ. ਆਰ. ਆਈ ਮੁੰਡੇ ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰ ਦੀ ਕੁੜੀਆਂ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾ ਕੇ ਏਥੇ ਹੀ ਛੱਡ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਸਾਲ 1998 ਵਿੱਚ ਇੰਡਿਆ ਟੂਡੇ ਵਿੱਚ ਛਪੇ ਲੇਖ ਮੁਤਾਬਕ ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੇ ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਔਰਤ ਭਲਾਈ ਮੰਤਰੀ ਜਗੀਰ ਕੌਰ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ 400 ਕੇਸ ਹਰ ਸਾਲ ਆਉਂਦੇ ਸਨ। ਸਮੇਂ ਨੇ ਚਾਲ ਬਦਲੀ 2006 ਵਿੱਚ ਵਕਤ ਬਦਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਨੇ ਇਥੋਂ ਮੁੰਡੇ ਵਿਆਹ(ਕੁੱਝ ਕਾਗਜ਼ੀ ਵਿਆਹ) ਕੇ ਬਾਹਰ ਲਿਜਾਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਅਤੇ ਸੌਦੇ ਹੋਣ ਲੱਗੇ 50000 ਰੁਪਏ ਤੋਂ 4 ਲੱਖ ਤੱਕ ਦੇ (ਟਾਈਮਜ਼ ਆਫ ਇੰਡੀਆ, ਅਕਤੂਬਰ 2006)। ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਵੱਧਦੇ 2017-2018 ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ 8 ਔਰਤਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਨ.ਆਰ.ਆਈ. ਛੱਡ ਗਏ ਸੀ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਦਾ ਰੁੱਖ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 15000 ਦੱਸੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਠੱਗੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਪੜ੍ਹਾਈਨਾਲ ਜਾਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਲੱਭਿਆ।ਇਸ ਵੇਲੇ ਤਕਰੀਬਨ 1.5 ਲੱਖ ਨੌਜਵਾਨ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਪੰਜਾਬ ਛੱਡ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੜ੍ਹਾਈ ਇਕ ਬਹਾਨਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਹਿ ਲਵੋ ਕਿ ਪੱਕੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਲਈ ਪਿਛਲੇ ਦਰਵਾਜੇ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰ ਵੱਸਣ ਦਾ ਜ਼ਰੀਆ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਰੁਝਾਨ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਸੀ, ਫੇਰ ਅਰਧ ਸ਼ਹਿਰੀ ਅਬਾਦੀ ਨੂੰ ਲੱਗਾ ਤੇ ਹੁਣ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਸਨਅਤੀ ਸ਼ਹਿਰ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਪਾਸੇ ਨਹੀਂ। ਪਹਿਲਾਂ ਬੱਚੇ ਗਰੈਜੁਏਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਅੱਜ 12ਵੀਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਕਹਿਣ ਦਾ ਭਾਵ ਕੇ ਜਿਸਦਾ ਜਿੰਨਾ ਛੇਤੀ ਦਾਅ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਉਹ ਭੱਜਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਮੁੰਡੇ ਆਪਣੇ ਤੌਰ ਤੇ ਆਈਲੈਟਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਸਨ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀਆਂ ਸਨ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਇਆ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਲਈ ਬਾਹਰ ਭੇਜਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸਪਾਉਸ ਵੀਜ਼ੇ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਜਾ ਸਕਣ। ਪਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਠੱਗੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ। ਕੁੜੀਆਂ ਨੇ ਉਥੇ ਜਾ ਕੇ ਇਥੋਂ ਦੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁਲਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪ ਉਥੇ ਹੋਰ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾ ਲਏ ਜਾਂ ਉਂਜ ਹੀ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ। ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਨੌਂ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਆਈ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਦਿੱਲੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਤੋਂ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੇ ਸਹੁਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਖਰਚਾ ਕਰਵਾਇਆ ਸੀ ਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਘਰਵਾਲੇ ਨੂੰ ਬੁਲਾਇਆ ਹੀ ਨਹੀਂ।ਇਥੇ ਵੀ ਠੱਗੀਆਂ ਚੱਲ ਪਈਆ ਤਾਂ ਫਿਰ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਜਾਅਲੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਬਣਾਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਤਾ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਮੋਹਰੀ ਰਹੇ ਸਾਡੇ ਟਰੈਵਲ ਏਜੰਟ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਹ ਦਾਅ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਸੀ ਉਹ ਹੋਰ ਢੰਗ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਣ ਲੱਗੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਤਰੀਕਾ ਪੁਰਾਣਾ ਹੀ ਹੈ ਡੌਂਕੀ ਰਸਤਾ।ਪੀ ਈ ਡਬਲਿਓ (ਫੌਾਂ)ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਕ ਸਤੰਬਰ 2022 ਤੋਂ ਅਕਤੂਬਰ 2023 ਤੱਕ 96917 ਭਾਰਤੀ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਬਾਰਡਰ ਤੋਂ ਵਾਪਿਸ ਭੇਜੇ ਹਨ। ਇਹ ਅੰਕੜਾ ਪੰਜ ਗੁਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਸਾਲ 2019-20 ਨਾਲੋਂ। ਜਿਹੜੇ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਰ ਗਏ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਈ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵਾਪਿਸ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਉਹ ਉਪਰੋਕਤ ਅੰਕੜੇ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਹਨ।ਸੋਚਣ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਿੰਨੀ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਘਰ-ਬਾਰ ਵੇਚ ਕੇ ਵੀ ਮੌਤ ਨੂੰ ਗਲ ਲਾਉਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਇਸ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ, ਮਾੜੀ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿਵਸਥਾ, ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ ਆਦਿ।ਕਾਰਨ ਜਿੰਨੇ ਮਰਜ਼ੀ ਲਿੱਖੀ ਜਾਓ ਪਰ ਅਸਲ ਮੁੱਦਾ ਸਰਕਾਰੀ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਸਾਰੇ ਸਰਕਾਰੀ ਤੰਤਰ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਖੋਖਲੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਸਰਕਾਰਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਮੰਨਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ। ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਕਿ ਅੱਜ ਸਰਦੇ ਵਰਦੇ ਘਰ ਜਿੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਭੇਜ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਥੇ ਜਿਕਰ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਸਾਲ 2023 ਵਿੱਚ 6500 ਐਚ ਐਨ ਆਈ (ਹਾਈ ਨੈਟ ਵਰਥ ਇੰਡਿਵਿਜੂਅਲ) ਭਾਵ ਅਮੀਰ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਭਾਰਤ ਛੱਡਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਲੋਕ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਦਸ ਲੱਖ ਡਾਲਰ (8 ਕਰੋੜ) ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਈ ਐਸੇ ਲੋਕ ਵੀ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਦੋਹਰੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਲੈ ਰੱਖੀ ਹੈ।

ਸਵੈ ਰੋਜਗਾਰ: ਇਸ ਵੇਲੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਇਨਸਾਨ ਇਥੇ ਏਜੰਟਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ 25-30 ਲੱਖ ਇਕੱਠਾ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕੀ ਇਥੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ? ਕੀ ਪੱਲਿਉਂ ਪੈਸੇ ਦੇ ਕੇ ਮੌਤ ਖਰੀਦਣਾ ਠੀਕ ਹੈ ? ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਹਾਰ ਕੇ ਐਨੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਅ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਸੁੱਝਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ।ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਇਥੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਵੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੱਧੀਆ ਅਗਵਾਈ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਅਤੇ ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਇਸ ਕੋਲ ਪੈਸੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਠੱਗਣ ਅਤੇ ਲੁੱਟਣ ਦੀਆ ਸਕੀਮਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਜ ਉਹ ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਵਪਾਰ ਜਾਂ ਉਦਯੋਗ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਹੀ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਕਿ ਕਿਹੜਾ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੀਏ।ਜਿਹੜੀ ਸਾਡੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਹੈ ਉਹ ਵੀ ਮਿਆਰੀ ਨਹੀਂ । ਲੋੜ ਹੈ ਸਾਨੂੰ ਕਿੱਤਾ ਅਧਾਰਤ ਅਮਲੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਕੇ ਕੰਮ ਚਲਾਉਣ ਤੱਕ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ।

ਬਾਹਰ ਲਈ ਉੱਤਸਕਤਾ:ਇਕੱਲਾ ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨ ਹੀ ਬਾਹਰ ਲਈ ਕਾਹਲਾ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਦੇਸ਼ ਪੱਧਰ ਤੇ ਜੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹ ਅੰਕੜਾ 12.5 ਫੀਸਦੀ ਹੈ ਜਦਕਿ ਮਹਾਂਰਾਸ਼ਟਰਾ, ਆਂਧਰਾਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਤਕਰੀਬਨ 12.5 ਫੀਸਦੀ ਨੌਜਵਾਨ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਬਾਹਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਆਂਧਰਾ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਤਾਂ ਵਿਕਸਤ ਸੂਬੇ ਹਨ, ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਵਿੱਚ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਵਧੀਆ ਸੈਂਟਰਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਹਨ। ਬੰਗਲੌਰ ਤਾਂ ਆਈ ਟੀ ਹੱਬ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਿਲੀਕੋਨ ਵੈਲੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚਾਰੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇਸੂਬੇ ਗੁਜਰਾਤ ਵਿਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 8.5% ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਹਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਹਾਲ ਦਿੱਲੀ ਐਨ ਸੀ ਆਰ ਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਨਕਾਰਾਗੁਆ ਜਾਂਦੀ ਡੌਂਕੀ ਫਲਾਈਟ ਫੜੀ ਗਈ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਗੁਜ਼ਰਾਤੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੀ ਭਰਪੂਰ ਸੀ।ਅਸਲ ਸੱਚ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਪੱਧਰ ਤੇ ਹੀ ਵੱਧਦਾ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ, ਡਿੱਗਦਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਮਿਆਰ, ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ, ਵਿਗੜਦੀ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿਵਸਥਾ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ, ਝੂਠ ਦਾ ਬੋਲਬਾਲਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਭੱਜਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਧਰ ਨਕਲੀ ਟ੍ਰੈਵਲ ਏਜੰਟਾਂ ਦਾ ਜਾਲ ਵੱਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਝੂਠ ਬੋਲ ਕੇ ਭਰਮਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। 16 ਦਸੰਬਰ 2023 ਨੂੰ ਭਾਰਤੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਸੂਬਾ ਮੰਤਰੀ, ਵੀ. ਮੁਰਲੀਧਰਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹਨਾ ਨੇ ਇੱਕ ਨਕਲੀ ਟ੍ਰੈਵਲ ਏਜੰਟਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਜਿਸ ਮੁਤਾਬਕ ਆਂਧਰਾ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ 471, ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ 400, ਤਾਮਿਲ ਨਾਡੂ ਵਿੱਚ 360, ਮਹਾਂਰਾਸ਼ਟਰ ਵਿੱਚ 309, ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ 292 ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ 190 ਹਨ।ਦੇਸ਼ ਪੱਧਰ ਤੇ ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨੌਜਵਾਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਜਜ਼ਬਾ ਹੈ ਉਹ ਇਥੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਓਂ ਨਿਕਲ ਰਹੇ ਹਨ।

ਨਿਚੋੜ: ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਲੋਕੀ ਇਕੱਲੇ ਰੋਜਗਾਰ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਬਲਕਿ ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਏਥੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚੰਗੇ ਹਨ ਉਹ ਵੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਏਥੇ ਸਰਕਾਰ ਚਲਾ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸਨ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਬਹੁਤਿਆਂ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚਲਾ ਰੱਖੇ ਹਨ। ਸਵਾਲ ਹੈ ਕਿ ਬਦਨਾਮ ਪੰਜਾਬੀ ਹੀ ਕਿਉਂ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ ?

ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜਰ ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਖੇਤੀ ਨੀਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ 'ਤੇ ਸਰਵੇਖਣ

ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸੈਕਟਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਠੋਸ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਭਾਰਤ ਦੇ ਉੱਤਰੀ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਖਿੱਤੇ ਵਿਭਿੰਨ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ, ਜੰਮੂ ਅਤੇ ਕਸ਼ਮੀਰ ਵਿੱਚ ਅਸਥਿਰਤਾ, ਪੰਜਾਬ, ਰਾਜਿਸਥਾਨ ਅਤੇ ਜੰਮੂ ਅਤੇ ਕਸ਼ਮੀਰ ਰਾਜਾਂ ਦਾ ਬਾਡਰ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਸਹਿਕਾਰਤਾ ਮੰਤਰਾਲੇ (2021) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਦੇਸ਼ ਦੀ ਔਸਤ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹੋਲਡਿੰਗ 1.08 ਹੈਕਟੇਅਰ (2.67 ਏਕੜ) ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ, ਰਣਨੀਤਕ ਤੌਰ ਤੇ ਖੇਤੀ-ਉਦਯੋਗਿਕ ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਹੱਬਾਂ ਨੂੰ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਜੋੜਨਾ ਹੋਰ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ, ਜਿੱਥੇ 60% ਆਬਾਦੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਖੇਤਰ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਹੋਰ ਵੀ ਜਰੂਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਲਾਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਰਥਿਕ ਜ਼ੋਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਖੇਤੀ-ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਹੱਬਾਂ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਭਾਰਤ ਦੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਇੱਕ ਰਣਨੀਤਕ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਵਜੋਂ ਉੱਭਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਰਾਜਾਂ ਦਾ ਸਮੁੰਦਰੀ ਬੰਦਰਗਾ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਵਿਕਾਸ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ ਅਤੇ ਨਾਂ ਹੀ ਕੋਈ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਇਹਨਾਂ ਰਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਸਥਾਪਿਤ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਰਾਜਾਂ ਦਾ ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇ ਵਿੱਚ ਆਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਰਾਜਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਮਿਲਕੇ ਰਣਨੀਤੀ ਹੇਠ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸੰਬੰਧਿਤ SEZs ਨੂੰ ਖੋਲਕੇ ਭਾਰਤਮਾਲਾ ਰੋਡ ਨੈੱਟਵਰਕ ਨਾਲ ਜੋੜਦਿਆਂ ਘਰੇਲੂ ਉਤਪਾਦ ਅਤੇ ਰਾਜਾਂ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਮਜਬੂਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਾਮਜਾਬ ਹੋਣਗੀਆਂ । ਮੌਜੂਦਾ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇਹੋਏ, ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇਹਾਂ ਕਿ ਭਾਰਤਮਾਲਾ ਰੋਡ ਨੈੱਟਵਰਕ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸਿਲਕ ਰੋਡ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਅੱਜ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਭਾਰਤ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਰਹੀ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸਿਲਕ ਰੋਡ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭਾਰਤਮਾਲਾ ਰੋਡ ਨੈੱਟਵਰਕ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਕਾਮਜਾਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੱਧ ਏਸ਼ੀਆ ਅਤੇ ਯੂਰੋਪੀਅਨ ਮੁਲਕਾਂ ਨਾਲ ਵਪਾਰ ਖੁਲ੍ਹੇਗਾ ਅਤੇ ਜਿਸਦਾ ਸਿੱਧਾ ਫਾਇਦਾ ਪੰਜਾਬ, ਹਰਿਆਣਾ, ਹਿਮਾਚਲ, ਰਾਜਿਸਥਾਨ, ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਆਦਿ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਅਰਥ ਵਿਵਸਥਾ 10 ਟ੍ਰਿਲੀਅਨ ਡਾਲਰ ਵਿੱਚ ਯਕੀਨੀ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਮਜੂਦਾ ਹਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਉੱਤਰੀ ਰਾਜਾਂ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਪ੍ਰਵਾਸ ਕਾਰਨ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇੱਕ ਚੁਣੌਤੀ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਾਂ ਤਾਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਚੁਣਦੇ ਜਾਂ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਵਿਧਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲਾ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਮਸਿਆ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ, ਹਰ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਗਿਆਰਵੀਂ ਤੋਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਖੇਤਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੁਚੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਚ ਬਣੀ ਰਹੇ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪੂਰਵਕਾਂ ਦੇ ਕਿੱਤੇ ਨਾਲ ਪੱਕੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ। ਆਧੁਨਿਕ ਖੇਤੀ ਦੀਆਂ ਉੱਭਰਦੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਆਪਣੀ ਨਵੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲੇ ਲੈਕੇ ਉੱਚ ਮਹਾਰਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇ ਅਤੇ ਖੇਤੀ ਦੇ ਕਿੱਤੇ ਨੂੰ ਇਕ ਕਾਮਜਾਬ ਕਿੱਤਾ ਬਣਾਵੇ। ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਧਿਐਨ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਜ਼ੀਫੇ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਰਕਾਰਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਾਮਜਾਬ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇ ਦੇ ਹਾਨੀ ਬਣਕੇ ਇਸ ਕਿੱਤੇ ਨੂੰ ਮਜੂਦਾ ਦਲਦਲ ਵਿਚੋਂ ਕੱਢਣ ਵਿੱਚ ਕਾਮਜਾਬ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹਰੇਕ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਵਿਲੱਖਣ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਨੀਤੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਅਤੇ ਰਾਜ ਕਿਸਾਨ ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ ਸਬੰਧਤ ਹਿੱਸੇਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਡੂੰਘਾਈ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਨੂੰ ਪਰਖਣ ਲਈ ਪਾਇਲਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਵਿਆਪਕ ਕਾਨੂੰਨ ਪੇਸ਼ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਕਿ ਕਿਸਾਨ ਆਪਣੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਵੇਚਣ ਵੇਲੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ ਜਰੂਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇਗਾ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿਸਾਨ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜਿੰਦਗੀ ਬਸਰ ਕਰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਇਜ਼ਤ ਨਾਲ ਪਾਲ ਸਕੇ।

ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਮਿਤੀ 9 ਦਸੰਬਰ, 2021 ਨੂੰ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਾ ਨਾਲ ਹਸਤਾਖਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਮਝੌਤੇ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਏ ਅਨੁਸਾਰ, ਕਿਸਾਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੀਆਂ ਵਚਨਬੱਧਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣਾ ਅਤੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਚਨਬੱਧਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲਤਾ ਨਾ ਸਿਰਫ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰੇਗੀ ਬਲਕਿ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਸਿਆਸੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਸੰਪਾਦਕੀ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਚਾਰਿਆ ਗਿਆ ਦਲੀਲ, ਦਾਅਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ (ਐਮਐਸਪੀ) ਦੀ ਖਰੀਦ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਗਾਰੰਟੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਵਿੱਤੀ ਤਬਾਹੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਦਾ ਮਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਸਤਵ ਵਿੱਚ, ਐਮਐਸਪੀ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਮਨੁੱਖੀ ਤਬਾਹੀ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧਦੀ ਗਰੀਬੀ, ਕਰਜ਼ਾ, ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਅਤੇ ਮਹਿੰਗਾਈ ਦਾ ਸਬੂਤ ਹੈ। ਕਿਸਾਨੀ ਖੇਤੀ, ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਝੋਨੇ ਅਤੇ ਕਣਕ ਵਰਗੇ ਮੁੱਖ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਨ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਕੇ ਕਿ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਹੇਵੰਦ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਨ ਲਾਗਤਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਮਿਲਣ। ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਸਿਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਮਿਤੀ 18 ਫਰਵਰੀ, 2024 ਨੂੰ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿਖੇ ਹੋਈ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ SKM ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮਹਾਸੰਘ ਦੁਆਰਾ ਠੇਕਾ ਖੇਤੀ ਅਤੇ ਫਸਲੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੇ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਅਟੱਲ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਸੰਗਠਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਦੀ ਕਮੀ ਨੂੰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਦਖਲ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਚੱਲ ਰਹੇ ਖੇਤੀ ਸੰਕਟ ਦਾ ਸਥਾਈ ਹੱਲ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਫੈਸਲਾਕੁੰਨ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਦੀ ਗਾਰੰਟੀ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੂੰ ਇਹ ਹੁਕਮ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਚੋਣ ਮਨੋਰਥ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਵਜੋਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਸਿਆਸੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੇਵਜ੍ਹਾ ਵਾਅਦਿਆਂ ਨਾਲ ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਹ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚੋਣ ਵਾਅਦੇ ਲਈ ਜਵਾਬਦੇਹ ਬਣਾਏਗਾ ਅਤੇ ਚੋਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਵਾ ਦੇਵੇਗਾ।

ਦਿਮਾ.ਗ ਦੇ ਰਹੱਸ ਅਤੇ ਨਵੀਂ ਤਕਨਾਲੌਜੀ

ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਵਿਚਾਰ ਨਾਲ ਕੰਪਿਊਟਰ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ ਹੁਣ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੀ ਦੂਰ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਗਈ। ਨਿਊਰਾਲਿੰਕ ਦੀ ਟੈਲੀਪੈਥੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਯੰਤਰ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਤਕਨੀਕੀ ਸੰਵਾਦ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਰਹਿਤ ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਧੀ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਯੁੱਗ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਮਾਨਵੀ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਇਸ ਮਿਸਾਲੀ ਘਟਨਾਕ੍ਰਮ ਲਈ ਪਿੜ ਤਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਨਿਊਰਾਲਿੰਕ ਹੁਣ ਸਾਇੰਸੀ ਗਲਪ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੱਕ ਮਹਿਦੂਦ ਨਹੀਂ ਰਹੀ ਸਗੋਂ ਦਿਮਾ.ਗ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਬੇਮਿਸਾਲ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਰਾਹ ਖੋਲ੍ਹ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਯੰਤਰ ਮਨੁੱਖੀ ਮੌਲਿਕਤਾ ਦਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਆਸ ਬੰਨ੍ਹਾਈ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਕੋਈ ਆਸ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਆਓ, ਨਿਊਰੋਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰੀਏ, ਇਸ ਦੇ ਗਤੀਮਾਨਾਂ, ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਪਰਿਵਰਤਨਕਾਰੀ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ। ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਅਣਗਿਣਤ ਲੋਕ ਅਜਿਹੇ ਦਿਮਾ.ਗੀ ਰੋਗਾਂ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਉਹ ਆਜ਼ਾਦੀ ਨਾਲ ਤੁਰਨ ਫਿਰਨ ਤੋਂ ਅਸਮੱਰਥ ਹਨ। ਬ੍ਰੇਨ ਸਟਰੋਕ ਦੇ ਪੀੜਤ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਅੰਗ ਦੀ ਮਾਮੂਲੀ ਜਿਹੀ ਹਰਕਤ ਦੇਖਣ ਲਈ ਤਰਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ; ਪਾਰਕਿੰਸਨ ਦੇ ਪੀੜਤ ਨਿਰੰਤਰ ਝਟਕਿਆਂ ਤੋਂ ਨਿਜਾਤ ਪਾਉਣ ਦੀ ਚਾਹਤ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰਵਾਇਤੀ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਮਾਮੂਲੀ ਵਕਤੀ ਰਾਹਤ ਹੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਗੁਆਚੀ ਸਮਰੱਥਾ ਮੁੜ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਨਿਊਰਾਲਿੰਕ ਆਸ ਦੀ ਕਿਰਨ ਬਣ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਦਿਮਾ.ਗੀ ਸੱਟਾਂ ਕਾਰਨ ਉਪਜੀਆਂ ਬੰਦਸ਼ਾਂ 'ਤੋਂ ਪਾਰ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਿਊਰੋਟੈੱਕ ਦਿਮਾ.ਗ ਨੂੰ ਖ਼ੁਦ ਆਪਣੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਗੁਆਚੀਆਂ ਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਮੁੜ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਕੰਟਰੋਲ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਹ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਚੀਰ-ਫਾੜ ਵਾਲੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਹਾਲਤ 'ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਸੁਝਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਨਿਊਰਾਲਿੰਕ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਸੋਚ ਨਾਲ ਕੰਟਰੋਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਕੰਪਿਊਟਿੰਗ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਅਗਾਂਹ ਹਨ। ਮੈਡੀਕਲ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮੁਹਾਂਦਰਾ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰਨ ਫਿਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਮਾ.ਗੀ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਖਰਾਬੀਆਂ ਲਈ ਨਵੀਆਂ ਥੈਰੇਪੀਆਂ ਦੇ ਦੁਆਰ ਖੋਲ੍ਹ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਬਣਾਉਟੀ ਅੰਗਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਾਨਵੀ ਛੋਹ ਦੇ ਸੰਵੇਦਨੀ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਹਾਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਦੇ ਮਲਟੀਪਲ ਸਕਲੈਰੋਸਿਸ (ਕੇਂਦਰੀ ਨਸ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਇੱਕ ਬਿਮਾਰੀ) ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਮਾ.ਗੀ ਵਿਗਾੜਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਯੰਤਰ ਦੀ ਦਿਮਾ.ਗੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਉਤੇਜਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਦੀ ਦੋਤਰਫ਼ਾ ਪਹੁੰਚ ਹੈ: ਦਿਮਾ.ਗ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਜ ਨੂੰ ਨਾਲੋ ਨਾਲ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਉੱਥੇ ਬਿਲਕੁਲ ਸਟੀਕ ਦਖ਼ਲ ਦੇਣਾ। ਨਿਊਰੋ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨਾਲ ਕਈ ਅਹਿਮ ਨੈਤਿਕ ਪੱਖ ਵੀ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਮਨੁੱਖੀ ਦਿਮਾ.ਗ ਵਿੱਚ ਸੰਨ੍ਹ ਲਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਨਿੱਜਤਾ, ਸਹਿਮਤੀ ਅਤੇ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਦੀ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਅੰਤਰੀਵ ਖਿਆਲਾਤ ਦੀ ਰਾਖੀ ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵਾਂਗੇ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਣਅਧਿਕਾਰਤ ਰਸਾਈ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕ ਸਕਾਂਗੇ ? ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ, ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀਪਣ ਉਪਰ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਦੂਰ-ਰਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਰੋਕਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਵੇਂ ਮੁਹਾਜ਼ ਵੱਲ ਵਧਦਿਆਂ ਸਾਨੂੰ ਧਿਆਨਪੂਰਬਕ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਦੂਰਰਸੀ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਸੰਚਾਲਤ ਕਰਨ ਲਈ ਨੈਤਿਕ ਸੇਧਾਂ ਅਤੇ ਨੇਮਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਓਪਨ ਏਆਈ ਦੀ ਵਧ ਰਹੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਨੈਤਿਕਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਦੀ ਅੱਕਾਸੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਏਆਈ ਦੇ ਵਿਆਪਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਅਪਣਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਠ ਕੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕਤਾ ਕਮੇਟੀਆਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਮਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਉਦੋਂ ਹੋਰ ਵੀ ਜਟਿਲ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਨੈਤਿਕਤਾ ਦੇ ਸਰੋਕਾਰ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਹੋਣ ਖ਼ਾਸਕਰ ਯੂਰਪੀ ਸੰਘ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਆਪੋ ਆਪਣੇ ਖ਼ਾਸ ਅਤੇ ਸਖ਼ਤ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ ਹੋਣ। ਏਆਈ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹਰ ਪੱਖ ਤੋਂ ਚੀਨ ਇੱਕ ਮੋਹਰੀ ਦੇਸ਼ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਮਖ਼ਸੂਸ ਨੈਤਿਕ ਦਾਇਰੇ ਹਨ ਤੇ ਇਉਂ ਹੀ ਭਾਰਤ ਦੇ ਵੀ ਹਨ। ਧਾਰਮਿਕ ਸਰੋਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਨਿਊਰੋਟੈੱਕ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਇਸ ਇੱਕ ਵਿਚਾਰ ਦੇ ਬੀਜ ਤੋਂ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਦਿਮਾ.ਗ ਨੂੰ ਡਿਜੀਟਲ ਦੁਨੀਆ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਸੰਕਲਪਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਬਹੁ-ਭਾਂਤੀ ਟੀਮ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸੀ ਕਿ ਮਨ ਦੇ ਜਟਿਲ ਦਿਮਾ.ਗੀ ਤਾਣੇ ਅਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ ਦੀ ਦੁਵੱਲੀ ਸਟੀਕਤਾ ਵਿਚਕਾਰ ਖੱਪੇ ਦੀ ਭਰਪਾਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅਭਿਲਾਸ਼ਾ 'ਚੋਂ ਹੀ ਨਿਊਰੋਸਾਇੰਸ, ਇੰਜਨੀਅਰਿੰਗ ਅਤੇ ਮੈਡੀਸਨ ਦਾ ਸਾਂਝਾ ਉੱਦਮ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਦਾ ਧਿਆਨ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਯੰਤਰ ਈਜਾਦ ਕਰਨ 'ਤੇ ਸੀ ਜੋ ਦਿਮਾ.ਗ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਮਝ ਸਕੇ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਡਿਜੀਟਲ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਤਰਜਮਾ ਕਰ ਸਕੇ। ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਤਕਨੀਕੀ ਔਕੜਾਂ 'ਤੇ ਪਾਰ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਖ਼ਰਕਾਰ ਨਿਊਰਾਲਿੰਕ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਮੂਰਤੀਮਾਨ ਹੋ ਸਕਿਆ ਪਰ ਐਲੋਨ ਮਸਕ ਦੀ ਜ਼ਹੀਨਤਾ ਤੋਂ ਬ.ਗੈਰ ਨਿਊਰੋ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਤਰੱਕੀ ਸ਼ਾਇਦ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਣੀ ਸੀ। ਇਹ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਇਸ ਦਿਲਕਸ਼ ਸਚਾਈ 'ਤੇ ਟਿਕੀ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਦਿਮਾ.ਗ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਜ਼ਰੀਏ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਰੰਗਾਂ ਦਿਮਾ.ਗ ਦੀ ਬੋਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਊਰਾਲਿੰਕ ਯੰਤਰ ਇੱਕ ਤਰਜਮਾਕਾਰ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਦਿਮਾ.ਗੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਲਈ ਵਾਲ ਜਿਹੇ ਮਹੀਨ ਧਾਗਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਾਜ਼ੁਕ ਤੰਤੂ ਦਿਮਾ.ਗ ਦੇ ਬਿਜਲਈ ਪੈਟਰਨਾਂ ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਿਜੀਟਲ ਵਾਕ ਦਾ ਰੂਪ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਸਮਝ ਸਕਦੀਆਂ ਹੋਣ। ਇਹ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦਿਮਾ.ਗੀ ਸੋਆਂ ਨੂੰ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਗੂੜ੍ਹ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁੱਲ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬੁੱਝਣਾ ਕੋਈ ਮਾਮੂਲੀ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਸਗੋਂ ਇਸ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਉੱਨਤ ਕਿਸਮ ਦੇ ਅਲਗੋਰਿਦਮਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਨਸ਼ਾ ਦੀ ਥਾਹ ਪਾ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਡਿਜੀਟਲ ਕਾਰਜ ਦਾ ਰੂਪ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋਣ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਕਰਸਰ ਨੂੰ ਚਲਦਾ ਚਿਤਵਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨਿਊਰੋਟੈੱਕ ਇਸ ਨੂੰ ਦਿਸਣਯੋਗ ਹਕੀਕਤ ਦਾ ਰੂਪ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯੰਤਰ ਅਤਿਅੰਤ ਮਹੀਨ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਡਜ਼ (ਬਿਜਲਈ ਕਣ) ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਦਿਮਾ.ਗ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਹੈਰਾਨੀ ਵੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਆਸ ਵੀ ਪਰ ਇਹ ਮਹਿਜ਼ ਇੱਕ ਯੰਤਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਸਗੋਂ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਰੂਪਾਂਤਰਨ ਦੇ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਪੁਲਾਂਘ ਹੈ। ਯੰਤਰ ਤਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਸੰਕੇਤ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਭਵਿੱਖ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਕਜੁੱਟ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਟੀਕਤਾ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਫਿੱਟ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਜ ਰੋਬੋਟ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਵਰਤੋਂਕਾਰ ਦੀ ਸਲਾਮਤੀ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਪੈ ਜਾਵੇ। ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਰੱਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਾਵਧਾਨੀਪੂਰਬਕ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੀ ਝਲਕ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਗੱਲ ਉੱਭਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਨਿੱਠ ਕੇ ਨਿਰਖ-ਪਰਖ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦੀਰਘਕਾਲੀ ਸਲਾਮਤੀ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਗੁਕੇਸ਼ ਦੀ ਇਕ .ਗਲਤੀ ਨੇ ਖੋਹ ਲਿਆ ਚੈਂਪੀਅਨ ਬਣਨ ਦਾ ਮੌਕਾ, ਪਛਤਾਵੇ ਦੀ ਵੀਡੀਓ ਹੋ ਰਹੀ ਵਾਇਰਲ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਨਾਰਵੇ ਚੈੱਸ 2025 ਟੂਰਨਾਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵ ਚੈਂਪੀਅਨ ਡੀ. ਗੁਕੇਸ਼ ਨੇ ਅਖੀਰਲੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕੀ ਗ੍ਰੈਂਡਮਾਸਟਰ ਫੈਬਿਆਨੋ ਕਾਰੂਆਨਾ ਖ਼ ?ਲਾਫ਼ ਖੇਡਦੇ ਹੋਏ ਇੱਕ ਗ਼ਲਤੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮੁਕਾਬਲੇ 'ਚ ਹਾਰ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ ਤੇ ਉਹ ਖਿਤਾਬ ਜਿੱਤਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਗਵਾ ਬੈਠੇ। ਇਸ ਹਾਰ ਨਾਲ ਗੁਕੇਸ਼ ਤੀਜੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਰਹੇ, ਜਦਕਿ ਨਾਰਵੇ ਦੇ ਮੈਗਨਸ ਕਾਰਲਸਨ ਨੇ 16 ਅੰਕਾਂ ਨਾਲ ਸੱਤਵੀਂ ਵਾਰ ਨਾਰਵੇ ਚੈੱਸ ਦਾ ਖ਼ ?ਤਾਬ ਜਿੱਤਿਆ।ਕਾਰਲਸਨ ਨੇ ਆਖਰੀ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤੀ ਖਿਡਾਰੀ ਅਰਜੁਨ ਏਰੀਗੈਸੀ ਨਾਲ ਡਰਾਅ ਖੇਡਿਆ, ਪਰ ਗੁਕੇਸ਼ ਦੀ ਹਾਰ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਿਤਾਬ ਜਿੱਤਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ। ਗੁਕੇਸ਼ ਨੇ ਮੈਚ ਦੌਰਾਨ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਮੀ ਰਾਣੀ ਦੀ ਚਾਲ ਚੱਲਣ ਸਮੇਂ ਗਲਤੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਸਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਉਸੇ ਪਲ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤਾ।ਇਹ .ਗਲਤ ਚਾਲ ਚੱਲਣ ਮਗਰੋਂ ਗੁਕੇਸ਼ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਗਿਆ ਕਿ ਮੈਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਨਿਕਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਢੱਕ ਲਿਆ ਆਪਣੀ ਹਾਰ ਕਬੂਲ ਕੇ ਕਾਰੂਆਨਾ ਨਾਲ ਹੱਥ ਮਿਲਾ ਕੇ ਜਿੱਤ ਦੀ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਦੀ ਵੀਡੀਓ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਾਇਰਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।ਕਾਰਲਸਨ ਨੇ ਮੰਨਿਆ ਕਿ ਗੁਕੇਸ਼ ਦੀ ਹਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਵੀ ਇੱਕ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਯਾਦ ਰਹੀ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਖਿਡਾਰੀ ਹਾਲੇ ਵੀ ਉੱਚ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ।ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਟੂਰਨਾਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਗੁਕੇਸ਼ ਦੀ ਹਾਰ ਮਗਰੋਂ ਕਾਰਲਸਨ ਪਹਿਲੇ, ਫੈਬਿਆਨੋ ਕਾਰੂਆਨਾ ਦੂਜੇ ਅਤੇ ਡੀ. ਗੁਕੇਸ਼ ਤੀਜੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਰਹੇ।

