

ਐਜੂਕੇਟਰ

ਕੁਲ ਪੇਜ/Total Pages : 8

Chief Editor : Harpreet Singh ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ : ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ

THE DAILY EDUCATOR NEW DELHI

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

ਰਾਜਧਾਨੀ 'ਚ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਹੋਇਆ ਅੱਖਾਂ: AQI ਵਧ ਕੇ 159 ਪਹੁੰਚਿਆ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਕੌਮੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਮੰਗਲਵਾਰ ਸਵੇਰੇ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਮਾਮੂਲੀ ਗਿਰਾਵਟ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੀ। ਸੈਂਟਰਲ ਪੌਲਿਊਸ਼ਨ ਕੰਟਰੋਲ ਬੋਰਡ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਏਅਰ ਕੁਆਲਿਟੀ ਇੰਡੈਕਸ ਬੀਤੇ ਕੱਲ੍ਹ ਦੇ 151 ਤੋਂ ਵਧ ਕੇ ਅੱਜ 159 ਪਾਸੇ, ਆਨੰਦ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਗੜ ਕੇ 404 AQI ਦੇ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਗਈ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕਈ ਹੋਰ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਕਾਫ਼ੀ ਬਿਹਤਰ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਚੇਨਈ ਵਿੱਚ AQI 101, ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ ਵਿੱਚ 86, ਬੇਂਗਲੁਰੂ ਵਿੱਚ 50, ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਵਿੱਚ 68 ਅਤੇ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ 63 ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਲਖਨਊ ਅਤੇ ਜੈਪੁਰ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਗਿਰਾਵਟ ਦੇਖੀ ਗਈ, ਜਿੱਥੇ AQI ਦਾ ਪੱਧਰ ਕ੍ਰਮਵਾਰ 102 ਅਤੇ 128 ਰਿਹਾ। AQI ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ ਅਤੇ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ: 0 ਤੋਂ 50 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ AQI ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜਾਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ। 51 ਤੋਂ 100 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ AQI ਸੌਖਣੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਬੱਚਿਆਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਮੂਲੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੱਧਮ ਸ਼੍ਰੇਣੀ 101 ਤੋਂ 200 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸਥਮਾ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। 201 ਤੋਂ 300 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ AQI ਨੂੰ ਖ਼ਰਾਬ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਾਹ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। 301 ਤੋਂ 400 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦਾ ਪੱਧਰ ਬਹੁਤ ਖ਼ਰਾਬ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ 'ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਗੰਭੀਰ ਹੈ।

ਪਾਸੇ, ਆਨੰਦ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਗੜ ਕੇ 404 AQI ਦੇ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਗਈ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕਈ ਹੋਰ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਕਾਫ਼ੀ ਬਿਹਤਰ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਚੇਨਈ ਵਿੱਚ AQI 101, ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ ਵਿੱਚ 86, ਬੇਂਗਲੁਰੂ ਵਿੱਚ 50, ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਵਿੱਚ 68 ਅਤੇ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ 63 ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਲਖਨਊ ਅਤੇ ਜੈਪੁਰ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਗਿਰਾਵਟ ਦੇਖੀ ਗਈ, ਜਿੱਥੇ AQI ਦਾ ਪੱਧਰ ਕ੍ਰਮਵਾਰ 102 ਅਤੇ 128 ਰਿਹਾ। AQI ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ ਅਤੇ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ: 0 ਤੋਂ 50 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ AQI ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜਾਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ। 51 ਤੋਂ 100 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ AQI ਸੌਖਣੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਬੱਚਿਆਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਮੂਲੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੱਧਮ ਸ਼੍ਰੇਣੀ 101 ਤੋਂ 200 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸਥਮਾ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। 201 ਤੋਂ 300 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ AQI ਨੂੰ ਖ਼ਰਾਬ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਾਹ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। 301 ਤੋਂ 400 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦਾ ਪੱਧਰ ਬਹੁਤ ਖ਼ਰਾਬ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ 'ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਗੰਭੀਰ ਹੈ।

ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਸੀਬੀਐਸਈ ਨੂੰ ਪੱਛਮੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਦਾਖਲਾ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ



ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ 12 ਜੂਨ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ। ਬੈਂਚ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਕੰਮ ਕਰੋ, ਪਰ ਇਹ ਕੰਮ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਪੂਰਾ ਕਰੋ।'

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰੀ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ (ਸੀਬੀਐਸਈ) ਨੂੰ ਪੱਛਮੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਦਾਖਲਾ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ 12ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸੁਧਾਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਐਲਾਨ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ। ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਬੋਰਡ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਨੀ ਵੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਜਸਟਿਸ ਮਨਮੋਹਨ ਅਤੇ ਵਿਜੇ ਬਿਸ਼ਨੋਈ ਦੇ ਬੈਂਚ ਨੇ ਸਾਊਦੀ ਅਰਬ ਦੇ ਇੱਕ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੁਆਰਾ ਦਾਇਰ ਪਟੀਸ਼ਨ @ਤੇ ਸੁਣਵਾਈ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਸੀਬੀਐਸਈ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ 12ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸੁਧਾਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਐਲਾਨਣ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਬੋਰਡ ਨੂੰ ਨੋਟਿਸ ਵੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ। ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਸੀਬੀਐਸਈ ਨੂੰ ਪਟੀਸ਼ਨਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਬੋਰਡ ਦੇ ਵਕੀਲ ਨੇ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਮੰਗਿਆ, ਪਰ ਬੈਂਚ ਨੇ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ 12 ਜੂਨ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ। ਬੈਂਚ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਕੰਮ ਕਰੋ, ਪਰ ਇਹ ਕੰਮ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਪੂਰਾ ਕਰੋ।'

ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਮੁੜ ਤੋਂ ਈ.ਡੀ. ਦੀ ਫਾਪੇਮਾਰੀ, ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਬੋਲੇ-‘ਹਿੰਦੂ ਵਪਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਘਬਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ’

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ED ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਸਰਗਰਮ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਫਿਰ ਤੋਂ ਰੇਡ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਾਅਵਾ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸੁਪਰੀਮ ਅਗਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਲਿਖਿਆ ਕਿ ਈਡੀ ਪਾਰਟੀ ਅੱਜ ਫਿਰ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਿੰਦੂ ਵਪਾਰੀਆਂ 'ਤੇ ਰੇਡ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। 54 ਪਾਰਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਹਿੰਦੂ ਵਪਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਤੰਗ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਸਾਰੇ ਵਪਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਹੈ ਕਿ ਘਬਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ, ਪੂਰਾ ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਮਿਲ ਕੇ ਈਡੀ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਪ੍ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ED ਪਾਰਟੀ ਪੰਜਾਬ ਸੁਸ਼ੀਲ ਕੁਮਾਰ ਗੁਪਤਾ ਦਾ ਵੀ



ਈਡੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਬਿਆਨ ਆਇਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਦੀ ਪੋਸਟ ਨੂੰ ਸ਼ੇਅਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਈਡੀ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਖੇਡ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਪੰਜਾਬ ਹੀ ਕਰੇਗਾ। ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਆਗੂ ਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਬੁਲਾਰੇ ਅਨੁਰਾਗ ਢਾਂਡਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ED ਪਾਰਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਿੰਦੂ ਵਪਾਰੀਆਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ

ਭਰ ਬਿਠਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿੰਨੇ ਸ਼ਰਮ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਹਿੰਦੂਆਂ ਦੇ ਵੱਟ ਮੰਗਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹਿੰਦੂਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਬਰਬਾਦ ਕਰਨ 'ਤੇ ਤੁਲੇ ਹੋਏ ਹਨ ਈਡੀ ਵਾਲੇ।

11,578 ਫੁੱਟ ਦੀ ਉਚਾਈ 'ਤੇ ਜ਼ੋਜੀਲਾ ਸੁਰੰਗ ਦੀ ਆਖਰੀ ਖੁਦਾਈ ਦਾ ਕੰਮ ਮੁਕੰਮਲ



ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਪੂਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੇਂਦਰੀ ਸੜਕ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਰਾਜਮਾਰਗ ਮੰਤਰੀ ਨਿਤਿਨ ਗਡਕਰੀ ਜ਼ੋਜੀਲਾ ਵਿਖੇ ਹੋਏ ਇਸ ਇਤਿਹਾਸਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਦੇ ਉਪ ਰਾਜਪਾਲ ਮਨਜ ਸਿਨਹਾ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਉਮਰ ਅਬਦੁੱਲਾ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨੀ ਮੇਘਾ ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਐਂਡ ਇੰਫਰਾਸਟਰਕਚਰ ਲਿਮਿਟਡ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ 13.153 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਲੰਮੀ ਜ਼ੋਜੀਲਾ ਸੁਰੰਗ ਦੀ ਇਹ ਸਫਲਤਾ ਭਾਰਤ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਇਤਿਹਾਸਕ ਮੀਲ

ਪੱਥਰ ਹੈ। ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਅਤੇ ਲੱਦਾਖ ਦੇ ਬਾਲਟਾਲ (ਸੋਨਮਾਰਗ) ਅਤੇ ਮੀਨਮਾਰਗ (ਦਰਾਸ-ਕਾਰਗਿਲ) ਵਿਚਕਾਰ ਜ਼ੋਜੀਲਾ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਕਸਦ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਹਿਮਾਲੀਅਨ ਲਾਂਘੇ @ਤੇ ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਨਿਰਵਿਘਨ ਆਵਾਜਾਈ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਸਾਲ ਭਾਰੀ ਬਰਫਬਾਰੀ, ਬਰਫ ਦੇ ਤੋੜੇ ਡਿੱਗਣ ਅਤੇ ਖ਼ਰਾਬ ਮੌਸਮ ਕਾਰਨ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਾਕੀ ਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਬਿਲਕੁਲ ਕੱਟਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਅੱਜ ਇਸ ਸਫਲਤਾ ਨਾਲ ਖੁਦਾਈ ਦਾ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸੁਰੰਗ ਨੂੰ ਆਮ ਜਨਤਾ ਲਈ ਖੋਲ੍ਹੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅੱਜ ਲਗਪਗ ਦੋ ਸਾਲ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ ਤੇ 11,578 ਫੁੱਟ ਦੀ ਉਚਾਈ @ਤੇ ਸਥਿਤ ਇਹ ਸੁਰੰਗ ਭਾਰਤ ਦੇ ਪਹਾੜੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਮੁਤਾਬਕ, ਇੱਕ ਵਾਰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਾਲੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਹ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਸੀਨੋਗਰ ਅਤੇ ਲੱਦਾਖ ਵਿਚਕਾਰ 365 ਦਿਨ ਸੰਪਰਕ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦਰਾਸ, ਕਾਰਗਿਲ, ਲੇਹ ਅਤੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਸਰਹੱਦੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜਾਈ, ਲੌਜਿਸਟਿਕਸ ਦੀ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰੇਗਾ। ਜ਼ੋਜੀਲਾ ਸੁਰੰਗ ਨਾਲ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਆਮ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਅਤੇ ਫੌਜ ਦੋਵਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਵਿੱਚ ਵੱਡਾ ਸੁਧਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ।

ਭਾਰਤ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਤਾਇਨਾਤ ਕਰ ਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰ ! ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਦੇ ਸੁੱਕੇ ਸਾਹ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਭਾਰਤ ਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਿਛਲੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ 'ਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਥਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਸਟਾਕਪਾਈਲਡ ਸ਼੍ਰੇਣੀ 'ਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਹੁਣ 12 ਹਥਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਡਿਲੀਵਰੀ ਸਿਸਟਮ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਤਿਆਰ ਬਰ ਤਿਆਰ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਇਹ ਵੀ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਨੇ ਇਹ ਪਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰ ਕਿਸੇ ਸਿੰਗਲ ਐੱਸ.ਐੱਸ.ਬੀ.ਐੱਨ. (ਪਰਮਾਣੂ ਮਿਜ਼ਾਈਲਾਂ ਨਾਲ ਲੈਸ ਪਣਡੁੱਬੀ) 'ਤੇ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਗਸ਼ਤ 'ਤੇ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਅਗਸਤ 2024 ਤੋਂ 2 ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪਰਮਾਣੂ ਪਣਡੁੱਬੀਆਂ- ਆਈ.ਐੱਨ.ਐੱਸ. ਅਰੀਘਾਤ ਅਤੇ ਆਈ.ਐੱਨ.ਐੱਸ. ਅਰੀਦਮਨ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪ੍ਰੈਸ਼ਨਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਰਮਾਣੂ ਮਿਜ਼ਾਈਲਾਂ ਲਿਜਾਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹਨ।

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਭਾਰਤ ਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਿਛਲੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ 'ਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਥਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਸਟਾਕਪਾਈਲਡ ਸ਼੍ਰੇਣੀ 'ਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਹੁਣ 12 ਹਥਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਡਿਲੀਵਰੀ ਸਿਸਟਮ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਤਿਆਰ ਬਰ ਤਿਆਰ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਇਹ ਵੀ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਨੇ ਇਹ ਪਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰ ਕਿਸੇ ਸਿੰਗਲ ਐੱਸ.ਐੱਸ.ਬੀ.ਐੱਨ. (ਪਰਮਾਣੂ ਮਿਜ਼ਾਈਲਾਂ ਨਾਲ ਲੈਸ ਪਣਡੁੱਬੀ) 'ਤੇ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਗਸ਼ਤ 'ਤੇ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਅਗਸਤ 2024 ਤੋਂ 2 ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪਰਮਾਣੂ ਪਣਡੁੱਬੀਆਂ- ਆਈ.ਐੱਨ.ਐੱਸ. ਅਰੀਘਾਤ ਅਤੇ ਆਈ.ਐੱਨ.ਐੱਸ. ਅਰੀਦਮਨ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪ੍ਰੈਸ਼ਨਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਰਮਾਣੂ ਮਿਜ਼ਾਈਲਾਂ ਲਿਜਾਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹਨ।



ਭਾਰਤ ਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਿਛਲੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ 'ਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਥਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਸਟਾਕਪਾਈਲਡ ਸ਼੍ਰੇਣੀ 'ਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਹੁਣ 12 ਹਥਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਡਿਲੀਵਰੀ ਸਿਸਟਮ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਤਿਆਰ ਬਰ ਤਿਆਰ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਇਹ ਵੀ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਨੇ ਇਹ ਪਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰ ਕਿਸੇ ਸਿੰਗਲ ਐੱਸ.ਐੱਸ.ਬੀ.ਐੱਨ. (ਪਰਮਾਣੂ ਮਿਜ਼ਾਈਲਾਂ ਨਾਲ ਲੈਸ ਪਣਡੁੱਬੀ) 'ਤੇ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਗਸ਼ਤ 'ਤੇ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਅਗਸਤ 2024 ਤੋਂ 2 ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪਰਮਾਣੂ ਪਣਡੁੱਬੀਆਂ- ਆਈ.ਐੱਨ.ਐੱਸ. ਅਰੀਘਾਤ ਅਤੇ ਆਈ.ਐੱਨ.ਐੱਸ. ਅਰੀਦਮਨ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪ੍ਰੈਸ਼ਨਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਰਮਾਣੂ ਮਿਜ਼ਾਈਲਾਂ ਲਿਜਾਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹਨ।

ਟੀ.ਐਮ.ਸੀ. 'ਚ ਬਗਾਵਤ ਵਿਚਾਲੇ ਮਮਤਾ ਬੈਨਰਜੀ ਨੇ ਸੋਨੀਆ ਗਾਂਧੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਮੁਲਾਕਾਤ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਚੱਖਣ-ਪੱਛਮੀ ਮੌਨਸੂਨ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੌਸਮ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਪੰਜ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਮੌਨਸੂਨ 13 ਰਾਜਾਂ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਮੌਸਮਵਾਰ ਨੂੰ ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋਇਆ। ਪੱਛਮੀ ਤੱਟ @ਤੇ, ਮੌਨਸੂਨ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੁੰਬਈ ਤੋਂ 150 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੂਰ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਲੇ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਸਮੇਤ ਕਈ ਰਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸੂਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਬਾਰਿਸ਼ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਇੰਡੀਆ ਗਠਜੋੜ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ 'ਚ ਸ਼ਹਿਯੋਗੀਆਂ ਵਿਚਾਲੇ ਏਕਤਾ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਤਾਲਮੇਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਇਕ ਦਿਨ ਬਾਅਦ, ਤ੍ਰਿਣਮੂਲ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਸੁਪਰੀਮ ਮਮਤਾ ਬੈਨਰਜੀ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਸੀਨੀਅਰ ਆਗੂ ਸੋਨੀਆ ਗਾਂਧੀ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ 10, ਜਨਪਥ ਸਥਿਤ ਘਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕੀਤੀ। ਸੂਤਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਦੋਵਾਂ ਨੇ ਨੌਤਾਵਾਂ ਨੇ ਵਿਰੋਧੀ ਗਠਜੋੜ ਦੀ ਬੈਠਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਹਾਲ ਹੀ @ਚ ਬੰਗਾਲ ਚੋਣਾਂ @ਚ ਭਾਜਪਾ ਤੋਂ

ਇਜ਼ਰਾਈਲ 'ਚ ਲੱਗੇਗੀ ਛੱਤਰਪਤੀ ਸ਼ਿਵਾਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦੀ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਮੂਰਤੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਭਾਰਤ ਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੀ ਦੋਸਤੀ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ 'ਚ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੈ। ਇਸੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਇਤਿਹਾਸਕ ਫੈਸਲਾ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਸਰਕਾਰ ਆਪਣੇ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਮਹਾਨ ਮਹਾਨ ਸ਼ਾਸਕ ਛੱਤਰਪਤੀ ਸ਼ਿਵਾਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਮੂਰਤੀ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਮੁਤਾਬਕ, ਇਹ ਕਦਮ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸਕ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਛੱਤਰਪਤੀ



ਸ਼ਿਵਾਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦੀ ਬਹਾਦਰੀ, ਰਣਨੀਤਕ ਸੂਝ-ਬੂਝ ਅਤੇ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਵਰਗੀਆਂ ਖੂਬੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆ ਭਰ 'ਚ ਪਛਾਣ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ ਇਹ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਪਹਿਲ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਮੂਰਤੀ ਕਿਸ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਇਸ ਦਾ ਐਲਾਨ ਹੋਣਾ ਹਾਲੇ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਬਾਕੀ ਹੈ, ਪਰ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਇਹ ਮੂਰਤੀ ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰੇਗਾ, ਜਿੱਥੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਟੂਰਿਸਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਨੇਪਰੇ ਚਾੜ੍ਹਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਜ਼ਰਾਈਲ 'ਚ ਇਸ ਮੂਰਤੀ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਨਾਲ ਉੱਥੋਂ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਮਹਾਨ ਸਾਮਰਾਜ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇਗਾ।

ਉਜਵਲਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਲਾਭਪਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਚਾਰ ਹੀ ਮਿਲਣਗੇ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੇ ਗੈਸ ਸਿਲੰਡਰ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਅਪਣੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਉਜਵਲਾ ਯੋਜਨਾ (ਪੀ.ਐਮ.ਯੂ.ਵਾਈ.) ਦੇ ਤਹਿਤ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੇ ਗੈਸ ਸਿਲੰਡਰਾਂ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਗਿਣਤੀ ਘਟਾ ਕੇ ਸਿਰਫ ਚਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਕੋਟਾ 9 ਸਿਲੰਡਰਾਂ ਦਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਹੁਣ ਘਰੇਲੂ ਖਪਤ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਘਟਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਪੈਟਰੋਲਪਾਮ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਗੈਸ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਐਡੀਜ਼ਨਲ ਸੈਕਟਰੀ ਪ੍ਰਵੀਨ ਮੱਲ ਖਨੂਜਾ ਨੇ ਪ੍ਰੈਸ ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੌਰਾਨ ਦੱਸਿਆ ਕਿ, "ਸੋਧੀ ਗਈ ਪਾਤਰਤਾ ਉਜਵਲਾ ਲਾਭਪਾਤਰੀਆਂ ਦੀ ਅੰਤਤ ਸਾਲਾਨਾ ਖਪਤ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ।" ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ, "ਪੱਛਮੀ ਏਸ਼ੀਆ ਵਿਚ ਜੰਗ ਕਾਰਨ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕੀਮਤਾਂ ਵਿਚ ਭਾਰੀ ਉਛਾਲ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਘਰੇਲੂ ਐਲ.ਪੀ.ਜੀ. ਸਿਲੰਡਰ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਲਾਗਤ 1,600 ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।"

ਮੈਡਲ ਲੈ ਕੇ ਪਿੰਡ ਵਾਪਸ ਆਏ ਐਥਲੀਟ ਦਾ ਨੋਟਾਂ ਅਤੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਹਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ

ਚੌਧਰੀ ਤਾਉ ਦੇਵੀ ਲਾਲ ਟਾਊਨ ਪਾਰਕ ਵਿਖੇ 12ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ

ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਮਹੀਪਾਲ ਢਾਂਡਾ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : 29 ਮਈ ਤੋਂ ਪਾਂਡੀਚੇਰੀ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਖਾਸਕਟਬਾਲ ਟੂਰਨਾਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਕਾਂਸੀ ਦਾ ਤਗਮਾ ਜਿੱਤਣ ਵਾਲੇ

