

Sameer Kaushal & Ankur Kaushal
PERSONAL REAL ESTATE CORPORATION
Commercial | Residential
Property Experts



Sameer Kaushal Ankur Kaushal
604-897-9575 | 604-897-0006
#105-7928 128 St. Surrey, B.C. W3W

ਗੁਰਸ਼ਰਨ ਸਿੰਘ ਪੰਜਲ
Insurance & Financial Advisor



Super Visa Insurance
 Travel Insurance
 TFSA & RRSP
 Mortgage & Life Insurance
 Child Education Plan RESP

Working together to Build and Preserve Wealth
778.888.3502
 gursh26@gmail.com
 Protecting Dreams and Lifestyle

KOHALY PRINTING & BINDERY LTD.

WEDDING CARDS
 FULL COLOR SIGNS
 WINDOW DECALS
 CHEQUES

OFFSET PRINTING, DIGITAL PRINTING
604-594-2324
 ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਅਤੇ ਵਿਆਹ ਦੇ ਕਾਰਡ
#210-12837-76th Ave, Surrey, B.C.
 Website : www.kohalyprinting.com
 E-mail : info@kohalyprinting.com

ਨਵਾਂ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣਾ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਸੇਵਾ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿਓ

Navjit Mahil
 Realtor
 BA, CAIB, LLB
 ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਮਿਲੋ



YPA REALTY

604-488-4777
 E-mail : navjitmahil@yahoo.com
 201-13049 76th Ave, Surrey, B.C. V3W 2V7

idea immigration
SUPER VISAS PNP's EXPRESS ENTRY

ਕੈਨੇਡਾ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਸੁਨਿਹਰੀ ਮੌਕਾ

- ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ, ਸੱਸਣ ਮਿੱਤਰ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਬੁਲਾਓ
- 12 ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਨੈਨੀ ਬੁਲਾਓ।
- ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ 'ਤੇ ਫੈਮਲੀ ਵੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਵਿਜ਼ਟਰ ਵੀਜ਼ੇ ਤੇ ਆਏ, ਪੱਕੇ ਹੋਣ ਲਈ ਮਸ਼ਵਰੇ ਵਾਸਤੇ ਮਿਲੋ
- ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ ਐਂਟਰੀ, BC, PNP, LMIA, Marriage

Navneet Sharma
604-597-1119
 York Centre #209-7928
 128St. Surrey BC V3W 4E8

I N T E R N A T I O N A L

ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ

BILINGUAL NEWSPAPER : ENGLISH AND PUNJABI
 EXECUTIVE EDITOR : RACHHPAL SINGH GILL

Ph. : 604-616-2171 **C** E-mail: iptribune@gmail.com www.punjabitribune.ca

Vol.31 / No.01
 3 January, 2025
 20 ਪੈਰ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਸੰਮਤ ੫੫੬

ਨਵੇਂ ਸਾਲ 2025 ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਉਤਸਵ ਦੀਆਂ ਆਪ ਸਭ ਨੂੰ ਵਧਾਈਆਂ

ਪੰਨ ਪੰਨ ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜੇ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਸਰੀ, ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਖੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਰਮਤਿ ਸਮਾਗਮ 3, 4, 5 ਜਨਵਰੀ 2025 ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵੇਖੋ ਸਫਾ 29

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਹੋਏ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਓ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ

ਅਲੱਗ ਰਹਿਣਾ Isolation

ਚਿੰਤਾ Anxiety

ਨੀਂਦ ਦੀ ਘਾਟ Sleeplessness

ਅਸਲੀਅਤ ਦਾ ਖੋਣਾ Loss of Reality

ਇਕੱਲਾਪਣ Loneliness

ਤਣਾਓ Depression

ਆਦੀ ਹੋਣਾ Addiction

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ Social Media

ਸਰੀ, (ਏਕਜੋਤ ਸਿੰਘ): ਅੱਜ ਦੀ ਡਿਜੀਟਲ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋਈ ਹੈ, ਉਥੇ ਇਸ ਦੀ ਬੇਹਦ ਵਰਤੋਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਚੁਣੌਤੀ ਬਣ ਰਹੀ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੋਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੱਕ ਹਰ ਵਰਗ ਇਸ ਦੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਅਧਿਕ ਵਰਤੋਂ ਚਿੰਤਾ (Anxiety), ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ (Depression), ਅਤੇ ਇਕੱਲੇਪਣ (Loneliness) ਜਿਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਕੀ ਸਫਾ 5 'ਤੇ

ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਤਰੇਸੇ ਯੋਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਡਾਲਰ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰੇਟ ਲੈਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ZIRA ਇੰਡੀਆ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਜਾਂ ਮੰਗਵਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਨਾਮ

ਬਖਸ਼ੀਸ਼ ਸਿੰਘ ਜੀਰਾ, 604-562-7000, 604-314-0000 #397-8148-128 ST. (PAYAL BUSINESS CENTRE) SURREY

Keep Smiling Denture Clinic Complete Denture Implant Denture Partial Denture

CARE HOME MOBILE SERVICE | ਮੁਫਤ ਸਲਾਹ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਮਿਲੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਡੈਂਟਲ ਕੇਅਰ ਪਲਾਨ ਦਾ ਕਾਰਡ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬੁੱਕ ਕਰੋ IF YOU HAVE RECEIVED CANADIAN DENTAL CARE PLAN CARD. BOOK APPOINTMENT

Gagan Chahal R.D. Registered Denturist 778-600-0811 6834 King George Blvd Surrey BC 778-600-0810 2644 Cyril St Abbotsford BC

A TO Z DRIVING SCHOOL So Easy ਲੁਕਣਿੰਗ ਲਾਇਸੈਂਸ

ਕਲਾਸ 1 ਤੋਂ 7 ਤੱਕ ਲਰਨਿੰਗ ਲਾਇਸੈਂਸ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਕਾਰ, ਟਰੱਕ, ਮੋਟਰਸਾਇਕਲ ਜਾਂ ਏਅਰ ਬ੍ਰੇਕ ਦਾ ਨੋਲਿਜ਼ ਟੈਸਟ

Lucky Sekhon, 604-614-5365 #15 - 8388 128 St. Surrey ਖਾਲਸਾ ਬਿਜ਼ਨਸ ਸੈਂਟਰ, ਗ੍ਰੈਂਡ ਤਾਜ ਬੈਂਕਿਊਟ ਹਾਲ ਦੇ ਹੇਠਾਂ

ਪੰਜਾਬ ਸਵੀਟ ਹਾਊਸ

ਦੋਵੇਂ ਜਗ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਮਿਕਸ ਮਠਿਆਈ, ਸਪੈਸ਼ਲ ਲੱਡੂ ਤੇ ਜਲੋਬੀਆਂ ਅਤੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਮਕੀਨ ਤਿਆਰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਲੋਕੋਸ਼ਨਾਂ 'ਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ, ਵਿਆਹ ਸ਼ਾਦੀਆਂ, ਜਨਮ ਦਿਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੀ ਕੈਟਰਿੰਗ ਲਈ ਖਾਸ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਤੇ ਸਪੈਸ਼ਲ ਰੇਟ

8A-31205-OLD YALE RD. ABBOTSFORD Ph.: 604-504-1761 & # 4-12818-72 Ave Surrey BC Ph.: 604-591-7611

Sarup Singh Chandi
 Ph: 604-572-5050

Residential, Commercial & Private Mortgage

BEST POSSIBLE RATE AVAILABLE

Sarup Singh Chandi
 All types of life Insurance, Critical illness, Disability Insurance, Mortgage Protection

7092-125 St. Surrey

ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਖਰੀਦ ਅਤੇ ਵੇਚਣ ਸਬੰਧੀ ਆਉਂਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਅੱਜ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

AG
 Aanchal Ghai
 Notary Corporation

OUR SERVICES
 - Notarizations
 - Real Estate Conveyancing
 - Wills & Powers of Attorney

Payal Business Centre
 80 ਐਵਨਿਊ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ
604-503-2227
 Unit 151 - 12899 80th Avenue, Surrey, B.C. V3W 0E6
 aanchal@ghainotary.ca | www.ghainotary.ca

A-CLASS FOREIGN EXCHANGE

ਸਿਰਫ 24 ਘੰਟਿਆਂ 'ਚ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਜਾਂ ਮੰਗਵਾਉਣ ਲਈ ਮਿਲੋ

ਤੁਸੀਂ ਇੰਡੀਆ ਪੈਸੇ ਜਿਸ ਸਰੀ ਮਰਜ਼ੀ ਭੇਜੋ ਪਰ ਸ਼ਾਬ ਨਾਲ ਰੇਟ ਜ਼ਰੂਰ ਚੈਕ ਕਰੋ।

ਹਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਖੁੱਡੀਆਂ
604-598-2222
 #117, 12888 80th AVE., SURREY

ROHITA PANNU LAW CORPORATION
 Barrister & Solicitor

- ਨੋਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ - ਵਸੀਅਤਨਾਮਾ
 - ਤਲਾਕ ਦੇ ਮਾਮਲੇ - ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਕੇਅਰਹੋਮਜ਼ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਵੀ ਦਸਤਖਤ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ - ਹਲਫੀਆ ਬਿਆਨ - ਘਰਾਂ ਦੀ ਖਰੀਦੋ-ਫਰੋਖਤ

#102-9278, 120th Street Surrey, BC V3V 4E8
Ph.: 604-589-1399
 Fax : 604-589-1556
 www.rohitapannulaw.com

HAPPY NEW YEAR

ਆਪ ਸਭ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸਾਲ **2025** ਅਤੇ

ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ
ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਦੀਆਂ ਲੱਖ ਲੱਖ ਮੁਬਾਰਕਾਂ

ਅਸੀਂ ਆਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਭ. ਲਈ
ਤਰੱਕੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਲੈ ਕੇ ਆਏ...

Save-on-Pallet & Enviro Pallet Recovery Buy + Sell (2004) Ltd.

ਵੱਲੋਂ : ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਗਰੇਵਾਲ, ਸੰਤੋਖ ਸਿੰਘ ਕੰਦੋਲਾ, ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਕੰਦੋਲਾ

ਸੇਵ-ਓਨ ਪੈਲੇਟ ਲਿਮਿਟਡ

ਇਨਵਾਇਰੋ ਪੈਲੇਟ ਰਿਕਵਰੀ ਬਾਏ+ਸੈਲ (2004) ਲਿਮਿਟਡ

ਦੋਨੋਂ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪੈਲੇਟ ਕੰਪਨੀਆਂ ਇੱਕੋ ਹੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਅਧੀਨ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਖੇ ਚਲਦੀਆਂ ਹਨ।

Save-on-Pallet : 604-301-1084

Enviro Pallet Recovery : 604-301-1084

FAX : 604-301-1079

NOW OUR SERVICES AVAILABLE ON 2 LOCATIONS

**HEAD
OFFICE**

7801 Vantage Way, Delta, BC V4G 1A6

**SECOND
LOCATION**

11571 Mitchell Road Richmond B.C.

HAPPY
New Year

2025

ਆਪ ਸਭ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸਾਲ 2025 ਅਤੇ
ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ
ਦੀਆਂ ਲੱਖ ਲੱਖ ਮੁਬਾਰਕਾਂ



JMG CARRIER LTD.

SURREY, B.C.

ਵੈਨਕੂਵਰ ਤੋਂ ਕੈਲੇਫੋਰਨੀਆਂ ਰੂਟ ਲਈ

Drivers ਅਤੇ Owner-Operators ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।



- ਵਧੀਆ ਤਨਖਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
- ਕਾਬਲ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ Owner-Operator ਬਣਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
- Standard ਅਤੇ Auto Trucks Available ਹਨ।
- ਤਜਰਬੇ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਡਰਾਈਵਰ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

FOR OWNER OPERATORS

ਵਧੀਆ ਰੇਟ, ਡੀਜ਼ਲ ਤੇ ਵੀ ਵਧੀਆ Discount Available ਹਨ।

ਟਰੱਕ ਦਾ ਲਾਈਸੈਂਸ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦਾ ਵੀਜ਼ਾ ਹੋਵੇ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਅਤੇ ਮਕੈਨਿਕਾਂ ਲਈ ਐਲ.ਐਮ.ਆਈ.ਏ. ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ।

We have LMIA Available for Drivers & Mechanics.

Call: **JAGMINDER, MALWINDER, GAGAN**

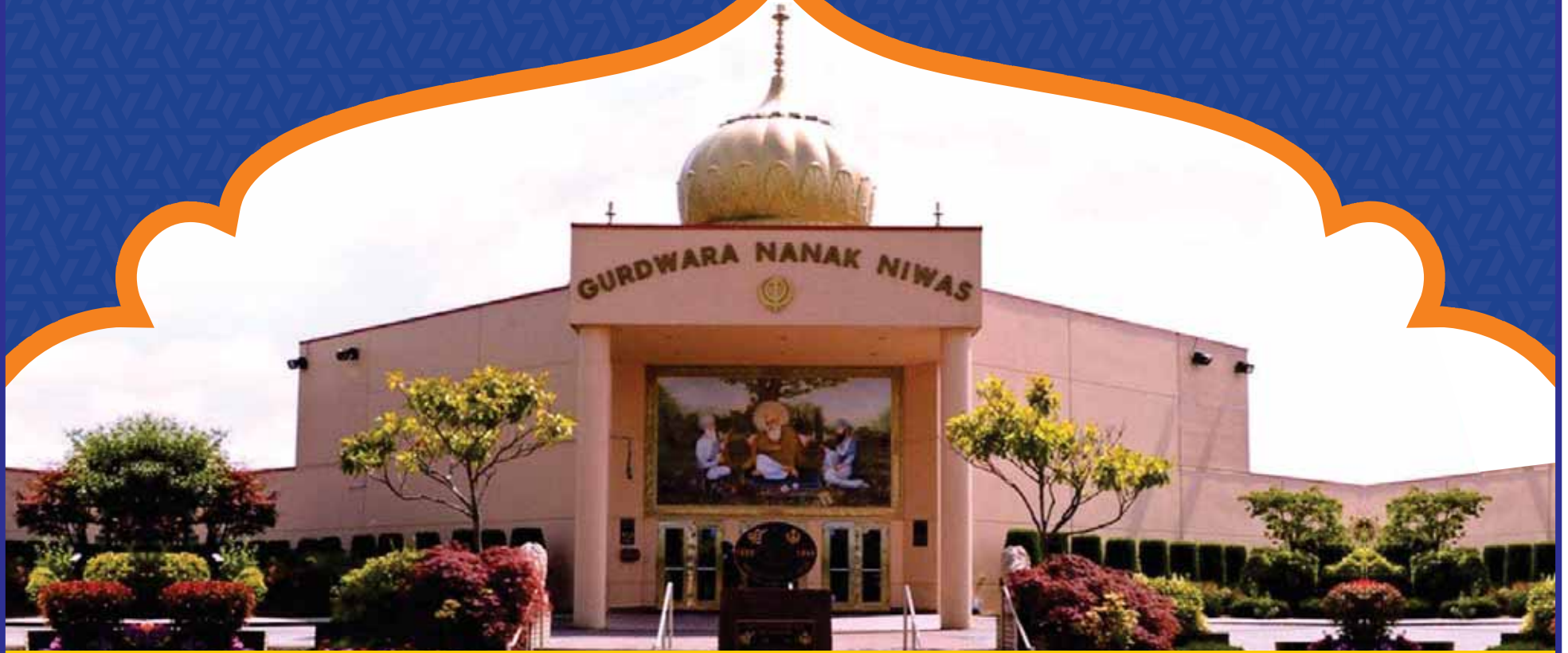
604-210-1036, 604-245-2176, 604-598-3999

FAX YOUR RESUME AT 604-599-7020

Email: dispatch@jmgcarrierltd.com

Website : www.jmgcarrier.com

ਇੰਡੀਆ ਕਲਚਰਲ ਸੈਂਟਰ ਗੁਰਦਵਾਰਾ ਨਾਨਕ ਨਿਵਾਸ



8600 - No. 5 RD., RICHMOND, B.C. • Tel : (604) 274-7479, Fax : (604) 274-0046

ਤਹੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹਮਾਰਾ ਭਯੋ ॥ ਪਟਨਾ ਸਹਰ ਬਿਖੈ ਭਵ ਲਯੋ ॥

**ਸਰਬੰਸਦਾਨੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜੇ
ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਸਾਲ 2025 ਦੀਆਂ ਆਪ ਸਤ ਨੂੰ ਲੱਖ ਲੱਖ ਮੁਬਾਰਕਾਂ**

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਨੁਸਾਰ ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜੀ

ਆਰੰਭ ਸ੍ਰੀ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ : 3 ਜਨਵਰੀ, ਦਿਨ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ, 10:00 ਵਜੇ

ਭੋਗ ਸ੍ਰੀ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ : 5 ਜਨਵਰੀ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 10:00 ਵਜੇ

ਭੋਗ ਉਪਰੰਤ ਸਜੇ ਦੀਵਾਨ ਵਿੱਚ ਗੁਣੀ ਗਿਆਨੀ, ਵਿਦਵਾਨ ਸੱਜਣ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆਵਾਂ ਤੇ ਚਾਨਣਾ ਪਾਉਣਗੇ।

ਤਿੰਨੇ ਦਿਨ ਗੁਰੂ ਕਾ ਲੰਗਰ ਅਤੁੱਟ ਵਰਤੇਗਾ। ਹੁੰਮ-ਹੁਮਾ ਕੇ ਦਰਸ਼ਣ ਦਿਓ ਜੀ।

ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੂਚਨਾ : 5 ਜਨਵਰੀ ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਪੰਜਾਬੀ ਪੜ੍ਹ, ਬੋਲ ਅਤੇ

ਲਿਖ ਸਕਣ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਕੱਤਰ ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਸੰਘੇੜਾ ਨਾਲ

ਫੋਨ ਨੰਬਰ 604-836-8976 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ www.nanakniwas.ca

ਗੁਰਦਵਾਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ (604-274-7479)

ਸਫ਼ਾ 1 ਦਾ ਬਾਕੀ

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਮਾੜੇ

ਨੂੰ ਵਧਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਰ ਸਮੇਂ “ਲਾਈਕਸ” ਅਤੇ “ਕਮੈਂਟਸ” ਦੀ ਉਡੀਕ, ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ, ਅਤੇ ਨਕਲੀ ਮਾਪਦੰਡਾਂ 'ਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਮਾਪਣ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਖਰ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਕਨੈਕਟਿਵਟੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਅਸਲ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਲੋਕ ਅੰਦਰੋਂ ਖੁਦ ਨੂੰ ਇਕੱਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਤੁਲਨਾ ਅਤੇ ਵਿਆਸਤ ਰੁਟੀਨ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਰਹੇ ਹਨ।

ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਨੀਂਦ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਿਹਤ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੈ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਨਕਲੀ ਦੁਨੀਆ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਹੈ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਆਦਤ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਬਣ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਨਵੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਡਿਜੀਟਲ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਰੂਪ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਸਮਾਰਟਫੋਨ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਅਤੇ ਇਕੱਲੇਪਣ ਨਾਲ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਸਮਾਂ ਰੱਖੋ। ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਘੰਟੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ। ਵਾਟਸਐਪ ਜਾਂ ਫੇਸਬੁੱਕ ਦੀ ਥਾਂ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨਾਲ ਸਹੀ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿਓ। ਜੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਗੰਭੀਰ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਲੈਣ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਜਿਥੇ ਇੱਕ ਸਹੂਲਤ ਹੈ, ਉਥੇ ਇਸ ਦੀ ਬੇਹਦ ਵਰਤੋਂ ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜ਼ਹਿਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਚੇਤਨਾਵਾਨ ਬਣਕੇ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਸੰਤੁਲਿਤ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਕੇ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਭੌਤਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਟਰੂਡੋ ਦੀ ਅਗਵਾਈ 'ਤੇ ਸਵਾਲ, ਕਾਕਸ ਵੱਲੋਂ ਅਸਤੀਫੇ ਦੀ ਮੰਗ

ਸਰੀ : ਨਵੇਂ ਸਾਲ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਿਆਸਤ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਗਰਮਾ ਗਈ ਹੈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਹੁਦੇ ਤੋਂ ਅਸਤੀਫਾ ਦੇਣ ਲਈ ਕਾਕਸ ਵੱਲੋਂ ਦਬਾਅ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬੀਤੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਟਰੂਡੋ ਨੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਿਆਸਤ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ ਹੈ, ਪਰ ਹੁਣ ਉਹ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਰਟੀ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਸਤੀਫੇ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਟਰੂਡੋ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਹੁਦੇ ਤੋਂ ਅਸਤੀਫਾ ਦੇਣ ਲਈ ਕਾਕਸ ਦੀ ਮੰਗ ਬੇਹੱਦ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਭਰ ਕੇ ਬਾਹਰ ਆਉਣ ਲੱਗੀ ਹੈ। ਇਹ ਮੁੱਦਾ ਚੋਣਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਏ ਨਤੀਜਿਆਂ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਧ ਰਹੇ ਵਿਰੋਧ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉਭਰਿਆ ਹੈ। ਚੋਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਲਈ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਹ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਪੁਨਰਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਈ। ਟਰੂਡੋ ਨੇ ਇਸ ਨਵੇਂ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਅਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਨਵੀਆਂ ਪਾਲਿਸੀਆਂ ਦਾ ਆਲੋਚਨਾ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਕੁਝ ਗੰਭੀਰ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਵੀ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਨੂੰ ਅਸਤੀਫਾ ਦੇਣ ਲਈ ਕਾਕਸ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਮੰਗ ਨੇ ਸਿਆਸਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਲਹਿਰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਕੈਲਗਰੀ ਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਜਾਰਜ ਚਹਿਲ ਨੇ 27 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਕਾਕਸ ਨੂੰ ਲਿਖੇ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ, “ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਨੂੰ ਹੁਣ ਕਾਕਸ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾਣ ਬਰਕਰਾਰ



ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣਾ ਅਸਤੀਫਾ ਦੇ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।”

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮਾਂਟਰੀਅਲ ਤੋਂ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਅੰਜੂ ਢਿੱਲੋਂ ਨੇ ਵੀ ਟਰੂਡੋ ਦੇ ਅਸਤੀਫੇ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਜੋ ਕੁਝ ਕੈਨੇਡਾ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕੀਆ ਹੈ, ਉਹ ਕਾਫੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਦੇ ਪਾਸ ਕੁਝ ਅਹੰਕਾਰ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ।

ਜਦੋਂ ਟਰੂਡੋ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਨਾਲ ਕਾਕਸ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਘਟ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਨਵਰੀ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਅਗਲੀ ਚਰਚਾ ਵਿੱਚ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਦੇ ਦਬਾਅ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਤਾਜ਼ਾ ਵਰਚੁਅਲ ਮੀਟਿੰਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਓਨਟਾਰੀਓ ਤੋਂ 51 ਲਿਬਰਲ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਟਰੂਡੋ ਦੀ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਬਾਰੇ ਗੰਭੀਰ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ, ਕਾਕਸ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸਮੂਹ ਨੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਜਲਦ ਤੋਂ ਜਲਦ ਅਸਤੀਫਾ ਦੇਣਾ

ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਸਦੱਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਬ੍ਰੇਕਿੰਗ ਪੁਆਇੰਟ ਉੱਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਹਾਂ, ਸਮਾਂ ਇੱਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹੀਂ ਸੀ।” ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਪਾਰਟੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਛੁੱਟੀਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਅਸਤੀਫਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਟਰੂਡੋ ਦੇ ਵਿਰੋਧੀ ਸੰਸਦ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਡੇਰਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਚੋਣਾਂ ਹੁਣੇ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਜਨਵਰੀ ਦੇ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਫੈਡਰਲ ਚੋਣਾਂ ਦੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਜਾਰੀ ਹਨ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਲੋਕ ਛੇਤੀ 2025 ਵਿੱਚ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਗੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਗੂਤਾ ਦੀ ਚਰਚਾ ਹੋਵੇਗੀ।

ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਦੋਂ ਟਰੰਪ ਵਾਈਟ ਹਾਊਸ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਪਰਤ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ ਅਜੇ ਹੋਰ ਵੱਡੇ ਚੈਲੈਂਜ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਹੁਦੇ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਨਵੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਿਆਸਤ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਟਰੂਡੋ ਦੇ ਅਹੁਦੇ 'ਤੇ ਸਵਾਲ ਖੜੇ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਗਲੇ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਵੱਡੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਹੋਣਗੇ। ਛੁੱਟੀਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਾਕਸ ਦੀ ਚਰਚਾ ਅਤੇ ਵਿਧਾਇਕਾਂ ਦੀ ਅਸਤੀਫੇ ਦੀ ਮੰਗ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਿਆਸਤ ਵਿੱਚ ਨਵੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਖੜੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

SABLOK & SABLOK
Notaries Public
 ਤੁਹਾਡੀ ਵਧੀਆ ਸੇਵਾ ਲਈ ਹੁਣ 2 ਨੋਟਰੀਜ਼
ਨੋਟਰੀ ਪਬਲਿਕ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ
 - ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਤੇ ਮੌਰਗੇਜ਼ ਦੇ ਕਾਗਜ਼
 - ਮੁਖਤਿਆਰਨਾਮਾ, ਰਾਹਦਾਰੀ ਅਤੇ ਵਸੀਅਤਨਾਮਾ
 - ਪਾਸਪੋਰਟ ਆਦਿ ਤੇ ਨੋਟਰੀ ਪਬਲਿਕ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਕੰਮ
ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ
 - ਬਿਜਨਸ ਅਤੇ ਇਨਵੈਸਟਰ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ
 - ਫੈਮਲੀ, ਮੰਗੋਤਰ ਅਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ
 - ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਅਪੀਲ ਅਤੇ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼
ਸਬਲੋਕ ਐਂਡ ਸਬਲੋਕ 604-325-9200
 FAX - 604-325-3666
 6108 Fraser st. (at 45th Ave.) Vancouver BC V5 Ww 3A1



AKASH SABLOK & TARLOK SABLOK

ਬਾਪ ਅਕਾਊਂਟਿੰਗ ਸਰਵਿਸਿਜ਼
 ਟੈਕਸ ਦੇ ਪੇਪਰ ਭਰਨਾ ਅਕਾਊਂਟਿੰਗ / ਪੇਰੋਲ
 ਬਿਜਨਸ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਭੁੱਕ ਕੀਪਿੰਗ
 ਟੀ-ਫੋਰ ਜਾਂ ਵਰਕ ਕੰਪਨੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ
ਸਾਡਾ ਅਕਾਊਂਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਲੰਬਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ
 TAX FORM FILL UP | ACCOUNTING / PAYROOL | PERSONAL INCOME TAX
 BUSINESS INCOME TAX | T4/ WORKERS COMPENSATION FORM
 UNIT # 1393-20800 Westminter Hwy Richmond, BC V6V 2W3
Ph.: 604-325-8370 | Fax.: 604-231-9600



ਜਸਬੀਰ-ਸਿੰਘ ਬਾਪ

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੈ?
ਸਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਉਸੇ ਦਿਨ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਓ
ਚਿਲਾਵੈਕ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ ਡੈਂਟਿਸਟ
We Can Help With
 » Teeth Cleaning
 » Tooth Coloured Fillings
 » Root Canal Treatment
 » Crowns and Bridges
 » Wisdom teeth Extractions
 » Sedation Dentistry
 » Clear Aligners
 » Implants
 » Dentures & many more...
 Now Accepting The New Canadian Dental Care Plan From Govt.
 Consult Dr. Sra for a health SMILE
COMPLIMENTARY NIGHT GUARD
 with new patient hygiene
 Complete New Patient Exam with Xrays (4BW, 3PA and Panorex) and complete hygiene.
We accept new Patients, & Emergencies
 ਅੱਜ ਹੀ ਆਪਣੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
604-391-1010 | maplesmiles.ca
8364 Young Road, Unit 101, Chilliwack
 maple smiles dentistry
 Family & Community Dentistry



Consult Dr. Sra for a health SMILE

Value \$500

ਇੰਡੋ ਕਨੇਡੀਅਨ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਸੈਂਟਰ ਸਰੀ ਦਾ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ



ਸਰੀ, (ਹਰਦਮ ਮਾਨ): ਇੰਡੋ ਕਨੇਡੀਅਨ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਸੈਂਟਰ ਸਰੀ-ਡੈਲਟਾ ਵੱਲੋਂ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਬੀਤੇ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਉਪਰਲੇ ਹਾਲ ਵਿਚ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਜਿਸ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਸੈਂਟਰ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ ਨੇ ਕੀਤੀ।

ਇਸ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਵਿਚ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨਿੱਝਰ, ਪਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ, ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ, ਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਸੰਘਾ, ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਾਧੋਪੁਰੀ, ਪਵਿੰਤਰ ਕੌਰ

ਬਰਾੜ, ਇੰਦਰਜੀਤ ਕੌਰ ਸਿੱਧੂ, ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੇਖੋਂ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਕਾਲਕਟ, ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ, ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮੱਲੂ, ਦਵਿੰਦਰ ਕੌਰ ਜੋਹਲ, ਮਲੂਕ ਚੰਦ ਕਲੇਰ, ਬੇਅੰਤ ਸਿੰਘ ਵਿੱਲੋਂ, ਗੁਰਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਤਤਲਾ, ਸਵਰਨ ਸਿੰਘ ਚਾਹਲ, ਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਅਟਵਾਲ, ਠਾਣਾ ਸਿੰਘ ਖੋਸਾ, ਦਵਿੰਦਰ ਕੌਰ ਬਛਰਾ ਆਦਿ ਕਵੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਖੂਬ ਰੰਗ ਬੂੰਨਿਆਂ। ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਹਰਚੰਦ ਸਿੰਘ

ਗਿੱਲ ਨੇ ਬਾਖ਼ੂਬੀ ਕੀਤਾ। ਅੰਤ ਵਿਚ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ ਸਾਰੇ ਕਵੀਆਂ, ਸਰੋਤਿਆਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਕੇਂਦਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਲੇਖਕ ਸਭਾ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਜ਼ਾਹਰ ਕੀਤੀ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਵੀ ਸਭਨਾਂ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਿਲਦਾ ਰਹੇਗਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਮਸਰਾ ਨੇ ਚਾਹ ਪਕੌੜਿਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿਚ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ।

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਮੌਕੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਸਾਹਿਬ, ਸਰੀ ਵਿਖੇ



ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਛੋਹ ਪ੍ਰਾਪਤ

ਗੰਗਾ ਸਾਗਰ

ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣਗੇ।

ਵਲੋਂ : ਰਾਇ ਅਜੀਜੁੱਲਾ ਖਾਨ ਅਤੇ ਰਾਇ ਮੁਹੰਮਦ ਅਲੀ ਖਾਨ

BHULLAR

EXCAVATING AND DEMOLITION

- Excavating
- Laneway Homes
- Landscaping Service
- Demolition of Garage

- Backfill
- Driveways
- Lot Grading
- Sand and Gravel

- Drain Tile (New and old House)
- Ditch Digging & Cleaning
- Concrete Breaking

LAND CLEANING

WATER & SEWER LINES

FULLY INSURED AND LICENSED

We do townhouses

Quality work Reasonable rate

Fast & friendly Service

We Fix All Leaky Basement & Drainage Problems



Vicky Bhullar
778-681-8200



Pavi Bhullar
647-667-9242



Bill Bhullar
778-891-4556



Jassi Bhullar
604-441-7118



Balraj Bhullar

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰੁੱਕਸਾਈਡ

ਇਸ ਦੀ ਸਰਪਰਸਤ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਰਾਮਗੜੀਆ ਸੁਸਾਇਟੀ
ਦੀ ਸਮੂਹ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਦੀਆਂ ਆਪ ਸਭ ਨੂੰ ਲੱਖ ਲੱਖ ਵਧਾਈਆਂ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਸਬੰਧੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਧੰਨ ਧੰਨ ਕਲਗੀਆਂ ਵਾਲੇ, ਮਰਦ ਅਗੰਮੜਾ, ਪੰਥ ਦੇ ਵਾਲੀ, ਦਸਮੇਸ਼ ਪਿਤਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ
3 ਜਨਵਰੀ 2025, ਦਿਨ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਦਰਬਾਰ ਹਾਲ ਵਿਖੇ ਸ੍ਰੀ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਆਰੰਭ ਹੋਣਗੇ
5 ਜਨਵਰੀ 2025, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਸ੍ਰੀ ਅਖੰਡਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਭੋਗ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ
ਉਪਰੰਤ ਸਵੇਰੇ 9:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਕਥਾ-ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਦੀਵਾਨ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਸਜਣਗੇ।
ਨਿਮਰਤਾ ਸਹਿਤ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ
ਲਈ ਹੁੰਮ ਹੁਮਾ ਕੇ ਪਹੁੰਚੋ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਵਟਾਓ ਜੀ।

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ : (604) 502-0602
8365 140 St, Surrey

Web : ramgarhiabc.ca | Email : president@ramgarhiabc.com

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਸੂਬਾਈ ਰੈਸਲਿੰਗ ਟੀਮ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਪਹਿਲਵਾਨਾਂ ਦੀ ਬੱਲੇ ਬੱਲੇ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ ਕੁਸ਼ਤੀ ਟੀਮ ਲਈ ਪੰਜਾਬੀ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰਿਕਾਰਡ ਸਿਲੈਕਸ਼ਨ

ਸਰੀ, (ਹਰਦਮ ਮਾਨ): ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਕੁਸ਼ਤੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਨੇ ਕੈਲਗਰੀ, ਅਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ 3 ਤੋਂ 5 ਜਨਵਰੀ ਤੱਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਟੂਰਨਾਮੈਂਟ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ ਟੀਮ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਲਈ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਪੰਜਾਬੀ ਖਿਡਾਰੀ ਨਿੱਤਰੇ ਹਨ।

ਇਸ ਟੀਮ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 24 ਖਿਡਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ 12 ਲੜਕੇ ਅਤੇ 12 ਲੜਕੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 15 ਖਿਡਾਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਹਨ। ਲੜਕੀਆਂ ਦੀ ਟੀਮ ਵਿੱਚੋਂ 7 ਪੰਜਾਬੀ ਹਨ ਜਦਕਿ ਲੜਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ 8 ਪੰਜਾਬੀ ਹਨ।

ਟੀਮ ਵਿੱਚ 10 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਲੱਬਾਂ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 6 ਕਲੱਬ ਪੰਜਾਬੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਅਰ ਮੈਨਲੈਂਡ ਤੋਂ ਹੀ ਜਿਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੌਮੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀ ਯੋਗਦਾਨ ਕਿੰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਚੁਣੇ ਗਏ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੈ। ਲੜਕੀਆਂ: ਇਰਾਬੀਰ ਸੂਚ, ਇਸਾਬੇਲ ਚੈਨ, ਗੁਰਲੀਨ ਢਿੱਲੋਂ, ਤਰਨਪ੍ਰੀਤ ਢਿੱਲੋਂ, ਜਾਇਰੀਤ ਬਾਹੀ, ਅਗਨੀਆ ਕ੍ਰਾਕੋਵਸਕਾ, ਕੈਸਿਡੀ ਪੇਸ, ਨੈਟਲੀ ਵੋਜਸਕੀ, ਖੁਸ਼ਲੀਨ ਝੱਲੀ, ਤਮਨ ਮੁੰਦੀ, ਜੋਲੀਨਾ ਹੀਲੀ, ਅੰਬਿਕਾ ਸਹਰਾਵਤ

ਲੜਕੇ: ਗੌਰਵ ਬਾਹੀ, ਕਰਣਜੋਤ ਢਿੱਲੋਂ, ਈਥਨ ਓਚੇਕੋ, ਗੁਰਸਰ ਜੋਹਲ, ਰਾਈਲੀ ਝੂਟੀ, ਡੋਮਿਨਿਕ ਵੈਂਡ, ਇਲੀਆ ਅਨੋਸਨਿ, ਜੇਵਨਪ੍ਰੀਤ ਜੋਹਲ, ਕੋਇਨ ਏਂਬੇਵਨ, ਹਰਜੋਤ ਸ਼ੇਰਗਿੱਲ, ਗੁਰਕਰਨ ਗਿੱਲ ਉਦਯਪ੍ਰਤਾਪ ਬਿੱਲਨ ਦੇ ਨਾਮ ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹਨ।



ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ

International
Punjabi Tribune

• **Rachhpal Singh Gill**

ਸੰਪਾਦਕ (ਕਾਰਜਕਾਰੀ)

604-616-2171

Funded by the Government of Canada | Financé par le gouvernement du Canada | Canada

ADVISORY BOARD

• **Gurvinder Singh Dhaliwal**

Vancouver,
604-825-1550

• **Gurlal Singh**

Journalist,

• **Hardam Singh Maan**

Surrey
604-308-6663

• **Virpal Singh Bhagta**

News Reporter | Punjab
+91 96532 00226

• **Ekjot Singh**

News Reporter

Printed & Published in

Canada by :

International Punjabi Tribune Inc.

604-584-5577 (Office)

punjabitribune

iptribune@gmail.com

www.punjabitribune.ca

punjabitribune

NOTICE TO ADVERTISER

International Punjabi Tribune does not accept any liability or damage caused by an error or inaccuracy in the printing of an advertisement beyond the amount paid for the space actually occupied by that portion of the advertisement in which error occurs. All advertising is subject to publisher's approval. International Punjabi Tribune reserves the right to turn down or edit any material forwarded to us for printing. The publisher does not guarantee the insertion of any particular advertisement on a specified date, or at all.

Publisher is not responsible in any mishapening between the customer and Advertiser.

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ, ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਪੰਜਾਂ ਪਾਣੀਆਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਲਾਮਤੀ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ। ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ ਵਿੱਚ ਛਪੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਾਦਕ ਜਾਂ ਅਖ਼ਬਾਰ ਦਾ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲੇਖਕ ਆਪਣੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਈਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਈਮੇਲ ਵਾਲੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ ਨੂੰ ਰਚਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਕਾਂਟ-ਛਾਂਟ ਕਰਨ ਦਾ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਾਂ ਛਪਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਅਸਲੀਲ, ਭੜਕਾਊ, ਨਸਲੀ ਵਿਤਕਰੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਨਿੱਜੀ ਅਧਾਰ ਵਾਲੀ ਰਚਨਾ ਛਪਣ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਅਸਮਰਥ ਹਾਂ। ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਛਪੀ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਦਾਤਾ ਖੁਦ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਵੇਗਾ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਰੰਗ-ਢੰਗ ਅਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ

ਲਿਖਤ : ਮਲਵਿੰਦਰ
ਸੰਪਰਕ: 3659946744

ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਦੇ ਸਮਕਾਲੀ ਸਮਿਆਂ ਅੰਦਰ ਕਈ ਅਰਥ ਹਨ। ਮਸਲਨ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕੀਮਤਾਂ, ਜਿਹੜੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਰਮਾਂ ਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਹਾਂ ਅੰਦਰ ਵੱਖਰੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਇਹ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਕਿਸੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਢਾਂਚੇ ਅੰਦਰ ਮਿੱਥੇ ਹੋਏ ਰਾਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪਾਬੰਦ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਸਾਡਾ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ, ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਕਿਰਤ ਕਰਨਾ, ਸਾਡਾ ਵਿਹਾਰ ਤੇ ਚਾਲ-ਚੱਲਣ ਤੈਅ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਰਚਨਾਤਮਕ ਤੇ ਮੂਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਉਮਰ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਘੜਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬਾਅਦ ਵਾਲੇ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਤਜਰਬੇ, ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ, ਸਾਂਝਾਂ, ਮਿਲਵਰਤਨ, ਵਿਚਰਨ, ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੇ ਵੱਖਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੰਝ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਆਪਣਾ ਰੂਪ ਬਦਲਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਬਦਲਾਅ ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਸੁਖਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪਰਵਾਸ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਦੇ ਟੁੱਟਣ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਆਕਾਰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਪਰਵਾਸ, ਕੈਨੇਡਾ ਤੇ ਇੱਥੇ ਆ ਰਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਚਰਚਾ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀਜ਼ੇ 'ਤੇ ਆਏ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿਚਲੀਆਂ ਬੇਤਰਤੀਬੀਆਂ ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਲਏ ਗਏ ਕੁਝ ਸਖ਼ਤ ਫੈਸਲਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਹੈ ਜੋ ਏਸ਼ਿਆਈ ਤੇ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਚੁਣੌਤੀ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਤੇ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਮਾਣ ਸਨਮਾਨ ਬਣਾ ਰੱਖਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਸਾਡੇ ਘਰਾਂ, ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪਰੋਸ਼ਾਨੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਘਰ ਦਾ ਮੁਖੀ ਬੰਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਾਹਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਾਕੀ ਜੀਆਂ ਦਾ ਸਲਾਹਕਾਰ ਤੇ ਮਦਦਗਾਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਉਹ ਘਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਹੋਇਆ ਕਿ ਘਰ ਦੇ ਹੋਰ ਜੀਆਂ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦ ਸੋਚ ਉੱਪਰ ਪਹਿਰਾ ਲੱਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੰਜ ਛੇ ਦਹਾਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਿਸਟਮ ਚੱਲਦਾ ਸੀ। ਘਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਵਿੱਚ ਬੱਝਾ ਆਪਣੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਕੰਮ ਜਾਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਸੀ। ਇਹ ਸਵੈ ਸਾਂਝੀ ਨਿਰਭਰਤਾ ਸੀ ਜਿਸ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਦੁਰਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਸਨ।

ਤਬਦੀਲੀ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਨੇਮ ਹੈ। ਵਕਤ ਨਾਲ ਬੜਾ ਕੁਝ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਰਵਾਸ ਕਰਕੇ ਹੋਰਨਾਂ ਵਿਕਸਤ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਬਦੀਲੀ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤੇ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਸੱਤ ਅੱਠ ਦਹਾਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਤੇ ਪਰਵਾਸ ਕਰਕੇ ਕੈਨੇਡਾ ਆ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀ ਪਚ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਉਹ ਘਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮਸਲੇ



ਵਿੱਚ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ। ਕਿਸੇ ਨਿਆਣੇ ਨੂੰ ਝਿੜਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਸਖ਼ਤ ਬਾਪ ਦੀ ਕੁੱਟ ਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਡੰਡਿਆਂ ਦੀ ਚੀਸ ਦੇ ਸੋਹਲੇ ਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵੇਲੇ ਵਿਹਾ ਗਏ ਹਨ। ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਜਵਾਨ ਧੀ-ਪੁੱਤ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਤੇ ਟੋਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਜੇ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਸਮਝਾਉਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ। ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੁੰਮਣ ਫਿਰਨ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਉਸ ਕਾਨੂੰਨ ਸਾਹਮਣੇ ਬੇਵਸ ਹਨ। ਕਿੱਲੇ ਨਾਲ ਬੱਧਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਤੇ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਪੈਣਾ ਹੈ। ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਲਚਕਦਾਰ ਬਣਾਉਣਾ ਪੈਣਾ ਹੈ।

ਸਾਡਾ ਸਮਾਜ, ਸਾਡਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਨਮਰਜ਼ੀ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਇੰਝ ਹੀ ਘਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਮਾਡਲ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਮਰਦ ਮੁਖੀ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨ ਦੇ ਦਹਾਕਿਆਂ ਪੁਰਾਣੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੰਝ ਕਰਦਿਆਂ ਉਹ ਸਮੁੱਚੇ ਘਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਸੋਚ ਤੋਂ ਮਹਿਰੂਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਅਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਲੋਸ਼ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਗੱਲ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਪਰ ਮਰਦ ਠੰਢੇ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਇਹ ਸੋਚਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਕਿ ਘਰ ਦੀ ਇਸ ਬੇਤਰਤੀਬੀ ਲਈ ਮੇਰੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ। ਘਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦ ਸੋਚ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਪ੍ਰਤੀ ਬੇਸਮਝੀ ਹੈ। ਇਸ ਬੇਸਮਝੀ ਕਰਕੇ ਹੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਸਮਝ ਲਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਸਿਸਟਮ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਦੀ ਸਮਝ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਸੰਭਵ ਹੈ।

ਘਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਤੇ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਸੁਖਾਵਾਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਲਈ ਇਮਾਨਦਾਰੀ,

ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਸੰਵਾਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਹੈ। ਗੁੱਸਾ, ਕ੍ਰੋਧ, ਸਖ਼ਤੀ ਹਰ ਸਮੱਸਿਆ ਲਈ ਸਾਡੇ ਫੌਰੀ ਹੱਲ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਉੱਪਰ ਕੰਟਰੋਲ ਨਾ ਰੱਖ ਸਕਣਾ ਸਾਡੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਵਡੱਪਣ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ। ਸੁਖਾਵਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਸੁਖਾਵਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬੱਚਿਆਂ ਅੰਦਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਗਲਤੀ ਦਾ ਫੌਰੀ ਹੱਲ ਉਸ ਨੂੰ ਡਾਂਟਣਾ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ। ਲੋੜ ਤਾਂ ਸਹਿਜ, ਸਬਰ ਤੇ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਰ ਗੁੰਝਲਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸ਼ਾਂਤ ਤੇ ਖੁਸ਼ਗਵਾਰ ਮਾਹੌਲ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਰਚਾਏ ਗਏ ਸੰਵਾਦ ਨਾਲ ਸੁਖਾਵੇਂ ਨਤੀਜੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣਗੇ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਮਾਮੂਲੀ ਮਦਦ ਲਈ ਵੀ ਅਗਲੇ ਦਾ ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਕਰਨੀ, ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਮਝਣੀ, ਸਭ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਰੱਖਣਾ ਤੇ ਆਨੰਦ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਭਾਈਚਾਰਾ ਜੋ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਤਨ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ, ਕਸਬਿਆਂ, ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਛੱਡ ਆਏ ਹਾਂ, ਇੱਥੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਉਸ ਦੀ ਪੁਨਰ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਇਸ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਅੰਦਰ ਜਦ ਧਾਰਮਿਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਹੋਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਅ ਅਗਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਸਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਵੇਗੀ, ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖੇਗੀ। ਕੈਨੇਡਾ ਆ ਕੇ ਵੀ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਧੰਨ ਦੌਲਤ ਇਕੱਠੀ ਕਰਨ, ਜਾਇਦਾਦ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਰੁੱਝੇ ਰਹਾਂਗੇ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਰਾਤ-ਦਿਨ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਜੋੜਿਆ ਸਾਡਾ ਧੰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਤੇ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇਗਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ ਕੈਨੇਡਾ

ਆਉਣ ਦਾ ਸਾਡਾ ਸੁਪਨਾ ਚੀਸ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਵੇਗਾ। ਭਾਸ਼ਾ ਵੀ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਸਿਖਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਹੀ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਸਿੱਖ ਹੀ ਜਾਣੀਆਂ ਹਨ। ਉਸ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਸਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲੀ ਅੰਦਰ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਸਾਂਝੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਵਿਹਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਾਡਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਪਿਆ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਘਟਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਕੈਨੇਡਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਦਾ ਦੇਸ਼ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਦੋ ਸੌ ਦੇ ਕਰੀਬ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਰਵਾਸ ਕਰਕੇ ਆਏ ਲੋਕ ਵਸਦੇ ਹਨ। ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਇਸ ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਪਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਖੇਡ ਮੈਦਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਬਾਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਰਮਾਂ, ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਇਕੱਠੇ ਵਿਚਰਦੇ, ਖੇਡਦੇ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਤੇ ਦੋਸਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਸਿਸਟਮ ਦੇ ਹਾਣ ਦਾ ਹੋਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਲਚਕਦਾਰ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਦੀਆਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਅੰਤਰ ਜਾਤੀ, ਅੰਤਰ ਨਸਲੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਨੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਾਤਾਂ, ਧਰਮਾਂ, ਰੰਗਾਂ, ਨਸਲਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤਿਲਾਂਜਲੀ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੇ ਫਲੇ ਵਗਦੇ ਵੀ ਵੇਖੇ ਹਨ ਤੇ ਚੱਲਦੇ ਖੂਹਾਂ ਦੀ ਟਿੱਕ ਟਿੱਕ ਵੀ ਸੁਣੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀ ਤੇ ਨਵੇਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਕਠਿਨ ਹੈ, ਪਰ ਨਵੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਦੇ ਵਿਗਸਣ ਤੇ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਪਨਪਣ ਲਈ ਇਹ ਕੌੜਾ ਘੁੱਟ ਭਰਨਾ ਹੀ ਪੈਣਾ ਹੈ। ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਇਸ ਸਿਸਟਮ ਮੁਹਰੇ ਸਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਢਹਿ-ਢੇਰੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਲੱਗਣਗੀਆਂ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਵੀ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਬਾਕੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਢਾਂਚੇ ਅੰਦਰ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀ ਕਿਧਰੇ ਸਹਿਜ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਿਧਰੇ ਕਲੋਸ਼ ਤੇ ਪਰੋਸ਼ਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਵੀ।

ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਵਕਤ ਦੇਣਾ ਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਰੀਤੀ ਰਿਵਾਜਾਂ, ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਨਾਉਣਾ ਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਅਕੀਦਿਆਂ ਦਾ ਸਹਿਜ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਬਿਨਾਂ ਉਚੇਚ ਕੀਤਿਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਸਲਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ-ਰਹਿਤ ਸਮਾਧਾਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਭ ਕਾਸੇ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਸੁਤੰਤਰ ਸੋਚ ਪਨਪਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਸੋਚ, ਵਿਚਾਰ, ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਤੇ ਬੇਲੋੜੀਆਂ ਬੰਦਸ਼ਾਂ ਨਾ ਲਾਉਣੀਆਂ ਮਹੀਨ ਜਿਹੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਚੰਗਾ ਹੈ। ਇਸ 'ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸਿਸਟਮ' ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਚੰਗੀਆਂ ਹਨ। ਚੰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ, ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਲੈਣਾ ਤੇ ਬਾਕੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸਾਰ ਦੇਣਾ ਵਕਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਸੀਂ, ਸਾਡਾ ਘਰ, ਭਾਈਚਾਰਾ ਤੇ ਸਮਾਜ ਕਿੰਝ ਸਹਿਜ, ਸੰਤੁਲਤ ਤੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਝੋਤੇ ਤਾਂ ਕਰਨੇ ਹੀ ਪੈਣਗੇ। ਚਿੰਤਾ ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਮਝੋਤਿਆਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਨਾ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਦਸਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦੇ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਹੀਦੀ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਸਮਾਗਮ ਵੈਨਕੂਵਰ 'ਚ ਆਯੋਜਿਤ

ਸਰੀ : ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੀ ਸਨਸੈਟ ਇੰਡੋ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੀਨੀਅਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਦਸਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਚਾਰ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਹੀਦੀ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸਮਾਗਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਰਾਏ ਅਜੀਜ਼ ਉੱਲਾ ਖਾਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ, ਜੋ ਕਿ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਕੌਮੀ ਅਸੈਂਬਲੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਵੀ ਰਹਿ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਰਾਏ ਅਜੀਜ਼ ਉੱਲਾ ਖਾਨ ਰਾਏ ਕੱਲਾ ਦੇ ਵੰਸ਼ਜ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਕੇ ਪਵਿੱਤਰ ਗੰਗਾ ਸਾਗਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਸੀ।

ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਰਾਏ ਅਜੀਜ਼ ਉੱਲਾ ਖਾਨ ਨੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਚਮਕੌਰ ਦੀ ਜੰਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਤੋਂ ਉੱਚ ਦਾ ਪੀਰ ਬਣ ਕੇ ਨਿਕਲੇ ਅਤੇ ਰਾਏਕੋਟ ਤੱਕ ਦੇ ਸਫਰ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਰਾਏ ਕੱਲਾ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ



ਗੁਜਰੀ ਜੀ ਦੀ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦੀ ਖਬਰ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਰਾਏ

ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਵੱਲੋਂ ਪਵਿੱਤਰ ਗੰਗਾ ਸਾਗਰ, ਪੋਥੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਰਹਿਲ ਅਤੇ ਕਿਰਪਾਨ ਭੇਂਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸਕ ਵੇਰਵਾ ਵੀ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਸੰਗਤਾਂ ਨੇ ਹਿਸਾ ਲਿਆ। ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੁਰਬਖਸ਼ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ, ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਿਨਹਾਸ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਨੇ ਰਾਏ ਅਜੀਜ਼ ਉੱਲਾ ਖਾਨ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਰਾਏ ਪਰਿਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਨਾਲ ਖੜਨ ਅਤੇ ਇਤਿਹਾਸਕ ਵਾਕਿਆਤ ਨੂੰ ਸੰਗਤਾਂ ਅੱਗੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਜਤਾਇਆ।

ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਦਿਨੇਸ਼ ਮਲਹੋਤਰਾ ਨੇ ਮੰਚ ਸੰਚਾਲਨ ਕਰਦਿਆਂ ਸਨਸੈਟ ਇੰਡੋ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੀਨੀਅਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਚੁੱਕੇ ਜਾਰਹੇ ਕਦਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਰਹੇ ਯਤਨਾਂ 'ਤੇ ਚਾਨਣ ਪਾਇਆ।

ਕੈਲਗਰੀ ਵਿਚ ਦੋਹਰੇ ਕਤਲ ਦਾ ਸ਼ੱਕੀ ਮ੍ਰਿਤਕ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਾਣੀ ਹੋਰ ਉਲਝੀ

ਕੈਲਗਰੀ : ਕੈਲਗਰੀ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਦੋਹਰੇ ਕਤਲ ਕਾਂਡ ਦੇ ਸ਼ੱਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਬੈਨੇਡਿਕਟ ਕਮਿਨਜ਼ਕੀ ਨੂੰ ਮ੍ਰਿਤਕ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਕਮਿਨਜ਼ਕੀ, ਜੋ 38 ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਸੀ, ਨੂੰ ਕੈਲਗਰੀ ਤੋਂ 60 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਉੱਤਰ-ਪੱਛਮ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਵਾਹਨ ਕੋਲ ਮ੍ਰਿਤਕ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਲੱਭਿਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਕੈਲਗਰੀ ਅਤੇ ਨੇੜਲੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਵਿਅਕਤੀ ਐਲਰਟ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਪੁਲਿਸ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਘਟਨਾ ਵਿੱਚ ਮਾਰੇ ਗਏ ਬਜ਼ੁਰਗ ਅਤੇ ਔਰਤ ਕਮਿਨਜ਼ਕੀ ਦੀ ਪਤਨੀ ਅਤੇ ਸਹੁਰਾ ਮੰਨੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਮ੍ਰਿਤਕਾਂ ਵਿੱਚ 70ਵਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦਾ ਇੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ



30ਵਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀ ਇੱਕ ਔਰਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪੁਲਿਸ ਐਤਵਾਰ ਰਾਤ 9:30 ਵਜੇ ਕਿਨਕੋਰਾ ਗ੍ਰੇਵ ਦੇ 100 ਬਲੋਕ ਤੋਂ ਇੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮ੍ਰਿਤਕ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਮਿਲੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰਾਤ 11:15 ਵਜੇ ਟਸਕੇਨੀ ਰਿਜ ਹਾਈਟਸ ਦੇ 300 ਬਲੋਕ ਤੋਂ ਇੱਕ ਔਰਤ ਦੀ ਲਾਸ਼ ਮਿਲੀ।

ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਲੀ ਵੇਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਮਿਨਜ਼ਕੀ ਦਾ ਕੋਈ ਪੁਰਾਣਾ ਅਪਰਾਧਕ ਰਿਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਲਾਈਸੈਂਸਸ਼ੁਦਾ ਬੰਦੂਕ ਮਾਲਕ ਸੀ। ਦੋਵੇਂ ਮੌਤਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਟਾਈਮਲਾਈਨ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਪੋਸਟਮਾਰਟਮ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।



HOMELAND MORTGAGE CORP.