ਨੀਰਜ ਚੋਪੜਾ ਪੈਰਿਸ ਡਾਇਮੰਡ 'ਚ ਲਵੇਗਾ ਹਿੱਸਾ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਮੌਜੂਦਾ ਜੈਵਲਿਨ ਥਰੋਅਰ ਵਿਸ਼ਵ ਚੈਂਪੀਅਨ ਨੀਰਜ ਚੋਪੜਾ 20 ਜੂਨ ਨੂੰ ਸਟੇਡ ਸੇਬੇਸਟੀਅਨ-ਚਾਰਲੇਟੀ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪੈਰਿਸ ਡਾਇਮੰਡ ਲੀਗ 2025 ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲਵੇਗਾ। ਨੀਰਜ 8 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਪੈਰਿਸ ਡਾਇਮੰਡ ਲੀਗ ਵਿਚ ਵਾਪਸੀ ਕਰੇਗਾ।ਸਾਲ 2017 ਵਿਚ ਉਹ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗਿਤਾ ਵਿਚ 84.67 ਮੀਟਰ ਦੀ ਥ$ਰੋਅ ਦੇ ਨਾਲ 5ਵੇਂ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਜਰਮਨੀ ਦੇ ਜੋਹਾਨਸ ਵੇਟਰ ਨੇ 88.74 ਮੀਟਰ ਦੀ ਥ$ਰੋਅ ਕਰ ਕੇ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗਿਤਾ ਨੂੰ ਜਿੱਤਿਆ ਸੀ। ਨੀਰਜ ਦੇ 2024 ਸੈਸ਼ਨ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਸੀ ਪਰ ਪੈਰਿਸ ਓਲੰਪਿਕ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਉਹ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗਿਤਾ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਿਆ।

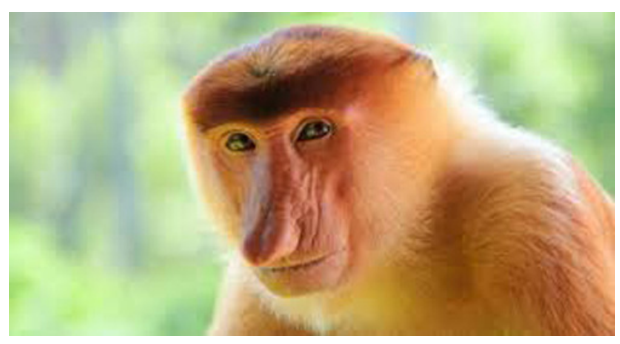
ਕੈਪਟਨ ਸਿੱਖ ਅਮਰੀਕਾ' ਦੇਸ਼ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖੀ ਬਾਰੇ ਕਰ ਰਿਹੈ ਜਾਗਰੂਕ ਸਿੱਖਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਨਫ਼ਰਤ ਵਾਲਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਬਦਲਣ ਦੀ ਚੁੱਕੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਮੈਨਹਟਨ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਸਿੱਖੀ ਦੇ ਪ੍ਰਚਾਰ ਲਈ ਨਿਵੇਕਲਾ ਢੰਗ ਅਪਣਾਇਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ 'ਕੈਪਟਨ ਸਿੱਖ ਅਮਰੀਕਾ' ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰ ਕੇ ਸਿੱਖਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਨਫ਼ਰਤ ਵਾਲਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਬਦਲਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।11 ਸਤੰਬਰ 2001 ਨੂੰ ਵਿਸਕੌਨਸਿਨ ਦੇ ਓਕ ਕਰੀਕ ਸਥਿਤ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਿੱਚ ਗੋਰੇ ਵੱਲੋਂ ਗੋਲੀਆਂ ਚਲਾ ਕੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਕਤਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਮਗਰੋਂ ਵਿਸ਼ਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਸਾਲ 2013 ਦੀਆਂ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖ ਸੁਪਰਹੀਰੋ ਬਣ ਕੇ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਪ੍ਰਤੀ ਅਮਰੀਕੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਵਿਸ਼ਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ 'ਕੈਪਟਨ ਸਿੱਖ ਅਮਰੀਕਾ' ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਮਗਰੋਂ ਲੋਕ ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਉਸ ਕੋਲ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਏ ਅਤੇ ਗਲਵੱਕੜੀ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਸਿੱਖੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਏ। ਉਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਪੁਲੀਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਵੀ ਉਸ ਨਾਲ ਤਸਵੀਰਾਂ ਖਿਚਵਾਉਂਦੇ ਹਨ।ਵਿਸ਼ਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਕ ਜੋੜੇ ਨੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਆਹ ਸਮਾਗਮ ਲਈ ਵੀ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ। ਸਾਲ 2016 ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਛੱਡ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਉਹ ਸਕੂਲਾਂ, ਸਰਕਾਰੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਨਿਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਬਰਾਬਰੀ ਤੇ ਨਿਆਂ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਵਿਸ਼ਵਜੀਤ ਨੂੰ ਇਸ ਪੁਸ਼ਾਕ ਵਿੱਚ ਦੇਖ ਕੇ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਕੈਪਟਨ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਦਾੜ੍ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਉਹ ਪੱਗ ਨਹੀਂ ਬੰਨ੍ਹਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਗੋਰਾ ਹੈ।" ਵਿਸ਼ਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਉਸ ਮੁੰਡੇ ਵੱਲ ਦੇਖਿਆ ਜਿਸ ਨੇ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਕਹੇ ਸਨ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਦੇਖਿਆ - ਇਕ ਪਤਲੇ, ਚਸ਼ਮਾ ਲੱਗੇ, ਪੱਗ ਬੰਨ੍ਹੇ ਅਤੇ ਦਾੜ੍ਹੀ ਵਾਲੇ ਸਿੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਕੈਪਟਨ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਾਕ ਪਹਿਨੀ ਹੋਈ ਸੀ।ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਨੂੰ ਬੁਰਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਿਆ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਮੇਰਾ, ਇਕ 'ਕੈਪਟਨ ਸਿੱਖ ਅਮਰੀਕਾ' ਦਾ ਅਕਸ ਬਣਿਆ ਰਹੇਗਾ।ਇਸ ਅਕਸ 'ਚ ਐਨੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਮਰੀਕੀ ਹੋਣ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ।'

ਵਿਆਹ ਦੀ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਬਦਲ ਗਏ ਨਿਯਮ, ਹੁਣ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਇਹ ਕੰਮ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਜਾਅਲੀ ਵਿਆਹ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਮੁਸਕਿਨ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਨਾ ਮੁਸਕਿਲ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਯੋਗੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਵਿਆਹ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਅਧੂਰੇ ਸਬੂਤਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਆਹ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਹੁਣ ਜੋੜਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਆਹ ਦੇ ਠੋਸ ਸਬੂਤ ਪੇਸ਼ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ, ਤਾਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਆਹ ਦਾ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਮਿਲੇਗਾ। ਇਸ ਕਦਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਜਾਅਲੀ ਵਿਆਹਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਧੋਖਾਧੜੀ 'ਤੇ ਰੋਕ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੁਣ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪੰਡਿਤ, ਮੌਲਵੀ ਜਾਂ ਪਾਦਰੀ ਦੀ ਵੀ ਗਵਾਹੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਗਵਾਹੀ ਦੇਣੀ ਪਵੇਗੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਜਗ$ਹਾ ਵੀ ਬਦਲ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਹੁਣ ਵਿਆਹ ਦੀ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਵਿਆਹ ਦੀ ਜਗ$ਹਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਸਗੋਂ ਤਹਿਸੀਲ ਦੇ ਸਬ-ਰਜਿਸਟਰਾਰ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਜਿੱਥੇ ਲਾੜਾ-ਲਾੜੀ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਮੌਜੂਦ ਰਹਿਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਨਿਯਮ ਜਾਅਲੀ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਨਵੇਂ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਜੋੜੇ ਦਾ ਕੋਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪੰਡਿਤ ਜਾਂ ਮੌਲਵੀ ਨੂੰ ਗਵਾਹੀ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਰਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ।ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ ਕਿ ਵਿਆਹ ਇੱਕ ਜਾਇਜ਼ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰਤ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸਨੂੰ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਧੋਖਾਧੜੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਵਿਆਹ ਦਾ ਵੀਡੀਓ ਵੀ ਦਿਖਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਵੀਡੀਓ ਦਾ ਇੱਕ ਪੈੱਨ ਡਰਾਈਵ ਸਬ-ਰਜਿਸਟਰਾਰ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਜਮ$ਹਾ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਵੀਡੀਓ ਵਿਆਹ ਦੇ ਸਬੂਤ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਵਾਦ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਬੂਤ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹ ਰਜਿਸਟ$ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣਗੇ।

ਬਾਂਦਰ ਬਣਿਆ ਲੁਟੇਰਾ ! 20 ਲੱਖ ਦੇ ਹੀਰਿਆਂ ਦੇ ਗਹਿਣੇ ਲੈ ਹੋ ਗਿਆ ਫਰਾਰ

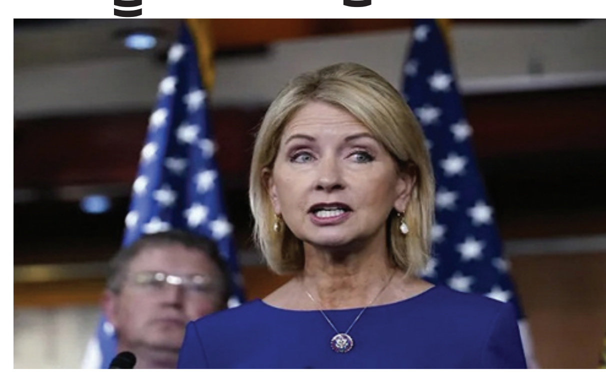


ਮਥੁਰਾ 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) :- ਵਰਿੰਦਾਵਨ 'ਚ ਠਾਕੁਰ ਬਾਂਕੇ ਬਿਹਾਰੀ ਦੀ ਫੂਲ-ਬੰਗਲਾ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਪਹੁੰਚੇ ਅਲੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਗਹਿਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਅਭਿਸ਼ੇਕ ਅਗਰਵਾਲ ਦੀ ਉਸ ਸਮੇਂ ਜਾਨ 'ਤੇ ਬਣ ਗਈ, ਜਦੋਂ ਇਕ ਬਾਂਦਰ 20 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀਮਤ ਦੇ ਹੀਰਿਆਂ ਦੇ ਗਹਿਣਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਥੈਲਾ ਖੋਹ ਕੇ ਦੌੜ ਗਿਆ। ਪੁਲਸ ਦੇ ਇਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ।ਕੋਤਵਾਲੀ ਇੰਚਾਰਜ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਕਪਿਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅਭਿਸ਼ੇਕ ਅਗਰਵਾਲ ਨੇ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਠਾਕੁਰ ਜੀ ਦੀ ਫੂਲ-ਬੰਗਲਾ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਪਹੁੰਚੇ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਪਰਤ ਰਹੇ ਸਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹ ਪਾਰਕਿੰਗ 'ਚ ਸਨ, ਉਦੋਂ ਅਚਾਨਕ ਇਕ ਬਾਂਦਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੱਥ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਥੈਲਾ ਖੋਹ ਕੇ ਲੈ ਗਿਆ, ਜਿਸ 'ਚ 20 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀਮਤ ਦੇ ਹੀਰਿਆਂ ਦੇ ਗਹਿਣੇ ਸਨ।ਪੁਲਸ ਡਿਪਟੀ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਸੰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੁਲਸ ਨੇ ਬਾਂਦਰ ਦੀ ਘੇਰਾਬੰਦੀ ਕਰ ਕੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੈਗ ਸਹੀ ਸਲਾਮਤ ਹਾਸਲ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਸੌਂਪ ਦਿੱਤਾ।

ਕਮਜ਼ੋਰ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਦਾ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ

ਨਿਸਿੰਗ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : : ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, 15 ਜੂਨ ਤੋਂ ਝੋਨੇ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਵੇਲੇ ਕਿਸਾਨ ਮੀਂਹ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਮੀਂਹ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਪਿਆਸੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਰਾਹਤ ਮਿਲੇਗੀ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਝੋਨਾ ਲਗਾਉਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਕੁਝ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਝੋਨਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਖੇਤ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲਏ ਹਨ ਅਤੇ ਝੋਨਾ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਝੋਨਾ ਲਗਾਉਣਾ ਹੁਣ ਤੇਜ਼ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ

ਅਮਰੀਕੀ ਸਾਂਸਦ ਨੇ ਪਾਈ ਵਿਵਾਦਿਤ ਪੋਸਟ, ਸਿੱਖ ਪਾਠੀ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਮੁਸਲਮਾਨ !



ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ, ਡੀ.ਸੀ.10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ; ਰਿਪਬਲਿਕਨ ਅਮਰੀਕੀ ਸਾਂਸਦ ਮੈਰੀ ਮਿਲਰ ਕਾਂਗਰਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਸਭਾ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰ ਰਹੇ ਸਿੱਖ ਪਾਠੀ ਨੂੰ "ਮੁਸਲਮਾਨ"ਕਹਿ ਕੇ ਵਿਵਾਦਾਂ ਵਿਚ ਘਿਰ ਗਈ। ਉਸਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਤਕਰੇ ਵਾਲੀ ਟਿੱਪਣੀ ਕੀਤੀ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਵਿਰੋਧ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਪੋਸਟ ਡਿਲੀਟ ਕਰ ਦਿੱਤੀ।ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਮੈਰੀ ਮਿਲਰ ਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਲਿਖਿਆ: "ਇਹ ਬਹੁਤ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਮੁਸਲਮਾਨ ਨੂੰ ਅੱਜ ਸਵੇਰੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਅਜਿਹਾ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਇੱਕ ਈਸਾਈ ਰਾਸ਼ਟਰ ਵਜੋਂ ਹੋਈ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਇਸ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰੱਬ ਰਹਿਮ ਕਰੇ !ਪਰ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਉਹ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ ਉਹ ਇੱਕ ਮੁਸਲਮਾਨ ਨਹੀਂ ਸੀ ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਸਿੱਖ ਪਾਠੀ ਗਿਆਨੀ ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੀ, ਜਿਸਨੂੰ ਉਸ ਦਿਨ ਗੈਸਟ ਚੈਪਲਿਨ ਵਜੋਂ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਊ ਜਰਸੀ ਤੋਂ ਰਿਪਬਲਿਕਨ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਜੈਫ ਵੈਨ ਡਰੂ ਨੇ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ "ਗਿਆਨੀ ਸਿੰਘ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਵਿਵਹਾਰ ਨਾਲ, ਸ਼ਾਂਤੀ, ਨਿਮਰਤਾ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਅਗਵਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਸਿੱਖ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਅਮਰੀਕੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਹੈ।"ਉਸਨੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਡੀ-ਡੇ ਦੀ 81ਵੀਂ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ 'ਤੇ ਆਈ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਸਿੱਖ ਸਿਪਾਹੀ ਨੌਰਮੈਂਡੀ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਕੰਢਿਆਂ 'ਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨਾਲ ਮੋਢੇ ਨਾਲ ਮੋਢਾ ਜੋੜ ਕੇ ਲੜੇ ਸਨ।ਜਦੋਂ ਮਿਲਰ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਉਸਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਪੋਸਟ ਨੂੰ ਐਡਿਟ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਡਿਲੀਟ ਕੀਤਾ। ਪਹਿਲੀ ਪੋਸਟ ਵਿੱਚ, ਉਸਨੇ "ਮੁਸਲਿਮ"ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਉਸਨੇ ਉਹੀ ਪੋਸਟ ਐਡਿਟ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਮੁਸਲਿਮ ਦੀ ਥਾਂ "ਸਿੱਖ"ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਪਰ ਬਾਕੀ ਵਿਵਾਦਪੂਰਨ ਪੋਸਟ ਜਿਵੇਂ ਦੀ ਤਿਵੇਂ ਰਹੀ।ਅਖੀਰ ਵਿਚ ਉਸ ਨੇ ਪੂਰੀ ਪੋਸਟ ਨੂੰ ਮਿਟਾ ਦਿੱਤਾ।ਡੈਮੋਕ੍ਰੇਟ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਬੋਨੀ ਵਾਟਸਨ ਕੋਲਮੈਨ ਨੇ ਮਿਲਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ 'ਤੇ ਪਲਟਵਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਲਿਖਿਆ, "ਇਹ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਹੈ ਕਿ ਧਾਰਮਿਕ ਆਜ਼ਾਦੀ ਪ੍ਰਤੀ ਇੰਨੀ ਨਫ਼ਰਤ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਅਜਿਹਾ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ।"ਸੱਚਮੁੱਚ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਸਿੱਖਾਂ ਅਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਅਗਿਆਨਤਾ ਅਤੇ ਜ਼ੈਨੋਫੋਬਿਕ ਵਿਚਾਰ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਫ਼ਰਤ ਅਤੇ ਅਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਕਾਂਗਰਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜਗ$ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ,"ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੀ ਕਾਂਗਰਸਵੂਮੈਨ ਗ੍ਰੇਸ ਮੈਂਗ ਨੇ ਲਿਖਿਆ।ਕਾਂਗਰਸਨਲ ਏਸ਼ੀਅਨ ਪੈਸੀਫਿਕ ਅਮਰੀਕਨ ਕਾਕਸ (31♦13), ਜਿਸਦੀ ਗ੍ਰੇਸ ਮੈਂਗ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਹੈ, ਨੇ ਵੀ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ: "ਸਿੱਖ ਅਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਰਮ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਦਿੱਖ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਧਰਮ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਅਗਿਆਨਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਹ ਨਸਲਵਾਦ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਧਾਰਮਿਕ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ 'ਤੇ ਬਣਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਾਂਗਰਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆ ਦੇ 10 ਸਭ ਤੋਂ ਤਣਾਅਗ੍ਰਸਤ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਜਾਰੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) :: ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡਿਪ੍ਰੈੱਸਡ ਦੇਸ਼: ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਮੁੱਦਾ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨੇ ਦੁਨੀਆ ਭਰ 'ਚ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਉਹ ਗਿਣਤੀ ਜੋ ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਨਾਲ ਲੜ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਜਿੱਥੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਹੁਤ ਉੱਨਤ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ ਡਾਟਾ ਅਨੁਸਾਰ, ਕੁਝ ਦੇਸ਼ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਵਿਕਾਰ ਦੀ ਉੱਚ ਦਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਰਥਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਕਾਰਕ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਦੁਨੀਆ ਦੇ 10 ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡਿਪ੍ਰੈੱਸਡ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਵਰਲਡ ਪਾਪੂਲੇਸ਼ਨ ਰਿਵਿਊ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਕ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਤਣਾਅਗ੍ਰਸਤ ਦੇਸ਼ ਕਿਹੜਾ ਹੈ ?

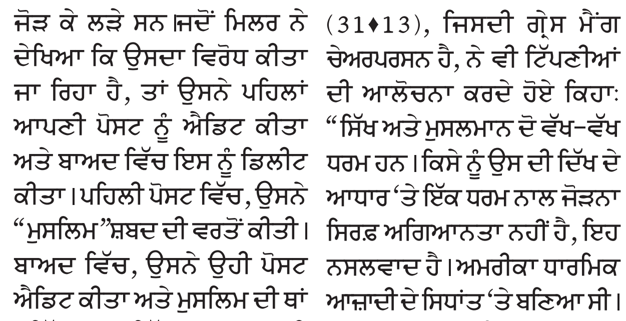
1. ਗ੍ਰੀਨਲੈਂਡ ਗ੍ਰੀਨਲੈਂਡ 'ਚ ਤਣਾਅ ਸਬੰਧੀ ਵਿਕਾਰ ਦੀ ਦਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦਾ ਪੌਣ-ਪਾਣੀ ਅਨੁਕੂਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਭੂਗੋਲਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੂਰ ਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤਕ ਇਸਦੀ ਪਹੁੰਚ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ। ਲੰਬੀਆਂ, ਕਾਲੀਆਂ ਸਰਦ ਰਾਤਾਂ ਮੌਸਮੀ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਰ ਤੇ ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਣਾਅ ਦੀ ਉੱਚ ਦਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
2. ਗ੍ਰੀਸ ਗ੍ਰੀਸ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਦਹਾਕਿਆਂ 'ਚ ਗੰਭੀਰ ਆਰਥਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਸੈਰ ਵਾਲਾ ਵਿੱਤੀ ਸੰਕਟ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉੱਚ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਅਭਾਵ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਹੈ।
3. ਟਿਊਨੀਸ਼ੀਆ ਅਰਬ ਸਪ੍ਰਿੰਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟਿਊਨੀਸ਼ੀਆ ਨੂੰ ਰਾਜਨੀਤਕ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਉਠਾਉਣਾ ਪਿਆ ਹੈ। ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਆਰਥਿਕ ਸੰਘਰਸ਼ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਨੇ ਇੱਥੇ ਤਣਾਅ ਦੀ ਦਰ 'ਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।
4. ਪੁਰਤਗਾਲ ਪੁਰਤਗਾਲ ਯੂਰਪ 'ਚ ਤਣਾਅਪੂਰਨ ਵਿਕਾਰ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਰਾਂ 'ਚੋਂ ਇਕ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਕਾਰਕਾਂ 'ਚ ਨੌਜਵਾਨਾਂ 'ਚ ਉੱਚ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ, ਆਰਥਿਕ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਤੇ ਵੱਡੀ ਉਮਰਦਾਜ ਆਬਾਦੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
5. ਲਿਥੁਆਨੀਆ ਲਿਥੁਆਨੀਆ 'ਚ ਆਤਮਹੱਤਿਆ ਦੀ ਦਰ ਤੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਰਵਾਸ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਸਮਾਜਿਕ ਖਲਾਅ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਕਾਰਕ ਆਰਥਿਕ ਬੇਯਕੀਨੀ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਦੀ ਉੱਚ ਤਣਾਅ ਦਰ 'ਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।
6. ਲੇਸੋਥੋ ਲੇਸੋਥੋ 'ਚ ਐਚਆਈਵੀ/ਏਡਸ ਤੇ ਗਰੀਬੀ ਦੀ ਦਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਕਠੋਰ ਸਿਹਤ ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਕਾਰਕ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ।
7. ਫਿਲਸਤੀਨ ਫਿਲਸਤੀਨ ਦਾ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਸੰਘਰਸ਼, ਕਬਜ਼ੇ ਤੇ ਹਿਜਰਾਤ ਨਾਲ ਅਟੁੱਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਦੇ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਟਰੌਮਾ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਉੱਚ ਦਰ 'ਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।
8. ਲਿਬਨਾਨ ਲਿਬਨਾਨ ਆਰਥਿਕ ਪਤਨ, ਸਿਆਸੀ ਅਸਥਿਰਤਾ ਤੇ ਬੇਰੂਤ 'ਚ ਹਵਾਈ ਹਮਲਿਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਕਟਾਂ ਨੇ ਇਸਦੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਅਮਿਟ ਛਾਪ ਛੱਡੀ ਹੈ।
9. ਸਪੇਨ ਆਰਥਿਕ ਮੰਦੀ, ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਅਸਮਾਨਤਾ ਸਪੇਨ 'ਚ ਤਣਾਅ ਦੀ ਉੱਚ ਦਰ 'ਚ ਯੋਗਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਵੀ ਵਧੀ ਹੈ।
10. ਬੇਲਾਰੂਸ ਬੇਲਾਰੂਸ ਦੇ ਸਿਆਸੀ ਸੰਦਰਭ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਤਕ ਸੀਮਤ ਪਹੁੰਚ ਨੇ ਉੱਥੇ ਤਣਾਅ ਦੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਸਮਾਜਿਕ ਕਲੰਕ ਵੀ ਕਈ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਿਰਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆ ਦੇ 10 ਸਭ ਤੋਂ ਤਣਾਅਗ੍ਰਸਤ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ 'ਚ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸਥਾਨ ਭਾਰਤ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 10 ਮੁਲਕਾਂ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਤਣਾਅ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹਨ। ਵਰਲਡ ਪਾਪੂਲੇਸ਼ਨ ਰਿਵਿਊ ਅਨੁਸਾਰ, ਭਾਰਤ 'ਚ ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਦੀ ਦਰ 4,418 ਪ੍ਰਤੀ 100,000 ਆਬਾਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਾਫੀ ਘੱਟ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਭਾਰਤ ਇਕ ਉੱਚ ਆਬਾਦੀ ਘਣਤਾ ਵਾਲਾ ਦੇਸ਼ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ, ਜੋ 62 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਾਮਲਿਆਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚਦੀ ਹੈ।

ਨਾਗਾਰਜੁਨ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਅਖਿਲ ਅੱਕੀਨੇਨੀ ਨੇ ਮਹਿਲਾ ਮਿੱਤਰ ਜ਼ੈਨਬ ਰਵਜੀ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਇਆ

ਹੈਦਰਾਬਾਦ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) :Akhil-Akkineni-Wedding ਸੁਪਰਸਟਾਰ ਨਾਗਾਰਜੁਨ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਅਖਿਲ ਅੱਕੀਨੇਨੀ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਹਿਲਾ ਮਿੱਤਰ Zainab Ravdjee ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਦੇ ਬੰਧਨ ਵਿਚ ਬੱਝ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਖਿਲ ਤੇ ਜ਼ੈਨਬ ਪੁਰਾਣੇ ਦੋਸਤ ਹਨ।ਵਿਆਹ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਫਿਲਮ ਇੰਡਸਟਰੀ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਫ਼ਿਲਮੀ ਹਸਤੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਈਆਂ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਅਖਿਲ ਦਾ ਭਰਾ ਨਾਗਾ ਚੈਤੰਨਿਆ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸੀ। ਵਿਆਹ ਵਿੱਚ ਤੇਲਗੂ ਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਰਵਾਇਤੀ ਰਸਮਾਂ-ਰਿਵਾਜਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਵਿਆਹ ਸਮਾਗਮ ਦੀਆਂ ਵਾਇਰਲ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿਚ ਅਖਿਲ ਨੇ ਸਾਦੀ ਕਮੀਜ਼ ਪਾਈ ਹੋਈ ਹੈ ਜਦੋਂਕਿ ਜ਼ੈਨਬ ਹੀਰੇ ਦੇ ਗਹਿਣਿਆਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀ ਹਾਥੀ ਦੰਦ ਦੀ ਸਾੜ੍ਹੀ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀ ਸੀ। ਵਿਆਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹਸਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰਾਮ ਚਰਨ, ਚਿਰੰਜੀਵੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਨੀਲ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ।ਅਖਿਲ ਅੱਕੀਨੇਨੀ ਦਾ ਵਿਆਹ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਦਾਕਾਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪ੍ਰੇਮਿਕਾ ਰਵਜੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ ਪੋਸਟ ਰਾਹੀਂ ਮੰਗਣੀ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਪਰਸਟਾਰ ਨਾਗਾਰਜੁਨ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦੂਜਾ ਵਿਆਹ ਹੈ।ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ, ਅਦਾਕਾਰ ਦੇ ਪੁੱਤਰ, ਨਾਗਾ ਚੈਤੰਨਿਆ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੇਮਿਕਾ ਤੇ ਅਦਾਕਾਰਾ ਸੋਭਿਤਾ ਧੂਲੀਪਾਲਾ ਨਾਲ ਤੇਲਗੂ ਰਵਾਇਤਾਂ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਨਾਗਾ ਚੈਤੰਨਿਆ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਵਿਆਹ ਅਦਾਕਾਰਾ Samantha Ruth Prabhu ਨਾਲ ਹੋਇਆ ਸੀ।ਦੋਵਾਂ ਨੇ ਅਕਤੂਬਰ 2021 ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਾਂਝੇ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵੱਖ ਹੋਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਸੀ।

ਵਿੰਡਸਰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ 5 ਲੱਖ ਡਾਲਰ ਦੀ ਵਿਸਕੀ ਡਕੈਤੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ 'ਤੇ ਲਾਏ ਚਾਰਜਿਜ਼, ਭਾਲ ਜਾਰੀ



ਵਿੰਡਸਰ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) :: ਵਿੰਡਸਰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ 5 ਲੱਖ ਡਾਲਰ ਦੀ ਵਿਸਕੀ ਡਕੈਤੀ ਵਿੱਚ ਕਈ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਅਜੇ ਵੀ ਹੋਰ ਸ਼ੱਕੀਆਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ। ਸ਼ੱਕੀਆਂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਟਰੱਕ ਟ$ਰੇਲਰ ਤੋਂ 1 ਹਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰਾਊਨ ਰਾਇਲ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਦੀ ਕਥਿਤ ਚੋਰੀ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਹੈ। ਵਿੰਡਸਰ ਪੁਲਿਸ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਡੇਵਿਡ ਡੇਲੂਕਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਚੋਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਨਾਨ ਰੀਟੇਲ ਕੀਮਤ 61 ਹਜ਼ਾਰ ਡਾਲਰ ਸੀ।ਪੁਲਿਸ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ 17 ਮਈ ਦੀ ਰਾਤ ਨੂੰ, ਕਈ ਸ਼ੱਕੀਆਂ ਨੇ ਡੇਵੋਨਸ਼ਾਇਰ ਮਾਲ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਵਾੜ-ਇਨ ਟਰੱਕਿੰਗ ਬਿਜ਼ਨਸ, ਟਾਈਟੇਨੀਅਮ ਟ$ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਗਰੁੱਪ ਤੋਂ ਲੋਡ ਕੀਤੇ ਵਪਾਰਕ ਟਰੱਕ ਟ$ਰੇਲਰ ਨੂੰ ਚੋਰੀ ਕਰ ਲਿਆ। ਖਾਲੀ ਟ$ਰੇਲਰ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਕਾਉਂਟੀ ਰੋਡ 46 ਦੇ 4000 ਬਲਾਕ ਵਿੱਚ ਮਿਲਿਆ। ਚੋਰੀ ਹੋਈ ਵਿਸਕੀ ਦਾ ਅਜੇ ਵੀ ਕੁੱਝ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਾ ਹੈ।ਡੇਲੂਕਾ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਜਾਂਚਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਤੱਕ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ 66 ਡੱਬੇ ਮਿਲੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਤ ਕਰਾਊਨ ਰਾਇਲ ਅਤੇ ਆੜੂ ਅਤੇ ਸੇਬ ਦੇ ਸੁਆਦ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੋਵੇਂ ਸਨ।ਵਿੰਡਸਰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੇਵਾ ਦੀ ਟਾਰਗੇਟ ਬੇਸ ਯੂਨਿਟ ਨੇ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਪੰਜ ਮੁਲਜ਼ਮ ਸ਼ੱਕੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਲਈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 27 ਤੋਂ 57 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ।

ਸਿਹਤ ਲਈ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੈ ਪਲਾਸਟਿਕ

ਪਲਾਸਟਿਕ ਨੇ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਲਈ ਵੀ ਓਨਾ ਹੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਉਹ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੋਤਲ ਹੋਵੇ, ਭੋਜਨ ਦੀ ਪੈਕਿੰਗ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਪੋਲੀਥੀਨ।

ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਪਾਸਿਓਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨਾਲ ਘਿਰੇ ਹੋਏ ਹਾਂ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਪਲਾਸਟਿਕ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜ਼ਹਿਰ ਬਣ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਾਰਨ ਕੁਝ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਹਾਰਮੋਨਲ ਅਸੰਤੁਲਨ; ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਅਤੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ BPA ਇੱਕ ਐਂਡੋਕਰੀਨ ਵਿਘਨ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹਾਰਮੋਨਲ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਥਾਇਰਾਇਡ, ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਬੁਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮਰਦਾਂ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ: ਇਹ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ 'ਤੇ ਇਸਦਾ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਖੋਜਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਨੂੰ ਨਰਮ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਫਥਲੇਟ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ: ਕਈ ਅਧਿਐਨਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਵਰਗੀ ਘਾਤਕ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਈ ਗੁਣਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ: ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ 'ਤੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਈਕ੍ਰੋਪਲਾਸਟਿਕਸ, ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਕਣ ਹਨ, ਹੁਣ ਸਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਗਰ ਅਤੇ ਗੁਰਦਿਆਂ 'ਤੇ ਬੁਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਦਮੇ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ: ਕਈ ਖੋਜਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਕਣ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰੋਨਿਕ ਅਬਸਟਰਕਟਿਵ ਪਲਮਨਰੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਫਾਈਬਰੋਸਿਸ, ਸਾਹ ਦੀ ਕਮੀ, ਜਿਸਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼, ਦਮਾ ਅਤੇ ਠੰਡੇ ਕੱਚ ਦੇ ਨੋਡਿਊਲਜ਼ ਦਾ ਗਠਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਸਿਹਤ ਲਈ ਲਾਭਕਾਰੀ ਰਾਜਮਾਂਹ ਤੇ ਦਾਲਾਂ

ਮੈਡੀਸਨ ਦੇ ਉੱਚ ਮਿਆਰੀ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਜਰਨਲ 'ਆਰਕਾਈਵਜ਼ ਆਫ਼ ਇੰਟਰਨਲ ਮੈਡੀਸਨ' ਵਿੱਚ ਦਾਲਾਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹੋ ਰਹੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਉਪਰ 2012 ਵਿੱਚ ਖੋਜ ਛਪੀ ਸੀ। ਉਸ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਜੇ ਰਾਗੀ ਦੇ ਆਟੇ ਦੇ ਬਣੇ ਫੁਲਕੇ ਨਾਲ ਰੌਂਗੀ, ਰਾਜਮਾਂਹ ਜਾਂ ਸੋਇਆਬੀਨ ਦੀ ਦਾਲ ਖਾਧੀ ਜਾਏ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਲਗਪਗ ਮਾਸਾਹਾਰੀ ਖਾਣੇ ਜਿੰਨੀ ਤਾਕਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅਨੇਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰਾਜਮਾਂਹ: ਇਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਫਾਈਬਰ ਭਰਿਆ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਹ ਖਾਣ ਨਾਲ ਕੋਲੈਸਟਰੋਲ ਘਟਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ਼ ਫਾਈਬਰ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਫੋਲਿਕ ਏਸਿਡ ਤੇ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਭਰਪੂਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਾਈਬਰ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵੱਧ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਜਿਹੜੀ ਲਹੂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੱਕਰ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਰੋਟੀ ਖਾਣ ਬਾਅਦ ਇਕਦਮ ਵਧਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਰਾਜਮਾਂਹ ਵਿੱਚ ਲੋਹ ਕਣ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਹ ਲਹੂ ਵਿੱਚ ਹੀਮੋਗਲੋਬਿਨ ਘਟਣ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ। ਪੁਰਾਣੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਰਾਜਮਾਂਹ ਖਾਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ ਤਾਂ ਜੋ ਲਹੂ ਦੀ ਕਮੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਥਿੰਦਾ ਰਹਿਤ ਹੋਣ ਸਦਕਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਭਾਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਵਧਦਾ।

ਪਰ, ਜੇ ਰਾਜਮਾਂਹ ਬਣਾਉਣ ਲੱਗਿਆਂ ਉਸ ਨਾਲ ਤੜਕੇ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਘਿਓ ਜਾਂ ਤੇਲ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਵਾਧੂ ਥਿੰਦਾ ਜਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਭਰੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਰਾਜਮਾਂਹ ਨੂੰ ਗਰੀਬਾਂ ਦਾ ਮੀਟ ਮੰਨ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ ਜੇ ਰਾਗੀ ਦੇ ਆਟੇ ਦੀ ਬਣੀ ਰੋਟੀ ਨਾਲ ਰਾਜਮਾਂਹ ਜਾਂ ਰੌਂਗੀ ਖਾਧੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਵਾਕਈ ਲਗਭਗ ਮੀਟ ਜਿੰਨੀ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਤੇ ਤਾਕਤ ਦੇ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਾਜਮਾਂਹ ਵਿੱਚ ਵਿਟਾਮਿਨ ਬੀ-1 ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਐਲਜ਼ੀਮਰ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਵੀ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਰਾਜਮਾਂਹ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹਰੇਕ 100 ਗ੍ਰਾਮ ਰਾਜਮਾਂਹ ਵਿੱਚ 333 ਕੈਲਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। 0.12 ਗ੍ਰਾਮ ਸੈਚੂਰੇਟਿਡ ਥਿੰਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਟਰਾਂਸ ਫੈਟ ਤੇ ਕੋਲੈਸਟਰੋਲ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। 1406 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, 24 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਸੋਡੀਅਮ, 24.9 ਗ੍ਰਾਮ ਫਾਈਬਰ, 60 ਗ੍ਰਾਮ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ ਅਤੇ 23.58 ਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਰੌਂਗੀ: ਲੋਬੀਆ ਜਾਂ ਰੌਂਗੀ ਨੂੰ ਕਾਲੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਾਲੇ ਚਿੱਟੇ ਰਾਜਮਾਂਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿਚਲੇ ਖਣਿਜ ਵੀ ਬਹੁਮੁੱਲੇ ਹਨ। ਫਾਈਬਰ ਵੱਧ ਹੋਣ ਸਦਕਾ ਨਾ ਤਾਂ ਇਹ ਕਬਜ਼ ਹੋਣ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਨਾ ਵਾਈ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ। ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਢਿੱਡ ਲਈ ਲਾਜਵਾਬ ਹਨ। ਕੈਲਰੀਆਂ ਘੱਟ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਜਿੰਨੀਆਂ ਵੀ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਜਾਂ ਖ਼ੁਰਾਕ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸੁਝਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਰੌਂਗੀ ਜ਼ਰੂਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਰਾਗੀ ਦੇ ਆਟੇ ਦੀਆਂ ਰੋਟੀਆਂ ਰੌਂਗੀ ਦੀ ਦਾਲ ਨਾਲ ਖਾ ਲਈਆਂ ਜਾਣ ਤਾਂ ਸੋਨੇ ਉੱਤੇ ਸੁਹਾਗੇ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਭਾਰ ਘੱਟਣ ਨਾਲ ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗ ਤੇ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਰੋਗ ਦੇ ਆਸਾਰ ਵੀ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਫਾਈਬਰ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਫਲੇਵੋਨਾਇਡ ਤੇ ਕੋਲੈਸਟਰੋਲ ਰਹਿਤ ਰੌਂਗੀ ਆਪੇ ਹੀ ਦਿਲ ਵਾਸਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਾਬਤ ਹੋ ਜਾਣੀ ਹੋਈ। ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ ਜਿੱਥੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਟੱਬਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਉੱਥੇ ਬਚਾਅ ਵਾਸਤੇ ਰੌਂਗੀ ਦੀ ਦਾਲ ਨੂੰ, ਰਾਗੀ ਦੇ ਆਟੇ ਦੀ ਰੋਟੀ ਨਾਲ ਰੈਗੂਲਰ ਵਰਤ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹਰੇਕ 100 ਗ੍ਰਾਮ ਰੌਂਗੀ ਵਿੱਚ 90 ਕੈਲਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ 0.09 ਥਿੰਦਾ ਸੈਚੂਰੇਟਿਡ ਥਿੰਦਾ ਤੇ 0.35 ਗ੍ਰਾਮ ਕੁਲ ਥਿੰਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਲੈਸਟਰੋਲ ਤੇ ਟਰਾਂਸ ਫੈਟ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।431 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, 4 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਸੋਡੀਅਮ, 5 ਗ੍ਰਾਮ ਫਾਈਬਰ, 2.95 ਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਤੇ 18.83 ਗ੍ਰਾਮ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ: ਲੋਹ ਕਣਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਤੇ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ, ਫਾਸਫੋਰਸ, ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਨਾਲ ਭਰੀ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬੇਹਤਰੀਨ ਹੈ ਪਰ ਨਾਲੋ-ਨਾਲ ਲਹੂ ਦੀ ਕਮੀ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ ਥਕਾਵਟ ਭਜਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਵੀ ਦਰੁਸਤ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਝਟਪਟ ਲੋੜੀਂਦੀ ਤਾਕਤ ਬਖ਼ਸ਼ਦੀ ਹੈ। ਦਿਲ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਦਰਦ ਤੇ ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਚਮੜੀ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਕਰ ਰੋਗੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਕੁੱਝ ਹੱਦ ਤਕ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਦਿਮਾਗ਼ ਰਵਾਂ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਹੱਡੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹਾਜ਼ਮਾ ਠੀਕ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਨਾਲ ਅੱਜ ਦੇ ਯੁੱਗ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ 'ਵਾਈ ਦਾਲ' ਕਹਿ ਕੇ ਅਜਿਹਾ ਹਊਆ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਦਰਤੀ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਇਸ ਦਾਲ ਨੂੰ ਅੱਧੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕ ਭਾਰੀ, ਛੇਤੀ ਨਾ ਹਜ਼ਮ ਹੋਣ ਵਾਲੀ, ਅਫਾਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਹਿ ਕਹਿ ਕੇ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਲੋੜੀਂਦੇ ਖਣਿਜ, ਵਿਟਾਮਿਨ, ਫਾਈਬਰ ਨਾਲ ਲਬਾਲਬ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਸਗੋਂ ਜਿੱਥੇ ਕਬਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦਿੰਦੀ, ਉੱਥੇ ਅਫਾਰਾ ਘਟਾ ਦਿੰਦੀ ਤੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

ਥਕਾਵਟ ਦੂਰ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਝਟਪਟ ਇਕ ਕੌਲੀ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਖਾਣ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੱਡੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ, ਫੋਸਫੋਰਸ, ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, ਲੋਹ ਕਣ ਤੇ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰੇ ਪਏ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੱਡੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖਣ, ਆਰਥਰਾਈਟਿਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਤੇ ਹੱਡੀਆਂ ਖੁਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਜ਼ਰੂਰ ਖਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਿਸਨੂੰ ਵਹਿਮ ਹੋਵੇ ਕਿ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਖਾਣ ਨਾਲ ਅਫ਼ਾਰਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਰਾਗੀ ਦੇ ਆਟੇ ਦੀਆਂ ਰੋਟੀਆਂ ਨਾਲ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਵਿੱਚ ਕਾਲੇ ਛੋਲਿਆਂ ਦੀ ਦਾਲ ਰਲਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸੰਪੂਰਨ ਖ਼ੁਰਾਕ ਖਾਧੇ ਜਾਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚਲਾ ਫਾਈਬਰ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵਾਧੂ ਮਿੱਠਾ ਹਜ਼ਮ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦਿੰਦੀ ਤੇ ਲਹੂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੱਕਰ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵੀ ਇਕਦਮ ਵਧਣ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ।

ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਜਿੱਥੇ ਚਮੜੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਇਸਨੂੰ ਬੇਅੰਤ ਗੁਣਕਾਰੀ ਮੰਨਦੇ ਹੋਏ ਮੂੰਹ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਪੇਸਟਾਂ, ਫੇਸ ਪੈਕ, ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਾਇਆ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ। ਝੁਰੜੀਆਂ ਘਟਾਉਣ, ਫਿੰਸੀਆਂ ਹਟਾਉਣ, ਮੂੰਹ ਉੱਤੇ ਚਮਕ ਲਿਆਉਣ ਤੇ ਚਮੜੀ ਲਚਕੀਲੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਦਾਲ ਨੂੰ ਪੀਹ ਕੇ ਫੇਸ ਪੈਕ ਬਣਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾਲ ਵਿਚਲੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਤੇ ਖਣਿਜ ਮੂੰਹ ਉੱਪਰ ਪਈਆਂ ਛਾਈਆਂ ਤੇ ਕਿੱਲ ਮੁਹਾਂਸੇ ਹਟਾ ਕੇ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਨਿਰੋਗ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਸਕਰੱਬ ਵੀ ਇਸੇ ਦਾਲ ਦੇ ਬਣਾਏ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਰਗੜ ਕੇ ਉੱਪਰਲੇ ਪੁਰਾਣੇ ਸੈੱਲ ਲਾਹ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹੇਠੋਂ ਵਧੀਆ ਚਮੜੀ ਦਿਸਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਇਹ ਦਾਲ ਆਪੇ ਹੀ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਲਚਕ ਵੀ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਵਿਚ ਲਹੂ ਦਾ ਦੌਰ ਰਵਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਧੁੱਪ ਨਾਲ ਕਾਲੀ ਹੋਈ ਚਮੜੀ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਕਾਲੀ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਨਿਆਮਤ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸਦਾ ਲੇਪ ਰੈਗੂਲਰ ਕਰਨ ਨਾਲ 'ਸਨ-ਬਰਨ' ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੋੜਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ, ਥਕਾਵਟ, ਟੁੱਟਿਆ ਸਰੀਰ ਆਦਿ ਲਈ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਵਿਚਲੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਤੇ ਖਣਿਜ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹਨ। ਫਾਈਬਰ ਭਰਪੂਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਕੋਲੈਸਟਰੋਲ ਘਟਾ ਕੇ ਇਹ ਦਾਲ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ 'ਚ ਥਿੰਦਾ ਜੰਮਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਵਿਚਲਾ ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਸਹੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਤੇ ਲੋਹ ਕਣ, ਲਹੂ ਦੀ ਰਵਾਨੀ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਦਿਲ ਤਕੜਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮਾਂਹ ਦੀ ਦਾਲ ਖਾਣੀ ਹੀ ਪੈਣੀ ਹੈ।

ਖ਼ਤਰੇ: ਇਹ ਦਾਲ ਯੂਰਿਕ ਏਸਿਡ ਵਧਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਗਾਊਟ, ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪਥਰੀ ਤੇ ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਪਥਰੀ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ ਇਸ ਦਾਲ ਨੂੰ ਨਾ ਹੀ ਵਰਤਣ ਜਾਂ ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਵਰਤ ਲੈਣ ਤਾਂ ਠੀਕ ਹੈ। ਲੇਪ ਜ਼ਰੂਰ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਜੇ ਵੇਖਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦਾਲਾਂ ਸਰੀਰ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖ਼ੁਰਾਕ ਸਾਬਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਹਾਜ਼ਮਾ ਦਰੁਸਤ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਰੋਗ ਮੁਕਤ ਵੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ, ਛਾਤੀ, ਗਲੇ ਤੇ ਖਾਣੇ ਦੀ ਪਾਈਪ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਘਟਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਸਾਬਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ।

ਭਾਰਤੀ ਪੁਲਾੜ ਯਾਤਰੀ ਸ਼ੁਭਾਂਸ਼ੂ ਸ਼ੁਕਲਾ ਅੱਜ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੁਲਾੜ ਸਟੇਸ਼ਨ ਦੀ ਯਾਤਰਾ 'ਤੇ ਹੋਣਗੇ ਰਵਾਨਾ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਚ.ਨ.ਸ.) : ਭਾਰਤ ਦੇ ਪੁਲਾੜ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਅਧਿਆਏ ਜੁੜਨ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। 41 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤੀ ਪੁਲਾੜ ਯਾਤਰੀ ਸ਼ੁਭਾਂਸ਼ੂ ਸ਼ੁਕਲਾ ਮੰਗਲਵਾਰ (10 ਜੂਨ) ਸਵੇਰੇ ਐਕਸੀਓਮ ਸਪੇਸ ਦੇ ਐਕਸੀਓਮ-4 ਮਿਸ਼ਨ ਤਹਿਤ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੁਲਾੜ ਸਟੇਸ਼ਨ ਦੀ ਯਾਤਰਾ 'ਤੇ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਮਿਸ਼ਨ ਅਮਰੀਕੀ ਪੁਲਾੜ ਏਜੰਸੀ ਨਾਸਾ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਕੰਪਨੀ ਸਪੇਸਐਕਸ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਯਾਤਰਾ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਸ਼ੁਭਾਂਸ਼ੂ ਨੇ ਕਿਹਾ, ਮਿਸ਼ਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨਾ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤ ਹੈ। ਸ਼ੁਕਲਾ, ਜਿਸਨੂੰ 'ਸ਼ੈਕਸ' ਉਪਨਾਮ ਨਾਲ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੁਲਾੜ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਦੂਜਾ ਭਾਰਤੀ ਹੋਵੇਗਾ। 41 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਦਰਸ਼ ਰਾਕੇਸ਼ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ 1984 ਵਿੱਚ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸੋਵੀਅਤ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਸੋਯੂਜ਼ ਪੁਲਾੜ ਯਾਨ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰ ਹੋ ਕੇ ਅੱਠ ਦਿਨ ਤੱਕ ਔਰਬਿਟ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਪੁਲਾੜ ਵਿੱਚ ਉਡਾਣ ਭਰੀ ਸੀ।ਪੁਲਾੜ ਯਾਨ ਨੂੰ ਨਾਸਾ ਦੇ ਕੈਨੇਡੀ ਸਪੇਸ ਸੈਂਟਰ ਤੋਂ ਭਾਰਤੀ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਵੇਰੇ 6.12 ਵਜੇ ਸਪੇਸਐਕਸ ਦੇ ਫਾਲਕਨ 9 ਰਾਕੇਟ ਰਾਹੀਂ ਲਾਂਚ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। 28 ਘੰਟੇ ਦੀ ਆਪਣੀ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪੁਲਾੜ ਯਾਨ 11 ਜੂਨ ਨੂੰ ਰਾਤ 10 ਵਜੇ (ਭਾਰਤੀ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ) ਪੁਲਾੜ ਸਟੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਵੇਗਾ।

ਫ਼ੌਜਦਾਰੀ ਕੇਸ ਰੱਦ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਆਰ.ਸੀ.ਬੀ. ਨੇ ਖੜਕਾਇਆ ਹਾਈਕੋਰਟ ਦਾ ਬੂਹਾ

ਬੰਗਲੂਰੂ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਰਾਇਲ ਚੈਲੇਂਜਰਜ਼ ਬੰਗਲੂਰੂ ਨੇ ਕਰਨਾਟਕ ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਵਿੱਚ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾਇਰ ਕਰਕੇ ਐਮ ਚਿੰਨਾਸਵਾਮੀ ਸਟੇਡੀਅਮ ਭਗਦੜ ਘਟਨਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਦਰਜ ਅਪਰਾਧਿਕ ਕੇਸ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਭਿਆਨਕ ਹਾਦਸੇ ਵਿਚ 11 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਸੀ।ਗ਼ੌਰਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਟੇਡੀਅਮ ਵਿਚ ਜੇਤੂ ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਫ਼ਰਮ ਡੀਐਨਏ ਐਂਟਰਟੇਨਮੈਂਟ ਨੈੱਟਵਰਕਸ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਲਿਮਟਿਡ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਵਿਰੁੱਧ ਐਫਆਈਆਰ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾਇਰ ਕੀਤੀ ਹੈ।ਰਾਇਲ ਚੈਲੇਂਜਰਜ਼ ਬੰਗਲੂਰੂ ਦੀ ਮਾਲਕ ਕੰਪਨੀ ਰਾਇਲ ਚੈਲੇਂਜਰਜ਼ ਸਪੋਰਟਸ ਲਿਮਟਿਡ (Royal Challengers Sports Limited – RCSL) ਨੇ ਦਲੀਲ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸਨੂੰ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਝੂਠਾ ਫਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।ਪਟੀਸ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ ਆਰਸੀਐਸਐਲ ਨੇ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੱਸਿਆ ਸੀ ਕਿ ਸਿਰਫ ਸੀਮਤ ਪਾਸ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਸਨ। ਇਸ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁਫਤ ਪਾਸਾਂ ਲਈ ਵੀ ਦਾਖ਼ਲੇ ਵਾਸਤੇ ਅਗਾਊਂ-ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸੀ।ਇਸ ਵਿੱਚ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਸਟੇਡੀਅਮ ਦੇ ਗੇਟ, ਜੋ ਦੁਪਹਿਰ 1.45 ਵਜੇ ਖੁੱਲ੍ਹਣੇ ਸਨ, ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਦੁਪਹਿਰ 3 ਵਜੇ ਹੀ ਖੋਲ੍ਹੇ ਗਏ ਸਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਭੀੜ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ।ਇਵੈਂਟ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਫਰਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਹ ਘਟਨਾ ਪੁਲੀਸ ਵੱਲੋਂ ਭੀੜ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲਤਾ ਕਾਰਨ ਵਾਪਰੀ ਹੈ। ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਵੱਲੋਂ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਅੱਜ ਹੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ।

ਓਡੀਸ਼ਾ ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਵੱਡਾ ਐਕਸ਼ਨ, 10 ਲੱਖ ਦੀ ਰਿਸ਼ਵਤ ਲੈਂਦੇ ਫੜਿਆ ਆਈ.ਏ.ਐਸ. ਅਧਿਕਾਰੀ

ਭੁਵਨੇਸ਼ਵਰ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਓਡੀਸ਼ਾ ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਵੱਡੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਕਾਲਾਹਾਂਡੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿਚ ਤਾਇਨਾਤ ਇਕ ਆਈਏਐਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੂੰ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਿਸ਼ਵਤ ਲੈਂਦੇ ਹੋਏ ਰੰਗੇ ਹੱਥੀਂ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਮੁਲਜ਼ਮ 2021 ਬੈਚ ਦੇ IAS ਅਧਿਕਾਰੀ ਧੀਮਾਨ ਚਕਮਾ ਹੈ ਜੋ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਚ ਧਰਮਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਉਪ-ਕੁਲੈਕਟਰ ਦੇ ਅਹੁਦੇ 'ਤੇ ਹਨ।ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਚਕਮਾ ਨੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਇਕ ਵਪਾਰੀ ਤੋਂ 20 ਲੱਖ ਦੀ ਰਿਸ਼ਵਤ ਮੰਗੀ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਕਿਸ਼ਤ ਵਜੋਂ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਤੇ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਰਕਮ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਤਾਂ ਵਪਾਰੀ ਖਿਲਾਫ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਪੀੜਤ ਵਪਾਰੀ ਨੇ ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਵਿਚ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਾਈ।ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੇ ਬਾਅਦ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਜਾਲ ਵਿਛਾਇਆ ਤੇ ਧਰਮਗੜ੍ਹ ਸਥਿਤ ਚਕਮਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ 'ਤੇ ਐਤਵਾਰ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਛਾਪਾ ਮਾਰਿਆ। ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਨੂੰ ਰਿਹਾਇਸ਼ 'ਤੇ ਬੁਲਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ ਜਿਥੇ ਚਕਮਾ ਨੇ ਖੁਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਨੋਟਾਂ ਦੀਆਂ ਗੱਢੀਆਂ ਲਈਆਂ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੇਬਲ ਦੀ ਦਰਾਜ ਵਿਚ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਹੈਂਡ ਵਾਸ਼ ਤੇ ਟੇਬਲ ਦੀ ਦਰਾਜ ਤੋਂ ਹੈਂਡ ਵਾਸ਼ ਟੇਬਲ ਦੀ ਦਰਾਜ ਤੋਂ ਪਾਜੀਟਿਵ ਕੈਮੀਕਲ ਰਿਐਕਸ਼ਨ ਮਿਲਿਆ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੀ ਰਿਸ਼ਵਤ ਦੀ ਰਕਮ ਨੂੰ ਲੁਕਾਇਆ ਸੀ।ਇਸ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ੀ ਲਈ ਗਈ ਜਿਸ ਵਿਚੋਂ 47 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਨਕਦ ਬਰਾਮਦ ਹੋਏ। ਵਿਜੀਲੈਂਸ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਤਲਾਸ਼ੀ ਮੁਹਿੰਮ ਅੱਜ ਵੀ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ ਤੇ ਹੋਰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਤੇ ਡਿਜੀਟਲ ਤੱਥਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਚੱਲਦੀ ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਤੋਂ ਡਿੱਗਣ ਕਾਰਨ ਚਾਰ ਦੀ ਮੌਤ, ਛੇ ਜ਼ਖਮੀ

ਮੁੰਬਈ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਠਾਣੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਸੋਮਵਾਰ ਸਵੇਰੇ ਇੱਕ ਚੱਲਦੀ ਲੋਕਲ ਰੇਲਗੱਡੀ ਤੋਂ ਡਿੱਗਣ ਨਾਲ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਚਾਰ ਯਾਤਰੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਅਤੇ ਛੇ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਹ ਘਟਨਾ ਦਿਵਾ ਅਤੇ ਕੋਪਰ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਵਾਪਰੀ ਜਦੋਂ ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੀ ਰੇਲਗੱਡੀ ਕਸਾਰਾ ਵੱਲ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭੀੜ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਕਈ ਵਿਅਕਤੀ ਰੇਲਗੱਡੀ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਸਨ। ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਦੋਂ ਰੇਲਗੱਡੀ ਚੱਲ ਰਹੀ ਸੀ ਤਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 10 ਯਾਤਰੀ ਹੇਠਾਂ ਡਿੱਗ ਗਏ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਸਾਰਾ ਵੱਲ ਜਾ ਰਹੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਰੇਲਗੱਡੀ ਦੇ ਇੱਕ ਗਾਰਡ ਨੇ ਰੇਲਵੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਘਟਨਾ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ।ਡਿੱਗਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਲਵਾ ਦੇ ਇੱਕ ਸਿਵਲ ਹਸਪਤਾਲ ਲਿਜਾਇਆ ਗਿਆ। ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਹਸਪਤਾਲ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਚਾਰ ਨੂੰ ਮ੍ਰਿਤਕ ਐਲਾਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮ੍ਰਿਤਕ 30 ਤੋਂ 35 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਨ।ਕੇਂਦਰੀ ਰੇਲਵੇ ਦੇ ਮੁੱਖ ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਸਵਪਨਿਲ ਨੀਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਜੇ ਤੱਕ ਇਹ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਿਆ ਹੈ ਕਿ ਯਾਤਰੀ ਕਿਸ ਰੇਲਗੱਡੀ ਤੋਂ ਡਿੱਗੇ ਹਨ। ਰਾਜ ਵਿਧਾਨ ਪਰੀਸ਼ਦ ਵਿੱਚ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੇ ਨੇਤਾ ਅੰਬਦਾਸ ਦਾਨਵੇ ਨੇ ਐਕਸ 'ਤੇ ਇੱਕ ਪੋਸਟ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇੰਨੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਅਚਾਨਕ ਪੁਸ਼ਪਕ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਅਤੇ ਇਸ ਹਾਦਸੇ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਵਾਪਰਨ ਦੀ ਘਟਨਾ ਦਿਲ ਦਹਿਲਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਘਟਨਾ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ ਰੇਲਵੇ ਸੁਰੱਖਿਆ 'ਤੇ ਸਵਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਅੱਜ ਦਾ ਦੌਰ ਗ਼ਜ਼ਲ, ਨਜ਼ਮ, ਰੁਬਾਈ, ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਕਵਿਤਾ ਜਾਂ ਲਘੂ ਕਵਿਤਾ ਦਾ ਦੌਰ

ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਆ ਦੇ ਟੱਪੇ ਲੰਮੇ ਅਰਸੇ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਮਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਵਾਂਗ ਵੱਸੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਅੱਜ ਵੀ ਵਿਆਹ ਸ਼ਾਦੀ ਸਮੇਂ ਔਰਤਾਂ ਢੋਲਕੀ ਜਾਂ ਘੜੇ 'ਤੇ ਇਹ ਟੱਪੇ ਜਾਂ ਮਾਹੀਆ ਗਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਜ ਦਾ ਦੌਰ ਗ਼ਜ਼ਲ, ਨਜ਼ਮ, ਰੁਬਾਈ, ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਕਵਿਤਾ ਜਾਂ ਲਘੂ ਕਵਿਤਾ ਦਾ ਦੌਰ ਹੈ। ਟੱਪੇ ਤੇ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਲੋਕ ਵਿਸਾਰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਸਾਡੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਕਾਵਿ ਕਲਾ ਦਾ ਉੱਤਮ ਨਮੂਨਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਟੱਪੇ ਪੜ੍ਹਨ ਲਿਖਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਅਸੀਂ ਟੱਪਿਆਂ ਜਾਂ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਉਂਜ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਲੋਕ-ਮਨਾਂ ਦੀ ਹੀ ਆਵਾਜ਼, ਪਰ ਇਸ ਨੂੰ ਅਮਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮੁਹੰਮਦ ਅਲੀ ਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਕਸ਼ਮੀਰੀ ਮੁੰਡਾ ਸੀ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ 'ਮਾਹੀਆ' ਨਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੋਇਆ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਟੱਪੇ ਜਾਂ ਟੱਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਹੀਆ ਵੀ ਕਹਿ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਡੇਢ ਕੁ ਸਤਰ ਦੀ ਕਾਵਿ-ਸ਼ੈਲੀ, ਜੋ ਮਿਲਦੇ-ਜੁਲਦੇ ਕਾਫ਼ੀਆ ਰਦੀਫ਼ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਮਾਹੀਆ ਸ਼ਬਦ ਸਦਕਾ ਹੀ 'ਮਾਹੀਆ' ਆਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਅੱਧੀ ਤੇ ਦੂਜੀ ਪੂਰੀ ਸਤਰ ਦਾ ਕਾਫ਼ੀਆ ਰਦੀਫ਼ ਮਿਲਦਾ ਜੁਲਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਟੱਪੇ ਵਿੱਚ ਮਾਹੀਆ ਲਫ਼ਜ਼ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਮਾਹੀਆ ਕਹਿ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ, ਉਹ ਵੀ ਟੱਪਾ ਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਸੁਰਤਾਲ ਵੀ ਇੱਕੋ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਹੀਏ ਅਤੇ ਟੱਪੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅੰਤਰ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ ਮਾਹੀਏ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਇੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਹਰ ਗੱਲ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਮਾਹੀਏ ਬਾਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਟੱਪਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੱਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕਈ ਵਾਰ ਕੋਈ ਮਾਹੀਆ ਰਦੀਫ਼ ਬਣਾ ਕੇ ਗੀਤ ਵੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਹੀਏ ਦਾ ਇੱਕ ਰੂਪ ਪੇਸ਼ ਹੈ-

ਕੋਠੇ 'ਤੇ ਖਲੋ ਮਾਹੀਆ,
ਚੰਨ ਭਾਵੇਂ ਚੜ੍ਹੇ ਨਾ ਚੜ੍ਹੇ,
ਸਾਨੂੰ ਤੇਰੀ ਲੋ ਮਾਹੀਆ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੱਪੇ ਵੀ ਡੇਢ ਕੁ ਸਤਰ ਅਤੇ ਇਸੇ ਸੁਰਤਾਲ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ -

ਸੋਨੇ ਦਿਆ ਵੇ ਕੰਗਣਾ,
ਸੱਜਣਾ ਨੇ ਬੂਹਾ ਢੋਅ ਲਿਆ,
ਹੁਣ ਗਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੀ ਲੰਘਣਾ।

ਕੁੱਝ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਅਖ਼ਬਾਰ ਨੇ ਲਿਖਿਆ ਸੀ ਕਿ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਆ ਕੋਈ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਨ, ਜਦੋਂਕਿ ਸ੍ਰੀ ਹਰਨੇਕ ਸਿੰਘ ਘੜੂੰਆਂ (ਸਾਬਕਾ ਮੰਤਰੀ ਪੰਜਾਬ) ਨੇ ਇੱਕ ਲੇਖ ਵਿੱਚ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਏ ਬਾਰੇ ਲਿਖਿਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਜਗਿਆਸਾ ਅਧੀਨ ਜ਼ਫ਼ਰ ਜਾਲ਼ ਕੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਗੇੜੇ ਮਾਰ ਮਾਰ ਕੇ ਬਾਲੋ-ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਲੱਭਿਆ। ਜੇ ਘੜੂੰਆਂ ਸਾਹਿਬ ਇਹ ਉੱਦਮ ਨਾ ਕਰਦੇ, ਇਸ ਵਿਲੱਖਣ ਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਰਚਨਹਾਰਿਆਂ ਨੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਧੂੜ ਵਿੱਚ ਦਬ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਣਾ ਸੀ। ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਇਹ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਆ ਨਹੀਂ, ਕੇਵਲ ਟੱਪੇ ਜਾਂ ਮਾਹੀਆ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਣੇ ਸਨ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੀ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਮਾਹੀ ਜਾਂ ਮਾਹੀਆ ਸ਼ਬਦ ਪਤੀ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਮਨ ਦੇ ਮੀਤ ਲਈ ਕੋਈ ਦਿਲਜਲੀ, ਜੋ ਸਮਾਜ ਦੇ ਡਰੋਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੇਮੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ, ਉਹ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ- ਦੋ ਪੱਤਰ ਅਨਾਰਾਂ ਦੇ, ਸਾਡੀ ਗਲੀ ਲੰਘ ਮਾਹੀਆ, ਦੁੱਖ ਟੁੱਟਣ ਬਿਮਾਰਾਂ ਦੇ। ਬਾਲੋ ਗੁਜਰਾਤ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਜੰਮਪਲ ਬੜੇ ਅਮੀਰ ਘਰਾਣੇ ਦੀ ਧੀ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਪੜ੍ਹਣ ਲਾਇਆ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਉਸ ਬਰਾਦਰੀ ਦੇ ਲੋਕ ਧੀਆਂ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਸੱਤ ਪਰਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੱਜ ਕੱਜ ਕੇ ਰੱਖਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਟਾਂਗੇ 'ਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਮਾਹੀਆ ਗੁਰਬਤ ਦਾ ਸਤਾਇਆ ਕਸ਼ਮੀਰੀ ਲੜਕਾ ਸੀ ਜੋ ਰੋਜ਼ੀ ਰੋਟੀ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਗੁਜਰਾਤ ਆਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਤੰਦੂਰ ਵਾਲੇ ਕੋਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਮਾਹੀਆ ਟੱਪੇ ਗਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ। ਉਹਦੀ ਮਿੱਠੀ ਆਵਾਜ਼ ਰਾਹਗੀਰਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕ ਲੈਂਦੀ। ਤੰਦੂਰ ਵਾਲੇ ਦਾ ਕੰਮ ਵਾਹਵਾ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮਾਹੀਏ ਦੁਆਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਕਾਂ ਦੀ ਭੀੜ ਜੁੜੀ ਰਹਿੰਦੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਜਲਿਸਾਂ ਤੋਂ ਮਾਲਕ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਕਾਂ ਵਿੱਚ ਟਾਂਗੇ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਹੁੰਦੇ। ਅਖ਼ੀਰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਤੰਦੂਰ ਵਾਲੇ ਨੇ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਕੰਮ ਤੋਂ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਘੋਰ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੇ ਆਲਮ ਵਿੱਚ ਟਾਂਗੇ ਵਾਲੇ ਦੋਸਤਾਂ ਕੋਲ ਜਾ ਬਹਿੰਦਾ। ਉਸ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਦੇ ਮੋਹੇ ਉਹਦੇ ਮਿੱਤਰ-ਪਿਆਰਿਆਂ ਨੇ ਪੈਸੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਟਾਂਗਾ ਲੈ ਦਿੱਤਾ। ਇੱਕ ਲੋਹੜੇ ਦਾ ਰੂਪ ਦੂਜੀ ਸੁਰੀਲੀ ਆਵਾਜ਼, ਉਹਦਾ ਟਾਂਗਾ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਇੱਕ ਘਰ ਕੋਲੋਂ ਲੰਘਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਲੜਕੀ ਦੇ ਕੁੱਝ ਗੁਣਗੁਣਾਉਣ ਦੀ ਬੜੀ ਹੀ ਸੁਰੀਲੀ ਅਵਾਜ਼ ਸੁਣਾਈ ਦਿੰਦੀ। ਇਤਫ਼ਾਕਵੱਸ ਇੱਕ ਦਿਨ ਘਰਦੇ ਮਾਲਕਾਂ ਨੇ ਉਸ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਲਈ ਮਾਹੀਏ ਦੇ ਟਾਂਗੇ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾਇਆ। ਇਹ ਇਕਬਾਲ ਬਾਨੋ ਸੀ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ 'ਬਾਲੋ' ਬਣ ਗਈ। ਬਾਲੋ ਨੇ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਚਾਹੇ ਪਰ ਉਸ ਨੇ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਮਾਹੀਆ ਸਕੂਲ ਦੇ ਨੇੜੇ ਘੁੰਮਦਾ ਰਿਹਾ, ਮਤੇ ਬਾਲੋ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਟਾਂਗੇ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਘਰ ਨਾ ਚਲੀ ਜਾਵੇ। ਵਾਪਸੀ 'ਤੇ ਵੀ ਉਹ ਮਾਹੀਏ ਦੇ ਟਾਂਗੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਘਰ ਗਈ। ਬਾਲੋ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਬਾਲੋ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਛੱਡਣ ਤੇ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਮਾਹੀਏ ਦਾ ਟਾਂਗਾ ਪੱਕਾ ਹੀ ਲਾ ਲਿਆ। ਮਾਹੀਆ ਆਉਂਦਾ ਜਾਂਦਾ ਟੱਪੇ ਗਾਉਂਦਾ ਤੇ ਬਾਲੋ ਉਸ 'ਤੇ ਕੁਰਬਾਨ ਹੋ-ਹੋ ਜਾਂਦੀ। ਬਾਲੋ ਬੁਰਕੇ ਵਿੱਚ ਛੁਪੀ ਹੁੰਦੀ ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਝਲਕ ਉਸ ਦੇ ਗੋਰੇ ਚਿੱਟੇ ਹੱਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਤੋਂ ਝਲਕਦੀ ਰਹਿੰਦੀ। ਉਹ ਕਦੇ ਦੋ ਬੋਲ ਵੀ ਸਾਂਝੇ ਕਰ ਲੈਂਦੇ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ਼ਕ-ਮੁਸ਼ਕ ਛੁਪਾਇਆ ਨਹੀਂ ਛੁਪਦਾ। ਸੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਬਤ ਦਾ ਧੂੰਆਂ ਉੱਠਣ ਲੱਗਾ ਜਾਂ ਰੂਹ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਕਸਤੂਰੀ ਮਹਿਕਣ ਲੱਗੀ। ਇਸ ਸੱਚੇ-ਸੁੱਚੇ ਇਸ਼ਕ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕ ਵੀ ਗਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦੀ ਹੋਈ ਬਾਲੋ ਦੇ ਘਰ ਫੈਲ ਗਈ, ਪਰ ਉਹ ਮੁਸ਼ਕ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮਹਿਕੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਕੌੜਾ ਧੂੰਆਂ ਹੋ ਕੇ ਫੈਲ ਗਈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਬਾਲੋ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮ ਭਰਿਆ ਦਿਲ ਘੁੱਟ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ। ਬਾਲੋ ਦਾ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਮਾਹੀਏ 'ਤੇ ਸਖ਼ਤ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੀ ਜਾਣ ਲੱਗੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਨੂੰ ਬਾਲੋ ਦੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਾ ਫਟਕਣ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਬਾਲੋ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਮਾਹੀਏ ਦੀ ਬਹੁਤ ਕੁੱਟਮਾਰ ਕੀਤੀ। ਉਹ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੇ ਆਲਮ ਵਿੱਚ ਘਿਰਿਆ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਲੰਮਾ ਪਿਆ ਹਿਜ਼ਰ ਦੀ ਅੱਗ 'ਚ ਸੜਦਾ ਰਹਿੰਦਾ। ਉਸ ਟਾਂਗਾ ਵੀ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਬਾਲੋ ਦਾ ਵੀ ਇਹੋ ਹਾਲ ਸੀ। ਅਖ਼ੀਰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਬਾਲੋ ਆਪਣੇ ਮਾਹੀਏ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਖਿੱਚੀ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਘਰੋਂ ਚਲੀ ਗਈ ਅਤੇ ਮਾਹੀਏ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾ ਲਿਆ। ਬਾਲੋ ਦਾ ਘਰੋਂ ਭੱਜ ਜਾਣਾ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਚਣੌਤੀ ਸੀ ਅਤੇ ਇੱਜ਼ਤ 'ਤੇ ਧੱਬਾ ਵੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਮਾਜ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੂਹ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ, ਧਨ ਦੌਲਤ ਤੇ ਮਹਿਲ-ਮਾੜੀਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਲੋ, ਅਮੀਰਾਂ ਦੀ ਧੀ ਸੀ ਤੇ ਮਾਹੀਆ, ਇੱਕ ਮਿਹਨਤਕਸ਼ ਇਨਸਾਨ। ਤਕੜਿਆਂ ਤਾਕਤ ਦੇ ਜ਼ੋਰ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਫਿਰ ਕਾਬੂ ਕਰ ਲਿਆ। ਬਾਲੋ ਨੂੰ ਫਿਰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਮਾਹੀਏ ਦੀ ਮਾਰ ਕੁਟਾਈ ਕਰਕੇ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਫਿਰ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤਾ। ਮਾਹੀਏ ਦੇ ਮਿੱਤਰ-ਪਿਆਰਿਆਂ ਸਿਰਤੋੜ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਪਰ ਕੇਸ ਚੱਲਣ ਲੱਗਿਆ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਪੈਣ ਲੱਗੀਆਂ। ਬਾਲੋ ਜ਼ੋਰਾਵਰ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ੀ 'ਤੇ ਆਉਂਦੀ, ਪਿੰਜਰੇ ਪਈ ਬੁਲਬੁਲ ਵਾਂਗ। ਮਾਹੀਏ ਦੇ ਟਾਂਗੇ ਵਾਲੇ ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸੁਰੀਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਕਦਰਦਾਨ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਪੇਸ਼ੀ 'ਤੇ ਆਉਂਦੇ। ਉੱਥੇ ਬੜਾ ਇਕੱਠ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਜੇ ਵਕੀਲ ਵੱਲੋਂ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਉਹ ਟੱਪਾ ਗਾ ਕੇ ਹੀ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ। ਪੇਸ਼ੀ ਨੂੰ 'ਤਰੀਕ' ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਮਸ਼ਹੂਰ ਟੱਪੇ ਮਾਹੀਆ ਪੇਸ਼ੀ ਸਮੇਂ ਗਾਉਂਦਾ -

ਗੱਡੀ ਚੱਲਦੀ ਏ ਲੀਕਾਂ 'ਤੇ
ਅੱਗੇ ਬਾਲੋ ਨਿੱਤ ਮਿਲਦੀ,
ਹੁਣ ਮਿਲਦੀ ਤਰੀਕਾਂ 'ਤੇ।
ਗੱਡੀ ਚੱਲਦੀ ਏ ਤਾਰਾਂ 'ਤੇ
ਅੱਗੇ ਮਾਹੀਆ ਨਿੱਤ ਮਿਲਦਾ,
ਹੁਣ ਮਿਲਦਾ ਕਰਾਰਾਂ 'ਤੇ।

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇੱਥੋ ਹੀ ਇਕਬਾਲ ਬਾਨੋ 'ਬਾਲੋ' ਬਣ ਗਈ ਤੇ ਮੁਹੰਮਦ ਅਲੀ 'ਮਾਹੀਆ' ਬਣ ਗਿਆ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਇੱਕ ਨਾਮਵਾਰ ਸ਼ਾਇਰ ਹੋਇਆ ਜੋ ਸੱਚ ਬੋਲਣ ਅਤੇ ਸੱਚ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹਣ ਕਰਕੇ ਕਈ ਵਾਰ ਜੇਲ੍ਹ ਵੀ ਗਿਆ। ਉਸਤਾਦ ਅਮਾਮਦੀਨ ਨਾਂ ਦੇ ਉਸ ਸ਼ਾਇਰ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਏ ਨਾਲ ਹੋਈ ਵਧੀਕੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਜਾ ਖੜੋਤਾ। ਉਹ ਹਰ ਪੇਸ਼ੀ 'ਤੇ ਆਉਂਦਾ ਅਤੇ ਟੱਪਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਏ ਦੀ ਮਨੋਦਸ਼ਾ ਬਿਆਨ ਕਰਦਾ ਤੇ ਵਕੀਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਵਾਲ ਜਵਾਬ ਲਈ ਟੱਪੇ ਲਿਖ ਕੇ ਦਿੰਦਾ। ਵੰਨਗੀ ਵਜੋਂ ਦੋ ਟੱਪੇ ਪੇਸ਼ ਹਨ:-

ਹਾਰ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਲੜੀਆਂ,
ਤੇਰਾ ਪਿੱਛਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਾ,
ਭਾਵੇਂ ਲੱਗ ਜਾਣ ਹੱਥਕੜੀਆਂ।
ਦੁੱਖ ਸਾਰੇ ਜਰ ਜਾਂਗੇ।
ਤੇਰੇ ਬਿਨਾਂ ਬਾਲੋ ਮੇਰੀਏ,
ਅਸੀਂ ਜਿਉਂਦੇ ਈ ਮਰ ਜਾਂਗੇ।

ਕਾਫ਼ੀ ਦੇਰ ਮੁਕੱਦਮਾ ਚੱਲਿਆ ਤੇ ਅਖ਼ੀਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਿਰਹੋਂ ਕੁੱਠੇ ਪ੍ਰੇਮੀ ਜਿਊੜਿਆਂ ਦੀ ਹੂਕ ਰੱਬ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿੱਚ ਸੁਣੀ ਗਈ ਅਤੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਕਚਹਿਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਆ ਟਾਂਗੇ 'ਤੇ ਬੈਠ ਕੇ ਟੱਪੇ ਗਾਉਂਦੇ ਮਾਹੀਏ ਦੇ ਘਰ ਪੁੱਜ ਗਏ। ਬਾਲੋ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਉਹ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ। ਅਖ਼ੀਰ ਉਹ ਗੁਜਰਾਤ ਸ਼ਹਿਰ ਛੱਡ ਕੇ ਲਾਹੌਰ ਜਾ ਵੱਸੇ। ਰੋਜ਼ੀ ਰੋਟੀ ਲਈ ਮਾਹੀਆ ਟਾਂਗਾ ਚਲਾਉਂਦਾ ਤੇ ਬਾਲੋ ਨੇ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਛੋਟੇ-ਮੋਟੇ ਰੋਲ ਕਰਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ। ਵਧੀਆ ਅਦਾਕਾਰੀ ਅਤੇ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਬਦੌਲਤ ਉਸ ਨੂੰ 'ਹੀਰ ਸਿਆਲ' ਫ਼ਿਲਮ ਵਿੱਚ ਹੀਰ ਦਾ ਰੋਲ ਮਿਲਿਆ। ਇਹ ਫ਼ਿਲਮ ਬਹੁਤ ਮਕਬੂਲ ਹੋਈ। ਬਾਲੋ ਨੂੰ 'ਸੱਸੀ-ਪੁੰਨੂੰ' ਫ਼ਿਲਮ 'ਚ ਸੱਸੀ ਦੇ ਰੋਲ ਲਈ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਪਰ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ-ਮੁਸ਼ੱਕਤ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੰਢਾਏ ਦਰਦ-ਏ-ਦਿਲ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਹਤ ਖ਼ਰਾਬ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਲੋ ਨੇ ਇੱਕ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਬੱਚੀ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੱਤਾ। ਸੰਨ 1942 ਵਿੱਚ ਉਹ ਆਪਣੀ ਬੱਚੀ ਤੇ ਆਪਣੇ ਉਸ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ, ਜਿਸ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਬੜੀਆਂ ਦੁਸ਼ਵਾਰੀਆਂ ਤੇ ਰੁਸਵਾਈਆਂ ਝੱਲੀਆਂ ਸਨ, ਸਦਾ ਲਈ ਛੱਡ ਕੇ ਇਸ ਬੇਦਰਦ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਤੁਰ ਗਈ।

ਇਸ ਸਦਮੇ ਨੇ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਤਕ ਹਿਲਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਨਿੱਕੀ ਬੱਚੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਕੋਲ ਗੁਜਰਾਤ ਛੱਡ ਆਇਆ ਅਤੇ ਬਾਲੋ ਦੇ ਵਿਛੋੜੇ ਵਿੱਚ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਲੱਗਿਆ। ਉਹ ਦੀਵਾਨਾ ਹੋਇਆ ਗਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਟੱਪਾ ਗਾਉਂਦਾ ਫਿਰਦਾ:-

ਬਸ ਨੌਂ ਸੋ ਛਿਆਹਠ ਆਈ,
ਉਦੋਂ ਅਸੀਂ ਉੱਜੜ ਗਏ,
ਜਦੋਂ ਵੱਸਣੇ ਦੀ ਜਾਚ ਆਈ।

ਮਾਹੀਆ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸੰਭਲਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਬਾਲੋ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਕੌਲ ਯਾਦ ਆਇਆ। ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਧੀ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਲਾਹੌਰ ਲਿਆਂਦਾ ਅਤੇ ਬਾਲੋ ਦੇ ਕਹਿਣ ਅਨੁਸਾਰ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਾਲੀਮ ਦਿਵਾਈ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਧੀ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਅਦਾਕਾਰਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਜਵਾਨ ਹੋ ਕੇ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਏ ਦੀ ਬੱਚੀ ਮੁਖਤਿਆਰਾ ਤੋਂ 'ਸਬੀਹਾ' ਬਣ ਗਈ ਅਤੇ ਉੱਚ ਕੋਟੀ ਦੀ ਅਦਾਕਾਰਾ ਵੀ। 'ਵਾਅਦਾ' ਫ਼ਿਲਮ ਵਿੱਚ ਸਬੀਹਾ ਨੂੰ 'ਸਰਬੋਤਮ ਕਲਾਕਾਰ' ਦਾ ਇਨਾਮ ਮਿਲਿਆ। ਸਬੀਹਾ ਨੇ 'ਦੁੱਲਾ ਭੱਟੀ' ਫ਼ਿਲਮ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਫ਼ਿਲਮ ਦਾ ਇੱਕ ਗੀਤ, ਲੋਕੀਂ ਅੱਜ ਵੀ ਯਾਦ ਕਰਦੇ ਹਨ-

ਵਾਸਤਾ ਈ ਰੱਬ ਦਾ ਤੂੰ ਜਾਈਂ ਵੇ ਕਬੂਤਰਾ,
ਚਿੱਠੀ ਮੇਰੇ ਢੋਲ ਨੂੰ ਪੁਚਾਈਂ ਵੇ ਕਬੂਤਰਾ...

ਬਾਲੋ ਦੇ ਵਿਛੋੜੇ ਦਾ ਸੱਲ੍ਹ ਨਾ ਸਹਾਰਦਾ ਹੋਇਆ, ਮਾਹੀਆ ਵੀ ਕੇਵਲ 55 ਕੁ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਸੰਨ 1960 ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਅਲਵਿਦਾ ਆਖ ਗਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧੀ ਸਬੀਹਾ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ। ਐਨਾ ਹੀ ਪਤਾ ਚੱਲਿਆ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਕਿਸੇ ਸੰਤੋਸ਼ ਨਾਂ ਦੇ ਲੜਕੇ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਅਮਰੀਕਾ ਜਾ ਵੱਸੀ। ਜੋ ਦਰਦ ਅਵੱਲੜੇ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਏ ਨੇ ਦਿਲਾਂ 'ਤੇ ਹੰਢਾਏ, ਉਹ ਟੱਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲੋ ਮਾਹੀਏ ਨੂੰ ਸਦਾ ਲਈ ਅਮਰ ਕਰ ਗਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗਾਏ ਟੱਪੇ ਪੱਛਮੀ ਪੰਜਾਬੀ (ਪਾਕਿਸਤਾਨ) ਵਿੱਚ ਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ੁਬਾਨ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁੱਝ ਕੁ ਪਾਠਕਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਕਰ ਰਹੀ ਹਾਂ-

ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਮਲੋਕ ਹੁੰਦੇ,
ਲੱਗੀਆਂ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲਦੇ,
ਜਿਹੜੇ ਅਸਲੀ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ।
ਕੋਈ ਬੱਕਰਾ ਥਲ ਮੋਇਆ,
ਮਸਲਾ ਇਸ਼ਕੇ ਦਾ,
ਨਹੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਹੱਲ ਹੋਇਆ।
ਮੁੱਠੀ ਭਰੀ ਹੋਈ ਕਲੀਆਂ ਦੀ,
ਯਾਰ ਗੁਆ ਬੈਠੀ ਆਂ,
ਨਹੀਂ ਸੀ ਵਾਕਿਫ਼ ਗਲੀਆਂ ਦੀ।
ਹੱਟੀਆਂ 'ਤੇ ਨੀਲ ਆਇਆ,
ਓਦੋਂ ਸਾਨੂੰ ਮਾਹੀ ਮਿਲਿਆ,
ਜਦੋਂ ਵਕਤ ਅਖ਼ੀਰ ਆਇਆ।

ਮੂੰਹ ਦਾ ਲਕਵਾ-ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇ ?