ਅਨੁਜ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਵਿੱਚ ਕਾਂਸੀ ਦਾ ਤਗਮਾ ਜਿੱਤ ਕੇ ਪਿੰਡ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਦਾ ਨਾਮ ਰੌਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੁਚੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰਾਂ, ਪੰਚਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡ ਨਸਰੀਆਂ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਿੰਡ ਦਾ ਨਾਮ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਨੁਜ ਸ਼ਰਮਾ ਪਹਿਲਾਂ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ, ਰਾਜ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਤਗਮੇ ਜਿੱਤ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਖੱਲਾ ਦੇ ਐਮਡੀ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੈਨੇਜਰ ਨਰਿੰਦਰ ਆਰੀਆ ਨੇ ਵੀ ਖਿਡਾਰੀ ਨੂੰ ਹਾਰ ਪਾ ਕੇ ਅਤੇ ਯਾਦਗਾਰੀ ਚਿੱਠੀ ਦੇ ਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਖਿਡਾਰੀ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਸਨੇ ਆਪਣੇ ਕਰੀਅਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਸਕੂਲੀ ਖੇਡਾਂ ਤੋਂ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਖਿਡਾਰੀ ਨੂੰ ਸਤੀ ਮਾਤਾ ਮੰਦਰ ਤੋਂ ਨਵੇਂ ਬੱਸ ਸਟੈਂਡ ਰਾਹੀਂ ਬਾਜ਼ਾਰ



ਅਨੁਜ ਸ਼ਰਮਾ ਦਾ ਪਿੰਡ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਹਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤੀ ਗਿਆ। ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ ਐਸਐਚ ਡੀ ਜਗਦੀਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਦੇਸ਼ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗੀ। ਖਾਸਕਟਬਾਲ ਕੋਚ ਬਰਖਾ ਅਤੇ ਰਾਹੁਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ

ਰਾਹੀਂ ਦਾਦਾਖੇੜਾ ਲਿਜਾਇਆ ਗਿਆ, ਢੋਲ ਦੀ ਤਾਲ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਮਾਤਾ ਦੀ ਜੈ ਦੇ ਜੋਕਾਰਿਆਂ ਨਾਲ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਸਭਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਵਿਨੋਦ ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਸਤਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਅਤੇ ਕੋਚ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ। ਦਰਜਨਾਂ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਖਿਡਾਰੀ ਨੂੰ ਹਾਰ ਪਾ ਕੇ ਅਤੇ ਤਗਮਾ ਭੇਟ ਕਰਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਵੀ ਕੀਤਾ।



ਹਿਸਾਰ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਹਰਿਆਣਾ ਆਯੁਸ਼ ਵਿਭਾਗ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ, ਸਥਾਨਕ ਚੌਧਰੀ ਤਾਉ ਦੇਵੀ ਲਾਲ ਟਾਊਨ ਪਾਰਕ, ਹਿਸਾਰ ਵਿਖੇ 12ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 9 ਵਰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਯੋਗ, ਹਰ ਰੋਜ਼ ਯੋਗ ਅਤੇ ਯੋਗ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ, ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਹਰਿਆਣਾ- ਬੀਮ ਨਾਲ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸੀਆਂ ਨੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਮਹੀਪਾਲ ਢਾਂਡਾ ਨੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਦੀਵਾ ਜਗਾ ਕੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕੀਤਾ। ਇਕੱਠੇ ਨੂੰ ਯੋਗ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤ ਹੈ, ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ

ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਨਲਵਾ ਦੇ ਵਿਧਾਇਕ ਰਣਧੀਰ ਪਨੀਹਾਰ, ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਮਹਿੰਦਰ ਪਾਲ, ਪੁਲਿਸ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਸਿਧਾਂਤ ਜੈਨ, ਵਧੀਕ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ਼ਾਲਿਨੀ ਚੇਤਲ, ਭਾਜਪਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਆਸ਼ਾ ਖੇਦਰ, ਸਾਬਕਾ ਮੰਤਰੀ ਅਨੂਪ ਧਨਕ, ਮੇਅਰ ਪ੍ਰਵੀਨ ਪੱਪਲੀ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਯੋਗ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨਰੇਸ਼ ਪੁਨੀਆ ਸਮੇਤ ਸੀਨੀਅਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ

ਅਠਾਰ੍ਹਣਾ ਸ਼ਹਿਰੀ ਵਿਕਾਸ ਅਥਾਰਟੀ ਦੇ ਅਸਟੇਟ ਅਫਸਰ ਆਂਚਲ ਭਾਸਕਰ ਨੇ ਨੋਡਲ ਵਿਭਾਗ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਸਫਲ ਸੰਚਾਲਨ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਡੀਐੱਚ ਰਾਮਰਤਨ, ਡੀਐੱਸ ਡੀ ਨਰੇਸ਼ ਸੈਣੀ, ਅਜੈ ਕਾਂਤ ਜਾਂਗੜਾ, ਨਰੇਸ਼ ਨੈਨ, ਅਭਿਸ਼ੇਕ ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਤਵੰਤੇ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।



ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਸੰਗਠਨ ਇਸਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਤਾਕਤ ਹੈ: ਪ੍ਰਵੀਨ ਲਾਠਰ

ਘਰੌਂਡਾ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਘਰੌਂਡਾ ਮੰਡਲ ਦੀ ਮਾਸਿਕ ਮੀਟਿੰਗ ਘਰੌਂਡਾ ਵਿਖੇ ਮੰਡਲ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਸ਼ਿਵਾਨੀ ਕਸ਼ਯਪ ਦੇ ਘਰੋਂ ਹੋਈ। ਭਾਜਪਾ ਕਰਨਾਲ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਪ੍ਰਵੀਨ ਲਾਠਰ ਇਸ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਬੁਲਾਰੇ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਘਰੌਂਡਾ ਮੰਡਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰੋਹਿਤ ਭੰਡਾਰੀ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਹੋਈ ਇਸ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਮੁੱਦਿਆਂ, ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਗਈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਪਾਰਟੀ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ। ਆਪਣੇ ਸੰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਪ੍ਰਵੀਨ ਲਾਠਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਸੰਗਠਨ ਇਸਦੀ

14 ਜੂਨ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਮੈਡੀਕਲ ਚੈਕਅੱਪ ਕੈਂਪ, ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਦੇਣਗੇ



ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਅਗਰਵਾਲ ਸਭਾ ਸੈਕਟਰ-5 (ਗਜਿਸਟਰਡ), ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਦੇ ਸ਼ਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਨਾਲ 14 ਜੂਨ, 2026 (ਐਤਵਾਰ) ਨੂੰ ਸ਼ਿਵ ਮੰਦਰ ਹਾਲ, ਸੈਕਟਰ 5 ਵਿਖੇ ਇੱਕ ਮੁਫ਼ਤ ਮੈਡੀਕਲ ਚੈਕਅੱਪ ਕੈਂਪ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਕੈਂਪ ਸਵੇਰੇ 10:00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 1:30 ਵਜੇ ਤੱਕ ਚੱਲੇਗਾ। ਸ਼ੁਗਰ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ (ਬੀਪੀ) ਸਮੇਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਡਾ. ਅਨੀਲ ਸਿੰਗਲਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਟੀਮ (ਦੇਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ), ਰਾਜਵੰਸ਼ੀ ਕਲੀਨਿਕ ਅਤੇ ਡੈਂਟਲ ਹਸਪਤਾਲ, ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ, ਅਤੇ ਡਾ. ਮੰਗਲਾ ਸੁਪਰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਟੀ ਹਸਪਤਾਲ, ਸਲਾਹਪੁਰ ਰੋਡ, ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਤੋਂ ਮਾਹਿਰ ਡਾ. ਅੰਸ਼ੁਲ ਮੰਗਲਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਅਗਰਵਾਲ ਸਭਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਪ੍ਰ. ਅਨਿਲ ਗਰਗ

ਨੀਲੋਖੇੜੀ ਮਾਡਲ ਅਜੇ ਵੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਸਰੋਤ : ਡਾ. ਚੌਹਾਨ

ਨੀਲੋਖੇੜੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : ਭਾਰਤ ਦੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ, ਸਾਨੂੰ ਆਚਾਰੀਆ ਚਾਣਕਿਆ ਅਤੇ ਮਹਾਰਾਜਾ ਮਨੂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਡਾ. ਭੀਮ ਰਾਓ ਅੰਬੇਡਕਰ, ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਅਤੇ ਪੰਡਿਤ ਦੀਨਦਿਆਲ ਉਪਾਧਿਆਇ ਤੱਕ, ਮਹਾਨ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਚਿੰਤਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਅਜੇ ਵੀ ਸਮਾਜ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਟਿੱਪਣੀ ਹਰਿਆਣਾ ਪੇਂਡੂ ਵਿਕਾਸ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਡਾ. ਵੀਰੇਂਦਰ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ ਨੇ ਕੀਤੀ। ਉਹ ਅੱਜ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਆਯੋਜਿਤ ਵਿਆਖਿਆ ਸਿੱਖ ਕਾਲਜ, ਕਰਨਾਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ 30 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਇੰਟਰਨਸ਼ਿਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਭਾਰਤੀ ਗਿਆਨ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਗੁਹਿਣ ਕਰਕੇ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਪੇਂਡੂ ਵਿਕਾਸ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਵਜ਼ੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਡਾ. ਚੌਹਾਨ ਦਾ ਫੁੱਲ



ਦੇ ਗੁਲਦਸਤੋਂ ਨਾਲ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਫੇਰੀ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ। ਡਾ. ਚੌਹਾਨ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨੀਲੋਖੇੜੀ ਦੀ ਇਤਿਹਾਸਕ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਵੀ ਕਰਵਾਇਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵੰਡ ਸਮੇਂ, ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਿਸਥਾਪਿਤ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪੁਨਰਵਾਸ ਲਈ ਪਹਿਲੇ ਕੈਂਪ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ। 1948 ਵਿੱਚ, ਅਚਾਨਕ ਭਾਰੀ ਬਾਰਿਸ਼ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੈਂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਉਸ ਸਮੇਂ, ਬੰਗਾਲ ਦੇ ਇੱਕ ਮੂਲ ਇੰਜੀਨੀਅਰ, ਐਸ.ਕੇ. ਡੇ, ਪੁਨਰਵਾਸ ਕਾਰਜ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸੰਘਣੇ ਜੰਗਲ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਟਾਊਨਸ਼ਿਪ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨੂੰ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮੰਜ਼ਿਲ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਇਹ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਆਦਰਸ਼ ਪੁਨਰਵਾਸ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਵਿਕਾਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਬਣ ਗਿਆ। ਇਸਦੀ ਸਫਲਤਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਕੇ, ਤਤਕਾਲੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ, ਪੰਡਿਤ ਜਵਾਹਰ ਲਾਲ ਨਹਿਰੂ, ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੀਲੋਖੇੜੀ ਗਏ ਅਤੇ ਸੰਸਦ ਵਿੱਚ ਨੀਲੋਖੇੜੀ ਮਾਡਲ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕੀਤੀ, ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਦਸ ਹਜ਼ਾਰ ਕਸਬੇ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਡਾ. ਚੌਹਾਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਐਸ.ਕੇ. ਡੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪੰਚਾਇਤੀ ਰਾਜ ਮੰਤਰੀ ਬਣੇ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ। ਚੌਹਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨੀਲੋਖੇੜੀ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਲਈ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਲਏ ਗਏ

ਪਾਣੀ ਦੀ ਵੱਧਦੀ ਖਪਤ ਫਿਕਰਮੰਦੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣੀ

‘ਪਵਣੂ ਗੁਰੂ, ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ, ਮਾਤਾ ਧਰਤੀ ਮਹਤ’। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਇਹ ਤੁਕਾਂ ਸ਼ੁੱਧ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਹਮੀ ਭਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖੂਨ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਸਾਡੇ ਲਈ ਅਹਿਮੀਅਤ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਉਵੇਂ ਹੀ ਪਣ-ਪਾਣੀ ਸਾਡੇ ਗੁਰੂ, ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਮਾਤਾ ਸਮਾਨ ਹਨ। ਪਰ ਵਰਤਮਾਨ-ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਲੋੜ ਲਾਲਚਾਂ ਨੇ ਇਸ ਤੁੱਕ ਨੂੰ ਝੂਠਲਾ ਛੱਡਿਆ ਹੈ। ਲਗਭਗ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤਬਦੀਲੀ ਅੰਤਰਗਤ ਹੋਈਆਂ, ਮਾਰੂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਖਮਿਆਜ਼ਾ ਭੁਗਤ ਰਹੀ ਹੈ। ਬੜੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਗਲੋਬਲ ਪਿਘਲ ਰਹੇ ਹਨ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਤਲ ਉੱਚਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਘਟ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੀ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਤਰਸ ਰਹੇ ਹਨ। ਦੂਸਰੀ ਵਾਰ ਸਰਕਾਰ ਬਣਾਉਣ ਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ-ਮੰਤਰੀ ਵੱਲੋਂ ‘ਮਨ ਕੀ ਬਾਤ’ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੇ ਇਸਦੀ ਸਾਂਝ-ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਸਵੈ-ਭਾਰਤ ਅਭਿਆਨ ਵਾਂਗ ਇਸਨੂੰ ਵੀ ਜਨ-ਅਭਿਆਨ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ 2019 ਵਿੱਚ ਮੰਤਰੀ-ਮੰਡਲ ਦੀ ਹੰਗਾਮੀ ਮੀਟਿੰਗ ਬੁਲਾ ਕੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿ ਸੂਬੇ ਦੇ ਡਿੱਗਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ? ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਾਂਝ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਚੁੱਕਿਆ ਗਿਆ ਇਹ ਕਦਮ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਹੈ ਪਰ ਐਨੀ ਵਿਕਰਮ ਸਮੱਸਿਆ ਲਈ ਹੋਰ ਹੱਥਲੇ ਮਾਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਟਰੀਟਮੈਂਟ ਪਲਾਂਟ ਨਹੀਂ। ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਹਟ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਰਾਜਨੀਤੀਵਾਨਾਂ ਦਾ ਇਸ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਕੋਈ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ, ਕੋਈ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਭਵਿੱਖਤ ਡਰਾਉਣੀ ਤਸਵੀਰ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹੈ। ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਦੇ ‘ਕੰਪਿਜ਼ਟ ਵਾਟਰ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਇੰਡੈਕਸ’ 2019 ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕਈ ਸ਼ਹਿਰ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿੱਲੀ, ਹੋਦਰਾਬਾਦ, ਚੇਨੱਈ, ਬੇਂਗਲੋਰ ਆਦਿ ਵੀ 2020 ਤੱਕ ਬਿਨਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਹੋਣਗੇ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ 100 ਮਿਲੀਅਨ ਲੋਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ 2030 ਤੱਕ 40 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਭਾਰਤੀ ਲੋਕ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਜੁੜਣਗੇ। ਇਸ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਬਹਿਰਿੰਗ ਸੰਜੋਗੀ ਸੇਵਾ ਪਰ ਹੁਣ ਇਸ ਗਿੱਫਟ ਦੀ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਸੱਚ ਹੁੰਦੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮੇ ਇਹਨਾਂ ਕੋਲ ਹਨ। ਉਹ ਲਗਭਗ 75 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯਮਨਾ ਨਦੀ ਆਦਿ। ਇਹ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਘਰ ਬਣ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇਸ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੋ ਗਸਾਇਣ ਆਰਸੈਨਿਕ, ਕ੍ਰੋਮੀਅਮ, ਲੋਡ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਕ ਆਦਿ ਗਸਾਇਣ ਪਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਪਿੱਛਤਰ ਗੰਗਾ ਨਦੀ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਪੰਜ ਗਾਨੀ ਕਾਰਕ ਗਸਾਇਣ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀਆਂ ਨਹਿਰਾਂ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਕਾਰਨ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਅਨਾਜ ਕਟੌਰੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਾਣੀ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਜੱਗ ਜਾਹਿਰ ਹੋਈ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਲੁਧਿਆਣਾ ਦੇ ਬੁੱਢੇ ਨਾਲੇ ਦੀ ਦੁਰਦਰਾ ਦਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਲੁਧਿਆਣੇ ਦੀਆਂ ਉਦਯੋਗਿਕ ਇਕਾਈਆਂ ਦੀ ਗੰਦਗੀ ਝੱਲਦਾ ਸਤਲੁਜ ਦਰਿਆ ਦਾ ਇਹ ਭਾਗ ਪੰਜਾਬ ਵਰਗੇ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਸੰਭਰਾਗੀ ਦੀ ਦਸਤਾਨ ਮੂੰਹੋਂ ਖੋਲਦਾ ਹੈ। ਸਤਲੁਜ ਦਰਿਆ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਦੀਆਂ ਗੰਗਾ ਅਤੇ ਇੰਦਰਾ ਗਾਂਧੀ ਨਹਿਰਾਂ, ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਿ

ਰਾਜਸਥਾਨ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਦਾ ਪਾਣੀ ਵੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਧਾਤਾਂ ਕਾਰਨ ਪੀਣਯੋਗ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਗ੍ਰੀਨ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨੇ ਇਕ ਕਮੇਟੀ ਬਣਾ ਕੇ ਸਤਲੁਜ ਅਤੇ ਬਿਆਸ ਨਦੀ ਵਿੱਚ ਉਦਯੋਗਿਕ ਇਕਾਈਆਂ ਵੱਲੋਂ ਖਤਰਨਾਕ ਸ਼ੀਰਾ ਸੁੱਟ ਕੇ ਮੱਛੀਆਂ ਦੇ ਮਰ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਖਬਰਦਾਰ ਕੀਤਾ ਸੀ ਅਤੇ ਅੱਗੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਕਦਮ ਲਈ 50 ਕਰੋੜ ਤੱਕ ਦੇ ਜੁਰਮਾਨ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕੀਤੀ ਸੀ ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਵੀ ਘੱਟ ਹੀ ਹੋਇਆ। ਇਹ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਖੂਬ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਵਰਗੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਚੋਣਾਂ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦੇ ਆਧਾਰ ਦੇ ਮੁੱਦੇ ਬਣਾਉਣ। ਮਾਲਵੇ ਪਿੱਛੇ ਦੀ ਗੰਗਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਅੱਜ ਇੱਥੇ ਐਨੀ ਭਿਆਨਕ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਰਾਜਸਥਾਨ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ‘ਕੋਸ਼ਲ ਟ੍ਰੇਨ’ ਤੋਂ ਸਭ ਜਾਣੂੰ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਹਰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇਕ ਕੋਸ਼ਲ ਦਾ ਮਹੀਜ਼ ਹੈ। ਆਰਸੈਨਿਕ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਰੀ ਧਾਤਾਂ ਭਾਰੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਮਾਲਵਾ ਪਿੱਛੇ ਵਿੱਚ ਪਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਡਾ ਪਾਣੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ‘ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਾਟਰ ਪਿਓਰੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਪਲਾਂਟਸ ਕੱਢ ਕੇ ਪਹਿਲਕਦਮੀਆਂ ਨਾਲ ਲਗਾਏ’ ਗਏ ਪਰ ਆਮ ਲੋਕਾਈ ਦੀ ਸਾਂਝ ਸੰਭਾਲ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਹ ਵੀ ਤਰਸਯੋਗ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

ਮਾਲਵਾ ਬੇਲਟ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮਾਨਸਾ, ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਅਤੇ ਮੁਕਤਸਰ ਵਿੱਚ ਆਰਸੈਨਿਕ, ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਸਾਹਿਬ, ਲੁਧਿਆਣਾ, ਪਟਿਆਲਾ ਅਤੇ ਸੰਗਰੂਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ, ਸੋਡੀਅਮ ਅਤੇ ਯੂਰੇਨੀਅਮ, ਬਠਿੰਡਾ, ਮਾਨਸਾ, ਮੋਗਾ, ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਆਦਿ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦੇ ਕੋਸ਼ਲ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਾਲਵਾ ਪਿੱਛੇ ਦਾ ਕੁੱਝ ਕੁ ਖੇਤਰ ਸੇਮ

ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੈ, ਮਾਝਾ ਪਿੱਛੇ ਵਿੱਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਫਲਦੀ ਵਧੇਰੇ ਲਵਾਈ ਅਤੇ ਦੁਆਬੇ ਦੇ ਉਦਯੋਗੀਕਰਨ ਨੇ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਉਲਝਾ ਕੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਖੜ੍ਹਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਅਨੁਸਾਰ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲਾ ਲਗਭਗ ਪਾਣੀ, ਤਹਿਸੀਲਾਂ ਅਤੇ ਬਲਾਕਾਂ 'ਚ ਬੇਹੱਦ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿ 4 ਕ੍ਰੀਸੀ ਪਾਣੀ ਗੰਭੀਰ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਹੋਣਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇ ਗਾ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਹੱਦ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਪੰਜਾਬ 76 ਕ੍ਰੀਸੀ ਹੈ, ਦੂਜਾ ਸਥਾਨ ਰਾਜਸਥਾਨ 66 ਕ੍ਰੀਸੀ, ਤੀਜੇ 'ਤੇ ਦਿੱਲੀ 56 ਕ੍ਰੀਸੀ ਅਤੇ ਚੌਥੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਹਰਿਆਣਾ 54 ਕ੍ਰੀਸੀ ਹੈ। ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਲੋਕ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ, ‘ਕੇਂਦਰੀ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲਾ ਪਾਣੀ ਜਲ ਬੋਰਡ’ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਸ ਸੰਸਥਾ ਨੇ 6584 ਬਲਾਕਾਂ, ਮੰਡਲਾਂ ਤੇ ਤਹਿਸੀਲਾਂ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਕੇਵਲ 4520 ਇਕਾਈਆਂ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪਾਈਆਂ ਗਈਆਂ। 1034 ਇਕਾਈਆਂ ਨੂੰ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਹੱਦ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੱਢਣ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਨਾਲ ਜੁੜ ਰਿਹਾ ਹੈ ਪਰ ਮਹਿਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ 10-12 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਰੇਗਿਸਤਾਨ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਣ ਕਰ ਲਵੇਗਾ। ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਬਹੁਤ ਹੌਲੀ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਆਰਥਿਕਤਾ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਕਰਕੇ, ਫਸਲਾਂ (ਝੋਨੇ) ਲਈ ਬਹੁਤ ਪਾਣੀ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ। ਨਦੀਆਂ, ਨਾਲਿਆਂ, ਸੁਇਆ ਦੀ ਪੁਰਾਣੀ ਤਕਨੀਕ ਛੱਡ ਕੇ ਸਾਡੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਾਣੀ ਕੱਢਣ ਲਈ ਨਦੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਾਲੇ ਟਿਊਬਵੇਲ ਵਰਤਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਹਨ।

ਬਚਾਓ ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੈਮੀਨਾਰ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਿੱਖਿਅਕ, ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਅਤੇ ਵਾਟਸੋਨ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਭਾਟੀਆ ਮੁੱਖ ਬੁਲਾਰੇ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੋਠਿਣਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਰੁੱਖਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਬਣਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਹਰ ਬੂੰਦ ਕੀਮਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨ ਬੇਮਾਇਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਟੀਆ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਸੰਕਟ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਲਗਭਗ 600 ਸੀਨੀਅਰ ਬੇਮਾਇਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਟੀਆ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਸੰਕਟ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅਸੀਂ

ਅਕਸਰ ਇਸ ਦੀ ਬੇਲੋੜੀ ਬਰਬਾਦੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅੱਜ ਤੋਂ ਹੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਯਤਨ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਤਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਪੂਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਠਿਣਾਂ ਨੂੰ ਵਰਧਾ ਜਲ ਜੀਵਨ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਰੁੱਖਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਬਣਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਹਰ ਬੂੰਦ ਕੀਮਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨ ਬੇਮਾਇਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਟੀਆ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਸੰਕਟ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅਸੀਂ

ਐਨ ਸੀ ਸੀ. ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਬਚਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸੈਮੀਨਾਰ

ਯਮੁਨਾ ਨਗਰ / ਜਗਾਧਰੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.) : 14ਵੀਂ ਹਰਿਆਣਾ ਬਟਾਲੀਅਨ ਐਨ.ਸੀ.ਸੀ. ਵੱਲੋਂ ਸਰਸਵਤੀ ਵਿਦਿਆ ਮੰਦਰ ਸੀਨੀਅਰ ਸਕੈਂਡਰੀ ਸਕੂਲ, ਜਗਾਧਰੀ ਵਿਖੇ 10 ਦਿਨਾਂ ਸੰਯੁਕਤ ਸਾਧਨਾ ਸਿਮਲਾਈ ਕੈਂਪ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੈਂਪ ਕਮਾਂਡੇਂਟ ਕਰਨਲ ਪੰਕਜ ਪਾਰੀਕ ਅਤੇ ਡਿਪਟੀ ਕੈਂਪ ਕਮਾਂਡੇਂਟ ਲੈਟਰੀਨੈਟ ਕਰਨਲ ਕੁਮੁਦ ਮੈਨੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਚੱਲ ਰਹੇ ਇਸ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਲਗਭਗ 600 ਸੀਨੀਅਰ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਐਨ.ਸੀ.ਸੀ. ਕੈਡਿਟ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੈਂਪ ਦੌਰਾਨ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਪਾਣੀ

ਬਚਾਓ ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੈਮੀਨਾਰ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਿੱਖਿਅਕ, ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਅਤੇ ਵਾਟਸੋਨ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਭਾਟੀਆ ਮੁੱਖ ਬੁਲਾਰੇ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੋਠਿਣਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਰੁੱਖਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਬਣਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਹਰ ਬੂੰਦ ਕੀਮਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨ ਬੇਮਾਇਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਟੀਆ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਸੰਕਟ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅਸੀਂ

ਅਕਸਰ ਇਸ ਦੀ ਬੇਲੋੜੀ ਬਰਬਾਦੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅੱਜ ਤੋਂ ਹੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਯਤਨ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਤਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਪੂਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਠਿਣਾਂ ਨੂੰ ਵਰਧਾ ਜਲ ਜੀਵਨ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਰੁੱਖਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਬਣਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਹਰ ਬੂੰਦ ਕੀਮਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨ ਬੇਮਾਇਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਟੀਆ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਣੀ ਸੰਕਟ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਅਸੀਂ



ਕੈਫ਼ੀਨ ਨਾਲ ਹੋ ਰਹੇ ਨੁਕਸਾਨ ਸ਼ਹਿਰੀ ਮੱਧ ਵਰਗ ਵਿੱਚ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ

ਕੈਫ਼ੀਨ ਵਿੱਚ ਵਿੱਚੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਜ਼ਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਪੰਜ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਲਗੂ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। 30 ਤੋਂ 60 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਮਾਤਰਾ ਲਗੂ ਵਿਚ ਪੂਰੀ ਸਿਖਰ ਉੱਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਯਾਨੀ 0.5 ਲਿਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿੱਲੋ! ਜਿਗਰ ਇਸ ਦੀ ਪੂਰੀ ਡੰਡ ਤੋੜ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਹੜਾ ਸਿਗਰਟ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਨਾ ਪੀਂਦਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ 5 ਤੋਂ 8 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਦੇ ਹੋਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਕੈਫ਼ੀਨ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਬਾਹਰ ਪੱਕ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਅੱਗੇ ਹੀ ਨਿਕੋਟੀਨ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਬਥੇਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਲਬਾਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ, ਜਿਗਰ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼, ਕੁੱਝ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਸਾਈਮੋਟੀਡੀਨ, ਕੁਇਨੋਲੋਨ, ਇਰੀਥਰੋਮਾਈਸਿਨ ਆਦਿ ਦੇ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਫ਼ੀਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਟਿਕੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਇਹ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚਲੇ ਸਾਹ, ਦਿਲ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਸੈਂਟਰਾਂ ਉੱਤੇ ਸਿੱਧਾ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਦਿਮਾਗ ਅੰਦਰ ਕਈ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਸਦਕਾ ਦਿਮਾਗ ਚੁਸਤ ਦਰੁਸਤ ਹੋ ਕੇ ਝਟਪਟ ਹੋਰ ਸੁਨੇਹੇ ਘੱਲਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਫ਼ੀਨ ਨੌਰ-ਐਪੀਨੈਫ਼ਰੀਨ ਤੇ ਐਪੀਨੈਫ਼ਰੀਨ ਵਧਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੜਕਣ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿਚ ਕੈਫ਼ੀਨ ਦੀ ਹੱਦਾਂ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਘਰ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਕੈਫ਼ੀਨ ਨਾ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਕੱਫ਼ੀ, ਚਾਹ, ਠੰਢਿਆਂ, ਐਨਰਜੀ ਡ੍ਰਿੰਕਸ, ਚਾਕਲੇਟ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਰਾਹੀਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਲੰਘ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕੈਫ਼ੀਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਸੋਡੇ ਤੇ ਠੰਢਿਆਂ (ਕੋਲਡ ਡਰਿੰਕਸ) ਰਾਹੀਂ ਬੱਚੇ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਨੌਜਵਾਨ ਠੰਢਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕੋਫ਼ੀ, ਵਾਧੂ ਗਰੀਨ ਟੀ ਅਤੇ ਐਨਰਜੀ ਡਰਿੰਕਸ ਵੀ ਲੈਣ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। 1999 ਤੋਂ ਐਨਰਜੀ ਡਰਿੰਕਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ, ਜਿਸ ਵਿਚ 6 ਫੀਸਦੀ ਹਰ ਸਾਲ ਵਧਾਪ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਪੀਤਾ ਜਾ ਰਹੀ ਔਸਤਨ ਕੋਫ਼ੀ ਜਾਂ ਚਾਹ ਇੰਨੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਜਿੰਨੀਆਂ ਹੁਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੇਜ਼ ਕੋਫ਼ੀਆਂ, ਗਰੀਨ ਚਾਹ, ਹਰਬਲ ਚਾਹ ਤੇ ਐਨਰਜੀ ਡਰਿੰਕਸ ਸਾਬਤ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ ਦਿਸਣ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। 85 ਤੋਂ 250 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਕੈਫ਼ੀਨ ਅੰਦਾਜ਼ਨ 1-3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਕੋਫ਼ੀ ਦੇ ਛੋਟੇ ਕੱਪਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਲੰਘ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਬਕਾਵਟ ਦੂਰ ਹੋਈ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਚੁਸਤੀ ਵੀ; ਪਰ 250 ਤੋਂ 500 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਨਾਲ ਘਬਰਾਹਟ, ਹੱਥ ਪੈਰ ਕੰਬਣੇ, ਨੀਂਦਰ ਨਾ ਆਉਣੀ, ਧਿਆਨ ਨਾ ਲਾ ਸਕਣਾ, ਆਦਿ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੈਫ਼ੀਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ: ਦਿਮਾਗ, ਦਿਲ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਉੱਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਅਸਰ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। 500 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਸਾਰ ਬਹੁਤ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ, ਦੌਰੇ ਪੈਣੇ, ਪੜਕਣ ਵਧਣੀ ਤੇ ਧੜਕਣ ਵਿਚ ਗੜਬੜੀ ਵੀ ਦੇਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਅਣਜਾਣੇ ਹੀ ਕੈਫ਼ੀਨ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਫੜਾਫੜ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਇਹ ਹਦਾਇਤਾਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਕਿ ਐਨਰਜੀ ਡਰਿੰਕਸ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਸਾਵਧਾਨ ਹੋ ਜਾਣ। ਉਹ ਸਿਰਫ਼ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਘੁਲੀ ਹੋਈ ਕੈਫ਼ੀਨ ਪੀ ਰਹੇ ਹਨ, ਹੋਰ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ; ਯਾਨੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਡਰਿੰਕਸ ਵਿਚ ਤਾਕਤ ਵਾਲੀ ਕੋਫ਼ੀ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਰਵਾਰੀ ਵੇਲੇ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਦਰਦ ਦੀ ਗੋਲੀ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪੀੜ ਫਾਟਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਕੈਫ਼ੀਨ ਪਾ ਕੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਤਰੋਤਾਜ਼ਾ ਕਰ ਕੇ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਠੀਕ ਠਾਕ ਹੈ। ਗਰੀਨ ਟੀ ਨੂੰ ਹਾਜ਼ਮਾ ਸਹੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਹਿ ਕੇ ਪੜਾਧੜ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ,

ਜਦਕਿ ਅਸਰ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਵਿਚਲੀ ਕੈਫ਼ੀਨ ਸਦਕਾ ਹੈ। ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜੜੀ-ਬੂਟੀਆਂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਚਾਹ ਦੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਕੈਫ਼ੀਨ ਪਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਠੰਢੇ ਜਾਂ ਕੋਲਡ ਡਰਿੰਕਸ ਤੇ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਹੋਰ ਤੁਰੰਤ ਤਾਕਤ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਪੀਣ ਯੋਗ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਦੇ ਬਾਹਰ ਕੈਫ਼ੀਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਲਿਖੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਹੀ। ਕੁੱਝ ਐਨਰਜੀ ਡਰਿੰਕਸ ਵਿਚ 75 ਤੋਂ 300 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਤੱਕ ਕੈਫ਼ੀਨ ਪਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤੇ ਕੁੱਝ ਠੰਢਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤਾਕਤ ਵਾਲੇ ਦਰਸਾ ਕੇ ਕੈਫ਼ੀਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਪ੍ਰਤੀ ਔਂਸ ਵਧਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਈਆਂ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਬਾਹਰ ਕੈਫ਼ੀਨ ਦੀ ਥਾਂ 'ਗੁਆਰਾਨਾ' ਜਾਂ 'ਕੋਲਾ ਨੌਟ' ਜਾਂ 'ਯਰਬਾ ਮੇਟ' ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੈਫ਼ੀਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦੁੱਗਣੀ ਜਾਂ ਤਿੰਗਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ 16 ਤੋਂ 23.5 ਔਂਸ ਦੇ ਕੈਨ ਵਿਚ ਵੇਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਦੋ ਕੈਨ ਵੀ ਸਰੀਰ ਲਈ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸਾਬਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਅਸਰ ਕਿਵੇਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ: ਕੈਫ਼ੀਨ ਵਿੱਚੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਜ਼ਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਪੰਜ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਲਗੂ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। 30 ਤੋਂ 60 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਮਾਤਰਾ ਲਗੂ ਵਿਚ ਪੂਰੀ ਸਿਖਰ ਉੱਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਯਾਨੀ 0.5 ਲਿਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿੱਲੋ! ਜਿਗਰ ਇਸ ਦੀ ਪੂਰੀ ਡੰਡ ਤੋੜ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਹੜਾ ਸਿਗਰਟ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਨਾ ਪੀਂਦਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ 5 ਤੋਂ 8 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਦੇ ਹੋਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਕੈਫ਼ੀਨ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਬਾਹਰ ਪੱਕ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਅੱਗੇ ਹੀ ਨਿਕੋਟੀਨ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਬਥੇਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਲਬਾਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ, ਜਿਗਰ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼, ਕੁੱਝ ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਸਾਈਮੋਟੀਡੀਨ, ਕੁਇਨੋਲੋਨ, ਇਰੀਥਰੋਮਾਈਸਿਨ ਆਦਿ ਦੇ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਫ਼ੀਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਟਿਕੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਇਹ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚਲੇ ਸਾਹ, ਦਿਲ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਸੈਂਟਰਾਂ ਉੱਤੇ ਸਿੱਧਾ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਦਿਮਾਗ ਅੰਦਰ ਕਈ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਸਦਕਾ ਦਿਮਾਗ ਚੁਸਤ ਦਰੁਸਤ ਹੋ ਕੇ ਝਟਪਟ ਹੋਰ ਸੁਨੇਹੇ ਘੱਲਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਫ਼ੀਨ ਨੌਰ-ਐਪੀਨੈਫ਼ਰੀਨ ਤੇ ਐਪੀਨੈਫ਼ਰੀਨ ਵਧਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੜਕਣ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਹ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਵਧਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪੇਟਾਸ਼ੀਅਮ ਘਟਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਪੇਟ ਅੰਦਰ ਏਸਿਡ ਬਣਨਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀ ਚਾਲ ਵੀ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਬਥੇਰੇ ਜਣੇ ਕੋਫ਼ੀਨ ਦੇ ਆਈ ਬਣਨ ਬਾਅਦ ਉਦੋਂ ਤਕ ਸਵੇਰੇ ਗੁਲਮਖ਼ਾਨੇ ਵੱਲ ਤੁਰਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਦ ਤਕ ਕੜਕ ਚਾਹ ਅੰਦਰ ਨਾ ਲੰਘਾ ਲੈਣ।

ਤਣਾਅ, ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਭੱਜ-ਦੌੜ, ਅਨਿਯਮਤ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੇ ਰੁਝਾਵਾਂ ਅਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਿੱਚ ਲਾਹਪ੍ਰਵਾਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਮੁੱਖ ਵਜ੍ਹਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰ ਦੀਆਂ ਪੇਂਡੂ ਤੇ ਮੱਧਵਰਗੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਾਡੇ ਸੰਕੇਤ ਹਨ ਕਿ ਸ਼ਹਿਰੀਕਰਨ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਵਜ੍ਹਾ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਕਿਹਾ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਸਾਲ 2030 ਤਕ ਸੱਤਵਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਜਾਨਲੇਵਾ ਰੋਗ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ, ਜੋ ਗੁਰਦਾ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਅਤੇ ਅੰਨ੍ਹੇਪਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2000 ਤਕ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ 3 ਕਰੋੜ 20 ਲੱਖ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਰੋਗੀ ਸਨ, ਜੋ ਕਿ 2013 ਤਕ ਦੁੱਗਣੇ ਹੋ ਗਏ। ਇਹ ਅੰਕੜਾ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਕੁੱਲ ਆਬਾਦੀ ਦਾ ਕਰੀਬ ਤਿੰਨ ਫ਼ੀਸਦੀ ਹੈ। ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਬਾਕੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗੰਗੋਤਰੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋਣ ਪਿੱਛੋਂ ਹਰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਮਾਰ ਹੋਣ ਆ ਜਾਣਾ ਮਹਿਜ਼ ਵਕਤ ਦੀ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। 2028 ਤਕ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਦਾ ਅੰਕੜਾ 10 ਕਰੋੜ ਤਕ ਜਾਣ ਦਾ ਖ਼ਦਸ਼ਾ ਹੈ। ਇਹ ਹੋਰ ਵੀ ਦੁੱਖ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕੇਸ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ, ਸਕੂਲੀ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਸਾਕ-ਸਬੰਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵਾਰਸਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬੇਹੱਦ ਵਧ ਗਈ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਉੱਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸ਼ਹਿਰੀ ਮੱਧ ਵਰਗ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਰੀ ਗਰੀਬ ਤੇ ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਿੱਟਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਹਿਰੀਕਰਨ ਦਿਲ ਦੇ ਦੌਰੇ ਦੀ ਮੁੱਖ ਵਜ੍ਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਪੇਂਡੂ, ਸ਼ਹਿਰੀ ਗਰੀਬ ਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਮੱਧ ਵਰਗ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। 35 ਤੋਂ 70 ਸਾਲ ਦੀਆਂ ਕਰੀਬ 6853 ਔਰਤਾਂ 'ਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ 2616 ਪੇਂਡੂ ਸ਼ਹਿਰੀ ਗਰੀਬ 2008 ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਰੀ ਮੱਧ ਵਰਗੀ 2229 ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ, ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ, ਮਾਨਸਿਕ ਹਾਲਤ ਅਤੇ ਜੈਵ ਰਸਾਇਣਕ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਕਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਬਾਡੀ ਮਾਸ ਇੰਡੈਕਸ, ਲੱਕ, ਵੇਸਟ ਹਿਪ ਅਨੁਪਾਤ, ਸਿਸਟੋਲਿਕ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਸ਼ੂਗਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਮਾਪੇ ਗਏ। ਇਸ ਖੋਜ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਹੈਰਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਨ। ਖੋਜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸ਼ਹਿਰੀ ਗਰੀਬ ਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਮੱਧ ਵਰਗੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਪ ਪੇਂਡੂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਸਭ ਪੈਮਾਨੇ 'ਤੇ ਵੱਧ ਪਾਇਆ ਗਿਆ। ਉਮਰ ਆਧਾਰਿਤ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਘਾਤਕ ਕਾਰਕ ਗਰੀਬ ਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਮੱਧ ਵਰਗ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵੱਧ ਪਾਇਆ ਗਿਆ। ਪੇਂਡੂ ਔਰਤਾਂ, ਗਰੀਬ ਸ਼ਹਿਰੀ ਤੇ ਸ਼ਹਿਰ ਮੱਧਵਰਗੀ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੀਏ

ਤਾਂ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕ੍ਰਮਵਾਰ 2.2, 9.3 ਤੇ 17.7 ਫ਼ੀਸਦੀ 'ਚ ਪਾਈ ਗਈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਾਡੀ-ਮਾਸ ਇੰਡੈਕਸ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨਾਂ ਵਰਗਾਂ ਦਾ ਅੰਕੜਾ 22.5 ਦੀ ਥਾਂ ਕ੍ਰਮਵਾਰ 28.3, 63.4 ਤੇ 61.9 ਫ਼ੀਸਦੀ ਰਿਹਾ। ਵੇਸਟ-ਹਿਪ ਅਨੁਪਾਤ (ਮੋਟਾਪੇ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਪੈਮਾਨਾ) ਦੇ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਅੰਕੜਾ ਕ੍ਰਮਵਾਰ 60.4, 90.7 ਤੇ 88.5 ਫ਼ੀਸਦੀ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਿੱਚ ਅੰਕੜਾ ਕ੍ਰਮਵਾਰ 13.5, 27.7 ਤੇ 37.4 ਫ਼ੀਸਦੀ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਰ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਪੇਂਡੂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਗਰੀਬ ਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਮੱਧਵਰਗੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੱਧ ਪਾਇਆ ਗਿਆ। ਫੋਰਟਿਸ ਸੀ-ਡਾਕ ਸੈਂਟਰ ਆਫ ਐਕਸੀਲੈਂਸ, ਫਾਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਮੈਟਾਬੋਲਿਕ ਡਾਕਟਰ ਅਨੂਪ ਮਿਸ਼ਰਾ ਅਨੁਸਾਰ ਪੇਂਡੂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਗਰੀਬ ਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਮੱਧਵਰਗੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਦਲਦੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹੈ। ਤਣਾਅ, ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਭੱਜ-ਦੌੜ, ਅਨਿਯਮਤ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੇ ਰੁਝਾਵਾਂ ਅਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਿੱਚ ਲਾਹਪ੍ਰਵਾਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਮੁੱਖ ਵਜ੍ਹਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰ ਦੀਆਂ ਪੇਂਡੂ ਤੇ ਮੱਧਵਰਗੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਾਡੇ ਸੰਕੇਤ ਹਨ ਕਿ ਸ਼ਹਿਰੀਕਰਨ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਵਜ੍ਹਾ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਕਿਹਾ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਸਾਲ 2030 ਤਕ ਸੱਤਵਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ

ਜਾਨਲੇਵਾ ਰੋਗ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ, ਜੋ ਗੁਰਦਾ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਅਤੇ ਅੰਨ੍ਹੇਪਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2000 ਤਕ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ 3 ਕਰੋੜ 20 ਲੱਖ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਰੋਗੀ ਸਨ, ਜੋ ਕਿ 2013 ਤਕ ਦੁੱਗਣੇ ਹੋ ਗਏ। ਇਹ ਅੰਕੜਾ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਕੁੱਲ ਆਬਾਦੀ ਦਾ ਕਰੀਬ ਤਿੰਨ ਫ਼ੀਸਦੀ ਹੈ। ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਬਾਕੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗੰਗੋਤਰੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋਣ ਪਿੱਛੋਂ ਹਰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਮਾਰ ਹੋਣ ਆ ਜਾਣਾ ਮਹਿਜ਼ ਵਕਤ ਦੀ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। 2028 ਤਕ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਦਾ ਅੰਕੜਾ 10 ਕਰੋੜ ਤਕ ਜਾਣ ਦਾ ਖ਼ਦਸ਼ਾ ਹੈ। ਇਹ ਹੋਰ ਵੀ ਦੁੱਖ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕੇਸ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ, ਸਕੂਲੀ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਸਾਕ-ਸਬੰਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵਾਰਸਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬੇਹੱਦ ਵਧ ਗਈ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਉੱਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

(ਪਿਤਾ-ਪੁਰਖੀ) ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੇਹੱਦ ਤਣਾਅ ਭਰੇ ਜ਼ਖ਼ਮਾਂ ਦਾ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਨਾ ਭਰਨਾ, ਹੱਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਸੋਝ ਜਾਂ ਬੁਨਝਨਾਹਟ ਹੋਣੀ, ਲਕਵਾ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਵਜ਼ਨ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣਾ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੱਛਣ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਿੰਨੀ ਘਾਤਕ ਹੈ ਇਸ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਤਕ ਹੋਈਆਂ ਜੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਜਿੰਨੇ ਲੋਕ ਮਾਰੇ ਗਏ ਹਨ, ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕ ਪਿਛਲੇ ਇੱਕ ਦਹਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਮਰੇ ਹਨ। ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਿਲ ਤੇ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਬਲੱਡ ਸਪਲਾਈ ਵਿੱਚ ਅੜਿੱਕਾ, ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਵਗਣਾ ਅੰਨ੍ਹੇਪਣ ਤੇ ਗੁਰਦੇ ਵਿੱਚ ਨੁਕਸ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰੋਗ ਨਾੜੀਆਂ (ਨਰਵਸ ਸਿਸਟਮ) ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਜੀਵ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਰੋਗੀ ਦੀਆਂ ਮਾਪੇ, ਸਕੂਲੀ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਸਾਕ-ਸਬੰਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵਾਰਸਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬੇਹੱਦ ਵਧ ਗਈ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਉੱਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਬੱਚਾ ਵੱਧ ਪੋਸ਼ਾਕ, ਵੱਧ ਪਿਆਸ, ਭੁੱਖ, ਵਜ਼ਨ ਦੀ ਕਮੀ, ਬਕਾਵਟ, ਕੰਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਪੇਟ ਦਰਦ ਆਦਿ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਗੁਸਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹੇ ਬਿਮਾਰੀ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੱਛਣ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਸਣ ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਸਨੇਹੀਆਂ ਨੂੰ ਹਿੱਚ ਦਾ ਡਰ ਤਿੰਨ ਗੁਣਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਏਨੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਈ ਆਧੁਨਿਕ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਜ਼ਰੂਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਕੇਸਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੂਗਰ ਵਿੱਚ ਇਹ ਰੋਗ ਜ਼ਖ਼ਮਾਂ ਦੂਰ

ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦੇ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਦੁਰਪ੍ਰਭਾਵ

ਸ਼ਰਾਬ, ਸਿਰਫ਼ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਪੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਰੰਭ ਵਿੱਚ ਆਮ ਕਰਕੇ ਲੋਕ ਸ਼ੋਕੀਆ ਤੇਰ 'ਤੇ ਪੀਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇਹੀ ਸ਼ਰਾਬ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਗੁਲਾਮ ਬਣਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਅਮੀਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਹਰੇਕ ਬੰਦਾ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਛੋਟੇ ਵੱਡੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜਾਂ ਪਾਰਟੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਾਬ ਪਿਆਉਣਾ ਇੱਕ ਸਟੇਟਸ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪੰਜਾਂ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਪਾਣੀ ਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਵੱਡੇ ਗਏ ਹਨ ਪਰ ਹੁਣ ਇਸ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਛੇਵਾਂ ਦਰਿਆ, ਠਾਠਾਂ ਮਾਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ। ਕੁੱਲ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ 'ਚੋਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਚੌਥਾ ਅਹਿਮ ਕਾਰਨ ਹੈ। 50 ਫ਼ੀਸਦੀ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਤੇ 25 ਫ਼ੀਸਦੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਤਮਹੱਤਿਆਵਾਂ ਵੀ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਹੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਲਗਾਤਾਰ ਸਾਲਾਂ-ਬੱਧੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੀਣ ਨਾਲ ਜਿਗਰ ਦੀ ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਲਕੋਹਲਿਕ ਹੋਪੈਟਾਇਟਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਂਜ, ਜਿਗਰ ਦੀ ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਦੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਿਆਕੜਾਂ ਅਤੇ ਪਟਿਆਲਾ ਪੈਂਗ ਪੀਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਹੀ ਜਿਗਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਚਰਬੀ ਜਮ੍ਹਾਂ (ਫੈਟੀ ਲਿਵਰ) ਹੋਣ ਨਾਲ ਜਿਗਰ ਦਾ ਭਾਰ ਅਤੇ ਆਕਾਰ ਬਹੁਤ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਯਕਰਾਨ ਜਾਂ ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਨਾਲ ਡੋਲਿਆਂ, ਚਮੜੀ, ਜੀਭ ਅਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਆਦਿ ਦਾ ਰੰਗ ਪੀਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੁੜ੍ਹਕਾ ਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵੀ ਗੂੜ੍ਹੇ ਖੱਟੇ ਰੰਗ ਦੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਜਿਗਰ ਦੀ ਖ਼ਰਾਬੀ ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਯਕਰਾਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਹੋਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਗਰ 'ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਅਸਰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਅਸੀਂ ਪੌਸਟ ਮਾਰਟਮ ਕੇਸਾਂ ਦੇ 150 ਜਿਗਰ ਦੇ ਸੈੱਪਲਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਇੱਕ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਸੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ 40 ਕੇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਪੌਸਟ ਮਾਰਟਮਾਂ ਦੌਰਾਨ ਜਿਗਰ ਲਏ ਗਏ ਸਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਮਿਤਕ ਤਕਰੀਬਨ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹੀ ਸਨ ਕਿਉਂਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਬਹੁਤ ਸੇਵਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ 65 ਫ਼ੀਸਦੀ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਗਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਚਰਬੀ (ਫੈਟੀ ਲਿਵਰ) ਤੇ ਜਿਗਰ ਦਾ ਸਿਰੋਸਿਸ ਪਾਏ ਗਏ ਸਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੀ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਅਲਾਮਤ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਸਿਆਣਪ ਵਰਤਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਜੇ ਲੋਕ ਅਜਿਹੀ ਸੰਗਤ ਮਾਨਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਨਹੀਂ ਬਣਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਜਿਗਰ ਦੇ ਰਾਜ਼ੀ-ਬਾਜ਼ੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਟੈਸਟਾਂ ਨਾਲ ਜਿਗਰ ਦੀ ਖ਼ਰਾਬੀ ਦਾ ਜੇ ਮੁੱਢਲੀ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਹੀ ਪਤਾ ਲਗਾ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੁਕੰਮਲ ਸ਼ਰਾਬਬੰਦੀ ਤੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਨੁਕਸ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਬੰਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣੀ ਨਾ ਛੱਡੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦੇ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਪੁੱਠੀ ਗਿਣਤੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਠੀਕ-ਠਾਕ ਸਿਹਤ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਸਾਧਾਰਨ ਬੰਦੇ ਦਾ ਜਿਗਰ ਤਕਰੀਬਨ ਡੇਢ ਕਿਲੋ ਗ੍ਰਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਪੱਸਲੀਆਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲੁਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਆਕਾਰ ਵਧਣ ਨਾਲ ਇਹ, ਹੇਠਾਂ ਪੇਟ ਵੱਲ ਨੂੰ ਟੋਕ ਕੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਆਕਾਰ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਡਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਪੁੱਠੀ ਤਕ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਕਾਰ ਵਧਣ ਨਾਲ ਇਸ ਦਾ ਭਾਰ ਵੀ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਮਨੁੱਖ ਬੇਹਿਸਾਬੀ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਰ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਸਹੇੜ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਰਾਬ ਕਾਰਨ ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਆਮ ਕਰਕੇ 30 ਤੋਂ 55 ਸਾਲ ਦੇ ਬੰਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਂਜ ਜੇ ਲੋਕ ਬੇਹਿਸਾਬੀ ਪੀਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਉਮਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਿਗਰ ਰੋਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸੁਸਤੀ, ਭਾਰ ਤੇ ਭੁੱਖ ਦੀ ਘਾਟ ਅਤੇ ਯਕਰਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਵੀ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਅਤੇ ਸਖ਼ਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਾਬ ਕਾਰਨ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਜੇ ਆਦਮੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕੁੱਝ ਸਾਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੌਰਾਨ ਜਿਗਰ ਦਾ ਫੇਲ੍ਹ ਕਰਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਹਾਲਾਤ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਪੁੱਜ ਜਾਣ ਤਾਂ ਜਿਉਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਵਿੱਕੀ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਕਹਿਰ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬਾਕੀ ਅੰਗ ਹਨ- ਗਲਾ, ਜੀਭ, ਬੁੱਲ੍ਹ, ਭੋਜਨ-ਨਾਲੀ, ਮਿਰਦਾ ਅਤੇ ਮਸਾਨਾ ਆਦਿ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਰਾਬ ਨਾਲ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਰੋਗ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਯਕਰਾਨ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਣ ਦਾ ਇੱਕ ਚਿੰਨ੍ਹ/ਲੱਛਣ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਯਕਰਾਨ ਸੌਫੀ ਬੰਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਗਰ ਦੀਆਂ ਵਾਇਰਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ, ਜਿਗਰ ਦੀ ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਜਾਂ ਹੋਪੈਟਾਇਟਿਸ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਯਕਰਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੋਪੈਟਾਇਟਿਸ 'ਏ' ਵਾਇਰਸ, ਹੋਪੈਟਾਇਟਿਸ 'ਬੀ' ਤੇ 'ਸੀ' ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਡੋਲਟਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਰਸਾਇਣ ਈਥੋਜਨ ਵੀ ਵਾਇਰਸ ਹਨ ਜੋ ਹੋਪੈਟਾਇਟਿਸ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 'ਬੀ' ਤੇ 'ਸੀ' ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹਨ। ਖਰੀਬ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਜਿਗਰ ਦਾ ਸਿਰੋਸਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਾਇਰਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਯਕਰਾਨ ਜਿਗਰ ਦਾ ਬਾਹਰਲਾ ਤਲ ਮਾਮੇ ਅਤੇ ਪੱਧਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਖੱਬਾ ਪੱਸਲੀਆਂ ਥੱਲੇ ਦਰਦ, ਜੀਅ ਸਿਰੋਸਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਉਧੜ-ਗੁਧੜਾ

ਘਟਣਾ ਅਤੇ ਗੂੜ੍ਹੇ ਰੰਗ ਦਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਦਿ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟਸ (ਚੌਲ, ਆਲੂ, ਗੁੜ ਤੇ ਰੋਹ ਆਦਿ) ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਚਿਕਨਾਈ-ਰਹਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਵੇ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਆਰਾਮ ਮਿਲ ਸਕੇ। ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਪਥਰੀ, ਨਾਲੀ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਣ ਨਾਲ ਜਾਂ ਲਥਲਥੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਤੇ ਯਕਰਾਨ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਬੱਝੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਕਾਫ਼ੀ ਗਹਿਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਵਿਸ਼ਿੱਤ ਜਾਂਚ ਤੇ ਇਨਵੈਸਟੀਗੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਸਰਜਰੀ ਵਗੈਰਾ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਗਰ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਲਾਲ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਟੁੱਟਣ ਨਾਲ ਵੀ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਧਾਰਨ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਤੱਤ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 0.2 ਤੋਂ 0.8 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਫ਼ੀਸਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਧਾਰਨ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪੁਰਾਣੇ ਲਾਲ ਸੈੱਲ ਟੁੱਟਣ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਲਾਲ ਸੈੱਲ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਟੁੱਟਣ ਕਰਕੇ ਯਕਰਾਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜਿਗਰ ਬਿਲਕੁਲ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਯਕਰਾਨ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਗਲਤ-ਮੈਚ ਵਾਲਾ ਖ਼ੂਨ ਦਾਨ ਲੈਣ, ਸੱਪ ਲੜਨ ਨਾਲ ਜਾ ਸੂਟ

ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਜਮਾਂਦਰੂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਵੀ ਯਕਰਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਵਹਿਮ-ਭਰਮ ਤੇ ਟੂਣਾ-ਝਾੜਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਹੀ ਸੁਣਿਆ ਜਾਂ

ਐਸਪੀ ਨਵਰੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ ਨੇ ਲਖਮਰੀ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਕਾਰਜਾਂ ਸਬੰਧੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨਾਇਬ ਸੈਣੀ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕੀਤੀ

ਲਖਮਰੀ ਵਿੱਚ ਉਪ-ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਲਈ ਇੱਕ ਏਕੜ ਜ਼ਮੀਨ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ

ਬਾਬੈਨ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.): ਬਾਬੈਨ ਬਲਾਕ ਦੇ ਲਖਮਰੀ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਕਾਰਜਾਂ ਸਬੰਧੀ, ਲਖਮਰੀ ਨਿਵਾਸੀ ਅਤੇ ਸੋਗਰੂਰ ਦੇ ਐਸਪੀ ਨਵਰੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ ਨੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨਾਇਬ ਸੈਣੀ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਮੰਗਾਂ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੱਕ ਉਪ-ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਪੰਚ ਬਾਬਾ ਮੀਰ ਦੇ ਦਰਗਾਹ ਤੱਕ ਇੱਕ ਸੜਕ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ 'ਤੇ ਚਾਨਣਾ ਪਾਇਆ। ਐਸਪੀ ਨਵਰੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਉਪ-ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਲਖਮਰੀ ਪਿੰਡ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਸਰਕਾਰ ਉਪ-ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਇੱਕ ਏਕੜ ਜ਼ਮੀਨ ਦਾਨ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਸਦੀ ਅਨੁਮਾਨਿਤ ਕੀਮਤ ਲਗਭਗ 80 ਲੱਖ ਹੋਵੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਿੰਡ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਪਸ਼ੂ ਹਸਪਤਾਲ ਲਈ ਜ਼ਮੀਨ ਦਾਨ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪਸ਼ੂ ਪਾਲਣ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਮਿਲੀਆਂ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਆਪਣੇ



ਖਰਚੇ 'ਤੇ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਏ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਵਾਗਤ ਗੇਟ ਵੀ ਬਣਾਇਆ। ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ, ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਣ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ, ਅਤੇ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ। ਪਿੰਡ ਦੀ ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ, ਪੰਚ ਬਾਬਾ ਮੀਰ ਦੇ ਦਰਗਾਹ ਤੱਕ ਪੱਕੀ ਸੜਕ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮੁੱਦਾ ਵੀ ਉਠਾਇਆ ਗਿਆ। ਵਿਰਕ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਸੜਕ ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ

ਅਤੇ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ਾਈ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਬਣਾਏਗੀ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰੇਗੀ। ਨਵਰੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਸਰਕਾਰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਖੇਡ ਸਟੇਡੀਅਮ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਖੇਡ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਿੰਡ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਣਗੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਢੁਕਵਾਂ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਪੰਚ ਸਤਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਸ਼ਿਵ ਕੁਮਾਰ, ਸ਼ਮਸ਼ੇਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ, ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਨਵਰੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ ਦੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਕੀਤੇ ਗਏ ਯਤਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ, ਲਖਮਰੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਸਿਹਤ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਤਰੱਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਾਹਮਣੇ ਉਠਾਏ ਗਏ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਫੈਸਲੇ ਲਏ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਦਿਸ਼ਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।



ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ 85 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੰਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦੇ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ

ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.): ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਉੱਤਮਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਆਪਣੀ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ, ਸ਼ਹੀਦ ਉਧਮ ਸਿੰਘ ਸਮਿਤੀ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਆਵਾਜ਼ ਮੰਚ ਨੇ ਕਲਵੇਰਜ਼ੀ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਦੋ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦਿਆਂ 10ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ 85 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੰਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇਸ ਸਨਮਾਨ ਨੂੰ ਕੁੜੀਆਂ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਜਨਕ ਦੱਸਿਆ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਕਲਵੇਰਜ਼ੀ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਆਮ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਮੀਨਾਕਸ਼ੀ ਅਤੇ ਰਿਤਿਕਾ ਨੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦਿਆਂ 10ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੀ ਬੋਰਡ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ 85 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੰਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਮਾਣ ਵਧਾਇਆ। ਦੋਵੇਂ ਕੁੜੀਆਂ ਭਾਵੁਕ ਹੋ ਗਈਆਂ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਹੋਣ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਇਆ। ਦੋਵੇਂ ਧੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਸਨਮਾਨ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੱਸਿਆ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ

ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਅਤੇ ਜਨ ਭਲਾਈ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ

ਕਰਨਾਲ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.): ਮੇਅਰ ਰੇਣੂ ਬਾਲਾ ਗੁਪਤਾ ਅਤੇ ਸਾਬਕਾ ਭਾਜਪਾ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਬਿਜੂ ਗੁਪਤਾ ਨੇ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਵਾਸ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਰਾਜ ਮਹਿਲਾ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਰੇਣੂ ਭਾਟੀਆ ਦਾ ਵੱਲੋਂ ਦਾ ਗੁਲਦਸਤਾ ਦੇ ਕੇ ਨਿੱਘਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ। ਇੱਕ ਸੁਰਿੰਦਰ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ, ਮਹਿਲਾ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ, ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ, ਮਹਿਲਾ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਸਮਾਜਿਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਤੇ ਜਨ ਭਲਾਈ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮਕਾਲੀ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਅਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਚਰਚਾ ਹੋਈ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ, ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਨਾਲ ਸਸ਼ਕਤ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਮੇਅਰ ਰੇਣੂ ਬਾਲਾ ਗੁਪਤਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰਿਆਣਾ ਰਾਜ ਮਹਿਲਾ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਰੇਣੂ ਭਾਟੀਆ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਸਮਾਜ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਸਰੋਤ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਸ਼ਕਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਯਤਨ ਬਹੁਤ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਜਿਹੀ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਅਤੇ ਸਮਰਪਿਤ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਵੀਂ ਉਰਜਾ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ?ਕਰਦੀ ਹੈ। ਮੇਅਰ ਨੇ ਰੇਣੂ ਭਾਟੀਆ ਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਭਰੇ ਦੌਰੇ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਅਤੇ ਸਿਹਤਾ ਭਲਾਈ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਸੁਝਾਅ ਜ਼ਰੂਰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਦਿਸ਼ਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਉੱਨਤੀ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ



ਮੌਜੂਦ ਸਾਰੇ ਪੜਵੇਂਦਿਆਂ ਨੇ ਮਹਿਲਾ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ

ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਰਾਜ ਮਹਿਲਾ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਰੇਣੂ ਭਾਟੀਆ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਹਿਲਾ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਮੁਹਿੰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ, ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀ ਨੀਂਹ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰ ਵਰਗ ਨੂੰ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉੱਨਤੀ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਰੇਣੂ ਭਾਟੀਆ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਔਰਤਾਂ ਸਿੱਖਿਆ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ, ਰਾਜਨੀਤੀ, ਖੇਡਾਂ, ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਸਮੇਤ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਬਹਾਬਰ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਕਰਨਾਲ ਦੇ ਵਿਕਾਸ, ਮਹਿਲਾ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮੇਅਰ ਰੇਣੂ ਬਾਲਾ ਗੁਪਤਾ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਨ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸਰਗਰਮ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਗਤੀ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਮੂਹਿਕ ਯਤਨਾਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ: ਮੇਅਰ ਰੇਣੂ ਬਾਲਾ ਗੁਪਤਾ ਨੇ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਰੇਣੂ ਭਾਟੀਆ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪ੍ਰੇਰਨਾਦਾਇਕ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹਜਨਕ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਲੋਕ ਭਲਾਈ ਕਾਰਜਾਂ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਦਿਸ਼ਾ ਅਤੇ ਉਰਜਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ

ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਰਸਾਇਣਕ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ: ਡਾ. ਵਿਜੇ ਕੌਸ਼ਿਕ

ਜੈਵਿਕ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਤਰੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਸਿਰਫ ਉਤਪਾਦਨ ਲਾਗਤ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ ਬਲਕਿ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ 'ਤੇ ਵੀ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਰਵਾਇਤੀ ਖੇਤੀ ਛੱਡਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਹੋਰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਧੰਦੇ ਅਪਣਾਉਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ (ਡੀਐਸਆਰ) ਚੱਲ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਵਾਇਦਿਆਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ, ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਘੱਟ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦੀ ਲਾਗਤ ਲਈ ਇਸ ਤਕਨੀਕ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ। ਸੀਐਸਐਸਆਰ ਆਈ ਵੀ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਘੱਟ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ। ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਰਜਤ ਅਤੇ ਬੀਟੀਐਮ ਰਾਜੇਸ਼ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਚਲਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸਕੀਮਾਂ ਅਤੇ ਗੁੱਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਖੇਤੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ। ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਮਾਰਿਗਾਂ ਨਾਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਖਾਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਖੇਤੀ ਤਕਨੀਕਾਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਾਰਿਗਾਂ ਨੇ ਹੱਲ ਕੀਤਾ।

ਕਰਨਾਲ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.): ਚੌਧਰੀ ਚਰਨ ਸਿੰਘ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਹਿਸਾਰ ਦੇ ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ, ਉਚਾਨਾ ਨੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ, 8 ਜੂਨ ਨੂੰ ਅਸੰਧ ਬਲਾਕ ਦੇ ਗੋਲੀ ਅਤੇ ਮੋਰ ਮਾਜਰਾ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਖੇਤ ਬਚਾਓ ਅਭਿਆਨ ਤਹਿਤ ਫਸਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਸੰਤੁਲਿਤ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸੰਤੁਲਿਤ ਖਾਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਮਿੱਟੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤਕਨੀਕਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਸੀ। ਇਹ ਕਿਸਾਨ ਸੈਮੀਨਾਰ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ, ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਵਾਈਸ ਚਾਂਸਲਰ ਡਾ. ਬਲਦੇਵ ਰਾਜ ਕੰਬੋਜ, ਵਿਸਥਾਰ ਸਿੱਖਿਆ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਡਾ. ਨਰੇਸ਼ ਕੌਸ਼ਿਕ ਅਤੇ ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ, ਉਚਾਨਾ ਦੇ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਣ ਲਈ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾ

ਸਮਾਧਾਨ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਦਾ ਜਲਦੀ ਨਿਪਟਾਰਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ: ਪੀਯੂਸ਼ ਗੁਪਤਾ

ਜਗਾਧਰੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.): ਸਿਟੀ ਮੈਜਿਸਟ੍ਰੇਟ ਪੀਯੂਸ਼ ਗੁਪਤਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਧਾਨ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲੋਕੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਬਿਨੈਕਾਰ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਸਾਰੇ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਜਾਂਚ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵੀ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਨਿਪਟਾਰਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਸਿਟੀ ਮੈਜਿਸਟ੍ਰੇਟ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਕੱਤਰੇਤ ਦੇ ਆਡੀਟੋਰੀਅਮ ਵਿੱਚ ਆਯੋਜਿਤ ਸਮਾਧਾਨ ਕੈਂਪ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜਨਤਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਹੱਲ ਲਈ ਸਮਾਧਾਨ ਕੈਂਪਾਂ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਹ ਕੈਂਪ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 12 ਵਜੇ ਤੱਕ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਸਬ-ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਲਗਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੈਂਪ ਦੌਰਾਨ ਕੁੱਲ ਚਾਰ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈਆਂ। ਯਮੁਨਾਨਗਰ ਦੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਚਾਂਦਨੀ ਨੇ ਇਤਕਾਲ ਦੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਮਾਮਲਾ ਉਠਾਇਆ। ਨਰੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਰਾਸ਼ਨ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਨਾ ਹੋਣ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਡਿਊ ਚਲਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕੀਤੀ। ਸੰਦੀਪ ਗਾਂਧੀ ਨੇ ਝੁੱਗੀਆਂ-ਝੁੱਝੀਆਂ ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਬਿਜਲੀ ਕੁੰਨਕੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਮੁੱਦਾ ਉਠਾਇਆ, ਜਦਕਿ ਜੇ ਭਗਵਾਨ ਨੇ ਸੀਵਰੇਜ ਬਲਾਕੇਜ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ 'ਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ।

ਭਾਜਪਾ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਕੇ ਕਾਂਗਰਸੀ ਆਗੂ ਮਹੀਪਾਲ ਰਾਣਾ ਸਮਰਥਕਾਂ ਸਮੇਤ ਭਾਜਪਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ



ਯਮੁਨਾਨਗਰ / ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਲੜੀ ਤਹਿਤ ਪਿੰਡ ਖਜੂਰੀ-ਜਗਾਧਰੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.): ਨਾਗਲ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਕਾਂਗਰਸੀ ਆਗੂ ਮਹੀਪਾਲ ਸੀਨੀਅਰ ਭਾਜਪਾ ਨੇਤਾ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਮੰਤਰੀ ਸ਼ਿਆਮ ਸਿੰਘ ਰਾਣਾ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਨੇਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰਾਣਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਦੇਸ਼ ਰਾਣਾ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਆਯੋਜਿਤ ਭਾਜਪਾ ਦੀਆਂ ਲੋਕ-ਹਿਰੋਤਸ਼ੀ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਨੇਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰਾਣਾ ਦਾ ਪਾਰਟੀ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸਮੁਖੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਲਾਂ ਦੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿੱਚ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਜਨ ਅਧਾਰ ਵੱਡਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਨੇਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰਾਣਾ ਨੇ ਵਰਕਰਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਜਪਾ

ਦੀ ਅਸਲ ਤਾਕਤ ਇਸਦੇ ਸਮਰਪਿਤ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤੀ ਵਰਕਰ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਜ਼ਬੂਤ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਅਤੇ ਕਰਮ ਵਰਕਰਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਪਾਰਟੀ ਤਰੱਕੀ ਦੇ ਨਵੇਂ ਮਾਪਦੰਡ ਸਥਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਜਨ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਸਦਕਾ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਅੱਜ ਨਾ ਸਿਰਫ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸਗੋਂ ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪਾਰਟੀ ਵਜੋਂ ਉਭਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਕੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਲੋਕ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਦਾਮਨ ਫੜ ਰਹੇ ਹਨ। ਨੇਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰਾਣਾ ਨੇ ਭਾਜਪਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਹੀਪਾਲ ਰਾਣਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮਰਥਕਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਰਟੀ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਵੇਂ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੰਗਠਨ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਪਾਰਟੀ ਦੀਆਂ ਲੋਕ-ਹਿਰੋਤਸ਼ੀ ਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਿਆਪਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਪਾਰਟੀ ਹੈ ਜੋ ਜਨਤਾ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਵਾਅਦਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਪਾਰਟੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਰਕਰ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਜਾਂ ਵੱਡਾ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਹਰ ਵਰਕਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਅਨੁਸਾਰ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਹੀ ਇਕੱਲੀ ਅਜਿਹੀ ਪਾਰਟੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਆਮ ਵਰਕਰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਮਿਹਨਤ ਦੇ ਬਲੂਝੇ ਉੱਚ ਅਹੁਦਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨੇਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰਾਣਾ ਨੇ

ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਸਰਵੋਪਰੀ ਰੱਖ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਭੇਦਭਾਵ ਦੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਚੋਣਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੇ ਵਾਅਦਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਿਆਂ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਢੰਗ ਨਾਲ 25 ਹਜ਼ਾਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵਿਰੋਧੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਭਾਜਪਾ ਜਨਤਾ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਵਾਅਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪੂਰਾ ਕਰਕੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇ ਦੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਭਾਜਪਾ ਮੰਡਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਆਦੇਸ਼ ਰਾਣਾ, ਮੰਡਲ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਸਚਿਨ ਪਾਲ, ਨਸੀਮ ਖਾਨ, ਅਜੇ ਸ਼ਰਮਾ, ਰਾਜੇਸ਼ ਸ਼ਰਮਾ, ਸਰਪੰਚ ਕਮਲ, ਭਾਜਪਾ ਅਧਿਕਾਰੀ, ਵਰਕਰ ਅਤੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਕਈ ਪੜਵੇਂਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਕਾਂਗਰਸ ਹਰ ਵੋਟ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੇਗੀ: ਡਾ. ਰਾਜੇਸ਼ ਵੈਦਿਆ ਵਾਲਮੀਕਿ

ਨੀਲੋਖੇਤੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ.): ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਾਂਗਰਸ ਕਮੇਟੀ (ਦਿਹਾਤੀ) ਦੀ ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਨੀਲੋਖੇਤੀ ਕਾਂਗਰਸ ਕਮੇਟੀ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿਖੇ ਹੋਈ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਦਿਹਾਤੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਾਜੇਸ਼ ਵੈਦਿਆ ਵਾਲਮੀਕਿ ਨੇ ਕੀਤੀ। ਮੀਟਿੰਗ ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਰਦਿਆਂ ਡਾ. ਰਾਜੇਸ਼ ਵੈਦਿਆ ਵਾਲਮੀਕਿ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਾਂਗਰਸ ਹਰ ਵੋਟ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੇਗੀ। ਗਲਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵੋਟ ਪਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਵੋਟ ਰੱਦ ਕੀਤੀ



ਜਾਵੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਘਰ-

ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਐਸਆਈਆਰ ਦੇ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹਰ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਸੰਗਠਨ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ। ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੰਘਰਸ਼ਸ਼ੀਲ ਨੌਜਵਾਨ ਕਾਂਗਰਸੀ ਸਾਥੀ ਰੌਬਿਨ ਮਾਈਕਲ ਦਾ ਜਨਮਦਿਨ ਵੀ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਸੀਨੀਅਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਉਪ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਸ਼ਰਮਾ ਬਸਤਾਰਾ, ਸੰਗਠਨ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਰਾਜਵੀਰ ਸ਼ਰਮਾ, ਡੈਲੀਗੇਟ ਤੇਜੀ ਮਾਨ, ਰਾਜਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ, ਸ਼ਸ਼ੀ ਵਤਸ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕੌਂਸਲਰ ਸਚਿਨ ਬੁੱਢਣਪੁਰ, ਕੌਂਸਲਰ ਰਾਮਲਕ

ਹਿੱਸਾ

ਦਿਨ ਵਿਭਾਗ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਸੂਰਜ ਪਹਾੜਾਂ ਦੀਆਂ ਟੀਸੀਆਂ ਨਾਲ ਲੁਕਣਮੀਟੀ ਖੇਡ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਉਸ ਦਿਨ ਆਪਣੀ ਡਿਊਟੀ ਪੂਰੀ ਕਰਕੇ ਕੰਪਨੀ ਦੀਆਂ ਬੈਰਕਾਂ ਵੱਲ ਮਸਤੀ ਕਰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਬੈਰਕ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਿਆ ਤਾਂ ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਜਿੰਦਰ ਮੰਜੇ 'ਤੇ ਪਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਚਿਹਰਾ ਬਾਂਹ ਨਾਲ ਢਕਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਆ ਵੇਖ ਕੇ ਕਿਹਾ, “ਕਿਵੇਂ ਲਾਲੇ ਦੀ ਜਾਨ, ਕੀਹਦੇ ਖਿਆਲਾਂ 'ਚ ਤਾਰੀਆਂ ਲਾਈਆਂ ਜਾਂਦੇ।”

ਜਿੰਦਰ ਮੇਰੇ ਵੱਲ ਵੇਖ ਕੇ ਉਦਾਸੀ ਭਰੇ ਲਹਿਜੇ ਨਾਲ ਬੋਲਿਆ, “ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਯਾਰਾ, ਬੱਸ ਘਰ ਦੀ ਯਾਦ ਆ ਗਈ।”

“ਉਏ ਹੋਏ। ਕਿੱਤਾ ਝੂਠ, ਉਹ ਵੀ ਦਿਨ ਦਿਹਾੜੇ। ਇਹ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦਾ ਬਈ ਭਰਜਾਈ ਦੀ ਯਾਦ ਆ ਗਈ। ਅਜੇ ਤਾਂ ਮੰਗਣਾ ਈ ਹੋਇਆ। ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਬਣਾ ਤੇਰਾ!” ਕਹਿ ਕੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੂਟ ਉਤਾਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਜਿੰਦਰ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਹਲਕੀ ਜਿਹੀ ਮੁਸਕਾਨ ਆ ਗਈ। ਉਹ ਉੱਠ ਕੇ ਬੈਠ ਗਿਆ ਅਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਉ ਨਹੀਂ ਯਾਰ। ਇਹ ਗੱਲ ਨਹੀਂ। ਤੂੰ ਵੀ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਹੋਰ ਈ ਸਟੇਜ਼ ਨਾਲ ਫੜੀ ਰੱਖਦੇ।”

ਮੈਂ ਉਸ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਡਾਹ ਮੰਜੇ 'ਤੇ ਬੈਠ ਗਿਆ। ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਜਿੰਦਰਾ, ਤੈਨੂੰ ਪਤਾ ਈ ਐ, ਏਥੇ ਮਰ੍ਹੂ-ਮਰ੍ਹੂ ਕਰਕੇ ਦਿਨ ਨਹੀਂ ਲੰਘਦੇ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਦੇ ਕੀ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਨਾਲ ਤੈਨੂੰ ਕੀ ਹੋ ਪਿਆ? ਮੈਂ ਤਾਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਵੇਖਿਆ ਤੇਰਾ ਅਜਿਹਾ ਹਾਲ।”

ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲੱਗਾ, “ਅਸਲ 'ਚ ਅੱਜ ਮੈਨੂੰ ਦੁਪਹਿਰੇ ਨੀਂਦ ਆ ਗਈ ਤੇ ਮੈਨੂੰ ਅਜੀਬ ਜਾ ਸੁਪਨਾ ਆਇਆ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬਾਪੂ ਦੀ ਉਂਗਲ ਫੜੀ ਸਕੂਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਜਿਵੇਂ ਪਹਿਲੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਣ ਸਮੇਂ ਗਿਆ ਹੋਵਾਂ। ਤੂੰ ਵੀ ਉਥੇ ਭੱਜਿਆ ਫਿਰਦਾ ਸੀ। ਫਿਰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਵੇਂ ਆਪਾਂ ਇੱਕਦਮ ਵੱਡੇ ਸਾਰੇ ਹੋ ਗਏ। ਇਹੀ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਬਈ ਆਪਣਾ ਦਸਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਆਇਆ ਪਿਆ ਸੀ ਤੇ ਆਪਣੀ ਗੈਰੀਅਰ।

ਜਦ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਨਤੀਜਾ ਦੱਸਿਆ ਤਾਂ ਬਾਪੂ ਦੁਖੀ ਹੋ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਗੁੱਸਾ ਕੱਢਦਿਆਂ ਮੇਰੀ ਗਿੱਚੀ 'ਤੇ ਕੜਾਅ ਦੇਣੇ ਮਾਰਿਆ। ਕੱਲ ਖੜ੍ਹੀ ਮਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਆ ਬੋਲ ਪਈ, ‘ਇਹ ਕੀ ਕਰਦੇ, ਜਵਾਨ ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਇਉਂ ਮਾਰੀਦੇ।’ ਬਾਪੂ ਦਾ ਅੰਦਰਲਾ ਦਰਦ ਛੁੱਟ ਪਿਆ। ਉਹ ਬੋਲਣ ਲੱਗਾ, ‘ਹੋਰ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ, ਇਹਦੀ ਆਸ ਸੀ ਬਈ ਪੜ੍ਹ-ਲਿਖ ਜਾਊ। ਘਰ ਦਾ ਮੂੰਹ-ਸਿਰ ਬਣ ਜਾਊ, ਪਰ ਨਹੀਂ ਇਹ ਤਾਂ...। ਸ਼ਰਮ ਕਰ ਕੁੱਝ..., ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਮੇਰੇ ਵਾਂਗੂ ਭਾਰ ਢੋਂਦਿਆ ਮਰਜੇਗਾ।’ ਮੇਰੇ ਕੁੱਝ ਬੋਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਅੱਖ ਖੁੱਲ੍ਹ ਗਈ। ਸਾਹਮਣੇ ਤਾਂ ਕੁੱਝ ਪੱਠੀ ਸੀ ਅਜਿਹਾ, ਪਰ ਮਨ ਜ਼ਰੂਰ ਉਦਾਸ ਹੋ ਗਿਆ। ਮੈਂ ਉੱਠ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਮੱਥਾ ਹਿਲਾ ਕੇ ਕਿਹਾ, ‘ਯਾਰ, ਐਨਾ ਨਾ ਸੋਚਿਆ ਕਰ। ਜੇ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਇਹ ਕੁੱਝ ਸੋਚਦਾ ਰਹਿੰਦੇ ਤਾਂ ਹੀ ਸੁਪਨੇ ਆਉਂਦੇ ਨੇ।’

ਜਿੰਦਰ ਨੇ ਮੇਰੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਘੁੱਟਿਆ। ਫਿਰ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, ‘ਧਰਮੇ ਯਾਰ,

ਉੱਚ ਇੱਕ ਗੱਲ ਐ, ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਦਵਿੰਦਰ ਸਰ, ਜੇ ਉਹ ਨਾ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਨਾ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਦਸਵੀਂ ਪਾਸ ਹੋਣੀ ਸੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਫ਼ੌਜ 'ਚ ਭਰਤੀ ਹੋਇਆ ਜਾਣਾ ਸੀ।’

ਉਸ ਦੀ ਇਸ ਗੱਲ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਵੀ ਸੋਚਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਮੈਂ ਉਸ ਦੀ ਕਹਿ 'ਚ ਹਾਂ ਮਿਲਾਈ। ਫਿਰ ਜਿੰਦਰ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, ‘ਮੈਂ ਤਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਸੋਚਦਾ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਵਾਸਤੇ ਕੁੱਝ ਕਰੀਏ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਪੈਰਾਂ ਸਿਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਵਾਰ ਮੈਂ ਦਵਿੰਦਰ ਸਰ ਕੋਲ ਗਿਆ ਵੀ ਸੀ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਸ਼ਾਬਾਸ਼ੀ ਨਾਲ ਅਥਾਹ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਪਾਂ ਪਲੈਨਿੰਗ ਬਣਾ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਾਂਗੇ। ਮੈਂ ਇਹ ਵੀ ਕਹਿ ਆਇਆ ਸੀ ਕਿ ਕਿਸੇ ਗਰੀਬ ਬੱਚੇ ਦੀ ਫੀਸ ਭਰਨੀ ਹੋਣੀ ਤਾਂ ਸੇਵਾ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਣਾ।’

ਮੈਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਉਦਾਸੀ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਲੱਗੀ। ਮੈਂ ਗੱਲ ਬਦਲਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, “ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਪਕਾਰ ਨੂੰ ਹਰ ਪਲ ਸਿਜਦਾ ਕਰਦੇ ਆ। ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਉਹ ਘਟਨਾ ਯਾਦ ਰਹੁ ਜਦੋਂ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਘਟਣ ਗਏ ਸੀ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਹਵਾ ਦੇ ਕੇ ਤੁੜੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪੰਡਾਂ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਵੇਂ ਪੈਰ ਤਿਲੁਕਿਆ, ਆਪ ਤਾਂ ਡਿੱਗਣਾ ਈ ਸੀ ਤਿੰਨੋਂ ਚਾਰੇ ਪੰਡਾਂ ਵੀ ਉੱਤੇ ਆ ਡਿੱਗਿਆ।”