ਜੇ ਮੌਰਟਗੇਜ਼ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਸਾਨੂੰ ਮਿਲੋ।
ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮੌਰਟਗੇਜ਼ ਦਾ ਵੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਘੱਟ ਰੇਟ ਤੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

- ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਵਾਲੇ
- ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਮੌਰਟਗੇਜ਼
- ਕੰਸਟਰਕਸ਼ਨ ਮੌਰਟਗੇਜ਼
- ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮੌਰਟਗੇਜ਼
- ਸੈਕੰਡ ਅਤੇ ਥਰਡ ਮੌਰਟਗੇਜ਼



Kuldip Panesar
Mortgage Consultant
Cell : 604-308-6839

PROFESSIONAL AND EXPERIENCED
Ph.: 604-593-6622, Fax : 604-593-6615
#201-7928 128St. (York Business Centre) Surrey BC V3W 4E8
Website : www.homelandmortgage.ca
E-mail : homelandmortgage@hotmail.com

YOUR NEIGHBOURHOOD LAYER

RISHI LAW CORPORATION

Criminal Law

- » Assault Charges
- » Drug Charges
- » Theft/Fraud
- » Uttering Threats
- » Driving Offences

Real Estate

- » Purchase/ Sale of Property
- » Mortgage / Line of Credit

Immigration Law

- » Immigration Appeals
- » Refugee Claims
- » Spousal Sponsorship
- » Parents Sponsorship
- » Super Visa / Visitor Visa

All kind of Notary Services

Divorces Probate

Services offered in Punjabi, Hindi & English

NARINDER RISHI
Barrister, Solicitor & Notary Public

Vancouver
6625, Fraser Street
604-322-5515
Email : nkrishi@yahoo.com

Two Locations to serve you

Surrey
604-505-6454
(By appointments only)



NEWTON DENTURE CLINIC INC.

Web: www.newtondentures.ca | Email: newtondentures@gmail.com

ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਦੇ ਹਾਂ।

ਮੁਫਤ ਸਲਾਹ

"Over 20 years experience as Denturist"

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੰਦ ਲਵਾਉਣੇ ਹਨ ਜਾਂ ਫਿਰ ਲਗਵਾਏ ਹਨ। ਦੰਦ ਪੁਰਾਣੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਲਗਵਾਏ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਲਵਾਏ ਦੰਦ ਢਿੱਲੇ ਹਨ ਜਾਂ ਟੁੱਟ ਗਏ ਹਨ।
- ਬਲਰਾਜ ਨਾਲ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਖਾਣਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਓ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਦੰਦ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲੇ ਪਰ ਖਾਣਾ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਖਾ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਬਲਰਾਜ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਸਹੀ ਵਿੱਚ ਹਨ।

BALRAJ (REGGIE) GILL
R.D. Bsc. Registered Denturist

ਬਲਰਾਜ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ **604-590-9747**

Surrey #211-8334-128 St. Surrey BC V3W 4G2
(Second floor Khalsa Business Centre)



ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਯੋਧੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਵਹਿਮਾਂ-ਭਰਮਾਂ, ਕਰਮਕਾਂਡਾਂ ਅਤੇ ਪਾਖੰਡਾਂ ਦਾ ਖੰਡਨ

ਸਿੱਖ-ਦਰਸ਼ਨ ਵਿਚ ਵਿਵੇਕ ਤੇ ਚਿੰਤਨ ਆਧਾਰਿਤ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲਤਾ ਤੇ ਕਰਮਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਥਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਭਾਵਨਾ ਦੀ ਲੋੜ ਤਾਂ ਦਰਸਾਈ ਗਈ ਹੈ ਐਪਰ ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਗੀਤਾਂ-ਰਸਮਾਂ ਜਾਂ ਵਹਿਮਾਂ-ਭਰਮਾਂ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਤੇ ਆਸ਼ਿਆਂ ਵੱਲ ਲਿਜਾਣ ਦੀ ਥਾਂ ਕੇਵਲ ਭਰਮ, ਪਸਤ-ਹਿੰਮਤੀ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਿਰਜਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਕਰਮਕਾਂਡ, ਪੂਜਾ-ਪਾਠ, ਭੋਖ, ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾ, ਵਰਤ, ਵਿਖਾਵੇ, ਪਾਖੰਡ ਅਤੇ ਦੰਭ ਆਦਿ ਦਾ ਤਰਕ-ਸੰਗਤ ਤੇ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਖੰਡਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਬੋਝਿਆਂ ਦੀ ਮੌਜ-ਮਸਤੀ ਜਾਂ ਐਸ਼ੋ-ਇਸ਼ਰਤ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕਰਮਕਾਂਡਾਂ, ਪੂਜਾ-ਪਾਠਾਂ, ਵਿਖਾਵਿਆਂ, ਤੀਰਥ-ਯਾਤਰਾਵਾਂ, ਭੋਖਾਂ-ਪਾਖੰਡਾਂ ਅਤੇ ਦੰਭਾਂ ਆਦਿ ਦੇ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਵਿਰੋਧੀ ਸਨ। ਜਦੋਂ ਲੋਕਾਈ ਉੱਪਰ ਤਾਕਤ ਵਾਲੇ ਜਬਰ-ਜ਼ੁਲਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕੁਝ ਲੋਕ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਭਜਨ ਕਰੀ ਜਾਣ ਜਾਂ ਜੰਗਲਾਂ ਤੇ ਪਹਾੜਾਂ ਦੀਆਂ ਗੁਫਾਵਾਂ ਵਿਚ ਮੰਤਰ-ਮੁਰਾਬਾ ਹੋ ਕੇ ਸਮਾਧੀਆਂ ਲਗਾਈ ਬੈਠੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਵਰਗੀਆਂ ਮਹਾਨ ਪ੍ਰ-ਤਿਭਾਵਾਂ ਵਿਚਾਰਧਾਰਕ ਸੰਘਰਸ਼ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹਥਿਆ-ਰਬੰਦ ਸੰਘਰਸ਼ ਤਕ ਲੋਕ-ਦੁਸ਼ਮਣ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਟਾਕਰਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਪਰੋਕਤ ਪਾਖੰਡਾਂ ਦਾ ਖੰਡਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਇਕ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਯੋਧੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਕਾਲ ਤੋਂ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਪ੍ਰਚਲਤ ਵਰਣ-ਵੰਡ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚਾਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਇਹ ਹਿੱਸੇ ਅੱਗੋਂ ਕਈ ਹੋਰ ਉਪ-ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਵੰਡੇ ਹੋਏ ਸਨ ਤੇ ਹਨ। ਹਰ ਵਰਣ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰਜ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਨ। ਧਰਮ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੇ ਪੜ੍ਹਨ-ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਅਤੇ ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਆਦਿ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਆਈ ਸੀ। ਸਦੀਆਂ ਦੀ ਇਸ ਵਰਣ-ਵੰਡ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਦਿਲ-ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਇਹ ਗੱਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਕਿ ਕੇਵਲ ਪੂਜਾ-ਪਾਠ ਹੀ ਧਰਮ ਦਾ ਅੰਗ ਹੈ। ਗੁਰੂ-ਕਾਲ ਤਕ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਪੂਜਾ-ਪਾਠ ਆਤਮਿਕ ਉਸਾਰੀ ਦੀ ਥਾਂ ਇਕ ਕਰਮਕਾਂਡ ਮਹਿਜ਼ ਵਿਖਾਵਾ, ਪਾਖੰਡ ਜਾਂ ਦੰਭ ਬਣ ਕੇ ਹੀ ਰਹਿ ਗਿਆ ਸੀ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਕਥਨ ਅਨੁਸਾਰ ਕੁਝ ਲੋਕ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਕੇ, ਬਗਲੇ ਵਾਂਗ ਸਮਾਧੀ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਸੱਤ-ਸਮੁੰਦਰਾਂ ਵਿਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਕੇ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਭਰਮ ਤਹਿਤ ਲੋਕ ਅਤੇ ਪਰਲੋਕ ਵੀ ਗਵਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਕੋਈ ਕੁਕਰਮੀਆਂ ਦਾ ਸੰਗ-ਸਾਧ ਕਰ ਕੇ ਫਜ਼ੂਲ ਹੀ ਉਮਰ ਲੰਘਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਕਈ ਵੇਦ ਸ਼ਾਸਤਰ ਰਟਣ ਨਾਲ ਜਾਂ ਚੁੰਝ-ਚਰਚਾ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਸ਼੍ਰੇਸ਼ਟਤਾ ਵਿਖਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਐਪਰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੇ ਵਰਤਾਰੇ ਸਮਾਂ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੇ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਜ਼ੂਲ, ਦੰਭ ਅਤੇ ਵਿਖਾਵਾ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ਼ਟ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਪਿਆਰ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੈ :

ਮੂਲ ਭਾਰਤੀ ਵੱਸੋਂ ਪਰ-ਨਿਰਭਰ ਹੋ ਚੁਕੀ ਸੀ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਦੈਵੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਆਸ ਲਗਾਈ ਬੈਠੇ ਸਨ ਕਿ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤੇ ਜ਼ਾਲਮਾਂ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਸੁਤੰਤਰ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਰ ਸਕਣਗੇ। ਦੈਵੀ ਜਾਂ ਪਰਾਸਰੀਰਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੇ ਖੰਡਨ ਲਈ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਇਕ ਇਤਿਹਾਸਕ ਘਟਨਾ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਹਿੰਦੂ-ਪੰਡਤਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਅਨੁਰੂਪ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਨੈਣਾ ਦੇਵੀ ਦੇ ਅਸਥਾਨ ਤੇ ਦੁਰਗਾ ਅਸ਼ਟਮੀ ਨੂੰ ਇਕ ਵੱਡਾ ਹਵਨ ਕਰਾ-ਇਆ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਤਾਂ ਦੇਵੀ ਨੂੰ ਰਿਝਾਉਣ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜਤਨਾਂ ਦੀ ਨਿਰਾਰਥਕਤਾ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦਰਸਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕ ਭਰਮ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਸਕਣ। ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮੇਂ ਤੇ ਜਦੋਂ ਦੇਵੀ ਪ੍ਰਗਟ ਨਾ ਹੋਈ ਤਾਂ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਪੰਡਤ ਤੋਂ ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਪਾਖੰਡ ਤੇ ਪਰਦਾ ਪਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੇਵੀ ਇਕ ਵੱਡੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਦੀ ਬਲੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਪਰਦਾ ਫਾਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ: "ਪੰਡਤ ਜੀ! ਤੁਹਾਡੇ

ਤੋਂ ਮਹਾਨ ਪੁਰਖ ਹੋਰ ਕੌਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ?" ਪੰਡਤ ਦਾ ਭਰਮ ਤੇ ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਉਸ ਲਈ ਮੁਸੀਬਤ ਬਣ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਹ ਬਹਾਨਾ ਲਾ ਕੇ ਖਿਸਕ ਗਿਆ।

ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਬਾਕੀ ਬਚੀ ਸਾਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਇੱਕੋ ਵਾਰੀ ਅਗਨੀ ਵਿਚ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੀ। ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਅੱਗ ਦਾ ਭਬੁਕਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸੀ। ਅਗਿਆਨੀ ਅਤੇ ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਫਿਰ ਵੀ ਇਹੀ ਸਮਝਿਆ ਕਿ ਦੇਵੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਐਪਰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਤਲਵਾਰ ਅਗਨੀ ਵਿਚੋਂ ਵਿਖਾ ਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਜ਼ਲੂਮਾਂ, ਦੁਖੀਆਂ, ਨਿਤਾਨਿਆਂ ਅਤੇ ਨਿਆਸਰਿਆਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਇਹੀ ਦੇਵੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਥੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ-ਹਿੱਤਾਂ ਖ਼ਾਤਰ ਅਤੇ ਜਾਬਰਾਂ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦੈਵੀ ਸ਼ਕਤੀ ਤੇ ਟੇਕ ਅਤੇ ਪੂਜਾ-ਪਾਠ ਆਦਿ ਦੇ ਅਡੰਬਰ ਨਿਰਾਰਥਕ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕਾਇਰਤਾ ਤੇ ਡਰਪੋਕਤਾ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹਨ।

ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੇ ਬੁੱਤ ਜਾਂ ਮੂਰਤੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੋਖ ਧਾਰਨ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਰੱਦ ਕੀਤਾ ਹੈ :

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਅਵਤਾਰਵਾਦ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਦਾ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਖੰਡਨ ਕੀਤਾ। ਸਿੱਖ-ਫਲਸਫੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਸਿੰਸ਼ਟੀ ਦਾ ਕਰਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਅਵਤਾਰ ਆਦਿ ਜੰਮਦੇ ਤੇ ਮਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਨਾ ਨਿਰਾਰਥਕ ਹੈ :

ਸ਼ੈਵ ਮੱਤ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਇਸ਼ਟ ਮੰਨ ਕੇ ਪੂਜਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲਿੰਗ, ਉਸ ਰਚਨਾ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਅਨੁਸਾਰ ਅਜਿਹੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲਿੰਗ ਨੂੰ ਪੂਜਣਾ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲ ਵਿਚ ਲਟਕਾਈ ਫਿਰਨਾ ਨਿਰਾਰਥਕ ਕਰਮਕਾਂਡ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਅਜਿਹੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੋਖਾਂ-ਪਾਖੰਡਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਝੂਠੀ ਕ੍ਰਿਆ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ

ਮੰਤਰਾਂ ਦੇ ਉਚਾਰਨ ਜਾਂ ਪਾਠ ਦੇ ਕੇਵਲ ਦੁਹਰਾਉ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ ਵਿਚ ਇਸ ਵਿਗਿਆਨਕ ਤੱਥ ਲਿਖਤ : -ਡਾ. ਅਨੂਪ ਸਿੰਘ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਲਈ ਇਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਇੱਕੋ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੋਲਣ ਜਾਂ ਤਕਨੀਕੀ ਦੁਹਰਾਉ ਨਾਲ ਇਸ਼ਟ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਉਹ ਪਿੰਦਾ ਜਾਂ ਪੂਦਨਾ (ਇਕ ਪੰਛੀ) ਵੀ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਜਿਹੜਾ ਸਦਾ ਤੁਹੀ ਤੁਹੀ ਪੁਕਾਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ !

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਆਪਣੀ ਪੂਜਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤੱਥ ਦਾ ਪੂਰਨ ਅਹਿਸਾਸ ਸੀ ਕਿ ਕੇਵਲ ਸਤਿਕਾਰ ਸ਼ਰਧਾ ਵਿਚ ਵਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਸ਼ਰਧਾ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਸਿਰ ਪੂਜਾ-ਪਾਠਾਂ, ਕਰਮਕਾਂਡ ਅਤੇ ਪਸਤ-ਹਿੰਮਤੀ ਵਿਚ ਵਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿੱਖ ਪਸਤ-ਹਿੰਮਤੀ ਅਤੇ ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਣ। ਇਸੇ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਰੜੀ ਚਿਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ

ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਕਰਮਕਾਂਡਾਂ, ਪੂਜਾ-ਪਾਠਾਂ, ਵਿਖਾਵਿਆਂ ਅਤੇ ਪਾਖੰਡਾਂ ਦਾ ਪਾਜ ਉਘੇੜ ਕੇ ਮਾਨਸਿਕ ਇਕਾਗਰਤਾ ਅਤੇ ਇਕਸੁਰਤਾ ਉੱਪਰ ਬਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਸੱਚਾ ਧਰਮ ਨਿਭਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਸਦ-ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਦੁਜਿਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹੋ ਸਕੇ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਰਮਕਾਂਡਾਂ ਨੂੰ "ਫੋਕਟ" ਧਰਮ ਕਹਿ ਕੇ ਨਿੰਦਦੇ ਹਨ:

ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ ਵਿਚ ਦਰਜ ਦਸ ਸਵੱਈਏ ਖੰਡੇ-ਬਾਟੇ ਦੀ ਪਾਹੁਲ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਦੋ ਧਿਰਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਬਹੁਤ ਸਖ਼ਤ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਧਿਰ ਧਾਰਮਿਕ ਖੇਤਰ ਦੇ ਪ੍ਰਪੰਚੀਆਂ ਤੇ ਪਾਖੰਡੀਆਂ ਦੀ ਹੈ ਜੋ ਧਰਮ ਦਾ ਬੁਰਕਾ ਪਹਿਨ ਕੇ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਪੂਰੇ ਸਵੈ-ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਨੁਭਵ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਮੈਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਸੱਚਾ ਧਰਮੀ

ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਸ਼ਟ ਪ੍ਰਤੀ ਕੋਈ ਪ੍ਰੇਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਭ ਨੇ ਕਰਮਕਾਂਡ ਦੁਆਰਾ ਦੁਜਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਗਲਾਉਣ ਦਾ ਵਤੀਰਾ ਅਪਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ :

ਗੁਰੂ ਜੀ ਸਪਸ਼ਟ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅੱਖਾਂ ਮੀਟ ਕੇ ਬਗਲੇ ਵਾਂਗ ਸਮਾਧੀ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਨਾਂ ਧਰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੀਰਥਾਂ ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬੁੱਤ-ਪੂਜਾ ਕਰਨੀ ਆਦਿ ਸਮਾਂ ਗਵਾਉਣ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ। ਮੜ੍ਹੀਆਂ-ਮਸ਼ਾਣਾਂ ਅਤੇ ਦਰਗਾਹਾਂ ਆਦਿ ਦੀ ਪੂਜਾ ਵੀ ਨਿਰਾਰਥਕ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕੁਝ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਉਹ ਦੋ-ਟੁੱਕ ਰੂਪ ਵਿਚ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ਼ਟ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਪ੍ਰੇਮ ਹੀ ਸਰਬ-ਉੱਤਮ ਢੰਗ ਹੈ:

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤੀ ਰਹਿਤ-ਮਰਯਾਦਾ ਵਿਚ ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੀ ਪੂਜਾ, ਅਵਤਾਰਵਾਦ, ਮੱਠ ਪੂਜਾ, ਸ਼ਗਨ-ਅਪਸ਼ਗਨ, ਤੀਰਥ-ਇਸ਼ਨਾਨ, ਵਰਤ, ਸੂਤਕ-ਪਾਤਕ, ਜਾਤ-ਪਾਤ, ਫੂਤ-ਛਾਤ, ਉਚ-ਨੀਚ, ਸਰਾਧ, ਛਾਇਆ, ਪੁੱਛਣਾਂ (ਪੁੱਛਾਂ), ਜੰਤਰ-ਮੰਤਰ ਅਤੇ ਤੰਤਰ ਆਦਿ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਮਨਾਹੀ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਆਓ, ਬੋਝਾ ਵੇਰਵੇ ਨਾਲ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਤਰਕ-ਸੰਗਤ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖੀਏ, ਘੋਖੀਏ ਅਤੇ ਅਪਣਾਈਏ!

ਭਗਤੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਭਗਤ ਸਾਹਿਬਾਨ ਅਤੇ ਪਹਿਲੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਵਾਂਗ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ ਵਿਚ ਮੁਕਤੀ-ਮਾਰਗ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀਆਂ ਦਾ ਮਜ਼ਾਕ ਵੀ ਉਡਾਇਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚਲਤ ਭੋਖਾਂ ਨੂੰ ਤਰਕਯੁਕਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਸ਼ਫਲ ਦੱਸਿਆ। ਬਾਹਰੀ ਭੋਖ ਕਰਨ, ਵਿਖਾਵਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੰਭੀ ਸਰੀਰਕ ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜੋਗੀਆਂ ਤੇ ਸੰਨਿਆਸੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ।

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਵਾਂਗ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਵੀ ਹਠ-ਜੋਗ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜੋਗ ਭੋਖਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਹਿਜ-ਜੋਗ ਤੇ ਬਲ ਦਿੱਤਾ।

ਜੋਗ ਮਾਰਗ ਬਾਰੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਬੜੀਆਂ ਸਪਸ਼ਟ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਸਮਾਧੀ ਲਾ ਕੇ ਆਪਣਾ ਜਾਂ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਕਲਿਆਣ ਕਰਨ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਪੱਥਰ ਨਾਲ ਅਤੇ ਦੇਸ਼-ਦੇਸ਼ਾਂਤਰਾਂ ਦਾ ਕੇਵਲ ਰਟਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜੋਗੀਆਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਇੱਲਾਂ ਤੇ ਕਾਵਾਂ ਨਾਲ ਤਸ਼ਬੀਹ ਦੇ ਕੇ ਕਰਮਕਾਂਡ ਦਾ ਖੰਡਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕ ਹੀ ਲੱਤ/ਪੈਰ ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਤਪ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਕੋਈ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਇਸ ਹਠ ਜੋਗ ਦੀ ਨਿ-ਰਾਰਥਕਤਾ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਗੁਰੂ ਜੀ ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਉਦਾਹਰਣ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਇਕ ਹੀ ਲੱਤ ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਅਨੁਸਾਰ ਸਰੇਵੜਿਆਂ ਵਾਂਗ ਫੂਕ-ਫੂਕ ਕੇ ਪੈਰ ਧਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਮੰਤਵ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ :

ਵਿਅੰਗਾਤਮਕ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ, ਜੋ ਉੱਚਤਮ ਬੌਧਿਕਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ, ਰਾਹੀਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਜੋਗੀਆਂ ਦੇ ਕਰਮਕਾਂਡਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਗੁਰੂ ਜੀ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕਰਮਕਾਂਡਾਂ ਦੀ ਨਿਰਾਰਥਕਤਾ ਬੜੀ ਸਰਲ ਅਤੇ ਸਾਦੀ ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਉਘਾੜਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੰਤਵ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਉਹ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿਚੋਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਲੈ ਕੇ ਤੁਲਨਾਤਮਿਕ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣਾ ਪੱਖ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਗੰਦ ਖਾਣ ਅਤੇ ਗੰਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਇਸ਼ਟ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਸੂਰ ਨੇ ਸਰਬ ਪ੍ਰਥਮ ਰਹਿਣਾ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਸਰੀਰ ਤੇ ਮਿੱਟੀ-ਸਵਾਹ ਆਦਿ ਮਲਣ ਨਾਲ ਕਲਿਆਣ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਖੋਤਾ ਤੇ ਹਾਥੀ ਤਾਂ ਮਿੱਟੀ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਹੀ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਗਿੱਦੜ ਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਚੁੱਪ ਧਾਰ ਕੇ ਇਸ਼ਟ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਤਾਂ ਰੁੱਖ ਤਾਂ ਸਦਾ ਹੀ ਚੁੱਪ ਸਾਧੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਵੀਰਜ ਸਾਂਭਿਆਂ ਭਵਜਲ ਤਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀਜੜੇ ਇਸ ਵਡਿਆਈ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਸਨ। ਜੇਕਰ ਸਮਾਧੀ ਲਗਾਇਆਂ ਅਤੇ

ਕਲਪਨਾ ਦੇ ਘੋੜੇ ਦੁੜਾਇਆਂ ਇਸ਼ਟ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਪੰਛੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਉਚੇਰੀ ਉਡਾਰੀ ਕੌਣ ਲਗਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? ਜੇਕਰ ਦੁੱਧ ਉੱਪਰ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ਼ਟ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਇਸ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਪੌਣ ਆਹਾਰ ਨਾਲ ਮੁਕਤੀ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਸੱਪਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਧੂਣੀਆਂ ਤਪਾ ਕੇ ਇਸ਼ਟ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਜੀਵ ਹਨ ਜੋ ਅੱਗ ਵਰਗੀ ਗਰਮੀ ਸਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਅੱਗ ਵਿਚ ਜਲਣ ਨਾਲ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਸਤੀ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਇਸਤਰੀਆਂ ਤਰ ਜਾਂਦੀਆਂ! ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਅਸਲ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ

ਹੋਰ ਕਰਮਕਾਂਡਾਂ, ਪਾਖੰਡੀ ਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਦੰਭੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਇਸ਼ਟ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਢੰਗ ਵੀ ਦੱਸਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਪ੍ਰੇਮ ਨੂੰ ਸਰਬ-ਉੱਤਮ ਵਿਧੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਧਰਮ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਰੂਪਾਂ, ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਅਸੀਮਤਾ, ਅਨੰਤਤਾ, ਵਿਸ਼ਾਲਤਾ, ਵਿਵਿਧਤਾ ਆਦਿ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਨ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡਕ ਏਕਤਾ ਵਿਚ ਅਨੇਕਤਾ ਦਾ ਜਸ ਗਾਇਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਗੁਰੂ ਜੀ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਕਾਇਨਾਤ ਦੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਪਸਾਰੇ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਇਸ ਸਾਰੇ ਕੁਝ ਦੇ ਮੂਲ ਦੀ ਹੀ ਅਰਾਧਨਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮੂਲ ਆਧਾਰ ਕੇਵਲ ਇਕ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਉਸ ਉੱਪਰ ਹੀ ਸਾਰਾ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ:

ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਗਿਆਨ, ਉਸ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਤਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਬਾਕੀ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਕਰਮਕਾਂਡ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਰਾਰਥਕ ਹੈ:

ਮਾਨਸਿਕ ਇਕਾਗਰਤਾ ਲਈ ਗਿਆਨ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਭਟਕਾਵ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਵਾਸਤਵਿਕਤਾ ਦਾ ਸੂਖਮ ਐਪਰ ਬਹੁਪੱਖੀ ਗਿਆਨ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਜਾਂ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਰੱਖਣ ਲਈ ਅਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਹਿਤ ਜਿਥੇ ਕੁਦਰਤੀ ਨੇਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਉਥੇ ਗਿਆਨ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਵੀ ਬਹੁਤ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਅਗਲੀ ਗੱਲ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਮਲ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਸਿਧਾਂਤਕ ਗਿਆਨ ਬੇਕਾਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਗਿਆਨ-ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵੱਲ ਰੁਚਿਤ ਮਨੁੱਖ ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤਾਂ ਉਸ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਵੀ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨਿਰਾ ਪ੍ਰਪੰਚ ਹੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ :

ਇਹ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ
"ਇਕ ਗਿਆਨ ਕੇ ਬਿਹੀਨ ਡੀਨ
ਕੈਸੇ ਕੈ ਤਰਤ ਹੈ"। 71।

ਐਪਰ ਮਨੁੱਖ-ਹਿੰਦੂ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿਚ ਕਰਮਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਪ੍ਰੇਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਅਸੰਭਵ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਅਤੇ ਸਰੂਪ ਬਾਰੇ ਵੀ ਬੜਾ ਸੁਹਣਾ ਫੁਰਮਾ ਗਏ ਹਨ। ਇਹ ਹੈ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਤੇ ਵਿਵਧ ਪਸਾਰੇ ਨੂੰ ਇਕ ਮੂਲ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜਿਕ, ਭੂਗੋਲਿਕ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਭਿੰਨਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਪਾਸੇ ਰੱਖ ਕੇ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਸਮਾਨ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ। "ਮਾਨਸ ਕੀ ਜਾਤਿ ਸਬੈ ਏਕੈ ਪਹਿਚਾਨਬੋ।"

ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਯੋਧੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਉੱਪਰ ਵਰਣਿਤ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ, ਰਚਨਾ ਅਤੇ ਮਹਾਨ ਕਾਰਨਾਮਿਆਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਿਦਵਾਨ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਸੰਗ ਅਨੁਕੂਲ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਇਹ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਹਨ ਕਿ ਗੁਰੂ ਜੀ ਅਡੋਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਫੌਲਾਦੀ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹਤਾ, ਅਤੁੱਟ ਨਿਰਭੈਤਾ, ਅਦੁੱਤੀ ਦਲੇਰੀ, ਹੈਰਾਨਕੁੰਨ ਸਾਹਸ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੇ ਅਮੁੱਕ ਸੋਮੇ ਸਨ ਤੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਹੋਰ ਮਨੁੱਖੀ ਸਦ-ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਉਹ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਦੀ ਲਟ-ਲਟ ਬਲਦੀ ਜੋਤ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਵਾਨ ਹੋਏ।

ਏਅਰ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਜਹਾਜ਼ ਦਾ ਹੈਲੀਫੈਕਸ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ 'ਤੇ ਹਾਦਸਾ, ਜਹਾਜ਼ ਨੂੰ ਲੱਗੀ ਅੱਗ



ਐਂਟਵਾ, (ਏਕਜੋਤ ਸਿੰਘ): ਨੇਵਾ ਸਕੋਸ਼ੀਆ ਸੂਬੇ ਦੇ ਹੈਲੀਫੈਕਸ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ 'ਤੇ ਐਤਵਾਰ ਰਾਤ ਇੱਕ ਹਾਦਸਾ ਵਾਪਰਿਆ, ਜਦੋਂ ਨਿਊਫਾਊਂਡਲੈਂਡ ਟਾਪੂ ਦੇ ਸੇਂਟ ਜੌਹਨ ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਆ ਰਿਹਾ ਏਅਰ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਜਹਾਜ਼ ਰਨਵੇਅ ਤੋਂ ਖਿਸਕ ਗਿਆ। ਹਾਦਸੇ ਦੌਰਾਨ ਜਹਾਜ਼ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਲੱਗ ਗਈ। ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਬਿਆਨ ਮੁਤਾਬਕ, ਇਹ ਘਟਨਾ ਫਲਾਈਟ 2259 ਨਾਲ

ਸਬੰਧਤ ਸੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੀਏਐੱਲ ਏਅਰਲਾਈਨਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਹ ਘਟਨਾ ਸ਼ਬਾਨਕ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਰਾਤ 9:30 ਵਜੇ ਦੇ ਕਰੀਬ ਵਾਪਰੀ। ਜਹਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕ ਸਵਾਰ ਸਨ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਸਪਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ, ਜਹਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰ ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਹਾਦਸੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਰਨ ਹੈਲੀਫੈਕਸ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਨੂੰ ਰਾਤ ਲਈ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਘਟਨਾ ਉਡਾਣ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣੀ ਹੈ। ਸ਼ਬਾਨਕ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਦਸੇ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਜਲਦੀ ਹੀ ਖੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। This report was written by Ekjot Singh as part of the Local Journalism Initiative.

Keep Smiling Denture Clinic

Complete Denture Implant Denture Partial Denture Care Home Mobile Services

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਹੇਠਲੇ ਜਾਂ ਉਪਰਲੇ ਦੰਦ ਢਿੱਲੇ ਹਨ ਜਾਂ ਹੱਡੀ ਘਸੀ ਹੋਈ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਡੈਂਟਲ ਕੇਅਰ ਪਲਾਨ ਦਾ ਕਾਰਡ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬੁੱਕ ਕਰੋ

ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ Suction Denture ਬਾਰੇ ਜਾਣਣ ਲਈ ਮਿਲੋ ਅਸੀਂ ਜਾਪਾਨੀ ਤਕਨੀਕ ਨਾਲ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਫਿਟ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ (CERTIFIED) ਹਾਂ।



ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇੱਕ, ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੰਦ ਨਿਕਲ ਚੁੱਕੇ ਹਨ, ਦੰਦ ਲਗਵਾਉਣੇ ਹਨ, ਦੰਦ ਪੁਰਾਣੇ ਹਨ ਜਾਂ ਹੁਣ ਨਵੇਂ ਲਗਵਾਉਣੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਗਵਾਏ ਦੰਦ ਢਿੱਲੇ ਹਨ ਜਾਂ ਟੁੱਟ ਗਏ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੀਅਲਾਇਨ ਜਾਂ ਰਿਪੇਅਰ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਅੱਜ ਹੀ ਮਿਲੋ।

Gagan Chahal R.D.
Registered Denturist



Book Your Appointment
 ☎ 778-600-0811 | ☎ 778-600-0810
 📍 6834 King George Blvd Surrey BC | 📍 2644 Cyril St Abbotsford BC



ਸਾਂਝਾ ਪੰਜਾਬ ਸਵੀਟਸ

ਵਲੋਂ

ਲੋਹੜੀ ਦੇ ਤਿਓਹਾਰ ਦੀਆਂ ਆਪ ਸਭ ਨੂੰ ਲੱਖ ਲੱਖ ਵਧਾਈਆਂ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਤਾਜ਼ਾ ਰਿਓੜੀਆਂ, ਗੱਚਕ, ਮੂੰਗਫਲੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਹੜੀ ਦਾ ਸਾਰਾ ਸਮਾਨ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕਾ ਹੈ

Special Rates for
Gurdwara & Mandir

100%
Vegitarian

ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਮਠਿਆਈਆਂ, ਸਮੋਸੇ, ਪਕੌੜੇ, ਸ਼ਪੈਸ਼ਲ ਖੋਟੇ ਦੀਆਂ ਮਠਿਆਈਆਂ, ਲੱਡੂ, ਜਲੇਬੀਆਂ, ਨਮਕੀਨ ਤਿਆਰ ਬਰ ਤਿਆਰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ।



SATJINDER SAMRA 604-930-9099

E-mail : sanjhapunjabsweets@gmail.com | Website : www.sanjhapunjabsweets.com

1 B 12830 96 Ave, Surrey, BC V3V 6A8



ਲਿਖਤ
ਡਾ ਗੁਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ
604-825-1550

ਅਸੀਂ ਵਰ੍ਹੇ 2025 ਦੀਆਂ ਬਰੂਹਾਂ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ। ਸੰਸਾਰ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਲੇਖਕ ਹੈਨਰੀ ਮਿਲਰ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤਾਬ ਤੁਹਾਡੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਮਿੱਤਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮਿੱਤਰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਵੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਮੌਕੇ, ਕਿਤਾਬ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਢਾਹਸ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਰੋਗੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵੀ 'ਕਿਤਾਬ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਦਾਹੂ' ਹੈ। ਮਨੋਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਡੁਬਦੇ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਕਿਤਾਬ ਸਹਾਰਾ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਫਰਾਂਸ ਦੇ ਲਿਖਾਰੀ ਮਾਰਸਲ ਪਰਾਉਸਤ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤਾਬ, ਬੈਰੇਪੀ ਭਾਵ ਇਲਾਜ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਚਿੰਤਕ ਸੈਮਮੁਅਲ ਕਰੋਬਰ ਨੇ, ਬਿਬਲੀਓਥੈਰਪੀ ਭਾਵ ਕਿਤਾਬ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸੋਚ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਕਿਤਾਬ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੇ ਆਲਮ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜਿਉਣ ਦਾ ਮਕਸਦ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਵਿਦਵਾਨ ਜੰਗ ਬਹਾਦਰ ਗੋਇਲ ਦੀ ਕਿਤਾਬ 'ਸਾਹਿਤ ਸੰਜੀਵਨੀ' ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਸੁਭਾਗ ਹਾਸਿਲ ਹੋਇਆ, ਜਿਸ ਨੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਭਰਪੂਰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਜਗਾਇਆ। ਉਹ ਲਿਖਦੇ ਹਨ, "ਹਰ ਆਦਮੀ ਦੀ ਜੀਵਨੀ ਵਿੱਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾ-ਵਰੋਲੇ, ਝੱਖੜ, ਤੁਫਾਨ ਆਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਾਵਾਂ-ਡੋਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਤਾਂ ਕੋਈ ਸੁਗਤ ਸਿਆਣਾ ਰਾਹ-ਦਿਸੇਰਾ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਪੁਸਤਕ ਸਹਾਈ ਸਿੱਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੁਸਤਕ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣਾ ਆਸਾਨ ਹੈ, ਕਦੇ ਕਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਹੱਥ ਦੇ ਫਾਸਲੇ 'ਤੇ ਹੀ ਪਈ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਕੋਈ ਵਾਕ, ਕੋਈ ਸਤਰ, ਕੋਈ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ, ਕਿਸੇ ਜੀਵਨ-ਰੱਖਿਅਕ ਦਵਾਈ ਵਾਂਗ ਫੌਰੀ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਸਤ ਹੋਇਆ ਆਦਮੀ ਮੁੜ ਸਾਵਾਂ, ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਉਰਜਾਵਾਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।"

ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਅਤਿਕਥਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਕਿਤਾਬ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਢਹਿੰਦੀ ਕਲਾ ਦੇ ਮਾਹੌਲ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੌਸਲਾ ਦੇ ਕੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਦੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਤੌਰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਅੱਜ ਪੁੰਜੀਵਾਦੀ ਸੋਚਾਂ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰੂਸਿਆ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖ ਕਿਤਾਬ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਗੰਭੀਰ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ :

**ਅੱਜ ਪਦਾਰਥਵਾਦ ਨੇ, ਕੀਤੀ ਸੋਚ ਖ਼ਰਾਬ।
ਐਯਾਸੀ ਵਿੱਚ ਆਦਮੀ, ਬੈਠਾ ਛੱਡ ਕਿਤਾਬ।**

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਮਨ ਨੂੰ ਤਸੱਲੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਸਰਵੇਖਣ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿੰਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਸੱਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤਾਬਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਾ ਸਿਰਫ ਰੋਗ-ਮੁਕਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਬਲਕਿ ਗਿਆਨਵਾਨ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਸੰਸਥਾ 'ਗਲੈਕਸੀ ਕ੍ਰਿਏਕ ਰੀਡਿੰਗ' ਨੇ ਲਿਵਰਪੁਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸਰਵੇ ਕਰਵਾਇਆ, ਜਿਸ ਅਨੁਸਾਰ 57 ਫੀਸਦੀ ਪਾਠਕਾਂ ਨੇ ਇਹ ਮੰਨਿਆ ਕਿ ਸਾਹਿਤ ਅਧਿਐਨ ਦੁਆਰਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨੀ ਵਿੱਚ ਉਸਾਰੂ ਬਦਲਾਓ ਆਇਆ ਹੈ। 68 ਫੀਸਦੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇਹ ਮੰਨਿਆ ਕਿ ਕਿਤਾਬਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ 'ਸੀਮਤ ਸੰਸਾਰ' ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਕੇ, ਉਹ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂਤਰਾਂ ਵਿਚ ਘੁੰਮ ਆਏ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਹੋਇਆ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਥਾਂ 'ਤੇ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਦੁੱਖ ਮੁੱਖ ਭੋਗ ਰਿਹਾ ਹੈ। 73 ਫੀਸਦੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਮੰਨਿਆ ਕਿ ਪੜ੍ਹਨ ਦੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਵਡਮੁੱਲਾ ਸੁਧਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਦਕਿ 65 ਫੀਸਦੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਨੋਦਿਸ਼ਾ ਢਹਿੰਦੀ ਕਲਾ ਵਿੱਚ ਸੀ, ਤਾਂ ਪੁਸਤਕ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਸਕਾਰਾਤਮ ਅਤੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੱਤੀ। ਅਜਿਹੇ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਤੋਂ ਸੱਚ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤਾਬਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦੀਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਹਨ, ਜਿੰਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤਾਜ਼ਾ ਗਿਆਨ ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਿਆਨਤਾ ਦਾ ਹਨੇਰਾ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ;

**ਬਿਨਾਂ ਕਿਤਾਬੋਂ ਘੱਟ ਹੀ, ਹਾਸਲ ਹੋਏ ਗਿਆਨ।
ਘੁੱਪ ਹਨੇਰਾ ਹੋਏ ਜਿਓ, ਘਰ, ਬਿਨ ਰੋਸ਼ਨਦਾਨ।**

ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂੰ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਅੰਦਰ ਕਿਤਾਬ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਜੇ ਤੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਬੂਤ ਸਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਨਾ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਇਥੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਖਰੀਦੋ ਫਰੋਖਤ ਵੇਲੇ, ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਵਾਈ ਦਹਾਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਪਰੀ ਇਕ ਘਟਨਾ ਅੱਜ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੇਤੇ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕੈਨੇਡਾ ਜਾਂਦਿਆਂ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ 'ਤੇ ਲੋੜੇਂ ਵੱਧ ਭਾਰ ਲਿਜਾ ਰਹੇ ਮੁਸਾਫਿਰਾਂ ਨੂੰ ਇਕ-ਇਕ ਕਰਕੇ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਕਸਟਮ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਏਅਰ ਲਾਈਨਜ਼ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਸਮਾਨ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਵਜ਼ਨ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ 'ਚ, ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਰੁਪਏ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਸਨ। ਬੱਸ ਫੇਰ ਕੀ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਏਅਰਪੋਰਟ 'ਤੇ 'ਮੋਤੀਆ ਬਾਜ਼ਾਰ' ਹੀ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੋਵੇ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੁਸਾਫਿਰ ਆਪਣੇ ਅਟੈਚੀ ਖੋਲ ਰਹੇ ਸਨ ਤੇ ਵਾਧੂ ਸਮਾਨ ਕੱਢ ਰਹੇ ਸਨ। ਹੈਰਾਨੀ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸੀ ਕਿ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਬੈਗ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨਾਲ ਭੁੰਨੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਆਦਮੀਆਂ ਦੇ ਕੋਟ-ਪੈਂਟਾਂ ਸਣੇ, ਇਸਤਰੀਆਂ ਦੇ ਸੂਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦਰਜਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਪ ਰਹੀ ਸੀ। ਵੱਡਾ ਦੁੱਖ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਕ-ਔਏ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ, ਕਿਸੇ ਦੇ

2025 ਦੀਆਂ ਬਰੂਹਾਂ 'ਤੇ

ਆਓ, 'ਕਿਤਾਬ ਸੱਭਿਆਚਾਰ' ਦੇ ਪਾਂਧੀ ਬਣੀਏ!