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿਹਤ ਚੰਗੀ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਮੂੰਹ ਦਾ ਲਕਵਾ ਇਹ ਅਜਿਹੀ ਬੁਰੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਹੀ ਬਦਲ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਕੜ ਵਿੱਚ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਅਚਾਨਕ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜੋ ਅਟੈਕ ਤਾਂ ਇੱਕਦਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੌਰਾ ਤਾਂ ਮਿੰਟਾਂ-ਸਕਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਪਰ ਜਾਣ ਦਾ ਕੋਈ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ।

ਕਈ ਮਰੀਜ਼ ਤਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਆਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਣਾ ਹੀ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਹੀ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਹੁੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਖਾਸ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।ਕਈ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਬਸ ਰਾਤ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਕੰਨ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਕਿ- ਉਸ ਦਾ ਮੂੰਹ ਟੇਢਾ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਮਤਲਬ ਬੁੱਲ੍ਹ ਨੱਕ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਇੱਕ ਸਾਈਡ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਚੜ੍ਹ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦੀਆਂ ਇੱਕ ਸਾਈਡ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਕੰਮ ਕਰਨੀਆਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

- ਇੱਕ ਸਾਈਡ ਦੀ ਅੱਖ ਬੰਦ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵੀ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ.
- ਅੱਖ ਵਿੱਚ ਹੰਝੂ ਆਉਣਾ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਪੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਿਊੜੀਆਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜੀਭ ਦੇ ਦੋ ਤਿਹਾਈ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਸਵਾਦ ਦਾ ਕੁੱਝ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵੀ ਤੁਤਲਾਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।
- ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਭਰਨ 'ਤੇ ਉਹ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਖਾਣਾ ਇੱਕ ਸਾਈਡ 'ਤੇ ਇਕੱਠਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਲੈਣ 'ਤੇ ਉਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਲਾਰਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਡਿੱਗਦਾ ਹੈ।
- ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਇੱਕ ਸਾਈਡ ਵੱਲੋਂ ਸੁਣਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਦੇਖ ਕੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬੜੀ ਹੀ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਜਿਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੀ ਮੁੱਖ ਨਾੜੀ ਜੋ ਦਿਮਾਗ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਕੇ ਕੰਨ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਹੁੰਦੀ ਹੋਈ ਮੂੰਹ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਪਹੁੰਚਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਖੂਨ ਸਪਲਾਈ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੱਤਵੀ ਨਾੜੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਦੀ ਨਾੜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਇਸ ਨਾੜੀ ਵਿਚ ਕੋਈ

- ਐਲਰਜੀ - ਸੋਜਸ਼
- ਖੂਨ ਜੰਮਣ ਜਾਂ ਸੁੰਗੜਨ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਖੂਨ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਨਾੜੀ ਹੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਇੱਧਰ-ਉੱਧਰ ਭਟਕ ਕੇ ਸਾਲੋਂ-ਸਾਲ ਖਰਾਬ ਨਹੀਂ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਦਾ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰੇਪੀ ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿਚ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ Stimulate ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਕਰਵਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਬੈਠ ਕੇ ਲਗਾਤਾਰ ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੁਬਾਰੇ ਫੁਲਾਓ (ballooning), ਚਣੇ ਚਬਾਓ

ਅੱਖ ਨੂੰ ਘੁਮਾਓ ਅਤੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਤਿਊੜੀਆਂ ਪਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੇ ਕੁੱਝ ਸ਼ਬਦ ਜਿਵੇਂ ਕਿ a, e, i, o, u ਬੋਲੋ।

ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਅੱਗੇ ਬੈਠ ਕੇ ਕਰੋ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਹੀ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਖਾਸ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਦੀ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਲਈ ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰੇਪੀ (Physiotheraphy) ਹੀ ਇਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਇਲਾਜ ਹੈ।

ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਮਰਜ਼ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ

ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਅਹਿਮ ਅੰਗ ਹਨ ਸਾਡੇ ਕੰਨ। ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਕੰਨ ਦੀ ਤਿੰਨ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ- ਬਾਹਰੀ, ਵਿਚਕਾਰਲਾ ਤੇ ਅੰਦਰਲਾ ਹਿੱਸਾ। ਕੋਈ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣਨ ਲਈ ਆਵਾਜ਼ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਨਸਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਸਿਗਨਲ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਦਿਸਦੇ ਕੰਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਰਾਹੀਂ ਆਵਾਜ਼ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਉੱਤੇ ਦਸਤਕ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਕੰਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਪਈਆਂ ਤਿੰਨ ਨਿੱਕੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਵਧਾ ਕੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਤਰੰਗਾਂ ਕੌਕਲੀਆ ਵਿੱਚ ਪਏ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੀਆਂ ਹਨ।ਕੌਕਲੀਆ ਵਿਚਲੇ ਨਰਵ ਸੈੱਲਾਂ ਉੱਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਨਿੱਕੇ ਨਿੱਕੇ ਵਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਸਿਗਨਲ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰ ਕੇ ਦਿਮਾਗ ਤੱਕ ਸੁਨੇਹਾ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿੱਕੇ ਨਿੱਕੇ ਵਾਲਾਂ ਉੱਤੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਅਸਰ ਛੱਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਸੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਅਸਰ ਤਹਿਤ ਦੀ ਅੱਲਗ ਅੱਲਗ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸੁਣਨਾ ਘੱਟ ਜਾਏ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਾਰੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਕੜੀ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਜਿਵੇਂ- ਕੰਨ ਦੀ ਮੈਲ: ਜੇ ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਦੇ ਬਾਹਰ ਮੈਲ ਇਕੱਠੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਪਰਦੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਿਰਫ਼ ਕੰਨ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਝਟਪਟ ਸੁਣਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਮੈਲ ਬਹੁਤ ਚਿਰ ਇਕੱਠੀ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿਣ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਵੱਟੇ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਕਢਵਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਸੋਜ਼ਿਸ਼: ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਫਿੰਸੀ ਵੀ ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਰਸਤਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤਿੱਖੀ ਪੀੜ ਵੀ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਪੈ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਉੱਥੇ ਉੱਲੀ ਦੇ ਹਮਲੇ ਸਦਕਾ ਤਿੱਖੀ ਪੀੜ ਦੇ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਵੀ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਦਾ ਹਮਲਾ: ਕੰਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਜੇ ਕੀਟਾਣੂ ਹਮਲਾ ਬੋਲ ਦੇਣ ਤਾਂ ਵੀ ਪੀੜ ਦੇ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤਿੱਖੀ ਸਿਰ ਪੀੜ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਰਸੌਲੀ: ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਰਸੌਲੀ ਜਾਂ ਹੱਡੀ ਦੀ ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਵੀ ਘੱਟ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਪੀੜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੰਨ ਦੇ ਪਰਦੇ ਦਾ ਫਟਣਾ: ਇਸ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਤਿੱਖੀ ਚੀਕਵੀਂ ਆਵਾਜ਼, ਕੰਨ ਅੰਦਰਲੇ ਪ੍ਰੈੱਸ਼ਰ ਦਾ ਇਕਦਮ ਵਧਣਾ ਅਤੇ ਤੀਲੀਆਂ ਨਾਲ ਕੰਨ ਸਾਫ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪਰਦੇ ਦਾ ਫਟਣਾ ਆਦਿ ਨਾਲ ਇੱਕਦਮ ਸੁਣਨਾ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਈਅਰਫੋਨ: ਲਗਾਤਾਰ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਲਾਏ ਈਅਰਫੋਨ, ਲਗਾਤਾਰ ਫੋਨ ਸੁਣਦੇ ਰਹਿਣਾ ਤੇ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨਾ ਆਦਿ ਨਾਲ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਕੌਕਲੀਆ ਉੱਤੇ ਲੱਗੇ ਨਿੱਕੇ ਵਾਲ ਪੱਕੇ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦਿਮਾਗ ਵੱਲ ਆਵਾਜ਼ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਤਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਸਿਗਨਲ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਵੱਧਦੀ ਉਮਰ: ਉਮਰ ਵਧਣ ਨਾਲ ਵੀ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਘਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਸਾਫ਼ ਸੁਣਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ।ਵਾਲਾਂ ਵਿਚਲੇ ਨੁਕਸ ਦਾ ਠੀਕ ਹੋਣਾ ਲਗਪਗ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ।

ਜੀਨ ਸਬੰਧੀ ਰੋਗ: ਕਈ ਵਾਰ ਕੁੱਝ ਜੀਨ ਰਾਹੀਂ ਪੁਸ਼ਤ ਦਰ ਪੁਸ਼ਤ ਚਲਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵੀ ਘੱਟ ਸੁਣਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਾਲਾ ਸੰਗੀਤ: ਮਿਊਜ਼ਿਕ ਪਲੇਅਰ ਜੇ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉੱਚਾ ਲਾ ਕੇ ਰੋਜ਼ ਸੁਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਇਹ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਨਾਸ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਕੁੱਝ ਦਵਾਈਆਂ ਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ: ਜੈਂਟਾਮਾਈਸਿਨ, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਕੀਮੋਥੈਰਪੀ ਤੇ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸਟਰੈਪਟੋਮਾਈਸਿਨ ਆਦਿ ਕੰਨ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵੱਧ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਖਾਧੀ ਐਸਪਿਰਿਨ, ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਗੋਲੀਆਂ, ਲੂਪ ਡਾਈਯੂਰੈਟਿਕ ਤੇ ਮਲੇਰੀਆ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਆਦਿ ਨਾਲ ਵਕਤੀ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਘੰਟੀਆਂ ਵੱਜਦੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੇਜ਼ ਬੁਖ਼ਾਰ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗੀ ਬੁਖ਼ਾਰ ਆਦਿ ਨਾਲ ਵੀ ਕੌਕਲੀਆ ਵਿੱਚ ਪੱਕਾ ਨੁਕਸ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗਲਾ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਵਕਤੀ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਕੰਨ ਅੰਦਰ ਰੇਸ਼ਾ ਜਮਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਓਨੀ ਦੇਰ ਲਈ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹੋਰ ਕਾਰਨ: ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਮਾਂਦਰੂ ਨੁਕਸ ਜਾਂ ਕੰਨ ਅੰਦਰ ਫਸੀ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਸਦਕਾ ਵੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਿਰ ਉੱਤੇ ਵੱਜੀ ਸੱਟ, ਵਾਇਰਲ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਮੀਨੀਅਰ ਬਿਮਾਰੀ, ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈੱਸ਼ਰ ਤੇ ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗ ਆਦਿ ਵੀ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਬੋਲਾ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਕੰਨ ਵੱਲ ਜਾਂਦਾ ਲਹੂ ਘਟਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੰਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਢੇਰ ਸਾਰੇ ਪਟਾਕਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕਦਮ ਫਟਣਾ ਜਾਂ ਬੰਬ ਦਾ ਫਟਣਾ ਵੀ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਸਦੀਵੀ ਨੁਕਸ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੰਨ ਉੱਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਥੱਪੜ ਵੱਜਣ ਨਾਲ ਵੀ ਕੰਨ ਦਾ ਪਰਦਾ ਫਟ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਭ ਜਾਣ ਲੈਣ ਬਾਅਦ ਬੋਲੇ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਾਸਤੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਰੇਂਜ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਰਤ ਅਜਿਹੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਚੋਟੀ ਉੱਤੇ ਹੈ।ਹੁਣ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬੋਲਾਪਣ ਤੀਜੇ ਨੰਬਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਬਣ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਮਿਊਜ਼ਿਕ ਕੰਪੋਜ਼ਰ ਨੂੰ ਗਾਣੇ ਲਈ ਮਿਊਜ਼ਿਕ ਬਣਾਉਣ ਲੱਗਿਆਂ ਸਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਤਾਣ ਛੇੜਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਈਅਰ ਪਲੱਗ ਪਾਉਣ ਦੀ ਹਦਾਇਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਕੰਨ ਸ਼ੋਰ ਨਾਲ ਖ਼ਰਾਬ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ। ਡੀ.ਜੇ. ਵੀ ਆਪਣੇ ਕੰਨ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇਹੀ ਵਿਧੀ ਅਪਨਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਦਸਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 9 ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਸੁਣਨਾ ਘਟਦਾ ਹੈ ਸੋ ਇੱਕ ਕੰਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਜਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਸਦਕਾ ਮਰੀਜ਼ ਬੋਲੇਪਣ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਛੇਤੀ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਹਰ ਸਾਲ ਲਗਪਗ 4000 ਨਵੇਂ ਬੋਲੇਪਨ ਦੇ ਕੇਸ ਡਾਕਟਰਾਂ ਕੋਲ ਪਹੁੰਚ ਰਹੇ ਹਨ।

× ਜੋ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਨਹੀਂ ਹਨ: 30 ਡੈਸੀਬੈਲ ਬਹੁਤ ਹੌਲੀ ਗੱਲ ਕਰਨਾ, 60 ਡੈਸੀਬੈਲ ਸਾਧਾਰਨ ਬੋਲਚਾਲ ਅਤੇ 70 ਡੈਸੀਬੈਲ ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ।

× ਖ਼ਤਰਨਾਕ: 85-90 ਡੈਸੀਬੈਲ- ਸੜਕਾਂ ਉੱਤੇ ਚੱਲਦੀ ਆਵਾਜਾਈ, ਘਾਹ ਕੱਟਣ ਵਾਲੀ ਪਾਵਰ ਮਸ਼ੀਨ ਅਤੇ ਹੇਅਰ ਡਰਾਇਰ। 90 ਡੈਸੀਬੈਲ- ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ।100 ਡੈਸੀਬੈਲ- ਹੱਥ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਡਰਿੱਲ ਮਸ਼ੀਨ। 110 ਡੈਸੀਬੈਲ- ਰੌਕ ਕਨਸਰਟ ਮਿਊਜ਼ਿਕ, ਜੋ ਕੁੱਝ ਦੇਰ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਣਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਸਦੀਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। 120 ਡੈਸੀਬੈਲ- ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦਾ ਸਾਇਰਨ। 140 ਡੈਸੀਬੈਲ- ਜਹਾਜ਼ ਦੇ ਜੈੱਟ ਇੰਜਨ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਾ। 165 ਡੈਸੀਬੈਲ- 12 ਗੇਜ ਦੀ ਸ਼ੌਟਗਨ ਵਿੱਚੋਂ ਚੱਲਿਆ ਕਾਰਤੂਸ। 180 ਡੈਸੀਬੈਲ- ਰਾਕਿਟ ਲਾਂਚ ਵੇਲੇ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਬੋਲੇਪਣ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਲਈ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਸ਼ੋਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਕਾਨੂੰਨਨ ਸਮਾਂ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਕੰਮ ਦੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਸ਼ੋਰ 90 ਡੈਸੀਬੈਲ ਹੈ ਤਾਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 8 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸ਼ੋਰ ਤੇ ਕੰਮ ਦਾ ਸਮਾਂ: 92 ਡੈਸੀਬੈਲ 6 ਘੰਟੇ, 95 ਡੈਸੀਬੈਲ 4 ਘੰਟੇ, 97 ਡੈਸੀਬੈਲ 3 ਘੰਟੇ, 100 ਡੈਸੀਬੈਲ 2 ਘੰਟੇ, 102 ਡੈਸੀਬੈਲ ਡੇਢ ਘੰਟਾ, 105 ਡੈਸੀਬੈਲ ਇੱਕ ਘੰਟਾ, 110 ਡੈਸੀਬੈਲ ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ ਅਤੇ 115 ਡੈਸੀਬੈਲ 15 ਮਿੰਟ ਜਾਂ ਘੱਟ। ਇਹ ਸਮਾਂ ਇਸ ਲਈ ਮਿੱਥਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸੁਣਨਾ ਘਟਦੇ ਸਾਰ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਮਨੋਬਲ ਡਿੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੱਖਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਚੈੱਕਅੱਪ ਕਰਨ ਬਾਅਦ ਇਹ ਤੱਥ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਲੱਛਣ ਹੋਣ ਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਵੱਧ, ਪਰ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਢਹਿੰਦੀ ਕਲਾ ਅਤੇ ਬੇਚੈਨੀ ਹੁੰਦੀ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਇੰਜ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਲ ਖੜ੍ਹਾ ਕੋਈ ਫੁਸਫੁਸਾ ਕੇ ਮੇਰੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਈ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਸੁਣਨ ਕਾਰਨ ਰਿਸ਼ਤੇ ਤਿੜਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਿੱਤ ਦੀ ਲੜਾਈ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਕਈਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਘਟਦੀ ਹੈ ਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਬੋਲਾਪਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਇਲਾਜ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਂਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਕਈ ਔਰਤਾਂ ਇਹ ਮੰਨ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਤੀ ਘੇਸਲਾ ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਹੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਸੁਣਦਾ ਪਰ ਟੀ.ਵੀ. ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਟੈਲੀਫੋਨ ਵੀ ਸੁਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਹੀ ਗੱਲ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਅਸਲ ਬੋਲੇਪਣ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੋਲਣ ਦੇ ਡੈਸੀਬੈੱਲ ਤੋਂ ਟੀ.ਵੀ. ਦਾ ਡੈਸੀਬੈਲ ਉੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਹੈ ਐਕੂਪੰਕਚਰ ਦੀ ਇਲਾਜ ਵਿਧੀ

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਾਮ ਤੋਂ ਹੀ ਸਪਸ਼ਟ ਹੈ। 'ਐਕੁਸ' (Acus) ਇੱਕ ਲਾਤੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਸੂਈ ਅਤੇ 'ਪੰਕਚੁਰਾ' (Punctura) ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਸੂਈ ਨਾਲ ਛੇਦਣਾ ਜਾਂ ਚੋਭਣਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਐਕੂਪੰਕਚਰ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣੀ ਚੀਨ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ। ਚੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ (Chen) ਜਾਂ ਜੇਨ (Zhen) ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਪੰਜ ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੀ ਪੁਰਾਣਾ ਹੈ।ਅਜੋਕੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਿੱਖੇ ਪੱਥਰ ਜਾਂ ਪੱਥਰ ਦੀਆਂ ਬਣੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਇਸ ਵਿਧੀ ਨੂੰ ਬੀਨ (bien) ਜਾਂ ਪੀਨ (Pien) ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਹੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਂਸ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਣ ਲੱਗੀ।2697-2596 ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਧਾਤੂ ਦੀਆਂ ਬਣੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਈ।ਇਸ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ 'ਹੁਆਂਗ ਦੀ ਫੂ ਸੀ' ਦੀ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਪੁਸਤਕ 'ਦੀ ਯੈਲੋ ਇਮਪੈਰਰਸ ਕਲਾਸਿਕ ਆਫ ਇੰਟਰਨਲ ਮੈਡੀਸਿਨ' ਵਿੱਚ ਬਾਖੂਬੀ ਗਵਾਹੀ ਸਹਿਤ ਦਰਜ ਹੈ। ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਸ਼ਰਤ ਅਨੁਭਵ, ਪਰਿਕਲਪਨਾ, ਮਨੌਤਾਂ ਅਤੇ ਗਵਾਹੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਗਿਆਨਕ ਰੂਪ ਨੂੰ ਸਥਾਪਤ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ ਹੈ।ਇਸ ਵਿਧੀ ਦਾ ਆਗਾਜ਼ ਪੂਰਬੀ ਚੀਨ ਤੋਂ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਹ ਉੱਤਰੀ ਚੀਨ ਤੱਕ ਫੈਲ ਗਈ। ਇਸ ਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਖੋਜ ਵੀ ਬੜੀ ਦਿਲਚਸਪ ਤੇ ਪ੍ਰਸੰਗਕ ਹੈ।ਜਦੋਂ ਲੜਾਈ ਤੀਰ ਕਮਾਨਾਂ ਨਾਲ ਲੜੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਤਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਸਿਪਾਹੀਆਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਬਿੰਦੂ 'ਤੇ ਤੀਰ ਜਾਂ ਨੁਕੀਲੇ ਪੱਥਰ ਦੇ ਖੁੱਭਣ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਈ ਜ਼ਖਮ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਜਿਸ ਤੋਂ ਕਿ ਉਹ ਪੀੜਤ ਹੁੰਦੇ ਸਨ।ਇਸ ਖੋਜ ਨੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਚੀਨ ਦੇ ਚਕਿਤਸਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ 'ਤੇ ਹੋਰ ਖੋਜ ਅਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕੀਤਾ।ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕੁੱਝ ਖਾਸ ਹਿੱਸਿਆਂ 'ਤੇ ਊਰਜਾ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨੂੰ ਲੱਭ ਕੇ ਕੁੱਝ ਖਾਸ ਬਿੰਦੂਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕੀਤੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਖਾਸ ਬਿੰਦੂਆਂ ਨੂੰ ਕਾਲਪਨਿਕ ਰੇਖਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਫਿਰ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਊਰਜਾ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਦਾ ਮਾਰਗ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੈਰੀਡੀਅਨ ਅਤੇ ਚੈਨਲਜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਣ ਲੱਗ ਗਈ।ਇਹ ਬਿੰਦੂ ਅਤੇ ਮੈਰੀਡੀਅਨ ਹੀ ਅੱਜ ਦੀ ਇਸ ਵਿਕਸਿਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ 12 ਰੈਗੂਲਰ ਦੋ-ਪੱਖੀ ਮੈਰੀਡੀਅਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਕਿ 12 ਮੁੱਖ ਅੰਗਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤਿੱਲੀ, ਦਿਲ, ਮਿਹਦਾ, ਗੁਰਦੇ ਆਦਿ ਵਿਚੋਂ ਹੋ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 15 ਸਮਾਨਾਂਤਰ ਮੈਰੀਡੀਅਨ ਅਤੇ 12 ਹੋਰ ਭਿੰਨ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਮੈਰੀਡੀਅਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।ਹੁਣ ਤੱਕ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿਚ 700 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿੰਦੂ ਲੱਭੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

19ਵੀਂ ਸਦੀ ਤੱਕ ਇਸ ਥੈਰੇਪੀ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਚੀਨ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਰਿਹਾ। 1837-1842 ਦੇ ਅਫੀਮ ਯੁੱਧ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਪੱਛਮੀ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਹੋਇਆ। ਚੀਨ ਦੇ ਸ਼ਾਸਕ ਮਾਉ ਜਿਡੌਂਗ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ 1950 ਦੇ ਲਗਪਗ ਇਸ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋਰ ਪੂਰਬੀ ਅਤੇ ਪੱਛਮੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਇਹ ਥੈਰੇਪੀ ਤਰੱਕੀ ਕਰਦੀ ਗਈ ਇਸ ਵਿੱਚ ਲੋਹਾ, ਤਾਂਬਾ, ਸਿਲਵਰ, ਸੋਨਾ ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਸਟੇਨਲੈੱਸ ਸਟੀਲ ਦੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਣ ਲੱਗ ਗਈ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਪੱਛਮੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਇਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ। ਫਿਰ 1979 ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਨੇ ਇਸ ਥੈਰੇਪੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਨਤਾ ਦੇ ਕੇ ਚੀਨ ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕੁਦਰਤੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵੱਜੋਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਅਤੇ ਘੋਸ਼ਣਾ ਕੀਤੀ ਕਿ 43 ਦੇ ਲਗਪਗ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੁਆਰਾ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇੰਗਲੈਂਡ, ਅਮਰੀਕਾ, ਆਸਟਰੇਲੀਆ, ਫਰਾਂਸ, ਜਰਮਨੀ, ਸ੍ਰੀਲੰਕਾ, ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਮਲੇਸ਼ੀਆ ਆਦਿ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਅਪਨਾ ਲਿਆ। ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਲਗਪਗ ਪੰਜਾਹ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।9000 ਹਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡਾਕਟਰ ਇਸ ਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ 4000 ਦੇ ਲਗਪਗ ਐਮ.ਡੀ. ਹਨ। ਇਹ ਥੈਰੇਪੀ ਵੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਊਰਜਾ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਲਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਅਨੁਸਾਰ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿੱਚ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਊਰਜਾ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਯੈਂਗ ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਨੈਗੇਟਿਵ ਯਿਨ) ਊਰਜਾ ਵਿੱਚ ਸਥਿਰ ਸੰਘਰਸ਼ ਚੱਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਮਨੁੱਖ ਵੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਨਿਯਮ ਉੱਤੇ 'ਤੇ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਉਹ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਯੈਂਗ ਅਤੇ ਯਿਨ ਊਰਜਾ ਦੀ ਸੰਤੁਲਤ ਊਰਜਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿ ਚਾਈ (389) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਮੈਰੀਡੀਅਨ ਜਾਂ ਚੈਨਲਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇਕਸਾਰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਯੈਂਗ ਅਤੇ ਯਿਨ ਊਰਜਾ ਦੇ ਵਧਣ ਜਾਂ ਘਟਣ ਨਾਲ ਹੀ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।ਮੈਰੀਡੀਅਨ ਦੇ ਖਾਸ ਬਿੰਦੂਆਂ 'ਤੇ ਊਰਜਾ ਬਿੰਦੂ ਲੱਭ ਕੇ ਸੂਈ ਚੋਭ ਕੇ ਊਰਜਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬਾਹ ਘੱਟ ਜਾਂ ਵੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਊਰਜਾ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕਰਕੇ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਇਕਸਾਰਤਾ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਊਰਜਾ ਜੋ ਕਿ ਚਾਈ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਹਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਭੋਜਨ, ਸੂਰਜ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਹਵਾ ਤੋਂ ਇਸ ਊਰਜਾ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਚਾਈ ਊਰਜਾ ਦਾ ਵਧਣਾ ਜਾਂ ਘਟਣਾ ਹੀ ਬਿਮਾਰ ਸਿਹਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।ਦਰਅਸਲ ਐਕੂਪੰਕਚਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਢਾਂਚੇ ਵਿੱਚ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਤੇ ਇੱਕਸਾਰਤਾ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਾਇਮ ਹੈ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕੋਈ ਵੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ। ਐਕੂਪੰਕਚਰ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਦੀਆਂ ਕਾਫੀ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਹਨ।ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨਾਲ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਰੋਗ ਦੀ ਸਹੀ ਜਾਂਚ ਇਲਾਜ ਲਈ ਬੜਾ ਮਹੱਤਪੂਰਨ ਰੋਲ ਅਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।ਐਕੂਪੰਕਚਰ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕਈ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਛੇ ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਇਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅੰਗਾਂ 'ਤੇ ਸੱਟ ਜਾਂ ਕੋਈ ਜ਼ਖਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।ਜੇਕਰ ਖਾਸ ਬਿੰਦੂ ਨਾ ਲੱਭੇ ਤਾਂ ਵੀ ਅੰਦਾਜ਼ੇ ਨਾਲ ਪੰਕਚਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।ਮੁੜੀ ਹੋਈ, ਟੁੱਟੀ ਹੋਈ ਜਾਂ ਜੰਗ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਸੂਈ

ਗੁਣਕਾਰੀ ਚੀਕੂ

ਚੀਕੂ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਫਲਾਂ ਵਾਂਗ ਕਾਫ਼ੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਈ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਖੇਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਉਪਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਅਮਰੀਕਾ, ਮੈਕਸੀਕੋ, ਬਤਰਾਨੀਆ ਅਤੇ

ਗੁਆਟੇਮਾਲਾ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਚੀਕੂ ਦਾ ਫਲ ਗੋਲਾਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਛਿਲਕਾ ਪਤਲਾ, ਖੁਰਦਰਾ ਅਤੇ ਭੂਰੇ ਮਟਮੈਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਿੱਠਾ ਤੇ ਸਵਾਦ ਭਰਪੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਯੂਰਵੇਦ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਗੁਣਕਾਰੀ ਫਲ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਛਿਲਕੇ ਵਿੱਚ ਗੁੱਦੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹਾਜ਼ਮੇ ਵਾਲੇ ਤੱਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋ ਕੇ ਛਿਲਕੇ ਸਮੇਤ ਹੀ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਚੀਕੂ ਦਾ ਸ਼ਰਬਤ ਵੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ੱਕਰ ਦੀ ਵੱਧ ਮਾਤਰਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਆਸ ਲੱਗਦੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਵੀ ਪਿਆਸ ਨਾ ਬੁੱਝਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਚੀਕੂ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਚੀਕੂ ਦਾ ਸ਼ਰਬਤ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਿਆਸ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਚੀਕੂ ਦੇ ਬੂਟੇ ਦੇ ਛਿਲਕੇ ਦਾ ਕਾੜ੍ਹਾ ਬਣਾ ਕੇ ਦੇਣ ਨਾਲ ਬੁਖ਼ਾਰ ਉੱਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਲੇਰੀਏ ਦੇ ਬੁਖ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਚੀਕੂ ਦੇ ਛਿਲਕੇ ਦਾ ਕਾੜ੍ਹਾ ਬਣਾ ਕੇ ਪਿਲਾਉਣ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦਸਤ ਲੱਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਚੀਕੂ ਦੇ ਬੂਟੇ ਦੇ ਛਿਲਕੇ ਦੇ ਕਾੜ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਸੌਂਫ ਪਾ ਕੇ ਪਿਲਾਉਣ ਨਾਲ ਮਰੀਜ਼ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਨ ਜੇਕਰ ਜਲਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ 50 ਮਿਲੀ ਲੀਟਰ ਸ਼ਰਬਤ ਵਿੱਚ ਸੌ ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਚਾਰ ਪੰਜ ਵਾਰ ਪਿਲਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਚੁਸਤ-ਦਰੁਸਤ ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਚੀਕੂ ਖਾਣ ਲਈ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕੀਂ ਚੀਕੂ ਨੂੰ ਸਾਰੀ ਰਾਤ ਦੇਸੀ ਘਿਉ ਵਿੱਚ ਡੁਬੋ ਕੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਵੇਰੇ ਘਿਉ ਵਿਚੋਂ ਕੱਢ ਕੇ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਉਹ ਮੋਟੇ ਤਾਜ਼ੇ ਤੇ ਚੁਸਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ

ਕੁਦਰਤ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਮੁਨੱਖੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਕਾਫੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨੀ ਅਤੇ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਡਾਕਟਰ ਵੀ ਹੁਣ ਤੱਕ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਰੇ ਪੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਨਹੀਂ ਹੋਏ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਸਮਝ ਨਾ ਆ ਸਕਣ ਕਾਰਨ ਡਾਕਟਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਹਰ ਅੰਗ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਪਾਈ ਇੱਕ ਬੁਝਾਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ-ਆਪਣਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ ਪਰ ਸਭ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅੰਗ ਸਾਡਾ ਦਿਲ ਹੈ। ਮੁਨੱਖ ਦੇ ਜਨਮ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਜਦੋਂ ਮਾਂ ਦੇ ਗਰਭ ਵਿੱਚ ਬੱਚਾ ਸਿਰਫ 23 ਦਿਨ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਦੋਂ ਤੋਂ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਦਿਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਊਂਦੇ ਜੀਅ ਬਿਨਾਂ ਰੁਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਰੁਕਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ "ਮੌਤ", ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅੰਤ। ਨਾਪ ਵਿੱਚ ਮੁੱਠੀ ਭਰ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਵੱਡਾ, ਵਜ਼ਨ ਵਿੱਚ 12 ਕੁ ਔਂਸ, ਲਾਲ ਭੂਰੇ ਰੰਗ ਦਾ ਦਿਲ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਮਿੰਟ ਲਗਪਗ 70 ਵਾਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਲਗਪਗ ਇੱਕ ਲੱਖ ਵਾਰ ਫੈਲਦਾ ਅਤੇ ਸੁੰਗੜਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਰ ਇੱਕ ਮਿੰਟ ਵਿੱਚ 5 ਲੀਟਰ ਖੂਨ ਸਾਡੀਆਂ ਨਾੜਾਂ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ 10 ਲੀਟਰ ਤੱਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ 15 ਤੋਂ 20 ਲੀਟਰ ਤੱਕ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਸੰਪਰਕ ਅਤੇ ਗੁੱਸਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ 20 ਤੋਂ 30 ਲੀਟਰ ਤੱਕ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਡੂੰਘੇ ਮਾਨਸਿਕ ਬੋਝ ਅਤੇ ਸਦਮੇ ਸਮੇਂ ਇਹ 30 ਤੋਂ 40 ਲੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਚਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਫਿਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦਾ ਕੋਈ ਰੋਗ। ਜਦੋਂ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਧਮਣੀਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਰਾਹ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੀ ਰਫਤਾਰ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਧਮਣੀਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਰਾਹ ਤਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦਾ ਦਬਾਅ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਹੈ ਉਹਨੂੰ ਅਸੀਂ ਲੋਅ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ (ਖੂਨ ਦੇ ਦੌਰੇ ਦਾ ਘਟਣਾ) ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਖੂਨ ਦਾ ਦੌਰਾ ਘਟੇ ਜਾਂ ਵਧੇ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਮਰੀਜ਼ ਹੈ ਅਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਵੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਿਲ 'ਤੇ ਹੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ 35 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੰਨਾ ਪੈਸਾ, ਜਿੰਨਾ ਸਮਾਂ, ਜਿੰਨੀ ਤਾਕਤ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਹੱਲ ਅਤੇ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਲੱਗੀ ਹੈ ਉਨੀ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ। ਬਹੁਤ ਜਾਣਕਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ (ਉੱਚ ਰਕਤ ਦਾਬ) ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਵਧੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ ਕਿ ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਘਰ- ਘਰ ਦੀ ਬਣ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਈ ਅਤਿਕਥਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ ਨੇ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ। ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਓ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨੂੰ ਘਰ-ਘਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲਾਉਣ ਲਈ ਤਣਾਓ, ਚਿੰਤਾ, ਬੋਝ ਦਾ ਬਹੁਤ ਭਾਰੀ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ। ਅੱਜ ਮਸ਼ੀਨੀ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਬੋਝ ਅਤੇ ਤਣਾਓ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਅੰਗ ਬਣ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਖਤਰਨਾਕ ਦਵਾਈਆਂ ਵਰਤੇ ਮੁਕਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਲੱਭ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸੀ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੂਈ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਗੁੰਮ ਗਈ ਪਰ ਉਹ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਸੂਈ ਲੱਭ ਰਿਹਾ ਸੀ ਪਰ ਸੂਈ ਮਿਲ ਨਹੀਂ ਸੀ ਰਹੀ, ਮਿਲਦੀ ਵੀ ਕਿਵੇਂ ? ਸੂਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜਗ੍ਹਾ ਡਿੱਗੀ ਹੈ ਤੇ ਲੱਭ ਕਿਤੋਂ ਹੋਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੇ ਆ ਕੇ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ "ਭਲਿਆ, ਕੀ ਲੱਭ ਰਿਹਾ ਹੈਂ" ਜਵਾਬ ਮਿਲਿਆ ਕਿ ਸੂਈ ਲੱਭ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।" ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਕਿ "ਕਿੱਥੇ ਗੁਆਚੀ ਸੀ।" ਉੱਤਰ ਮਿਲਿਆ "ਇੱਥੋਂ ਦੂਰ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ।" ਫਿਰ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ "ਜਦ ਇੱਥੇ ਸੂਈ ਗਵਾਚੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇੱਥੋਂ ਮਿਲੇਗੀ ਕਿਵੇਂ।" ਉਸ ਮੂਰਖ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ "ਇੱਥੇ ਮੈਂ ਸੂਈ ਤਾਂ ਲੱਭ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਇੱਥੇ ਰੋਸ਼ਨੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਿੱਥੇ ਸੂਈ ਡਿੱਗੀ ਸੀ ਉਥੇ ਤਾਂ ਹਨੇਰਾ ਹੈ।" ਉਸ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਕਿ ਜਿੱਥੇ ਸੂਈ ਡਿੱਗੀ ਹੈ ਉੱਥੋਂ ਹੀ ਮਿਲੇਗੀ। ਰੌਸ਼ਨੀ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰਕੇ ਡਿੱਗੀ ਹੋਈ ਸੂਈ ਨੂੰ ਹਨੇਰੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲੱਭੋ। ਗੱਲ ਮੰਨੀ ਗਈ, ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਿਆ ਕਿ ਸੂਈ ਮਿਲ ਗਈ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅੱਜ ਹਾਲਤ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਹੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਕੋਈ ਸਹੀ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਵਿਰਲਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕੋਈ ਸ਼ੁਭਚਿੰਤਕ ਘੱਟ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਜਿਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਢੰਗ ਵਰਤਦਾ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਉਸ ਢੰਗ ਦੇ ਨਾਲ ਠੀਕ ਹੋਣ ਲਈ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਲਗਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਹੱਸਣਾ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਹੈ ਉਦੋਂ ਤੋਂ ਬੋਝ, ਚਿੰਤਾ, ਉਦਾਸੀ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਓ ਕਾਰਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦਾ ਰੋਗੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਚਿੰਤਕ ਸੈਕਸ਼ਪੀਅਰ ਦੇ ਕਹੇ ਹੋਏ ਬੋਲ ਅੱਜ ਵੀ ਅਮਰ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ "ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਿਊਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਵੀ। ਪਰ ਦੁਖੀ, ਚਿੰਤਾ, ਬੋਝ ਨਾਲ ਲੱਦਿਆ ਉਦਾਸ ਮੂੰਹ ਵਾਲਾ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇੰਝ ਲੱਗਦਾ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਮੌਤ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਲੈ ਕੇ ਆਇਆ ਹੋਵੇ।" ਇਹ ਗੱਲ ਬਿਲਕੁਲ ਸੱਚੀ ਹੈ ਕਿ ਸਿਰਫ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਹੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਕੋਈ ਜਾਨਵਰ ਨਹੀਂ। ਫਿਰ ਸਾਡਾ ਹਾਸਾ ਕਿੱਥੇ ਗਿਆ ? ਅਸੀਂ ਹੱਸਣਾ ਕਿਉਂ ਭੁੱਲ ਗਏ। ਮਹਾਨ ਚਿੰਤਕ ਡਾਕਟਰ ਫਰਾਇਡ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਅਨੁਸਾਰ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਹੱਸਣ ਦੇ ਨਾਲ ਆਕਸੀਜਨ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਵਧਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਧਮਣੀਆਂ ਵੀ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੜੀ ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਹੱਸਣ ਲਈ ਜਾਂ ਮੁਸਕਰਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਕੋਈ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਖਰਚ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਬੜੀ ਕੰਜੂਸੀ ਨਾਲ ਹੱਸਦੇ ਹਾਂ। ਹੱਸਣਾ ਤਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦਵਾਈ ਹੈ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੱਸੋ ਅਤੇ ਮੋਟੇ ਹੋ ਜਾਓ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਆਦਮੀ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 25 ਮਿੰਟ ਹੱਸ ਲਵੇ, ਉਹਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਂਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਫਿੰਗ ਕਲੱਬ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾ ਕੇ ਹੱਸ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਯੋਗ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹਾਸਯੋਗ ਵੀ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਕਲੀ ਹਾਸਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਸਾਨੂੰ ਉਦੋਂ ਪਈ ਜਦੋਂ ਸਾਡੇ ਅਸਲੀ ਹਾਸਿਆਂ ਨੂੰ ਅਸੱਭਿਅਕ ਸਮਝਿਆ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪਿਆ।

ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਚਿਨਾਬ ਪੁਲ ਤੇ ਮਨਾਇਆ ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਨ

ਜੰਮੂ 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ 'ਚ ਵਾਰਾਣਸੀ ਦੇ ਇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਕਟੜਾ ਤੋਂ ਸ਼੍ਰੀਨਗਰ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਵੰਦੇ ਭਾਰਤ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ 'ਚ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਚਿਨਾਬ ਰੇਲ ਪੁਲ 'ਤੇ ਆਪਣੇ 6 ਸਾਲ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਜਨਮਦਿਨ ਮਨਾਇਆ ਅਤੇ ਇਸ ਮੌਕੇ ਨੂੰ ਯਾਦਗਾਰ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਵਾਰਾਣਸੀ ਦੇ ਰਾਕੇਸ਼ ਜੈਸਵਾਲ ਅਤੇ ਨੇਹਾ ਜੈਸਵਾਲ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਸਵੇਰੇ ਆਪਣੇ ਤਿੰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕਟੜਾ ਪਹੁੰਚੇ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਕਸ਼ਮੀਰ ਘਾਟੀ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਾਲੀ ਵੰਦੇ ਭਾਰਤ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ ਕਟੜਾ ਤੋਂ ਸ਼੍ਰੀਨਗਰ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵੈਸ਼ਨੋ ਦੇਵੀ ਮੰਦਰ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਟੜਾ 'ਚ 26401 ਵੰਦੇ ਭਾਰਤ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ 'ਚ ਆਪਣੀ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਈ। ਰੇਲਗੱਡੀ 'ਚ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ, ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਰੇਲਗੱਡੀ ਲਈ ਬੁਕਿੰਗ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਈ, ਅਸੀਂ ਅੱਜ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਮੋਕਸ਼ ਜੈਸਵਾਲ ਦਾ ਜਨਮਦਿਨ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਰੇਲਵੇ ਪੁਲ 'ਤੇ ਮਨਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ।ਵੰਦੇ ਭਾਰਤ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ 'ਚ ਕੋਚ ਸੀ7 'ਚ ਚੇਅਰ ਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸੀਟਾਂ ਰਿਜ਼ਰਵ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਜੈਸਵਾਲ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਕੇਕ ਅਤੇ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਲੈ ਕੇ ਟਰੇਨ ਦੇ ਅੰਜੀ ਬਰਿੱਜ ਪਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਟਰੇਨ 'ਚ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਟਰੇਨ ਜਦੋਂ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਪੁਲ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੀ ਤਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਕੋਚ 'ਚ ਕੇਕ ਕੱਟਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਕੋਚ 'ਚ ਸਵਾਰ ਹੋਰ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੁੱਤ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਭਕਾਮਨਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਨੇਹਾ ਜੈਸਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ,"ਇਹ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮੋਕਸ਼ ਲਈ ਬਹੁਤ ਖ਼ਾਸ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਸੋਚਿਆ ਸੀ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਸ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਨ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਰੇਲਵੇ ਪੁਲ 'ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨਾਵਾਂਗੇ।" ਕਟੜਾ-ਸ਼$ਰੀਨਗਰ ਵਿਚਾਲੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਟਰੇਨ 'ਚ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਲਈ ਯਾਤਰੀਆਂ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਉਤਸ਼ਾਹ ਰਿਹਾ।

ਭਾਰਤੀ ਟੀਮ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਰੁੱਧ ਪੰਜ ਟੈਸਟ ਮੈਚਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਲਈ ਬ੍ਰਿਟੇਨ ਪਹੁੰਚੀ

ਲੰਡਨ 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) :- ਭਾਰਤੀ ਕ੍ਰਿਕਟ ਟੀਮ ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਰੁੱਧ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪੰਜ ਮੈਚਾਂ ਦੀ ਟੈਸਟ ਸੀਰੀਜ਼ ਲਈ ਬ੍ਰਿਟੇਨ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਲੜੀ 2025-27 ਆਈਸੀਸੀ ਵਿਸ਼ਵ ਟੈਸਟ ਚੈਂਪੀਅਨਸ਼ਿਪ ਚੱਕਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਟੀਮ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਮੁੰਬਈ ਤੋਂ ਬ੍ਰਿਟੇਨ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋਈ। ਨਵ-ਨਿਯੁਕਤ ਕਪਤਾਨ ਸ਼ੁਭਮਨ ਗਿੱਲ ਭਾਰਤੀ ਟੀਮ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨਗੇ, ਜੋ ਕਿ ਰੋਹਿਤ ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਵਿਰਾਟ ਕੋਹਲੀ ਵਰਗੇ ਦਿੱਗਜਾਂ ਦੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਸੰਨਿਆਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਯੁੱਗ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਕਈ ਭਾਰਤੀ ਖਿਡਾਰੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇੰਡੀਆ ਏ ਟੀਮ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਇੰਗਲੈਂਡ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇੰਡੀਆ ਏ ਇਸ ਸਮੇਂ ਇੰਗਲੈਂਡ ਲਾਇਨਜ਼ ਵਿਰੁੱਧ ਤਿੰਨ ਮੈਚਾਂ ਦੀ ਅਣਅਧਿਕਾਰਤ ਟੈਸਟ ਸੀਰੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਟੈਸਟ ਟੀਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਈ ਸੁਦਰਸ਼ਨ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਕ੍ਰਿਕਟ ਕੰਟਰੋਲ ਬੋਰਡ (ਬੀ.ਸੀ.ਸੀ.ਆਈ.) ਵੱਲੋਂ ਐਕਸ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ, ਭਾਰਤੀ ਕ੍ਰਿਕਟ ਟੀਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨਾ ਚੰਗਾ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਟੈਸਟ ਲੜੀ ਲਈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸਵਾਗਤ ਹੈ। ਪਹਿਲਾ ਟੈਸਟ 20 ਜੂਨ ਤੋਂ ਲੀਡਜ਼ ਵਿੱਚ ਖੇਡਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬਰਮਿੰਘਮ (2-6 ਜੁਲਾਈ), ਲਾਰਡਜ਼ (10-14 ਜੁਲਾਈ), ਮੈਨਚੈਸਟਰ (23-27 ਜੁਲਾਈ) ਅਤੇ ਦ ਓਵਲ (4-8 ਅਗਸਤ) ਵਿੱਚ ਮੈਚ ਖੇਡੇ ਜਾਣਗੇ।

ਹੁਣ ਜੋਤੀ ਅਤੇ ਜਸਬੀਰ ਤੋਂ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਫਿਰ ਜਾਸੂਸੀ ਦੇ ਕਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਾਜ਼ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣਗੇ

ਨਵੀ ਦਿੱਲੀ 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਲਈ ਜਾਸੂਸੀ ਕਰਨ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਈ ਜਾਸੂਸਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਏਜੰਸੀਆਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੋਗਾ ਤੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਹਿਸਾਰ ਦੀ ਜੋਤੀ ਮਲਹੋਤਰਾ ਤੋਂ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕਰਨਗੀਆਂ।ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋਵੇਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਸਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਦੋਵੇਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਆਈਐਸਆਈ ਅਧਿਕਾਰੀ ਦਾਨਿਸ਼ ਸੋਹੇਲ, ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਦੂਤਾਵਾਸ ਵਿੱਚ ਤਾਇਨਾਤ ਅਧਿਕਾਰੀ ਉਮਰ ਸ਼ਹਿਰਯਾਰ, ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਸਬ-ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਨਾਸਿਰ ਢਿੱਲੋਂ ਅਤੇ ਲਾਹੌਰ ਵਿੱਚ ਟੂਰ ਅਤੇ ਟ$ਰੈਵਲ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਨੌਸ਼ਾਬਾ (ਆਈਐਸਆਈ ਏਜੰਟ) ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀਆਂ ਨੇ ਜਸਬੀਰ ਅਤੇ ਜੋਤੀ ਨੂੰ ਆਈਐਸਆਈ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਇਆ।ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਖੁਲਾਸਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਦੋਸ਼ੀ ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਈਲ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸੰਪਰਕ, ਚੈਟ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਡਿਲੀਟ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਫੋਨ ਨੂੰ ਫੋਰੈਂਸਿਕ ਜਾਂਚ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਮੋਬਾਈਲ ਤੋਂ ਕੀ ਡਿਲੀਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਦੋਸ਼ੀ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਿਲ ਰਹੇ ਸਨ। ਫਿਲਹਾਲ, ਦੋਵਾਂ ਤੋਂ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਜਾਸੂਸੀ ਦੇ ਕਈ ਰਾਜ਼ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣਗੇ।ਜੋਤੀ ਮਲਹੋਤਰਾ ਹਿਸਾਰ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ 9 ਮਈ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ, ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਨਾਮ ਦੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਸੂਸੀ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਰੂਪਨਗਰ ਤੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਹ ਵੀ ਜੋਤੀ ਵਾਂਗ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਜੋਤੀ ਨਾਲ ਉਸਦੀ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਵੀ ਇੱਥੇ ਦੇਖੀ ਗਈ ਹੈ।

ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਸਸਤੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ! ਹਰਿਆਣਾ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ 100 ਰੁਪਏ ਵਿੱਚ ਵਿਕ ਗਏ

ਪਾਣੀਪਤ 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) :: ਪਾਣੀਪਤ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਕੈਮਰੇ ਵਿੱਚ ਰਿਸ਼ਵਤ ਲੈਂਦੇ ਫੜੇ ਗਏ। ਗਊ ਰੱਖਿਅਕਾਂ ਨੇ ਇਹ ਸਟਿੰਗ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਹਰਿਆਣਾ-ਯੂਪੀ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ ਪਸ਼ੂ ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਮੱਝਾਂ ਨੂੰ ਲਿਜਾ ਰਹੇ ਕੈਂਟਰ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ।ਗਊ ਰੱਖਿਅਕਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਸਰਹੱਦ ਤੋਂ 2 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪਹਿਲਾਂ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਵਸੂਲੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਉੱਥੇ ਪੁਲਿਸ ਨੇ 300 ਰੁਪਏ ਲੈ ਕੇ ਵਾਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ। ਟੋਲ ਪਲਾਜ਼ਾ ਪਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, 150 ਮੀਟਰ ਦੂਰ ਖੜ੍ਹੇ ਡਾਇਲ 112 ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੇ ਦੁਬਾਰਾ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਤੋਂ 300 ਰੁਪਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ।ਜਦੋਂ ਕੈਂਟਰ ਚਾਲਕਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਮੱਝਾਂ ਨੂੰ ਗਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ 1 ਮਿੰਟ ਲੱਗੇਗਾ। ਹੱਥ ਜੋੜ ਕੇ, 3 ਵਾਹਨਾਂ ਨੂੰ 100 ਰੁਪਏ ਵਿੱਚ ਯੂਪੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਪਾਣੀਪਤ ਦੇ ਪੁਲਿਸ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਨੇ ਹਰਿਆਣਾ-ਯੂਪੀ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ ਵਾਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਰਿਸ਼ਵਤ ਲੈਣ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਡਾਇਲ 'ਤੇ ਤਾਇਨਾਤ ਸੁਬੇ ਸਿੰਘ ਅਤੇ 8 ਅਧੀਨ ਤਾਇਨਾਤ ਹੀਰਾ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਡੀਐਸਪੀ ਹੈੱਡਕੁਆਰਟਰ ਸਤੀਸ਼ ਵਤਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸੁਬੇ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰਕੇ ਪੁਲਿਸ ਲਾਈਨ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਧੀਨ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਿਲਹਾਲ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਵੀ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਡੀਐਸਪੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਹੋਣ ਦੀ ਹਦਾਇਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਕੁਝ ਕਰਮਚਾਰੀ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਦਾਅ 'ਤੇ ਲਗਾ ਕੇ ਰਿਸ਼ਵਤ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਵੱਡਾ ਤੋਹਫ਼ਾ, ਹੁਣ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੋਸਟਿੰਗ 10 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਹੋਵੇਗੀ...

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ:10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਹੁਣ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਥਾਪਿਤ ਮਾਡਲ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਪੀਐਮ ਸ਼੍ਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਤਾਇਨਾਤੀ 10 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਹੋਵੇਗੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ 5 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਇਸ ਮਿਆਦ ਨੂੰ ਦੁੱਗਣਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ (ਐਮਆਈਐਸ) ਪੋਰਟਲ 'ਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ।ਤਬਾਦਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਚਾਹਵਾਨ ਅਧਿਆਪਕ 13 ਜੂਨ ਰਾਤ 10 ਵਜੇ ਤੱਕ ਐਮਆਈਐਸ ਪੋਰਟਲ 'ਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਾਰ ਹਰਿਆਣਾ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ 35©“1 (ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਟੀਚਰ ਐਕਰੀਡੇਸ਼ਨ) ਦੀ ਬਜਾਏ ਮਾਡਲ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਅਤੇ ਪੀਐਮ ਸ਼੍ਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਦੇ ਚਾਹਵਾਨ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਆਫਲਾਈਨ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਲਵੇਗਾ। ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਲਈ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ 70 ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ 30 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਅੰਕ ਅਕਾਦਮਿਕ ਲਈ ਹੋਣਗੇ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ, 60 ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਹੋਵੇਗੀ। 40 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਅੰਕ ਅਕਾਦਮਿਕ ਲਈ ਹੋਣਗੇ।ਅਕਾਦਮਿਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਐਮਆਈਐਸ ਪੋਰਟਲ ਦਾ ਸਕੋਰ ਤਬਾਦਲੇ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਰਾਜ ਭਰ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 468 ਮਾਡਲ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਅਤੇ ਪੀਐਮ ਸ਼੍ਰੀ ਸੈਕੰਡਰੀ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਅਤੇ 1420 ਮਾਡਲ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਲੀ ਅਸਾਮੀਆਂ 'ਤੇ ਤਾਇਨਾਤੀ ਲਈ, ਸਾਰੇ ਰੈਗੂਲਰ ਅਤੇ ਗੈਸਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਪੋਸਟ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ (ਪੀਜੀਟੀ), ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ (ਟੀਜੀਟੀ), ਕਲਾ ਅਧਿਆਪਕਾਂ (ਸੀ ਐਂਡ ਵੀ) ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ, ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੋਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਮੰਗੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਫਿਰ ਆਬਾਦ ਹੋਵੇਗਾ ਭਾਰਤ ਦਾ ਭੂਤੀਆ ਸ਼ਹਿਰ ਮਿੰਨੀ ਇੰਗਲੈਂਡ, ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਇਹ ਮੰਗ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 1880 ਤੋਂ 2001 ਤੱਕ 121 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕੋਲਾਰ ਗੋਲਡ ਫੀਲਡ (ਕੇ. ਜੀ. ਐੱਫ.) 'ਚੋਂ 900 ਟਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੋਨਾ ਕੱਢਿਆ। 2001 'ਚ ਗੋਲਡ ਮਾਈਨਿੰਗ 'ਤੇ ਰੋਕ ਲੱਗ ਗਈ। ਕੇ. ਜੀ. ਐੱਫ. ਨੂੰ ਇਕ ਸਮੇਂ 'ਸੋਨੇ ਦਾ ਸ਼ਹਿਰ' ਅਤੇ 'ਮਿੰਨੀ ਇੰਗਲੈਂਡ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਕਈ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਇਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕੀਆਂ ਸਨ, ਜੋ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਕੁਝ ਗਿਣੇ-ਚੁਣੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ 'ਚ ਹੀ ਮਿਲਦੀਆਂ ਸਨ ਪਰ ਹੁਣ ਇਸ ਨੂੰ ਭੂਤੀਆ ਸ਼ਹਿਰ (ਵਿਰਾਨ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ 24 ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਕੋਲਾਰ ਗੋਲਡ ਫੀਲਡ ਨੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਤੋਂ ਗਰੀਬੀ ਤਕ ਦਾ ਸਫਰ ਦੇਖਿਆ ਹੈ ਪਰ ਦੁਬਾਰਾ ਕੋਲਾਰ ਗੋਲਡ ਫੀਲਡ ਦੇ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਜਾਗੀ ਹੈ।ਹਾਲ ਹੀ 'ਚ ਕੋਲਾਰ ਗੋਲਡ ਫੀਲਡ ਦੇ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਇਕ ਸੰਸਥਾ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖ ਕੇ ਦੁਬਾਰਾ ਮਾਈਨਿੰਗ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਜੇਕਰ ਮਾਈਨਿੰਗ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਤਾਂ ਇਹ ਭਾਰਤ ਲਈ ਅਗਲੇ 100 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਫਾਇਦੇ ਦਾ ਸੌਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖਣ ਵਾਲੇ ਇੰਪਲਾਈਜ਼ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰਜ਼ ਐਂਡ ਆਫਿਸਰਜ਼ ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਫੋਰਮ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਤੇ ਸਾਬਕਾ ਚੀਫ ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਕੇ. ਐੱਮ. ਦਿਵਾਕਰਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਭਾਰਤ 'ਚ ਸੋਨੇ ਦੀ ਮੰਗ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਪਿਛਲੇ 24 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਕੋਲਾਰ ਗੋਲਡ ਫੀਲਡ ਬੰਦ ਪਈ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਕੋਲਾਰ ਗੋਲਡ ਫੀਲਡ 'ਚ ਸੋਨੇ ਦੇ 27 ਲੋਡ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਹੁਣ ਤਕ ਸਿਰਫ 2 ਲੋਡਜ਼ ਤੋਂ ਹੀ ਸੋਨਾ ਕੱਢਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਬਾਕੀ 25 ਲੋਡਜ਼ ਅਜੇ ਵੀ ਜਿਉਂ ਦੇ ਤਿਉਂ ਪਏ ਹਨ। ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਨੇ ਸਿਰਫ 2 ਲੋਡਜ਼ ਤੋਂ ਹੀ ਸੋਨਾ ਕੱਢਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸਾਲਾਂ ਤਕ ਆਪਣਾ ਖਜ਼ਾਨਾ ਭਰਿਆ। ਸੋਚੋ ਬਾਕੀ 25 ਲੋਡਜ਼ 'ਚ ਕਿੰਨਾ ਖਜ਼ਾਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।

2 ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਵੇਗੀ ਆਂਧਰਾ ਸਰਕਾਰ

ਅਮਰਾਵਤੀ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : : ਆਂਧਰਾ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਜਿਸ ਨੇ ਕਦੇ ਦੋ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੰਚਾਇਤ ਅਤੇ ਨਗਰ ਨਿਗਮ ਚੋਣਾਂ ਲੜਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਹੁਣ ਘਟਦੀ ਜਨਸੰਖਿਆ ਦਰ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਨੀਤੀ ਅਪਣਾਉਣ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਐਨ. ਚੰਦਰਬਾਬੂ ਨਾਇਡੂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਸਰਕਾਰ ਹੁਣ ਆਬਾਦੀ ਵਾਧੇ ਨੂੰ 'ਮਨੁੱਖੀ ਪੂੰਜੀ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼' ਮੰਨ ਕੇ ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਰਣਨੀਤੀ ਤਿਆਰ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨਾਇਡੂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਹੁਣ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਇਕਾਈ ਮੰਨ ਕੇ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਘਟਦੀ ਜਨਸੰਖਿਆ ਦਰ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਨਾਇਡੂ ਨੇ 'ਜ਼ੀਰੋ ਪੋਵਰਟੀ' ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਤਹਿਤ ਇੱਕ ਨਵੀਨਤਾਕਾਰੀ ਮਾਡਲ ਲਾਂਚ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਸ਼ਕਤ ਲੋਕ ਗ਼ਰੀਬ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਗੋਦ ਲੈਣਗੇ। ਇਹ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ ਬਲਕਿ ਪੂਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਭਲਾਈ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਵੀ ਦੇਵੇਗਾ।

ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਮਹਿਲਾ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਜਣੇਪਾ ਛੁੱਟੀ ਦੀ ਸੀਮਾ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਹੂਲਤ ਸਿਰਫ਼ ਦੋ ਵਾਰ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਸੀ। ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਔਰਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਚਾਹੁਣ ਜਣੇਪਾ ਛੁੱਟੀ ਲੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇਸ 'ਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਹਟਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਕੰਮਕਾਜੀ ਮਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਲਈ 15,000 ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਕਮ ਸਿੱਧੇ ਮਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਸਹਾਇਤਾ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਦਿੱਲੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ 'ਤੇ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ 114 ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਉਡਾਣਾਂ ਰੱਦ ਰਹਿਣਗੀਆਂ,

ਦਿੱਲੀ:10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.): ਦਿੱਲੀ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਏਅਰਪੋਰਟ ਲਿਮਟਿਡ ਨੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਰਨਵੇ ਦੇ ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਕਾਰਨ 15 ਜੂਨ ਤੋਂ 15 ਸਤੰਬਰ ਤੱਕ 114 ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਉਡਾਣਾਂ ਰੱਦ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਦੇ ਸੀਈਓ ਵਿਦੇਹ ਕੁਮਾਰ ਜੈਪੁਰੀਅਰ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਹ ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਇੰਸਟਰੂਮੈਂਟ ਲੈਂਡਿੰਗ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ 31“ 999-2 ਮਿਆਰਾਂ 'ਤੇ ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਧੁੰਦ ਵਰਗੇ ਖਰਾਬ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਲੈਂਡਿੰਗ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।ਵਿਦੇਹ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕੁੱਲ 200 ਉਡਾਣਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 114 ਉਡਾਣਾਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਕੀ 86 ਉਡਾਣਾਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਚੱਲਣਗੀਆਂ। ਰਨਵੇਅ ਸਤੰਬਰ ਦੇ ਅੱਧ ਤੱਕ ਦੁਬਾਰਾ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਵੇਗਾ, ਪਰਅਪਗ੍ਰੇਡ ਦਾ ਕੰਮ ਨਵੰਬਰ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਉਡਾਣਾਂ ਦੇਰੀ ਅਤੇ ਰੱਦ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਘੱਟ ਜਾਵੇਗੀ।ਦਿੱਲੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡਾ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਲਗਭਗ 1,450 ਉਡਾਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਦੌਰਾਨ, ਰਨਵੇਅ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ 32 ਉਡਾਣਾਂ ਤੱਕ ਘਟਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੁੰਬਈ, ਪਟਨਾ ਵਰਗੇ ਵਿਅਸਤ ਰੂਟ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਘੱਟ ਯਾਤਰਾ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਦੇ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਅਸੁਵਿਧਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇ।ਜੈਪੁਰੀਅਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਅਸੁਵਿਧਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸ਼ਡਿਊਲ ਬਦਲਾਅ ਡਾਇਰੈਕਟੋਰੇਟ ਜਨਰਲ ਆਫ਼ ਸਿਵਲ ਏਵੀਏਸ਼ਨ (ਡੀਜੀਸੀਏ) ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਦਿੱਲੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡਾ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਘਣੀ ਧੁੰਦ ਅਤੇ ਘੱਟ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਰਗੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਡਾਣਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦੇਰੀ ਅਤੇ ਰੱਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਵੇਗੀ।

ਨੈਨੀਤਾਲ ਘੁੰਮਣ ਜਾ ਰਹੇ ਪ੍ਰਵਾਰ ਦੀ ਖੜ੍ਹੇ ਟਰੱਕ ਨਾਲ ਟਕਰਾਈ ਕਾਰ, ਤਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ

ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ , 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) :: ਯੂਪੀ ਦੇ ਸ਼ਾਹਜਹਾਂਪੁਰ ਵਿਚ ਅੱਜ ਸਵੇਰੇ ਨੈਨੀਤਾਲ ਜਾ ਰਹੇ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਕਾਰ ਬੇਕਾਬੂ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕ ਖੜ੍ਹੇ ਟਰੱਕ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਗਈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਦੋ ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਮੇਤ ਤਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਹੋਰ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਗਏ।ਪੁਲਿਸ ਸੁਪਰਡੈਂਟ (ਐਸਪੀ) ਰਾਜੇਸ਼ ਦਿਵੇਦੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਲਖਨਊ-ਦਿੱਲੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਮਾਰਗ 'ਤੇ ਜਮੁਕਾ ਚੌਰਾਹੇ 'ਤੇ ਅੱਜ ਸਵੇਰੇ ਲਖਨਊ ਤੋਂ ਆ ਰਹੀ ਇੱਕ ਕਾਰ ਨੇ ਕੰਟਰੋਲ ਗੁਆ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਖੜ੍ਹੇ ਟਰੱਕ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਗਈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰ ਛੇ ਲੋਕ ਗੰਭੀਰ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਗਏ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ ਹਸਪਤਾਲ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਿੱਥੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਸ਼ਿਵਮ ਪਾਂਡੇ (35), ਉਸ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਮਾਧਵਨ (ਦੋ) ਅਤੇ ਸ਼ਵੇਤਾ ਦਿਵੇਦੀ (42) ਨੂੰ ਮ੍ਰਿਤਕ ਐਲਾਨ ਦਿੱਤਾ।

ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਹਰਿਆਣਾ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣਾਏਗੀ: ਸੰਜੀਵ ਵਰਮਾ

ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ, 10 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : : ਹਰਿਆਣਾ ਖੇਡ ਵਿਭਾਗ ਅਤੇ ਆਯੁਸ਼ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸੰਜੀਵ ਵਰਮਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ 'ਤੇ ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਬ੍ਰਹਮਸਰੋਵਰ ਵਿਖੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਹਰਿਆਣਾ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣਾਏਗੀ। ਇਸ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਦਾ ਰਾਜ ਪੱਧਰੀ ਸਮਾਗਮ 15 ਜੂਨ ਨੂੰ ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਵਿੱਚ, 25 ਹਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕ ਯੋਗ-ਮੁਖੀ, ਨਸ਼ਾ-ਮੁਕਤ ਹਰਿਆਣਾ ਲਈ ਦੌੜਨਗੇ। ਇਸ ਮੈਰਾਥਨ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਅਤੇ ਯਾਦਗਾਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਭਾਗਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਸੌਂਪੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਆਯੁਸ਼ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸੰਜੀਵ ਵਰਮਾ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਮਿੰਨੀ ਸਕੱਤਰੇਤ ਦੇ ਆਡੀਟੋਰੀਅਮ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ, ਕੌਂਸਲਰਾਂ ਅਤੇ ਕਾਲਜ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸੰਜੀਵ ਵਰਮਾ ਨੇ ਸਾਬਕਾ ਰਾਜ ਮੰਤਰੀ ਸੁਭਾਸ਼ ਸੁਧਾ, ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਨੇਹਾ ਸਿੰਘ, ਪੁਲਿਸ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਨਿਤੀਸ਼ ਅਗਰਵਾਲ, ਪਤੰਜਲੀ ਯੋਗਪੀਠ ਹਰਿਦੁਆਰ ਦੇ ਕੇਂਦਰੀ ਇੰਚਾਰਜ ਰਾਕੇਸ਼ ਨਾਲ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਅਤੇ ਯਾਦਗਾਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਰਾਥਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਇੱਕ ਗੂਗਲ ਫਾਰਮ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਵੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਿਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੈਲਫੀ ਲੈ ਕੇ ਇਸਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਤੋਹਫ਼ੇ ਵੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ 15 ਜੂਨ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ 'ਤੇ ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਹੁਣ ਤੱਕ ਹੋਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੈਰਾਥਨਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਤੋੜ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਰਿਕਾਰਡ ਕਾਇਮ ਕਰੇਗਾ।

ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਅਤੇ ਨੇੜਲੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਲਗਭਗ 25 ਹਜ਼ਾਰ ਨੌਜਵਾਨ ਇਸ ਮੈਰਾਥਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਗੇ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਐਨਸੀਸੀ ਅਤੇ ਐਨਐਸਐਸ ਕੈਡੇਟ, ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ ਹਰ ਵਰਗ ਦੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ 21 ਜੂਨ ਦੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਏਗਾ।