ਜਿੰਦਰ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਹਾਸੀ ਆ ਗਈ। ਮੈਂ ਵੀ ਹੱਸਣ ਲੱਗਿਆ। ਉਹ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ,

“ਹਾਂ, ਉਸ ਦਿਨ ਤਾਂ ਤੇਰੀ ਸ਼ਕਲ ਵੇਖਣ ਵਾਲੀ ਸੀ। ਵੈਸੇ ਉਸ ਨੇ ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗਰੂਟੀ ਸੋਖੀ ਲੱਗਣ ਲਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ।”

ਮੈਂ ਹੱਥ ਮਾਰਦਾ ਬੋਲਿਆ, ‘ਚੱਲ ਹੁਣ ਤੂੰ ਤਿਆਰ ਹੋ। ਮੈਂ ਰੋਟੀ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦਾ ਹਾਂ। ਨਾਲੋਂ ਮੇਰੀ ਮੁਫ਼ਤ ਦੀ ਸਲਾਹ ਐ ਤੈਨੂੰ। ਤੂੰ ਦਿਨੋਂ ਸੋਇਆ ਨਾ ਕਰ।’

ਜਿੰਦਰ ਹੱਥ ਜੋੜ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, ‘ਜਾਓ ਬਾਬਾ ਜੀ ਜਾਓ। ਮਾਣ ਕੇ ਕਸ਼ਮੀਰ ਦਾ ਹੁਸਨ, ਲੱਗ ਗਿਆ ਪ੍ਰਵਚਨ ਦੇਣ। ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛ ਕੇ ਵੇਖ ਜਿਹੜੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਦਿਨੋਂ ਤਿਲ ਸੁੱਟਣ ਨੂੰ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਥੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਕਾਂ ਪੈਂਦੇ ਐ। ਸਾਰੇ ਪਾਸੇ ਘੁੱਪ ਹਨੇਰਾ। ਨਾ ਬੰਦਾ ਨਾ ਬੰਦੇ ਦੀ ਜਾਤ।’

ਮੈਂ ਹੱਸਦਾ ਹੱਸਦਾ ਰੋਟੀ ਲੈਣ ਚਲਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਹ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਘੰਟੇ ਕੁ ਬਾਅਦ ਜਿੰਦਰ ਡਿਊਟੀ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਬਿਸਤਰਾ ਠੀਕ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸਾਂ। ਮੈਂ ਉਸ ਵੱਲ ਵੇਖਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਬੂਟਾਂ ਦੇ ਤਸਮੇ ਬੰਨ੍ਹ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਛੋੜਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, “ਚੱਲ ਜਵਾਨ ਚਲੋ। ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਕਰੋ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸੇਵਾ। ਸਾਨੂੰ ਸੌਣ ਦਿਓ ਲੰਮੀਆਂ ਤਾਣ ਕੇ।”

ਜਿੰਦਰ ਜਿਵੇਂ ਖਿੰਝ ਗਿਆ ਹੋਵੇ। ਉਹ ਮੇਰੀ ਬਾਂਹ ਮਰੋੜ ਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਕੋਈ ਗੱਲ ਨੀ ਪੁੱਤ, ਸਿੱਚੇ ਅਤੇ ਸੌਣ ਤੈਨੂੰ। ਜੇ ਸਾਰੀ ਸਾਰੀ ਰਾਤ ਨਾ ਜੰਗਲ ਛਾਣਦਾ ਫਿਰਦਾ ਰਿਹਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਆਖੀ। ਕਰਦਾਂ ਮੈਂ ਸਾਹਬ ਨਾਲ ਗੱਲ।” ਫਿਰ ਆਪ ਹੀ ਹੱਸ ਪਿਆ। ਉਹ ‘ਗੁੱਡ ਨਾਈਟ’ ਕਹਿ ਕੇ ਚਲਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਮੈਂ ਸੌਣ ਲਈ ਬਿਸਤਰੇ ਵੱਲ।

ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਧਮਾਕਾ ਹੋਇਆ। ਮੇਰੇ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਵੀ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਜਦੋਂ ਬੈਰਕਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਆਏ। ਧਮਾਕਾ ਕਿਤੇ ਨੇੜੇ ਹੋਇਆ ਜਾਪਦਾ ਸੀ। ਕੁੱਝ ਦੇਰ ਵਿੱਚ ਹੁਕਮ ਆ ਗਿਆ ਕਿ ਫੌਰੀ ਆਓ, ਲਾਲ ਚੌਕ ਵਿੱਚ ਧਮਾਕਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸੁਣਦੇ ਸਾਰ ਸਾਰੀਆਂ ਬੈਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਭਰਾਦਰ ਮੱਚ ਗਈ। ਪਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਾਰੇ ਤਿਆਰ ਹੋ ਕੇ ਲਾਲ ਚੌਕ ਕੋਲ ਪੁੱਜ ਗਏ।

ਘਟਨਾ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਗੱਡੀਆਂ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਖੋਰੂ ਪਾ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਅਫ਼ਸਰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪਾਰਟੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਇਲਾਕੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਦਿਨੋਂ ਤਿਲ ਸੁੱਟਣ ਨੂੰ ਚੌਕ ਵਾਲਾ ਮੋਰਚਾ ਸਭਾ ਲਿਆ। ਮੈਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਰਚ ਪਾਰਟੀ 'ਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਗਿਆ ਸਾਂ। ਅਸੀਂ ਹਨੇਰ ਘੁੱਪ ਪਹਾੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬੈਟਰੀ ਨਾਲ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਰਹੇ ਸਾਂ। ਮੇਰੀ ਬੈਟਰੀ ਦੀ ਰੋਜ਼ਨੀ 10-15 ਕੁ ਫੁੱਟ ਡੂੰਘੀ ਖਾਈ ਵੱਲ ਵੱਜੀ। ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਕੋਈ ਡੋਜ਼ੀ ਵਰਦੀ ਵਿਖਾਈ ਦਿੱਤੀ। ਮੈਂ ਫੁਰਤੀ ਨਾਲ ਉਧਰ ਗਿਆ। ਕੋਲ ਜਾ ਕੇ ਵੇਖਿਆ ਤਾਂ ਇਹ ਜਿੰਦਰ ਸੀ। ਉਸ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵੇਖ ਕੇ ਮੇਰਾ ਤ੍ਰਾਹ ਨਿਕਲ ਕਰੇਗਾ ਨਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ। ਮੈਂ ਉਸ ਅੱਗੇ ਹੱਥ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਬੋਲਿਆ, “ਯਾਰ ਚੁੱਪ ਕਰ ਜਾ, ਕੀ ਬੋਲੀ ਜਾਂਦੇ। ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੈਨੂੰ। ਤੂੰ ਵੀਰ ਬਣ ਕੇ ਚੁੱਪ ਕਰ ਜਾ।”

ਜਿੰਦਰ ਦਾ ਸਾਹ ਉੱਖੜ ਗਿਆ। ਖੰਘਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਗਲੋ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਨਹੀਂ ਯਾਰ, ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣ। ਤੇਰੀ ਹੋਣ ਆਲੀ ਭਾਬੀ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗ ਲਵੀਂ। ਉਹਨੂੰ ਕਹੀ ਯਾਰ ਕਿ ਮੈਂ...।”

ਉਸ ਨੂੰ ਫਿਰ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਖੰਘ ਛਿੜ ਪਈ। ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਉਲਟੀ ਲੱਤ ਉਡਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਉਹ ਮੈਨੂੰ

ਹੱਥ ਮਾਰਨ ਲੱਗਾ। ਉਸ ਨੇ ਫਿਰ ਇਸ਼ਾਰੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਮੰਗਿਆ। ਮੈਂ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਸਿਰ ਆਪਣੀ ਲੱਤ 'ਤੇ ਰੱਖ ਲਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਮੇਰਾ ਹੱਥ ਘੁੱਟ ਕੇ ਫੜ ਲਿਆ ਅਤੇ ਹਿੰਮਤ ਇਕੱਠੀ ਕਰਕੇ ਬੋਲਿਆ, “ਯਾਰ, ਮੇਰੇ ਪਿੱਛੋਂ ਮੇਰੇ ਬੇਬੇ-ਬਾਪੂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੀਂ ਤੂੰ।”

ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਹੱਥ ਫੜ ਲਿਆ। ਮੇਰਾ ਗੱਚ ਭਰ ਆਇਆ। ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾਲ ਬੋਲਿਆ, “ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੈਨੂੰ। ਬੱਸ ਹੱਸਲਾ ਰੱਖ।”

ਪਰ ਅੰਤਾਂ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਹ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ। ਸਾਰਾਂ ਦੀ ਡੋਰ ਟੁੱਟਦੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਏ। ਜਾਂਦੀ ਵਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਅਹਿਸਾਨ ਕਰ ਦੇ। ਮੇਰੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੇਰੀ ਕਮਾਈ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਮੇਰੇ ਬੇਬੇ-ਬਾਪੂ ਨੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਪੈਸਾ ਮਿਲ ਜਾਊ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੌਖੀ ਲੰਘੀ ਜਾਊ। ਸਕੂਲ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਐਸਾ ਕੰਮ ਕਰ ਦੇਈ ਕਿ ਮੈਂ ਜਿਉਂਦਿਆਂ 'ਚ ਹੋ ਜਾਵਾਂ। ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਕਿ ਮੇਰਾ ਕੋਈ ਬੁੱਤ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਯਾਦਗਾਰੀ ਮੇਲਾ। ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਦੀਵਾ ਬਣ ਕੇ ਚਾਨਣ ਕਰਾਂ। ਤੂੰ ਵਾਅਦਾ ਕਰ, ਕਰੇਗਾ ਨਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ।” ਮੈਂ ਉਸ ਅੱਗੇ ਹੱਥ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਬੋਲਿਆ, “ਯਾਰ ਚੁੱਪ ਕਰ ਜਾ, ਕੀ ਬੋਲੀ ਜਾਂਦੇ। ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੈਨੂੰ। ਤੂੰ ਵੀਰ ਬਣ ਕੇ ਚੁੱਪ ਕਰ ਜਾ।”

ਜਿੰਦਰ ਦਾ ਸਾਹ ਉੱਖੜ ਗਿਆ। ਖੰਘਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਗਲੋ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਨਹੀਂ ਯਾਰ, ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣ। ਤੇਰੀ ਹੋਣ ਆਲੀ ਭਾਬੀ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗ ਲਵੀਂ। ਉਹਨੂੰ ਕਹੀ ਯਾਰ ਕਿ ਮੈਂ...।”

ਉਸ ਨੂੰ ਫਿਰ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਖੰਘ ਛਿੜ ਪਈ। ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਉਲਟੀ ਲੱਤ ਉਡਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਉਹ ਮੈਨੂੰ

ਹੱਥ ਮਾਰਨ ਲੱਗਾ। ਉਸ ਨੇ ਫਿਰ ਇਸ਼ਾਰੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਮੰਗਿਆ। ਮੈਂ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਸਿਰ ਆਪਣੀ ਲੱਤ 'ਤੇ ਰੱਖ ਲਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਮੇਰਾ ਹੱਥ ਘੁੱਟ ਕੇ ਫੜ ਲਿਆ ਅਤੇ ਹਿੰਮਤ ਇਕੱਠੀ ਕਰਕੇ ਬੋਲਿਆ, “ਯਾਰ, ਮੇਰੇ ਪਿੱਛੋਂ ਮੇਰੇ ਬੇਬੇ-ਬਾਪੂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੀਂ ਤੂੰ।”

ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਹੱਥ ਫੜ ਲਿਆ। ਮੇਰਾ ਗੱਚ ਭਰ ਆਇਆ। ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾਲ ਬੋਲਿਆ, “ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੈਨੂੰ। ਬੱਸ ਹੱਸਲਾ ਰੱਖ।”

ਪਰ ਅੰਤਾਂ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਹ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ। ਸਾਰਾਂ ਦੀ ਡੋਰ ਟੁੱਟਦੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਏ। ਜਾਂਦੀ ਵਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਅਹਿਸਾਨ ਕਰ ਦੇ। ਮੇਰੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੇਰੀ ਕਮਾਈ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਮੇਰੇ ਬੇਬੇ-ਬਾਪੂ ਨੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਪੈਸਾ ਮਿਲ ਜਾਊ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੌਖੀ ਲੰਘੀ ਜਾਊ। ਸਕੂਲ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਐਸਾ ਕੰਮ ਕਰ ਦੇਈ ਕਿ ਮੈਂ ਜਿਉਂਦਿਆਂ 'ਚ ਹੋ ਜਾਵਾਂ। ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਕਿ ਮੇਰਾ ਕੋਈ ਬੁੱਤ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਯਾਦਗਾਰੀ ਮੇਲਾ। ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਦੀਵਾ ਬਣ ਕੇ ਚਾਨਣ ਕਰਾਂ। ਤੂੰ ਵਾਅਦਾ ਕਰ, ਕਰੇਗਾ ਨਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ।” ਮੈਂ ਉਸ ਅੱਗੇ ਹੱਥ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਬੋਲਿਆ, “ਯਾਰ ਚੁੱਪ ਕਰ ਜਾ, ਕੀ ਬੋਲੀ ਜਾਂਦੇ। ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੈਨੂੰ। ਤੂੰ ਵੀਰ ਬਣ ਕੇ ਚੁੱਪ ਕਰ ਜਾ।”

ਜਿੰਦਰ ਦਾ ਸਾਹ ਉੱਖੜ ਗਿਆ। ਖੰਘਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਗਲੋ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਨਹੀਂ ਯਾਰ, ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣ। ਤੇਰੀ ਹੋਣ ਆਲੀ ਭਾਬੀ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗ ਲਵੀਂ। ਉਹਨੂੰ ਕਹੀ ਯਾਰ ਕਿ ਮੈਂ...।”

ਉਸ ਨੂੰ ਫਿਰ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਖੰਘ ਛਿੜ ਪਈ। ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਉਲਟੀ ਲੱਤ ਉਡਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਉਹ ਮੈਨੂੰ

ਹੱਥ ਮਾਰਨ ਲੱਗਾ। ਉਸ ਨੇ ਫਿਰ ਇਸ਼ਾਰੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਮੰਗਿਆ। ਮੈਂ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਸਿਰ ਆਪਣੀ ਲੱਤ 'ਤੇ ਰੱਖ ਲਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਮੇਰਾ ਹੱਥ ਘੁੱਟ ਕੇ ਫੜ ਲਿਆ ਅਤੇ ਹਿੰਮਤ ਇਕੱਠੀ ਕਰਕੇ ਬੋਲਿਆ, “ਯਾਰ, ਮੇਰੇ ਪਿੱਛੋਂ ਮੇਰੇ ਬੇਬੇ-ਬਾਪੂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੀਂ ਤੂੰ।”

ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਹੱਥ ਫੜ ਲਿਆ। ਮੇਰਾ ਗੱਚ ਭਰ ਆਇਆ। ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾਲ ਬੋਲਿਆ, “ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੈਨੂੰ। ਬੱਸ ਹੱਸਲਾ ਰੱਖ।”

ਪਰ ਅੰਤਾਂ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਹ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ। ਸਾਰਾਂ ਦੀ ਡੋਰ ਟੁੱਟਦੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਏ। ਜਾਂਦੀ ਵਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਅਹਿਸਾਨ ਕਰ ਦੇ। ਮੇਰੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੇਰੀ ਕਮਾਈ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਮੇਰੇ ਬੇਬੇ-ਬਾਪੂ ਨੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਪੈਸਾ ਮਿਲ ਜਾਊ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੌਖੀ ਲੰਘੀ ਜਾਊ। ਸਕੂਲ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਐਸਾ ਕੰਮ ਕਰ ਦੇਈ ਕਿ ਮੈਂ ਜਿਉਂਦਿਆਂ 'ਚ ਹੋ ਜਾਵਾਂ। ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਕਿ ਮੇਰਾ ਕੋਈ ਬੁੱਤ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਯਾਦਗਾਰੀ ਮੇਲਾ। ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਦੀਵਾ ਬਣ ਕੇ ਚਾਨਣ ਕਰਾਂ। ਤੂੰ ਵਾਅਦਾ ਕਰ, ਕਰੇਗਾ ਨਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ।” ਮੈਂ ਉਸ ਅੱਗੇ ਹੱਥ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਬੋਲਿਆ, “ਯਾਰ ਚੁੱਪ ਕਰ ਜਾ, ਕੀ ਬੋਲੀ ਜਾਂਦੇ। ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੈਨੂੰ। ਤੂੰ ਵੀਰ ਬਣ ਕੇ ਚੁੱਪ ਕਰ ਜਾ।”

ਜਿੰਦਰ ਦਾ ਸਾਹ ਉੱਖੜ ਗਿਆ। ਖੰਘਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਗਲੋ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, “ਨਹੀਂ ਯਾਰ, ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣ। ਤੇਰੀ ਹੋਣ ਆਲੀ ਭਾਬੀ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗ ਲਵੀਂ। ਉਹਨੂੰ ਕਹੀ ਯਾਰ ਕਿ ਮੈਂ...।”

ਉਸ ਨੂੰ ਫਿਰ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਖੰਘ ਛਿੜ ਪਈ। ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਉਲਟੀ ਲੱਤ ਉਡਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਉਹ ਮੈਨੂੰ

ਅੱਗ ਵਰ੍ਹਾਉਂਦਾ ਸੂਰਜ

ਅੱਗ ਵਰ੍ਹਾਉਂਦਾ ਸੂਰਜ ਪੱਛਮ ਵੱਲ ਨੂੰ ਸਰਕਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਰਛਾਵੇਂ ਢਲਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਗਲੀਆਂ ਸੁੰਨੀਆਂ ਪਈਆਂ ਸਨ। ਸਭ ਕਾਸੇ ਤੋਂ ਬੇਅਬਰ ਮੀਤੋਂ ਬਾਗੀ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਇੱਕ ਟੱਕ ਸਾਹਮਣੇ ਤੱਕੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਾਂਗ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ ਸੱਖਣਾ ਹੋਇਆ ਪਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਜਿਵੇਂ ਚਾਰ ਚੁਫ਼ੇਰੇ ਧੁੱਪ ਦਾ ਹੀ ਰਾਜ ਹੋਵੇ। ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਪੰਛੀ ਵੀ ਆਪਣੇ ਢਿੱਡ ਭਰ ਕੇ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਆਪਣੇ ਆਲ੍ਹਣਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦੁਬਕੇ ਬੈਠੇ ਸਨ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬੀ ਮੀਤੋਂ ਇੱਕ ਟੱਕ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਲਗਾਤਾਰ ਤੱਕੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ।

ਖੜ੍ਹੀ ਖੜ੍ਹੀ ਦਾ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੁਣ ਤਕ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਉਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਅੱਗੇ ਲੰਘਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮਸਤ ਲੱਥੇਗੀ ਵਾਲਾ ਬਚਪਨ, ਸਹੇਲੀਆਂ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ, ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਖੇਡਣ ਤੁਰ ਜਾਣਾ। ਗਈ ਰਾਤ ਤਕ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਰਲ ਮਿਲ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਰਹਿਣਾ। ਬਚਪਨ ਦੇ ਹੁਸੀਨ ਪਲ ਗੁਜ਼ਰਦਿਆਂ ਅੱਲ੍ਹੜ ਜਵਾਨੀ ਨੇ ਅੱਗੜਾਈ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਖੂਬ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸੁਪਨੇ ਅਜੇ ਲੈਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਹੀ ਸਨ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਦਸਵੀਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੜ੍ਹਣੋਂ ਹਟਾ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬਾਪੂ ਦੀਆਂ ਬਬੀਆਂ ਮਿੱਠਤਾਂ ਕੀਤੀਆਂ, ਰੋਈ, ਜਿੰਦ ਕੀਤੀ; ਪਰ ਸਭ ਕੁੱਝ ਬਾਪੂ ਦੀ ਇੱਕੋ ਗੱਲ ਖੱਲੇ ਦੱਬ ਗਿਆ ਕਿ ਪਿੰਡ ਜਿੰਨੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਦਾ ਸਕੂਲ ਸੀ, ਪੜ੍ਹਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਿੰਡ ਤੈਨੂੰ ਪੜ੍ਹਣ ਨਹੀਂ ਘੱਲਣਾ। ਜ਼ਮਾਨਾ ਬਹੁਤ ਮਾੜਾ ਹੈ। ਨਿੱਤ ਧੀਆਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਖਿਲਵਾੜ ਬਾਰੇ ਸੁਣ ਕੇ ਮੇਰਾ ਦਿਲ ਫੱਥ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਮਾਰ ਕੇ ਉਹ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਗ ਗਈ।

ਸਮੇਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਤੌਰ ਤੁਰਦੇ ਜਾਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਤੁਰਦਾ ਗਿਆ। ਦਿਨੋਂ-ਦਿਨ ਮੀਤੋਂ 'ਤੇ ਲੋਹੜੇ ਦਾ ਰੂਪ ਆਉਂਦਾ ਤੱਕ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਦਾਦੀ ਉਸ ਦੇ ਬਾਪੂ ਦੇ ਆਥਣ ਸਵੇਰ ਕੰਨ ਖਾਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ, “ਦੇਖ ਪੁੱਤ, ਧੀਆਂ ਵਾਲੇ ਸਿਰ ਆਪਣੇ ਚੰਗੀ ਤੁਰ ਜਾਣ ਤਾਂ ਇਹੀ ਢੰਗ ਹੁੰਦੇ। ਕੋਈ ਖਾਂਦੇ ਪੀਂਦੇ ਘਰ ਦਾ ਮੁੰਡਾ ਦੇਖ ਕੇ ਕੁੜੀ ਦੇ ਹੱਥ ਪੀਲੇ ਕਰ ਦੇ। ਆਪਣੇ ਸਿਰੋਂ ਭਾਰ ਲਾਹ ਦੇ ਉਸ ਦਾ ਬਾਪੂ ਬਥੇਰਾ ਕਹਿੰਦਾ, “ਮਾਂ, ਦੋ ਤਿੰਨ ਫ਼ਸਲਾਂ ਚੰਗੀਆਂ ਲੱਗ

ਜਾਣ, ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਰਾਣੀ ਧੀ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਚਾਅ ਲਾਡਾਂ ਨਾਲ ਵਿਦਾ ਕਰੂੰਗਾ। ਪਰ ਦਾਦੀ ਦੀ ਰਟ ਅੱਗੇ ਉਸ ਦੀ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਬਹੁਤਾ ਅਸਰ ਨਾ ਹੁੰਦਾ।

ਕਈ ਵਾਰ ਮੀਤੋਂ ਆਪਣੀ ਦਾਦੀ ਨਾਲ ਲੜ ਪੈਂਦੀ, “ਮਾਂ, ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਘਰੇ ਰਹਿੰਦੀ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ। ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਘਰੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹਾਂ। ਮੇਰੀਆਂ ਦੋ ਰੋਟੀਆਂ ਨਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਘਾਟਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ।”

ਦਾਦੀ ਬੜੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਕਹਿੰਦੀ, “ਧੀਏ, ਧੀਆਂ ਤਾਂ ਰਾਜੇ ਰਾਣੀਆਂ ਤਾਂ ਘਰੇ ਰੱਖ ਨਹੀਂ ਹੋਈਆਂ। ਆਪਾਂ ਕੱਚੇ ਪਾਣੀਹਾਰ ਹਾਂ।” ਫਿਰ ਆਪ ਹੀ ਬੜੀ ਵੈਰਾਗਮਈ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਗਾਉਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ, “ਕਾਹਨੂੰ ਗੁੰਦਾਈਆਂ ਮਾਏ ਮੋਢੀਆਂ, ਸੂਹਾ ਤੇ ਸਾਵਾ ਪਾਇਆ ਵੇਸ ਨੀ, ਅੱਖੀਆਂ ਡੁੱਲ੍ਹ ਡੁੱਲ੍ਹ ਪੈਂਦੀਆਂ ਨੀ ਮਾਏ ਭੋਲੀਏ, ਪੁੱਤਾਂ ਨੇ ਮੱਲੇ ਮਹਿਲ ਚੁਬਾਰੇ, ਧੀਆਂ ਦੇ ਵੰਡੇ ਪਰਦੇਸ ਨੀ।” ਗੀਤ ਸੁਣ ਕੇ ਮੀਤੋਂ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਗੁੱਸਾ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ। ਦਾਦੀ ਦੇ ਨਾਲ ਉਹ ਵੀ ਉਦਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦੀ।

ਇੱਕ ਦਿਨ ਠਾਂਦੀ ਦਾ ਭਾਣਜਾ ਮਿਲਣ ਆਇਆ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀ ਦੱਸ ਪਾਈ ਜੋ ਸਭ ਨੂੰ ਜਚ ਗਿਆ। ਚੰਗਾ ਖਾਂਦਾ ਪੀਂਦਾ ਘਰ ਸੀ। ਮੁੰਡਾ ਬੈਠ ਵਿੱਚ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਉਸ ਦਾ ਪਿਤਾ ਕਰੀ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਮੁੰਡੇ ਦੀ ਮਾਂ ਗਠੀਏ ਕਾਰਨ ਮੰਜੇ 'ਤੇ ਬੈਠੀ ਸੀ। ਮੁੰਡੇ ਦਾ ਪਿਤਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਕੁੜੀ ਘਰ ਆਵੇ ਜੋ ਮੰਜੇ 'ਤੇ ਬੈਠੀ ਉਸ ਦੀ ਪਤਨੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵੀ ਕਰ ਸਕੇ ਅਤੇ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਅੱਗੇ ਲਾਈ ਫਿਰੇ। ਮੁੰਡੇ ਦੀ ਰੀਝ ਤਾਂ ਪੜ੍ਹੀ ਲਿਖੀ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਲੱਗੀ ਕੁੜੀ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਉਹ ਪਿਤਾ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅੱਗੇ ਝੁਕ ਗਿਆ ਸੀ। ਦੋਵੇਂ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ ਸਭ ਕੁੱਝ ਪਸੰਦ ਆਉਣ 'ਤੇ ਮੀਤੋਂ ਦਾ ਵਿਆਹ ਵੱਖ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਆਉਣ ਠਾਂਠੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਰਾਂਗਲੇ ਸੁਪਨੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਨੱਚਣ ਲੱਗੇ। ਸਰਸਰਾਉਂਦੀ ਹਵਾ ਉਸ ਦੇ ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਗੀਤ ਵਾਂਗ ਗੂੰਜਦੀ। ਸੁਨਹਿਰੀ ਸੁਪਨੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਧੜਕਣਾਂ ਵਿੱਚ ਭੂਚਾਲ ਲਿਆ ਦਿੰਦੇ। ਸੋਹਣੀ ਤਾਂ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬਹੁਤ ਸੀ, ਪਰ ਹੁਣ ਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਉਸ ਉੱਤੇ ਵੱਖਰਾ ਹੀ ਨੂਰ ਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਪੱਕੇ ਘਰੋਂ ਵਿਦਾ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਉਹ ਸਹੁਰੇ ਘਰ ਦੇ ਵਿਹੜੇ ਦਾ ਸ਼ਿਗਰ ਬਣ ਗਈ। ਸੱਸ ਮਾਂ

ਵਰਗੀ ਹੀ ਪਿਆਰੀ ਲੱਗੀ, ਪਰ ਰਾਂਗਲੇ ਸੱਜਣ ਦੇ ਕੱਤੇ ਬੋਲਾਂ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਖ਼ਾਕ ਕਰ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ। ਉਸ ਦੀ ਕਹੀ ਇੱਕੋ ਗੱਲ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੇ ਖੱਬ ਮਰੋੜ ਸੁੱਟੇ, “ਤੂੰ ਇਸ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਘਰਦਿਆਂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਆਈ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਝੌਤੇ ਤਹਿਤ ਤੂੰ ਇਸ ਘਰ ਦੀ ਮਾਲਕਣ ਤਾਂ ਹੋਵੇਗੀ, ਪਰ ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਮਾਲਕਣ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੀ।” ਵੇਲੇ ਕੁਵੇਲੇ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਛੁੱਟਦਾ ਲਾਵਾ ਉਸ ਨੂੰ ਏਨਾ ਜ਼ਲੀਲ ਕਰਦਾ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਰੂਹ ਕੁਰਲਾ ਉੱਠਦੀ। ਉਸ ਦਾ ਦਿਲ ਕਰਦਾ ਹੁਣੇ ਉਸੇ ਵਕਤ ਉਸ ਘਰੋਂ ਭੱਜ ਜਾਵੇ। ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਮੁੱਚੀ ਹੋਂਦ ਇੱਕ ਸਮਝੌਤੇ ਅੰਦਰ ਸਿਮਟੀ ਲੱਗਦੀ। ਉਸ ਦੇ ਘਰੋਂ ਉੱਠਣ ਲੱਗਦੇ ਪੈਰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਜਾਲ ਵਿੱਚ ਫਸ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ: “ਦੇਖ ਧੀਏ, ਅੱਰਤ ਘਰ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਲਈ ਚਾਦਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਦੀਆਂ ਦਰਾੜਾਂ ਭਰਨ ਵਾਲੀ, ਟਾਂਕੇ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ। ਘਰ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਲਈ ਕੱਜਣ ਬਣ ਜਾਵੀਂ। ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦੀ ਭਾਫ਼ ਬਾਹਰ ਨਾ ਕੱਢੀ।”

ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਉਹ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖ ਅੰਦਰ ਹੀ ਪੀ ਜਾਂਦੀ। ਉਸ ਅੱਗੇ ਉਸ ਦੇ ਵਿਆਹ ਲਈ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਣ ਸਮੇਂ ਬਾਪੂ ਦੇ ਥਾਂ ਥਾਂ ਲਾਏ ਅੰਗੂਠੇ ਘੁੰਮਣ ਲੱਗਦੇ। ਉਹ ਮਨ ਮਾਰ ਕੇ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਜੁੱਟ ਜਾਂਦੀ।

ਉਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਧਿਆਨ ਘਰ 'ਤੇ ਲਗਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਸ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਛੋਹ ਨਾਲ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਲਿਸ਼ਕ ਉੱਠੀ। ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਚੜ੍ਹਣ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਦਿਨ ਰਾਤ ਇੱਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਆਪਣੀ ਹਰ ਕਲਾ ਨਾਲ ਇਸ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਸ਼ਿੰਗਾਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ, ਪਰ ਉਸ ਦੇ ਪਤੀ ਦੇ ਕੰਨਾਂ 'ਤੇ ਜੂੀ ਨਾ ਸਰਕੀ। ਉਸ ਦੇ ਮੂੰਹੋਂ ਕਦੇ ਮੋਹ ਭਰਿਆ ਇੱਕ ਲਫ਼ਜ਼ ਵੀ ਨਾ ਨਿਕਲਿਆ।

ਜਿੰਦਗੀ ਪੈਰ ਘਸੀਟਦੀ ਤੁਰਦੀ ਗਈ। ਕਾਫ਼ੀ ਅਰਸੇ ਤਕ ਇਹ ਸਿਲਸਿਲਾ ਬੋੜ੍ਹੇ ਬਹੁਤੇ ਫ਼ਰਕ ਨਾਲ ਇਉਂ ਹੀ ਚੱਲਦਾ ਰਿਹਾ, ਪਰ ਮੀਤੋਂ ਦੀ ਹਰੀ ਹੋਈ ਗੋਦ 'ਚ ਬੜਾ ਕੁੱਝ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਤੌਤਲੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਘਰ ਦੀ ਘੁਟਨ ਘਟਣ ਲੱਗੀ। ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਖਰਮਸਤੀਆਂ ਨਾਲ ਦਿਲ ਪਰਚਾਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਕੁੜੱਤਣ ਨੂੰ ਘਟਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।

ਘਰ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੇ ਪਈ। ਉਹ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਲਈ ਰਸੋਈ ਵੱਲ ਨੂੰ ਅਹੁਲੀ। ਸੱਸ ਅਤੇ ਸਹੁਰੇ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਘਸਰ-ਮੁਸਰ ਕਰਦਿਆਂ ਸੁਣ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰ ਉੱਥੇ ਹੀ ਰੁਕ ਗਏ। ਸੱਸ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਹੁਰੇ ਨੂੰ ਕਹਿ ਰਹੀ ਸੀ, “ਇਸ ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਤਾਂ ਜਵਾਂ ਹੀ ਸ਼ਰਮ ਲਾਹ ਛੱਡੀ ਹੈ। ਘਰੇ ਚੰਗੀ ਭਲੀ ਸੋਨੇ ਵਰਗੀ ਘਰਵਾਲੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਉਸ ਬੇਗ਼ਮਨੀ ਤੀਵੀਂ ਦਾ ਖਹਿਤਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡ ਰਿਹਾ। ਘਰੇ ਜੁਆਕ ਪਾਪਾ ਪਾਪਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕੁਲਹਿਣਾ ਉਸ ਗੱਦੀ ਤੀਵੀਂ ਨਾਲ ਐਕ ਕਰਦਾ ਫਿਰਦੇ।”

ਮੀਤੋਂ ਨੂੰ ਲੱਗਿਆ ਜਿਵੇਂ ਉਸ ਉੱਤੇ ਬਿਜਲੀ ਆ ਡਿੱਗੀ ਹੋਵੇ। ਉਸ ਦੇ ਪੈਰ ਮਣ ਮਣ ਦੇ ਹੋ ਗਏ। ਉਸ ਨੂੰ ਪੁਲਾਂਘ ਪੁੱਟਣੀ ਵੀ ਔਖੀ ਲੱਗਦੀ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਜ਼ਬਿਆਂ ਦਾ ਭੂਚਾਲ ਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਹ ਪੈਰ ਘਸੀਟਦੀ ਬਾਗੀ ਕੋਲ ਆ ਖੜ੍ਹੀ ਹੋਈ। ਉਹ ਸੋਚ ਰਹੀ ਸੀ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਪਤੀ ਨੇ ਕਿਸੇ ਪਰਾਈ ਔਰਤ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਪਵਿੱਤਰ ਘਬਰਾਹਟ ਜਿਹੀ ਹੋਣ ਲੱਗ

ਸਾਦਾ ਪਹਿਰਾਵਾ ਤੇ ਫਿਰ ਨਹੀਂ ਕਿ ਕੋਈ ਉਸਨੂੰ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਖ਼ਾਸ ਸਮਝਣ ਵਾਲੇ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹੀ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਨੂੰ ਸੁਣ ਦੇਖਦੇ ਹੋਣਗੇ। ਆਮ ਆਦਮੀ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਲਈ ਸਜਦਾ ਸਵਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਖ਼ਾਸ ਆਦਮੀ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਜਦਾ ਸਵਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬਾਹਰੀ ਦਿਖਾਵੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਬਣਾ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਵੀ ਵੱਡੀਆਂ ਆਸਾਂ ਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਮੰਗਾਂ ਵੀ ਵੱਡੀਆਂ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤੇ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਆਸਾਂ 'ਤੇ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਉਤਰਦੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਦੋਸਤ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗਿਲੇ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਭੁਲਾਉ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਭ ਕੁ

ਵਿਕਸਤ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਕਲਪ: ਓਮ ਬਿਰਲਾ 'ਦ ਫਾਰਗਟ ਆਰਮੀ' ਦੇ ਬਾਅਦ ਸ਼ਰਵਰੀ ਵਾਘ ਆਪਣੀ ਫਿਲਮ 'ਬੰਟੀ ਐਂਡ ਬਬਲੀ-2' ਨਾਲ ਚਰਚਾ 'ਚ ਰਹੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 9 ਜੂਨ (ਪ.ਪ) : ਲੋਕ ਸਭਾ ਸਪੀਕਰ ਸ਼੍ਰੀ ਓਮ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਅੱਜ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿਕਸਤ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਕਲਪ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹਰ ਨਾਗਰਿਕ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਸਾਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ, ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਬਜਟ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸਮਾਜ ਦੇ ਆਖਰੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਣ। ਸਾਨੂੰ ਸਮਾਜਿਕ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਗਤੀ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ? ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਗਤੀਸ਼ੀਲ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿਆਇਕ ਇਸ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਲੋਕ ਭਲਾਈ ਪਹਿਲਕਦਮੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਹਲਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਾਧਨ ਹਨ।



ਸਨ। 21ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਇਸ ਦਹਾਕੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ, ਸ਼੍ਰੀ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਵੱਡੇ ਬਦਲਾਅ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ, ਭਾਰਤ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋਥੇ ਸਮੱਰੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਸ਼ਾਸਨ, ਇੱਕ ਸਥਿਰ, ਮਜ਼ਬੂਤ ? ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ? ਕਾਨੂੰਨੀ ਢਾਂਚੇ ਦੇ ਬਲ @ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਵਿਕਸਤ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਨੇੜਿਓਂ ਅਧਿਐਨ ਕਰਕੇ, ਭਾਰਤ ਨੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ @ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਤੇ ਵਿਵਹਾਰਕ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਨਵੀਂ ਉਮੀਦ ਅਤੇ ਅਪਾਰ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਵੱਲ ਦੇਖ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸਮੂਹਿਕ ਯਤਨਾਂ ਅਤੇ ਵਿਆਪਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।

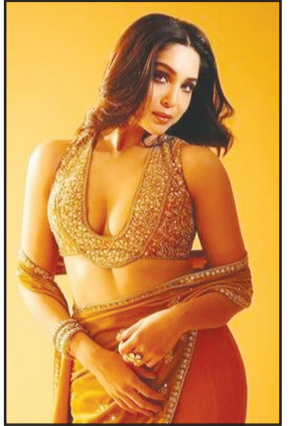
ਲੋਕ ਸਭਾ ਦੇ ਸਪੀਕਰ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜਨ ਅੰਦੋਲਨ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜੋ ਹਰ ਨਾਗਰਿਕ ਨੂੰ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਏ ਕਿ ਵਿਕਸਤ ਭਾਰਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵੀ ਅਨਮੋਲ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ ਜਾਵੇਗੀ, ਤਾਂ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਮੂਹਿਕ ਤਾਕਤ, ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸਾਡੀ ਯੁਵਾ ਸ਼ਕਤੀ, ਇੰਨੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ? ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਅਸੀਂ 2047 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਵਿਕਸਤ ਭਾਰਤ ਦਾ ਟੀਚਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਵਾਂਗੇ। ਇਸ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡੀ ਵਧਦੀ ਆਬਾਦੀ ਨੂੰ ਕਦੇ ਇੱਕ ਚੁਣੌਤੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਅੱਜ, ਉਹੀ ਯੁਵਾ ਆਬਾਦੀ ਸਾਡੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਤਾਕਤ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਹੁਨਰ ਵਿਕਾਸ, ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਨਵੀਨਤਾ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਝਾਅ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਸਾਡੀਆਂ ਵਿਧਾਨ

ਸਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਸੰਸਦੀ ਲੋਕਤੰਤਰ ਵਿੱਚ ਜਨਤਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਰੱਖਾਓ ਕਿ ਕਦੇ ਹੋਏ, ਸ਼੍ਰੀ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਨਤਕ ਸੰਵਾਦ ਅਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ ਰਾਹੀਂ, ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਦਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਸਦਨਾਂ ਵਿੱਚ ਚਰਚਾਵਾਂ, ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਿੱਤਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸੰਚਾਲਿਤ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਧੀ ਹੋਈ ਜਨਤਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਨਤਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਓਨੀ ਹੀ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਤੇ ਡੂੰਘੀ ਸਮਾਜਿਕ ਤਬਦੀਲੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਲੋਕਤੰਤਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਜਿੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਵੇਗੀ, ਵਿਕਸਤ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਓਨੀ ਹੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਸਾਕਾਰ

ਹੋਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਗ੍ਰਾਮ ਪੰਚਾਇਤ ਹੋਵੇ, ਪੰਚਾਇਤ ਸਮੇਤੀ ਹੋਵੇ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ ਹੋਵੇ, ਨਗਰ ਨਿਗਮ ਹੋਵੇ, ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਲੋਕ ਸਭਾ ਹੋਵੇ - ਲੋਕਤੰਤਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੀ ਹੋਈ ਜਨਤਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰ, ਵਿਭਿੰਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਸੁਝਾਅ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਗਤੀ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਉਰਜਾ ਭਰਦੀ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੀ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਰਾਜ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਢਾਂਚਾ ਜਿੰਨਾ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ? ਹੋਵੇਗਾ, ਓਨੀ ਹੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਇਹ ਅੱਗੇ ਵਧੇਗਾ। ਜਿੱਥੇ ਨੀਤੀਆਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣ, ਕਾਨੂੰਨ ਨਿਆਂਪੂਰਨ ਹੋਣ, ਅਤੇ ਸ਼ਾਸਨ ਸਥਿਰ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ? ਹੋਵੇ, ਨਿਵੇਸ਼ ਦੇ ਮੌਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਧਦੇ ਹਨ। ਨਿਵੇਸ਼ਕ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉੱਚੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਭਰੋਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਇਸ ਲਈ, ਇਸ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਸਾਡੀ ਮੁੱਖ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਮੀਦ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ ਕਿ

ਦੋ-ਰੋਜ਼ਾ ਕਾਨਫਰੰਸ ਵਿੱਚ - ਵਿਕਸਤ ਭਾਰਤ ਲਈ ਸੰਕਲਪ -, ਜਨਤਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ -, ਲੋਕ ਲਹਿਰ - ਅਤੇ - ਸਮੂਹਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ - ਵਰਗੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਿਆਂ @ਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਅਤੇ ਨਤੀਜਾ - ਮੁਖੀ ਚਰਚਾਵਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਦੇਸ਼ ਭਰ ਦੇ 12 ਰਾਜਾਂ ਦੇ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਦੋ-ਰੋਜ਼ਾ ਸੀਪੀਏ ਇੰਡੀਆ ਰੀਜਨ ਜ਼ੋਨ-99 (ਉੱਤਰੀ ਜ਼ੋਨ) ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੇ ਉਦਘਾਟਨੀ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਸੀਪੀਏ ਜ਼ੋਨ-2 ਮੈਂਬਰ ਰਾਜਾਂ - ਹਰਿਆਣਾ, ਪੰਜਾਬ, ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਜੰਮੂ ਅਤੇ ਕਸ਼ਮੀਰ, ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ - ਦੇ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ, ਗੋਆ, ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਸਿੱਕਮ ਅਤੇ ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਰਾਜਾਂ ਦੇ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੂਰਨ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚ - ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਿਕਸਤ ਭਾਰਤ 2047 - ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨੂੰ ਸਾਕਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੂਚਿਤ ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ - ਵਿਸ਼ੇ @ਤੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਾਨਫਰੰਸ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਲੋਕ ਸਭਾ ਸਪੀਕਰ ਨੇ ਹਰਿਆਣਾ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਬਣਨ ਵਿਖੇ ਨਵੇਂ ਸਥਾਪਿਤ ਸੰਸਦੀ ਖੋਜ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਵੀ ਕੀਤਾ, ਜੋ ਵਿਧਾਨਕ ਕੰਮ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ, ਲੋਕ ਸਭਾ ਸਪੀਕਰ ਸ਼੍ਰੀ ਓਮ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਰਾਜ ਸਭਾ ਦੇ ਉਦਘਾਟਨ ਕੀਤਾ।