ਸਮਾਨ 'ਚ 'ਕਿਤਾਬ' ਨਾਂਅ ਦੀ ਸ਼ੈਅ ਸ਼ਾਮਿਲ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਭਲੇ-ਪੁਰਖ ਨੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾ ਕੇ, ਕੁਝ ਪੁਸਤਕਾਂ ਖਰੀਦੀਆਂ ਵੀ ਸਨ, ਤਾਂ ਸਮਾਨ ਵਧਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ, ਅਟੈਚੀਆਂ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਦੇ ਲਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਹੀ ਚੋਣ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ। ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਸੱਖਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਲੱਭੇ ਅਟੈਚੀ, ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੂੰਹ ਬੋਲਦੀ ਤਸਵੀਰ ਜਾਪ ਰਹੇ ਸਨ।

ਕਿਤਾਬ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹਾਨ ਸਰਮਾਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਨਾ-ਗੁਆਚਣ ਯੋਗ ਅਨਮੋਲ ਗਹਿਣਾ ਹੈ, ਪਰ ਪੰਜਾਬੀ ਕਿਤਾਬ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਵਿਹੂਣੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚ ਵਸਦੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਹਰ ਵਰ੍ਹੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਤਨ ਆ ਕੇ, ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਏ ਖਰਚਦੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਝੁਰਮਟ ਲੀੜੇ-ਲੱਤਿਆਂ ਦੀ ਮੰਡੀ 'ਚ ਤਾਂ ਠਾਠਾਂ ਮਾਰਦਾ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗਾ, ਪਰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ 'ਤੇ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਪੰਜਾਬੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪੁੱਜੇਗਾ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪੰਜਾਬੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਵਿਰਾਸਤ, ਭਾਸ਼ਾ ਤੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਸੱਖਣੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਕਾਰਨਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬੀ ਚਾਹੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚੋਂ ਆਉਣ ਜਾਂ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਅੰਦਰ 'ਬੀਅਰ ਬਾਰ' ਤਾਂ 'ਆਮ' ਮਿਲ ਜਾਵੇਗੀ, ਪਰ 'ਲਾਇਬਰੇਰੀ' ਕਿਸੇ 'ਖਾਸ' ਘਰ 'ਚ ਹੀ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗੀ। 'ਪਿਆਓ-ਪੀਓ ਐਸ਼ ਕਰੋ ਮਿੱਤਰੋ' ਵਾਲਾ ਸੁਭਾਅ ਸਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਤੋਂ ਕੋਹਾਂ ਦੂਰ ਲਿਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਫਕਿਰਮੰਦੀ ਦੀ ਗੱਲ ਬਾਜ਼ਾਰ ਦੀ ਇਸਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਦੀ ਵੀ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਬਾਜ਼ਾਰ 'ਚ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਨਹੀਂ। ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਦਿਵਾਲੀਏਪਣ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ "ਘਰ ਦੀ ਸ਼ਰਾਬ ਹੋਵੇ" ਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਗਾਇਕ ਨੂੰ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਮਾਣ ਕਹਿ ਕੇ ਸਨਮਾਨਿਆ, ਪਰ "ਹੱਥ ਚ ਕਿਤਾਬ ਹੋਵੇ" ਗਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਸਨਮਾਨ ਤੇ ਬਣਦਾ ਸਬਾਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਤਾਂ ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ;

**ਬੌਧਿਕ ਗਿਆਨ ਵਧਾਉਣ ਨੂੰ, ਮਿਲਦੀ ਨਹੀਂ ਕਿਤਾਬ।
ਨਸ਼ਿਆਂ ਤਾਈਂ ਫੈਲਾਉਣ ਨੂੰ, ਘਰ ਘਰ ਮਿਲੇ ਸ਼ਰਾਬ।**

'ਪੁਸਤਕਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ' ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾਈ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮੀ ਵਿਖਾਉਣੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਅੰਦਰ ਅਦਾਰਾ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ ਵਡਮੁੱਲਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਹਰ ਜਲ੍ਹੀ ਅੰਦਰ ਭਾਸ਼ਾ ਮਹਿਕਮੇ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ ਹੈ ਤੇ ਜਿਲ੍ਹਾ ਭਾਸ਼ਾ ਅਫ਼ਸਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਬੱਸ ਅੱਡਿਆਂ, ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਤੇ ਹੋਰ ਜਨਤਕ ਥਾਂਵਾਂ 'ਤੇ ਬੋਰਡ ਲਾ ਕੇ, ਚੰਗੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਮੁੱਖ ਰਖਦਿਆਂ ਜੇਕਰ ਇਹ ਅਦਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ, ਤਾਂ ਯਕੀਨਨ ਤੌਰ ਤੇ ਪਾਠਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਚੋਖਾ ਵਾਧਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿਤਾਬ ਘਰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਵਨੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਪਿੱਛੇ ਜਿਹੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਨੀਪੈਂਗ ਵਿੱਚ 'ਨਵ ਸਵੇਰ ਕਿਤਾਬ ਘਰ' ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਕੇ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਕਾਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰੀ ਵਿੱਚ ਖਾਲਸਾ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਅਤੇ ਟੋਰਾਂਟੋ, ਐਲਬਰਟਾ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਉਪਰਾਲੇ ਹੋਣੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਬਾਜ਼ਾਰਾਂ ਨਾਲੋਂ 'ਮੋਬਾਇਲ ਲਾਇਬਰੇਰੀ' ਦੀ ਵੱਧ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿ ਅਗਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦੀ ਮੂਲ ਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂੰ ਹੋ ਸਕੇ। ਕਿਤਾਬਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਵਧਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਚੰਗੇ 'ਪੈਕੇਜ' ਬਣਾਏ ਜਾਣ, ਜਿਸ ਅਧੀਨ ਕੀਮਤੀ ਸਾਹਿਤਕ ਰਚਨਾਵਾਂ ਖਰੀਦਣ 'ਤੇ ਕੁਝ ਗਿਆਨ-ਵਧਾਊ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ। ਪੁਸਤਕਾਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵੰਡੀਆਂ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਕਿ ਪਾਠਕ ਵਰਗ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕੇ। ਪੰਜਾਬ ਅੰਦਰ ਜਿਹੜਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ, ਨਗਰ ਜਾਂ ਪਿੰਡ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਸਫਲ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਕਿ ਹੋਰਨਾਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਚਾਅ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਅਜਿਹਾ ਕਾਰਜ ਹੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਤੇ ਕਾਲਜ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਿਤਾਬ ਵਰਗਾ ਤੋਹਫਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਅਸੀਂ ਨਵੇਂ ਵਰ੍ਹੇ, ਜਨਮ ਦਿਨ, ਵਿਆਹ-ਸ਼ਾਦੀ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਹਾੜੇ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਆਦਿ ਮੌਕੇ ਖਾਣ

- ਪੀਣ ਜਾਂ ਪਹਿਨਣ ਲਈ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਭੋਂਟ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ ਭੇਟਾ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਤੰਗ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ, ਜਦ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਯਾਦਗਾਰੀ ਸੰਗਤ ਪੁਸਤਕ ਹੀ ਕਹੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸਫ਼ਰ 'ਚ ਉਹ ਘੜੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਅਭੁੱਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਵਿਆਹ ਮੌਕੇ ਅਨੇਕਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤੋਹਫਿਆਂ ਨਾਲੋਂ, ਬਲਜੀਤ ਦੀ ਭੋਂਟ ਕੀਤੀ 'ਸ਼ਿਵ ਕੁਮਾਰ ਬਟਾਲਵੀ' ਦੇ ਸੰਪੂਰਨ ਕਾਵਿ ਰਚਨਾ ਵਧੇਰੇ ਕੀਮਤੀ ਹੋ ਨਿਬੜੀ। ਕੈਨੇਡਾ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਬੈਗ 'ਚ ਟਿਕਾਏ ਹੋਰ ਸਾਮਾਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਗ੍ਹਾ, ਉਸ ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਹੀ ਸੀ। ਮਗਰੋਂ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਕੈਨੇਡਾ ਪਰਤਦਿਆਂ ਹਰ ਗੋੜ੍ਹੇ ਦਰਜਨਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨਾਲ ਲਿਆਉਣ ਅਤੇ ਸੰਗੀਆਂ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਮੰਗਵਾਉਣ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਕਾਰਨ, ਪੰਜਾਬ ਵਾਂਗ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚਲੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਹਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਸਿੰਗਾਰ ਬਣ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਜੇ ਖਰੀਦੋ-ਫਰੋਖਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਮਾਨ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਤੁਲਨ ਹੀ ਕਾਇਮ ਕਰ ਲੈਣ, ਤਾਂ ਵੀ ਗਿਆਨ ਦੀ ਲਹਿਰ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਕਬੂਲਦਿਆਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੁਸਤਕਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਹਲੂਣਾ ਮਿਲੇਗਾ।

ਜਿਸ ਦਿਨ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਅੰਦਰ 'ਕਿਤਾਬ ਸੱਭਿਆਚਾਰ' ਪੈਦਾ ਹੋ ਗਿਆ, ਉਸ ਦਿਨ ਗਿਆਨ ਦੇ ਸੂਰਜ ਦੇ ਮਘਣ ਨਾਲ, ਮਨ ਦਾ ਵਿਹੜਾ ਸਚਮੁੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਾਨ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਦਿਹਾੜਾ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਸੁਨਹਿਰੀ ਸਮਾਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਆਓ! ਪੰਜਾਬੀਓ, ਨਵੇਂ ਵਰ੍ਹੇ 'ਤੇ ਨਵਾਂ ਸੰਕਲਪ ਲੈ ਕੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਛੇਵਾਂ ਦਰਿਆ ਬੰਦ ਕਰਕੇ, ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਗਿਆਨ ਰੂਪੀ ਦਰਿਆ ਦੇ ਵਹਿਣ ਦੇਸ਼-ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚ ਵਹਾ ਦਈਏ। ਕਿਤਾਬ ਇਨਕਲਾਬ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਸਵਾਲ ਕਰੀਏ ;

**'ਘਰ-ਘਰ ਅੰਦਰ 'ਬਾਰ' ਕਿਉਂ, ਕਿਸਮੋਂ-ਕਿਸਮ ਸ਼ਰਾਬ।
ਆਪਾਂ ਕੌਮ ਹਾਂ ਸ਼ਬਦ ਦੀ, ਕਿੱਥੇ ਗਈ ਕਿਤਾਬ ?'**

ਇਹ ਸੌ ਫੀਸਦੀ ਸਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਕੌਮ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਵਡਭਾਗੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਨੇ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਰੂਹਾਨੀ ਮਕਸਦ ਬਿਆਨਦੇ ਹੋਇਆਂ, ਸਾਨੂੰ ਸੱਚ ਹੱਕ ਅਤੇ ਇਨਸਾਫ ਦਾ ਸਬਕ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦੇ ਸ਼ਬਦ "ਆਸਾ ਮਹਲਾ ਪਹਿਲਾ ਚਉਪਦੇ॥ ਵਿਦਿਆ ਵੀਚਾਰੀ ਤਾਂ ਪਰਉਪਕਾਰੀ॥ (ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਅੰਗ 356) ਭਾਵ ਵਿਦਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਭਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਵਿਦਿਆ ਪਾ ਕੇ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ ਤਾਂ ਹੀ ਸਫਲ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਅੰਦਰ ਪਰਉਪਕਾਰ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਉਂ ਹੀ ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ, "ਸਤੀ ਪਹਰੀ ਸਤੁ ਭਲਾ ਬਹੀਐ ਪੜਿਆ ਪਾਸਿ॥ (ਸਲੋਕ ਮ ਦੂਜਾ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅੰਗ : 146) ਭਾਵ ਸੱਤ ਪਹਰ ਭਲਾ ਆਚਰਨ ਬਣਾਓਣ ਲਈ, ਪੜ੍ਹਿਆਂ -ਲਿਖਿਆਂ ਭਾਵ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਪਾਸ ਬੈਠਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰਿਆ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਇਹ ਗੱਲ ਵੀ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਉਹ ਰੂਪ ਜਿਹੜਾ ਲਭ, ਲੋਭ ਅਤੇ ਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੇ ਖੰਡਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। "ਪੜਿਆ ਮੂਰਖੁ ਆਖੀਐ, ਜਿਸੁ ਲਭੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰਾ॥" (ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਅੰਗ 140) ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ "ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਪੜਿਆ॥ ਤੇਤਾ ਕੜਿਆ॥" (ਅੰਗ 467) ਜਾਂ "ਪੜਿਆ ਹੋਵੈ ਗੁਨਹਗਾਰੁ, ਤਾ ਓਮੀ ਸਾਧੁ ਨ ਮਾਰੀਐ॥" (ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਅੰਗ 469) "ਪੜਿ ਪੜਿ ਲੂਝਹਿ ਬਾਦੁ ਵਖਾਣਹਿ, ਮਿਲਿ ਮਾਇਆ ਸੁਰਤਿ ਗਵਾਈ॥" (ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅੰਗ :1131)

**'ਆਸਾ ਕੀ ਵਾਰ' ਵਿਚਲੇ ਸਲੋਕ, ਸਲੋਕੁ ਮ ਪਹਿਲਾ ॥
"ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀ ਲਈਅਹਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਭਰੀਅਹਿ ਸਾਬ ॥
ਪੜਿ ਪੜਿ ਬੋੜੀ ਪਾਈਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀਅਹਿ ਖਾਤ ॥
ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਬਰਸ ਬਰਸ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਮਾਸ ॥
ਪੜੀਐ ਜੇਤੀ ਆਰਜਾ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਸਾਸ ॥
ਨਾਨਕ ਲੇਖੈ ਇਕ ਗਲ ਹੋਰੁ ਹਉਮੈ ਝਖਣਾ ਝਾਖ ॥"**

(ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਅੰਗ 467)

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਫਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਇਤਨੀਆਂ ਪੋਥੀਆਂ ਪੜ੍ਹ ਲਈਏ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਈ ਗੱਡੀਆਂ ਭਰ ਲਈਆਂ ਜਾ ਸਕਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਢੇਰਾਂ ਦੇ ਢੇਰ ਲਗਾਏ ਜਾ ਸਕਣ, ਜੇ ਇਤਨੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਪੜ੍ਹ ਲਈਏ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਇਕ ਬੋੜੀ ਭਰੀ ਜਾ ਸਕੇ, ਕਈ ਖਾਤੇ ਪੂਰੇ ਜਾ ਸਕਣ, ਜੇ ਪੜ੍ਹ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਸਾਲ ਗੁਜ਼ਾਰੇ ਜਾਣ, ਜੇ ਪੜ੍ਹ-ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਾਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਹੀਨੇ ਬਿਤਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ; ਜੇ ਪੁਸਤਕਾਂ ਪੜ੍ਹ-ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਗੁਜ਼ਾਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏ, ਜੇ ਪੜ੍ਹ-ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਚਾਹੇ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੁਆਸ ਹੀ ਪੜ੍ਹਾਈ 'ਤੇ ਲਗਾ ਦੇਵੇ। ਇੱਥੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ "ਨਾਨਕ ਲੇਖੈ ਇੱਕ ਗਲ ਹੋਰੁ ਹਉਮੈ ਝਖਣਾ ਝਾਖ॥" ਭਾਵ ਹੋ ਮਨੁੱਖ! ਤੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤਾਂ ਕੀਤੀ, ਪਰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਅਸਲ ਮਕਸਦ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ 'ਚ ਹਉਮੈ-ਵਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪੱਠੇ ਪਾਏ ਤੇ ਝੱਖ ਹੀ ਮਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਖੰਡਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ, ਬਲਕਿ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਸੱਚੇ ਸੁੱਚੇ ਇਲਾਹੀ ਮਕਸਦ ਤੋਂ ਬੇਮੁਖ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸੇਧ ਰਹੇ ਹਨ। ਮੁਕਦੀ ਗੱਲ, ਨਵੇਂ ਵਰੇ ਦੀਆਂ ਬਰੂਹਾਂ 'ਤੇ ਖੜ ਕੇ ਜੇਕਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਅਸੀਂ ਆਤਮਸਾਤ ਕਰ ਲਈਏ, ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਬਦਲ ਜਾਵੇਗਾ :

**ਵਿਦਿਆ ਵੀਚਾਰੀ ਤਾਂ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ॥
{ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਅੰਗ : 356}**

ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਮੁੱਢਲੀ (ਰਜਿ.)
ਐਸਫੋਰਡ, ਕੈਨੇਡਾ

ਲਿਖਤ : ਸਰਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੈਕਰਮੈਂਟੋ

ਸਿੱਖ ਮਾਨਸਿਕਤਾ 'ਚ ਘਰ ਕਰ ਚੁੱਕੀਆਂ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਭਾਵੇਂ ਅੱਜ ਤੋਂ 348 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾ ਇਕੋ ਦਿਨ ਹੀ ਆਈਆਂ ਸਨ ਪਰ ਹਰ ਸਾਲ ਅਜੇਹਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਤਾਰੀਖ 23 ਪੋਹ, ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ (Solar) ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਪੋਹ ਸੂਦੀ 7, ਚੰਦਰ ਸੂਰਜੀ (Luinsolar) ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋ ਤਾਰੀਖਾਂ 'ਚ ਇਕ ਤਾਰੀਖ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਸਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ, ਕਿਸੇ ਬਿਗਾਨੇ ਵੱਲੋਂ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਸਾਡੇ ਧਾਰਮਿਕ ਮੁਖੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਹੀ ਖੜੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਆਓ, ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂ ਰਹੀ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਮੁਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੀਏ।

ਕੈਲੰਡਰ ਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਅਰੰਭ ਵੀ, ਇਸ ਧਰਤੀ ਤੇ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਹੋਸ਼ ਸੰਭਾਲਣ ਨਾਲ ਹੀ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਦਿਨ ਦੇ ਚਾਨਣ ਅਤੇ ਰਾਤ ਦੇ ਅੰਧੇਰੇ ਦਾ ਹੀ ਪਤਾ ਸੀ। ਖਿਆਲ ਕਰੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਸਿਆਣੇ ਨੇ ਚੰਦ ਦੇ ਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਪੁੰਨਿਆ ਤੱਕ ਚਾਨਣੇ ਪੱਖ (ਸੂਦੀ ਪੱਖ) ਅਤੇ ਪੁੰਨਿਆ ਤੋਂ ਮੱਸਿਆ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਪੱਖ (ਵਦੀ ਪੱਖ) ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਕੇ ਕੈਲੰਡਰ ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੰਨਿਆਂ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕਿੰਨੀ ਇਨਕਲਾਬੀ ਤਬਦੀਲੀ ਆਈ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਚੰਦ ਅਧਾਰਤ ਕੈਲੰਡਰ ਹੀ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਇਆ ਸੀ। ਜਿਓ-ਜਿਓ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਤਰੱਕੀ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਮੌਸਮਾਂ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਸੂਰਜੀ ਕੈਲੰਡਰ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆ ਗਏ। ਅੱਜ ਵੀ ਚੰਦ ਅਧਾਰਤ ਕੈਲੰਡਰ ਦਾ ਸੁੱਧ ਰੂਪ ਹਿਜਰੀ ਕੈਲੰਡਰ, ਇਸਲਾਮ ਧਰਮ ਵਿਚ ਪ੍ਰਚੱਲਤ ਹੈ। ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ ਵਿਚ ਚੰਦਰ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਪ੍ਰਚੱਲਤ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਚੰਦਰ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ, ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਅਤੇ ਸੀ: ਈ: ਕੈਲੰਡਰ ਪ੍ਰਚੱਲਤ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਕੋਈ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਫਿਰ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਧਰਮ ਨਾਲ ਗੂੜਾ ਸਬੰਧ ਹੈ। ਕੈਲੰਡਰ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਵ ਤਾਂ ਸਮੇਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ-ਮਿਣਤੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕੌਮ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦਿਹਾੜਿਆਂ ਦੀ ਸਹੀ ਨਿਸ਼ਾਨ ਦੇਹੀ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਧਰਤੀ ਆਪਣੇ ਧੁਰੇ ਤੇ ਦੁਵਾਲੇ ਹੈ ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਚੱਕਰ, 24 ਘੰਟੇ ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੈਲੰਡਰ 'ਚ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕ ਦਿਨ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਸੂਰਜ ਦੇ ਦੁਵਾਲੇ ਵੀ ਘੁੰਮਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਚੱਕਰ 365.2422 ਦਿਨ (365 ਦਿਨ, 5 ਘੰਟੇ, 48 ਮਿੰਟ ਅਤੇ 45 ਸੈਕੰਡ) ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਮੌਸਮੀ/ਰੁੱਤੀ ਸਾਲ (ਠਰੋਪਿਚਰਿਲੋ ਏਰਿਰ) ਸਾਲ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਚੰਦ ਧਰਤੀ ਦੇ ਦੁਵਾਲੇ ਘੁੰਮਦਾ ਹੈ ਇਹ ਚੱਕਰ 354.37 ਦਿਨ (354 ਦਿਨ, 8 ਘੰਟੇ, 52 ਮਿੰਟ ਅਤੇ 48 ਸੈਕੰਡ) ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਭਾਵ ਚੰਦ ਦਾ ਇਕ ਸਾਲ ਮੌਸਮੀ ਸਾਲ ਤੋਂ ਲੱਗ-ਭੱਗ 11 ਦਿਨ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਜੇ ਹਿਜਰੀ ਕੈਲੰਡਰ ਵਾਂਗੂ ਹੀ ਸਾਰੇ ਦਿਹਾੜੇ ਮਨਾਏ ਜਾਣ ਤਾਂ ਹਰ ਸਾਲ ਉਹ ਦਿਹਾੜਾ ਪਹਿਲੇ ਸਾਲ ਨਾਲੋਂ 11 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾ ਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ 33 ਸਾਲ ਪਿਛੋਂ ਮੁੜ ਉਸੇ ਤਾਰੀਖ ਦੇ ਨੇੜੇ-ਤੇੜੇ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। (ਸੂਰਜ ਦੇ 33 ਸਾਲ=ਚੰਦ ਦੇ 34 ਸਾਲ) ਜਿਵੇਂ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜਾ ਪੋਹ ਸੂਦੀ 7, 2013 ਸੀ: ਈ: ਵਿਚ 6 ਮਾਘ/18 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਸਾਲ ਇਹ ਦਿਹਾੜਾ, ਇਸ ਤੋਂ 11 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾ ਭਾਵ 24 ਪੋਹ/7 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਆਵੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਅਗਲਾ ਗੁਰਪੁਰਬ 13 ਪੋਹ/28 ਦਸੰਬਰ 2014 ਨੂੰ ਆਵੇਗਾ। ਭਾਵ 2014 ਵਿਚ ਇਹ ਗੁਰਪੁਰਬ ਦੋ ਵਾਰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਲੇਖਕ : ਕੰਵਲਜੀਤ ਕੌਰ ਵਿੱਲੋਂ

ਸੰਪਰਕ : 94787-93231

ਜਦੋਂ ਵੀ ਕਦੀ ਹਰ ਛੋਟੇ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੀ ਹੈਸੀਅਤ ਮੁਤਾਬਕ ਦਾਨ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਸੋਚਦਾ ਹੈ। ਸਿਆਣਿਆ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਵੇਖ ਕੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਅਤੇ ਹੈਸੀਅਤ ਵੇਖ ਕੇ ਦਾਨ। ਪਰੰਤੂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੋਚਿਆ ਉਸ ਰਹਿਬਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕੌਮ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣਾ ਸਰਬੰਸ ਦਾਨ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆ। ਕਲਯੁੱਗ ਦੇ ਮਹਾਨ ਰਹਿਬਰੀ ਪੁਰਸ਼ ਕਲਮ ਅਤੇ ਤਲਵਾਰ ਦੇ ਧਨੀ ਸਾਹਿਬੇ ਕਮਾਲ , ਸਰਬੰਸਦਾਨੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਸਨ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਮਹਾਨ ਇਨਸਾਨ । ਦਸਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ 1666 ਈ : ਨੂੰ ਪਿਤਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਤੇ ਮਾਤਾ ਗੁਜਰੀ ਜੀ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਖੇ ਪਟਨਾ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਹੋਇਆ । ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਅਲੌਕਿਕ ਰੂਪ ਦਾ ਪਤਾ ਤਾਂ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਲੱਗ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਆਪ ਨੇ ਸਈਅਦ ਪੀਰ ਭੀਖਮ ਸ਼ਾਹ ਦੁਆਰਾ ਲਿਆਏ ਦੋਹਾਂ ਕਟੌਰਿਆਂ ਤੇ ਦੋਵੇਂ ਹੱਥ ਰੱਖ ਕੇ ਸਰਬ - ਸਾਂਝੀਵਾਲਤਾ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। 9 ਸਾਲ ਦੀ ਬਾਲ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਮਜ਼ਲੂਮਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨ ਹੋਣ ਲਈ ਤੌਰਨਾ ਵੀ ਕਿਸੇ ਆਮ ਬਾਲਕ ਦੇ ਵੱਸ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਸੀ।

ਸਾਹਿਬੇ ਕਮਾਲ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ

ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਪਰ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸਿੰਘ ਸਜਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ 13 ਅਪ੍ਰੈਲ 1699 ਈ: ਨੂੰ ਸ੍ਰੀ ਕੇਸਗੜ੍ਹ ਦੀ ਪਾਵਨ ਧਰਤੀ ਤੇ ਦੀਵਾਨ ਸਜਾਏ ਅਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚੇ ਹੋਏ ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਕੋਲੋਂ ਸੀਸ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ । ਸੀਸ ਦੇਣ ਲਈ ਤੱਤਪਰ ਹੋਏ ਪਹਿਲੇ ਪੰਜ ਸ਼ਰਧਾਲੂ ਖੰਡੇ ਬਾਟੇ ਦੀ ਪਾਹੁਲ ਲੈ ਕੇ ਪੰਜ ਪਿਆਰੇ ਅਖਵਾਏ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਬਾਟੇ ਵਿੱਚੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕਾ ਕੇ ਉਚ -ਨੀਚ ਦੇ ਭੇਦ ਭਾਵ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ' ਮਾਨਸ ਕੀ ਜਾਤ ਸਭੈ ਏਕੋ ਪਹਿਚਾਬੋ ' ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਹਾਮਣੇ ਲਿਆਂਦਾ । ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਈ ਦਇਆ ਸਿੰਘ , ਭਾਈ ਧਰਮ ਸਿੰਘ , ਭਾਈ ਹਿੰਮਤ ਸਿੰਘ , ਭਾਈ ਮੋਹਕਮ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਸਿੰਘ ਜੀ ਸਨ। ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਕੋਲੋਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਆਪ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕਿਆ ਅਤੇ ਗੋਬਿੰਦ ਰਾਏ ਤੋਂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸੱਜ ਗਏ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ ਕੋਲੋਂ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛੱਕ 'ਆਪੇ ਗੁਰ ਚੇਲਾ' ਦੇ ਕਥਨ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕਰ ਵਿਖਾਇਆ।

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਸੰਤ ਸਨ ਉਥੇ ਇੱਕ ਸਿਪਾਹੀ ਵੀ ਸਨ। ਉਹ ਇੱਕ ਮਹਾਨ ਯੋਧਾ ਵੀ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਮਜ਼ਲੂਮਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਲੜਾਈਆਂ ਲੜੀਆਂ । ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਲੜਾਈ , ਭੰਗਾਣੀ ਦਾ ਯੁੱਧ, ਚਮਕੌਰ ਦੀ ਲੜਾਈ ਅਤੇ ਖਿਦਰਾਣੇ ਦੀ ਢਾਬ (ਮੁਕਤਸਰ) ਦੀਆਂ ਲੜਾਈਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹਨ। ਸਰਸਾ ਨਦੀ ਪਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਆਪ ਦਾ ਸਾਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਆਪ ਤੋਂ ਵਿਛੜ ਗਿਆ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਵੱਡੇ ਸਹਿਬਜ਼ਾਦੇ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਜੁਝਾਰ ਸਿੰਘ ਚਮਕੌਰ ਦੀ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਸਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸਰਹੰਦ ਦੇ ਨਵਾਬ ਵਜ਼ੀਰ ਖਾਂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਊਂਦੇ ਜੀਅ ਨੀਹਾਂ ਵਿੱਚ ਚਿਣਵਾਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਮਾਤਾ ਗੁਜਰੀ ਜੀ ਵੀ ਸਰਹੰਦ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸ਼ਹੀਦੀ ਪਾ ਗਏ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਭਲਾਈ ਅਤੇ ਮਜ਼ਲੂਮਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਰਬੰਸ

23 ਪੋਹ ਬਨਾਮ ਪੋਹ ਸੂਦੀ 7

ਇਸ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਤਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਅਗਲਾ ਗੁਰਪੁਰਬ 3 ਪੋਹ/17 ਦਸੰਬਰ 2015 ਨੂੰ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਪਰ ਨਹੀਂ! ਹੁਣ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜਾ 3 ਮਾਘ/16 ਜਨਵਰੀ 2016 ਨੂੰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਜੇਹਾ ਕਿਉਂ?

ਚੰਦ ਦਾ ਸਾਲ, ਸੂਰਜੀ ਸਾਲ ਨਾਲੋਂ ਇਕ ਸਾਲ 'ਚ 11 ਦਿਨ, ਦੋ ਸਾਲ 'ਚ 22 ਦਿਨ ਪਿਛੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਸ ਨੂੰ ਸੂਰਜੀ ਸਾਲ ਦੇ ਨੇੜੇ-ਤੇੜੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਇਕ ਹੋਰ ਮਹੀਨਾ ਜੋੜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, 2015 ਵਿਚ ਚੰਦ ਦੇ ਸਾਲ ਦੇ 13 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ 384 ਦਿਨ ਹੋਣਗੇ। 19 ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਚੰਦ ਦੇ 7 ਸਾਲ, 13 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। 2015 ਵਿਚ ਚੰਦ ਦੇ ਸਾਲ 'ਚ 13 ਮਹੀਨੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਜਿਹੜਾ ਦਿਹਾੜਾ 3 ਪੋਹ/17 ਦਸੰਬਰ 2015 ਨੂੰ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ ਹੁਣ ਉਹ 2016 ਵਿਚ 3 ਮਾਘ/16 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਆਵੇਗਾ। 2015 ਸੀ. ਈ. ਵਿਚ ਇਹ ਦਿਹਾੜਾ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗਾ। ਹੁਣ ਫੇਰ ਚੰਦ ਦੇ ਸਾਲ ਲੰਬਾਈ ਮੁਤਾਬਕ ਗੁਰਪੁਰਬ 11 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾ ਭਾਵ 22 ਪੋਹ/5 ਜਨਵਰੀ 2017 ਨੂੰ ਆਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਅੱਗਲਾ 11 ਪੋਹ/25 ਦਸੰਬਰ 2017 ਨੂੰ । ਇਹ ਹੈ ਚੰਦਰ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦਾ ਕਮਾਲ।

ਜਿਸ ਦਿਨ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੋਇਆ ਸੀ ਉਸ ਦਿਨ ਚੰਦਰ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਪੋਹ ਸੂਦੀ 7 ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ 23 ਪੋਹ ਵੀ ਸੀ। ਸਾਲ ਦੇ ਦਿਨਾਂ 'ਚ 11 ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਅੰਤਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ, ਹਰ ਸਾਲ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ। 1666 ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ 1685 ਵਿਚ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਆਈਆਂ ਸਨ। ਪਿਛਲੀ ਸਦੀ ਵਿਚ ਸਿਰਫ 4 ਵਾਰੀ (1903, 49, 68, 87) ਇਕੱਠੀਆਂ ਆਈਆਂ ਸਨ। ਅਸੀਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜਾ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਵਾਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਦੇ ਇਕੱਠੀਆਂ ਆਉਣ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਸੋ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਦੋਵਾਂ 'ਚ ਇਕ ਤਾਰੀਖ ਦੀ ਚੋਣ ਹੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

ਹੁਣ ਸਵਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਅਸੀਂ ਇਹ ਦਿਹਾੜਾ ਪੋਹ ਸੂਦੀ 7 ਦੀ ਬਜਾਏ 23 ਪੋਹ ਨੂੰ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਨਹੀਂ! ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਲਾਭ ਹੀ ਲਾਭ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਵਦੀ-ਸੂਦੀ ਦੇ ਮੱਕੜ ਜਾਲ 'ਚ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। 23 ਪੋਹ ਹਰ ਸਾਲ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਮੁਤਾਬਕ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜਾ ਹਰ ਸਾਲ 23 ਪੋਹ/5 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਹੀ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਾਡਾ ਇਹ ਲਾਭ ਸ਼ਾਇਦ ਕਿਸੇ ਹੋਰ (?) ਲਈ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਧਾਰਮਿਕ ਮੁਖੀਆਂ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਲਾਭ ਨਾਲੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ (?) ਦੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸੰਭਾਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਜਿਆਦਾ ਫਿਕਰ ਹੈ।

ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਹ ਦਿਹਾੜਾ ਪੋਹ ਸੂਦੀ 7 ਦੀ ਬਜਾਏ 23 ਪੋਹ ਨੂੰ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਦਿਨ ਹਰ ਸਾਲ ਤਕਰੀਬਨ ਇਕ ਹੀ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਆਉਂਦਾ

ਹੈ। 1666 ਤੋਂ 1751 ਤੱਕ 23 ਪੋਹ ਜਿਆਦਾ ਸਾਲ 22 ਦਸੰਬਰ(ਯੂਲੀਅਨ) ਨੂੰ ਹੀ ਆਉਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਪਰ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦੇ ਫਰਕ ਕਾਰਨ ਕਦੇ-ਕਦੇ 21 ਜਾਂ 23 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਵੀ ਆਇਆ ਸੀ। 1752 ਵਿਚ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵੱਲੋਂ ਗਰੈਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦੇਣ ਕਾਰਨ 23 ਪੋਹ 2 ਜਨਵਰੀ ਦਿਨ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਸੀ। ਹੁਣ ਇਥੇ ਇਕ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਹੈ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਵਿਚ ਅੰਤਰ। 1964 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸਾਰੇ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਸੂਰਜੀ ਸਿਧਾਂਤ ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਲਾਗੂ ਸੀ। ਜਿਸ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 365. 2587 ਦਿਨ ਹੈ। ਮੌਸਮੀ ਸਾਲ ਤੋਂ ਇਸ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਲੱਗ ਭੱਗ 24 ਮਿੰਟ ਵੱਧ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਸ 'ਚ ਮੌਸਮੀ ਸਾਲ ਨਾਲ 60 ਸਾਲ ਵਿਚ ਇਕ ਦਿਨ ਦਾ ਫਰਕ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। 1964 ਵਿੱਚ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇਸ 'ਚ ਸੋਧ ਕਰਨ ਉਪ੍ਰੰਤ ਦ੍ਰਿਗਗਿਣਤ ਸਿਧਾਂਤ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਇਆ ਜਿਸ ਮੁਤਾਬਕ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 365. 2563 ਦਿਨ ਹੈ। ਦ੍ਰਿਗਗਿਣਤ ਸਿਧਾਂਤ ਮੁਤਾਬਕ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਲੱਗ ਭੱਗ 20 ਮਿੰਟ ਵੱਧ ਹੋਣ ਕਾਰਨ, ਹੁਣ ਇਹ 72 ਸਾਲਾਂ ਪਿਛੋਂ ਇਕ ਦਿਨ ਦਾ ਫਰਕ ਪਵੇਗਾ।

ਇਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਕਹਾਣੀ। ਜਦੋਂ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਇਹ ਫਰਕ ਤਾਂ ਵੱਧਦਾ ਹੀ ਰਹੇ ਗਾ ਤੇ ਸਾਡੇ ਧਾਰਮਿਕ ਦਿਹਾੜਿਆਂ ਦਾ ਸਬੰਧ ਮੌਸਮਾਂ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਕਿਉਂ ਨਾ ਆਪਣੇ ਕੈਲੰਡਰ ਨੂੰ ਮੌਸਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ? ਕਨੇਡਾ ਵਾਸੀ ਸ. ਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੁਰੇਵਾਲ ਵੱਲੋਂ ਬਣਾਏ ਗਏ ਕੈਲੰਡਰ ਤੇ, ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇਕ ਦਹਾਕੇ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਉਪ੍ਰੰਤ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ 2003 ਵਿਚ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਜਾਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। 2010 ਵਿੱਚ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਨੇ ਸੰਤ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਸੋਧਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਹੇਠ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦਾ ਹੁਲੀਆ ਵਿਗਾੜ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। 12 ਦਸੰਬਰ 2013 ਨੂੰ ਖ਼ਬਰ ਆਈ ਸੀ ਕਿ ਸੰਤ ਸਮਾਜ ਨੇ ਮੁੜ ਚੰਦਰ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਨੂੰ ਹੀ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਮੁਖ ਸੇਵਾਦਾਰ ਤਾਈ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਅਖ਼ਬਾਰੀ ਖ਼ਬਰਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਗਿਆਨੀ ਗੁਰਬਚਨ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਸੰਤ ਸਮਾਜ ਦੀ ਮੰਗ ਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਅੱਜ ਜੇ ਸੀ ਈ ਕੈਲੰਡਰ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਲਾਗੂ ਹੈ ਇਸ ਨੂੰ ਗਰੈਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਯੂਲੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਦਾ ਸੋਧਿਆ ਹੋਇਆ ਰੂਪ ਹੈ। ਯੂਲੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਵੀ ਸੂਰਜ ਅਧਾਰਤ ਸੀ ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 365.25 ਦਿਨ ਸੀ ਜੋ ਮੌਸਮੀ ਸਾਲ ਤੋਂ ਸਵਾ ਗਿਆਰਾਂ ਮਿੰਟ ਵੱਧ ਸੀ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਸ 'ਚ 128 ਸਾਲ ਵਿਚ 1 ਦਿਨ ਦਾ ਫਰਕ ਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਵਿਚ ਸੋਧ ਕੀਤੀ ਅਤੇ 1582 ਵਿਚ ਗਰੈਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਇਆ। (ਇੰਗਲੈਂਡ ਨੇ ਗਰੈਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਨੂੰ 1752 ਵਿਚ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ) ਗਰੈਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਦੇ ਸਾਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 365.2425 ਦਿਨ ਹੈ। ਇਹ ਮੌਸਮੀ ਸਾਲ ਦੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨੇੜੇ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਹ ਲੱਗ ਭੱਗ 3300 ਸਾਲ ਪਿਛੋਂ 1 ਦਿਨ ਦਾ ਫਰਕ ਪਾਵੇਗਾ। ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਵੀ 365.2425 ਦਿਨ ਹੈ। ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ ਮੁਤਾਬਕ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜਾ 23 ਪੋਹ ਹਰ ਸਾਲ 5 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਹੀ ਆਵੇਗੀ। ਹੁਣ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਪੂਰੇ ਵਿਸ਼ਵ 'ਚ ਫੈਲ ਚੁਕੀ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਨੇ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਸਾਨੂੰ ਮੌਸਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਕੈਲੰਡਰ, ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਸਦਾ ਵਾਸਤੇ ਇਕੋ ਹੀ ਰਹਿਣਗੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਚੰਦਰ ਸੂਰਜੀ ਬਿਕ੍ਰਮੀ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ, ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਹਰ ਸਾਲ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤਾਰੀਖਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ (?) ਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਹੀ ਪਵੇਗਾ।

ਵਾਰ ਕੇ ਸਰਬੰਸਦਾਨੀ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ।

ਗੁਰੂ ਜੀ ਇੱਕ ਉੱਘੇ ਸਹਿਤਕਾਰ ਵੀ ਸਨ, ਸਹਿਤ ਰਚਨਾ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਬਹੁਮੱਲਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ । ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਵੈ-ਜੀਵਨੀ ਨੂੰ ਕਲਮਬੱਧ ਕਰ 'ਬਚਿੱਤ੍ਰ ਨਾਟਕ 'ਦੀ ਰਚਨਾ ਕੀਤੀ। ਜਫ਼ਰਨਾਮਾ ਆਪ ਵੱਲੋਂ ਔਰਗਜੇਬ ਨੂੰ ਫ਼ਾਰਸੀ ਵਿੱਚ ਲਿੱਖੀ ਗਈ ਚਿੱਠੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਪੁ ਸਾਹਿਬ , ਚੰਡੀ ਦੀ ਵਾਰ ਆਪ ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਰਚਨਾ ਦੇ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਆਪ ਜੀ ਦੁਆਰਾ ਰਚਿਤ ਬਾਣੀ ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਦਾ ਆਖਰੀ ਸਮਾਂ ਨਾਂਦੇੜ (ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ) ਵਿੱਚ ਗੁਜ਼ਾਰਿਆ ਅਤੇ ਇਥੇ ਹੀ ਆਪ 1708 ਈ: ਨੂੰ ਜੋਤੀ - ਜੋਤਿ ਸਮਾਂ ਗਏ। ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਇੱਕ ਆਮ ਆਦਮੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਬਸਰ ਕੀਤਾ । ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਦੀ ਮਸਾਲ ਨਾ ਤਾਂ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹੈ ਤੇ ਨਾਂ ਹੀ ਕਦੇ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲੇਗੀ। ਉਹ ਇੱਕ ਪੂਰਨ ਇਨਸਾਨ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਗੁਜ਼ਾਰਿਆ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਪਾਵਨ ਜਨਮ ਦਿਹਾੜੇ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਸਭ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੁਆਰਾ ਪਾਏ ਗਏ ਪੂਰਨਿਆਂ ਤੇ ਚਲਣ ਦਾ ਪ੍ਰਣ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਚ ਨੀਚ ਅਤੇ ਜਾਤ ਪਾਤ ਦੇ ਭੇਦ ਭਾਵ ਨੂੰ ਮਿਟਾ ਕੇ ਸਰਬ-ਸਾਂਝੀਵਾਲਤਾ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕੋਨੇ ਕੋਨੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਨਿਰੋਏ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਵੀਹਵੀਂ ਸ਼ਤਾਬਦੀ ਦੇ ਅਕਾਲੀ ਆਗੂਆਂ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਸਰੋਕਾਰ

ਬਰਤਾਨਵੀ ਸ਼ਾਸਨ ਅਧੀਨ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਿੱਖ ਆਗੂਆਂ ਨੂੰ ਮੋਟੇ ਤੌਰ ਤੇ ਤਿੰਨ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਪ੍ਰਬੁੱਧ ਰਾਜੇ-ਮਹਾਰਾਜੇ, ਅਹਿਲਕਾਰਾਂ ਤੇ ਜਗੀਰਦਾਰਾਂ ਦੀ ਸੀ। ਦੂਸਰੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਮੱਧਵਰਗੀ ਜ਼ਮੀਂਦਾਰਾਂ ਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਤੀਸਰੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਕਿਰਤੀ ਕਿਰਸਾਨਾਂ ਤੇ ਪਰਚੂਨ ਦੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ/ਵਪਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੀ। ਪਹਿਲੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਸਿੱਖ ਆਗੂ ਮਹਾਰਾਜਾ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਸ਼ਾਸਨ ਕਾਲ ਦੇ ਕੁਲੀਨ ਵਰਗ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਕੁਝ ਆਗੂ ਇਹ ਸਨ: ਸੰਧਾਵਾਲੀਏ, ਮਜੀਠੀਏ, ਆਹਲੂਵਾਲੀਏ ਤੇ ਅਟਾਰੀਵਾਲੇ। ਬਰਤਾਨਵੀ ਹਕੂਮਤ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਘਰਾਣਿਆਂ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ (ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਜੀਠੀਆ, ਠਾਕਰ ਸਿੰਘ ਸੰਧਾਵਾਲੀਆ, ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਅਟਾਰੀਵਾਲਾ, ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਭਦੌੜ ਆਦਿ) ਨੂੰ ਸ਼ਾਸਨ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਂਤਕ ਦਰਬਾਰੀ ਅਤੇ ਵਾਇਸਰਾਇ ਦੇ ਦਰਬਾਰੀ, ਐਕਸਟ੍ਰਾ-ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਕਮਿਸ਼ਨਰ, ਆਨਰੇਰੀ ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ, ਤਹਿਸੀਲਦਾਰ ਥਾਪਿਆ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਾਇ ਸਰਦਾਰ ਬਹਾਦਰ ਦਾ ਖਿਤਾਬ ਦੇ ਕੇ ਨਿਵਾਜਿਆ। ਇਹ ਸਰਦਾਰ ਬਹਾਦਰ ਸਿੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ (ਸਿੰਘ ਸਭਾਵਾਂ, ਦੀਵਾਨ, ਚੀਫ਼ ਖਾਲਸਾ ਦੀਵਾਨ, ਵਿਦਿਅਕ/ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਸੰਗਠਨ) ਦੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸੁਧਾਰ ਲਹਿਰ, ਅਰਥਾਤ ਅਕਾਲੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਆਰੰਭ ਤਕ, ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਸਰਦਾਰ ਬਹਾਦਰ ਜਾਂ ਰਈਸ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆ ਚੁੱਕੇ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਾਮਵਰ ਸਿੱਖ ਆਗੂ ਇਹ ਸਨ: ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਜੀਠੀਆ, ਹਰਚੰਦ ਸਿੰਘ ਰਈਸ, ਬਾਬਾ ਖੜਕ ਸਿੰਘ ਰਈਸ, ਸਰਦਾਰ ਜੋਗਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਸਰਦਾਰ ਮੰਗਲ ਸਿੰਘ, ਸਰਦਾਰ ਗੱਜਣ ਸਿੰਘ, ਸਰਦਾਰ ਅਰੂੜ ਸਿੰਘ, ਮੰਗਲ ਸਿੰਘ ਰਾਮਗੜ੍ਹੀਆ ਆਦਿ।

ਉਪਰੋਕਤ ਕੁਝ ਸਰਦਾਰ ਤੇ ਰਾਏ ਬਹਾਦਰਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬਾਕੀ ਸਭ ਮਾਈ-ਬਾਪ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਖ਼ੈਰ-ਖਵਾਹ, ਅਰਥਾਤ ਸਰਕਾਰਪ੍ਰਸਤ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਕਿ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰਾ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਕੌਮ ਹੈ, ਇਹ ਕੇਵਲ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਫਤਰ ਛਾਇਆ ਅਧੀਨ ਹੀ ਵਧ-ਫੁਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਦਲੀਲ ਦੀ ਪ੍ਰੋੜਤਾ ਲਈ ਉਹ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦਿੰਦੇ ਸਨ। 20ਵੀਂ ਸ਼ਤਾਬਦੀ ਦੇ ਆਰੰਭ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਦੇਸ਼ਭਗਤੀ ਦੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੁਲੀਨ ਵਰਗ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਅਧੀਨ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅੰਦੋਲਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ। ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਮੱਥਾ ਲਾਉਣ ਨਾਲ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਅਤੇ ਰਾਜਨੀਤਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹੱਕਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਰਜਾ ਖੁੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਬਾਬਾ ਖੜਕ ਸਿੰਘ, ਹਰਚੰਦ ਸਿੰਘ ਰਈਸ ਅਤੇ ਸਰਦਾਰ ਮੰਗਲ ਸਿੰਘ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਬਰਤਾਨਵੀ ਹਕੂਮਤ ਅਧੀਨ ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਭਾਰਤ ਦਾ ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਾਂਝ, ਏਕਤਾ ਤੇ ਅਖੰਡਤਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਬਰਤਾਨਵੀ ਹਕੂਮਤ ਸਾਮੰਤਵਾਦੀ ਅਤੇ ਸਾਮਰਾਜਵਾਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੇ ਆਰਥਿਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਫਿਰਕਾਪ੍ਰਸਤੀ ਉੱਤੇ ਟਿਕੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਦਿਅਕ, ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਜਾਂ ਅਸਿੱਧੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਕੰਟਰੋਲ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਹਕੂਮਤ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਉਭਰ ਰਹੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਗਰਾਮ/ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਅੰਦੋਲਨਾਂ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਵਾਇਆ ਕਿ ਗਦਰ ਲਹਿਰ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਲਈ ਹਕੂਮਤ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ। ਸਰਬਰਾਹ ਅਰੂੜ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਗਦਰੀ ਬਾਬਿਆਂ ਨੂੰ ਅਸਿੱਖ ਐਲਾਨ ਕਰਵਾਇਆ ਸੀ। ਫਿਰ ਜੱਲੂਆਂ ਵਾਲਾ ਬਾਗ ਦੇ ਸਾਕੇ ਦੇ ਹਤਿਆਰੇ ਬ੍ਰਿਗੇਡੀਅਰ ਜਨਰਲ ਡਾਇਰ (ਆਰਜੀ) ਨੂੰ ਇਸ ਸਰਬਰਾਹ



ਬਾਬਾ ਖੜਕ ਸਿੰਘ

ਹੱਥੋਂ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਵਿਖੇ ਸਿਰੋਪਾਓ ਦਿਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਡਾਇਰ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦੇ ਇਨਕਲਾਬੀ ਵਿਰਸੇ ਦੀ ਤੋਹੀਨ ਕਰਨਾ ਸੀ।

ਬਾਬਾ ਖੜਕ ਸਿੰਘ (1867-1963) ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਸੀ। ਉਹ ਸਿਆਲਕੋਟ ਕਸਬੇ ਦਾ ਰਈਸ ਸੀ। ਉਸ ਦਾ ਪਿਤਾ ਰਾਏ ਬਹਾਦਰ ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਆਹਲੂਵਾਲੀਆ ਸਰਕਾਰੀ ਠੇਕੇਦਾਰ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗਪਤੀ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਾਜਨੀਤਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਰੰਭ ਉਦੋਂ ਹੋਇਆ ਜਦੋਂ ਉਹ ਸਿਆਲਕੋਟ ਮਿਊਂਸਿਪਲ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਅਤੇ ਇਸ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਬਣੇ। ਸਿੱਖ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਕਾਨਫਰੰਸ (1912) ਦੇ ਸਾਲਾਨਾ ਇਜਲਾਸ ਦੀ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਦੇ ਸਫਲ ਕੰਮ ਨਿਭਾਅ ਕੇ ਜਸ ਖੱਟਿਆ ਪਰ ਦੇਸ਼ਭਗਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਣਾਏ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਬਰਤਾਨਵੀ ਰਾਜ ਦੀ ਜੁਗੋ-ਜੁਗ ਅਟੱਲਤਾ ਦੇ ਮਤੇ ਦਾ ਸਖ਼ਤ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ। ਜਲ੍ਹਿਆਂਵਾਲਾ ਬਾਗ ਦੇ ਸਾਕੇ (13 ਅਪਰੈਲ 1919) ਨੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੂੰ ਹਕੂਮਤ ਦਾ ਕੱਟੜ ਵਿਰੋਧੀ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ।