ਆਯੂਸ਼ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸੰਜੀਵ ਵਰਮਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਅਤੇ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਸਬੰਧੀ ਇੱਕ ਕੰਟਰੋਲ ਰੂਮ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਜੋ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੱਕ ਥਾਂ 'ਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸਾਰੇ ਵਿਭਾਗ ਆਪਣੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਉਣ। ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਵੀ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਡੇਟਾਬੇਸ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਡ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਯੋਗ ਮੈਰਾਥਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਮੈਰਾਥਨ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਭਾ ਕੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿਓ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਾਬਕਾ ਰਾਜ ਮੰਤਰੀ ਸੁਭਾਸ਼ ਸੁਧਾ, ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਕੈਲਾਸ਼ ਸੈਣੀ, ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਨੇਹਾ ਸਿੰਘ, ਪੁਲਿਸ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਨਿਤੀਸ਼ ਅਗਰਵਾਲ, ਪਤੰਜਲੀ ਯੋਗਪੀਠ ਦੇ ਕੇਂਦਰੀ ਇੰਚਾਰਜ ਰਾਕੇਸ਼, ਵਧੀਕ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸੋਨੂੰ ਭੱਟ, ਐਸਡੀਐਮ ਥਾਨੇਸਰ ਅਮਨ ਕੁਮਾਰ, ਐਸਡੀਐਮ ਪੰਕਜ ਸੇਤੀਆ, ਐਸਡੀਐਮ ਡਾ. ਚਿਨਾਰ ਚਾਹਲ, ਐਸਡੀਐਮ ਕਪਿਲ ਕੁਮਾਰ, ਡੀਐਮਸੀ ਸਤੇਂਦਰ ਸਿਵਾਚ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ ਦੇ ਸੀਈਓ ਸ਼ੰਭੂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਧਿਕਾਰੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

ਗਰਦਨ 'ਚ ਦਰਦ ਇੱਕ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆ

ਗਰਦਨ 'ਚ ਦਰਦ ਇੱਕ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਜੋ ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗ਼ਲਤ ਪਾਸੇ ਸੌਣ, ਦੇਰ ਤਕ ਇੱਕੋ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ 'ਚ ਬੈਠਣ, ਟੇਢੇ-ਮੇਢੇ ਲੰਮੇ ਪੈਣ ਜਾਂ ਨੱਸ ਚੜ੍ਹ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਗਰਦਨ 'ਚ ਦਰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ 'ਚ ਖਿਚਾਅ ਕਾਰਨ ਜਾਂ ਲਿਗਾਮੈਂਟਸ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪੈਣ ਕਾਰਨ ਵੀ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਰਦਨ 'ਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਦਰਦ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਸਬੱਬ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਰੂਟੀਨ ਦੇ ਕੰਮਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਤਾਂ ਸਿਰ ਘੁੰਮਾਉਣ ਤੇ ਗੱਲ ਕਰਨ 'ਚ ਵੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਅਕਸਰ ਜਾਂ ਕਦੀ-ਕਦਾਈਂ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨੀਚੇ ਲਿਖੇ ਕੁੱਝ ਤਰੀਕੇ ਅਪਣਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ।

ਦਰਦ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ

ਪੜ੍ਹਨ ਵੇਲੇ, ਟੀਵੀ ਦੇਖਣ, ਫੋਨ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਗਰਦਨ ਗਲਤ ਦਿਸ਼ਾ 'ਚ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਦਰਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੇ ਸਿਰਹਾਣੇ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹੜਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉੱਚਾ ਜਾਂ ਨੀਵਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਪੇਟ ਦੇ ਭਾਰ ਸੌਂਦੇ ਸਮੇਂ ਗਰਦਨ ਗ਼ਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮੋੜਨ ਕਾਰਨ ਵੀ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤਣਾਅ ਵੀ ਗਰਦਨ ਦਰਦ ਦਾ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਰਦ ਦਾ ਹੱਲ

-ਗਰਦਨ ਦਰਦ ਦੇ ਹੱਲ ਦੇ ਬਹੁਤ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਆਈਸ ਪੈਕ ਲਾਉਣਾ, ਮਸਾਜ ਕਰਨੀ ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸੌਖਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ। ਇਸ ਲਈ ਘਰ ਤੇ ਆਫਿਸ 'ਚ ਸਹੀ ਪੋਸਚਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ।

-ਆਪਣੀ ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਸਿੱਧੇ ਬੈਠੋ ਤੇ ਲੋਅਰ ਬੈਕ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿਉ।ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਤੇ ਮੋਢਿਆਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਦਿਉ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਤਕ ਇੱਕੋ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ 'ਚ ਨਾ ਬੈਠੋ।ਗਰਦਨ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਛੋਟੀ-ਮੋਟੀ ਬ੍ਰੇਕ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ।

-ਕੰਪਿਊਟਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਪਣਾ ਵਰਕ ਸਟੇਸ਼ਨ ਠੀਕ ਰੱਖੋ।

-ਕੰਪਿਊਟਰ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੱਖੋ ਕਿ ਮੌਨੀਟਰ ਦਾ ਟੌਪ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੇਧ 'ਚ ਆਵੇ।ਅਜਿਹੇ ਡਾਕਿਊਮੈਂਟ ਹੋਲਡਰ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਸਕ੍ਰੀਨ ਦੀ ਸੇਧ 'ਚ ਰੱਖ ਸਕੋ।

-ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈੱਡ ਜਾਂ ਸਪੀਕਰ ਫੋਨ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।

-ਫੋਨ ਨੂੰ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਹਿਮਤ ਨਾ ਉਠਾਓ।

-ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਦੀ ਸੀਟ ਨੂੰ ਅਪਰਾਈਟ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ 'ਚ ਰੱਖੋ।

-ਸਟਿਅਰਿੰਗ ਵ੍ਹੀਲ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ 'ਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਕਲੀਫ਼ ਨਾ ਉਠਾਓ ਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ 'ਚ ਰੱਖੋ।

-ਸਹੀ ਸਿਰਹਾਣੇ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।

ਅਜਿਹੇ ਸਿਰਹਾਣੇ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ ਜਿਹੜਾ ਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਿੱਧਾ, ਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫਲੈਟ ਹੋਵੇ ਤੇ ਸੌਂਦੇ ਸਮੇਂ ਗਰਦਨ ਟੇਢੀ ਨਾ ਰੱਖੋ।

-ਬੈੱਡ 'ਤੇ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਪੋਸਚਰ ਸਹੀ ਰੱਖੋ।

-ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਿੱਥੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੀ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਤਾਬ ਹੱਥ 'ਚ ਫੜ ਕੇ ਗਰਦਨ ਨਾ ਟੇਢੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇ।ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਵੈੱਜਸ਼ੇਪ ਦੇ ਸਿਰਹਾਣੇ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ ਤੇ ਗਰਦਨ ਨਿਊਟ੍ਰਲ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ 'ਚ ਰੱਖੋ।

ਪ੍ਰਾਪਰ ਲਿਫਟਿੰਗ ਤਕਨੀਕ।

-ਗਰਦਨ ਦੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਲੱਕ ਦੀ ਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਭਾਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਮ ਕਰੋ।

-ਅਜਿਹੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਮਾਹਿਰ ਵਧੀਆ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

-ਕੰਮ ਵੇਲੇ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ ਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਗਰਦਨ ਦੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

-ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਦੀ ਗਤੀ ਘਟਣ ਨਾਲ ਟਿਸ਼ੂ ਰਿਪੇਅਰ 'ਚ ਵੀ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ।

-ਕਦੀ-ਕਦਾਈਂ ਗਰਦਨ 'ਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਜਾਂ ਯੁਮੈਟਾਇਡ ਆਰਥਰਾਈਟਸ ਨਾਲ ਵੀ ਗਰਦਨ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਵਧੀਆ ਥੈਰੇਪੀ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ 'ਚ ਗਰਦਨ ਦਰਦ ਗ਼ਲਤ ਪੋਸਚਰ ਜਾਂ ਹੈਕਟਿਕ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਗਰਦਨ ਦਰਦ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਹੀ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਹੈ।

ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਫੈਲਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ

'ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਨਿੱਤ ਮੁਹਿੰਮਾਂ' ਵਾਲੀ ਕਹਾਵਤ ਅੱਜ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਉੱਪਰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੁੱਕਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੇਰਾ ਸੋਹਣਾ ਪੰਜਾਬ ਅੱਜ ਅਨੇਕਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਰੁਝਾਨ, ਆਰਥਿਕ ਮੰਦਹਾਲੀ ਕਾਰਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਖਦਕੁਸ਼ੀਆਂ ਕਰਨਾ, ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਰਹੀ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਦੀ ਦਰ, ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਘੱਟ ਰਹੀ ਜਨਮ ਦਰ, ਹਵਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਨ, ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਰਹੀ ਅਣ-ਲੋੜੀਂਦੇ (ਯੂਰੇਨੀਅਮ ਆਦਿ) ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ, ਪਾਣੀ ਦਾ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਧਰਤੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਜਾਣਾ, ਫਸਲਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾਵਾਰ ਵੱਧ ਲੈਣ ਲਈ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਅੰਨ੍ਹੇਵਾਹ ਵਰਤੋਂ, ਕਰਾਇਮ ਗਰਾਫ ਦਾ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਨੂੰ ਜਾਣਾ, ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕਾਲੇ ਪੀਲੀਏ ਵਰਗੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਦੈਂਤ ਰੂਪ ਅਖਤਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਰਹੀ ਮਾਯੂਸੀ ਅਤੇ ਆਲਸ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਆਦਿ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਅੱਜ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜੋ ਦੈਂਤ ਰੂਪੀ ਸਮੱਸਿਆ ਸਾਹਮਣੇ ਖੜ੍ਹੀ ਹੈ ਉਹ ਹੈ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ, ਦੁੱਧ, ਪਨੀਰ ਆਦਿ ਦਾ ਅੱਤ ਦਰਜੇ ਦਾ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਫਸਲਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੈਦਾਵਾਰ ਲੈ ਕੇ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਹੋੜ ਨੇ ਫਲਾਂ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਅਨੇਕਾਂ ਲਾ ਇਲਾਜ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਕੇ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਦਰਦਨਾਕ ਮੌਤ ਦੀ ਬੁੱਕਲ ਵੱਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਹਾਲ ਕੈਮੀਕਲਾਂ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਹੋ ਰਹੇ ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਪਨੀਰ ਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਕੈਮੀਕਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਕੇ ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਕੁੱਝ ਕੁ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਲੱਖਾਂ ਲੀਟਰ ਦੁੱਧ ਅਸਲ ਦੁੱਧ ਦੀ ਇੱਕ ਵੀ ਬੂੰਦ ਪਾਏ ਬਿਨਾਂ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਸਾਡੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਜਾਂ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਿਹਾ ਜਾਂ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵਰਗੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮੁੱਦੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚੁੱਪ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਖਾਦ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਪਰਖਣ ਲਈ ਭਾਰਤੀ ਖੁਰਾਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਮਿਆਰ ਅਥਾਰਿਟੀ (ਐਫ.ਐਸ.ਐਸ.ਏ.ਆਈ) ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਫਿਰ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਖਿਲਵਾੜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਿਲਾਵਟੀ ਪਦਾਰਥ ਬਹੁਤ ਧੜੱਲੇ ਨਾਲ ਮਿਲਾਵਟ ਖੋਰ ਮਾਫੀਆ ਵੱਲੋਂ ਵੇਚੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹੇਠਲੇ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਕਈ ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵੀ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਕੁੱਝ ਮਲਟੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੋਲਡ ਡਰਿੰਕਸ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥ (ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ) ਅਕਸਰ ਵਿਵਾਦਾਂ ਦੇ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਰੋਗ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ (ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ) ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੈਮੀਕਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਮਿਆਰ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਖੁਰਾਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਮਿਆਰ ਅਥਾਰਿਟੀ ਦੁਆਰਾ ਕਦੇ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲਡ ਡਰਿੰਕਸ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਜੇ ਕਦੇ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਆਦਿ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਪਰਖਣ ਲਈ ਛਾਪੇਮਾਰੀ ਕੀਤੀ ਵੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਕੇਵਲ ਖਾਨਾਪੂਰਤੀ, ਆਪਣੇ ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਖਬਰਾਂ ਤੇ ਫੋਟੋਆਂ ਲਗਵਾਉਣ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਹੋ ਕਿ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਆ ਕੇ ਤਾਂ ਹੱਦ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਸਾਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਾਡੀ ਰੋਗਾਂ ਨਾਲ ਲੜ੍ਹਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸੀ ਕਾਰਨ ਵਿਕਸਤ ਪੱਛਮੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾ-ਮਾਤਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਡੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਸਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਜਾਗਰੂਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਸਭ ਮੋਟੀਆਂ ਕਮੀਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਉੱਪਰ ਬਿਨਾਂ ਜਾਂਚ-ਪਰਖ ਦੇ ਅੰਨ੍ਹੇਵਾਹ ਕੀਟ-ਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦਾ ਛਿੜਕਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਪਰ ਅਫਸੋਸ, ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਪਰਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੇ ਛਿੜਕਾਅ ਦਾ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ? ਜੇ ਕਦੇ ਕੋਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿਰੁੱਧ ਬੋਲਣ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਕਰ ਵੀ ਲਏ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਸਰਮਾਏਦਾਰ ਮਾਲਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦਬਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਹਰਬਾ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੋਂ ਦਿਵਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਉੱਠੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਨਿਰਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਉਹ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਉਹ ਖਾਣ ਤਾਂ ਕੀ ਖਾਣ? ਜੇ ਆਪਣੀ ਭੁੱਖ ਮਿਟਾਉਣ ਲਈ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਅਨਾਜ, ਫਲ, ਦੁੱਧ, ਪਨੀਰ ਆਦਿ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਕੇ ਮੌਤ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵੱਲ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਜੇ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ ਤਾਂ ਭੁੱਖੇ ਮਰਨਾ ਤੈਅ ਹੈ। ਇਸੀ ਕਾਰਨ ਤਾਂ ਅੱਜ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਦਾਤ ਕਿਸੇ ਵਿਰਲੇ ਮਨੁੱਖ ਕੋਲ ਹੀ ਹੈ। ਅਸਲ ਮੁੱਦੇ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾਂ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਭਾਵ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਅਪਨੀ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਨੁਕਤਿਆਂ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਚੇਤਤਾ ਹੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਦਾ ਮੁੱਲ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੀਜ਼ੇ, ਬਰਗਰ ਆਦਿ ਜਾਂ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡੱਬਾ ਬੰਦ ਤੇ ਰੈਡੀਮੇਡ ਭੋਜਨ, ਜੂਸ ਆਦਿ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਮਾਲ ਕਲਚਰ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਸਟੇਟਸ ਸਿੰਬਲ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਪਨਾਉਂਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ ਲੋਕਤੰਤਰੀ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਮੁੱਢਲਾ ਕਰਤੱਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਕਲੀ ਦੁੱਧ, ਪਨੀਰ ਆਦਿ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਖਿਲਾਫ਼ ਧਾਰਾ 302 ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪਰਚਾ ਦਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ, ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਛਿੜਕਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਵੀ ਸਖ਼ਤ ਧਾਰਾਵਾਂ ਲਾ ਕੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਜਾਤ ਆਧਾਰ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਸੀ ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ 'ਜਨ ਜਾਗ੍ਰਿਤੀ' ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ 'ਤੇ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਹੀ ਖਾਦ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਣਗਿਹਲੀ ਜਾਂ ਮਿਲੀਭੁਗਤ ਕਾਰਨ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਪੱਖੋਂ ਨੁਕਸਾਨ ਉਠਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਭੇਦਭਾਵ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਵਤੀਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ

ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਅਰਥ ਸਧਾਰਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਗ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਭਾਵ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅੰਗ ਵਿੱਚ ਵਿਕਰਤੀ ਹੋਵੇ। ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਜਨਮ ਤੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਿਸੇ ਦੁਰਘਟਨਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੁਢਾਪੇ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਅੰਗ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਲਈ, ਜੋ ਇਸ ਤੋਂ ਗ੍ਰਸਤ ਹੈ। ਉਹ ਇੱਕ ਆਮ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਹੀਂ ਜੀ ਸਕਦਾ। ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅੰਗ ਦੀ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਉਸ ਨੂੰ ਬਾਕੀ ਮਨੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਉਹ ਹੀਣ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਰ ਪਲ ਉਸ ਲਈ ਚੁਣੌਤੀ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਸਰੀ ਚੁਣੌਤੀ ਉਸ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਜਨਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਾਨਸਿਕ ਬੋਝ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਿਊਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਤਾਂ ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਆ ਰਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਜੂਝਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਸਰਾ ਉਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਡਰ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੀਸਰੀ ਚੁਣੌਤੀ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਸਮਾਜ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਇੱਕ ਵਿਕਲਾਂਗ ਲਈ ਵਧੀਆ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਨਕਾਰਾ ਮੰਨ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸਦੀ ਅਸਮੱਰਥਾ ਲਈ ਉਸ ਦਾ ਮਖੌਲ ਉਡਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਦੇ ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦਯਾ ਦਾ ਪਾਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਦੇ ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ। ਸਮਾਜ ਉਸ ਨੂੰ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਬਲਕਿ ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਹਰ ਪਲ ਚੁਣੌਤੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਦਾ ਵਤੀਰਾ ਵਿਕਲਾਂਗ ਲਈ ਬਹੁਤ ਬੇਰੁਖਾ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਹੀਣ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਇੱਕ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਮਨੋਬਲ ਡਿੱਗਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਦੇ ਕਦੇ ਉਹ ਆਤਮਹੱਤਿਆ ਵਰਗੇ ਘਿਨੌਣੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਉਹ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵੇਦਨਾ ਭੋਗ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ 'ਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਅਪਮਾਨ ਅਤੇ ਬੇਰੁਖੀ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਚੌਥੀ ਚੁਣੌਤੀ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਰਵੱਈਆ ਅਤੇ ਨੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਸਰਕਾਰ ਜੋ ਵੀ ਨੀਤੀਆਂ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਸਹੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਕਲਾਂਗ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਦੀਆਂ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਿਕਲਾਂਗ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਅਭਿਸ਼ਾਪ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭੋਗਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਿੱਜੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਨਿਸ਼ਚਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ ਵੱਡੀ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਨੂੰ ਵੀ ਜਿੱਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਰੀਰਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਸਹਿਣ ਵਿੱਚ ਵਿੱਦਿਆ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਵਿੱਦਿਆ ਇੱਕ ਉਹ ਵਡਮੁੱਲਾ ਗਹਿਣਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਕ ਵਿਕਲਾਂਗ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਣਯੋਗ ਥਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਜ਼ਬੂਤ ਇੱਛਾ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਵਿੱਦਿਆ ਦੇ ਭਰੋਸੇ ਆਤਮ ਨਿਰਭਰ ਬਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਤੀਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਕਲਾਂਗ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਿਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਅਜਿਹਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਾ ਖੁਦ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਨਾ ਸਮਝੇ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਭੇਦਭਾਵ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਸਗੋਂ ਉਸਦੀ ਸਰੀਰਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਤਾਕਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਇਕਾਈ ਪਰਿਵਾਰ ਹੀ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨੀਂਵ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸਮਾਜ ਦੀ ਨੈਤਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਭੇਦਭਾਵ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਵਤੀਰਾ ਕਰਨ। ਮਾਨਸਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸਰੀਰਕ ਪੱਖੋਂ ਵਿਕਲਾਂਗ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੁਖਦਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਸਮਰੱਥ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਯਤਨਾਂ ਦੀ ਵੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵੱਧ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਵੈਰੁਜ਼ਗਾਰ ਜਾਂ ਆਤਮ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸਮਾਜ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਰਵੱਈਏ ਦੇ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਤ੍ਰਾਸਦੀ ਭੋਗਦਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋਰ ਦੁੱਖ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਸਮਾਜ ਐੱਨਜੀਓ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਅ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀ ਉਸ ਦਾ ਹੀ ਅੰਗ ਅਤੇ ਨਾਗਰਿਕ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਾਕੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਵਾਂਗ ਸਮਾਨ ਅਧਿਕਾਰ ਦੇਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਅਦਾ ਕਰੇ। ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਉਲੀਕੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਰਾਊਂਡ ਲੈਵਲ 'ਤੇ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੱਕ ਮੁਹੱਈਆ ਵੀ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਲਾਂਗ ਕੇਂਦਰ ਖੋਲ੍ਹੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇੰਕਲੂਜ਼ਿਵ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮੁੱਖਤਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਮਾਜ ਦਾ ਅਪਾਹਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਤਕਰੇ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਖਤਮ ਹੋਵੇ। ਹਰ ਪਬਲਿਕ ਥਾਂ ਜਿਵੇਂ ਬੱਸ ਅੱਡਾ, ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ, ਬੈਂਕ, ਹਸਪਤਾਲ, ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਕੰਪਲੈਕਸ, ਧਾਰਮਿਕ ਥਾਵਾਂ ਆਦਿ 'ਤੇ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਸੁਖਾਲੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਰੈਂਪ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਟੁਆਇਲਟਸ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਹਰ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਹੋਟਲ, ਰਿਜ਼ੋਰਟ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹ ਸੁਵਿਧਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ 'ਤੇ ਬੋਝ ਨਾ ਬਨਣ ਬਲਕਿ ਖੁਦ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਬਣ ਜਾਣ। ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਇੱਕ ਸ਼ਰਾਪ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ ਪਰ ਜੇਕਰ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਸਹੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣ, ਸਮਾਜ ਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਨਜ਼ਰੀਆ ਅਤੇ ਰਵੱਈਆ ਬਦਲ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਉਪਯੋਗੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਪਰ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਅਰਥਾਤ ਮਾੜੀ ਸੋਚ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨਿਘਾਰ ਵੱਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਕਲਾਂਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਵੱਲ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਹੱਥ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਹੀਣ ਭਾਵਨਾ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਕੇ ਸਨਮਾਨਯੋਗ ਜੀਵਨ ਜੀ ਸਕਣ।

ਕਾਰਲ ਗੁਸਤਫ ਜੁੰਗ ਸਵਿਟਜ਼ਰਲੈਂਡ ਦਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਤੇ ਮਨੋਚਿਕਿਤਸਕ

ਅੱਜ ਤੋਂ ਦੋ ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਯੂਨਾਨੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਸੁਕਰਾਤ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ 'ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਅੱਖ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸਦੇ ਮਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।' ਇਸ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਦੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਵਿਦਵਾਨ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਸਾਇਕੋਲੋਜੀ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਸਨ। ਭਾਵੇਂ ਸਾਇਕੋਲੋਜੀ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣਾ ਹੈ ਪਰ ਪਿਛਲੇ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾਣ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਇਕੋਲੋਜੀ ਮਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਵਿਗਿਆਨ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਖੋਜਾਂ ਨੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਮਾਨਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪਰਦਾ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ, ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਰਹੱਸ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮ ਸਿਗਮੰਡ ਫਰਾਇਡ ਨੇ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਪਿਤਾਮਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਗਮੰਡ ਫਰਾਇਡ ਦਾ ਨਾਂ ਆਧੁਨਿਕ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਹਾਨ ਚਿੰਤਕਾਂ ਵਿੱਚ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਚਿੰਤਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਫਰਾਇਡ ਦੀ ਮਹਾਨ ਦੇਣ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਨਿਗੂਣੇ ਪੱਖਾਂ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਤਰਿਕ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਧਿਐਨ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣਾਇਆ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਸਨੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਅਰਥ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ। ਉਸ ਨੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਬੂਹੇ ਬਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਦੀ ਥਾਂ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰਨਾ ਆਰੰਭ ਕੀਤਾ। ਫਰਾਇਡ ਹੀ ਸੀ ਜਿਸ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਖੋਜਿਆ ਕਿ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਵੀ ਰੋਗੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਰਾਇਡ ਅਨੁਸਾਰ ਸੁਪਨੇ ਭਵਿੱਖੀ ਵਰਤਾਰੇ ਜਾਂ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਬਲਕਿ ਮਨ ਵਿੱਚ ਦੱਬੀਆਂ ਖੁਆਇਸ਼ਾਂ ਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੀ ਅਪੂਰਤੀ ਦੇ ਧੁੰਦਲੇ ਜਿਹੇ ਚਿੱਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਾਰਲ ਗੁਸਤਫ ਜੁੰਗ ਸਵਿਟਜ਼ਰਲੈਂਡ ਦਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਤੇ ਮਨੋਚਿਕਿਤਸਕ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਕੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਨੀਂਹ ਰੱਖੀ। ਜੁੰਗ ਨੇ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ, ਆਦਿਰੂਪਾਂ ਅਤੇ ਸਾਮੂਹਕ ਅਚੇਤਨ ਦੀਆਂ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀਆਂ। ਮਨੋਰੋਗ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਧਰਮ ਸਾਹਿਤ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧਤ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣਾਤਮਿਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਸੰਕਲਪ ਹੈ।

ਵਿਲਹੇਲਸ ਵੰਟ ਨੇ 1869 ਵਿੱਚ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਖੋਲ੍ਹੀ ਸੀ। ਹਯੂਮ ਨੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਨੂੰ ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਪੱਦਤੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਵਡਮੁੱਲਾ ਯੋਗਦਾਨ ਦਿੱਤਾ। ਪਹਿਲਾਂ ਮਨੁੱਖ ਮਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਦਿਲ ਤੋਂ ਸੋਚਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹਿੰਦਾ ਸੀ ਪਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜਦੋਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਖੋਜ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਆਰੰਭ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਇਹ ਸਿੱਟਾ ਨਿਕਲ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ ਸੋਚਣ ਤੇ ਸਮਝਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਮਨੁੱਖੀ ਦਿਮਾਗ ਕੋਲ ਹੈ, ਜਦ ਕਿ ਦਿਲ ਦਾ ਕੰਮ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸੌਂਦਿਆਂ-ਜਾਗਦਿਆਂ ਨਿਰੰਤਰ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਾ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਨੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ, ਸੁਚੇਤ ਮਨ, ਅਚੇਤ ਮਨ ਅਤੇ ਅਰਧ ਚੇਤਨ ਮਨ। ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦੀ ਸੁਚੇਤ ਜਾਂ ਚੇਤਨ ਅਵਸਥਾ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਜਾਗਰਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਆਪਣੇ ਨਿੱਤ ਪ੍ਰਤੀ ਦੇ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹਦਾ ਮਨ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਦਾ ਦੂਜਾ ਭਾਗ ਅਵਚੇਤਨ ਮਨ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ, ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵੱਲੋਂ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆਨ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾਲ ਭੰਡਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੀਜਾ ਭਾਗ ਹੈ ਅਰਧ ਚੇਤਨ ਮਨ ਅਵਚੇਤਨ ਦੇ ਵਿੱਚ ਪਏ ਯਾਦਾਂ ਦੇ ਖਜ਼ਾਨੇ ਨੂੰ ਚੇਤਨ ਤੱਕ ਆਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਅਰਧ ਚੇਤਨ ਮਨ ਦੀ ਪ੍ਰੀਕਿਰਿਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਸੀਮਾਵਾਂ ਨਹੀਂ, ਉਵੇਂ ਹੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਖੇਤਰ ਵੀ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੈ। ਸਾਈਕਾਲੌਜੀ ਨੂੰ ਹੁਣ ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾਣ ਲੱਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕ ਸ਼ਾਖਾਵਾ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆ ਗਈਆ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਜਾਤੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ, ਅਸਾਧਾਰਨ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ, ਸਮਾਜਿਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ, ਉਦਯੋਗਿਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਆਦਿ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹਨ।

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਡਰ ਸਹਿਮ ਦਾ ਰੱਜ ਕੇ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਚਾਤੁਰ ਲੋਕ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਬਣਾਉਟੀ ਡਰ ਵੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਗਿਆਨਤਾ ਤੋਂ ਫਾਇਦਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਨਮਾਨਸ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਡਰ ਦੇ ਕੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਲੁੱਟਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਲੋਕ ਅਤੇ ਅਖੌਤੀ ਬਾਬੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਗਰ ਤੋਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਂਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਅਖਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਟੀ ਵੀ ਚੈਨਲਾਂ 'ਤੇ ਇਹ ਖਬਰਾਂ ਆਮ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਬਾਬੇ ਦੇ ਕਹਿਣ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਦੂਸਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਆਤਮ ਹੱਤਿਆ ਕਰ ਲਈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅਗਿਆਨਤਾ ਭਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਵਹਿਮ ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਆਦਤਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਵਾਦੜੀਆਂ ਸਜਾਦੜੀਆਂ ਨਿਭਣ ਸਿਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਕਵੀ ਵਾਰਿਸ ਸ਼ਾਹ ਵੀ ਲਿਖਦਾ ਹੈ 'ਵਾਰਿਸ ਸ਼ਾਹ ਨਾ ਆਦਤਾਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਨੇ ਭਾਵੇਂ ਕੱਟੀਏ ਪੋਰੀਆਂ ਪੋਰੀਆਂ ਜੀ।'

ਪਰ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਨੇ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਵਹਿਮ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵੀ ਮਾਹੌਲ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਬਦਲਣ ਨਾਲ ਬਦਲਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਹਵਾਲੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਡਾਕੂ - ਚੋਰ - ਲੁਟੇਰੇ ਸਾਧ ਬਣ ਗਏ ਅਤੇ ਮਾੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਬਦਲਿਆ ਅਤੇ ਉਹ ਚੰਗੇ ਇਨਸਾਨ ਬਣ ਗਏ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ 'ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ' ਅਤੇ 'ਟੈਂਸ਼ਨ' ਸ਼ਬਦ ਸਾਡੀ ਆਮ ਬੋਲਚਾਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਬਦਲਦੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨਾਲ ਸਭ ਕੁੱਝ ਬੜੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬਦਲਣ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਵੀ ਬੜੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬਦਲਣ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ। ਸੰਚਾਰ ਸਾਧਨਾਂ, ਖਾਸ ਕਰ ਕੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕਈ ਪੱਖਾਂ ਤੋਂ ਵਰਦਾਨ ਸਿੱਧ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਨਾਲ ਇਹ ਅੱਜ ਦੀ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਬਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਾਂਗ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦਾ ਨਸ਼ਾ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਬੜੀ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਬਦਲਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਨਵੇਂ ਢੰਗ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ - ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਰ ਕੇ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਲੋਕ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕੰਮ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਝ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ 'ਤੇ ਜਾ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਬਿਤਾਉਣ ਕਰ ਕੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨੇਪਰੇ ਨਾ ਚੜ੍ਹਣ ਕਰ ਕੇ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੁਣ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਰ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦਾ ਕੰਮ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰੁਝੇਵੇਂ ਭਰਿਆ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦੇ ਪਾਉਣਾ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਝ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫੋਨ ਚਲਾਉਣ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੱਛਮੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਸੀ ਪਰ ਪਿਛਲੇ ਕੁੱਝ ਕੁ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਜਦ ਵੀ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਜੰਤਰ ਮੰਤਰ ਜਾਂ ਉਪਰੀ ਕਸਰ ਦਾ ਸਾਇਆ ਮੰਨਦੇ ਸਨ।