ਦ ਫਾਰਗਟ ਆਰਮੀ' ਦੇ ਬਾਅਦ ਸ਼ਰਵਰੀ ਵਾਘ ਆਪਣੀ ਫਿਲਮ 'ਬੰਟੀ ਐਂਡ ਬਬਲੀ-2' ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਯਸ਼ਰਾਜ ਫਿਲਮਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸ ਨੇ ਤਿੰਨ ਫਿਲਮਾਂ ਦਾ ਕੰਟੈਕਟ ਸਾਈਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨਾਲ ਐਕਟਿੰਗ ਅਤੇ ਫੀਲਡ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਹੋਈ। ਪੇਸ਼ ਹਨ ਉਸੇ ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਕੁਝ ਅੰਸ਼ :
 * ਐਕਟਿੰਗ ਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਾ ਸੁਫਨਾ ਕਦੋਂ ਦੇਖਿਆ ਸੀ ? ਇਸ ਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ-ਕੀ ਤਿਆਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ?
 - ਮੈਨੂੰ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਐਕਟਿੰਗ ਦਾ ਬੜਾ ਸ਼ੌਕ ਸੀ। ਜਦ ਫਿਲਮ ਦੇਖਦੀ ਸੀ, ਤਦ ਘਰ ਆ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਐਕਟਿੰਗ ਕਰਦੀ ਸੀ। ਮੰਮੀ ਦੇ ਦੁਪੱਟਾ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਡ੍ਰੈਸਿੰਗ ਬਣਾਉਂਦੀ ਸੀ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਮਹਾਨੀ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਵੀ ਕੀਤੇ ਸਨ। ਸਕੂਲਿੰਗ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਡਰਾਮਾ ਅਤੇ ਡਾਂਸ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਕਰਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਲਿਗਾਜ ਨਾਲ ਰੁਚੀ ਤਾਂ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਸੀ ਅਤੇ ਫਲਾਂਗ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਲਾਈ। ਇਸ ਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਂ ਐਕਟਿੰਗ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਮੈਥਡ ਐਕਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਨੌ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਡਿਪਲੋਮਾ ਕੋਰਸ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਕਾਫੀ ਸਾਰੇ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਕੀਤੇ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਕਈ ਸਾਰੇ ਡਾਂਸ ਫਾਰਮ ਸਿੱਖੇ ਹਨ। ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਮਹੀਨੇ ਤਾਂ ਸਰੋਜ ਖਾਨ ਜੀ ਨਾਲ ਵੀ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਪੂਰੀ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਵਿੱਚ ਆਈ ਹਾਂ।
 * ਪਰਵਾਰ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਜਦ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਜਤਾਈ, ਤਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਿਐਕਸ਼ਨ ਸੀ ?
 - ਦਰਅਸਲ 2014 ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਐਕਟਿੰਗ ਕੰਪੀਟੀਸ਼ਨ ਜਿੱਤਿਆ ਸੀ। ਤਦ ਪੈਰੋਂਟਸ ਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਫੀਲਡ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਦਿਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਤੇਨੂੰ ਐਕਟਿੰਗ ਲਾਈਨ ਪਸੰਦ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸੇ ਪਾਸੇ ਅੱਗੇ ਵਧ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਜਦ ਮੈਂ 11ਵੀਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਰਹੀ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ 16 ਸਾਲ ਦੀ ਸੀ।
 * 'ਬੰਟੀ ਬਬਲੀ-2' ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿਰਦਾਰ ਕਿੰਨਾ ਬਬਲੀ ਹੈ ?
 - ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੇਰਾ ਕਿਰਦਾਰ ਇਕਦਮ ਬਬਲੀ ਜਿਹਾ ਹੈ। ਉਹ ਚਹਿਕਦੇ ਹੋਏ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਮਿੱਠੇਦਾਰ ਕਿਰਦਾਰ ਹੈ। ਤਿਆਰੀ ਵਿੱਚ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨਾਲ ਬੈਠ ਕੇ ਗੀਡਿੰਗ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਬਾਡੀ ਲੋਂਗਵੇਜ਼, ਡਾਇਲਾਗ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕੀਤੀ, ਜੋ ਕਿਰਦਾਰ ਦੀ ਡਿਮਾਂਡ ਸੀ। ਬਨਾਰਸ ਅਤੇ ਲਖਨਊ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ-ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਰਹਿਕੇ ਆਈ ਹਾਂ। ਇਸ ਦਾ ਬੋਝਾ ਜਿਹਾ ਸੈੱਟਅਪ ਨਾਰਥ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਥੇ ਜਾ ਕੇ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਲਖਨਊ ਜਾਂ ਬਨਾਰਸ ਨਹੀਂ ਗਈ ਸੀ।
 * ਇੰਡਸਟਰੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮੁਕਾਮ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਖਾਹਿਸ਼ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ?
 - ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਜੋ ਮੁਕਾਮ ਹੋਵੇਗਾ, ਉਹ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ। ਉਹ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ, ਅਜੇ ਤਾਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ।



ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਥੀਏਟਰ, ਅਤੇ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਫਿਲਮ ਅਦਾਕਾਰਾ

ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਥੀਏਟਰ, ਅਤੇ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਫਿਲਮ ਅਦਾਕਾਰਾ ਹੈ। ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਫਿਲਮ ਓਏ ਲੱਕੀ! ਲੱਕੀ ਓਏ! 2008 ਵਿੱਚ ਆਈ। 2012 ਵਿੱਚ ਫਿਲਮਾਂ ਗੈਂਗਸ ਆਫ ਵਾਸੇਪੁਰ - ਭਾਗ 1 ਅਤੇ ਭਾਗ 2 ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਰਾਹਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਸਰਵਸ਼੍ਰੇਸ਼ਠ ਅਦਾਕਾਰਾ ਦੇ ਫਿਲਮਫੇਅਰ ਪੁਰਸਕਾਰ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਮੁੱਖ ਧਾਰਾ ਦੇ ਸਿਨੇਮਾ ਵਿਚ ਉਸ ਦੀ ਇਕੋ ਇਕ ਧੌਲੀ ਗੱਲੀਆਂ ਕੀ ਰਸਲੀਲਾ ਰਾਮ-ਲੀਲਾ (2013) ਵਿਚ ਇਕ ਸਹਾਇਕ ਕਿਰਦਾਰ ਵਜੋਂ ਰਹੀ ਹੈ। 2015 ਵਿਚ, ਚੱਡਾ ਨੇ ਫਿਲਮ ਮਸਾਨ ਨਾਲ ਇਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਕ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਸੈਕਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫੜਿਆ। ਕਾਨ ਫਿਲਮ ਦੇ ਤਿਉਹਾਰ ਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਫਿਲਮ ਨੂੰ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਮਿਲੀ। ਫਿਲਮ ਨੂੰ ਚੱਡਾ ਦੇ ਕਰੀਅਰ ਵਿਚ ਇਕ ਮੀਲ ਪੱਥਰ ਵਜੋਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਨੇ ਹਿੰਦੀ ਫਿਲਮ ਇੰਡਸਟਰੀ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਲਈ ਇਕ ਖਾਸ ਸਥਾਨ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਚੱਡਾ ਨੇ ਮਾਮੂਲੀ ਤਬਾਹੀ (2014) ਵਿਚ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਇਕ ਸ਼ਾਦੀਸ਼ੁਦਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭੂਮਿਕਾ ਦਾ ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਦਿਆਂ ਥੀਏਟਰ ਵਿਚ ਵੀ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਮਈ 2016 ਵਿਚ, ਰਿਚਾ ਨੂੰ ਬਾਇਓਪਿਕ ਸਰਬਜੀਤ ਵਿਚ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿਥੇ ਉਸਨੇ ਸਰਬਜੀਤ ਦੀ ਪਤਨੀ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਬਾਰੇ ਲੇਖ ਲਿਖਿਆ ਸੀ।



ਹਾਲਾਂਕਿ ਫਿਲਮ ਬਾਕਸ ਆਫਿਸ ਤੇ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੀ ਅਤੇ ਆਲੋਚਕਾਂ ਦੇ ਮਿਸ਼ਰਤ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਰਿਟਰਨਜ਼ ਵਿਚ ਭੋਲੀ ਪੰਜਾਬਣ ਦੇ ਚਿੱਤਰਣ ਨਾਲ ਸਰਵ ਵਿਆਪੀ ਸਫਲਤਾ ਮਿਲਦੀ ਰਹੀ, ਜੋ ਇਕ ਵੱਡੀ ਕਾਲਜ ਵਿਚ ਰਾਜਨੀਤੀ ਸ਼ਾਸਤਰ ਦੀ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੋ ਕਿਤਾਬਾਂ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਗਾਂਧੀ ਸਮਿਤੀ ਨਾਲ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਚੱਡਾ ਦਾ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿੱਲੀ, ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਸੀ। 2002 ਵਿਚ ਸਰਦਾਰ ਪਟੇਲ ਵਿਦਿਆਲਿਆ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਸਕੂਲ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸਨੇ ਸੇਂਟ ਟੀ ਡ ਨ ਜ ਕਾਲਜ, ਦਿੱਲੀ ਤੋਂ ਸ਼ੱਲਾ ਦੇ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਬੀਐਮ ਡੀ ਡੀ ਵਿਚ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ। 2006 ਵਿੱਚ, ਚੱਡਾ ਨੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ 20 ਮਿੰਟ ਦੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਫਿਲਮ ਰੂਟਡ ਇਨ ਹੋਪ ਨਾਮੀ ਲਿਖੀ। 2008 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਿਆ।

ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਬੀ ਆਰ. ਐਂਬੇਦਕਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਈਕਨ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। 2014 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੌਫੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਪੇਟਾ ਵਲੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਸੇ ਸਾਲ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਮੰ ਫੈਸ਼ਨ ਵੀਕ ਦੇ ਰੈਪਾਂ ਤੇ ਚੱਲੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪੇਟਾ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤੀ, ਉਸ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਬੀਐਮ ਡੀ ਡੀ ਵਿਚ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ। 2015 ਵਿੱਚ, ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਨੇ 18ਵੇਂ ਮੈਰਾਕੋਚ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕੀਤੀ। ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲੀਵੁੱਡ ਫਿਲਮ ਨਿਰਮਾਤਾ ਅਤੇ ਮੈਰਾਕੋਚ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਫ੍ਰਾਂਸਿਸ ਫੋਰਡ ਕੋਪੋਲਾ ਦੇ ਇਨ ਹੋਪ ਨਾਮੀ ਲਿਖੀ। 2008 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਿਆ।

ਮਈ 2016 ਵਿੱਚ, ਚੱਡਾ ਨੇ ਐਨ.ਡੀ.ਟੀ.ਵੀ. ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਇੱਕ ਇੰਟਰਵਿਊ ਵਿੱਚ ਖੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਬਾਲੀਵੁੱਡ (ਇੱਕ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ) ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਸੀ, ਅਤੇ ਉਹ ਇੱਕ ਕਲੀਨਿਕਲ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਤੋਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਆਪਣੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਨੂੰ ਪਿਤਰਸੱਤ ਦੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਮਨੋਰੋਜਨ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮਰਦ ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਪ੍ਰਸਾਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਿਆਂ, ਉਸਨੇ ਹੋਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ (ਪਿਤਰਸੱਤ-ਪ੍ਰੇਰਿਤ) ਖਾਣ-ਪੀਣ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਗਾੜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਨਤਕ ਹੋਣ ਦੀ

ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਬੀ ਆਰ. ਐਂਬੇਦਕਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਈਕਨ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। 2014 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੌਫੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਪੇਟਾ ਵਲੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਸੇ ਸਾਲ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਮੰ ਫੈਸ਼ਨ ਵੀਕ ਦੇ ਰੈਪਾਂ ਤੇ ਚੱਲੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪੇਟਾ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤੀ, ਉਸ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਬੀਐਮ ਡੀ ਡੀ ਵਿਚ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ। 2015 ਵਿੱਚ, ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਨੇ 18ਵੇਂ ਮੈਰਾਕੋਚ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕੀਤੀ। ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲੀਵੁੱਡ ਫਿਲਮ ਨਿਰਮਾਤਾ ਅਤੇ ਮੈਰਾਕੋਚ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਫ੍ਰਾਂਸਿਸ ਫੋਰਡ ਕੋਪੋਲਾ ਦੇ ਇਨ ਹੋਪ ਨਾਮੀ ਲਿਖੀ। 2008 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਿਆ।



ਕੀਤੀਆਂ, ਰਿਚਾ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਲਈ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਦੂਜੀ ਫਿਲਮਫੇਅਰ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਨੂੰ ਸਰਬੋਤਮ ਸਹਿਯੋਗੀ ਅਭਿਨੇਤਰੀ ਲਈ ਚੁਣਿਆ। ਉਸ ਨੂੰ 2017 ਦੀ ਕਾਮੇਡੀ

ਨਾਜ਼ੁਕ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਸਫਲਤਾ ਸਾਬਤ ਹੋਈ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਰਿਚਾ ਨੂੰ ਬਾਇਓਪਿਕ ਸ਼ਕੀਲਾ (2020) ਦੀ ਅਲੋਚਨਾ ਮਿਲੀ। ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਸੁਭਾਸ਼ ਕਪੂਰ ਦੀ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਫਿਲਮ ਮੈਡਮ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਚ ਮਾਨਵ ਕੱਲ ਅਤੇ ਸੰਰਭ ਸ਼ੁਕਲਾ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣਗੇ।

ਇੱਕ ਪੰਜਾਬੀ ਹਿੰਦੂ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਬਿਹਾਰੀ ਮਾਤਾ ਦੇ ਘਰ 1987 ਵਿੱਚ ਜਨਮੀ ਚੱਡਾ ਦਾ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿੱਲੀ, ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਉਸ ਦੇ ਪਿਤਾ ਇਕ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਫਰਮ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਮਾਂ, ਡਾ. ਕੁਸਮ ਲਤਾ ਚੱਡਾ, ਦਿੱਲੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਪੀਜੀਡੀਏਵੀ

ਮਈ 2016 ਵਿੱਚ, ਚੱਡਾ ਨੇ ਐਨ.ਡੀ.ਟੀ.ਵੀ. ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਇੱਕ ਇੰਟਰਵਿਊ ਵਿੱਚ ਖੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਬਾਲੀਵੁੱਡ (ਇੱਕ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ) ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਸੀ, ਅਤੇ ਉਹ ਇੱਕ ਕਲੀਨਿਕਲ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਤੋਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਆਪਣੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਨੂੰ ਪਿਤਰਸੱਤ ਦੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਮਨੋਰੋਜਨ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮਰਦ ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਪ੍ਰਸਾਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਿਆਂ, ਉਸਨੇ ਹੋਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ (ਪਿਤਰਸੱਤ-ਪ੍ਰੇਰਿਤ) ਖਾਣ-ਪੀਣ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਗਾੜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਨਤਕ ਹੋਣ ਦੀ

ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਬੀ ਆਰ. ਐਂਬੇਦਕਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਈਕਨ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। 2014 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੌਫੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਪੇਟਾ ਵਲੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਸੇ ਸਾਲ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਮੰ ਫੈਸ਼ਨ ਵੀਕ ਦੇ ਰੈਪਾਂ ਤੇ ਚੱਲੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪੇਟਾ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤੀ, ਉਸ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਬੀਐਮ ਡੀ ਡੀ ਵਿਚ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ। 2015 ਵਿੱਚ, ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਨੇ 18ਵੇਂ ਮੈਰਾਕੋਚ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕੀਤੀ। ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲੀਵੁੱਡ ਫਿਲਮ ਨਿਰਮਾਤਾ ਅਤੇ ਮੈਰਾਕੋਚ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਫ੍ਰਾਂਸਿਸ ਫੋਰਡ ਕੋਪੋਲਾ ਦੇ ਇਨ ਹੋਪ ਨਾਮੀ ਲਿਖੀ। 2008 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਿਆ।

ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਬੀ ਆਰ. ਐਂਬੇਦਕਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਈਕਨ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। 2014 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੌਫੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਪੇਟਾ ਵਲੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਸੇ ਸਾਲ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਮੰ ਫੈਸ਼ਨ ਵੀਕ ਦੇ ਰੈਪਾਂ ਤੇ ਚੱਲੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪੇਟਾ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤੀ, ਉਸ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਬੀਐਮ ਡੀ ਡੀ ਵਿਚ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ। 2015 ਵਿੱਚ, ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਨੇ 18ਵੇਂ ਮੈਰਾਕੋਚ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕੀਤੀ। ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲੀਵੁੱਡ ਫਿਲਮ ਨਿਰਮਾਤਾ ਅਤੇ ਮੈਰਾਕੋਚ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਫ੍ਰਾਂਸਿਸ ਫੋਰਡ ਕੋਪੋਲਾ ਦੇ ਇਨ ਹੋਪ ਨਾਮੀ ਲਿਖੀ। 2008 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਿਆ।

ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਬੀ ਆਰ. ਐਂਬੇਦਕਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਈਕਨ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। 2014 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੌਫੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਪੇਟਾ ਵਲੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਸੇ ਸਾਲ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਮੰ ਫੈਸ਼ਨ ਵੀਕ ਦੇ ਰੈਪਾਂ ਤੇ ਚੱਲੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪੇਟਾ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤੀ, ਉਸ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਬੀਐਮ ਡੀ ਡੀ ਵਿਚ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ। 2015 ਵਿੱਚ, ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਨੇ 18ਵੇਂ ਮੈਰਾਕੋਚ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕੀਤੀ। ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲੀਵੁੱਡ ਫਿਲਮ ਨਿਰਮਾਤਾ ਅਤੇ ਮੈਰਾਕੋਚ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਫ੍ਰਾਂਸਿਸ ਫੋਰਡ ਕੋਪੋਲਾ ਦੇ ਇਨ ਹੋਪ ਨਾਮੀ ਲਿਖੀ। 2008 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਿਆ।

ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੁੰਬਈ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਬੀ ਆਰ. ਐਂਬੇਦਕਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਆਈਕਨ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। 2014 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੌਫੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਪੇਟਾ ਵਲੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਸੇ ਸਾਲ, ਉਸ ਨੇ ਲੋਕਮੰ ਫੈਸ਼ਨ ਵੀਕ ਦੇ ਰੈਪਾਂ ਤੇ ਚੱਲੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਪਤਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪੇਟਾ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤੀ, ਉਸ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਬੀਐਮ ਡੀ ਡੀ ਵਿਚ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ। 2015 ਵਿੱਚ, ਰਿਚਾ ਚੱਡਾ ਨੇ 18ਵੇਂ ਮੈਰਾਕੋਚ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕੀਤੀ। ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲੀਵੁੱਡ ਫਿਲਮ ਨਿਰਮਾਤਾ ਅਤੇ ਮੈਰਾਕੋਚ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਫ੍ਰਾਂਸਿਸ ਫੋਰਡ ਕੋਪੋਲਾ ਦੇ ਇਨ ਹੋਪ ਨਾਮੀ ਲਿਖੀ। 2008 ਵਿੱਚ, ਉਸ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਿਆ।

Printed & Published by Amritpal Singh Printed at I.G. Printers, Pvt Ltd 104, DSIDC, Complex Okhla Industrial Area Phase-I New Delhi-110020. Complete 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. No.42998/1985

ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰਿੰਟਰ ਪਬਲਿਸ਼ਰ ਨੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਐਜੂਕੇਟਰ, ਆਈ.ਜੀ. ਪ੍ਰਿੰਟਰਜ਼ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਲਿਮਿਟਿਡ 104, ਡੀ.ਐਸ.ਆਈ. ਡੀ. ਸੀ. ਕੰਪਲੈਕਸ, ਓਖਲਾ ਇੰਡਸਟਰੀਅਲ ਏਰੀਆ ਫੇਜ਼-1 ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-110020 ਕੰਪਲੇਟ ਜਗਪਾਲ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਛਪਵਾ ਕੇ ਦਫ਼ਤਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਐਜੂਕੇਟਰ 104, ਡੀ.ਐਸ.ਆਈ.ਡੀ.ਸੀ. ਓਖਲਾ ਇੰਡਸਟਰੀਅਲ ਏਰੀਆ, ਫੇ