1920 ਵਿੱਚ ਉਹ ਸੈਂਟਰਲ ਸਿੱਖ ਲੀਗ ਦਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ। ਸਿੱਖ ਲੀਗ ਦੇ ਰਾਜਨੀਤਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਦੇ ਅਹਿੰਸਾ ਨਾਮਿਲਵਰਤਨ ਲਹਿਰ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਨੇ ਚੀਫ਼ ਖਾਲਸਾ ਦੀਵਾਨ ਦੀ ਰਾਜਨੀਤਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਅਗਵਾਈ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। 1921 ਵਿੱਚ ਵਾਗਡੋਰ ਤੱਤੇ ਲੀਡਰਾਂ ਦੇ ਹੱਥ ਆ ਗਈ। ਬਾਬਾ ਖੜਕ ਸਿੰਘ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਚੁਣੇ ਗਏ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸੁਧਾਰ ਲਹਿਰ ਅਤੇ ਨਾਮਿਲਵਰਤਨ ਲਹਿਰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਪੂਰਕ ਹੋ ਗਏ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਦੀ ਹੈਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਚਾਬੀਆਂ ਦੇ ਮੋਰਚੇ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨੂੰ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਤੋਸ਼ਾਖਾਨੇ ਦੀਆਂ ਚਾਬੀਆਂ ਸੌਂਪਣ। ਫਲਸਰੂਪ ਬਾਬਾ ਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਸਾਰੇ ਸਿੱਖ ਜਗਤ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਈ। 1922 ਤੋਂ 1927 ਤਕ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਪੰਜ ਸਾਲ ਕੈਦ ਕੱਟੀ। ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਧਾਰੀ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਪੰਜ ਕਕਾਰ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਲਈ ਸਫਲ ਸੰਘਰਸ਼ ਕੀਤਾ। ਕਿਰਪਾਨਾਂ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਕਾਰਖਾਨੇ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਕਰਕੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਕੱਟਣੀ ਪਈ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਸਿਵਲ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਤਰਜਮਾਨ ਵਜੋਂ ਜਾਣੇ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪਏ।



ਮਾਸਟਰ ਤਾਰਾ ਸਿੰਘ

1922 ਵਿੱਚ ਉਹ ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਾਂਤਕ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਚੁਣੇ ਗਏ। 1927 ਵਿੱਚ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਸਾਈਮਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਸਿੱਖ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ, 1931 'ਚ ਡਸਕੇ ਦੇ ਮੋਰਚੇ ਵਿੱਚ ਕੈਦ ਕੱਟੀ, ਕਮਿਊਨਲ ਐਵਾਰਡ ਦਾ ਡਟ ਕੇ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਨਾਲ ਸਿਧਾਂਤਕ ਮਤਭੇਦ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਵੱਖਰਾ ਸੈਂਟਰਲ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਦੇ ਸਤਿਆਗ੍ਰਹਿ ਫਲਸਫ਼ੇ ਅਤੇ ਸਿਵਲ ਨਾਫਰਮਾਨੀ ਅੰਦੋਲਨ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕੀਤਾ। 1944 ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵੰਡ ਦੀ ਸਿਆਸਤ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿੱਚ ਗੁਜਰਾਂਵਾਲਾ ਵਿਖੇ ਅਖੰਡ ਹਿੰਦੋਸਤਾਨ ਦੇ ਇਜਲਾਸ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਕੀਤੀ। 1945 ਵਿੱਚ ਆਜ਼ਾਦ ਹਿੰਦ ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੇ ਇਜਲਾਸ ਅਤੇ 1946 ਵਿੱਚ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਚੋਣ ਪ੍ਰਚਾਰ ਮੁਹਿੰਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵੰਡ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਦਿੱਲੀ ਵਿਖੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਰੱਖੀ। 6 ਅਕਤੂਬਰ 1963 ਨੂੰ ਉਹ ਪਰਲੋਕ ਸੁਧਾਰ ਗਏ।

ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਲਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਧੀਨ ਦੇਹਾਤੀ ਨੌਜਵਾਨ ਸਿੱਖ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਧਾਰਾਂ ਲਈ ਸਰਗਰਮ ਹੋ ਗਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖ ਵਿਦਿਅਕ ਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਕਮੇਟੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ। ਸੈਂਟਰਲ ਖਾਲਸਾ ਦੀਵਾਨ ਨੇ ਕੇਂਦਰੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਲਗਨ ਨਾਲ ਨਿਭਾਇਆ। ਇਸ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ ਤੇ ਝਬਾਲ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸੇਵਾ ਮੁਕਤ ਰਿਸਾਲਦਾਰ ਗੋਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪੁੱਤਰਾਂ ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ (1868-1964), ਅਮਰ ਸਿੰਘ (1888-1962) ਅਤੇ ਸਰਮੁਖ ਸਿੰਘ (1893-1956) ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰਕ ਰੂਪ ਦਿੱਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮਹੰਤਾਂ ਦੇ ਦੁਰਾਚਾਰੀ ਦੇ ਕਿੱਸੇ, ਦਿੱਲੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਰਕਾਬ ਗੰਜ ਦੀ ਬਾਹਰੀ ਕੰਧ ਦੀ ਮੁੜ ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਮਸਲੇ, ਗਦਰੀ ਬਾਬਿਆਂ ਤੇ ਹਕੂਮਤ ਦੇ ਜਬਰ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ, ਜਲ੍ਹਿਆਂਵਾਲਾ ਬਾਗ ਦੇ ਸਾਕੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਦਿ ਕੰਨੀਂ ਸੁਣੀਆਂ ਤੇ ਅੱਖੀਂ ਦੇਖੀਆਂ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਤ ਹੋ ਕੇ ਝਬਾਲ ਭਰਾਵਾਂ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਲੀਗ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਖੇ ਸਾਲਾਨਾ ਇਜਲਾਸਾਂ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ। ਫਰਵਰੀ 1921 ਵਿੱਚ ਨਨਕਾਣਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸਾਕੇ ਨੇ ਸਿੱਖ ਆਗੂਆਂ, ਸੰਗਤ ਅਤੇ ਝਬਾਲ ਭਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਮਹੰਤਾਂ ਪੁਜਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗੁੰਡਾਗਰਦੀ ਪਿੱਛੇ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਸ਼ਹਿ ਹੈ। ਅਕਾਲ ਲਹਿਰ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅਕਾਲੀ ਜਥੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅਕਾਲੀ ਮੋਰਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਰਗਰਮ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦੇ ਇਵਜ ਵਜੋਂ ਜੁਰਮਾਨੇ ਭਰੇ, ਜਾਇਦਾਦਾਂ ਜ਼ਬਤ ਕਰਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਕੈਦਾਂ ਕੱਟੀਆਂ। ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਅਤੇ ਤਰਨ ਤਾਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਅਹੁਦਿਆਂ 'ਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਤੇ ਲਗਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। 1920 ਤੋਂ 1940 ਦੇ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤਕ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਂਤਕ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਸਾਈਮਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵਿਰੁੱਧ ਅੰਦੋਲਨ, ਸਿਵਲ ਨਾਫਰਮਾਨੀ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਛੱਡੋ ਲਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਝਬਾਲ ਵਿੱਚ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਯੂਨਿਟ ਬਣਾਇਆ ਅਤੇ 1946 ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਂਤਕ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਿੰਨੇ ਭਰਾ ਰਾਜਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਸਰਗਰਮ ਨਹੀਂ ਰਹੇ।

-3-
ਵੀਹਵੀਂ ਸ਼ਤਾਬਦੀ ਦੇ ਆਰੰਭਕ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਬੌਧਿਕ ਅਗਵਾਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੇ ਕੀਤੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੱਛਮੀ ਵਿਦਿਆ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕੀਤੀ। ਮਾਸਟਰ ਤਾਰਾ ਸਿੰਘ (1885-1967) ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਿੰਦੂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਨ, ਜਿਹੜੇ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਲਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਧੀਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕ ਕੇ ਸਿੰਘ ਸਜ ਗਏ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਸਿਆਸਤ ਦੀ ਜੀਵਨ ਭਰ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਚਪਨ ਦਾ ਨਾਂ ਨਾਨਕ ਚੰਦ ਸੀ। ਜੱਲੂਆਂ ਵਾਲਾ ਬਾਗ ਦੇ ਕਤਲੇਆਮ ਨੇ ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਦਾ ਬਰਤਾਨਵੀ ਹਕੂਮਤ ਪ੍ਰਤੀ ਨਜ਼ਰੀਆ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ। ਅਕਾਲੀ ਲਹਿਰ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਅਤੇ ਅਕਾਲੀ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਬਰਤਾਨਵੀ ਹਕੂਮਤ ਵਿਰੁੱਧ ਬਗ਼ਾਵਤ ਕਰਨ ਤੇ ਕੈਦ ਕੱਟੀ। ਸਿੱਖ ਪੱਤਰਕਾਰੀ ਰਾਹੀਂ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੇ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਤਨ, ਮਨ, ਧਨ ਨਾਲ ਕੀਤੀ। ਪਹਿਲੇ ਨਹਿਰ ਰਿਪੋਰਟ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਮਿਊਨਲ ਐਵਾਰਡ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਇਸ ਕਰਕੇ ਕੀਤਾ ਕਿ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਮੁਨਾਸਬ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਹੱਕ ਅਣਗੌਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਸਨ ਪਰ ਉਹ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸੰਪੂਰਨ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਅਲਮਬਰਦਾਰ ਸਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਜੀਠੀਏ ਦੀ ਖਾਲਸਾ ਨੇ ਪਾਰਟੀ ਦਾ 1936 ਦੀ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ। ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਦੇ individual ਸਤਿਆਗ੍ਰਹਿ ਗ੍ਰਹਿ ਦੇ ਸਮਰਥਕ ਸਨ ਪਰ ਦੂਸਰੇ ਸੰਸਾਰ ਯੁੱਧ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸ ਸਟੈਂਡ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਬਰਤਾਨਵੀ ਹਕੂਮਤ ਦੀ ਹਮਾਇਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਫੌਜ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਆ।
ਮਾਸਟਰ ਤਾਰਾ ਸਿੰਘ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖ ਆਗੂਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸੀ ਕਿ ਵੰਡ ਦੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਨੇ ਸਿੱਖ ਸਮੁਦਾਇ ਨੂੰ ਕਸੂਤੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਫਸਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਕੂਮਤ ਦੇ ਸਾਮਰਾਜੀ ਹਿਤਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਅਜਿਹਾ ਸੰਘਾਤਮਕ ਢਾਂਚਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਸੀ ਜਿਸ ਦੇ ਅਧੀਨ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੋ ਡੋਮੀਨੀਅਨ ਰਾਜ ਬਣਾਏ ਜਾ ਸਕਣ। ਇਸ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਰਿਪਸ ਪ੍ਰੋਜ਼ਲਜ਼, ਕੈਬਨਿਟ ਮਿਸ਼ਨ (1946) ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਮਾਊਂਟਬੈਟਨ ਪਲੇਨ (1947) ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ। ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਇੰਡੀਅਨ ਨੈਸ਼ਨਲ ਕਾਂਗਰਸ ਅਤੇ ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਮੁਸਲਿਮ ਲੀਗ ਨੂੰ ਕੈਬਨਿਟ ਮਿਸ਼ਨ ਸਕੀਮ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁੱਖ ਧਿਰਾਂ ਬਣਾਈਆਂ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਜਦੋਂ ਉਤਰ ਪੂਰਬੀ ਅਤੇ ਉਤਰ-ਪੱਛਮੀ ਸੂਬਿਆਂ ਦੀ ਵਰਗ ਵੰਡ (Groups 123) ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦ ਪੰਜਾਬ ਸਕੀਮ ਜਾਂ ਮੰਗ ਬਿਲਕੁਲ ਗ਼ੈਰ-ਪ੍ਰਸੰਗਿਕ ਹੋ ਗਈ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਰਾਜਨੀਤਕ ਅਤੇ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੱਕ ਮਨਵਾਉਣ ਜੋਗੇ ਹੀ ਰਹਿ ਗਏ। ਕਾਂਗਰਸ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਵਾਅਦਾ-ਖ਼ਿਲਾਫੀ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕੇਵਲ ਹਮਦਰਦੀ ਤਕ ਸੀਮਤ ਸੀ। ਮਾਊਂਟਬੈਟਨ ਨੇ ਤਾਂ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਹੱਕ ਦੇਣ ਦੀ ਮੰਗ ਨੂੰ ਜਵਾਹਰ ਲਾਲ ਨਹਿਰੂ ਅਤੇ ਜਿਨਾਹ ਉਪਰ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ।



ਡਾ. ਜੋਗਿੰਦਰ ਸਿੰਘ
ਸੰਪਰਕ: 98158-46460

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮਹੰਤਾਂ ਦੇ ਦੁਰਾਚਾਰੀ ਦੇ ਕਿੱਸੇ, ਦਿੱਲੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਰਕਾਬ ਗੰਜ ਦੀ ਬਾਹਰੀ ਕੰਧ ਦੀ ਮੁੜ ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਮਸਲੇ, ਗਦਰੀ ਬਾਬਿਆਂ ਤੇ ਹਕੂਮਤ ਦੇ ਜਬਰ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ, ਜਲ੍ਹਿਆਂਵਾਲਾ ਬਾਗ ਦੇ ਸਾਕੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਦਿ ਕੰਨੀਂ ਸੁਣੀਆਂ ਤੇ ਅੱਖੀਂ ਦੇਖੀਆਂ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਤ ਹੋ ਕੇ ਝਬਾਲ ਭਰਾਵਾਂ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਲੀਗ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਖੇ ਸਾਲਾਨਾ ਇਜਲਾਸਾਂ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ। ਫਰਵਰੀ 1921 ਵਿੱਚ ਨਨਕਾਣਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸਾਕੇ ਨੇ ਸਿੱਖ ਆਗੂਆਂ, ਸੰਗਤ ਅਤੇ ਝਬਾਲ ਭਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਮਹੰਤਾਂ ਪੁਜਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗੁੰਡਾਗਰਦੀ ਪਿੱਛੇ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਸ਼ਹਿ ਹੈ। ਅਕਾਲ ਲਹਿਰ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅਕਾਲੀ ਜਥੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ।

ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵਧ ਰਿਹਾ ਆਰਥਿਕ ਪਾੜਾ

ਲਿਖਤ : ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਵਿਜੈ ਕੁਮਾਰ,
ਸੰਪਰਕ: 98726-27136

ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਸੰਵਿਧਾਨ ਨਿਰਦੇਸ਼ਤ ਸਿਧਾਂਤਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਰਹੀ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਗਰੀਬਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਅਮੀਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਪਾੜਾ ਐਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਗਰੀਬਾਂ, ਮੱਧਵਰਗੀ ਅਤੇ ਅਮੀਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਰਹੀ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਹਰ ਵਰਗ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੁਫਲੇ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ ਭਾਵੇਂ ਹੁੰਦੇ ਸਨ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੇਵਲ ਪੁੰਜੀਪਤੀ ਵਰਗ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹੀ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਨ। ਸੀਬੀਐੱਸਸੀ ਤੇ ਆਈਸੀਐੱਸਸੀ ਬੋਰਡਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਕੂਲ ਨਾਂਮਾਤਰ ਹੁੰਦੇ ਸਨ।

ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਾਂਤਕ ਬੋਰਡਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਸਬੰਧਤ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ ਭਾਵੇਂ ਸਮਾਰਟ ਨਹੀਂ ਸਨ, ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸੀ ਪਰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਨਾ ਤਾਂ ਅਸਾਮੀਆਂ ਖਾਲੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਮਿਆਰ ਨੀਵਾਂ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਚੰਗੇ ਨਤੀਜੇ ਵਿਖਾਉਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੰਕ ਦੇਣ ਲਈ ਨਵੇਂ ਨਵੇਂ ਫਾਰਮੂਲੇ ਨਹੀਂ ਲਗਾਉਂਦੇ ਸਨ। ਬੋਰਡ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਐਨੇ ਅੰਕ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆਉਂਦੇ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਅੰਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਬੋਰਡ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨਕਲ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਪਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਚਿੰਗ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ ਸੀ।

ਸਿੱਖਿਆ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਸੈਕਟਰ ਦੇ ਭਾਰੂ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਤੇ ਵਪਾਰੀਕਰਨ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ। ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੇ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀਆਂ ਵੀ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਸੈਕਟਰ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਬਣਾਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਅਮੀਰਾਂ ਤੇ ਮੱਧਵਰਗੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵੱਲ ਵਧਦਾ ਰੁਝਾਨ ਵੇਖ ਕੇ ਕੇਂਦਰੀ ਤੇ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵੱਲੋਂ ਹੱਥ ਖਿੱਚਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਠੇਕੇ ਉੱਤੇ ਭਰਤੀ, ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਰ ਤੱਕ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਮੁਖੀਆਂ ਦੀਆਂ

ਅਸਾਮੀਆਂ ਖਾਲੀ ਰੱਖਣਾ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀਆਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਤਰੱਕੀਆਂ ਨਾ ਕਰਨਾ, ਐੱਸ.ਐੱਸ.ਏ., ਆਦਰਸ਼, ਮੈਰੀਟੋਰੀਅਸ, ਐਮੀਨੈਂਸ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਲੀਐਂਸ ਸਕੂਲ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਘਰਾਣਿਆਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗਾਂ ਦੀ ਹੀ ਕਾਢ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਵਪਾਰੀਕਰਨ ਤੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸਕੀਮਾਂ ਹਨ। ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਨੀਅਤ ਤੇ ਨੀਤੀ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਸਾਫ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਅਤੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਦੇ ਇਜਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਕਦੇ ਵੀ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਮੁੱਦਾ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਉਹ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਮੁੱਦਾ ਬਣਾਉਣ ਵੀ ਕਿਉਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧਾਉਣ ਉੱਤੇ ਜ਼ੋਰ ਤਾਂ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਲੀ ਪਈਆਂ ਅਸਾਮੀਆਂ ਵੱਲ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਹਰ ਕੇਂਦਰੀ ਅਤੇ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਕਰੋੜਾਂ ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਚਾਰ ਉੱਤੇ ਖਰਚ ਕਰਕੇ ਇਹ ਦਾਅਵਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਲਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ 'ਤੇ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸਵਾਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਈਆਂ ਖਾਲੀ ਅਸਾਮੀਆਂ ਨਾਲ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਕਿਵੇਂ ਆ ਗਈ? ਸਮਝਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਪਸੰਦ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ? ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੀ-ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਅਤੇ ਨਰਸਰੀ ਜਮਾਤਾਂ ਬਿਨਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਭਰਤੀ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਚਲਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ, ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਾਂਗ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦੇ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਡੈਪੂਟੇਸ਼ਨ ਉੱਤੇ ਆਏ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਚੱਲਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਨੁਪਾਤ ਦਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲਾਂ ਵਾਂਗ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਵਿਸ਼ੇ ਇੱਕੋ ਅਧਿਆਪਕ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਾਏ ਜਾਂਦੇ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ, ਸਕੂਲ ਮੁਖੀਆਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੋਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਘਰੇਲੂ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਵੀ ਸਾਲਾਨਾ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਮਿਡ-ਡੇਅ ਮੀਲ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਹੋਰ ਗੈਰ-ਵਿਦਿਅਕ ਕੰਮ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਹੀਂ,

ਪਰ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ 'ਚ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਵਾਉਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਈਂਸ ਮੇਲੇ, ਖੇਡਾਂ, ਜੁਡੋ ਕਰਾਟੋ, ਵਿਦਿਅਕ ਮੁਕਾਬਲੇ ਤੇ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਹੁਕਮ ਜਾਰੀ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਰਗਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਈਟੈੱਕ ਕਲਾਸ ਰੂਮ ਬਣਾ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਲਾਸ ਰੂਮਾਂ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਰਗੀ ਹੈ ਵੀ ਕਿ ਨਹੀਂ, ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਇਸ ਗੱਲ ਵੱਲ ਕੋਈ ਧਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।

ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੀਐੱਮਟੀ ਅਤੇ ਜੇਈਈ ਦੀ ਕੋਚਿੰਗ ਦੇਣ ਲਈ ਐਜੂਸੈੱਟ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਐਜੂਸੈੱਟ ਕੋਚਿੰਗ ਦਾ ਮਿਆਰ ਕੀ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ, ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਈਂਸ ਅਤੇ ਕਾਮਰਸ ਗਰੁੱਪ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਈਂਸ ਤੇ ਕਾਮਰਸ ਦੇ ਪੂਰੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਬੱਚੇ ਸਾਈਂਸ ਤੇ ਕਾਮਰਸ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਗੇ, ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਗੋਲਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਗਰੀਬ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਐਮੀਨੈਂਸ ਤੇ ਮੈਰੀਟੋਰੀਅਸ ਸਕੂਲ ਖੋਲ੍ਹੇ ਤਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੇ ਅਧਿਆਪਕ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਅਜਿਹੀ ਵਿਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਗਰੀਬ ਬੱਚੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫੀਸਾਂ, ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਟਿਊਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਕੋਚਿੰਗ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀ ਕੋਚਿੰਗ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਏ ਨਾ ਦੇ ਸਕਣ ਕਾਰਨ ਡਾਕਟਰ, ਟਾਪ ਦੇ ਕਾਲਜਾਂ ਦੇ ਇੰਜਨੀਅਰ, ਜੱਜ, ਪੀਸੀਐੱਸ, ਆਈਏਐੱਸ, ਆਈਪੀਐੱਸ, ਬੈਂਕ ਅਫਸਰ ਤੇ ਹੋਰ ਉੱਚ ਅਧਿਕਾਰੀ ਬਣਨ ਦੇ ਸੁਫਲੇ ਕਿਵੇਂ ਪੂਰੇ ਕਰ ਸਕਣਗੇ?

ਗਰੀਬ ਵਰਗ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਸੁਫਲੇ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਸੈਕਟਰ ਤੋਂ ਲਾਭੇ ਹੋ ਕੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਪੱਧਰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਬੱਜਟ ਵਧਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਦੇਸ਼ 'ਚ ਇੱਕੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਬਣਾਉਣੇ ਪੈਣਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾਂਮਾਤਰ ਫੀਸਾਂ ਦੇਣੀਆਂ ਪੈਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਅਫਸਰ ਬਣਨ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕੇ।

ਪਰੈਸ਼ਰਵਾਸ ਅਤੇ ਰੂਫ ਰਿਪੇਅਰ
ਵੱਡੇ ਪਰੈਸ਼ਰਵਾਸ ਨਾਲ ਘਰ ਧਵਾਉ।
ਅਸੀਂ ਛੱਤਾਂ, ਗਟਰ ਕਲੀਨ, ਡਰਾਈਵੇਅ
ਤੇ ਵਿੰਡੋਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਛੱਤਾਂ ਬਦਲਕੇ ਅਤੇ
ਛੱਤਾਂ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
 ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਫੁਨ ਕਰੋ:
ਦਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰਾਏ
604-807-1012



ਦਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰਾਏ

ਲੇਡੀਜ਼ ਸੰਗੀਤ, ਜਾਗੋ, ਮਾਈਆਂ,
ਵਿਆਹ, ਜਨਮਦਿਨ ਜਾਂ ਹੋਰ
ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੁਸ਼ੀ ਮੌਕੇ 'ਤੇ
ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ
ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ



ਚਰਨਜੀਤ ਕੌਰ (ਪੰਜਾਬੀ ਫੋਕ ਸਿੰਗਰ)
306-861-5876
306-891-5441
 Email : devicharno35@gmail.com
 Follow @ charanjeet_861

Passport Photos
 Family Partrait
 Graduation
 Fashion | Glamour
 Photo Restoration
 Photography
 for all occasions

ਪਾਸਪੋਰਟ ਫੋਟੋ 2 ਫੋਟੋ \$5 ਦੀਆਂ

ROYAL PHOTO STUDIO

ਵਿਆਹ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਫੰਕਸ਼ਨ ਤੇ ਵੀਡੀਓ ਦੀ ਸੇਵਾ
 HD Blu-Ray, Cinematography

#171-8138 128 Street, Surrey (Payal Business Centre)
 8140-120 Street, Surrey (ਇੰਡੀਆ ਕੌਂਸਲੇਟ ਦੇ ਥੱਲੇ)

Mandeep S. Dhillon 604-594-2131, 778-840-4600

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਰਜ਼ੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ? ARE YOU IN DEBT?

ਤੁਸੀਂ ਕਰਜ਼ੇ ਤੇ ਟੈਕਸ ਤੋਂ ਬੱਚ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰਜ਼ਾ ਮੁਆਫ਼ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੀ ਫਾਈਨੈਂਸ਼ਲ ਪ੍ਰੋਬਲਮ ਹੋਵੇ

Any type Unsecured Debt
 WE CAN REDUCE YOUR **DEBT BY 70%**
 ਸਾਡੇ ਰੋਟ ਕਾਫੀ ਵਾਜ਼ਿਬ ਹਨ।

Any type of Financial Problems?

- Personal or Business Loan
- Canada Revenue Debt
- Credit Cards - Line of Credits
- Student Loan
- We help you in Bankruptcy and Proposals

Kulwinder Bains
 Certified Credit Couneller
778-998-9402

DDS: Diverse Debt Solutions Ltd.
unit # 205-12899-76 Ave. Surrey

ਵਲੋਂ : ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਲੋਹਟਬੱਦੀ
ਸੰਪਰਕ : 89684-33500

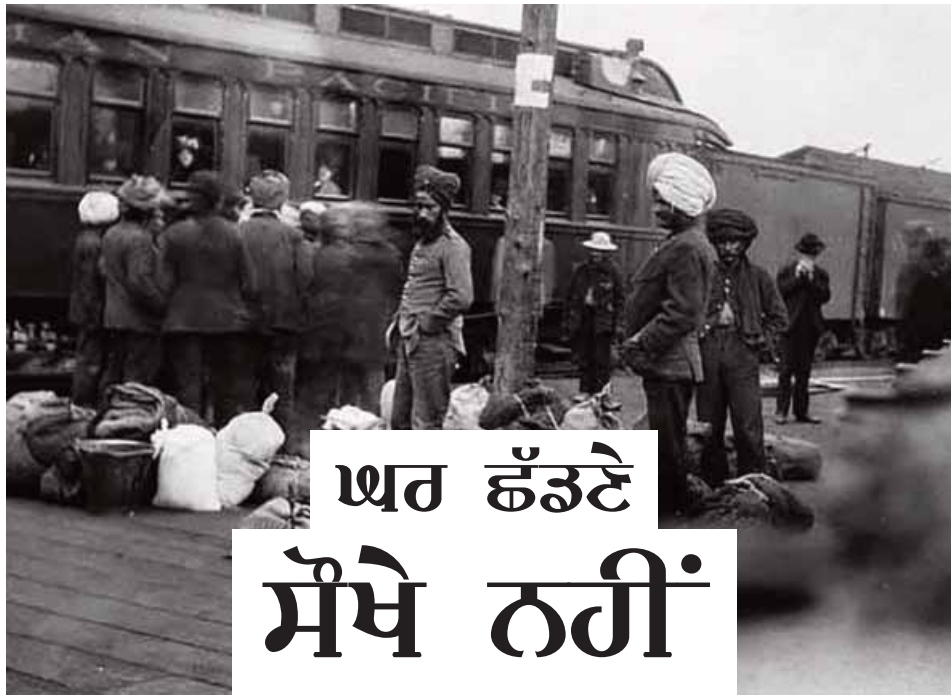
ਭਲੇ ਵੇਲਿਆਂ ਤੋਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਘੁਮੱਕੜੀ ਸੋਚ ਦਾ ਰਹਿਬਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਨਵੀਆਂ ਧਰਤੀਆਂ ਦੀ ਖਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਸਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਬਣੀ। ਦੂਰ ਦੇ ਵੇਲੇ ਸੁਹਾਵਣੇ ਲੱਗਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਿਸਹੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਦੀ ਲਲੂਕ ਉਸ ਲਈ ਬਿਖਮਤਾ ਅਤੇ ਦੁਸ਼ਵਾਰੀਆਂ ਲੈ ਕੇ ਵੀ ਆਈ ਹੈ, ਪਰ ਮਾਨਵ ਤਾਂ ਮਾਨਵ ਠਹਿਰਿਆ। ਚੁਣੌਤੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਉਸਦਾ ਧਰਮ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮੁਸੀਬਤੋਂ ਸੇ ਨਿਖਰਤੀ ਹੈ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਯਾਰੋ,
ਜੇ ਚਟਾਨੋਂ ਸੇ ਨਾ ਉਲਝੇ,
ਵੇਹ ਚਸਮਾ ਕਿਸ ਕਾਮ ਕਾ!

ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਘਾਟ, ਮੌਸਮ ਦੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦੀ ਕਰੂਰਤਾ, ਆਪਣੀ ਜੰਮਣ ਭੋਏ ਤੋਂ ਉੱਜੜਨ ਦਾ ਹੋਰਵਾ ਵੀ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਕਦਮ ਰੋਕ ਨਹੀਂ ਸਕਿਆ। 'ਖਾਨਾ-ਬਦੋਸ਼' ਅਤੇ 'ਟੱਪਰੀਵਾਸ' ਜਿਹੀਆਂ ਲੱਗੀਆਂ ਚੋਪੀਆਂ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਡੁਲਾ ਨਹੀਂ ਸਕੀਆਂ। ਝੱਖੜ ਝਾਗ ਕੇ ਵੀ ਉਹ ਬਿੱਖੜੇ ਪੈਂਡਿਆਂ 'ਤੇ ਤੁਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੋਲੰਬਸ ਨੂੰ ਪੰਦਰਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿੱਚ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਲੱਭਣ ਦਾ ਭੁਸ਼ ਪਿਆ। ਅਮਰੀਕਾ ਜਾ ਪਹੁੰਚਿਆ। ਅੰਗਰੇਜ਼, ਪੁਰਤਗੇਜ਼ੀ, ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਨਵੀਆਂ ਕਾਲੋਨੀਆਂ ਭਾਲਣ ਤੁਰੇ। ਕਾਰਨ ਕਈ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਪਰਵਾਸ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹੋਣੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੰਤਾਲੀ ਦੇ ਸੰਤਾਪ ਨੇ ਭਰੇ ਭਰਾਏ ਘਰ ਖਾਲੀ ਕਰਕੇ ਰਫਿਊਜੀ ਬਣਾ ਧਰਿਆ। ਭਾਂ ਭਾਂ ਕਰਦੀਆਂ ਦਹਿਲੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਰੰਭਦੇ ਪਸ਼ੂਆਂ ਵੱਲ ਮੁੜ ਕੇ ਝਾਤ ਮਾਰਨ ਦਾ ਜ਼ੋਰ ਨਾ ਪਿਆ। ਨਵੀਂ ਧਰਤੀ, ਨਵੇਂ ਲੋਕ! ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਨੂੰ ਘਰ ਮਿਲ ਗਿਆ, ਪਰ ਫਲਸਤੀਨੀ ਅਜੇ ਤਕ ਬੇਘਰ ਹਨ। ਸੀਰੀਆਈ ਸਰਨਾਰਥੀ ਦਰ ਦਰ ਕੁੰਡੇ ਖੜਕਾ ਰਹੇ ਨੇ ਅਤੇ ਰੋਹਿੰਗੀਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਘਰ, ਕੋਈ ਦੇਸ਼ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਉਦਾਸ ਅਤੇ ਉਦਰੇ ਚਿਹਰਿਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਵਿੱਥਿਆ ਸੁਣਨ ਵਾਲਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿਸਦਾ:

ਨਕਿ ਨਬ ਖਸਮ ਹੱਥ ਕਿਰਤੁ ਧੱਕੇ ਦੇ॥
ਜਹਾ ਦਾਣੇ ਤਹਾਂ ਖਾਣੇ ਨਾਨਕਾ ਸਚੁ ਹੇ॥

ਇਨਸਾਨ ਬਿਹਤਰ ਆਰਥਿਕ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮਿਆਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿੱਚ ਪਰਵਾਸ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਥਾਂ ਨਾਲ ਬੱਝਣਾ ਗਵਾਰਾ ਨਹੀਂ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਖ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨਾਲ ਭਰੇ ਘਰ ਆਪਣੀ ਹੀ ਤਲਾਸ਼ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਰੋੜਾ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਟੱਪਰੀਵਾਸਾਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣਾ ਇੱਕ ਲਲਕਾਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਗਾਹੇ ਬਗਾਹੇ ਐਸੇ ਅਰਾਮ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਚੁਣੌਤੀ ਕਬੂਲ ਕਰਨੀ ਲੋਚਦੇ ਹਨ। ਵਾਚਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਦੂਸਰੀ ਵਿਸ਼ਵ ਜੰਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਆਰਥਿਕਤਾ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਘਰਾਣਿਆਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਆਈ ਹੈ। ਜਿੱਥੋਂ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਲਈ ਸਸਤਾ ਸੌਦਾ ਮਿਲੇਗਾ, ਉਹ ਲੱਭ ਲੈਣਗੇ। ਅਮਰੀਕੀਆਂ ਨੂੰ ਜੇ ਸਸਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰ-ਉਪਰੇਟਰ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤਨਖਾਹ ਵਾਲੇ ਡਰਾਈਵਰ, ਭਾਰਤ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿਲਣਗੇ, ਤਾਂ ਪਰਵਾਸ ਵਧੇਗਾ ਹੀ। ਅਰਬ ਮੁਲਕਾਂ ਦੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਅਥਾਹ ਆਰਥਿਕ ਆਧਾਰ ਰੱਖਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸਸਤੀ ਕਿਰਤ ਵੱਲ ਵੇਖਦੀਆਂ ਨੇ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦਾ ਮੱਕਾ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਦੋਰ ਸਵੇਰ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਵਿਰਸੇ ਦਾ ਅਟੁੱਟ ਅੰਗ ਬਣਿਆ



ਘਰ ਛੱਡਣੇ ਸੌਖੇ ਨਹੀਂ

ਹੈ। ਸਾਂਝੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਪਿੰਡਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚਲਾ ਵਾਸਾ ਇਸੇ ਕੜੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੜ੍ਹਾਂ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟਣ ਦਾ ਉਦੇਵਾਂ, ਚੀਸ ਜ਼ਰੂਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਪੁਰਖਿਆਂ ਨੂੰ ਅਲਵਿਦਾ ਕਹਿਣਾ ਵੀ ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨੀਂਹਾਂ ਉੱਤੇ ਸੱਟ ਮਾਰਨ ਵਾਂਗ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਜਿਕ ਬੰਧਨ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਆਪਣਿਆਂ ਤੋਂ ਵਿੱਛੜਨਾ ਸਦਮਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਰੀਜਨਲ ਸੈਂਟਰ ਬਰਿੰਡਾ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਮੁਖੀ ਡਾਕਟਰ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰਮਾਣਾ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਵਾਸ ਦੌਰਾਨ ਜਦੋਂ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ, ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਕੋਈ ਆਂਚ ਨਾ ਆਉਂਦੀ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਬਦੋਬਦੀ ਕਿਸੇ ਧਰੂ ਤਾਰੇ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਨਿਕਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ, ਤੁਹਾਡੀ ਕੌਮੀਅਤ, ਤੁਹਾਡਾ ਧਰਮ, ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਰਾਵਾ, ਅਗਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਪਰਾਈ ਧਰਤੀ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਵਰਗੀ ਲਗਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਅਰਥਾਂ ਨਾਲ ਸਰੋਕਾਰ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਅਗਲੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਰਸੇ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਨਵੀਂ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੋਹਿਤ ਕਰੇਗੀ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਜਾਤ, ਧਰਮ, ਲਿੰਗ ਦੇ ਵਖਰੇਵਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਧੜਕਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਵੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਸੁਪਨੇ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਵੀ। ਪਰਵਾਸ ਅਟੱਲ ਹੈ। ਪਰ ਭਾਰਤ ਵਰਗੇ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਮੁਲਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੂਹਰੀ ਸੱਟ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਡਾ. ਰਮਾਣਾ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇੱਕ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸੁਝਵਾਨ ਦਿਮਾਗਾਂ ਤੋਂ ਵਿਰਥੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਦੂਸਰਾ ਉਹੀ ਹੱਥ, ਜੋ 30-35 ਸਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦੇ ਨੇ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵੱਡਾ ਟੈਕਸ ਯੋਗਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਦਾ ਸਬੱਬ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਲਾਹਾ, ਸਾਡਾ ਕੌਮੀ ਖ਼ਸਾਰਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਇਹ ਤ੍ਰਾਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇੱਥੇ ਕੋਈ ਸਿਲੀਕਾਨ ਵੈਲੀ, ਹਾਈਟੈੱਕ ਸਿਟੀ, ਆਈ ਟੀ ਹੱਥ ਬਣੀ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਵੱਡੀਆਂ ਸਨਅਤਾਂ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ, ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਦਾਗ ਨੇ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਪਰਵਾਸ ਵੱਲ ਧੱਕਿਆ ਹੈ। ਉਹ ਘਰੋਂ ਦੂਰ ਦੂਜੇ ਸੂਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ

ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। 'ਘਰ ਘਰ ਨੌਕਰੀ' ਦੇ ਝੂਠੇ ਵਾਅਦੇ, ਸੜਕਾਂ ਉੱਤੇ ਰੁਲਦੇ ਪੜ੍ਹਾਕੂ, ਪੌਣੀ ਸਦੀ ਬਾਅਦ ਵੀ ਕਿਸੇ ਠੋਸ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ, ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਮੂੰਹ ਚਿੜਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਗੈਂਗਸਟਰ ਕਲਚਰ ਨੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖੌਫ ਭਰਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਜੋ ਕਹਿੰਦੇ ਸੀ, "ਨਾ ਮੇਰਾ ਪੁੱਤ! ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਕਿਹੜਾ ਕਮੀ ਆ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ... ਆਪਣਾ ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਹੀ ਕਨੇਡਾ ਆ", ਆਪਣੇ ਹੱਥੀਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵੇਚ ਕੇ ਲਾਡਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜਹਾਜ਼ ਚੜ੍ਹਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਰਬਜੀਤ ਕੌਰ ਜੱਸ ਇਸ ਗ਼ਮਗੀਨ ਘੜੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦੀ ਐ:

ਗੂਠਾ ਬਾਪੂ ਦਾ ਹਵਾਈ ਅੱਡਾ ਬਣਿਆ,
ਪੁੱਤਾਂ ਦੇ ਜਹਾਜ਼ ਉੱਡ ਗਏ।

ਸਟਡੀ ਵੀਜ਼ਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਪਹਿਲਾ ਨੰਬਰ ਲੈ ਗਿਆ ਹੈ! ਬਿਊਰੋ ਆਫ ਇੰਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਦੱਸਦੀ ਐ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦੋ ਲੱਖ ਬਾਹਰ ਹਜ਼ਾਰ ਪਾੜ੍ਹੇ ਪੰਜਾਬ ਛੱਡ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਇੱਕ ਸੌ ਚਾਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਬਾਹਰਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ 'ਲੈਂਡ' ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੱਕੇ ਬਾਇਓਮਿਟ੍ਰਿਕਾਂ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੱਖਰੀ ਹੈ। ਅੰਦਾਜ਼ਨ ਪੰਦਰਾਂ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਫੀਸ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਰਚੇ ਲਗਾਈਏ, ਤਾਂ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਚਾਰ ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਸਰਮਾਇਆ ਬਾਹਰ ਉਡਾਰੀ ਮਾਰ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਹਰ ਵੀਹਵੇਂ ਘਰ ਦਾ 'ਲਾਲ' ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ! ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਸੱਤ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ 54.36 ਲੱਖ ਪਾਸਪੋਰਟ ਬਣਵਾਏ ਨੇ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਇੱਥੇ ਘਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 55 ਲੱਖ ਹੈ। ਤਸਵੀਰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕੀ ਬਿਆਨ ਕਰਦੀ ਹੈ? ਰੁਝਾਨ ਇੰਨਾ ਵੱਧ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਗਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਦੇਸ਼ ਜਾਣ ਦਾ 'ਟਰੈੱਡ' ਸੀ, ਹੁਣ ਜਮ੍ਹਾਂ ਦੋ ਤਕ ਆ ਗਿਆ ਹੈ! ਕੀ ਬਣੂ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ, ਸੱਚਾ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਾਣੇ! ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵਿਦਿਅਕ ਯੋਗਤਾ ਪੁੱਛੋ, ਆਈਲੈਟਸ ਦੇ ਬੈਂਡ ਦੱਸਦੇ ਹਨ। ਪੜ੍ਹਾਕੂ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਕਦਰ ਪਈ ਹੈ। ਲੜਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਪੂਰਾ 'ਦਾਜ' ਦੇ ਕੇ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਬਾਹਰਲੇ ਮੁਲਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਸਦੇ ਪਿੱਛੇ ਮੁੰਡਾ ਵੀ ਵਿਦੇਸ਼ 'ਸੈਟਲ' ਹੋ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੁਣ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਠੱਗੀਆਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈਆਂ ਹਨ। ਡਾਲਰਾਂ ਦੀ ਠਣਕ ਨੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ

ਅਤੇ ਵਾਅਦਿਆਂ ਦਾ ਘਾਣ ਕੀਤਾ ਹੈ। 'ਬਾਹਰ' ਜਾਣ ਦੀ ਤਾਂਘ ਇੰਨਾ ਘਰ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਕਿ ਟਰੈਵਲ ਏਜੰਟਾਂ ਦਾ ਫ਼ਰੋਬ, ਮਾਲਟਾ ਬੋਟ ਕਾਂਡ (1996) ਅਤੇ ਮੈਕਸੀਕੋ ਦੇ ਜੰਗਲ ਵੀ ਭੁਲਾਈ ਬੈਠੇ ਹਾਂ। ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਫ਼ਰਜ਼ਦਾਂ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ ਭੇਜਣ ਪਿੱਛੇ ਆਰਥਿਕ ਪੱਖ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਰੂ ਹੈ। ਖੇਤੀ ਉੱਤੇ ਵਧਿਆ ਬੋਝ, ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਦੇ ਛੋਟੇ ਟੁਕੜੇ, ਸਿਰ ਚੜ੍ਹਿਆ ਕਰਜ਼ਾ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਪੰਡ ਬਣੇ ਹਨ। 'ਸੱਪ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਕਿਰਲੀ' ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਰਾਜਨੀਤੀ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਰਜੀਹੀ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਠੋਕੇ, ਮਾਈਨਿੰਗ ਅਤੇ ਮਾਫੀਆ ਗਰੋਹ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਕੜ ਦਿਨੋ ਦਿਨ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਦੇ ਇਸ ਕੁੰਡ ਵਿੱਚ ਚੁੱਭੀਆਂ ਵੱਜ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। 'ਲੋਕ ਸੇਵਾ' ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੰਜ ਪੰਜ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀਆਂ ਪੈਨਸ਼ਨਾਂ 'ਤੇ ਬੁਲੇ ਲੁੱਟ ਰਹੇ ਹਨ। ਟੈਕਸ ਵੀ ਸਰਕਾਰੀ ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ ਵਿੱਚੋਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਲਾਈ ਵਾਲੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਵੱਡੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਕਾਕਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਰਾਖਵੀਆਂ ਨੇ! ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸੜਕਾਂ ਉੱਤੇ ਡਾਂਗਾਂ ਖਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। 'ਮੋਤੀਆਂ ਵਾਲੀ ਸਰਕਾਰ' ਮਹਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਫੁਰਮਾ ਰਹੀ ਹੈ। 'ਕੌਣ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਆਖੇ ਇੰਝ ਨਹੀਂ, ਇੰਝ ਕਰ।' ਬਦਇੱਤਜ਼ਾਮੀ ਦੇ ਹਮਾਮ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਨੰਗੇ ਹਨ। ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਆਪਾ ਧਾਪੀ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਪਸਰੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਬੁੱਢੇ ਮਾਂ ਪਿਉ ਹੋਰਵਾ ਵੀ ਲਾਈ ਰੱਖਦੇ ਨੇ ਅਤੇ ਮਨਾਂ ਨੂੰ ਧਰਵਾਸਾ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਨੇ ਕਿ ਪੁੱਤ ਕਮਾਈ ਕਰਨ ਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਢਲਦੀ ਉਦਾਸ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਆਸਾਂ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਡਾ. ਸੁਰਜੀਤ ਪਾਤਰ ਦੀ ਕਲਮ ਵੀ ਇਸ ਮੰਦੀ ਹਾਲਤ ਦੀ ਗਵਾਹ ਬਣਦੀ ਐ:

ਜੋ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਲਦੇ ਨੇ ਰੋਜ਼ੀ ਲਈ,
ਉਹ ਜਦੋਂ ਦੇਸ਼ ਪਰਤਣਗੇ ਆਪਣੇ ਕਦੀ,
ਕੁਝ ਤਾਂ ਸੇਕਣਗੇ ਮਾਂ ਦੇ ਸਿਵੇ ਦੀ ਅਗਨ,
ਬਾਕੀ ਕਬਰਾਂ ਦੇ ਰੁੱਖ ਹੇਠ ਜਾ ਬਹਿਣਗੇ।

ਸਿਤਮ ਦੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਹੁਣ ਤਕ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਮੋਹ ਖਿੱਚ ਕੇ ਲਿਆਉਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਹਾਜ਼ਰੀ ਲਗਦੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਅੱਧ ਮੰਨੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਅਤੇ ਤੀਜੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤਾਂ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਧੂੜ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਹੀ ਮੁਨਕਰ ਹੈ! ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚਲੇ ਮਹਿਲਨੁਮਾ ਬੰਗਲੇ ਭੂਤਵਾੜੇ ਬਣੇ ਪਏ ਹਨ। ਸਾਰਾ ਪਿੰਡ ਹੀ ਵਿਕਾਊ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗ ਜੋਤਿਆਂ ਦੀ ਭਾਰੀ ਤਾਦਾਦ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੈ। ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਨੌਕਰਾਂ ਚਾਕਰਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਪਰ ...।

ਦਿਲ ਹੀ ਉਦਾਸ ਹੈ ਜੀ, ਬਾਕੀ ਸਭ ਖ਼ੈਰ ਏ!
ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਧੁੰਮਾਂ ਪਾਈਆਂ ਹਨ। ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਕੋਈ ਕੋਨਾ ਫ਼ਰੋਲ ਲਵੇ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਿਲ ਹੀ ਜਾਣਗੇ। ਪੰਜਾਬੀ ਪਰਵਾਸ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ੱਕਤਾਂ ਨੂੰ ਦਰ ਕਿਨਾਰ ਕਰਕੇ ਓਪਰੀਆਂ ਧਰਤੀਆਂ ਉੱਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਪੈੜਾਂ ਛੱਡਣ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਵੱਖਰੀ ਸ਼ਾਨ ਅਤੇ ਵੱਖਰੀ ਪਛਾਣ ਦਾ ਸਿੱਕਾ ਚਲਾਇਆ ਹੈ। ਟੀਸੀ ਦੇ ਬੋਰ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਤਹੱਈਆ ਰੱਖਦੇ ਨੇ ... ਪਰ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਚੀਸ ਮਨ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਵਸਦੀ ਹੈ। ਹਰਜੀਤ ਹਰਮਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੁਖਦੀ ਰੰਗ ਨੂੰ ਜਾਣਦਾ ਹੈ:

ਘਰ ਹੱਸਦਿਆਂ ਵੱਸਦਿਆਂ ਦੇ,
ਜਦੋਂ ਹੱਥੀਂ ਬੂਹੇ ਢੋਏ'
ਸਾਡੇ ਦਿਲ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸੱਜਣਾ,
ਅਸੀਂ ਕਿਉਂ ਪਰਦੇਸੀ ਹੋਏ।
ਘਰ ਛੱਡਣੇ ਸੌਖੇ ਨਹੀਂ,
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਵੇਲੇ ਰੋਏ ...