ਕਿਲ੍ਹੇ ਅੰਦਰਲਾ ਸ਼ਾਹੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ

ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ ਰਿਆਸਤ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਇਸ ਦੀਆਂ ਇਤਿਹਾਸਕ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤਾਤ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਚੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਲ੍ਹਾ, ਮਹਿਲ, ਬਾਰਾਂਦਰੀ, ਦਰਵਾਜ਼ੇ, ਕੋਠੀਆਂ, ਯਾਦਗਾਰਾਂ, ਘੰਟਾ ਘਰ, ਗੈਸਟ ਹਾਊਸ, ਸਰਾਂ, ਗ੍ਰੇਨਰੀ, ਅਸਤਬਲ, ਪੁਲੀਸ ਸਟੇਸ਼ਨ, ਜੇਲ੍ਹ, ਛਾਉਣੀ, ਫੈਕਟਰੀ, ਫ਼ਰਾਸ਼ਖਾਨਾ, ਹੈਂਗਰ, ਗੁਰਦੁਆਰਾ, ਈਦਗਾਹ, ਮਸਜਿਦ ਤੇ ਮੰਦਰ ਆਦਿ ਸਾਰੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਸ਼ੈਲੀ ਜੋ ਮੁਗ਼ਲ ਉਸਾਰੀ ਕਲਾ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੀ ਪਹਿਲੇ ਹਿੰਦੂ ਉਸਾਰੀ ਕਲਾ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਜੋ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਮਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਮੰਦਿਰਾਂ, ਮਸਜਿਦ ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ ਸ਼ੈਲੀ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਬਣਵਾਏ ਮਹਿਲਾਂ, ਰਾਜ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਗ਼ੈਰ ਧਾਰਮਿਕ ਇਮਾਰਤਾਂ ਲਈ ਵਰਤੀ ਗਈ। ਇਹ ਸ਼ੈਲੀ 'ਨਵ ਕਲਾਸੀਕਲ' ਅਤੇ 'ਗੋਥਿਕ ਰਿਵਾਈਵਲ' ਵਰਗੀਆਂ ਯੂਰੋਪੀਅਨ ਸ਼ੈਲੀਆਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਸੀ। ਆਈਨ-ਏ-ਬਰਾੜ ਬੰਸ ਮੁਤਾਬਕ ਹਮੀਰ ਸਿੰਘ (1763-82) ਨੇ ਇੱਥੋਂ 30 ਕੁ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੂਰ ਪਿੰਡ ਕੋਟ ਕਰੋੜ ਦਾ ਕਿਲ੍ਹਾ ਤੋੜ ਕੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਇੱਟਾਂ ਨਾਲ ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ ਦਾ ਕਿਲ੍ਹਾ ਬਣਵਾਇਆ ਸੀ। ਕਿਲ੍ਹੇ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕਾਂ ਥਾਈਂ ਦਿਸਦੀਆਂ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਇੱਟਾਂ ਵੀ ਇਸ ਦੀ ਪੁਰਾਤਨਤਾ ਦਾ ਸਬੂਤ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਈ ਕੱਚਾ ਕਿਲ੍ਹਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਦੰਦ ਕਥਾਵਾਂ ਪਾਸੇ ਕਰਕੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਪੱਕੇ ਕਿਲ੍ਹੇ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਹਮੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਹੀ ਕਰਵਾਈ ਸੀ। ਆਈਨ-ਏ-ਬਰਾੜ ਬੰਸ ਤੋਂ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਿਕਰਮ ਸਿੰਘ ਦੇ ਰਾਜਕਾਲ (1874-98) ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਮਹਾਜਨਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਾਹੂਕਾਰਾਂ ਦੇ ਮਕਾਨ ਕਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਸਨ। 1837 ਤਕ ਨਵਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਵਸਾਇਆ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਸੀ। ਬਿਕਰਮ ਸਿੰਘ ਨੇ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਮਹਾਜਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਹੂਕਾਰ ਕਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਬਾਹਰ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਚਾਹੁਣ ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਬਣਾ ਲੈਣ। ਕਿਲ੍ਹਾ ਸਿਰਫ਼ ਸ਼ਾਹੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿਲਾਂ ਲਈ ਰਾਖਵਾਂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਕਿਲ੍ਹੇ ਦਾ ਅੰਦਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਪੱਧਰਾ ਕਰਕੇ ਮਹਿਲ-ਮੁਬਾਰਕ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਕਈ ਮਹਿਲਾਂ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਕਰਵਾਈ। ਬਿਕਰਮ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਮਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਗ਼ਾਂ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ ਸਟੇਟ ਗੈਜ਼ਟਿਅਰ ਵੀ ਭਰਦਾ ਹੈ। ਆਈਨ-ਏ-ਬਰਾੜ ਬੰਸ ਕਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇੱਕ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਬਾਜ਼ਾਰ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਬਾਰੇ ਵੀ ਲਿਖਦਾ ਹੈ। ਕਿਲ੍ਹੇ ਅੰਦਰ ਹੋਰ ਇਮਾਰਤਾਂ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਬਾਅਦ ਦੇ ਹਾਕਮਾਂ ਨੇ ਬਣਵਾਈਆਂ। 212 ਮੀਟਰ ਲੰਮੀ ਬਾਹੀ ਵਾਲਾ ਇਹ ਵਰਗਾਕਾਰ ਕਿਲ੍ਹਾ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਥਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਦੇਣ ਲਈ ਹਰ ਕੋਨੇ 'ਤੇ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਬੁਰਜ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਹਰ ਬਾਹੀ ਵਿੱਚ ਚਾਰ-ਚਾਰ ਬੁਰਜ ਹੋਰ ਹਨ। ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਲਈ ਪੂਰਬੀ ਕੰਧ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਹਾਥੀ ਦੀ ਸਵਾਰੀ ਲੰਘ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲਾਂਘੇ ਦੇ ਦੋਹੇਂ ਪਾਸੇ ਕੰਧਾਂ ਉੱਪਰ ਸਜਾਵਟੀ ਚਿੱਤਰ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜੋ 1924 ਵਿੱਚ ਚਿਤਰਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ ਜਦੋਂ ਕੈਪਟਨ ਬ੍ਰਾਊਨ ਰਿਆਸਤ ਇੰਜਨੀਅਰ ਅਤੇ ਮਿਲਟਰੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿਤੇਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗੋਰਾ ਸਿੰਘ ਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਥਾਨਕ ਮਿਸਤਰੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਸੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਿੱਤਰਾਂ ਅਤੇ ਕਿਲ੍ਹੇ ਵਿਚਲੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਚਿੱਤਰਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਲਈ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ ਦੇ ਰਾਜੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਦਾ ਵੰਸ਼ਜ ਮੰਨਦੇ ਸਨ। ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਉੱਪਰਲੀ ਮੰਜ਼ਿਲ 'ਤੇ ਸ਼ੀਸ਼ ਮਹਿਲ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਲਗਪਗ ਸਾਰੇ ਰਾਜਪੂਤ ਅਤੇ ਮੁਗ਼ਲ ਮਹਿਲਾਂ ਦਾ ਅਭਿੰਨ ਅੰਗ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਇਸ ਮਹਿਲ ਦੀ ਉਸਾਰੀ 1876 ਵਿੱਚ ਰਾਜਾ ਬਿਕਰਮ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਰਵਾਈ ਸੀ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਜ਼ਾਹਿਰ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਮਹਿਲ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ 'ਤੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਸ਼ੀਸ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਸਜਾਵਟ ਹੈ ਜੋ ਫੁੱਲ-ਪੱਤੀਆਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਮੂਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੜੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦਾ ਹਰੇਕ ਟੁਕੜਾ ਰੌਸ਼ਨੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਤ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਦਿਲਕਸ਼ ਨਜ਼ਾਰਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਸ਼ੀਸ਼ ਮਹਿਲ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜੁੜੀ ਚਿੱਤਰਸ਼ਾਲਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਕੰਧ ਉੱਪਰ ਦੋ ਵੱਡੇ ਚਿੱਤਰ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਚਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬਾਕੀਆਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਧਾਰਮਿਕ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਗੋਪੀਆਂ ਸੰਗ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ, ਬਲਦ 'ਤੇ ਸਵਾਰ ਸ਼ਿਵ ਅਤੇ ਸ਼ੇਰ 'ਤੇ ਸਵਾਰ ਪਾਰਵਤੀ, ਗਣੇਸ਼, ਬਾਲੇ ਅਤੇ ਮਰਦਾਨੇ ਸੰਗ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ, ਘੋੜੇ 'ਤੇ ਸਵਾਰ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਆਦਿ।

ਸਮਾਜਿਕ ਨਾਬਰਾਬਰੀ ਅਤੇ ਅਡੰਬਰਵਾਦ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਆਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ

ਸਤਿਕਾਰ ਤੇ ਸ਼ਰਧਾ ਵਜੋਂ 'ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਬੀਰ' ਜਾਂ 'ਸੰਤ ਕਬੀਰ' ਦੇ ਲਕਬਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੋਧਤ ਤੇ ਸਨਮਾਨਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਕਬੀਰ ਜੀ ਨੂੰ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ 'ਭਗਤ' ਆਖ ਕੇ ਵਡਿਆਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਉਹ ਮਹਾਨ ਸੰਤ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਵਨ ਤੇ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪੰਜਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਬੜੇ ਹੀ ਪ੍ਰੇਮ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਵੱਲੋਂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅੰਦਰ ਦਰਜ 15 ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਾਣੀ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਦੀ ਹੈ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਦੁਆਰਾ 17 ਰਾਗਾਂ ਵਿਚ ਉਚਾਰਨ ਕੀਤੇ 229 ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ 243 ਸਲੋਕ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਪਾਵਨ ਅੰਗਾਂ 'ਤੇ ਸੁਭਾਇਮਾਨ ਹਨ ਤੇ ਆਪ ਦਾ ਉਚਾਰਨ ਕੀਤਾ ਹਰੇਕ ਬਚਨ ਪ੍ਰਭੂ ਭਗਤੀ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮਕਾਲੀ ਸਮਾਜ ਅੰਦਰ ਪਸਰੇ ਰੂੜ੍ਹੀਵਾਦ, ਜਾਤੀਵਾਦ ਅਤੇ ਪਖੰਡਵਾਦ 'ਤੇ ਬੜੀ ਹੀ ਬੇਬਾਕੀ ਅਤੇ ਨਿਡਰਤਾ ਨਾਲ ਚੋਟ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਾਵਨ ਨਗਰ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਬਨਾਰਸ ਵਿਖੇ ਕਬੀਰ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਸੰਨ 1398 ਦੇ ਆਸਪਾਸ ਹੋਇਆ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਲੋਕ ਗਮਨ ਬਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਇਤਿਹਾਸਕਾਰਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਨ। ਕੁਝ ਇਕ ਵਿਦਵਾਨ ਪ੍ਰਲੋਕ ਗਮਨ ਦਾ ਸਾਲ 1448 ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕੁਝ ਸੰਨ 1518। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੇਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿਚ ਨੀਵੀਂ ਜਾਤੀ ਵਜੋਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਜੁਲਾਹਾ ਜਾਤੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਨੀਰੂ ਅਤੇ ਨੀਮਾ ਦੇ ਘਰ ਆਪ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਜਾਂ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਹੋਇਆ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਪ ਦੀ ਪਤਨੀ 'ਲੋਈ' ਦਾ ਵੀ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਇਹ ਖ਼ੁਲਾਸੇ ਵੀ ਹੋਏ ਹਨ ਕਿ ਆਪ ਜੀ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੇ ਹਾਕਮਾਂ, ਪੁਜਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਜ਼ੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕੁਝ ਯਤਨ ਵੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ। ਉਂਜ ਫ਼ਾਰਸੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਰਚੀ ਪੁਸਤਕ 'ਦਬਿਸਤਾਨ-ਏ-ਮਜ਼ਾਹਿਬ' ਅਨੁਸਾਰ ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਇਕ 'ਬੈਰਾਗੀ' ਸਨ ਅਤੇ ਸੰਤ ਰਾਮਾਨੰਦ ਦੇ ਚੇਲੇ ਸਨ।

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਮੂਹ ਭਗਤ ਜਨਾਂ ਦੀਆਂ ਬਾਣੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੇਬਾਕੀ ਤੇ ਨਿਡਰਤਾ ਝਲਕਦੀ ਹੈ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਆਪਣੇ ਸਮਕਾਲੀ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਫ਼ੈਲੇ ਛੂਤਛਾਤ, ਜਾਤੀ ਪ੍ਰਥਾ ਅਤੇ ਪਖੰਡਵਾਦ ਦੇ ਕੱਟੜ ਵਿਰੋਧੀ ਸਨ। ਆਪ ਦਾ ਇਹ ਮਤ ਸੀ ਕਿ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਭਗਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਕੇਵਲ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਜਾਤੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਉੱਚ ਜਾਤੀਆਂ ਦਾ ਹੀ ਏਕਾਧਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਆਪ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਸਨ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਅਤੇ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਹਰੇਕ ਜੀਵ ਦੀ ਰਚਨਾ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਭਿੰਨ-ਭੇਦ ਜਾਂ ਊਚ-ਨੀਚ ਦੇ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤੇ ਉਸਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਿਚ ਸਭ ਬਰਾਬਰ ਹਨ। ਆਪ ਜੀ ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਅੰਦਰ ਇੱਕੋ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦਾ ਨੂਰ ਬਰਸਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਪ੍ਰਥਾਇ ਆਪ ਜੀ ਆਖ਼ਦੇ ਹਨ :

ਅਵਲਿ ਅਲਹ ਨੂਰੁ ਉਪਾਇਆ
ਕੁਦਰਤਿ ਕੇ ਸਭ ਬੰਦੇ
ਏਕ ਨੂਰ ਤੇ ਸਭੁ ਜਗੁ ਉਪਜਿਆ
ਕਉਨ ਭਲੇ ਕੋ ਮੰਦੇ ॥
(ਅੰਗ 1349)

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਹਬੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੰਡੇ ਹੋਏ ਹਿੰਦੂਆਂ ਅਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਖ਼ਰੇਵੇਂ ਦੀ ਕੰਧ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਸੀ। ਉਹ ਤਾਂ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅੰਸ਼ ਕਬੂਲਦੇ ਸਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਂਹ ਕੱਢ ਕੇ ਆਖਿਆ ਸੀ:

ਹਿੰਦੂ ਤੁਰਕ ਦੁਹੂੰ ਮਹਿ ਏਕੈ ਕਹੈ ਕਬੀਰ ਪੁਕਾਰਿ ॥
(ਅੰਗ 483)

ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਮਤ ਸੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਹਰੇਕ ਸ਼ਖ਼; ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਅੰਦਰ ਇੱਕੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ-ਦੀਦਾਰੇ ਹੋਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਫ਼ਰਤ, ਈਰਖਾ ਅਤੇ ਭੇਦਭਾਵ ਮੁੱਢੋਂ ਹੀ ਮੁੱਕ ਜਾਣ। ਆਪ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਸੀ ਕਿ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਾ ਮਿਟਾ ਕੇ ਉਸ ਪਰਿਪੂਰਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਅਭੇਦ ਹੋਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੇ। ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਤਾਂ ਐਲਾਨੀਆਂ ਆਖ਼ਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਖ਼ੁਦ ਵੀ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਵਿਚ ਅਭੇਦ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਥਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਹੀ ਦਰਸ਼ਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਚਨ ਹਨ :

ਕਬੀਰ ਤੂੰ ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਤੂ ਹੂਆ ਮੁਝ ਮਹਿ ਰਹਾ ਨ ਹੂੰ ॥
ਜਬ ਆਪਾ ਪਰ ਕਾ ਮਿਟਿ ਗਇਆ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਤੂ ॥
(ਅੰਗ 1375)

ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਅਨੇਕਤਾ ਵਿਚ ਏਕਤਾ ਦਾ ਜੋ ਸਿਧਾਂਤ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਰਚਨਹਾਰਿਆਂ ਨੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਬਖ਼ਸ਼ਿਆ ਸੀ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਵੀ ਉਸੇ ਸਿਧਾਂਤ, ਉਸੇ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਸਨ। ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ, ਰਿਸ਼ੀ ਮਨੂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਵਰਣ ਵੰਡ ਦੇ ਫ਼ਲਸਰੂਪ 'ਉੱਚੀ ਜਾਤੀ' ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ 'ਨੀਵੀਂ ਜਾਤੀ' ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਖ਼ਾਸੇ ਖ਼ਫ਼ਾ ਸਨ। ਉਹ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਸਮਾਜ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ 'ਸ਼੍ਰੇਸ਼ਠ' ਸਮਝੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਬ੍ਰਾਹਮਣਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਮਾਜ ਦੇ ਦੂਜੇ ਵਰਗਾਂ ਕੋਲੋਂ ਆਪਣਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਦਿਆਂ ਆਖ਼ਦੇ ਹਨ :

ਕਬੀਰ ਬਾਮਨੁ ਗੁਰੂ ਹੈ ਜਗਤ ਕਾ

ਭਗਤਨ ਕਾ ਗੁਰੁ ਨਾਹਿ ॥
ਅਰਝਿ ਉਰਝਿ ਕੈ ਪਚਿ ਮੂਆ ਚਾਰਉ ਬੇਦਹੁ ਮਾਹਿ ॥
(ਅੰਗ 1377)

ਇਕ ਥਾਂ ਹੋਰ ਅਖੌਤੀ ਬ੍ਰਾਹਮਣਵਾਦ ਖ਼ਿਲਾਫ ਤਿੱਖੇ ਤੇਵਰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਂਦਿਆਂ ਆਪ ਨੇ ਕਿਹਾ :

ਜੌ ਤੂੰ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਬ੍ਰਹਮਣੀ ਜਾਇਆ
ਤਉ ਆਨ ਬਾਟ ਕਾਹੇ ਨਹੀ ਆਇਆ ॥
ਤੁਮ ਕਤ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਹਮ ਕਤ ਸੂਦ
ਹਮ ਕਤ ਲੋਹੂ ਤੁਮ ਕਤ ਦੂਧ ॥
(ਅੰਗ 324)

ਅਤੇ

ਬੇਦ ਪੁਰਾਨ ਪੜੇ ਕਾ ਕਿਆ ਗੁਨੁ ਖਰ ਚੰਦਨ ਜਸ ਭਾਰਾ
ਰਾਮ ਨਾਮ ਕੀ ਗਤਿ ਨਹੀ ਜਾਨੀ ਕੈਸੇ ਉਤਰਸਿ ਪਾਰਾ ॥
(ਅੰਗ 1102)

ਧਰਮ ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਦਾ ਸਾਖਿਆਤ ਮਿਸਾਲ ਆਖੇ ਜਾਂਦੇ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਐਸਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਮਕਾਲੀ ਬ੍ਰਾਹਮਣਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਚਾਰੇ ਤੇ ਪਸਾਰੇ ਗਏ ਜਾਤੀਵਾਦ ਨੂੰ ਹੀ ਭੰਡਿਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਮਾਜ ਅੰਦਰ ਊਚ-ਨੀਚ ਫ਼ੈਲਾਉਣ ਲਈ ਸਮਕਾਲੀ ਮੁੱਲਾਂ ਅਤੇ ਕਾਜ਼ੀ ਨੂੰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਬਖ਼ਸ਼ਿਆ ਸੀ। ਮੁੱਲਾਂ, ਕਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰਦਿਆਂ ਆਪ ਦੇ ਬਚਨ ਹਨ :

ਸੋ ਮੁਲਾਂ ਜੋ ਮਨ ਸਿਉ ਲਰੈ ॥
ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿ ਕਾਲ ਸਿਉ ਜੁਰੈ ॥
ਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਮਰਦੈ ਮਾਨੁ ॥
ਤਿਸੁ ਮੁਲਾ ਕਉ ਸਦਾ ਸਲਾਮੁ ॥
ਕਾਜੀ ਸੋ ਜੁ ਕਾਇਆ ਬੀਚਾਰੈ
ਕਾਇਆ ਕੀ ਅਗਨਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਪਰਜਾਰੈ ॥
(ਅੰਗ 1159)

ਅਤੇ

ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਜੋ ਬ੍ਰਹਮ ਬੀਚਾਰੈ ॥
ਸੋ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਕਹੀਅਤ ਹੈ ਹਮਾਰੈ ॥
(ਅੰਗ 324)

ਮੰਦਰ ਤੇ ਮਸਜਿਦ ਅਤੇ ਹਿੰਦੂ ਅਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨ ਦਰਮਿਆਨ ਕੋਈ ਫ਼ਰਕ ਜਾਂ ਅੰਤਰ ਨਾ ਵੇਖਣ ਵਾਲੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਮਾਲਕ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਉਚਾਰਨ ਕੀਤਾ ਸੀ:

ਅਲਹੁ ਏਕੁ ਮਸੀਤਿ ਬਸਤੁ ਹੈ ਅਵਰੁ ਮੁਲਖੁ ਕਿਸੁ ਕੇਰਾ ॥
ਹਿੰਦੂ ਮੂਰਤਿ ਨਾਮ ਨਿਵਾਸੀ ਦੁਹ ਮਹਿ ਤਤੁ ਨ ਹੇਰਾ ॥
(ਅੰਗ 1349)

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਦਰਜ ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਹੈ ਕਿ ਭਗਤ ਜਨ ਆਪਣੀ ਨੀਵੀਂ ਜਾਤ ਨੂੰ ਨਾ ਛੁਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਸ ਜਾਤ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੀਣਤਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਸਗੋਂ ਨੀਵੀਂ ਜਾਤ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਰੱਖਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸੱਚੀ ਪ੍ਰੇਮਾ ਭਗਤੀ ਦੇ ਫ਼ਲਸਰੂਪ ਉਸ ਪਰਮ ਪਿਤਾ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰ ਲੈਣ ਨੂੰ ਭਗਤਜਨ ਆਪਣਾ ਸੁਭਾਗ ਮੰਨਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਪ੍ਰਥਾਇ ਭਗਤ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ :

ਨੀਚ ਰੂਖ ਤੇ ਊਚ ਭਏ ਹੈ ਗੰਧ ਸੁਗੰਧ ਨਿਵਾਸਾ ॥
(ਅੰਗ 486)

ਇਸੇ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿਚ ਕਬੀਰ ਜੀ ਵੀ ਆਖ਼ਦੇ ਹਨ :

ਕਬੀਰ ਮੇਰੀ ਜਾਤਿ ਕਉ ਸਭੁ ਕੋ ਹਸਨੇਹਾਰੁ ॥
ਬਲਿਹਾਰੀ ਇਸ ਜਾਤਿ ਕਉ ਜਿਹ ਜਪਿਓ ਸਿਰਜਨਹਾਰੁ ॥
(ਅੰਗ 1364)

ਸੱਚੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਨਿਰਮਲ ਤੇ ਨਿਰਛਲ ਪ੍ਰੇਮਾ ਭਗਤੀ ਛੱਡ ਕੇ ਕਰਮਕਾਂਡ ਅਤੇ ਅਡੰਬਰ ਰਾਹੀਂ ਭਗਤੀ ਦਾ ਵਿਖਾਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕੋਈ ਨਰਮਾਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤੀ ਹੈ। ਉਹ ਘਰ-ਬਾਰ ਤਿਆਗਣ, ਪਿੰਡੇ 'ਤੇ ਭਬੂਤੀ ਮਲਣ, ਕੰਨਾਂ 'ਚ ਮੁੰਦਰਾਂ ਪਾ ਕੇ ਜੋਗੀ ਬਣਨ ਜਾਂ ਨੰਗੇ ਸਾਧੂ ਬਣ ਕੇ ਘੁੰਮਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਬੀਰ ਜੀ ਬਚਨ ਕਰਦੇ ਹਨ :

ਨਗਨ ਫਿਰਤ ਜੌ ਪਾਈਐ ਜੋਗੁ ॥
ਬਨ ਕਾ ਮਿਰਗੁ ਮੁਕਤਿ ਸਭੁ ਹੋਗੁ ॥
(ਅੰਗ 324)

ਭਗਤੀ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਭੰਡਦਿਆਂ ਆਪ ਜੀ ਆਖ਼ਦੇ ਹਨ :

ਕਬੀਰ ਸਾਕਤ ਤੇ ਸੂਕਰ ਭਲਾ ਰਾਖੈ ਆਛਾ ਗਾਉ
ਉਹੁ ਸਾਕਤੁ ਬਪੁਰਾ ਮਰਿ ਗਇਆ ਕੋਇ ਨ ਲੈਹੈ ਨਾਉ ॥
(ਅੰਗ 1372)

ਧਾਰਮਿਕ ਅਡੰਬਰਾਂ ਅਤੇ ਦਕਿਆਨੂਸੀ ਰੀਤੀ ਰਿਵਾਜ਼ਾਂ, ਵਰਤ, ਤੀਰਥ ਇਸ਼ਨਾਨ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਧ ਆਦਿ ਕਰਨ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਆਪਣੀ ਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਤਿੱਖੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਫ਼ੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ :

ਜੀਵਤ ਪਿਤਰ ਨ ਮਾਨੈ ਕੋਊ ਮੂਏ ਸਿਰਾਧ ਕਰਾਹੀ ॥
ਪਿਤਰ ਭੀ ਬਪੁਰੇ ਕਹੁ ਕਿਉ ਪਾਵਹਿ ਕਊਆ ਕੂਕਰ ਖਾਹੀ ॥
(ਅੰਗ 332)

ਅਤੇ

ਨਗਨ ਫਿਰਤ ਜੌ ਪਾਈਐ ਜੋਗੁ ॥
ਬਨ ਕਾ ਮਿਰਗੁ ਮੁਕਤਿ ਸਭੁ ਹੋਗੁ ॥
ਕਿਆ ਨਾਗੇ ਕਿਆ ਬਾਧੇ ਚਾਮ ॥
ਜਬ ਨਹੀ ਚੀਨਸਿ ਆਤਮ ਰਾਮ ॥
ਮੂਡ ਮੁੰਡਾਏ ਜੌ ਸਿਧਿ ਪਾਈ ॥
ਮੁਕਤੀ ਭੇਡ ਨ ਗਈਆ ਕਾਈ ॥
ਬਿੰਦੁ ਰਾਖਿ ਜੌ ਤਰੀਐ ਭਾਈ ॥
ਖੁਸਰੈ ਕਿਉ ਨ ਪਰਮ ਗਤਿ ਪਾਈ ॥
ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਸੁਨਹੁ ਨਰ ਭਾਈ ॥
ਰਾਮ ਨਾਮ ਬਿਨੁ ਕਿਨਿ ਗਤਿ ਪਾਈ ॥
(ਅੰਗ 324)

ਬੜੀ ਹੀ ਦਿਲਚਸਪ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਕਬੀਰ ਜੀ ਦੇ ਕਾਲ ਵਿਚ 'ਮਗਹਰ ਮਰੈ ਸੋ ਗਦਹਾ ਹੋਯ' ਦੀ ਕਹਾਵਤ ਪ੍ਰਚੱਲਿਤ ਸੀ ਜਿਸਦਾ ਭਾਵ ਸੀ ਕਿ ਜੋ ਵੀ ਪ੍ਰਾਣੀ ਮਗਹਰ ਨਾਮਕ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਜਾ ਪ੍ਰਾਣ ਤਿਆਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਗਧੇ ਦੀ ਜੂਨ ਵਿਚ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਇਸੇ ਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਆਪਣੇ ਅੰਤਿਮ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਮਗਹਰ ਵਿਖੇ ਹੀ ਚਲੇ ਗਏ ਸਨ ਤੇ ਉਥੇ ਹੀ ਆਪ ਇਸ ਨਾਸ਼ਮਾਨ ਸਰੀਰਕ ਚੋਲ੍ਹੇ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰਕੇ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਵਿਚ ਸਦਾ ਲਈ ਅਭੇਦ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਇਸ ਪ੍ਰਥਾਇ ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸ੍ਰੀ ਮੁਖਵਾਕ ਤੋਂ ਬਚਨ ਕੀਤੇ ਸਨ :

ਸਗਲ ਜਨਮੁ ਸਿਵ ਪੁਰੀ ਗਵਾਇਆ ॥
ਮਰਤੀ ਬਾਰ ਮਗਹਰਿ ਉਠ ਆਇਆ ॥
ਬਹੁਤੁ ਬਰਸ ਤਪੁ ਕੀਆ ਕਾਸੀ ॥
ਮਰਨੁ ਭਇਆ ਮਗਹਰ ਕੀ ਬਾਸੀ ॥
(ਅੰਗ 326)

ਅਖ਼ੀਰ ਵਿਚ ਇਹ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਦਰਜ ਕਬੀਰ ਜੀ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ ਬਚਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਬਚਨ ਅਜਿਹੇ ਹਨ ਜੋ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ :

ਸੂਰਾ ਸੋ ਪਹਿਚਾਨੀਐ ਜੁ ਲਰੈ ਦੀਨ ਕੇ ਹੇਤ ॥
ਪੁਰਜਾ ਪੁਰਜਾ ਕਟਿ ਮਰੈ ਕਬਹੂ ਨ ਛਾਡੈ ਖੇਤੁ ॥
(ਅੰਗ 1105)

ਅਤੇ

ਪਰਿਓ ਕਾਲੁ ਸਭੈ ਜਗ ਊਪਰ ਮਾਹਿ ਲਿਖੇ ਭ੍ਰਮ ਗਿਆਨੀ
ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਜਨ ਭਏ ਖਾਲਸੇ ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਜਿਹ ਜਾਨੀ ॥
(ਅੰਗ 655)

Printed & Published by Amritpal Singh Printed at I.G. Printers, Pvt Ltd 104, DSIDC, Complex Okhla Industrial Area Phase-I New Delhi-110020 Keepr Jagpal Singh Published at office Daily Educator, 104 DSIDC, Okhla Industrial Area Phase-I, New Delhi .Owner : Jagjit Singh Dardi, Editor Harpreet Singh, PRGI (RNI) Regd. N0.42998/1985

ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰਿੰਟਰ ਪਬਲਿਸ਼ਰ ਨੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਐਜੂਕੇਟਰ, ਆਈ.ਜੀ. ਪ੍ਰਿੰਟਰਜ਼ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਲਿਮਟਿਡ 104, ਡੀ.ਐਸ.ਆਈ. ਡੀ. ਸੀ. ਕੰਪਲੈਕਸ, ਓਖਲਾ ਇੰਡਸਟਰੀਅਲ ਏਰੀਆ ਫੇਜ਼-1 ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-110020 ਕੀਪਰ ਜਗਪਾਲ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਛਪਵਾ ਕੇ ਦਫ਼ਤਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਐਜੂਕੇਟਰ 104, ਡੀ.ਐਸ.ਆਈ.ਡੀ.ਸੀ. ਓਖਲਾ ਇੰਡਸਟਰੀਅਲ ਏਰੀਆ, ਫੇਜ਼-1 ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ। (ਮਾਲਕ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦਰਦੀ), ਐਡੀਟਰ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, PRGI (RNI) Regd. N0.42998/1985