ਪਰਵੇਸ਼ ਸਰਮਾ

"ਹੁਣ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾ ਨਹੀਂ, ਦੁਆ ਹੀ ਬਚਾ ਸਕਦੀ ਐ", ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੇ ਇਸ ਫ਼ਤਵੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਬਸ ਵਧੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਹੀ ਸਰਾਪਾ ਸਫੈਦ ਲਿਬਾਸ ਦੀ ਬਜਾਇ 'ਸਿਵਲ' ਕੱਪੜਿਆਂ 'ਚ ਹਸਪਤਾਲੋਂ ਘਰ ਪਰਤ ਆਏ ਨਹੀਂ ਤਾਂ 'ਕੋਲ ਕਰੋਂਦੇ ਹੰਝ' ਨੂੰ 'ਅਚਿੰਤੇ ਬਾਜ' ਪੈ ਹੀ ਗਏ ਸਨ। ਉਹਨੀਂ ਦਿਨੀਂ ਮੈਂ ਪਟਿਆਲੇ ਬੜੇਰ ਆਕਾਸ਼ਵਾਣੀ ਰਿਪੋਰਟਰ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਸੀ ਅਤੇ ਐਕ੍ਰੀਡੀਸ਼ਨ ਵੀ ਹੋ ਗਈ ਸੀ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਕਿਤੇ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦੂਸਰੇ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਵਰਗੀ ਵੀ ਹੋ ਚੱਲੀ ਸੀ। ਅਚਿੰਤੇ ਬਾਜਾਂ ਦੀ ਦਹਿਸ਼ਤ ਅਤੇ ਕਸਬੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤਹਿਤ ਇੱਕ ਰਾਤ ਸੁਪਨਾ ਆਇਆ ਜਿਵੇਂ ਡਿਸਕੋ ਘਰਾਂ ਦੇ ਬਾਉਂਸਰਾਂ ਵਰਗਾ ਇੱਕ ਹੱਟਾ ਕੱਟਾ ਤੇ ਕਾਲਾ ਧੂਸ ਜਿਹਾ ਬੰਦਾ ਮੇਰੇ ਬੈੱਡ ਤੱਕ ਆ ਪਹੁੰਚਿਆ। ਪੁੱਛਣ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਤੁਆਰਫ ਯਮਰਾਜ ਵਜੋਂ ਕਰਵਾਇਆ। ਫਿਰ ਉਸ ਨਾਲ ਕੁੱਝ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੰਵਾਦ ਹੋਇਆ:

ਯਮਰਾਜ- ਪ੍ਰਾਣੀ! ਮਾਤਲੋਕ ਮੈਂ ਤੁਮ੍ਹਾਰਾ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਸਮਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਆਪ ਕੋ ਮੇਰੇ ਸਾਥ ਚਲਨਾ ਹੋਗਾ।

ਸੁਪਨਾ

ਮੈਂ- ਚਲੋ ਹਜ਼ੂਰ, ਪਰ ਜਾਣਾ ਕਿਵੇਂ ਐ, ਆਈ ਮੀਨ ਕੋਈ ਵਹੀਕਲ.....
ਯਮ- (ਹੱਥ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਨਾਲ) ਵੇ ਦੇਖੀਏ ਮੇਨ ਗੇਟ ਪਰ।
ਮੈਂ- ਵੁਟ ਡੂ ਯੂ ਮੀਨ। ਕਾਲੋ ਝੋਟੇ ਤੇ?
ਯਮਰਾਜ- ਹਾਂ, ਤੋ ਇਸ ਮੇਂ ਬੁਰਾ ਕਯਾ ਹੈ, ਸਭੀ ਕੋ ਇਸੀ ਪਰ ਹੀ ਲੇ ਜਾਤੇ ਹੈਂ ਹਮ ਤੋ।
ਮੈਂ- ਯਮਾ ਸਰ, ਕੁਸ਼ ਤਾਂ ਖ਼ਿਆਲ ਕਰੋ, ਮੈਂ ਐਕ੍ਰੀਡਿਟਡ ਪੱਤਰਕਾਰ ਹਾਂ, ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ ਕਲਾਸ ਵਨ ਦਾ ਸਟੇਟੱਸ ਐ ਮੇਰਾ।
ਯਮਰਾਜ- ਦੇਖੀਏ, ਹਮੇਂ ਤੋ ਯਹੀ ਵਾਹਨ ਅਲਾਟ ਹੂਆ ਹੈ। ਔਰ ਸਭੀ ਦੇਵੀ ਦੇਵਤਾਓਂ ਕੇ ਪਾਸ ਅਪਨੇ ਅਪਨੇ ਵਾਹਨ ਹੈ।
ਮੈਂ- ਮਸਲਨ?
ਯਮਰਾਜ- ਜੈਸੇ ਵਿਸ਼ਵੂੰ ਜੀ ਕੇ ਪਾਸ ਗਰੁਤ, ਸਿਵ ਜੀ ਕੇ ਪਾਸ ਨੰਦੀ

ਬੈਲ, ਉਨ ਕੇ ਬੋਟੋਂ ਮੇਂ ਸੇ ਗਣੇਸ਼ ਜੀ ਕਾ ਵਾਹਨ ਮੂਸ਼ਕ ਹੈ ਔਰ ਕਾਰਤਿਕੇਯ ਕਾ ਮੋਰ। ਦੁਰਗਾ ਮਾਂ ਸ਼ੇਰ ਕੀ ਸਵਾਰੀ ਕਰਤੀ ਹੈ ਔਰ.....
ਮੈਂ- (ਵਿੱਚੋਂ ਟੋਕ ਕੇ) ਇਹਨਾਂ 'ਚੋਂ ਹਾਬੀ ਘੋੜੇ ਵਾਂਗੂੰ ਪਸੰਜਰ ਵਾਹਨ ਤਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ।
ਯਮਰਾਜ- ਬਸ ਜੋ ਹੈ ਮੈਨੇ ਬਤਾ ਦੀਆ।
ਮੈਂ- ਪਰ ਮੈਂ ਤਾਂ ਸੁਣਿਐ ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਥੇ ਪੁਸ਼ਪਕ ਵਿਮਾਨ ਵਗੈਰਾ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਨੇ। ਪਲੇਨ ਨਾ ਸਹੀ, ਕੋਈ ਛੋਟਾ ਮੋਟਾ ਟੂ-ਸੀਟਰ ਹੈਲੀਕਾਪਟਰ ਈ ਲੈ ਆਉਂਦੇ। ਆਪਣਾ ਨਹੀਂ ਮੇਰੀ ਪੋਜ਼ੀਸ਼ਨ ਦਾ ਤਾਂ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖ ਲੈਂਦੇ।
ਯਮਰਾਜ- ਪੁਸ਼ਪਕ ਵਿਮਾਨ! (ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਠਹਾਕਾ ਲਗਾ ਕੇ) ਅਰੇ ਭੋਲੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਵੇ ਤੋ ਕਵੀ ਕੀ ਕਪੋਲ ਕਲਪਨਾ ਬੀ। ਔਰ ਆਪ ਮਾਤਲੋਕ ਵਾਲੇ ਉਸੇ ਅਭੀ ਤਕ ਅਪਨੇ ਮਸਤਿਸ਼ਕ ਮੇਂ ਲਿਏ ਬੈਠੇ ਹੋ?
ਯਮਰਾਜ ਦੇ ਹਾਈ ਡੈਸੀਬਲ ਠਹਾਕੇ ਅਤੇ ਮੇਨ ਗੇਟ ਤੋਂ 'ਮੱਝ ਦੇ ਜਾਏ' ਦੀ ਦਹਿਸ਼ਤੀ ਬੜਕ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਪਟੱਕ ਦੇ ਕੇ ਅੱਖ ਖੁੱਲ੍ਹ ਗਈ।
"ਕੀ ਗੱਲ ਨੀਂਦ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬੁੜਬੁੜਾ ਰਹੇ ਸੀ, ਸਭ ਖ਼ੈਰੀਅਤ ਤਾਂ ਹੈ?" ਚਾਹ ਦਾ ਕੱਪ ਲਈ ਸਿਰ੍ਹਾਣੇ ਖੜ੍ਹੀ ਬੀਣੀ ਪੁੱਛ ਰਹੀ ਸੀ।

ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਨ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ

ਲਿਖਤ : ਡਾ. ਸਤਿਆਵਾਨ ਸੌਰਭ
ਮੋਬਾਈਲ : 9466526148,



ਹਾਲੀਆ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਲਿੰਡਟ ਡਾਰਕ ਚਾਕਲੇਟ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਪੱਧਰਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਲੀਡ ਅਤੇ ਕੈਡਮੀਅਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੰਪਨੀ ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੋਕੋ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਧਾਤਾਂ ਦੀ ਅਟੱਲਤਾ ਨੂੰ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ, ਇੱਕ ਕਲਾਸ-ਐਕਸ਼ਨ ਮੁਕੱਦਮਾ ਦਾਇਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ; ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕੰਪਨੀ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। 2015 ਵਿੱਚ, ਨੇਸਲੇ ਦੇ ਮੈਗੀ ਨੂਡਲਜ਼ 'ਤੇ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀਸਾ ਅਤੇ ਮੋਨੋਸੋਡੀਅਮ ਗਲੂਟਾਮੇਟ ਸਮੱਗਰੀ ਪਾਈ ਗਈ ਸੀ। ਇਸਨੇ ਯੋਕੇਬਾਜ਼ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਦਾ ਪਰਦਾਫਾਸ਼ ਕੀਤਾ, ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਉੱਚ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਉਤਪਾਦ ਦੀ ਟੈਗਲਾਈਨ "ਸਵਾਦ ਵੀ, ਸਿਹਤ ਵੀ" ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਕਲਪ ਵਜੋਂ ਇਸਤਿਹਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਦੋ ਪੋਸ਼ਣ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਅਧਿਐਨ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਹੁ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨਾਂ ਅਕਸਰ ਅਮੀਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਵੇਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸਟਾਰ ਰੇਟਿੰਗਾਂ ਅਮੀਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਔਸਤਨ 2.3 ਬਨਾਮ ਗਰੀਬ ਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ 1.8 ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੀ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ ਅਸਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਮਾਨਤਾ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰ ਭੋਜਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਗਲੋਬਲ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਨੈਤਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਰੇਖਾਕਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਫੂਡ ਸੇਫਟੀ ਐਂਡ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਅਥਾਰਟੀ ਆਫ ਇੰਡੀਆ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ 'ਤੇ ਸਮੱਗਰੀ, ਪੋਸ਼ਣ ਮੁੱਲ ਅਤੇ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਲਈ ਲੇਬਲਿੰਗ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਬੇਬੁਨਿਆਦ ਦਾਅਵੇ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਈਕੋ-ਅਨੁਕੂਲ", "ਜੈਵਿਕ" ਜਾਂ "ਆਹਾਰ-ਅਨੁਕੂਲ" ਹੋਣ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖਪਤਕਾਰ ਲੇਬਲਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਸਦੇ ਬਜਾਏ ਇਸਤਿਹਾਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਫਰੰਟ-ਪੈਕ ਸਿਹਤ ਦਾਅਵਿਆਂ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੰਡੀਅਨ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਸਰਚ ਦੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ ਨਿਊਟ੍ਰੀਸ਼ਨ ਨੇ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਕਿ ਗੁੰਮਰਾਹਕੁੰਨ ਲੇਬਲ ਗੈਰ-ਸੰਚਾਰੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੋਟਾਪੇ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਸੋਡਾ, ਕੈਂਡੀ, ਪ੍ਰੀ-ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਮੀਟ, ਖੰਡ ਨਾਲ ਭਰੇ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਆਲੂ ਦੇ ਚਿਪਸ ਵਰਗੇ ਅਲਟਰਾ-ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਭੋਜਨਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੇਵਨ ਕੈਂਸਰ, ਦਿਲ, ਗੈਸਟਰੋਇੰਟੇਸਟਾਈਨਲ ਅਤੇ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ, ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਤ ਸਮੇਤ

“ ਬਹੁ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨਾਂ ਅਕਸਰ ਅਮੀਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਵੇਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸਟਾਰ ਰੇਟਿੰਗਾਂ ਅਮੀਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਔਸਤਨ 2.3 ਬਨਾਮ ਗਰੀਬ ਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ 1.8 ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੀ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ ਅਸਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ, ਜੋ ਕਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਹੁਣ ਇਸਦੇ ਨਿਊਰੋਪ੍ਰੋਟੈਕਟਿਵ ਗੁਣਾਂ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੀਜਾਂ ਦੇ ਤੇਲ, ਜੋ ਇੱਕ ਵਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਹੁਣ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਆਹਾਰ, ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਮਾਈਕ੍ਰੋਬਾਇਓਮ ਅਧਿਐਨ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਮਹੱਤਵ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਰਿਫਾਈਨਡ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਪਾਲਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੇ ਸ਼ੂਗਰ ਅਤੇ ਮੋਟਾਪੇ ਸਮੇਤ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਹੈ। ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਗੁੰਨਵਾਸੀਗੀ ਅਤੇ ਬੇਬੁਨਿਆਦ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਬੰਧੀ ਦਾਅਵੇ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ। ”

32 ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਰਨਲ ਆਫ ਕੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਅਧਿਐਨ ਅਨੁਸਾਰ। ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਉੱਚ-ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਅਲਟਰਾ-ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਭੋਜਨ ਦੀ ਖਪਤ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੈਲੋਰੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦਾ 58% ਤੱਕ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਮੱਧ ਅਤੇ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੀ ਖਪਤ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇਹ ਭੋਜਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਧਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ, ਟਾਈਪ 2 ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਅਤੇ ਘਾਤਕ ਦਿਲ ਦੇ ਦੌਰੇ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਸੀ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖਪਤਕਾਰ ਭੋਜਨ ਲੇਬਲ ਨੂੰ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੜ੍ਹਨ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, "ਸਿਹਤਮੰਦ" ਵਜੋਂ ਵੇਚੇ ਗਏ ਉਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਖੰਡ ਹੋ

ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਜਕਿਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸਤਿਹਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦਾਅਵਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਲੁਕੇ ਹੋਏ ਸੁਨੇਹੇ ਅਕਸਰ ਸਖਤ ਜਾਂਚ ਨੂੰ ਬਾਈਪਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਉਦਯੋਗ ਨੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲਫ ਲਾਈਫ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਕਸਰ ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ ਦੀ ਘਾਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਤਪਾਦਨ ਵਿੱਚ ਐਡਿਟਿਵ, ਪ੍ਰਜ਼ਰਵੇਟਿਵ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਪਾਚਕ ਵਿਕਾਰ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਰਵਾਇਤੀ ਸਮਝ ਕਿ ਭੋਜਨ ਦਵਾਈ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ, ਆਧੁਨਿਕ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਜੈਵਿਕ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹ ਉੱਚ ਕੀਮਤ

ਅਤੇ ਸੀਮਤ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਖਾਸ ਬਾਜ਼ਾਰ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਉਤਪਾਦਨ ਅਤੇ ਸੋਰਸਿੰਗ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਥ੍ਰੂ ਕੋਡ ਦੁਆਰਾ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਸਰੋਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਥਾਨਕ, ਮੌਸਮੀ ਉਤਪਾਦਾਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਲਾਭ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ, ਫੂਡ ਸੇਫਟੀ ਐਂਡ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਅਥਾਰਟੀ ਆਫ ਇੰਡੀਆ ਦੁਆਰਾ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਇੱਕ ਉੱਚ-ਜੋਖਮ ਵਾਲੀ ਭੋਜਨ ਵਸਤੂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਰਗੀਕਰਨ ਇੱਕ ਸਵਾਗਤਯੋਗ ਕਦਮ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਆਡਿਟ ਅਤੇ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਦੀ ਚੌਕਸੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ, ਜੋ ਕਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਹੁਣ ਇਸਦੇ ਨਿਊਰੋਪ੍ਰੋਟੈਕਟਿਵ ਗੁਣਾਂ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੀਜਾਂ ਦੇ ਤੇਲ, ਜੋ ਇੱਕ ਵਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਹੁਣ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਖੁਰਾਕ, ਅੰਤਰ-ਪੀੜ੍ਹੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਮਾਈਕ੍ਰੋਬਾਇਓਮ ਅਧਿਐਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ, ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਮਹੱਤਵ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਰਿਫਾਈਨਡ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਪਾਲਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੇ ਸ਼ੂਗਰ ਅਤੇ ਮੋਟਾਪੇ ਸਮੇਤ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਹੈ। ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਗੁੰਨਵਾਸੀਗੀ ਅਤੇ ਬੇਬੁਨਿਆਦ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਬੰਧੀ ਦਾਅਵੇ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਫੂਡ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਗੁੰਮਰਾਹਕੁੰਨ ਦਾਅਵਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਖਪਤਕਾਰ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਤੇ ਚੌਕਸੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਨ ਅਤੇ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਦੇ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਪੋਸ਼ਣ ਸਾਖਰਤਾ ਨੂੰ ਲੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਪਰੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

Caveat emptor (ਖਰੀਦਦਾਰ ਸਾਵਧਾਨ) ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੂਡ ਸੇਫਟੀ ਐਂਡ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਅਥਾਰਟੀ ਆਫ ਇੰਡੀਆ ਨੂੰ ਲਾਗੂਕਰਨ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੇਬਲਿੰਗ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਬਾਜ਼ਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮਾਨ ਭੋਜਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਨੈਤਿਕ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨੀ ਅਤੇ ਚੌਕਸੀ ਦੁਆਰਾ ਸੂਚਿਤ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਰਵਾਇਤੀ ਸਿਆਣਪ ਦੇ ਨਾਲ ਆਧੁਨਿਕ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਭੋਜਨ ਦੀ ਖਪਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸੁਚੇਤ ਪਹੁੰਚ ਅਪਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ, ਲੇਬਲਿੰਗ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਸਾਖਰਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਸਿਹਤ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵੱਲ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮ ਹਨ।

ਘਾਹ ਕੱਟਣ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ,
(lawnmower)
ਵਾਸ਼ਰ ਡਰਾਇਰ, ਮਿਕਸੀ,
ਮਾਈਕਰੋਵੇਵ ਵਾਜਬ ਰੇਟ ਤੇ
ਠੀਕ ਕਰਵਾਓ

REPAIR & SERVICES

ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

604-773-7258 (ਸਰੀ)

ICC ACCOUNTING SERVICES INC.
Accounting Services Inc.

ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਟੈਕਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਮਿਲੋ
☎ 604-597-0991, 778-895-7444
☎ 1-800-732-0519

✉ : icc.accounting@yahoo.ca
🌐 : www.iccaccounting.com
📍 : 8740 - 140A St., Surrey, BC V3W 0M4

Gurnek Bangar
(Pasla)

ਲਿਖਤ : ਡਾ. ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ

ਸਾਈਬਰ ਕਰਾਈਮ ਬਣਿਆ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ



ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਵਧੀਆ ਕਿਸਾਨ ਅਤੇ ਜਵਾਨ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਉਹ ਕਿਰਤ ਕਰਨ, ਵੱਡ ਛਕਣ ਅਤੇ ਨਾਮ ਜਪਣ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦੇ ਸਨ। ਪਰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਸ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਲੱਗ ਗਈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਗ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹੀ ਰਾਹ ਵੱਲ ਤੁਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ, ਮਿਲਾਵਟ ਅਤੇ ਬੇਈਮਾਨੀ ਪੈਰ ਪਸਾਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਦੁੱਧ, ਲੱਸੀ, ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵੱਲ ਮੁੱਖ ਮੋੜ ਰਹੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਜਿਹੜੀ ਨਵੀਂ ਬਿਮਾਰੀ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਲੈ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀ ਪਿੱਛੇ ਨਹੀਂ ਰਹੇ। ਇਹ ਨਵੀਂ ਬਿਮਾਰੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਾਈਬਰ ਕਰਾਈਮ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪੈਰ ਪਸਾਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਲਿਖਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਹੋਣਾ ਪਿਆ ਕਿ ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਾਡੇ ਗੁਆਂਢੀ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ 17 ਲੱਖ ਦਾ ਚੁਨਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਉਸ ਦਿਨ ਮਾਂ ਘਰ ਇਕੱਲੀ ਹੀ ਸੀ। ਉਹ ਅਧਿਆਪਕਾ ਹੈ। ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਬਣਾ ਕੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕੀਤਾ ਤੇ ਆਪਣੀ ਬੁਰੀ ਹਾਲਤ ਬਿਆਨ ਕਰਦਿਆਂ ਛੇਤੀ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਆਖਿਆ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅੱਜ ਪੈਸੇ ਨਾ ਪਹੁੰਚੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਬੈਂਕ ਅਤੇ ਖਾਤਾ ਵੀ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ ਜਿੱਥੇ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣੇ ਸਨ। ਮਾਂ ਵਿਚਾਰੀ ਘਬਰਾ ਗਈ। ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਐੱਫਡੀਜ਼ ਤੁੜਵਾਈਆਂ ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸੋਚੇ ਸਮਝੇ ਪੈਸੇ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਫੋਨ ਆਇਆ ਤਾਂ ਮਾਂ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਪੁੱਤਰ, ਪੈਸੇ ਮਿਲ ਗਏ ਤੇ ਤੇਰੀ ਮੁਸੀਬਤ ਟਲ ਗਈ?" ਪੁੱਤਰ ਹੈਰਾਨ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਕਿਹੜੀ ਮੁਸੀਬਤ ਤੇ ਕਿਹੜੇ ਪੈਸੇ?" ਮਾਂ ਨੇ ਸਾਰੀ ਗੱਲ ਦੱਸੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਹ ਠੱਗੇ ਗਏ ਹਨ।

ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਵੀ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਮੈਨੂੰ ਸਵੇਰੇ ਕੋਈ 10 ਕੁ ਵਜੇ ਫੋਨ ਆਇਆ। ਮੈਂ ਫੋਨ ਚੁੱਕਿਆ ਤੇ ਅੱਗੋਂ ਆਵਾਜ਼ ਆਈ, "ਡਾ. ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਬੋਲ ਰਹੇ ਹਨ?" ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਮੇਰਾ ਕੋਈ ਪਾਠਕ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਕਈ ਫੋਨ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਮੇਰੇ 'ਹਾਂ' ਕਹਿਣ 'ਤੇ ਉਹ ਆਖਣ ਲੱਗਾ, "ਡਾ. ਸਾਹਿਬ, ਮੈਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣਾ ਪਾਠਕ ਹਾਂ, ਵੈਸੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪੁੱਤਰ ਕਿੱਥੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ?" ਮੈਨੂੰ ਜਾਪਿਆ ਕਿ ਮੇਰਾ ਕੋਈ ਜਾਣੂ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਮੈਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ। ਇੱਥੇ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਵੀ ਉਚਿਤ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਠੋਠ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਅੱਗੋਂ ਦੱਸਿਆ, "ਮੈਂ ਦਿੱਲੀ ਪੁਲੀਸ ਤੋਂ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡਾ ਪੁੱਤਰ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਫਸ ਗਿਆ ਹੈ।" ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਫਸ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਆਖਿਆ, "ਉਹ ਆਪਣੇ ਦਫਤਰ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੇ ਉਸ ਤੋਂ ਲਿਫਟ ਮੰਗੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ

ਪੁੱਤਰ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗੱਡੀ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾ ਲਿਆ। ਅਸੀਂ ਨਾਕੇ 'ਤੇ ਜਦੋਂ ਕਾਰ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ੀ ਲਈ ਤਾਂ ਉਸ ਬੰਦੇ ਕੋਲੋਂ ਨਸ਼ੇ ਦੀਆਂ ਪੁੜੀਆਂ ਮਿਲੀਆਂ। ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਗੱਡੀ ਵਿੱਚ ਸੀ, ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਨਾ ਪਿਆ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਫੋਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰੀਫ ਆਦਮੀ ਹੋ, ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਜ਼ਤ ਹੈ ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪੁੱਤਰ ਵੀ ਚੰਗੇ ਅਹੁਦੇ ਉੱਤੇ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਸ ਨੂੰ ਸਜ਼ਾ ਹੋ ਗਈ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।" ਮੈਂ ਆਖਿਆ, "ਬੇਟੇ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਕਰਾਓ।" ਉਸ ਨੇ ਆਖਿਆ, "ਲਓ ਕਰੋ।" ਫੋਨ 'ਤੇ ਕੋਈ ਰੋਂਦਾ ਹੋਇਆ ਆਖ ਰਿਹਾ ਸੀ, "ਡੈਡੀ ਮੈਨੂੰ ਬਚਾ ਲਵੋ"। ਫਿਰ ਉਹ ਉੱਚੀ-ਉੱਚੀ ਰੋਣ ਲੱਗ ਪਿਆ।" ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਤਸੱਲੀ ਦਿੱਤੀ, "ਤੂੰ ਫਿਕਰ ਨਾ ਕਰ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦਿੰਦਾ।" ਮੈਂ ਫੋਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਹੁਣ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ? ਉਹ ਆਖਣ ਲੱਗਾ, "ਸਾਡਾ ਸਾਹਿਬ ਪਰ੍ਹੇ ਖੜ੍ਹਾ ਹੈ, ਮੈਂ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ।" ਦੇ ਕੁ ਮਿੰਟ ਪਿੱਛੋਂ ਉਹ ਮੁੜ ਆਖਣ ਲੱਗਾ, "ਮੈਂ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਬੜੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ, ਚਾਰ ਲੱਖ ਮੰਗ ਰਿਹਾ।" ਮੈਂ ਆਖਿਆ, "ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਇੰਨੇ ਪੈਸੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ।" ਉਹ ਕਹਿੰਦਾ, "ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਦੋਵੇਗੇ?" ਮੈਂ ਆਖਿਆ, "ਮੈਂ ਤਾਂ ਦੋ ਲੱਖ ਹੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹਾਂ।"

ਬੋੜੀ ਦੇਰ ਪਿੱਛੋਂ ਉਹ ਆਖਣ ਲੱਗਾ, "ਮੈਂ ਬੜੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ। ਤੁਸੀਂ ਇੰਝ ਕਰੋ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਂਕ ਤੇ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ ਦੱਸਦਾ ਹੁਣੇ ਪੈਸੇ ਭੇਜ ਦੇਵੇ ਪਰ ਫੋਨ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ। ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਚਲਾਨ ਕਰ ਦੇਣਾ, ਫਿਰ ਮੈਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।" ਉਸ ਨੇ ਦਵਾਰਕਾ ਦੇ ਇੱਕ ਬੈਂਕ ਦਾ ਨੰਬਰ ਲਿਖਵਾਇਆ ਤੇ ਖਾਤਾਧਾਰਕ ਕੋਈ ਔਰਤ ਸੀ। ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤੀ ਸਮਝੋ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਮੋਬਾਈਲ ਰਾਹੀਂ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਮੈਂ ਆਖਿਆ, "ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਜਾ ਕੇ ਪੈਸੇ ਭੇਜਦਾ ਹਾਂ।" ਉਹ ਆਖਣ ਲੱਗਾ, "ਏਨੀ ਦੇਰ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਉਡੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ, ਪੈਸੇ ਤਾਂ ਹੁਣੇ ਭੇਜੋ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਚਲਾਨ ਭਰਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।" ਮੈਂ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ, "ਮੈਨੂੰ ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ, ਮੇਰੀ ਮਜਬੂਰੀ ਹੈ।" ਉਹ ਆਖਣ ਲੱਗਾ, "ਗੁਆਂਢੀ ਰਾਹੀਂ ਭਿਜਵਾ ਦੇਵੋ।" ਮੇਰੀ ਮਜਬੂਰੀ ਸੀ। ਉਹ ਨਾ ਮੰਨਿਆ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਮੈਂ ਆਖ ਬੈਠਾ, "ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਫਰਾਡ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।" ਇਹ ਸੁਣ ਕੇ ਉਸ ਨੇ ਫੋਨ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਉਦੋਂ ਹੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੇਟੇ ਨੂੰ ਫੋਨ ਮਿਲਾਇਆ। ਉਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਹੈ ਤੇ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਘਟਨਾ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਮੈਂ ਸ਼ੁਕਰ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੋਸਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਮੋਬਾਈਲ ਰਾਹੀਂ ਪੈਮੈਂਟ ਕਰਨੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਜੋ ਸਿੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਿਨ ਇਹ ਕੰਮ ਨਾ ਆਉਣਾ ਮੇਰੇ ਲਈ ਵਰਦਾਨ ਬਣ

ਗਿਆ।
ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਰਾਤ ਦੇ ਦਸ ਕੁ ਵਜੇ ਵਟਸਐਪ 'ਤੇ ਫੋਨ ਆਇਆ, ਮੇਰੇ 'ਹੈਲੋ' ਆਖਣ 'ਤੇ ਉਹ ਬੋਲਿਆ, "ਮਾਮਾ ਜੀ ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ, ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਪਹਿਚਾਣਿਆ ਮੈਨੂੰ।" ਮੈਂ ਆਖਿਆ, "ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ, ਪਰ ਯਾਦ ਨਹੀਂ ਆ ਰਿਹਾ।" ਉਹ ਬੋਲਿਆ, "ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।"

ਮੇਰੀ ਇੱਕ ਦੂਰ ਦੀ ਭੈਣ ਦੇ ਬੱਚੇ ਉੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਉਹੀ ਹੋਣਗੇ।
ਮੈਂ ਪੁੱਛਿਆ, "ਕੁਲਵੰਤ ਬੋਲ ਰਿਹਾ?"
"ਮਾਮਾ ਜੀ, ਤੁਸੀਂ ਪਛਾਣ ਹੀ ਲਿਆ।"
"ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਿਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਲ ਹੋ ਗਏ। ਇਸ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਕਿੱਥੇ ਯਾਦ ਰਹਿੰਦੈ।"
"ਹੋਰ ਮਾਮਾ ਜੀ ਮਾਮੀ ਜੀ ਠੀਕ ਹਨ?"
"ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ ਹਨ।"
"ਮਾਮਾ ਜੀ, ਮੇਰਾ ਇੱਕ ਕੰਮ ਕਰੋ।"
"ਦੱਸ ਕੀ ਕਰਨੈ ?"
"ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣੇ ਹਨ। ਆਪਣਾ ਬੈਂਕ ਦਾ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ ਭੇਜੋ।"
"ਮੈਨੂੰ ਕਿਉਂ ਭੇਜਣੇ ਹਨ? ਆਪਣੇ ਘਰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਭੇਜ।"
"ਨਹੀਂ, ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਭੇਜਣੇ। ਮੈਂ ਅਗਲੇ ਮਹੀਨੇ ਆਉਣਾ ਹੈ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਲੈ ਲਵਾਂਗਾ।"
"ਨਹੀਂ ਬਈ, ਮੈਂ ਬੁੱਢੇ ਵਾਰੇ ਇਸ ਝੰਜਟ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪੈਣਾ। ਨਾਲੇ ਮੈਨੂੰ ਹੁਣ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ ਵੀ ਜ਼ੁਬਾਨੀ ਯਾਦ ਨਹੀਂ।"
"ਪਲੀਜ਼ ਮਾਮਾ ਜੀ, ਇੰਝ ਨਾ ਕਰੋ। ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਲਗਾਅ ਹੈ।"
"ਮੇਰੀ ਮਜਬੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਮੈਂ ਪਾਸ ਬੁੱਕ ਕਿੱਥੋਂ ਲੱਭਦਾ ਫਿਰਾਂਗਾ।"
"ਅੱਡਾ ਮਾਮਾ ਜੀ, ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਉਮੀਦ ਸੀ।"

"ਮੇਰੀ ਮਜਬੂਰੀ ਹੈ ਬੇਟਾ, ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ।"
ਸ਼ਾਇਦ ਮੈਂ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ ਦੱਸ ਵੀ ਦਿੰਦਾ, ਪਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ ਯਾਦ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਹੁਣ ਕਾਫ਼ੀ ਲੰਮੇ ਨੰਬਰ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਵੀ ਮੇਰੀ ਯਾਦਦਾਸਤ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਮੇਰੀ ਸਹਾਇਕ ਬਣੀ।
ਜੇ ਵੀ ਹੈ, ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਇਸ ਪਾਸੇ ਤੁਰਨਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਬੁਰਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਭੈੜ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਾਡੀ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨਹੀਂ ਅਪਣਾ ਰਹੀ। ਵਿਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਨਿੱਤ ਖ਼ਬਰਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਮੁੰਡੇ ਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰੀ, ਗੁੰਡਾਗਰਦੀ ਅਤੇ ਗ਼ਲਤ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਉਪਾਰ, ਖੇਤੀ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਰਾਜਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਮੱਲਾਂ ਮਾਰ ਰਹੇ ਹਨ ਉੱਥੇ ਕੁਝ ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਗ਼ਲਤ ਕੰਮ ਪੂਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਕੌਮ ਨੂੰ ਬਦਨਾਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਲਿਖਤ : ਸੁਭਮ ਕੁਮਾਰ

ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਜਿੱਲ੍ਹਣ ਫਸਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਪੰਜਾਬੀ

ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਹੁਣ ਸਿਰਫ ਮਰਦ ਹੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੀ ਜਿੱਲ੍ਹਣ 'ਚ ਨਹੀਂ ਫਸੇ ਹੋਏ। ਔਰਤਾਂ ਵੀ ਹੁਣ ਇਸ ਚੋਖੇ ਮੁਨਾਫੇ ਵਾਲੇ ਵਪਾਰ 'ਚ ਆਪਣਾ 'ਯੋਗਦਾਨ' ਪਾਉਣ ਲੱਗ ਪਈਆਂ ਹਨ। ਸੂਬੇ ਦੇ ਕੁਝ ਪਿੰਡਾਂ 'ਚ ਤਾਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਤੇ ਘਿਨਾਉਣੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਸ ਕਾਰੋਬਾਰ 'ਚ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ 50% ਦੇ ਲਗਪਗ ਹੈ। ਸਾਲ 2022-23 ਦੌਰਾਨ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਐੱਨਡੀਪੀਐੱਸ ਕਾਨੂੰਨ ਅਧੀਨ ਕੁੱਲ 1,533 ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਹੋਈ ਸੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ 1,408 ਵਿਆਹੁਤਾ ਤੇ 125 ਅਣ-ਵਿਆਹੀਆਂ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲੋਂ ਹੈਰੋਇਨ, ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ, ਭੁੱਕੀ ਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਭਾਰੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਬਰਾਮਦ ਹੋਏ ਹਨ। ਸੂਬੇ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਤਾਣੇ-ਬਾਣੇ 'ਚ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀ ਨੋਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਇਕ ਤਾਂ ਇਹ ਕਿ ਔਰਤ ਹੁਣ ਵਧੇਰੇ ਨਿਡਰ ਤੇ ਬੇਪਰਵਾਹ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੇ, ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਆਰਥਿਕ ਤੰਗੀਆਂ-ਤੁਰਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਕਾਰਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨਸ਼ੀਲੇ ਕਾਰੋਬਾਰ 'ਚ ਕੁੱਦਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੋਣਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਭਾਵੇਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਸਮੱਗਲਿੰਗ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਅਨੇਕ ਹਾਂ-ਪੱਖੀ



ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਹਨ ਪਰ ਕਾਫ਼ੀ ਡੂੰਘੇ ਲੱਥ ਚੁੱਕੇ ਇਸ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੇ ਮੁਕੰਮਲ ਖ਼ਾਤਮੇ ਲਈ ਹਾਲੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਕਰਨਾ ਬਾਕੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਚਿੰਤਾ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ 2017 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਜੋ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ 'ਚ ਲਗਾਤਾਰ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਾਲ 2017-18 ਦੌਰਾਨ ਔਰਤਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਐੱਨਡੀਪੀਐੱਸ ਕਾਨੂੰਨ ਅਧੀਨ 900 ਮਾਮਲੇ ਦਰਜ ਹੋਏ ਸਨ। ਉਸ ਤੋਂ ਅਗਲੇ

ਵਰ੍ਹੇ 2019 'ਚ ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਵਧ ਕੇ 1,233 ਹੋ ਗਈ। ਕੇਵਿਡ ਮਹਾਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਸਾਲ 2020 ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕੁਝ ਕਮੀ ਆਈ ਪਰ ਫਿਰ ਅਗਲੇ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਲਗਾਤਾਰ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਰਕਾਰੀ ਅੰਕੜੇ ਇਹ ਵੀ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਟਿਆਲਵੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿਰੁੱਧ 116 ਮਾਮਲੇ ਦਰਜ ਹੋਏ ਤੇ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਦੂਜਾ ਨੰਬਰ ਕਪੂਰਥਲਾ ਤੇ ਤੀਜਾ ਲੁਧਿਆਣਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਦਿਹਾਤੀ ਇਲਾਕਿਆਂ, ਸ਼ਹਿਰੀ ਬਸਤੀਆਂ ਜਾਂ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੱਛੜੇ ਵਰਗਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਲਵਈ ਔਰਤਾਂ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਮਾਲਵਾ ਖੇਤਰ 'ਚ 66 ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹਲਕੇ ਹਨ ਤੇ ਰਾਜ ਦੇ 117 ਮੈਂਬਰੀ ਸਦਨ 'ਚ ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਦੋਆਬਾ, ਤੀਜੇ 'ਤੇ ਮਾਝਾ ਅਤੇ ਚੌਥੇ 'ਤੇ ਪੁਆਧ ਦਾ ਇਲਾਕਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਕਾਰੋਬਾਰ 'ਚ ਆ ਕੇ ਮਜਬੂਰਨ ਫਸਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਗ਼ਰੀਬ ਵਰਗ ਨਾਲ ਹੀ ਸਬੰਧਤ ਹਨ। ਸਾਲ 2000 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 2013 ਤੱਕ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮਾਲਵਾ ਖੇਤਰ 'ਚ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ 97 ਫੀਸਦੀ ਕਿਸਾਨ ਖ਼ੁਦਕੁਸ਼ੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ। ਇੰਜ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵੱਲ ਖ਼ਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅੰਕੜੇ ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਆਪ ਬਿਆਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਹੀ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਉਲੀਕੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਗਨਰੋਗਾ ਵਰਗੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਹੋਰ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ 'ਚ ਵਿਦੇਸ਼ ਜਾ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨ ਤੇ ਸੈਟਲ ਹੋਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਹੋਰ ਪਕੇਰਾ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲਾਂ 'ਚ ਨੈਤਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਪਾਠ ਵੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰਾਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਦਾ ਮੋਢੀ ਬਾਬਾ ਭਕਨਾ

ਅਦੁੱਤੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਗ਼ਦਰੀ ਬਾਬਾ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ ਭਕਨਾ ਗ਼ਦਰ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਬਾਨੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਦੇ ਬਾਨੀਆਂ 'ਚੋਂ ਇਕ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਨਮ 4 ਜਨਵਰੀ 1870 ਨੂੰ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਾਜਨੀਤੀ ਦੀ ਲਗਨ ਨਾਮਧਾਰੀ ਲਹਿਰ ਤੋਂ ਲੱਗੀ।

ਬਾਬਾ ਭਕਨਾ ਜੀ ਨੇ 1907 ਵਿਚ ਚੱਲੀ 'ਪਗੜੀ ਸੰਭਾਲ ਜੱਟਾਂ' ਲਹਿਰ 'ਚ ਵੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜਥੇਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਅਹਿਮ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਇਹ ਲਹਿਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਾਕਮਾਂ ਵੱਲੋਂ ਲਿਆਂਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਲੈਂਡ ਕਾਲੋਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ, ਦਬਾਅ ਬਾਰੀ ਅਤੇ ਮਾਲੀਏ ਦੇ ਵਾਧੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸੀ। 'ਪਗੜੀ ਸੰਭਾਲ ਜੱਟਾਂ' ਲਹਿਰ ਦੇ ਮੋਢੀ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਚਾਚੇ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸ਼ਹੀਦ ਸਵਰਨ ਸਿੰਘ, ਸੂਫੀ ਅੰਬਾ ਪ੍ਰਸਾਦ ਤੇ ਲਾਲਾ ਪਿੰਡੀ ਦਾਸ ਵਰਗੇ ਸੂਰਬੀਰਾਂ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜਥੇਬੰਦ ਕਰ ਕੇ ਘੋਲ ਲੜਿਆ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਾਕਮਾਂ ਦੇ ਦੰਦ ਖੱਟੇ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਬਿੱਲ ਰੱਦ ਕਰਵਾਏ।

ਬਾਬਾ ਭਕਨਾ ਜੀ ਘਰ ਦੀਆਂ ਮਾਲੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਕਾਰਨ 3 ਫਰਵਰੀ 1909 ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋਏ ਅਤੇ 4 ਅਪ੍ਰੈਲ 1909 ਨੂੰ ਸਿਆਟਲ ਬੰਦਰਗਾਹ 'ਤੇ ਪੁੱਜ ਗਏ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਪੈਸਾ ਤਾਂ ਕਮਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ ਪਰ ਉੱਥੋਂ ਦੇ ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨਾਲ ਘੋਰ ਨਫ਼ਰਤ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਜ਼ਲਾਲਤ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਗ਼ੁਲਾਮੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮਿਲ-ਬੈਠ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀਆਂ ਤਰਕੀਬਾਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਜੰਗ ਲੜਨ ਵਾਸਤੇ 21 ਅਪ੍ਰੈਲ 1913 ਨੂੰ ਗ਼ਦਰ ਪਾਰਟੀ ਸਥਾਪਤ ਕਰ ਲਈ ਜਿਸ ਦੇ ਬਾਨੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਨ ਬਾਬਾ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ ਭਕਨਾ। ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਇੰਨਾ ਖਿੱਚਪਾਊ ਸੀ ਕਿ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਅਰਸੇ ਵਿਚ ਭਾਰਤੀ ਕਿਰਤੀ ਗ਼ਦਰ ਪਾਰਟੀ ਨਾਲ ਜੁੜ ਗਏ।

ਬਾਬਾ ਭਕਨਾ ਜੀ ਅਕਤੂਬਰ 1914 ਵਿਚ ਭਾਰਤ ਆਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਫੜੇ ਗਏ। ਉਮਰ ਕੈਦ ਭੁਗਤ ਕੇ ਰਿਹਾਅ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਉਸਾਰਨ ਵਿਚ ਰੁੱਝ ਗਏ। ਬਾਬਾ ਭਕਨਾ ਨੇ ਦੋ ਤੋਂ ਚਾਰ ਅਗਸਤ 1936 ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਕਸਬਾ ਬਾਬਾ ਬਕਾਲਾ ਵਿਖੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਰੱਖੀ। ਪੰਜਾਬ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਦਾ ਪਲੇਠਾ ਸਮਾਗਮ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ, ਰਾਜਗੁਰੂ, ਸੁਖਦੇਵ ਦੇ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਿਵਸ 'ਤੇ 23 ਮਾਰਚ 1937 ਨੂੰ ਹੋਇਆ। ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਨੇ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਦੀ ਸਰਗਰਮੀ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ 'ਚੋਂ ਅਸਤੀਫ਼ਾ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਵਕਤ ਉਹ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸੂਬਾਈ ਆਗੂ ਸਨ।

ਮੋਗਾ ਮੋਰਚਾ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਨੇ ਅਕਾਲੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ 1938

ਵਿਚ ਲੜਿਆ। ਜਲ੍ਹਿਆਂਵਾਲੇ ਬਾਗ ਤੋਂ ਪੰਜ ਸੌ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦਾ ਜਥਾ ਚੱਲਿਆ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਾਕਮਾਂ ਨੇ ਉੱਚੇ ਪੁਲ 'ਤੇ ਰੋਕ ਲਿਆ। ਸੜਕ 'ਤੇ ਲੁੱਕ ਪਾਈ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਹ ਬਹੁਤ ਤਪੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਫਿਰ ਵੀ ਸਾਰੇ ਵਲੰਟੀਅਰ ਹਿੰਮਤ ਤੇ ਦਲੇਰੀ ਨਾਲ ਪੁਲਿਸ ਅੱਗੇ ਚੱਟਾਨ ਵਾਂਗ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹੇ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਲਾਠੀਚਾਰਜ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਤਪਦੀ ਸੜਕ 'ਤੇ ਲੰਮੇ ਪਾ ਕੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁੱਟਿਆ। ਇਸ ਮੋਰਚੇ ਵਿਚ ਵੀ ਬਾਬਾ ਭਕਨਾ ਨੂੰ ਕੈਦ ਹੋਈ ਪਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਜਿੱਤ ਹੋਈ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਨੇ ਨਹਿਰ ਦੇ ਮੋਢੇ ਛੋਟੇ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਵਾਪਸ ਲੈ ਲਿਆ। ਇਸ ਮੋਰਚੇ ਵਿਚ ਬਾਬਾ ਭਕਨਾ ਜੀ ਦੀ ਉਹ ਇਤਿਹਾਸਕ ਤਸਵੀਰ ਗਵਾਹੀ ਭਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਰ ਸੂਰਬੀਰਾਂ ਨਾਲ ਬੇੜੀਆਂ ਵਿਚ ਜਕੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਸੰਨ 1939 ਵਿਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਨੇ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿਚ ਲਾਹੌਰ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਾ ਲੱਗਾ। ਇਸ ਮੋਰਚੇ ਵਿਚ 50 ਹਜ਼ਾਰ ਦੇ ਲਗਪਗ ਮਰਦ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਕੈਦ ਹੋਈਆਂ। ਅਖ਼ੀਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਰੋਹ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਸਰਕਾਰ ਝੁਕ ਗਈ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਜਿੱਤ ਹੋਈ। ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਵਧਾਇਆ ਹੋਇਆ ਮਾਮਲਾ ਵੀ ਵਾਪਸ ਲਿਆ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਕਿਸਾਨ ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਰਤ ਰਿਹਾਅ ਕੀਤੇ ਪਰ ਬਾਬਾ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ ਭਕਨਾ ਨੂੰ ਸਜ਼ਾ ਦਿੱਤੀ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇਸ਼ ਭਗਤਾਂ ਨੇ 'ਬਾਬਾ ਬੋਰਡ' ਬਣਾ ਕੇ 1937 ਦੀਆਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਾਕਮਾਂ ਦੇ ਖ਼ੈਰ-ਖ਼ਵਾਹ ਜਗੀਰਦਾਰਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜੀਆਂ। ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਨੌਂ ਉਮੀਦਵਾਰ ਖੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ। ਦੋ ਬਿਨਾਂ ਮੁਕਾਬਲਾ ਜਿੱਤ ਗਏ ਅਤੇ ਛੇ ਵੱਡੇ ਫ਼ਰਕ ਨਾਲ ਜਿੱਤੇ। ਜਿਹੜਾ ਹਾਰਿਆ, ਉਸ ਨੇ ਬਾਬਾ ਬੋਰਡ ਦੇ ਅਸੂਲਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਮੰਨਿਆ। ਬਾਬਾ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ

-ਪ੍ਰਿਥੀਪਾਲ ਸਿੰਘ ਮਾੜੀਮੇਘਾ, ਮੋ : 98760-78731

ਭਕਨਾ, ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਦਾ ਇਜਲਾਸ ਜੋ ਤ੍ਰਿਪੁਰਾ ਵਿਖੇ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਉਸ ਵਿਚ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਦੇ ਕੁੱਲ ਹਿੰਦ ਪ੍ਰਧਾਨ ਚੁਣੇ ਗਏ। ਦੂਜੀ ਸੰਸਾਰ ਜੰਗ ਲੱਗੀ ਸੀ ਤਾਂ ਉਸ ਵਕਤ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਬਨਾਰਸ ਵਿਚ ਚੰਗਿਆੜੀ ਅਖ਼ਬਾਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ 'ਚੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਹੋਈ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਉਸ ਦਿਨ ਰਿਹਾਅ ਹੋਏ ਸਨ ਜਿਸ ਵਕਤ 19 ਅਪ੍ਰੈਲ 1943 ਵਿਚ ਪਿੰਡ ਭਕਨੇ ਵਿਖੇ ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਕਿਸਾਨ ਸਭਾ ਦਾ ਕੁੱਲ ਹਿੰਦ ਇਜਲਾਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਰਿਹਾਅ ਹੋ ਕੇ ਸਿੱਧੇ ਇਜਲਾਸ 'ਚ ਪੁੱਜੇ ਅਤੇ ਝੰਡਾ ਲਹਿਰਾ ਕੇ ਇਜਲਾਸ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕੀਤਾ।



ਬਾਬਾ ਭਕਨਾ ਜੀ ਦਾ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਅਤੇ ਅਕਾਲੀ ਹਲਕਿਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪੂਰਾ ਆਦਰ ਮਾਣ ਸੀ। ਜਦੋਂ 1935-36 ਵਿਚ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਆਈਆਂ ਤਾਂ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਦੋ ਧੜਿਆਂ ਵਿਚ ਖਿੱਚੋਤਾਣ ਹੋ ਗਈ। ਮਾਹੌਲ ਕਾਫ਼ੀ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਗਿਆ। ਲੋਕ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਅੰਗਰੇਜ਼ਪ੍ਰਸਤ ਮਹੰਤਾਂ ਤੋਂ ਹੁਣੇ ਜਿਹੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰਵਾਏ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਆਈ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਫੁੱਟ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਦੋਵਾਂ ਧੜਿਆਂ ਨੇ ਸਲੂਹਾ-ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਵਸਾਖਾ ਸਿੰਘ ਦਦੇਰ ਨੂੰ ਸਾਲਸ ਮੰਨ ਲਿਆ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਬਾਬਾ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ ਭਕਨਾ ਨੂੰ ਸਾਲਸ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਦੋਵਾਂ ਧੜਿਆਂ ਨੇ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਲਿਆ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਦੋਵਾਂ ਧੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਿਆਂ ਦਿੱਤਾ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਕੁੱਲ 26 ਸਾਲ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿਚ ਗੁਜ਼ਾਰੇ ਅਤੇ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮਰ ਕੁੱਬੀ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੌਤ 21 ਦਸੰਬਰ 1968 ਨੂੰ ਹੋਈ ਸੀ।

ਕਿਤਾਬਾਂ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਡੇ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਮਹਾਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਅਸਫਲਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਕਿਤਾਬਾਂ ਸਾਡੇ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀਆਂ ਸਾਥੀ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਪੁੱਛੇ ਬਿਨਾਂ ਸਾਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਰਤ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਚੰਗੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਚੰਗਾ ਇਨਸਾਨ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਤਾਂ ਸਿਰਫ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸਾਥੀ ਬਣ ਜਾਣੀ ਗਈ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਾੜੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਕਿਤਾਬਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਰਹਿਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਮੁੱਲ ਲਿਆਉਣਗੀਆਂ।

ਇਕ ਚੰਗੀ ਕਿਤਾਬ ਇਕ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਵਰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਜਿੰਨਾ ਤੁਸੀਂ

ਹੈਪ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕੁਝ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਚਰਿੱਤਰ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਨੂੰ ਵੀ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ।

3. ਸਾਨੂੰ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਬਣਾਈ
ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਉੱਘੀਆਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤਾਂ, ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ ਅਤੇ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸਵੈ ਜੀਵਨੀਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਰਗੇ ਮਹਾਨ ਬਣਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ



ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਜਾਂ ਸਿਖਾਈਏ, ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਗਿਆਨ ਵਧਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਚੰਗੇ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ: ਪੜ੍ਹਨਾ ਇਕ ਵਧੀਆ ਸਮਾਜ ਦੇ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਹਰ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਨਿਮਰ ਬਣੋ: ਕਿਤਾਬਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਕਿਰਦਾਰ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਸਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦੇ ਹੋਏ ਨਿਮਰ ਕਿਵੇਂ ਬਣਨਾ ਹੈ। ਮਹਾਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਇਕ ਉੱਤਮ ਮਨੁੱਖ ਬਣਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਬਣੋ: ਕਿਤਾਬਾਂ ਚੰਗੇ ਰਵੱਈਏ ਦਾ ਆਦਮੀ ਬਣਨ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਮਹਾਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਤਾਬਾਂ ਜਿਵੇਂ "ਸੱਚ ਦੇ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਤਜਰਬੇ" ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਸੁਭਾਅ ਦੇ ਆਦਮੀ ਕਿਵੇਂ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ: ਅਧਿਆਪਨ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਸਿਰਫ ਨਿਰਦੋਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਮਦਦਗਾਰਤਾ ਅਤੇ ਦਿਆਲਤਾ ਚੰਗੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ, ਹਰ ਰੋਜ਼ ਤਜਰਬੇ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਘੱਟ ਸਮਝਦੇ ਹਨ।

ਕਿਤਾਬਾਂ ਇਕ ਨਵੀਂ ਨਵੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਖੋਲ੍ਹ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਗਿਆਨਵਾਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸਬਕ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪੜ੍ਹੀ ਗਈ ਹਰ ਕਿਤਾਬ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਜੋੜਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨਮੋਲ ਤਜਰਬਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਆਖਰੀ ਪਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਨਹੀਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀਆਂ ਮਿੱਤਰ ਰਹਿਣਗੀਆਂ। ਉਹ ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਅਸਲ ਖਜ਼ਾਨਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
-ਵਿਜੈ ਗਰਗ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ

ਇਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋਗੇ, ਉਨਾ ਹੀ ਦਿਲਚਸਪ ਹੋਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਾਠਕ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

1. ਸਾਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ
ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਹੀ ਇਕ ਮਾਧਿਅਮ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਅਸੀਂ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਕੀ ਹੋਇਆ ਸੀ। "ਸਮੇਂ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਇਤਿਹਾਸ" ਆਦਿ ਕਿਤਾਬਾਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਿਤਾਬਾਂ ਹਨ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ।
2. ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਸਿਖਾਉਂਦੀ
ਕਿਤਾਬਾਂ ਸਾਡੇ ਦਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਦਾ ਬੋਧ ਲਿਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਚੰਗੀ ਕਹਾਣੀ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ, ਕੋਈ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਨੈਤਿਕਤਾ ਸਿੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਕ ਚੰਗਾ ਇਨਸਾਨ ਬਣ ਸਕਦਾ

ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

4. ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਓ, ਮੈਮੋਰੀ ਅਤੇ ਕਲਪਨਾ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ
ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਨਾਵਲਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸਾਡੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਵੀ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਡੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ, ਇਕਾਗਰਤਾ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਸੋਚਣ ਦੀ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।
5. ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵੀ ਹੈ
ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ "ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਭੰਡਾਰ" ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਪੜ੍ਹਨਾ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਗਿਆਨ ਨੂੰ

ਲਿਖਤ : ਗੁਰਬਾਜ ਸਿੰਘ ਤਰਨ ਤਾਰਨ, 09872334944

ਨਵੰਬਰ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਤੇ ਨਿੱਕੇ ਦਿਨ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸੱਤ ਵਜੇ ਹੀ ਕਾਲਾ ਘੁੱਪ ਹਨੇਰਾ ਪਸਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਦਫਤਰ ਦਾ ਕੰਮ ਨਿਬੇੜ ਮੈਂ ਦੁਪਹਿਰ ਦੀ ਬੱਸ ਫੜ ਤੁਰ ਪਿਆ ਸੀ ਸਵਾ ਕੁ ਸੱਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਬੱਸ ਅੱਡੇ ਤੇ ਉਤਰਿਆ। ਬੱਸਾਂ ਟਾਵੀਆਂ-ਟਾਵੀਆਂ ਖੜੀਆਂ ਸਨ। ਬੱਸ ਅੱਡਾ ਵੀਰਾਨ ਜਿਹਾ ਹੋਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਸੱਤ ਵਜੇ ਤੋਂ ਬਾਦ ਕਸਬੇ ਝਬਾਲ ਵੱਲ ਨੂੰ ਕੋਈ ਬੱਸ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਮੈਂ ਇੱਥਰ-ਉੱਥਰ ਵੇਖਿਆ, ਕਈ ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਕਾਹਲੀ-ਕਾਹਲੀ ਗੋੜੀਆਂ ਲਾ ਰਹੇ ਸਨ, ਹਨੇਰੇ ਕਾਰਨ ਉਹ ਵੀ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬਾਓ-ਬਾਈ ਪਹੁੰਚਾ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਪਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ ਪਰ ਮੇਰੇ ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਜਾਣ ਦਾ ਪੁੱਛ ਕੇ ਸਭ ਪਰੇ ਭੱਜ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਮੇਰਾ ਪਿੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੂਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਪੁੱਛ ਕੇ ਮੁੜ ਗਏ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਰਾਤ ਨੂੰ ਇਹ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀਆਂ ਲੋਕਲ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਚੁੱਕ ਰਹੇ ਸਨ, ਹਨੇਰਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਇਕ ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਰੁਕਿਆ, ਮੈਂ ਪਿੰਡ ਦੱਸਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਅੱਗੋਂ ਝਬਾਲ ਕਸਬੇ ਨੂੰ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਹੀ ਨਿਕਲਿਆ ਇਹ ਉਸ ਅਲੂਏ ਜਿਹੇ ਮੁੰਡੇ ਦਾ ਆਖਰੀ ਫੇਰਾ ਸੀ, ਮੇਰਾ ਪਿੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਦਸ-ਗਿਆਰਾਂ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੂਰ ਤੇ ਝਬਾਲ ਤੋਂ ਸੱਤ-ਅੱਠ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੂਰ ਸੀ ਜਾਂ ਇੰਝ ਕਹਿ ਲਵੋ ਕਿ ਮੈਂ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸੀ। ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਵਾਲਾ ਝਬਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਰਸਤੇ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ ਦੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਡੀਕਣ ਵਾਸਤੇ ਰੁਕ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਦੇਰ ਮੈਂ ਵੀ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਕੇ ਚੁੱਪ ਰਿਹਾ, ਫੇਰ ਮੈਂ ਕਿਹਾ, “ ਛੋਟੇ ਵੀਰ, ਏਦਾਂ ਕਰ ਹਨੇਰਾ ਬਹੁਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉੱਤੇ ਰਾਹ ਵੀ ਵੀਰਾਨ ਨੇ ਅੱਗੇ, ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਸਾਲਮ ਹੀ ਲੈ ਚੱਲ, ਪੈਸੇ ਦੱਸ ਕਿੰਨੇ ਲਵੇਗਾ। “ ਓਸ ਜੁਆਬ ਦਿੱਤਾ ਬਾਊ ਜੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਂਗ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਕੰਮ ਕਾਰ ਵਾਲੇ ਰਾਹ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਨੇ, ਬਸ ਦੋ-ਚਾਰ ਸਵਾਰੀਆਂ ਡੀਕ ਲਈਏ, ਫੇਰ ਚਲਦੇ ਆਂ, ਜੀ। “

ਫੇਰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਆਇਆ ਉਹ ਬ੍ਰੀ ਵੀਲਰ ਵਾਲਾ ਚੱਲਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ।

“ ਠੀਕ ਐ, ਬਾਊ ਜੀ, ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਸੱਠ ਰੁਪਈਏ ਦੇ ਦਿਓ, ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੈ ਚੱਲਦਾ ਆਂ ਜੀ। ”

“ ਸੱਠ ? ਓ ਕਾਕਾ ? ਏਹ ਕੀ ? ਇਹ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਨੇ, ਵੀਹ ਮੇਰੇ ਪਿੰਡ ਦਾ ਕਿਰਾਇਆ ਹੈ, ਤੂੰ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਤੀਹ ਨਹੀਂ ਚਾਲੀ ਲੈ ਲਾ, ਸੱਠ ਤਾਂ ਬੜੇ ਜਿਆਦਾ ਨੇ। ”

ਫੇਰ ਉਹ ਸਵਾਰੀਆਂ ਦੇਣ ਲੱਗਾ, “ ਵੇਖੋ ਬਾਊ ਜੀ, ਜੇ ਝਬਾਲ ਜਾਂਵਾਂ, ਸਵਾਰੀਆਂ ਉਡੀਕ ਕੇ ਭਰਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਡੇਢ ਦੋ ਸੌ ਕੀ ਕਮਾਈ ਹੋ ਜਾਣੀ ਸੀ, ਤੁਸੀਂ ਸਾਲਮ ਸਵਾਰੀ ਓ, ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬਿਠਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ”

“ ਓ ਭਰਾਵਾ, ਚਾਲੀ ਦੇ ਤੈਨੂੰ ਪੰਜਾਹ ਮਿਲ ਜਾਣਗੇ, ਹੁਣ ਤੂੰ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਬਣ ”, ਮੈਂ ਕਿਹਾ।

ਉਹ ਮੰਨਦਾ ਹੋਇਆ ਇੱਕ ਹੋਰ ਬੇਨਤੀ ਮੰਨਵਾ ਬੈਠਾ, “ ਬਾਊਜੀ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗੁੱਸਾ ਨਾ ਕਰੋ ਤਾਂ ਮੈਂ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਸਵਾਰੀ ਵੀ ਬਿਠਾ ਲਵਾਂ। ”

ਮੈਨੂੰ ਤਰਸ ਵੀ ਆਇਆ ਤੇ ਗੁੱਸਾ ਵੀ, ਤਰਸ ਏਸ ਕਰਕੇ ਕਿ ਗਰੀਬ ਮੁੰਡਾ ਮੇਹਨਤਕਸ਼ ਹੈ ਚਲੇ ਕੋਈ ਨਾ ਹੋਰ ਸਵਾਰੀਆਂ ਬਿਠਾ ਕਮਾਈ ਕਰਲੂ ਪਰ ਗੁੱਸਾ ਏਸ ਕਰਕੇ ਕਿ ਮੇਰੇ ਕੋਲੋਂ ਪੈਸੇ ਵੀ ਵੱਧ ਲੈਣੇ ਮਿੱਥ ਲਏ ਤੇ ਸਾਲਮ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਹੋਰ ਸਵਾਰੀਆਂ ਬਿਠਾਉਣ ਦਾ ਵੀ ਲਾਲਚ ਜਗਾ ਲਿਆ ਸੀ। ਫੇਰ ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਚੱਲ ਪਿਆ।

ਉਹ ਮੁੰਡਾ ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਦੌੜਾਉਂਦਾ ਤੇਜ ਨਜਰਾਂ ਨਾਲ ਹਰ ਚੌਕ-ਚੁਰਾਹਾ ਚੌਕ ਕਰਦਾ ਖਲੋਤੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਹਲੀ-ਕਾਹਲੀ ਅਵਾਜ਼ ਦੇ ਕੇ ਝਬਾਲ ਦਾ ਪੁੱਛ ਪੁੱਛ ਕੇ ਅੱਗੇ ਵਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਆਖਰੀ ਚੌਕ ਖਜਾਨਾ ਗੇਟ ਪਹੁੰਚੇ। ਚੌਕ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਵਾਰੀ ਦਿਖੀ। ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੰਬਾ ਜਿਹਾ ਬੰਦਾ ਦਿਖਿਆ, ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਨੇੜੇ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਵੇਖਿਆ ਤੇ ਉਹ ਬੰਦਾ ਹੱਥ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਗੁੱਬਲੀ ਜਿਹੀ ਫੜੀ ਖੜਾ ਸੀ, ਉਸਦੇ ਸਿਰ ਪੁਰਾਣਾ ਮੈਲਾ ਕੁਚੈਲਾ, ਟੁੱਟਾ-ਭੱਜਾ ਪਰਨਾ ਸੀ ਜਿਸਦੇ ਬੇਤਰਤੀਬੇ ਵਲ ਮਾਰੇ ਸੀ, ਪੈਰੀ ਪੁਰਾਣੀ ਮਿੱਟੀ ਨਾਲ ਭਰੀ, ਮਿੱਧੀ-ਫਿੱਸੀ ਮੋਕਲੀ ਜਿਹੀ ਲੱਕੀ ਜੁੱਤੀ ਪਾਈ ਹੋਈ ਸੀ, ਦਾੜੀ ਉਸਦੀ ਬਿਨਾਂ ਵਾਹੀ ਸਵਾਰੀ ਖਿਲਰੀ-ਪੁਲਰੀ ਜਿਹੀ ਸੀ, ਲੋਈ ਦੀ ਬੁੱਕਲ ਵੀ ਪੁੱਠੇ ਦਾਅ ਦੀ ਮਾਰੀ ਹੋਈ ਸੀ, ਪੁਰਾ ਸਰਾਬੀ-ਕਬਾਬੀ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਵਾਲਾ ਕਹਿੰਦਾ ਬਾਊ ਜੀ, ਇਸ ਨੇ ਕੁਝ ਨੀ ਦੇਣਾ, ਸਰਾਬੀ ਲੱਗਦੈ। ਆਪਾ ਚੱਲੀਏ, ਮੈਂ ਕਿਹਾ, “ ਨਹੀ, ਪੁੱਛ ਲਾ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਦਾ ਮਾਰਿਆ ਲੋੜਵੰਦ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੈ। ”

ਪੁੱਛਣ ਤੇ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਹ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਆਇਆ ਸੀ ਤੇ ਹੁਣ ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਉਸਦਾ ਪਿੰਡ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਦੋ ਪਿੰਡ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਂਦਾ ਸੀ।

ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਤੋਰ ਲਿਆ ਅਸੀਂ ਤਿੰਨੋਂ ਸ਼ਹਿਰੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਗਏ, ਉਸ ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਵਾਲੇ ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਦੌਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਮੈਂ ਮਨ ਨਾ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੀ ਹੰਗਾਰਾ ਦੇਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਕਿ ਚਲੇ ਗੱਲਬਾਤ ਨਾਲ ਹਨੇਰੇ ਦੇ ਦੌਰ ਤੇ ਰਸਤੇ ਦੀ ਵਿਰਾਨਗੀ ਦਾ ਸਫਰ ਛੇਤੀ ਗੁਜਰ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਮੇਰੀ ਨੌਕਰੀ, ਅਜੋਕੇ ਹਾਲਾਤਾਂ, ਉਸਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਨ, ਪਰ ਸਾਡੀ ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਉਸ ਬੰਦੇ ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਉਹ ਸ਼ਾਂਤ ਚਿੱਤ, ਕਿਸੇ ਗਹਿਰੀ ਸੋਚ ਚ ਡੁੱਬਾ ਗੁੰਮ-ਸੁੰਮ ਬੈਠਾ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਸਾਧੂ ਮੌਨ ਸਾਧਨਾ ਵਿੱਚ ਮਸਤ ਹੋਵੇ।

ਫੇਰ ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਮੇਲੇ ਦੀ ਗੱਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਲਈ, “ ਬਾਊ ਜੀ, ਸੱਚ.. ਕੱਲ ਤੋਂ ਤਾਂ ਬੀੜ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਮੇਲੇ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਾਂ

ਦੁੱਖ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ

ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀ ਹੋਵੇਗੀ। “ ਮੈਂ ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜੁਆਬ ਦੇ ਕੇ ਚੁੱਪ ਕਰ ਗਿਆ।

ਫੇਰ ਅਚਾਨਕ ਮੈਂ ਨੋਟ ਕੀਤਾ, ਉਸ ਆਦਮੀ ਦੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੰਝੂਆਂ ਦੀਆਂ ਘਰਮਾਲਾਂ ਬੇਰੋਕ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈਆਂ, ਉਸ ਆਪਣੇ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਪੂੰਝੀਆਂ, ਲੋਈ ਨਾ ਗੱਲਾਂ ਵੀ ਪੂੰਝੀਆਂ ਪਰ ਹੰਝੂ ਵਹਿਣੋਂ ਨਾ ਰੁਕੇ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਗਲੇਫੁ ਭਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚਲੀ ਪੀੜ ਤੇ ਦੁੱਖ ਦਾ ਸਾਗਰ ਸਾਫ ਦਿਖ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਵਾਲਾ ਮੁੰਡਾ ਵੀ ਸਿਰ ਉਪਰਲੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸੀਸੇ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹ ਸਭ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਸੀ ਤੇ ਮੈਂ ਵੀ। ਪਰ ਪੁੱਛ ਕੋਈ ਨਾ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਏਨੇ ਨੂੰ ਉਸਦਾ ਪਿੰਡ ਆ ਗਿਆ, ਓਹ ਡੁੱਸਕਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਚ ਬੋਲਿਆ, “ ਛੋਟੇ ਵਵ..ਵੀਰ, ਮੈਨੂੰ ਏਸੇ ਪਿੰਡ ਲਾਹ ਦੇ। ”

ਮੈਂ ਹਿੰਮਤ ਕੀਤੀ, “ ਬਾਈ ਜੀ, ਕੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਰੋ ਕਿਉਂ ਰਹੇ ਹੋ”, “ ਮੇਰਾ ਪੁੱਤ,,ਮੇਰਾ ਪੁੱਤ ??” ਉਹ ਭੁੱਬੀ ਮਾਰ ਰੋ ਪਿਆ। ਮੈਂ ਉਸਦਾ ਮੋਢਾ ਘੁੱਟਦੇ ਹਿੰਮਤ ਦਿੱਤੀ, “ ਤੁਸੀ ਗੱਲ ਦੱਸੋ, ਬਾਈ ਕੀ ਹੋਇਆ ਤੁਹਾਡੇ ਪੁੱਤ ਨੂੰ ? “

ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਤੋਂ ਉਤਰਦਿਆਂ ਹੀ ਉਸ ਇਕੋ ਸਾਹੀ ਸਭ ਰੋਂਦਿਆਂ ਦੱਸਿਆ, “ ਮੇਰਾ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਪੁੱਤ ਵਾ, ਉਹ ਸ਼ਹਿਰ, ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਲ ਆ, ਮੇਰੇ ਪੁੱਤ ਕੱਲ ਦਾ ਨੀਮ ਬੇਰੋਸੀ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਡਕਟਰ ਕਹਿੰਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਇੰਨਫੈਕਸ਼ਨ ਬਹੁਤ ਆਈ ਹੈ, ਕਹਿੰਦੇ ਰਿਪੋਰਟ ਖਤਰੇ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਅਸੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਾਂਗੇ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਰਦਾਸ ਕਰੋ ਰੱਬ ਅੱਗੋ,, ਨਾ ਸੁਧਾਰ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਚੰਡੀਗੜ ਭੇਜਣਾ ਪੈਣਾ। “ ਤੇ ਫੇਰ ਉਸਦਾ ਗੱਚ ਭਰ ਆਇਆ ਤੇ ਓਹ ਉਚੀ ਉਚੀ ਰੋਣ ਲੱਗ ਪਿਆ।

ਮੈਂ ਉਸਨੂੰ ਧਰਵਾਸ ਦਿੰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਬੜਾ ਬਲਵਾਨ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ, ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਉਸ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਬਖਸ਼ਣਗੇ। ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਵਾਲੇ ਨੇ ਵੀ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗਲ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਹਿੰਮਤ ਦਿੱਤੀ ਮੈਂ ਵੀ ਉਸਦਾ ਮੋਢਾ ਘੁੱਟ ਕੇ ਹੌਸਲਾ ਦਿੱਤਾ।

ਉਸ ਬੰਦੇ ਨੇ ਕਿਰਾਏ ਵਜੋਂ ਦਸ ਰੁਪਏ ਦਾ ਨੋਟ ਅਗੇ ਵਧਾਇਆ ਪਰ ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਵਾਲੇ ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ ਨਈਂ ਵੱਡੇ ਬਾਈ, ਤੁਸੀਂ ਦੁੱਖੀ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤੁਹਾਡਾ ਪੁੱਤ ਬਿਮਾਰ ਆ, ਇਨਸਾਨ ਹੀ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀ ਪੈਸੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕੋਈ ਮੱਦਦ ਕਰੀਏ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ, ਮੈਂ ਕੱਲ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਮੇਲੇ ਤੇ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪੁੱਤ ਦੀ ਸੇਹਤਯਾਬੀ ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਕਰਾਂਗਾਂ, ਉਹ ਜਲਦੀ ਹੋ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਰੋਵੋ ਨਾ, ਤੁਸੀਂ ਹੌਸਲਾ ਰੱਖੋ, ਬਾਬਾ ਜੀ ਸਭ ਠੀਕ ਕਰਨਗੇ। ”

ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਵਾਲਾ ਮੁੰਡੇ ਦੀ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਤੇ ਭਲੇ ਵਤੀਰੇ ਤੇ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਇਆ। ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ ਜਿਵੇਂ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਸ਼ਾਇਦ ਸਾਨੂੰ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਅੱਜ ਉਸ ਦੁਖੀ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹੀ ਮਿਲਾਇਆ ਹੈ, ਓਸ ਨਾਲ।

ਫੇਰ ਉਸ ਬੰਦੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ ਛੋਟੇ ਵੀਰ, ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ- ਬਹੁਤ ਪੰਨਵਾਦ, ਤੁਸੀਂ ਬੱਸ ਇਹ ਪੈਸੇ ਰੱਖ ਲਵੋ ਕਿਰਾਇਆ ਨਾ ਸਹੀ, ਪਰ ਮੇਰੇ ਪੁੱਤ ਵਲੋਂ ਗੁਰੂ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਦੇਣਾ ਤੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨਾ ਕਿ ਉਹ ਜਲੀਦ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋ ਜਾਵੇ। ”

ਮੈਂ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਪਿਛਲੀ ਜੇਬ ਵਿੱਚੋਂ ਅਜੇ ਪਰਸ ਕੱਢਿਆ ਹੀ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਮਨਾ ਕਰਦਿਆਂ ਬੋਲਿਆ, “ ਬਾਊ ਜੀ, ਨਾ,ਨਾ ਇੰਝ ਨਾ ਕਰੋ, ਤੁਸੀ ਬਸ ਮੇਰੇ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਪੁੱਤ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਕਰਿਓ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦੁਆਵਾਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਨੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਏਹੋ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਹੋਵੇਗੀ ਜੀ। ”

ਫੇਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਦੀ ਗਲੀ ਫੜ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਧਰੇ ਗੁੰਮ ਹੋ ਗਿਆ। ਬ੍ਰੀਵੀਲਰ ਵਾਲਾ ਮੁੰਡਾ ਤੇ ਮੈਂ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਉਸ ਬੰਦੇ ਦੇ ਦੁੱਖ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦੇ, ਗੁੰਮ-ਸੁੰਮ ਰਹੇ। ਫੇਰ ਮੇਰਾ ਪਿੰਡ ਆ ਗਿਆ ਤੇ ਮੈਂ ਉਤਰ ਗਿਆ। ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਫਤਹਿ ਬੁਲਾਈ ਤੇ ਪੈਸੇ ਲੈ ਅੱਗੇ ਚਲਾ ਗਿਆ।

ਘਰ ਪੁੱਜਣ ਤੇ ਅਮਨ (ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ)ਨੇ ਬੁਹਾ ਬੋਲਿਆ, “ ਆ ਗਏ ਤੁਸੀਂ, ਕੀ ਗੱਲ ਤੁਸੀਂ ਬੜੇ ਉਦਾਸ ਹੋ ? ਚੰਡੀਗੜ ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਨਿਬੜਿਆ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਬੱਕੇ ਤਾਂ ਨੀ ਜਿਆਦਾ। ”

“ ਨਹੀ, ਨਹੀ, ਬਸ ਉਦਾਸ ਹਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਬੜੇ ਰੰਗ ਨੇ. ਮਾੜੇ ਵੀ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ, ਬੰਦੇ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸੁੱਖ ਦੇ ਦਿਨ ਵੀ ਆਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਨੇ ਤੇ ਦੁੱਖ ਦੇ ਵੀ। ”

“ ਬੁਝਾਰਤਾਂ ਨਾ ਪਾਓ, ਆ ਲਓ ਪਾਣੀ ਪੀਓ ਤੇ ਹੁਣ ਦੱਸੋ ਕਿ ਹੋਇਆ ? ”

ਸੋਫੇ ਤੇ ਬੈਠਦਿਆਂ ਲੰਮਾ ਸਾਹ ਲਿਆ ਤੇ ਦੱਸਿਆ, “ ਇੱਕ ਬੰਦਾ ਮਿਲਿਆ ਸੀ ਬੜਾ ਗਰੀਬ, ਦੁਖੀ ਤੇ ਪੀੜਾਂ ਨਾਲ ਵਿੰਨਿਆ ਹੋਇਆ, ਉਸਦਾ ਇਕਲੋਤਾ ਛੋਟਾ ਜਿਆ ਪੁੱਤਰ ਹਸਪਤਾਲ ਚ ਇੰਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਜੁੜ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਓਹ ਵਿਚਾਰਾ ਬੜਾ ਰੋ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਸਾਹਵੇਂ ਆਪਣੇ ਅੰਬਰ ਦਾ ਚੇਹਰਾ ਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਬੜਾ ਮਨ ਦੁਖੀ ਹੋਇਆ ਮੇਰਾ, ਦਿਲ ਕਰਦਾ ਉਸਦੀ ਕੋਈ ਮਦਦ ਕਰਾਂ। ”

ਅਮਨ ਬੋਲੀ, “ ਜਰੂਰ ਜੀ, ਜਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਮਦਦ, ਗਰੀਬ-ਗੁਰਬੇ ਦੇ, ਔਲਾਦ ਤਾਂ ਸਭ ਨੂੰ ਪਿਆਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬੱਚੇ ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਹੁੰਦੇ ਨੇ, ਆਪਣੇ ਅੰਬਰ ਨੂੰ ਜੁਕਾਮ ਵੀ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਜਾਨੋ ਹੋ, ਸੋਚੋ ਉਸ ਗਰੀਬ ਤੇ ਕੀ ਬੀੜਦੀ ਹੋਉ, ਨਾਲੇ ਇਨਸਾਨ ਹੀ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ ਦੁਆਵਾਂ ਤੇ ਅਸੀਸਾਂ ਧੁਰ ਦਰਗਾਹੇ ਸੁਣੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਨਾ, ਤੁਸੀਂ ਜਰੂਰ ਮਦਦ ਕਰੋ ਉਸ ਗਰੀਬ ਦੀ, ਨਾਲੇ ਕੱਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੁੱਟੀ ਹੀ ਤਾਂ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਫਰੀ ਵੀ ਹੋ। ”

ਪਰ ਮੈਂ ਉਨੂੰ ਲੱਭਾਂਗਾ ਕਿਵੇ ? ਅਮਨ ਬੋਲੀ, “ ਤੁਸੀ ਹਸਪਤਾਲ ਪਹੁੰਚੋ

ਤੇ ਜਿਸ ਪਿੰਡ ਉਹ ਉਤਰਿਆ ਸੀ ਉਸ ਪਿੰਡ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸ ਕੇ ਮਰੀਜ ਬਾਰੇ ਰਿਸ਼ੈਪਸ਼ਨ ਤੋ ਪੁੱਛੋ, ਫੇਰ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਚੈੱਕ ਕਰੋ, ਸਮਝੋ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੱਲ। ਅਮਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਮੈਨੂੰ ਸਹੀ ਲੱਗਾ।

ਮੈਂ ਸਵੇਰੇ ਨਹਾ ਕੇ ਤਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ ਪਹਿਲਾਂ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਿਆ, ਉਸ ਗਰੀਬ ਬੰਦੇ ਦੇ ਪੁੱਤ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਬੰਦਨਾ ਕੀਤੀ ਤੇ ਫਿਰ ਤਿਆਰ ਹੋ ਕਾਰ ਲੈ ਸ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਤੁਰ ਪਿਆ। ਸ਼ਹਿਰੋਂ ਬੱਚੇ ਲਈ ਫਲ ਲਏ ਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਪਹੁੰਚ ਮੈਂ ਰਿਸ਼ੈਪਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਿੰਡ ਦਾ ਨਾਮ ਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਰੀਜ ਦੇ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਅਜੇ ਪੁੱਛ-ਗਿੱਛ ਕਰ ਹੀ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹੀ ਬੰਦਾ ਨੇੜਲੇ ਬੱਚਾ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵੇਖਦੇ ਹੀ ਪਛਾਣ ਲਿਆ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਕੱਲ ਵਾਲੇ ਹੀ ਕਪੜੇ ਪਾਏ ਹੋਏ ਸਨ। ਮੈਨੂੰ ਵੇਖ ਉਸ ਭਲੇਮਾਣਸ ਦੇ ਚੇਹਰੇ ਤੇ ਹੈਰਾਨੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਜਿਹੇ ਭਾਵਾਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਇਕ ਚਮਕ ਜਿਹੀ ਉਮਤ ਆਈ। ਸ਼ਾਇਦ ਉਸ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਕਿ ਮੈਂ ਆਵਾਂਗਾ। ਮੈਂ ਫਤਿਹ ਦੀ ਸ਼ਾਂਝ ਪਾਈ ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਮਰੀਜ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ। ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ ਨੇ ਫਤਿਹ ਬੁਲਾਈ ਜੋ ਬੈੱਡ ਤੇ ਛੋ-ਸੱਤ ਸਾਲ ਦੇ ਮਾੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਲੜਕੇ ਨੂੰ ਗੋਦ ਵਿੱਚ ਸੁਆਂ ਰਹੀ ਸੀ। ਬੱਚਾ ਹੌਸ ਵਿੱਚ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਸੀ ਪਰ ਸੁਸਤ ਜਿਹਾ ਸੀ।

ਉਸ ਨੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ, “ ਬਾਊ ਜੀ, ਏਹ ਮੇਰਾ ਪੁੱਤ ਸਤਨਾਮ ਆ ਜੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਰਾ ਪਿੱਛੇ ਹੀ ਮਾਲਕ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਹੋਈ ਹੈ ਕੱਲ ਦਾ ਹੌਸ਼ ਵਿਚ ਹੈ, ਹੱਸਦਾ ਹੈ, ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਪਹਿਲਾਂ ਬੜੀ ਮੰਦੀ ਹਾਲਤ ਸੀ ਏਦੀ ਜੀ, ਡਾਕਟਰ ਕਹਿੰਦਾ ਕੱਲ ਰਾਤ ਦੇ ਟੈਸਟ ਵਿੱਚ ਇੰਨਫੈਕਸ਼ਨ ਘੱਟ ਆਈ ਹੈ, ਅੱਜ ਫੇਰ ਟੈਸਟ ਹੋਣੇ ਨੇ, ਬਾਊ ਜੀ ਤੁਸੀਂ ਬੈਠੋ, ਮੈਂ ਹੁਣੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚਾਹ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣੈ, ਤੁਸੀਂ ਆਏ ਮੈਨੂੰ ਬੜੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਈ।” ਉਸਦਾ ਬਾਊ ਜੀ ਕਹਿਣਾ ਮੈਨੂੰ ਬੜਾ ਵਧੀਆ ਲੱਗਦਾ ਸੀ, ਸ਼ਾਇਦ ਮੇਰੀ ਡਰੈੱਸ, ਸੂਟ-ਬੁਟ ਤੇ ਦਿੱਖ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਚੰਗੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਾ ਦਿੱਤੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਮੈਂ ਫਲਾਂ ਵਾਲਾ ਲਿਫਾਫਾ ਦੇ ਕੇ ਚਾਹ ਤੋਂ ਰੋਕਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, “ ਨਹੀ, ਨਹੀ, ਚਾਹ ਦੀ ਕੋਈ ਜਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਜੀ, ਮੈਂ ਘਰ ਤੋਂ ਚਾਹ-ਪ੍ਰਸਾਦੇ ਸਕ ਕੇ ਤੁਰਿਆ ਸੀ। ਬਾਕੀ, ਬੱਚਾ ਠੀਕ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਬਸ ਏਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਮੈਂ ਬੈੱਚ ਤੇ ਪਈ ਰਿਪੋਰਟ ਤੇ ਝਾਤ ਮਾਰੀ ਟੈਸਟ ਰਿਪੋਰਟ ਵਾਕਿਆ ਹੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਵਾਲੀ ਸੀ ਪਰ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਵੀ ਨਜਰ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਚਲੋ ਅੱਗੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਸੁਧਾਰ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ”

“ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ? ” ਫੇਰ ਮੈਂ ਸੁਆਲ ਕੀਤਾ।

ਉਹ ਬੋਲਿਆ, “ ਬਾਊ ਜੀ,ਗਰੀਬ ਬੰਦੇ ਆਂ ਜੀ, ਲੱਕੜਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਦਿਹਾੜੀ ਜਾਨਾਂ ਆਂ ਜੀ, ਜੇ ਲੱਗ ਗਈ ਤਾਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਮਿਸਤਰੀਆਂ ਮਗਰ ਚਲੇ ਜਾਈਦੈ, ਇਕ ਡੰਗਰ ਹੈ ਪੱਥਾ-ਡੱਬਾ ਪਾ ਕੇ ਗੁਜਾਰਾ ਕਰ ਲਈਦਾ ਹੈ। ”

“ ਏਥੇ ਕਿੰਨੇ ਦਿਨ ਹੋ ਗਏ ਨੇ ? ”

“ਹਫਤਾ ਕੁ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਏਹ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬਿਨਾਂ ਨੀ ਰਹਿੰਦਾ, ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਆ, ਮੈਂ ਘਰੋਂ ਜਰੂਰਤ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੈ ਆਉਣੈ ਜਾ ਕੇ, ਪੁੱਤ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੇ ਕੰਮ ਵੀ ਛੁਡਾ ਦਿੱਤਾ, ਜਾਊਗਾਂ ਵੀ ਤਾਂ ਕੰਮ ਚ ਮਨ ਕਿੱਥੋ ਲੱਗਣੈ। ”

ਉਸਦਾ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਨੂੰ ਬੜਾ ਜੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਮੈਂ ਇਕ ਗੱਲ ਪੁਛਦਾ ਸੀ, ਉਹ ਕਿੰਨੀਆਂ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਦੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੀ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਹੋਰ ਗੱਲ ਪੁੱਛਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਦੱਸਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ, ਅੱਜ ਉਸਨੂੰ ਸਾਰਾ ਦੁੱਖ ਵੀ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਜਾਣਨ ਵਾਲਾ ਮਿਲਿਆ ਸੀ, ਆਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਬੋਝ ਹਲਕਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਸ਼ਾਇਦ।

“ ਕੋਈ ਭੈਣ-ਭਾਈ, ਸਾਕ ਸਬੰਧੀ ?? ”

“ ਨਈਂ ਬਾਊ ਜੀ, ਕੋਈ ਨੀ, ਜੇ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਵੀ ਕਿਸੇ ਕਿਹੜਾ.....??। ”

ਹੁਣ ਉਸਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਜਰਾ ਕੁ ਬੈਠਵੀਂ ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਜਿਹੀ ਹੋ ਗਈ।

“ ਬਾਊ ਜੀ, ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਏਨੂੰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਹਸਪਤਾਲ ਆਏ ਸੀ, ਮਨ ਬੜਾ ਦੁਖੀ ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਸੀ, ਸਮਝ ਨਾ ਆਵੇ ਕੀ ਕਰਾਂ ਕਿੱਧਰ ਜਾਵਾਂ, ਪਿੰਡ ਦਾ ਡਕਟਰ ਕੰਦਾ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੁਣੇ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈਜੋ-ਜਿਆਦਾ ਢਿੱਲਾ ਹੋ ਰਿਹੈ, ਜੇਬ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਪੈਸਾ ਨਈ ਸੀ, ਮੇਰੇ ਨਾਲਦਿਆਂ ਨੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਪੰਜਾਹ, ਕਿਸੇ ਨੇ ਸੌ ਰੁਪਏ, ਜੋ ਸਰਿਆ ਬਣਿਆ, ਮੇਰੇ ਹੱਥ ਤੇ ਲਿਆ ਧਰੇ, ਠੇਕੇਦਾਰ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਉਸਨੇ ਵੀ ਦੋ ਸੌ ਰੁਪਏ ਘੱਲੇ, ਰੱਬ ਸਭ ਦੀ ਭਲੀ ਕਰੇ, ਜਿਉਂਦੇ ਵਸਦੇ ਰਹਿਣ ਸਾਰੇ, ਰੱਬ ਜਿਆਦਾ ਦਵੈ ਸ਼ਬ ਨੂੰ (ਉਪਰ ਰੱਬ ਵੱਲ ਕੇ ਹੱਥ ਜੋੜ ਸ਼ੁਕਰ ਗੁਜਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ)। ”

ਸਾਫ ਦਿਖਣ ਲੱਗਾ, ਹੁਣ ਉਸਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਗਲੇਫੁ ਭਰ ਆਏ ਸਨ। ਮੈਂ ਉਸਦਾ ਮੋਢਾ ਘੁੱਟ, ਹੌਸਲਾ ਦਿੱਤਾ, ਫਿਕਰ ਨਾ ਕਰੋ, ਹੁਣ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਸਭ ਠੀਕ ਕਰ ਦੇਣੈ।

ਉਸਦੇ ਚੇਹਰੇ ਤੇ ਅੱਜ ਇੱਕ ਅਲੱਗ ਹੀ ਬੇਫਿਕਰੀ ਦੇ ਭਾਵ ਸਨ। ਜਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਮੇਰੇ ਆਉਣ ਕਰਕੇ ਸੀ ਕਿ ਕੋਈ ਉਸ ਗਰੀਬ ਦਾ ਪਤਾ ਲੈਣ ਆਇਆ ਸੀ, ਉਸਨੂੰ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬੜਾ ਅਪਣਾਪਣ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਉਸਦਾ ਆਪਣਾ ਵੀ ਸੀ ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਔਖੀ ਘੜੀ ਵਿੱਚ।

ਉਹ ਅਨਪੜ, ਭਲਮਾਣਸ ਬੰਦਾ ਸਾਦਾ ਰਹਿਣੀ ਵਾਲਾ ਦਿਹਾੜੀਦਾਰ, ਮਜਦੂਰ ਬੰਦਾ ਸੀ। ਉਹ ਵਿੱਚ ਅੰਤਾਂ ਦੀ ਨਿਮਰਤਾ ਸੀ ਤੇ ਹਰ ਗੱਲ ਹੱਥ ਜੋੜ-ਜੋੜ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਉਸਦੇ ਸਿਰ ਦੇ ਪਰਨੇ ਦੇ ਵਿੰਗੇ-ਟੇਛੇ ਵੱਲ ਵੀ ਉਸਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਪਈਆਂ ਤੰਗੀਆਂ, ਫਿਕਰਾਂ ਜਿਹੇ ਲੱਗ ਰਹੇ ਸਨ, ਜੋ ਉਸਦੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸਿੱਧੇ ਕਰਨ ਤੇ ਵੀ ਸਿੱਧੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੇ ਸਨ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਵੀ ਉਸਦੇ ਬੇਪਰਵਾਹੀ, ਹਿੰਮਤ, ਨਿਮਰਤਾ ਤੇ ਰੂਹੀ ਰੱਜ ਜਿਹੇ ਗੁਣਾਂ ਮੂਹਰੇ ਰੋਜ ਹੀ ਹਾਰਦੇ ਹੋਣ । ਪਰ ਔਲਾਦ ਦੇ ਦੁੱਖ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਬੇਵੱਸ ਵੀ ਬੜਾ ਕਰ ਛੱਡਿਆ ਸੀ।

ਗੁਰਦੀਸ਼ ਕੌਰ ਗਰੇਵਾਲ
ਫੋਨ: +91 98728 60488

ਆਓ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਰੂ-ਬ-ਰੂ ਹੋਈਏ!



ਤਿੰਨ ਕੁ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ, ਬੀ. ਸੀ. ਵਿਖੇ ਇਕ ਕੈਂਪ ਲਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ। ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਧਾਰਮਿਕ ਕੈਂਪ ਸੀ ਪਰ ਉਸ ਵਿਚ ਯੋਗ, ਮੈਡੀਟੇਸ਼ਨ, ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਈ ਉਸਾਰੂ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ। ਇਹ ਸਭ ਪੂਰੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ। ਇਕ ਦਿਨ ਜਦੋਂ ਸਾਰੀ ਸੰਗਤ ਦਰਬਾਰ ਹਾਲ ਵਿਚ ਨਿੱਤ ਨੇਮ ਕਰ ਬੈਠੀ ਤਾਂ ਲਾਈਨਾਂ ਵਿਚ ਬੈਠੀ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰ ਕੇ ਪੰਗਤ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਬੈਠਣ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਗਿਆ। ਵਾਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੇ ਆਹਮੋ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠਿਆਂ ਦੇ ਸਾਡੇ ਜੋੜੇ ਬਣਾ ਦਿੱਤੇ। ਮੇਰੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇਕ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆਂ ਤੋਂ ਆਈ ਔਰਤ ਸੀ। ਅਸੀਂ 3-4 ਮਿੰਟ ਵਿਚ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਸ ਗੁਣ ਤੇ ਅੱਗੁਣ ਦੱਸਣੇ ਸਨ। ਸਾਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਅਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਰੂ-ਬ-ਰੂ ਹੋਏ ਸਾਂ। ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰਨੀ ਬੜੀ ਔਖੀ ਲੱਗੀ। ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਦੇਣੇ ਸਨ ਕਿ 'ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਤੈਨੂੰ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਨ ਤੇ ਅੱਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦਾ ਬਲ ਬਖਸ਼ੇ।' ਇਨਸਾਨ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਗੁਣ ਜਾਂ ਅੱਗੁਣ ਦੇਖਣ ਵਿਚ ਹੀ ਬਿਤਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿਚ ਗੁਣ ਹੀ ਗੁਣ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਨਜ਼ਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਉਹ ਰੱਬ ਨੂੰ ਉਲੂਮੇ ਦਿੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਤੁਲਨਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰ ਕੇ ਕਹਿਣਗੇ- 'ਰੱਬ! ਫਲਾਣੇ ਨੂੰ ਇੰਨੀ ਸੁਹਣੀ ਆਵਾਜ਼ ਦਿੱਤੀ ਹੈ... ਫਲਾਣੇ ਨੂੰ ਇੰਨਾ ਹੁਸਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ... ਫਲਾਣਾ ਲਿਖਦਾ ਬੜਾ ਸੁਹਣਾ ਹੈ... ਫਲਾਣਾ ਗਾਉਂਦਾ ਬੜਾ ਸੁਹਣਾ ਹੈ... ਮੈਨੂੰ ਵੀ ਕੋਈ ਗੁਣ ਦੇ ਦਿੰਦਾ!' ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਰ ਬੰਦੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਗੁਣ ਜ਼ਰੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ- ਬੱਸ ਲੋੜ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਦੀ। ਇਸ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਦੇ ਮੂਰਤਾਂ ਰੱਬ ਨੇ ਇਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਨਹੀਂ ਬਣਾਈਆਂ। ਉਸ ਮਹਾਨ ਕਲਾਕਾਰ ਦੀ ਕਲਾ ਨੂੰ ਸਲਾਮ ਕਰੀਏ... ਜਿਸ ਨੇ ਹਰ ਬੰਦੇ ਦੀ ਵੱਖਰੀ ਪਛਾਣ ਬਣਾਈ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਤੇ ਕਿਤੇ ਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਇਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹੋਣ ਦਾ ਭੁਲੇਖਾ ਵੀ ਪਵੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਵੱਖਰੇ... ਉੱਗਲਾਂ ਤੇ ਅੰਗੂਠੇ ਨੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਣ ਵੀ ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਹਨ। ਮੂਰਖ ਕਹੇ ਜਾਂਦੇ ਬੰਦੇ ਵਿਚ ਵੀ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਗੁਣ ਜ਼ਰੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚ ਗੁਣ ਹੀ ਗੁਣ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿਚ ਅੱਗੁਣ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਹਰ ਬੰਦੇ ਵਿਚ ਨੁਕਸ ਹੀ ਕੱਢੀ ਜਾਣਗੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚ ਕਦੇ ਕੋਈ ਕਮੀ ਦਿਖਾਈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ। ਉਹ ਜਿਸ ਮਹਿਫਲ ਵਿਚ ਵੀ ਜਾਣਗੇ, ਆਪਣੀ ਨਾਂਹਵਾਚਕ ਸੋਚ ਕਾਰਨ, ਉਸ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਨਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਉਸ ਵਿਚ ਕਮੀਆਂ ਜਾਂ ਗਲਤੀਆਂ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਦੇਣਗੇ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ 'ਈਗੋ' ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਿਰਫ ਆਪਣੀ

ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੀ ਲੋਚਦੇ ਹਨ- ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਉਹ ਹਰ ਮਹਿਫਲ ਵਿਚ, ਹਰੇਕ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਠੋਸਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਛਾਂਹਖਿੱਚ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਭਾਸ਼ਣ ਕਲਾ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਸ ਕਲਾ ਨੂੰ ਉਹ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਹਾਮੀ ਬਣਾਉਣ, ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਰੇ-ਵਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਬੂਬੀ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਉਹ ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ ਲਾਉਣ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਲਾ ਸਿਆਸੀ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਵੀ ਇਸੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਚਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਜੈ ਜੈ ਕਾਰ ਕਰਦਾ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਦੇ ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਨਾਲ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ 'ਈਗੋ' ਨੂੰ ਠੋਸ ਪਹੁੰਚਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਿਅਰ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤਰਜਮਾਨੀ ਕਰਦਾ ਹੈ- 'ਉੱਗਲ ਕਰਨੀ ਦੂਜੇ ਦੇ ਵੱਲ ਹੈ ਸੋਖੀ, ਅੰਦਰੋਂ ਤਾਂ ਹਰ ਬੰਦਾ ਕਾਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ - 'ਜੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਦਲੋ, ਸਮਾਜ ਆਪੇ ਬਦਲ ਜਾਏਗਾ'। ਸਮਾਜ ਤਾਂ ਇਕ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅੱਖ ਨਾਲ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਸੁਖੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਸੁਖੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜੇ ਅਸੀਂ ਆਪ ਹੀ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਘਰ ਲੱਗੇਗਾ: ਸੁਖੀਏ ਕਉ ਪੈਖੇ ਸਭ ਸੁਖੀਆ ਰੋਗੀ ਕੈ ਭਾਣੈ ਸਭ ਰੋਗੀ॥ (ਅੰਗ 610) ਇਕ ਹੋਰ ਗੱਲ ਵੀ ਵਿਚਾਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਸਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ, ਸਾਡੇ ਬੋਲਾਂ ਜਾਂ ਲਿਖਤਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੀ ਤਾਂ ਉਹ ਪੜ੍ਹਨ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ 'ਤੇ ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਹਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰੋਤਾ ਜਾਂ ਪਾਠਕ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਉਸ ਦਾ ਕਾਇਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਪਰ ਜਿਉਂ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਕਿਰਦਾਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਤਾਂ ਉਹ

ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਤੋਂ ਉਤਰ ਜਾਏਗਾ। ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਜੀ ਵੀ ਆਪਣੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਨ: ਫਰੀਦਾ ਜੇ ਤੂ ਅਕਲਿ ਲਤੀਫੁ ਕਾਲੇ ਲਿਖੁ ਨਾ ਲੇਖ॥ ਆਪਣੇ ਗਿਰੀਵਾਨ ਮਹਿ ਸਿਰੁ ਨੀਵਾਂ ਕਰਿ ਦੇਖੁ॥ (ਅੰਗ 1378) ਜੇ ਆਪਾਂ ਸਾਰੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਰੂ-ਬ-ਰੂ ਹੋਈਏ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰੀਏ, ਆਪਣੀਆਂ ਕਮੀਆਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰੀਏ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਪ੍ਰਣ ਕਰੀਏ, ਤਾਂ ਨਿਸ਼ਚੇ ਹੀ ਅਸੀਂ ਇਕ ਵਧੀਆ ਇਨਸਾਨ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਪਰਿਵਾਰ ਤੇ ਸਮਾਜ ਲਈ ਚੰਗੇ ਰੋਲ ਮਾਡਲ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਕੁਰਾਹੇ ਪੈ ਰਹੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਸਭ ਰੋਲ ਮਾਡਲਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ, ਸਤਿਕਾਰ, ਤੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਸਿਖਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਆਪਣੇ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਕੁੱਝ ਗੁਣ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਮਾਂ ਬਾਪ ਦੇ ਜੀਨਜ਼ ਤੋਂ ਹੀ ਮਿਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੁੱਝ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਮਿਹਨਤ ਵੀ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ (ਸਾਰੇ ਨਹੀਂ) ਦੋਗਲੇ ਕਿਰਦਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਆਮ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਅੰਦਰੋਂ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਬਾਹਰੋਂ ਕੁਝ ਹੋਰ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਅਸੀਂ ਦਿਖਾਵੇ ਦੇ ਧਰਮੀ ਬਣਦੇ ਹਾਂ, ਕਦੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵਕ, ਕਦੇ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਦਵਤਾ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤੇ ਕਦੇ ਆਪਣੀ ਤਾਰੀਫ ਆਪ ਕਰ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਵਾਹ ਵਾਹ ਕਰਾਉਣੀ, ਸਾਡੀ ਆਦਤ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਅਸੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਅਸੀਂ ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਅਸਲ 'ਚ। ਬਾਹਰ ਦੀ ਗੱਲ ਛੱਡੋ, ਇਹ ਦੋਹਰੇ ਕਿਰਦਾਰ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਨਿਭਾਈ ਤੁਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਪਰਿਵਾਰ ਟੁੱਟ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਗਲਤੀ ਕਰ ਕੇ ਵੀ ਗਲਤੀ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਸਾਡੇ ਨਾਲੋਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਲੋਕ ਇਸ ਗੱਲੋਂ ਸੌ ਦਰਜੇ ਚੰਗੇ ਹਨ, ਜੇ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ

ਗਲਤੀ 'ਤੇ ਝੱਟ 'ਸੋਰੀ' ਕਹਿ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਚਾਈ ਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨੀ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਿਸਾਲਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਕਿਰਦਾਰ ਦਾ ਲੋਹਾ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਮੰਨਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਕੁੱਝ ਮੁੱਠੀ ਭਰ ਲੋਕ, ਸਾਰੀ ਕੌਮ ਦੀ ਬਦਨਾਮੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕ ਗਲਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਠੀਕ ਸਿੱਧ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਰਾ ਜ਼ੋਰ ਲਗਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵੀਡੀਓ ਸ਼ੋਅਰ ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਗੁੱਡੀ ਚੜ੍ਹਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਭਾਈ! ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਉਹ ਵੀਡੀਓ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ੋਅਰ ਕਰਿਆ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਕੌਮ ਦਾ ਸਿਰ ਉੱਚਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਕਹਿਣੀ ਤੇ ਕਰਨੀ ਦੇ ਪੂਰੇ ਹੋਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਅਸੀਂ ਮਾਣ ਕਰ ਸਕੀਏ। ਬੁਰਾਈ ਦੀਆਂ ਵੀਡੀਓ ਅੱਗੇ ਵੱਡਣ ਨਾਲ ਤਾਂ ਬੁਰਾਈ ਹੋਰ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਆਓ! ਅੱਜ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਸੰਵਾਦ ਰਚਾਈਏ। ਦੂਜਿਆਂ ਵਿਚ ਕਮੀਆਂ ਦੇਖਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਆਪਣੇ ਅੱਗੁਣਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਕੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ। ਸਾਡੀ ਆਤਮਾ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇੱਥੇ ਅਸੀਂ ਗਲਤ ਹਾਂ ਜਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਧੋਖਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਝੂਠ ਬੋਲ ਕੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਝੁੱਧੂ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਲਈ ਹੀ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਸਾਡਾ ਸ਼ੈਤਾਨ ਮਨ ਉਸ ਨੂੰ ਦਬਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਸਾਡੇ ਚਿੰਤ ਹੋ ਕੇ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਕੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਆਵਾਜ਼ ਸਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਸੁਣੇਗੀ ਜੋ ਸਹੀ ਰਾਹ ਦਿਖਾਏਗੀ। ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਕਥਨ - ਹਮ ਨਹੀ ਚੰਗੇ ਬੁਰਾ ਨਹੀ ਕੋਇ॥ (ਅੰਗ 728) 'ਤੇ ਅਮਲ ਕਰੀਏ। ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਹਰ ਵੇਲੇ ਮਾੜੀ ਕਿਸਮਤ ਦਾ ਗਿਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਉਸ ਵਲੋਂ ਮਿਲੇ ਗੁਣਾਂ ਲਈ ਤੇ ਦਾਤਾਂ ਲਈ, ਉਸ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰੀਏ। ਆਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਲੇਖਾ-ਜੋਖਾ ਕਰੀਏ। ਜੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ, ਸਾਡੇ ਕਿਸੇ ਬੋਲ ਜਾਂ ਜਾਣੇ ਅਣਜਾਣੇ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਗਲਤੀ ਨਾਲ, ਕਿਸੇ ਦਾ ਦਿਲ ਦੁਖਿਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਖਟਾਸ ਆ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਲਈ ਮੁਆਫੀ ਮੰਗਣ ਵਿਚ ਦੇਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਸਾਡੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਤਾਂ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਬੇਦਾਵੇ ਪਾਤ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਖਿਮਾ ਨਿਮਰਤਾ ਦੀ ਜਾਚ ਸਿਖਾਈ ਹੋਈ ਹੈ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂ ਸਾਲਾਂ ਬੱਧੀ ਕਿਸੇ ਲਈ ਰੰਜਿਸ਼, ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਪਾਲ ਕੇ ਕੁੜੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ? ਜਿਸ ਦਾ ਭੈੜਾ ਅਸਰ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਡੀ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਖਿਮਾ ਮੰਗਣਾ ਤੇ ਖਿਮਾ ਕਰਨਾ ਦੋਵੇਂ ਗੁਣ, ਜਿੱਥੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦੇ ਬੰਮੂ ਹਨ, ਉਥੇ ਹੀ ਨਰੋਆ ਸਮਾਜ ਸਿਰਜਣ ਵਿਚ ਵੀ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਸਵੈ-ਪੜਚੋਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਜੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਮੀਆਂ, ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ-ਦੋਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਮਨ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਲਈ, ਆਪਾਂ ਅੱਜ ਤੋਂ ਹੀ ਜੁਟ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਨਿਸ਼ਚੇ ਹੀ ਸਮਾਜ ਅੰਦਰ ਗੁਣਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆ ਕੇ, ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਚੰਗੇਰਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੇ ਯਤਨਾਂ ਵਿਚੋਂ, ਇਹ ਸਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਸਫਲ ਕਦਮ ਹੋਵੇਗਾ!

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਰੁਲ ਰਹੀ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਲਈ ਚੰਗੇ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ

ਲਿਖਤ : ਸੰਦੀਪ ਜੈਤੋ
ਮੋਬਾਈਲ : 81465-73901

ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਾ ਐਨਾ ਬੁਰਾ ਹਾਲ ਹੈ ਕਿ ਜਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਫੋਨ 'ਤੇ ਰੁੱਝੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿਚ ਧਸ ਕੇ ਆਪਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਬੇੜਾ ਗਰਕ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਹੱਥ 'ਚ ਫੋਨ ਦੇਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਖਰਾਬ ਕਰਨਾ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ 'ਚ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਵਧਦੀ ਬਿਰਤੀ ਬਹੁਤ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਉ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦੀ ਵੀ ਭਰਮਾਰ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੇਂਦਰਾਂ 'ਚੋਂ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡਣ ਦਾ ਕੋਰਸ ਕਰ ਕੇ ਆਏ ਮੁੰਡੇ ਵੀ ਦੁਬਾਰਾ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਵਿਕਣ ਵਾਲਾ ਨਸ਼ਾ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਕਰਨ ਤਾਂ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਬਾਅਦ 'ਚ ਇਹ ਨਸ਼ਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲੋਂ ਛੁੱਟਦਾ ਨਹੀਂ

ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਛੋਟੀਆਂ-ਮੋਟੀਆਂ ਚੋਰੀਆਂ ਤੋਂ ਲੁੱਟਾਂ-ਖੋਹਾਂ ਆਦਿ ਕਰਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਪੁਲਿਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਕੋਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਨਸ਼ੇੜੀਆਂ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਵੀ ਇਸ ਲਈ ਛੱਡ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤੇ ਉਹ ਬਾਣੇ ਵਿਚ ਹੀ ਦਮ ਨਾ ਤੋੜ ਦੇਣ। ਜੇ ਕੋਈ ਨੌਜਵਾਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੜ੍ਹ-ਲਿਖ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਯੋਗਤਾ ਅਨੁਸਾਰ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਤਾਂ ਉਹ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਹੱਤਿਆ ਵਰਗਾ



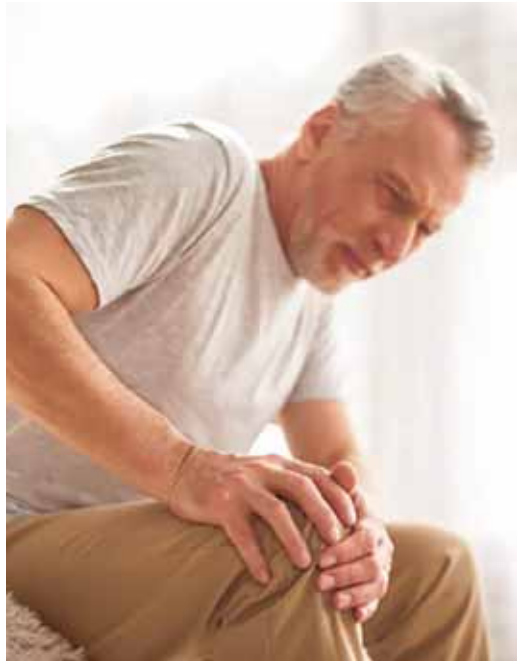
ਕਦਮ ਚੁੱਕ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਨਸ਼ੇੜੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਜਾਂ ਤਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਨਸ਼ਾ ਨਾ ਮਿਲਣ ਕਾਰਨ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਰ ਪਿੰਡ, ਛੋਟੇ ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ 'ਚ ਕੁਝ ਅਜਿਹੀਆਂ ਬਸਤੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਸਭ ਦਾ ਪੁਲਿਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਲੋਕਲ ਅਫਸਰਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਨਸ਼ਾ ਵੇਚਣ ਵਾਲਿਆਂ ਖਿਲਾਫ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਨਾ ਹੋਣਾ ਵੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਵਧ ਰਹੇ ਰੁਝਾਨ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਤੇ ਹੋਰ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਬਸਤੀਆਂ 'ਚ ਨਸ਼ਾ ਵੇਚਣ ਵਾਲਿਆਂ ਖਿਲਾਫ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਅਮਲ 'ਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਗਲਤ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਰੁਝਾਨ ਨੇ ਵੀ ਅਨੇਕਾਂ ਮਸਲੇ ਖੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ 'ਚ ਜੇ ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਚਾਰ ਪੈਸੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ/ਬੱਚੀ ਨੂੰ ਆਈਲੈਟਸ ਕਰਵਾ ਕੇ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਤੋਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਇੱਥੇ ਨਾ ਰੁਲੇ ਭਾਵੇਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਹ ਬੱਚੇ/ਬੱਚੀ ਆਪਣੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੀ ਕਦਰ ਨਾ ਕਰਨ। ਹਕੀਕਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪੇ ਐਡਾ ਵੱਡਾ ਜੋਖਮ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ/ਬੱਚੀ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚ ਭੇਜਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਧਿਆਨ 'ਚ ਇਹ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਦੀ ਲਗਾਮ ਕੱਸੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਸਜ਼ਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਤਾਂ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਲਿਆਂਦੀ ਜਾ ਸਕੇ।



ਸਿਹਤ ਸੰਸਾਰ

ਸਰਦੀ ਨੇ ਵਧਾਈ ਦਰਦਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ



ਲਾਈਫ ਸਟਾਈਲ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆ ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਠੰਡ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਦਰਦਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਬੱਚੇ, ਨੌਜਵਾਨ, ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਵਿਚ ਆਮ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਖਰਬਦਾਰੀ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸਨੋ-ਟਾਈਮ ਦੌਰਾਨ ਸੜਕ ਹਾਦਸੇ, ਸਲਿੱਪ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੱਟਾਂ, ਵਰਕ ਪਲੇਸ 'ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਉਠਕ-ਬੈਠਕ ਕਰਕੇ ਗੀੜ (ਪਿੱਠ) ਦਰਦ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਨੇਡੀਅਨ ਸਰਵੇ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ 60% ਯਾਨਿ ਕੁਲ 6 ਮਿਲਿਅਨ ਕੇਵਲ ਔਰਤਾਂ ਦਰਦਾਂ ਦੇ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਗਠੀਏ ਦਾ ਦਰਦ 4 ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤ, 60% ਤੋਂ ਵੱਧ, 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਿਚ ਹਰ 2 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਨੂੰ ਗਠੀਏ ਦਾ ਦਰਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਜੋੜਾਂ 'ਤੇ ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਦੀ 150 ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਪ੍ਰਗਤੀਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰੋਗ ਸਰੀਰਕ ਅਧਾਰਜਤਾ, ਜੋੜ 'ਤੇ ਮਸਕੂਲਰ ਰੋਗ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵੱਜੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦਰਦਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਦਰਦਾਂ ਗਰਦਨ, ਮੋਢੇ, ਬਾਹਾਂ-ਹੱਥ, ਪਿੱਠ, ਗੋਡੇ, ਲੱਤਾਂ, ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਜੋੜਾਂ ਅੰਦਰ ਕਿਤੇ ਵੀ ਹੋਣ ਆਮ ਆਦਮੀ ਦਾ ਰੁਝੇਵਾਂ ਖੜਨ ਵਰਗਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਰਦਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਆਦਮੀ ਦਾ ਓਠਣਾ- ਬੈਠਣਾ, ਖੜੇ ਹੋਣਾ, ਚਲਣਾ-ਫਿਰਨਾ ਤੇ ਕਰਵਟ ਲੈਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੰਮ ਤੇ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਸਤਾਂ ਚੱਕਣ ਤੇ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਵੀ ਅਚਾਨਕ ਦਰਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਘੱਟ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਦਰਦ ਵਿੱਚ ਜੋੜਾਂ ਅੰਦਰ ਅਕੜਾਹਟ, ਸੋਜਸ਼ ਤੇ ਲਾਲੀ ਦਿਸਦੀ ਹੈ। ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ-ਸਰੀਰਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਥਕਾਵਟ, ਖਾਣ-ਪੀਣ ਨੂੰ ਦਿਲ ਨਾ ਕਰਨਾ, ਕਦੇ-ਕਦੇ ਬੁਖਾਰ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਮੋਟਾਪਾ ਵੀ ਜੋੜਾਂ ਅੰਦਰ ਦਰਦ ਵਧਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਦਰਦਾਂ ਦੀ ਆਮ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸੈਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਲਿਖੇ ਉਪਾਅ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਡਾਈਟੀਸ਼ੀਅਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਘੱਟ ਕੈਲੋਰੀ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਕੇ ਸੱਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਵਜ਼ਨ ਘਟਾਓ। ਆਪਣਾ ਵਰਕ ਆਓਟ ਫੀਜ਼ੀਓ ਮਾਹਿਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਕਰੋ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਹਰਬਲ ਪੇਨ-ਕੋਅਰ ਜਾਂ ਸੈਸਮੇ ਆਇਲ ਨਾਲ ਮਾਲਿਸ਼ ਕਰਕੇ ਮਿੱਠਾ-ਮਿੱਠਾ ਸੇਕ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੋਲਡ 'ਤੇ ਹੀਟ-ਪੈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਠੰਡੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸੌਣ ਵੇਲੇ 1 ਚਮਚ ਸ਼ੁੱਧ ਐਲਮੰਡ (ਬਦਾਮ) ਤੇਲ, ਗਰਮ ਦੁੱਧ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਤੰਬਾਕੂ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਤੋਂ ਬਚੋ। ਤੰਬਾਕੂ ਜੁੜੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਵਿਚ ਤਨਾਅ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਦਰਦਾਂ ਵਧਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਮਸਾਲੇਦਾਰ, ਤਲੀਆਂ, ਖੱਟੀਆਂ, ਕੋਲਡ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਤੇ ਆਈਸਕ੍ਰੀਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰੋ। ਘੱਟ ਕੈਲੋਰੀ ਵਾਲੀ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਖੁਰਾਕ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ। ਗਰਮ ਅਜਵਾਇਨ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ, ਮਿਕਸ ਵੈਜਿਟੇਬਲ ਤੇ ਚਿਕਨ ਸੂਪ ਪੀਓ। ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਆਲਿਵ ਆਇਲ, ਸਰਸੋਂ ਤੇ ਤਿਲਾਂ ਦਾ ਤੇਲ ਸਲਾਦ ਵਿੱਚ ਤਾਜ਼ੇ ਅਦਰਦਕ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।
- ਠੰਡੇ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਮਿੱਠਾ ਸੰਤਰਾ, ਕੇਲਾ, ਪਪੀਤਾ, ਪਰੂਨ, ਫਿਗਸ, ਸ਼ਹਿਦ, ਅਦਰਕ, ਲਸਨ, ਤਾਜ਼ੀ ਹਲਦੀ ਦਾ ਸੇਵਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

- ਅਜਵਾਇਣ, ਜਿੰਜਰ, ਹਲਦੀ ਪਾਊਡਰ ਬਰਾਬਰ ਮਿਕਸ ਕਰਕੇ 1-2 ਗ੍ਰਾਮ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾ ਕੇ ਸਵਰੇ, ਦੁਪਹਿਰ, ਸ਼ਾਮ ਲਗਾਤਾਰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।
- ਤਾਜ਼ੇ-ਮਿੱਠੇ ਅਨਾਨਾਸ ਦਾ ਜੂਸ, ਕਾਲੀ-ਮਿਰਚ ਪਾਊਡਰ ਮਿਕਸ ਕਰਕੇ ਬਿਨਾ ਆਇਸ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ।
- ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਮਹਾਯੋਗਰਾਜ ਗੁਗਲ ਟੇਬਲੇਟਸ, ਅਸ਼ਵਗੰਧਾ ਕੈਪਸੂਲ, ਤੇ ਲਜ਼ਨ ਦੇ ਕੈਪਸੂਲ ਦਾ ਰੂਟੀਨ ਵਿਚ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਲੰਬੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਦੁਹਰਾਓ। ਲੰਬਾ ਸਾਹ ਕੁੱਝ ਸੈਕੰਡ ਰੋਕ 'ਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਛੱਡਣ ਨਾਲ ਤਣਾਅ ਦੇ ਸੰਵੇਦਕਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਕੱਸਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਹੋਰ ਬਦਤਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਮੈਡੀਟੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਾਹ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਦੁਆਰਾ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।
- ਵਰਕ-ਪਲੇਸ 'ਤੇ ਭਾਰੀ ਚੁੱਕ-ਥਲ ਪ੍ਰਾਪਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰੋ। ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਥਕਾ ਦੇਣ ਨਾਲ ਵੀ ਦਰਦਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਠੰਡੇ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗੀ ਖਾਸ ਧਿਆਣ ਰੱਖਣ। ਸਰੀਰ ਦਾ ਸਹੀ ਪਾਸਚਰ ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਨੋਟ: ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ, ਕੋਈ ਵੀ ਵਰਕ-ਆਊਟ, ਯੋਗਾਸਨ, ਸਟ੍ਰੈਚਿੰਗ, ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਪਲੀਮੈਂਟ

ਗੀੜ ਦੀ ਗੱਡੀ ਦਾ ਮਹੱਤਵ



ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੀੜ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬੁਢਾਪਾ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਗੀੜ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਮਰ ਅਤੇ ਮੋਢੇ ਝੁਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਤੰਦਰੁਸਤ ਗੀੜ ਦਾ ਸਬੰਧ ਬੁਢਾਪੇ ਨਾਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੀੜ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ 'ਤੇ, ਤਾਂ ਕਿ ਗੀੜ ਬੁਢਾਪੇ ਤੱਕ ਸਿੱਧੀ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹੇ।

- ਨਿਯਮਤ ਕਸਰਤ ਕਰੋ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਕਸਰਤ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਬਹੁਤ ਵਿਅਸਤ ਹੋਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਿਫਟ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੌੜੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਕ ਸਟਾਪ ਪਹਿਲਾਂ ਉਤਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਤੱਕ ਉਥੋਂ ਪੈਦਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਘਰ ਤੋਂ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਬੱਸ ਅੱਡੇ ਤੱਕ ਪੈਦਲ ਚੱਲੋ। ਜੇਕਰ ਕਮਰ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਭਾਗ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਸਰਤ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਭਾਰ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਰੱਖੋ।
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਬੈਠੋ-ਉੱਠੋ ਅਤੇ ਚੱਲੋ ਤਾਂ ਸਹੀ ਪੋਸਚਰ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ।
- ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਸਖ਼ਤ ਸਤਹ ਵਾਲੀ ਕੁਰਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਰਮ ਗੱਦੀ ਵਾਲੀ ਕੁਰਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਸਿੱਧੇ ਬੈਠੋ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਇਕ ਪਾਸੇ ਝੁਕਾਅ ਕੇ ਨਾ ਬੈਠੋ।
- ਲੱਤਾਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਰੱਖੋ। ਇਕ 'ਤੇ ਇਕ ਲੱਤ ਚੜ੍ਹਾ ਕੇ ਨਾ ਬੈਠੋ।
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਹੇਠਾਂ ਡਿਗੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਗੋਡੇ ਮੋੜੋ। ਕਮਰ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਾ ਮੋੜੋ। ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਕਮਰ ਨੂੰ ਮੋੜ ਕੇ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਨਾ ਚੁੱਕੋ।
- ਕੋਈ ਵੀ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰਮਅੱਪ ਕਰ ਲਓ।
- ਪਿੱਠ ਦੇ ਭਾਰ ਸੌਵੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਗੀੜ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪੇਟ ਦੇ ਭਾਰ ਨਾ ਸੌਵੋ। ਸਿਰ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਆਪਣੀ ਬਾਂਹ ਰੱਖ ਕੇ ਨਾ ਸੌਵੋ।
- ਕਦੇ ਵੱਡੇ ਆਕਾਰ ਦੀ ਜੁੱਤੀ-ਚੱਪਲ ਨਾ ਪਹਿਨੋ, ਨਾ ਹੀ ਫਟੀ ਅਤੇ ਘਸੀ ਜੁੱਤੀ-ਚੱਪਲ ਪਹਿਨੋ।
- ਆਪਣੇ ਮੋਢੇ ਅਤੇ ਕੰਨ ਵਿਚ ਮੋਬਾਈਲ ਦਬਾਅ ਕੇ ਗੱਲ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਰਵਾਈਕਲ ਦੀ ਤਕਲੀਫ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਬਿਸਤਰ 'ਤੇ ਸੌ ਕੇ ਜਾਂ ਲੰਮੇ ਪੈ ਕੇ ਉੱਠੋ ਤਾਂ ਸਿੱਧਾ ਨਾ ਉੱਠੋ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਾਸਾ ਲੈ ਕੇ ਉੱਠੋ।
- ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਬੈਠਦੇ ਸਮੇਂ ਕੁਰਸੀ ਦੀ ਬੈਕ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਰ ਰੱਖੋ। ਉੱਪਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਰ ਕੁਰਸੀ ਦੀ ਬੈਕ ਦੇ ਨਾਲ ਸਟੀ ਰਹੇ।

ਮੋਟਾਪਾ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਡਾਇਟਿੰਗ ਕਰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਕੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਪੋਸ਼ਕ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰਵਾ ਲਓ। ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਿਚ ਡਾਇਟਿੰਗ ਕਰੋ। ਕਿਤੇ ਖੁਦ ਨੀਮ-ਹਕੀਮ ਬਣਨ ਨਾਲ ਲਾਭ ਦੀ ਬਜਾਏ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਕੁਝ ਸਰਲ ਉਪਾਅ ਅਪਣਾ ਕੇ ਖੁਦ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਕ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਖਾਣ-ਪੀਣ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰੱਖੋ : ਘੱਟ ਕੈਲੋਰੀ ਵਾਲਾ ਪੋਸ਼ਕ ਭੋਜਨ ਲਓ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਘੱਟ ਕਰ ਦਿਓ, ਜਿਵੇਂ ਘਿਓ, ਮੱਖਣ, ਮਾਸ, ਆਂਡਾ ਤੇ ਦੁੱਧ ਆਦਿ। ਆਪਣੀ

ਖਾਓ। ਛੇਤੀ-ਛੇਤੀ ਖਾਧਾ ਹੋਇਆ ਖਾਣਾ ਦੇਰ ਨਾਲ ਪਚਦਾ ਹੈ। ਤੇਜ਼ ਭੁੱਖ ਲੱਗਣ 'ਤੇ ਵੀ ਖਾਣਾ ਚਬਾ ਕੇ ਖਾਓ। ਖਾਣਾ ਖਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਬਸ ਖਾਣੇ 'ਤੇ ਹੀ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰੋ।

- ਨਾਸ਼ਤਾ ਜ਼ਰੂਰ ਲਓ : ਸਵੇਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਨਾਸ਼ਤੇ ਨਾਲ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ। ਨਾਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਦਲੀਆ, ਪੁੰਗਰੇ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਦਾਲਾਂ, ਤਾਜ਼ੇ ਫਲ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨਾਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਮੈਦੇ ਨਾਲ ਬਣੀ ਬ੍ਰੈੱਡ ਦਾ ਸੇਵਨ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕਰੋ। ਨਾਸ਼ਤੇ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਫਿੱਕੀ ਦਹੀਂ ਦੀ ਲੱਸੀ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਦਿਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਆਕਰਸ਼ਕ

- ਕੈਲੋਰੀ ਦਾ ਹਿਸਾਬ ਰੱਖੋ ਕਿ ਦਿਨ ਭਰ ਕੁੱਲ ਕਿੰਨੀ ਕੈਲੋਰੀ ਦੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਸ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਲਓ। ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਘੱਟ ਕੈਲੋਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਕੇਕ, ਮਿਠਆਈਆਂ, ਬਿਸਕੁਟ, ਟੌਫੀ, ਚਾਕਲੇਟ ਦਾ ਸੇਵਨ ਨਾ ਕਰੋ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਰਾਹਾਰ ਨਾ ਰਹੋ। ਸੰਤੁਲਿਤ ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਲਿਆ ਅਤੇ ਮਸਾਲੇਦਾਰ ਭੋਜਨ ਨਾ ਲਓ, ਨਾ ਹੀ ਡੱਬਾਬੰਦ ਭੋਜਨ ਖਾਓ। ਤਾਜ਼ੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਹੀ ਸੇਵਨ ਕਰੋ। ਤਾਜ਼ੇ ਫਲ, ਦਹੀਂ, ਪੁੰਗਰੀਆਂ ਦਾਲਾਂ, ਹਰੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਕੱਚੀਆਂ ਜਾਂ ਸਟੀਮ ਕਰਕੇ ਖਾਓ।
- ਖਾਣਾ ਚਬਾ ਕੇ ਖਾਓ : ਖਾਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਚਬਾ-ਚਬਾ ਕੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ

- ਦਿਨ ਵਿਚ ਘੱਟ ਫਰਕ ਵਿਚ ਖਾਓ : ਦਿਨ ਵਿਚ ਮੁੱਖ ਤਿੰਨ ਭੋਜਨ ਲਓ। ਵਿਚਾਲੇ ਵੀ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਵਾਰ ਕੁਝ ਹਲਕਾ ਲਓ। ਇਕ ਵਾਰ ਪੇਟ ਭਰ ਕੇ ਖਾਣ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਹੈ ਥੋੜ੍ਹਾ-ਥੋੜ੍ਹਾ ਕਰਕੇ ਖਾਓ। ਇਸ ਨਾਲ ਖੂਨ ਵਿਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਪੱਧਰ ਠੀਕ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਰੇਸ਼ੇਯੁਕਤ ਭੋਜਨ ਲਓ : ਸਰੀਰ ਲਈ ਰੇਸ਼ੇ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਬਹੁਤ ਹੈ। ਇਹ ਮੋਟਾਪੇ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਬਜ਼ ਨਾ ਹੋਣ ਵਿਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਰੇਸ਼ੇਯੁਕਤ ਭੋਜਨ ਛੇਤੀ ਪਚਦਾ ਹੈ। ਰੇਸ਼ੇਯੁਕਤ ਭੋਜਨ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਚੋਕਰ ਵਾਲੇ ਆਟੇ



ਦੀ ਰੋਟੀ, ਦਲੀਆ, ਹਰੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲੀਆਂ, ਸਲਾਦ ਆਦਿ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦਾ ਸੂਪ ਅਤੇ ਫਲਾਂ ਵਿਚ ਪਪੀਤਾ, ਸੰਤਰਾ, ਅੰਗੂਰ ਆਦਿ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਰੇਸ਼ੇਯੁਕਤ ਭੋਜਨ ਭੁੱਖ ਨੂੰ ਤ੍ਰਿਪਤ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

- ਖੂਬ ਪਾਣੀ ਪੀਓ : ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਚਰਬੀ ਘੱਟ ਜੰਮਦੀ ਹੈ। ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਪਾਣੀ ਦਾ ਸੇਵਨ ਨਾ ਕਰਨਾ ਹੀ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਖਾਣਾ ਦੇਰ ਨਾਲ ਪਚਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੇਟ-ਕਮਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਚਰਬੀ ਜੰਮਣ ਲਗਦੀ ਹੈ। ਦਿਨ ਭਰ ਵਿਚ 10 ਤੋਂ 12 ਗਿਲਾਸ ਪਾਣੀ ਪੀਓ।
- ਕਸਰਤ : ਨਿਯਮਤ ਕਸਰਤ ਵੀ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਸਮਰੱਥਾ ਅਨੁਸਾਰ ਕਸਰਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਵਧਾਓ। ਘਰ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਵੀ ਇਕ ਕਸਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਕੇ ਘਰ ਦੇ ਛੋਟੇ-ਮੋਟੇ ਕੰਮ ਖੁਦ ਨਿਪਟਾਓ। ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ, ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾ ਨਾ ਹੋਣ ਦਿਓ। ਕਸਰਤ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਤੇਜ਼ ਸੈਰ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਲਿਫਟ 'ਤੇ ਨਾ ਜਾ ਕੇ ਪੌੜੀਆਂ ਨਾਲ ਚੜ੍ਹੋ-ਉੱਤਰੋ। ਬਾਜ਼ਾਰ ਜਾਣ ਲਈ ਪੈਦਲ ਚੱਲ ਕੇ ਜਾਓ।
- ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ, ਤੈਰਾਕੀ, ਘਰ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨਾ ਆਦਿ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਸਹੂਲਤ ਅਨੁਸਾਰ ਕਸਰਤ ਨਿਯਮਤ ਅਪਣਾਓ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਚੁਸਤ ਅਤੇ ਆਕਰਸ਼ਕ ਬਣਾਈ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਲਿਖਤ : ਸਰਬਜੀਤ ਲੌਂਗੀਆਂ ਜਰਮਨੀ

ਨਾਨਕਾ ਮੇਲ 1960-70

ਪਹਿਲੇ ਵਟਣੇ ਤੋਂ ਅਗਲੇ ਦਿਨ, ਜਾਣੀ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਠੀਕ ਦੋ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਮਹਿਮਾਨ ਆਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਾਅ ਨਾਨਕਾ ਮੇਲ ਆਉਣ ਦਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਨਾਨਕੇ ਮੇਲ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹਦੜ ਦੀ ਮਾਤਾ ਜੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਪੇਕੇ ਪਿੰਡ ਆਉਂਦਾ ਸੀ। ਨਾਨਕਾ ਮੇਲ ਪਿੰਡ ਤੇ ਵਸੀਵੇ ਤੋਂ ਗਾਉਂਦਾ ਤੇ ਨੱਚਦਾ ਆਉਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਗੱਡੀਆਂ ਨਹੀਂ ਸਨ ਤਾਂ ਰੇਹੜੀ ਅਤੇ ਗੱਡੇ ਤੇ ਬੈਠ ਕੇ ਨਾਨਕਾ ਮੇਲ ਆਉਂਦਾ ਸੀ। ਬਲਦਾਂ ਤੇ ਖਾਸ ਫੁਲਕਾਰੀਆ ਝੁੱਲਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ ਤਾਂ ਜੋ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕੇ ਅਸੀਂ ਨਾਨਕਾ ਮੇਲ ਲੈਕੇ ਚੱਲੇ ਹਾਂ। ਬਲਦਾਂ ਦੇ ਗਲਾ ਵਿੱਚ ਘੁੰਗਰੂ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਤਾਂ ਜੋ ਸੁਣ ਸੁਣ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਉੱਚੀ ਹੋਵੇ। ਮਾਮੇ-ਮਾਮੀ ਨੇ ਹੱਥ ਫੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਜੋ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕੇ ਕਿ ਇਹ ਜੋੜੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਸ ਹੈ। ਵਿਆਹਦੜ ਦੀ ਮਾਤਾ ਆਪਣੇ ਪੇਕਿਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਗਨ ਕਰਕੇ ਗਲਵੱਕੜੀ ਪਾ ਕੇ ਮਿਲਦੀ ਸੀ। ਵਿਆਹਦੜ ਦੀ ਮਾਤਾ ਪੇਕੇ ਪਿੰਡ ਤੋਂ ਆਇਆ ਭਰਜਾਈਆਂ ਦੇ ਪੱਲੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਗਨ ਵਿੱਚ ਠੂਠੀ, ਗੁਲਗੁਲੇ, ਚਾਵਲ, ਗੂੜ੍ਹ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਪਾਕੇ ਅੰਦਰ ਵਾੜਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਰਸਮ ਵੇਲੇ ਨਾਨਕੇ ਦਾਦਕੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਸੁਹਾਗ ਦੇ ਗੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਨੇ ਮਿਹਣੇ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਸ਼ਾਮ ਵੇਲੇ ਨਾਨਕੀ ਛੱਕ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹਦੜ ਦੇ ਨਾਨਕੇ ਬਿਸਤਰੇ, ਪਲੰਘ, ਬਰਤਨ, ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਗਹਿਣੇ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਰੱਖਦੇ ਸਨ।

ਸਾਡੇ ਵੇਲੇ ਬੜੇ ਭਲੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਉਦੋਂ ਮਿੱਟੀ ਲਿੱਪੇ ਕੱਚੇ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਰਾ ਸਮਾਜ ਸਿਮਟਿਆ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਗਲੀ, ਗੁਆਂਢ ਮਿਲ-ਜੁਲ ਕੇ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ-ਬੋਝਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਉਦੋਂ ਦਾਦੀਆਂ, ਨਾਨੀਆਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਗੁੱਡੀਆਂ, ਪਟੋਲੇ, ਬਿੰਨੂ ਤੇ ਗੋਦੀਆਂ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ।

ਯਾਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਿੰਡ ਦਾ ਸੱਤ੍ਹ ਤਖਾਣ ਤੁਰਨਯੋਗ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਲੱਕੜੀ ਦੇ ਗਡੀਰੇ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਬੱਚੇ ਬਾ-ਬੀ-ਬੂ ਕਰਦੇ ਗਡੀਰੇ ਨੂੰ ਏਧਰ-ਓਧਰ ਘਸੀਟਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਤੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਤੁਰਨਾ-ਫਿਰਨਾ ਸਿੱਖ ਜਾਂਦੇ। ਲੱਕੜ ਦਾ ਟੱਲੀ ਵਾਲਾ ਰੇਹੜਾ ਵੀ ਖੇਡਣ ਦਾ ਵਧੀਆ ਸਾਧਨ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਕੱਚੇ-ਪੱਕੇ ਪਹਿਰਿਆਂ 'ਤੇ ਰੇਹੜਾ ਭਜਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਬੱਚੇ ਸਰੀਰਿਕ ਕਸਰਤ ਵੀ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖੇਡ ਮੋਹ ਵੀ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ।

ਦਾਦੀ ਮਾਂ ਦੇ ਖਿਡੌਣੇ ਵੀ ਕਮਾਲ ਦੀ ਸ਼ੈਲੀ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਪੁਰਾਣੇ ਕਿਸੇ ਕੱਪੜੇ ਵਿਚ ਰੂੰ ਭਰ ਕੇ ਬਣਾਈ ਹੋਈ ਗੁੱਡੀ, ਬਟਨਾਂ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦੀ ਸੂਤੜੀ ਦੇ ਵਾਲ ਤੇ ਜ਼ਰੀ ਦੇ ਪਟੋਲੇ ਪਹਿਨ ਕੇ ਰਾਣੀ-ਮਹਾਰਾਣੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਇਹ ਗੁੱਡੀ ਬਾਲੜੀਆਂ ਦੀ ਜਿੰਦ-ਜਾਨ ਹੁੰਦੀ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਂ-ਜਾਈ ਕੋਈ ਧੀ, ਭੈਣ ਲੱਗਣੀ। ਨਾਲ ਦੀ ਪੱਤੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਾਨੀ ਮਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਦੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਸ਼ਮਲੇ ਵਾਲਾ 'ਗੁੱਡਾ' ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ। ਤੁਰਦੀ-ਤੁਰਦੀ ਇਹ ਗੱਲ ਜਦੋਂ 'ਗੁੱਡੀ' ਵਾਲੀ ਕੁੜੀ ਦੇ ਘਰ ਅੱਪੜਨੀ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ ਨੇ ਵਿਆਹ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਝੱਟ-ਪੱਟ ਕਿਸੇ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਨੈਣ ਬਣਾ ਕੇ ਗੁੱਡੇ ਵਾਲੇ ਘਰ ਤੋਰ ਦੇਣਾ।

ਫੇਰ ਕੀ ਹੋਣਾ? ਜੋ, ਜੋ ਵਿਆਹ ਦੇ ਰੀਤੀ, ਰਿਵਾਜ ਵੱਡਿਆਂ ਲਈ ਨਿਭਾਏ ਜਾਂਦੇ ਉਹੋ ਕੁਝ 'ਗੁੱਡਾ-ਗੁੱਡੀ' ਦੇ ਵਿਆਹ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਨਿੱਕੀਆਂ, ਨਿੱਕੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਖੇਡ-ਖੇਡ ਵਿਚ ਹੀ ਗੁੱਡੇ ਨੂੰ ਸ਼ਗਨ ਪਾਉਣ ਜਾਂਦੀਆਂ। ਗੁੱਡੀ ਨੂੰ ਚੁੰਨੀ ਚੜ੍ਹਨੀ। ਗੁੱਡੀ, ਗੁੱਡਾ ਮਾਈਏਂ ਪੈਂਦੇ। ਵਿਆਹ 'ਤੇ ਨਾਨਕੀ ਸ਼ੱਕ ਆਉਣਾ। ਮੁਹੱਲੇ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਰਲ, ਮਿਲ ਕੇ ਟੱਲੀਆਂ-ਪਟੋਲਿਆਂ ਦੇ ਬਣਾਏ ਗੁੱਡੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖਿਡੌਣੇ ਘੋੜੇ 'ਤੇ ਬੈਠਾ 'ਗੁੱਡੀ' ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਘਰ ਢੁੱਕ ਜਾਣਾ। ਲਾਵਾਂ, ਫੇਰੇ ਤੇ ਵਿਆਹ ਦੀਆਂ ਲੈਣ, ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਰਸਮਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ। ਰੋਂਦੀਆਂ, ਕੁਰਲਾਉਂਦੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥੀਂ ਸ਼ਿੰਗਾਰੀ ਆਪਣੀ ਗੁੱਡੀ ਨੂੰ ਲਾੜੇ ਗੁੱਡੇ ਨਾਲ ਤੋਰਦੀਆਂ। ਇਵੇਂ ਬਚਪਨ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਖੇਡਦੀਆਂ-ਖੇਡਦੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ, ਰੀਤੀ ਰਿਵਾਜ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਫਰਜ਼, ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦੀਆਂ ਸਨ।

ਸਾਡੀ ਗਲੀ ਵਿਚ ਹੱਥੀਂ ਬਣੇ ਟੱਕ, ਟੱਕ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਰੇਹੜੇ, ਸੁਰਾਂ ਕੱਢਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਿੱਟੀ ਦੀਆਂ ਸਾਰੰਗੀਆਂ ਤੇ ਡੁੱਗਡੁੱਗੀਆਂ ਵੀ ਵਿਕਣੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਬਾਹਰੋਂ ਵਣਜ਼ਾਰੇ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣ ਘਰ ਅੰਦਰ ਅਸੀਂ ਖਿਡੌਣੇ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਚੀਕ-ਚਿਹਾੜਾ ਪਾ ਦੇਣਾ। ਜਦੋਂ ਖਿਡੌਣੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕੁਝ ਪਲ ਖੇਡ, ਮੱਲ ਕੇ ਦੂਜੇ ਆਹਰੀਂ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ। ਉਦੋਂ ਹਰੀਆਂ,

ਸਾਡਾ ਪੰਜਾਬੀ ਅਮੀਰ ਵਿਰਸਾ



ਵਿਆਹਦੜ ਦਾ ਪਿਤਾ ਪੰਚਾਇਤ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਾਲ ਇਹ ਸਾਰਾ ਸਮਾਨ ਆਪਣੀ ਝੋਲੀ ਪਵਾਕੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਦਾ ਸੀ। ਨਾਨਕਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਸੀ, ਭੂਆ, ਚਾਚਾ, ਤਾਇਆ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਾਸ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਆਪਣਾ ਤੋਹਫ਼ਾ ਰੱਖਦੇ ਸਨ। ਪਿੰਡ ਦੀ ਪੰਚਾਇਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਨ ਲਿਖਦੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਨਾਨਕੀ ਛੱਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਪੜਵੰਤੇ ਸੱਜਣ ਵਿਆਹਦੜ ਦੇ ਪਿਤਾ ਦੀ ਭਾਵ ਆਪਣੇ ਜਵਾਈ ਦੀ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਪਿੰਡ ਦੀ ਪੰਚਾਇਤ ਵਿੱਚ ਬੈਠੇ ਪੜਵੰਤੇ ਸੱਜਣ ਵਿਆਹਦੜ ਦੀ ਮਾਤਾ ਜੀ ਦੀ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਨਾਨਕੀ ਛੱਕ ਵਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਧੀ ਦੀ ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਜਾਣ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਆਹਦੜ ਦੇ ਨਾਨਕੇ-ਦਾਦਕੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਰਸਮਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਸਨ। ਨਾਨਕਿਆਂ ਵਲੋਂ ਪਿੰਡ ਦੇ

ਸਰਪੰਚ ਨੂੰ ਅਤੇ ਲੰਬੜਦਾਰ ਨੂੰ ਪਗੜੀ ਦੇ ਕੇ ਸਨਮਾਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਨਾਨਕਿਆਂ ਵਲੋਂ ਨਾਈ ਨੂੰ ਸ਼ਗਨ ਕਰਾਈ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਸ਼ਗਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਝੀਰ ਨੂੰ ਜੂਠ ਧੁਆਈ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਸ਼ਗਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ।

ਨਾਨਕੇ ਮੇਲ ਦਾ ਗੀਤ ਵਿਆਹਦੜ ਦੇ ਨਾਨਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਗਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਗੀਤ ਨਾਨਕਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਅੰਦਰੋਂ ਨਿਕਲ ਸਿੰਦਰੇ ਨੀ ਪੇਕੇ ਤੇਰੇ ਆਏ ਭਾਈ ਤਾਂ ਤੇਰੇ ਅੰਮਾ ਦੇ ਜਾਏ ਨੀ ਨਾਲ ਸੋਹਣੀਆਂ ਭਰਜਾਈਆਂ ਲਿਆਏ ! ਦਾਦਕਿਆਂ ਵੱਲੋਂ

ਨਾਨਕੇ ਆਏ ਨੇ ਜੀ, ਨਾਨਕੇ ਆਏ ਨੀ ਕੀ ਕੁਝ ਲਿਆਏ ਨੇ ਜੀ, ਕੀ ਕੁਝ ਲਿਆਏ ਨੇ ਜੀ, ਮੈਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਨੂੰ ਆਉਣ ਸੰਗਾਂ ਮਾਮੇ ਲਿਆਏ ਬੋਕ ਦੀਆਂ ਟੰਗਾਂ ਨੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰੀਕੇ ਦੇ ਭੋਰਾ ਭੋਰਾ ਵੰਡਾ, ਨੀ ਨੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰੀਕੇ ਦੇ।

ਨਾਨਕਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਫੁੱਲਾਂ ਭਰੀ ਚੰਗੇਰ ਇਕ ਫੁੱਲ ਤੋਰੀ ਦਾ, ਇਸ ਵੇਲੇ ਜਰੂਰ, ਮਾਮਾ ਲੋੜੀਂਦਾ ! ਫੁੱਲਾਂ ਭਰੀ ਚੰਗੇਰ ਇਕ ਫੁੱਲ ਤੋਰੀ ਦਾ, ਇਸ ਵੇਲੇ ਜਰੂਰ, ਮਾਸੜ ਲੋੜੀਂਦਾ ! ਦਾਦਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਫੁੱਲਾਂ ਭਰੀ ਚੰਗੇਰ ਇਕ ਫੁੱਲ ਤੋਰੀ ਦਾ, ਇਸ ਵੇਲੇ ਜਰੂਰ, ਚਾਚਾ ਲੋੜੀਂਦਾ ! ਫੁੱਲਾਂ ਭਰੀ ਚੰਗੇਰ ਇਕ ਫੁੱਲ ਤੋਰੀ ਦਾ, ਇਸ ਵੇਲੇ ਜਰੂਰ, ਤਾਇਆ ਲੋੜੀਂਦਾ !

ਨਾਨਕਿਆਂ ਕਿੱਧਰ ਗਈਆਂ ਨੀ ਚੰਨੀ ਤੇਰੀਆਂ ਦਾਦਕਿਆਂ ਖਾਧੇ ਸੀ ਲੱਡੂ, ਜੰਮੇ ਸੀ ਡੱਡੂ ਹੁਣ ਛੱਪੜਾਂ ਤੇ ਗਈਆਂ ਨੀ ਚੰਨੀ ਤੇਰੀਆਂ ਦਾਦਕਿਆਂ ! ਦਾਦਕਿਆਂ ਕਿੱਧਰ ਗਈਆਂ ਨੀ ਚੰਨੀ ਤੇਰੀਆਂ ਨਾਨਕਿਆਂ ਖਾਧੇ ਪਕੌੜੇ, ਜੰਮੇ ਸੀ ਜੌੜੇ ਹੁਣ ਜੌੜੇ ਖਿਡਾਉਣ ਗਈਆਂ ਨੀ ਚੰਨੀ ਤੇਰੀਆਂ ਨਾਨਕਿਆਂ !

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਨਕਿਆਂ- ਦਾਦਕਿਆਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਤਾਹਨੇ ਮਿਹਣੇ ਦਿੰਦੀਆਂ ਤੇ ਨੱਚ ਗਾ ਕੇ ਪੂਰੀ ਧਮਾਲ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਗਾਉਣ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਇੰਨੀ ਉੱਚੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ ਕਿ ਨਾਲ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ ਤੱਕ ਵੀ ਅਵਾਜ਼ ਸੁਣ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

ਜਦੋਂ ਗੁੱਡਾ, ਗੁੱਡੀ ਮਾਈਏਂ ਪੈਂਦੇ



ਲਾਲ ਚਿੜੀਆਂ ਵੀ ਵਿਕਣੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਉਸ ਵਣਜ਼ਾਰੇ ਦੇ ਬਾਂਸ 'ਤੇ ਰੰਗੀਨ ਛਤਰੀ ਵਾਂਗ ਮੋਮ ਦੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਲਮਕਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ। ਉਹ ਵਣਜ਼ਾਰੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਪਾਈ ਸੀਟੀ ਵਜਾ-ਵਜਾ ਕੇ ਗੁਣ-ਗੁਣਾਉਂਦੇ ਸੀ:

ਇਹ ਚਿੜੀਆਂ ਰੰਗ-ਬਿਰੰਗੀਆਂ ਕੁਝ ਖਾਂਦੀਆਂ ਨਾ, ਪੀਂਦੀਆਂ ਝਾਈ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਾਉਂਦੀਆਂ ਮੁੰਨੀ ਨੂੰ ਵਰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਭਾਧੇ ਦਾ ਬਿਸਤਰ ਵਿਛਾਉਂਦੀਆਂ ਕਾਕੇ ਨੂੰ ਲੋਰੀ ਸੁਆਉਂਦੀਆਂ

ਸੱਚ-ਮੁੱਚ, ਉਦੋਂ ਪਾਰੋ ਨਾਲ ਲਮਕਦੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਰੰਗੀਨ ਪੂਛਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚਿੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੀਆਂ ਪੁਤੀਤ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਅਸੀਂ ਪੰਖੇਰੂਆਂ ਬਾਰੇ ਕਲਪਨਾ ਉਡਾਰੀਆਂ ਮਾਰਦੇ ਚਿੜੀਆਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ-ਉੱਤੇ ਕਰਦੇ ਆਪ ਹੀ ਚਿੜੀਆਂ ਕੋਲੋਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛਦੇ ਤੇ ਆਪ ਹੀ ਉੱਤਰ ਦਿੰਦੇ।

ਬਚਪਨ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਨੂੰ ਉਲਟਾਉਣ-ਪਲਟਾਉਣ 'ਤੇ

ਯਾਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਤੋਂ ਵਿਹਲੇ ਹੋ ਕੇ ਅਸੀਂ ਗਲੀਆਂ ਵਿਚ ਖੇਡਣ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੇ ਸੀ। ਕਦੀ ਗਲੇਲਣਾਂ ਨੇ ਮਿੱਟੀ ਦੀਆਂ ਬੁਗਨੀਆਂ, ਬਾਵੇ ਤੇ ਉਠ-ਘੋੜੇ ਵੇਚਣ ਆ ਜਾਣਾ। ਅਸੀਂ ਮੱਕੀ ਜਾਂ ਕਣਕ ਦੇ ਦਾਣਿਆਂ ਵੱਟੇ ਪਸੰਦੀਦਾ ਖਿਡੌਣੇ ਤੇ ਬੁਗਨੀਆਂ ਲੈ ਲੈਣੀਆਂ। ਕਦੀ ਕੋਈ ਰੰਗੀਨ ਪੁਤਲੀਆਂ ਵੇਚਣ ਵਾਲਾ ਆ ਜਾਣਾ। ਅਸਾਂ ਕਠਪੁਤਲੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਲੰਮੇ ਤੀਲੇ ਨੂੰ ਘੁੰਮਾਉਣਾ ਤਾਂ ਕਾਰਾਜ਼ ਦੀ ਪੁਤਲੀ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਬਾਹਵਾਂ ਹਿਲਾ, ਹਿਲਾ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਸਲਾਮਾਂ ਕਰਨੀਆਂ।

ਬੇਜਾਨ ਪੁਤਲੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੱਤਾਂ-ਬਾਹਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਹਿਲਾਉਂਦੀਆਂ ਨੇ? ਜਦੋਂ ਖੇਡ, ਖੇਡ ਕੇ ਸਾਡਾ ਜੀਅ ਭਰ ਜਾਣਾ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਾਰਾਜ਼ੀ ਪੁਤਲੀ ਦੀਆਂ ਲੱਤਾਂ-ਬਾਹਵਾਂ ਖੋਲ੍ਹ, ਖੋਲ੍ਹ ਵੇਖਣਾ। ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਟੁੱਟੀ ਹੋਈ ਪੁਤਲੀ ਨੂੰ ਮੁੜ, ਮੁੜ ਜੋੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ, ਪਰ ਉੱਘੜ-ਦੁੱਘੜੀ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਪੁਤਲੀ ਨੇ ਦੁਬਾਰਾ ਲੱਤਾਂ ਨਾ ਹਿਲਾਉਣੀਆਂ। ਸ਼ਾਇਦ ਤੋੜ-ਭੰਨ ਕਰਨ 'ਤੇ ਉਹ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਰੁੱਸ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

ਹੁਣ ਸਮਝ ਆਈ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਮਹਿੰਗੇ ਖਿਡੌਣੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥੋਂ ਹੇਠਾਂ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਸੁੱਟਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਖਿਡੌਣੇ ਦੀ ਕੀਮਤ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਉਸਨੂੰ ਝਿੜਕਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਹਕੀਕਤ ਵਿਚ ਉਹ ਆਪਣੇ ਖਿਡੌਣੇ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਸੁੱਟ ਕੇ ਤੋੜ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਖਿਡੌਣੇ ਰਾਹੀਂ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਜਾਣਨ ਜਾਂ ਸਿਰਜਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਮਾਂ ਇਸ ਕਦਰ ਬਦਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਮੋਬਾਈਲ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਲੈਪਟਾਪ, ਰੀਮੋਟ ਕੰਟਰੋਲਡ ਅਤੇ ਮਾਰ ਧਾੜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਥਿਆਰ ਨੁਮਾ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲੱਗੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਬਾਲ ਗੁੱਡੀਆਂ-ਪਟੋਲਿਆਂ ਨੂੰ ਭੁੱਲ-ਵਿਸਾਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਉਹ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਮਸ਼ੀਨੀ ਤੇ ਬਲਾਕ ਖਿਡੌਣੇ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹਵਾ ਗੰਨਾਂ, ਬੰਦੂਕਾਂ ਤੇ ਪਿਸਤੌਲ ਲੈਣ ਦੀ ਜਿੱਦ ਕਰਨ ਲੱਗੇ ਹਨ। ਹਵਾ ਗੰਨ ਵਿਚ ਸਿੱਕੇ ਦੇ ਮਾਰੂ ਸ਼ਰੂ ਭਰ ਕੇ ਉਹ ਬੇਕਸੂਰ ਚਿੜੀਆਂ, ਕਬੂਤਰਾਂ ਤੇ ਭੋਲੀਆਂ ਘੁੰਗੀਆਂ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਫੁੰਡਦੇ ਹਨ। ਵਿਚਾਰੇ ਪੰਖੇਰੂ ਅਗਲੇ ਪਲ ਹੀ ਫੜਫੜਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਹੇਠਾਂ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਆ ਢਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਲਾਗੇ ਬੈਠੇ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਤਾੜੀ ਮਰਦੇ ਹਨ।

ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਖਿਡੌਣੇ ਸਾਡੇ ਬਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਵਿਚ ਬੜੇ ਸਹਾਈ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਰਾਹੇ ਪਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਸਵੈ-ਚਾਲਤ ਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੀ ਸੁੱਧ-ਬੁੱਧ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਗੋਦ-ਨਿੱਘ ਤੋਂ ਦੂਰ ਦਿਮਾਗੀ ਥਕਾਵਟ ਨਾਲ ਚੂਰ ਹੋਏ ਬੱਚੇ ਪੜ੍ਹਨਾ, ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ ਭੁੱਲ-ਵਿਸਾਰ ਕੇ ਰਾਤ ਪੈਂਦਿਆਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਸੋਣ-ਕਮਰਿਆਂ 'ਚ ਜਾ ਵੜਦੇ ਹਨ।

ਮਮਤਾ ਵਿਹੂਣੇ ਇਹ ਬਾਲ ਸਮਾਜਿਕ ਤਾਣੇ, ਬਾਣੇ ਨਾਲ ਇਕ-ਮਿਕ ਕਿਵੇਂ ਹੋਣਗੇ? ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਡਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਰਸਾਇਣ ਮਿਲੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਵਚਿੱਤਰ ਤੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਖਿਡੌਣੇ ਧੜਾਧੜ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਸੁੱਟੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਬਾਲਾਂ ਦੀ ਬਦਲੀ ਹੋਈ ਖਿਡੌਣਾ ਬਿਰਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾਕੂਲਾ, ਹੀਰੋ, ਸਪਾਈਡਰ ਮੈਨ ਤੇ ਮਾਈਕਲ ਜੈਕਸਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਤਾਂ ਸਹਾਈ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਪਰ ਬੱਚੇ ਮਨੁੱਖਤਾਵਾਦੀ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਤੋਂ ਮੀਲਾਂ ਦੂਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਗਲੋਬ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਮਨੁੱਖ, ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦੀਆਂ ਨਿੱਤ ਨਵੀਆਂ ਵਿਉਂਤਾਂ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹਕੀਕਤ ਵਿਚ ਜ਼ਹਿਰ ਬੰਬ, ਲੱਜ਼ਰ ਬੰਬ, ਪਰਮਾਣੂ ਬੰਬ ਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰਾਈਜ਼ਡ ਮਿਜ਼ਾਈਲਾਂ ਆਦਿ ਨੇ ਬਾਲ-ਬਿਰਤੀ ਨੂੰ ਖੁੰਘਾਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਬੜਾ ਮਾਰੂ ਹਿੱਸਾ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਬਾਲ ਫਿਲਮਾਂ ਵੀ ਸਾਡੇ ਬਾਲਾਂ ਲਈ ਢੇਰਾਂ ਦੇ ਢੇਰ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਸਮੱਗਰੀ ਪਰੋਸ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਪਹੁਦਰੇ ਤੇ ਕੁਰੱਖਤ ਵਰਤਾਰੇ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਇਹ ਆਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਕਿ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ਚਾਹੁਣ ਵਾਲੇ ਨੇਕ-ਦਿਲ ਇਨਸਾਨ ਬਣਨਗੇ।

ਹਰਦੇਵ ਚੌਹਾਨ, ਸੰਪਰਕ : 70098-57708



ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਆਂ! ਇਕ ਵਾਰ ਇਕ ਚਿੜੀ ਅਤੇ ਕਾਂ ਆਪਸ ਵਿਚ ਗੁਆਂਢੀ ਸਨ। ਚਿੜੀ ਬੜੀ ਉੱਦਮੀ ਅਤੇ ਹਿੰਮਤੀ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਬੜੀ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਲਗਨ ਨਾਲ ਕੱਖਾਂ-ਕਾਨਿਆਂ ਦਾ ਸੁੰਦਰ ਘਰ ਬਣਾਇਆ। ਇਹ ਦੇਖ ਕੇ ਕਾਂ ਨੇ ਵੀ ਘਰ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਧਰੋਂ ਲੂਣ ਦੀ ਬੋਰੀ ਮਿਲ ਗਈ। ਬਿਨਾਂ ਸੋਚੇ-ਸਮਝੇ ਉਸ ਨੇ ਲੂਣ ਦਾ ਘਰ ਬਣਾ ਲਿਆ।

ਇਕ ਦਿਨ ਚਿੜੀ ਨੇ ਖਿਚੜੀ ਬਣਾਈ। ਉਹ ਕਾਂ ਦੇ ਘਰ ਗਈ ਅਤੇ ਆਖਣ ਲੱਗੀ, 'ਭਰਾਵਾ, ਰਤਾ ਕੁ ਲੂਣ ਦੇਈ, ਮੈਂ ਖਿਚੜੀ ਵਿਚ ਪਾਉਣਾ ਏ।' ਕਾਂ ਬੜਾ ਮਤਲਬੀ ਅਤੇ ਬੇਲਿਹਾਜ਼ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਸਾਫ਼ ਨਾਂਹ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, 'ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਘਰ ਨਹੀਂ ਖਰਾਬ ਕਰਨਾ। ਚਲੀ ਜਾਹ ਇਥੋਂ।' ਚਿੜੀ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਘਰ ਗਈ। ਉਸ ਨੇ ਬਿਨਾਂ ਲੂਣ ਤੋਂ ਫਿੱਕੀ ਖਿਚੜੀ ਖਾ ਕੇ ਵੇਲਾ ਸਾਰ ਲਿਆ।

ਕਾਫੀ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਇਕ ਦਿਨ ਬੜੇ ਜ਼ੋਰਾਂ ਦਾ ਮੀਂਹ ਪਿਆ ਤਾਂ ਕਾਂ ਦਾ ਲੂਣ ਦਾ ਬਣਿਆ ਘਰ

ਕਾਂ-ਚਿੜੀ ਅਤੇ ਲੂਣ ਦਾ ਘਰ



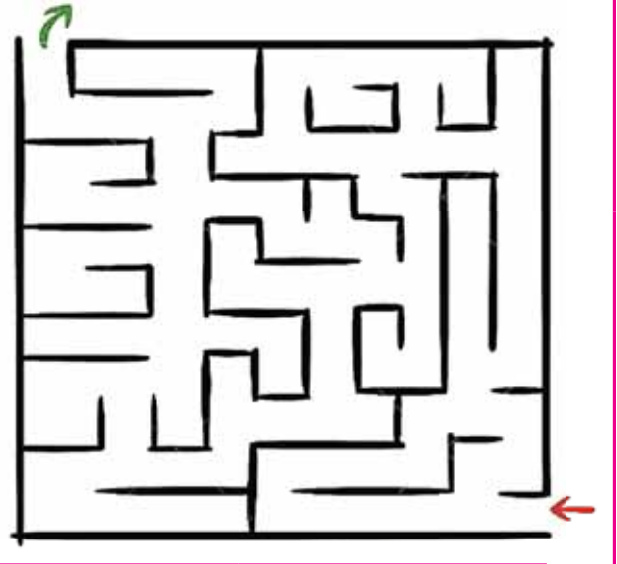
ਖੁਰਨ ਲੱਗਾ। ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਲਗਾਤਾਰ ਮੀਂਹ ਪੈਣ ਕਰਕੇ ਕਾਂ ਦੇ ਘਰ ਦਾ ਨਾਂਅ-ਨਿਸ਼ਾਨ ਹੀ ਮਿਟ ਗਿਆ। ਕਾਂ ਸਰਦੀ ਨਾਲ ਕੰਬਣ ਲੱਗਾ। ਹੁਣ ਉਹ ਕਿਥੇ ਜਾਵੇ, ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਭੈੜੇ ਸੁਭਾਅ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਬਣਾਈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਅਖੀਰ ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਦੇ

ਭਾਵ ਲੈ ਕੇ ਉਹ ਕੰਬਦਾ ਹੋਇਆ ਚਿੜੀ ਦੇ ਘਰ ਪੁੱਜਾ ਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, 'ਭੈਣੇ, ਮੇਰਾ ਘਰ ਮੀਂਹ ਪੈਣ ਕਰਕੇ ਰੁੜ੍ਹ ਗਿਆ। ਅੱਜ ਦੀ ਰਾਤ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਸਿਰ ਲੁਕਾਉਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੇ, ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਨਵਾਂ ਘਰ ਬਣਾ ਲਵਾਂਗਾ। ਚਿੜੀ ਅੱਗਿਓਂ ਗਿਲਾ ਕਰਦਿਆਂ ਬੋਲੀ,

'ਭਰਾਵਾ, ਆਪ ਤਾਂ ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਇਕ ਚੁਟਕੀ ਲੂਣ ਨਾ ਦੇ ਸਕਿਆ। ਹੁਣ ਕਿਹੜੇ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਘਰ ਵੜ ਕੇ ਬੈਠਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ?' ਕਾਂ ਹੋਰ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਕੁਝ ਬੋਲ ਨਾ ਸਕਿਆ। ਜਦੋਂ ਚਿੜੀ ਨੇ ਕਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਮੀਂਹ ਵਿਚ ਠੰਢ ਨਾਲ ਕੰਬਦਿਆਂ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਉਹਦਾ ਮਨ ਤਰਸ ਨਾਲ ਭਰ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਬਾਹਰ ਠੰਢ 'ਚ ਠਰਦਾ ਕਿਤੇ ਮਰ ਹੀ ਨਾ ਜਾਵੇ। ਉਹ ਬੋਲੀ, 'ਅੱਛਾ, ਅੰਦਰ ਲੰਘ ਆ। ਪਰ ਮੇਰਾ ਘਰ ਖਰਾਬ ਨਾ ਕਰੀ। ਆ ਜਾ, ਰਾਤ ਕੱਟ ਲੈ।' ਚਿੜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨੇਕੀ ਵਾਲੇ ਸੁਭਾਅ ਮੁਤਾਬਿਕ ਕਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਲ੍ਹੇ ਤੋਂ ਅੱਗ ਵੀ ਸੇਕਣ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਖਿਚੜੀ ਵੀ ਦਿੱਤੀ। ਸਵੇਰੇ ਜਦੋਂ ਚਿੜੀ ਨੇ ਕਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਵਿਚ ਹੱਥ ਵਟਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਤਾਂ ਉਹ ਗੱਲਾਂ-ਗੱਲਾਂ ਵਿਚ ਲਾਰੇ ਲਾ ਕੇ ਫੁਰਰ ਕਰਦਾ ਉੱਡ ਗਿਆ। ਚਿੜੀ ਵਿਚਾਰੀ ਤੱਕਦੀ ਰਹਿ ਗਈ।

ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਰਮ ਲਧਾਣਾ
-ਮੋਬਾ: 98146-81444

ਰਸਤਾ ਲੱਭੋ



ਬਿੰਦੂ ਮਿਲਾਓ



ਬੁਝਾਰਤਾਂ



1. ਭੇਡਾਂ-ਬੱਕਰੀਆਂ ਚਾਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
2. ਸ਼ੱਕਰ ਵਿਚ ਘਿਓ ਮਿਲਾ ਕੇ ਜੋ ਮਿਸ਼ਰਤ ਵਸਤ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
3. ਜਨਾਨੀਆਂ ਦੇ ਗਿੱਟਿਆਂ 'ਤੇ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਚਾਂਦੀ ਦੇ ਇਕ ਗਹਿਣੇ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
4. ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਬਣੇ ਥੈਲੇ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
5. ਮਾਸੀ ਦੀ ਸੱਸ ਦੇ, ਪੋਤੇ ਦੇ ਬਾਪ ਦੇ, ਬਾਪ ਦੀ ਨੂੰਹ ਦੀ, ਮਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
6. ਸਰਕੜੇ, ਕਾਹੀ ਆਦਿ ਨਾਲ ਬਣਾਏ ਘਰ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
7. ਸਿੰਜਾਈ ਲਈ ਖੂਹ ਵਿਚੋਂ ਜਾਂ ਟੋਭੇ ਵਿਚੋਂ ਪਾਣੀ ਕੱਢਣ ਵਾਲੇ ਸੰਦ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
8. ਕਾਂਸੀ ਦੇ ਗੋਲ ਸ਼ਕਲ ਦੇ ਬਣੇ ਬਰਤਨ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
9. ਲੱਕ ਦੁਆਲੇ ਬੰਨ੍ਹੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਚਾਰਖਾਨੇ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਧਾਰੀਦਾਰ ਕੱਪੜੇ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
10. ਕਰੀਰ ਦੀ ਝਾੜੀ ਨੂੰ ਲੱਗੇ ਫਲ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?

ਉੱਤਰ : (1) ਆਜੜੀ, (2) ਸ਼ੱਕਰ-ਘਿਓ, (3) ਪੰਜੇਬਾਂ, (4) ਝੋਲਾ, (5) ਨਾਨੀ, (6) ਛੱਪਰੀ, (7) ਢੀਂਗਲੀ, (8) ਛੰਨਾ, (9) ਲੁੰਗੀ (ਧੋਤੀ), (10) ਡੇਲੇ।

ਖੁਸ਼ਕ ਜੰਗਲੀ ਖੇਤਰਾਂ ਦਾ ਜਾਨਵਰ ਬਿੱਜੂ



ਕਬਰਾਂ 'ਚੋਂ ਮੁਰਦੇ ਪੁੱਟ ਕੇ ਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਖਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਬਿੱਜੂ ਕਿਸੇ ਥੱਕੇ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸੁੱਤਾ ਦੇਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਉਸ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਵੀ ਖਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬਿੱਜੂ ਦਾ ਮਾਸ ਖਵਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਬਿੱਜੂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਮੁਰਖ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਕਈ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਮੁਰਖ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਬਿੱਜੂ ਦੇ ਨਾਂਅ ਨਾਲ ਵੀ ਪੁਕਾਰਦੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ-ਗੀਤਾਂ ਤੇ ਅਖਾਣਾਂ ਵਿਚ ਬਿੱਜੂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਾਫੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵੰਡ ਸਮੇਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਚਲੇ

ਗਏ ਸਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੁਣ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਕਬਰਾਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਬਿੱਜੂ ਦਾ ਕਬਰਾਂ 'ਚੋਂ ਮੁਰਦੇ ਪੁੱਟ ਕੇ ਖਾਣ ਦਾ ਕੰਮ ਵੀ ਹੁਣ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਦਹਾਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕਈ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਹਰ ਜਗ੍ਹਾ ਜੰਗਲੀ ਇਲਾਕਾ ਆਮ ਹੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਜੰਗਲਾਂ ਦੀ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਹੋ ਰਹੀ ਕਟਾਈ ਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਆਬਾਦ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਕੰਢੀ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬਿੱਜੂ ਹੁਣ ਕਿਤੇ ਵੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

-ਸ਼ਮਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਸੋਰੀ
ਮੋਬਾ: 98764-74671

ਸ਼ਬਦ ਲੱਭੋ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਚਿੱਤਰ 'ਚ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ... ?

B	U	R	I	O	L	E	S	T	E	S	C
C	A	T	R	I	N	I	S	A	U	R	A
A	E	N	E	Q	P	T	I	L	D	M	I
N	R	R	J	O	A	R	U	O	A	I	H
A	K	A	A	I	D	U	O	S	H	N	O
R	E	M	S	T	Z	O	O	A	A	M	N
D	T	W	E	A	O	N	N	T	L	I	G
I	U	L	O	I	S	P	I	N	O	P	S
A	O	R	U	N	P	T	S	U	K	Z	F
O	Z	U	O	L	O	N	G	T	E	A	U
X	Y	B	R	S	L	G	N	H	L	L	L
A	U	A	U	M	Y	W	Z	E	Y	M	E
L	L	L	G	O	O	E	B	T	T	O	N
A	O	A	O	R	N	V	Y	E	A	X	G
I	N	U	P	O	A	U	G	S	W	E	I
A	G	R	S	S	X	A	L	M	A	S	A

ALMAS
AORUN
BALAUR
BANJI
BURIolestes
CAIHONG
CANARDIA
CERATOPS
DAHALOKELY
ERKETU
FULENGIA
LUSOTITAN

RUGOPS
—SIATS—
SPINOPS
TALOS
TAWA
TRINISAURA
UTEODON
YULONG
ZALMOXES
ZBY
ZUOLONG
ZUUL

MEI
MINMI
MOROS
NGWEVU
NUTHETES
OXALAIA
POLYONAX
PROA

ਵਰਨਮਾਲਾ



ਕਵਾਦਿ-ਲਹਿਰਾਂ

ਨਵਾਂ ਵਰ੍ਹਾਂ ਮੁਬਾਰਕ

ਉੱਠ ਮਨ ਉੱਠ, ਕੋਈ ਉੱਦਮ ਉਲਾਸ ਕਰ
ਅ-ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਕਰਦੇ ਦੀ ਅਓਧ ਬਿਹਾਨੀਆਂ
ੲ-ੲੇਹੋ ਤੇਰੀ 'ਬਾਰ' ਨਹੀਂ ਆਉਣੀ ਬਾਰ ਬਾਰ
ਸ-ਸੁਭਾ ਸ਼ਾਮ ਰਿਦਿ ਧਾਰ ਰੱਬ ਕਰੂ ਮਿਹਰਬਾਨੀਆਂ
ਹ-ਹੁੱਜਤਾਂ ਦੇ ਲਾਵੇਂ ਵੇਰ ਮਨ ਵੇ ਹਰਾਮ-ਖੋਰਾ
ਕ-ਕਰਨੀਆਂ ਛੱਡ ਹਰ ਦਮ ਮਨ-ਮਾਨੀਆਂ

ਖ-ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਦੇ ਦੀ ਇੱਕ ਦਿਨ ਮੁੱਕ ਜਾਣੀ ਖੇਡ
ਗ-ਗੁਜ਼ਰਿ ਵਜੂਦ ਵਿੱਚੋਂ ਜਿੰਦ ਉੱਡ ਜਾਣੀ ਆਂ
ਘ-ਘੜ ਘੜ ਸਬਕ ਸਿਖਾਂਵਦਾ ਹੈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ
ਛ-ਛਿਆਨ ਦੇ ਪੁਜਾਰੀਆ ਓ ਵੱਡਿਆ ਧਿਆਨੀਆਂ
ਚ-ਚੱਲ ਗਏ ਅਨੇਕ ਸੁੱਖ ਭੋਗਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ
ਛ-ਛੱਡ ਗਏ ਕਰੋੜ ਨਾਹੀਂ ਆਨੇ ਨਾਂਹ ਦੋਆਨੀਆਂ

ਜ-ਜਾਣ-ਬੁੱਝ ਜੱਗ ਨੂੰ ਦਿਖਾਂਵਦੈਂ ਲਿਬਾਸ ਬੱਗੇ
ੜ-ੜੂਠ ਮੂਠ ਜਾਣੇ ਰੱਬ ਜਾਣਦੈਂ ਸ਼ੈਤਾਨੀਆਂ
ਵ-ਵਤਨ ਤਿਆਗ, ਗਾਡੀ-ਰਾਹ ਤੋਂ ਪਾਸੇ ਜਾਵਣੇ ਦਾ
ਟ-ਟੇਢੀ ਤੋਰ ਤੁਰਨੇ 'ਚ ਹਾਨੀਆਂ ਹੀ ਹਾਨੀਆਂ
ਠ-ਠਿੰਮ ਠਿੰਮ ਚੱਲਣੀ ਸੀ ਚਾਲ ਤੂੰ ਨਿਰਾਲੀ, ਐਵੇਂ
ਡ-ਡਗ ਮਗ ਡੋਲੇਂ ਤਾਹੀਉਂ ਹੋਣ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ

ਢ-ਢੁੰਢ ਨਾਂ ਢੰਢੇਲ, ਰੱਬ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਕੋਲ ਤੇਰੇ
ਣ-ਣਾ ਕਰ ਨੀਵੀਆਂ ਤੂੰ ਦੇਹਲੀਆਂ, ਬੇਗਾਨੀਆਂ
ਤ-ਤਿਆਗ ਦੇਹ ਗੁਮਾਨ ਮਨਾ ਇੱਕੋ ਹੀ ਸਮਾਨ ਸਾਰੇ
ਬ-ਬੁੱਕੀ ਜਾਵੇਂ ਮੋਢਿਆਂ 'ਤੋਂ ਜਾਤਿ-ਅਭਿਮਾਨੀਆਂ
ਦ-ਦੀਨ ਨੂੰ ਵਿਸਾਰ ਕੇ ਤੂੰ ਜਿੱਤੀ ਖੇਡ ਕਾਹਤੋਂ ਹਾਰੇ
ਧ-ਧਰਮ-ਅਤੀਤਾ ਕਾਹਨੂੰ, ਕਰੋਂ ਬੇ-ਈਮਾਨੀਆਂ

ਨ-ਨਿੱਤ ਨਿੱਤ ਨੇਮ ਨਾਲ ਤੂੰ ਨਿਚਿੰਤ ਚੇਤਣਾ ਸੀ
ਪ-ਪੂਜਨੀਕ ਪੂਜਣਾ ਸੀ ਭੋਲਿਆ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ
ਫ-ਫੋਕੜੇ ਕਰਮ ਤਾਂ ਘੁੰਮਾਉਣਗੇ ਚੋਰਾਸੀਆਂ 'ਚ
ਬ-ਬਿਪਰਨ ਦੀ ਰੀਤਿ ਨਾਲੇ ਮੜੀਆਂ ਮਸਾਣੀਆਂ
ਭ-ਭਵਜਲ 'ਚੋਂ ਪਾਰ ਕੱਢੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਜਹਾਜ਼, ਹੋਰ
ਮ-ਮੱਧ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬ ਜਾਣ ਬੇੜੀਆਂ ਦਰਸਿਆਨੀਆਂ

ਯ-ਯੋਗ ਨਾ ਯੁਕਤਿ ਚਤੁਰਾਈ ਕੋਈ ਕੰਮ ਆਵੇ
ਰ-ਰੱਖ ਸਿਰ ਤਲੀ 'ਤੇ ਤੂੰ ਕਰ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ
ਲ-ਲੋਕ ਤੇ ਪੁਲੋਕ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਉਜਲਾਵੇ ਤੇਰਾ
ਵ-ਵਾਹਿ ਗੁਰੂ ਜਪ, ਪੈਣ ਮੱਥੇ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ
ੜ-ੜਾੜ ਨੂੰ ਮੁਕਾਵਨਾ ਏ ਪ੍ਰੇਮ'ਪਦ ਪਾਵਨਾ ਏ



ਲਿਖਤ
ਦਾਸਰਾ ਪ੍ਰੇਮ ਸਿੰਘ
ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ

ਗਜ਼ਲ

ਗੱਲਾਂ ਮੂੰਹੋਂ ਕੱਢ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।
ਫਿਰ ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਛੱਡ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।
ਫਸਲਾਂ ਜੇਕਰ ਪੱਕ ਜਾਵਣ ਤਾਂ,
ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ ਫਿਰ ਵੱਢ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।
ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੀ ਕੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ,
ਕੁੜੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।
ਚਿਸ਼ਤਦਾਰੀ ਦੇ ਵਿਚ ਸਾਂਝਾ,
ਪੈਲੀ ਦੀ ਇਕ ਵੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।
ਸਜਣਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਪਿੱਠ 'ਤੇ ਕੀੜੀਆਂ,
ਸੀਨੇ ਉੱਤੇ ਫੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।
ਟੁੱਟੇ ਤਾਰੇ ਕੋਲੋਂ ਪੁੱਛੀ,
ਰਾਤਾਂ ਕਿੱਦਾਂ ਕੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।
ਵਾਂਗ ਸਪੱਲੀਏ ਵਲ-ਫਲ ਖਾਵਣ,
ਖਸਬੂਆਂ ਫਿਰ ਝੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।
ਬਾਲਮ ਚੁਗਲੀਆਂ ਜਦ ਵੀ ਹੋਵਣ,
ਛੱਜ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਛੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ।

ਲਿਖਤ : ਬਲਵਿੰਦਰ ਬਾਲਮ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ
ਸੰਪਰਕ : 98156-25409

ਹਿੰਦੂ - ਮੁਸਲਮ

ਨਾ ਹਿੰਦੂ ਨਾ ਮੁਸਲਮ ਮਾੜਾ
ਨਾ ਹੀ ਸਿੱਖ ਇਸਾਈ

ਮਾੜੇ ਬੰਦੇ ਸਭ ਧਰਮਾਂ ਵਿੱਚ
ਧਰਮ ਨੀ ਮਾੜੇ ਭਾਈ

ਮਜ਼ਹਬ ਦਾ ਜਿਹੜੇ ਰੋਲੂ ਪਾਉਂਦੇ
ਸੋਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਾੜੀ

ਖੂਨ ਨਾਲ ਕੁਝ ਸੋਚ ਨਾਲ
ਕਰੀ ਧਰਤੀ ਗੰਦਲੀ ਸਾਰੀ

ਇਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਧਰਮ ਸਾਰੇ
ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਤੇ ਲੱਗੇ

ਚਾਕੂ ਛੁਰੀਆਂ ਦੀ ਨੋਕ ਤੇ
ਰੱਬ ਤੇ ਡਾਕੇ ਵੱਜੇ

ਵਾਹਿਗੁਰੂ-ਔਲੂ- ਗੋਡ-ਰਾਮ ਨੂੰ
ਇੱਕੋ ਥਾਂ ਤੇ ਰੱਖੋ

ਵੀਰਪਾਲ ਭੱਠਲ ਨਾਂਅ
ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਹੈ ਪਰਮਾਤਮਾ ਇੱਕੋ

ਲਿਖਤ : ਵੀਰਪਾਲ ਕੌਰ ਭੱਠਲ

ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ

ਕਰ ਕੋਈ ਤੇ ਭਰ ਕੋਈ ਗਿਆ,
ਪਏ ਅਜੇ ਵੀ ਕਈ ਭਰੀ ਜਾਂਦੇ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਿਰਾਂ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਰਾਜ ਮਾਣੀ,
ਜਿਹੜੇ ਅੱਜ ਵੀ ਜ਼ੋਲੀਂ ਸੜੀ ਜਾਂਦੇ।

ਅੰਨ੍ਹੀ ਪੀਸਿਆ ਕੁੱਤੇ ਚੱਟ ਤੁਰੇ,
ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦੇ ਪਿੱਛੋਂ ਲੜੀ ਜਾਂਦੇ।

ਖਾ ਲੁੱਟ ਕੇ ਤਾਂ ਗਏ ਸਾਰੇ,
ਦੋਸ਼ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਸਿਰ ਮੜੀ ਜਾਂਦੇ।

ਪੀੜ੍ਹੀ ਆਪਣੀ ਹੇਠ ਬਿਨਾਂ ਮਾਰ ਸੋਟਾ,
ਐਵੇਂ ਖਾ ਮਖਾਹ ਸਿਰ ਚੜ੍ਹੀ ਜਾਂਦੇ।

ਚੜ੍ਹਣੇ ਤੀਰ ਨਾ ਹੁਣ ਕਮਾਨ ਉੱਤੇ,
ਦਿਨ ਰਾਤ ਜੋ ਵਿਉਂਤਾ ਘੜੀ ਜਾਂਦੇ।

ਘੋੜੀ ਮਰ ਤਾਂ ਗਈ ਰੀਨ ਖਾ ਕੇ,
ਵੈਦਖਾਨੇ ਐਵੇਂ ਵੜੀ ਜਾਂਦੇ।

ਆਉ ਅਕਲ ਕੀ ਹੁਣ ਮੂਰਖਾਂ ਨੂੰ,
ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੋ 'ਭਗਤਾ' ਲੜੀ ਜਾਂਦੇ।

ਲਿਖਤ : ਬਰਾੜ ਭਗਤਾ ਭਾਈ ਕਾ,
1-604-751-1113

ਨਵਾਂ ਸਾਲ

ਚੱਲ ਯਾਰ ਹੱਸੀਏ ਹਸਾਈਏ,
ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਈਏ।

ਲਾਂਬੂ ਨਫਰਤ ਨੂੰ ਲਗਾਈਏ,
ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਈਏ।

ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਸੱਚ ਦਾ ਦੇਖੀਏ ਤੇ ਦਿਖਾਈਏ,
ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਈਏ।

ਸਹਿਕਦੀ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਨੂੰ ਬਚਾਈਏ,
ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਈਏ।

ਰੁੱਸੀ ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਮਨਾਈਏ,
ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਈਏ।

ਅੰਧਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਧੂੰਆਂਖੀ ਧੁੰਦ ਹਟਾਈਏ,
ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਈਏ।

ਮਸ਼ਾਲ ਗਿਆਨ ਦੀ ਜਗਾਈਏ,
ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਈਏ।

ਨਿਵੇਕਲਾ ਕੁੱਝ "ਰਾਣੇ" ਕਰ ਜਾਈਏ,
ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਈਏ।

ਲਿਖਤ : ਨੀਲ ਕਮਲ ਰਾਣਾ ਦਿੜ੍ਹਬਾ,
ਸੰਪਰਕ : 98151-71874

ਗਿਰਦ ਸੂਰਜ ਦੇ ਘੁੰਮ ਰਹੀ ਧਰਤੀ
ਗੋੜ੍ਹਾ ਇੱਕ ਮੁਕਾਵੇ।
ਬਦਲਦੀਆਂ ਰੁੱਤਾਂ ਦਾ ਇਹ ਚੱਕਰ
ਇੱਕ ਵਰ੍ਹਾ ਕਹਿਲਾਏ।
ਨਾ ਜਾਦੂ ਨਾ ਕਰਮਾਤ ਇਹ
ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਜੋ ਮਾਇਆ,
ਆਪੇ ਕਾਦਰ ਆਪੇ ਕੁਦਰਤ
ਜੋ ਕਿਆਨਾਤ ਅਖਵਾਏ।
ਅਗਿਆਨ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਭੇਤ ਨਹੀਂ ਹੈ
ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚੇ,
ਵਿਗਿਆਨਕ ਨਿਯਮਾਂ ਨਾਲ ਇਹ ਕੁਦਰਤ
ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਤਾਈਂ ਚਲਾਵੇ।
ਹੋਰ ਫੇਰੀ ਜੋ ਧਰਤੀ ਆਪਣੇ
ਧੁਰੇ ਦੁਆਲੇ ਲਾਉਂਦੀ,
ਚੌਂਵੀ ਘੰਟੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਫੇਰੀ
ਦਿਨ ਤੇ ਰਾਤ ਬਣਾਵੇ।
ਹਰ ਵਰ੍ਹੇ ਧਰਤੀ ਇਕ ਚੱਕਰ
ਸੂਰਜ ਗਿਰਦ ਲਗਾਉਂਦੀ,
ਧਰਤੀ ਮਾਂ ਇੰਝ ਗੋੜ੍ਹੇ ਰੁੱਤਾਂ
ਇਕ ਜਾਵੇ ਇਕ ਆਵੇ।
ਚਾਰ ਅਰਬ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਤੋਂ ਧਰਤੀ
ਗੋੜ੍ਹ ਰਹੀ ਇੰਝ ਰੁੱਤਾਂ,
ਨਾਂ ਦੇਰੀ ਨਾਂ ਰੁਕਦੀ ਧਰਤੀ
ਨਿਰੰਤਰ ਚੱਲਦੀ ਜਾਵੇ।
ਧਰਤੀ ਮਾਂ ਦੇ ਜਾਇਉ ਬੰਦਿਓ
ਲੈ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਜੇਰਾ,
ਜੋ ਨਾਂ ਵੇਰੀ ਢਾਹਵੇ 'ਪਰਖਿਆ'
ਹੱਥ ਆਸਮਾਨੀ ਲਾਵੇ।

ਲਿਖਤ : ਡਾ. ਸੁਖਪਾਲ ਸੰਘੇੜਾ
dr.sukhpal.sanghera@gmail.com

ਮੁਲਾਜ਼ੇਦਾਰੀਆਂ

ਤੇਰੀਆਂ ਉੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਮੁਲਾਜ਼ੇਦਾਰੀਆਂ
ਸਾਨੂੰ ਗੱਲਾਂ ਲੱਗਣ,ਤੇਰੀਆਂ ਪਿਆਰੀਆਂ।
ਰਾਤੀਂ ਦੇਰ ਤੱਕ ਵੇਟ,ਖੜ੍ਹ ਗੇਟ ਕਰੀਏ
ਡਰੀਏ ਕਲੋਜੇ,ਅਸੀਂ ਹੱਥ ਧਰੀਏ

ਤੈਨੂੰ ਰਤਾ ਨਾ ਮਲਾਲ,ਖੋਰੇ ਕਿਉਂ ਨੀ ਤੈਨੂੰ ਖਿਆਲ
ਕਰੋ ਗੱਲਾਂ ਮੈਂ ਕਰਾਂ, ਜੱਗ ਤੋਂ ਨਿਆਰੀਆਂ
ਤੇਰੀਆਂ ਉੱਚਿਆਂ

ਸਾਡੇ ਸਪਨੇ ਅਧੂਰੇ,ਖੋਰੇ ਹੋਣ ਕਿ ਨਾ ਪੂਰੇ
ਤੇਰੇ ਖਾਬਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੇ,ਕਰਨੇ ਹਾਂ ਲੋਚਦੇ
ਰਤਾ ਦੇਵੇਂ ਜੇ ਧਿਆਨ,ਹੋਵਾਂ ਸੱਤਵੇਂ ਆਸਮਾਨ
ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਾਂ, ਸੱਧਰਾਂ ਨੇ ਜੋ ਕੁਆਰੀਆਂ
ਤੇਰੀਆਂ ਉੱਚਿਆਂ.....

ਲਿਖਤ : ਕਰਮਜੀਤ ਕੌਰ, ਸ਼ਹਿਰ-ਮਲੋਟ

ਕਰ ਦੇ ਉਪਕਾਰ

ਸੁੰਨੇ ਨੈਣਾਂ ਨੂੰ ਸੂਫਨੇ ਦੇਵੀ,
ਸੁੰਨੀਆਂ ਰਾਹਵਾਂ ਨੂੰ ਮੰਜਲ।
ਚਿਸ਼ਮ ਸੁਨਹਿਰੀ ਸੀਨਾ ਠਾਰੇ,
ਬਣ ਜਾਵੇ ਮਨ ਮੰਦਰ।
ਜਿਹੜੇ ਵਿੱਡੋ ਭੁੱਖੇ ਸੁੱਤੇ,
ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵੀ ਲੈ ਸਾਰ।
ਨਵੇਂ ਵਰ੍ਹੇ ਦਿਆਂ ਸੂਰਜਾਂ,
ਕਰ ਦੇ ਉਪਕਾਰ।

ਮਹਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਸ਼ਨਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ,
ਝੁੱਗੀਆਂ ਅੱਖੀਆਂ ਮਲ ਮਲ ਰੋਈਆਂ।
ਸਾਡੇ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਚਾਨਣ ਕਿੱਥੇ,
ਬੀਤੇ ਵਰ੍ਹੇ ਹੁਜ਼ਾਰ।
ਨਵੇਂ ਸਾਲ ਦਿਆਂ ਸੂਰਜਾਂ
ਕਰ ਦੇ ਉਪਕਾਰ।

ਬਾਲੜੀਆਂ ਨਾ ਲੋਕ ਲੁਕਾਵਣ,
ਕੁੱਖ ਦੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਮਾਰ ਮੁਕਾਵਣ।
ਹਵਸ ਦੇ ਭੁੱਖਿਆਂ, ਕਾਮੀਆਂ, ਲੋਭੀਆਂ,
ਤਾਈ ਦੇਵੀ ਬੁੱਧ ਤੇ ਸਾਰ।
ਨਵੇਂ ਵਰ੍ਹੇ ਦਿਆਂ ਸੂਰਜਾਂ,
ਕਰ ਦੇ ਉਪਕਾਰ।

ਜਾਤ ਮਜ਼ਹਬ ਦੀ ਬਾਤ ਨਾ ਮੁੱਕਦੀ,
ਅਮਲਾਂ ਤੇ ਆ ਗੱਲ ਏ ਰੁੱਕਦੀ।
ਪੂਰਬ ਪੱਛਮ ਇੱਕੋ ਵਾਸਾ,
ਖੁਸ਼ੀਆਂ,ਖੇਡੇ ਵੰਡਦੇ ਹਾਸਾ।
ਨਫਰਤ,ਸਾੜਾ ਮੁੱਕ ਜਾਵੇ ਸਾਰਾ,
ਖੁਸ਼ੀ ਵੱਸੋ ਸੰਸਾਰ।
ਨਵੇਂ ਸਾਲ ਦਿਆਂ ਸੂਰਜਾਂ,
ਕਰ ਦੇ ਉਪਕਾਰ।

ਲਿਖਤ : ਸਤਨਾਮ ਕੌਰ ਤੁਗਲਵਾਲਾ

ਸੁਪਨਮਈ ਕ੍ਰਿਸਮੇ

ਸੁਪਨਮਈ ਕ੍ਰਿਸਮੇ ਦੇਖ ਕੇ ਕਦੇ ਫਿਰ ਕਿਉਂ ਦਿਲ ਲਲਚਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ।
ਜਦ ਸਬਰ ਨੂੰ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਠੋਹਕਰ,ਐਦਾਂ ਦਾ ਵੀ ਕੁੱਝ ਭਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ।
ਇਹ ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖਤਾ ਤਾਈਂ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਲਈ ਸੁਕਰ ਕਰੇ,
ਕੁੱਲ ਈਰਖਾ ਛੱਡ ਕੇ ਤੁਰਨਾ,ਬੱਸ ਏਹਦਾ ਹੀ ਸਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰੇ,
ਤੰਗ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਭਰਕੇ ਰੂਹ ਵਿੱਚ ਉੱਛਲੇ,ਅਸੂਲ ਕੋਈ ਚਾਹੁੰਦਾ ਨਹੀਂ..
ਸਦਾ ਬੀਤਦੀ ਗਰਮੀ ਸਰਦੀ ਸੋਕੇ ਡੋਬੇ,ਬੇਪੁਵਾਹ ਹੋ ਕੇ ਨਿੱਬੜੇ,
ਮੈਨੂੰ ਆਉਂਦੀ ਨਾ ਕਦੇ ਮਾਯੂਸੀ,ਲੰਘ ਰਹੇ ਸਮੇਂ ਅਥਾਹ ਕਿੱਧਰੇ,
ਮੇਰੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਨੇ ਰੌਅ 'ਚੋਂ ਲੰਘਣਾ,ਕੋਈ ਰੋੜਾ ਰਾਹ ਅਟਕਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ...
ਮੇਰੇ ਸਫਰ ਦੀ ਰੇਖਾ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਕਿ ਸਦਾ ਸਬਰ ਹੀ ਰੱਖਣਾ ਹੈ,
ਏਥੇ ਸੋਗ 'ਚ ਡੁੱਬਿਆਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਆਉਂਦੀ ਖਬਰ ਵੀ ਰੱਖਣਾ ਹੈ,
ਜਦ ਅਮਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਘਿਰ ਜਾਨਾ,ਨਕਲੀ ਚੇਹਰਾ ਕਦੇ ਬਣਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ...
ਕਿਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਰਜਾ 'ਚ,ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਰੰਗ ਵਿਛਾਉਣਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ,
ਉਹਦੀ ਕਾਇਆ 'ਚ ਮਸਤੀ ਭਰ ਕੇ,ਖੇੜਾ ਲਿਆਉਣਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ,
ਮਾਯੂਸੀ ਭਰਿਆ ਵਕਤ ਨਾ ਆਵੇ ਕਿਤੇ,ਕੋਈ ਆ ਦਰਦ ਵੰਡਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ...
ਕਿਸ ਰਾਹੇ ਤੁਰ ਪੈਂਦੇ ਲਾਈਲੱਗੀਏ,ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਨਸੋਅ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ,
ਬੇਕਦਰੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਗੁੜ੍ਹਤੀ ਤੋਂ ਕੋਈ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਟੋਹ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ,
ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਤਿਆਗ ਕੇ ਕਾਇਦੇ,ਕੋਈ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ...

ਲਿਖਤ : ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੱਧੂ

ਜੇਕਰ ਵਿਕਿਆ ਮੀਡੀਆ ਤਾਂ, ਵਿਕ ਜਾਣੈ ਕਿਰਸਾਨਾਂ ਨੇ
ਪੱਗਾਂ ਚੁੰਨੀਆਂ ਹੋ ਗਹਿਣੇ, ਵਿਕ ਜਾਣੈ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨਾਂ ਨੇ
ਗੈਰਤ, ਔਰਤ, ਔਲਾਦਾਂ ਦੀ, ਫਿਰ ਹੋਣੀ ਹੈ ਨੀਲਾਮੀ
ਖੇਡ ਅਜਾਰੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਮੰਡੀ, ਰੁਲ ਜਾਣੈ ਸਨਮਾਨਾਂ ਨੇ
ਸਰਹੱਦਾਂ ਤੇ ਖਾਕ ਜਵਾਨੀ, ਹੁੰਦੀ ਜਿੰਨਾਂ ਦੀ ਖਾਤਿਰ
ਜਨ ਗਨ ਮਨ, ਬੰਦੇ ਮਾਤਰਮੀ, ਗੁੰਗੇ ਹੋਣੈ ਤਾਨਾਂ ਨੇ
ਬਿਨ ਪੈਰਾਂ ਤੋਂ ਤੁਰਿਐ ਫਿਰਦੈਂ, ਸ਼ਾਇਰ ਬਣ ਕੇ ਰਾਜ ਕਵੀ
ਜੇਲਾਂ ਅੰਦਰ ਤਾੜੇ ਜਾਣੈ, ਲੋਕ ਕਵੀ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ
ਹੱਕ-ਨਿਆਂ ਤੇ ਚਿੰਤਨ ਕੀਤਾ, ਸੰਵਾਦ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕਲਮਾਂ
ਸਿਰ ਤਾਂ ਕਲਮ ਸਦਾ ਹੀ ਕੀਤੇ, ਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਸ਼ੈਤਾਨਾਂ ਨੇ
ਸੰਭਾਲੋ ਕਲਮਾਂ ਕਿਰਤੀਓ, ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾਓ ਖੁਦ ਦੀ
ਬਾਗੀ ਇਕ ਦਿਨ ਹੋਣੈ ਆਖਿਰ, ਤੇਰੇ ਤੀਰ-ਕਮਾਨਾਂ ਨੇ

ਲਿਖਤ : ਬਾਲੀ ਰੇਤਗੜ੍ਹ, +91-94651-29168

ਗਜ਼ਲ



ਖਾਣੀ ਸੰਸਾਰ



- ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਫਾਇਦੇ ਹਨ—
- ਖਾਣਾ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਜੋੜਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਚਾਹੇ ਉਹ ਮਿੱਤਰ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਲੇ, ਚੰਗੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਇੱਛਾ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ-ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਕਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਚੀਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੇ ਸਵਾਦ ਚੀਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀਆਂ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤਣਾਅ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਚੀਰਨਾ, ਮਸਲਨਾ, ਕਰੱਸ ਕਰਨਾ, ਸਲਾਈਸ ਕਰਨਾ, ਛਿੱਲਣਾ ਆਦਿ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹਟਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਤਣਾਅਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।
- ਰਸੋਈ ਵਿਚ ਕ੍ਰੀਏਟੀਵਿਟੀ ਖੂਬ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿੰਨਾ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰੋਗੇ, ਓਨੇ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਨਵੇਂ-ਨਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਸੋਚੋਗੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗਾ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਸ ਹੁਨਰ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਦੇ ਨਹੀਂ ਬੱਕਦੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਮਨੋਬਲ ਉੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖਾਣਾ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਪਸੰਦ ਦਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਕੇ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ੀ ਨੂੰ ਸਾਂਝੀ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਤਣਾਅ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਖਾਣਾ ਭਾਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ ਇਕ ਕਲਾ ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਚ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ ਆਉਣ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ



ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਤਣਾਅ ਭਜਾਓ

ਆਪਣਾ ਮਨਪਸੰਦ ਖਾਣਾ ਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕੂਨ ਮਿਲੇਗਾ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਦੂਰ ਹੋਵੇਗਾ।

- ਇਹ ਸਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦੀ ਭੱਜ-ਦੌੜ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕੰਮਕਾਜੀ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਜੇਕਰ ਵਧੀਆ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਤਿਆਰੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਰ ਲਓ—
- ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਵਰਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪੂਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਅਜਿਹੇ ਵਿਚ ਵਧੀਆ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਤਰ੍ਹਾਂ-ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਖਾਣੇ ਵਿਚ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕਤਾ, ਸਵਾਦ ਅਤੇ ਸੁਗੰਧ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਚੋਣ ਕਰਕੇ, ਖਰੀਦ ਕੇ

ਘਰ ਵਿਚ ਰੱਖੋ।

- ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਚੀਰ ਕੇ, ਕੱਚੇ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪੀਸ ਕੇ, ਭਿਉਂ ਕੇ ਅਤੇ ਭਾਫ਼ ਦੇ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਫਰਿਜ ਵਿਚ ਰੱਖ ਲਓ।
- ਜੇਕਰ ਦਾਲ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਭਿਉਂ ਕੇ ਰੱਖੋ, ਤਾਂ ਕਿ ਛੇਤੀ ਪੱਕ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਪੌਸ਼ਕ ਤੱਤ ਵੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗਲ ਵੀ ਛੇਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਕੰਮਕਾਜੀ ਔਰਤਾਂ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਨਾ ਰੱਖ ਕੇ ਪੂਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੂਡ ਅਤੇ ਮਾਰਲ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਹੇਠਾਂ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ ਪਹਿਲਾਂ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤਣਾਅ ਨਾ ਰਹੇ।

-ਖੁੰਜਰੀ ਦੇਵਾਂਗਨ

ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮੇਕਅਪ ?

- ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਦੇ ਅਨੁਰੂਪ ਆਪਣਾ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕੰਪੈਕਟ ਪਾਊਡਰ ਚੁਣੋ। ਕਦੇ ਵੀ ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਲਕੀ ਜਾਂ ਗਹਿਰੀ ਸ਼ੇਡ ਦੇ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੀ ਚੋਣ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਅਜਿਹੀ ਕ੍ਰੀਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਮੇਕਅਪ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿ ਸਕੇ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਲੱਗੇ।
- ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਭਾਗਾਂ 'ਤੇ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਕਰ ਲਓ। ਦੇਖ ਲਓ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿਚ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।
- ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਨਰਮ ਬਰੁਸ਼ ਨਾਲ ਕੰਪੈਕਟ ਪਾਊਡਰ ਲਗਾਓ। ਬਰੁਸ਼ ਨਾਲ ਇਹ ਸੁਭਾਵਿਕ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇਗਾ। ਬਰੁਸ਼ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਹੀ ਘੁਮਾਓ, ਨਾ ਕਿ ਉੱਪਰ ਵੱਲ, ਕਿਉਂਕਿ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਲਗਾਉਣ 'ਤੇ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਲਕੀਰਾਂ ਉੱਭਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਬਹੁਤ ਭੱਦੀਆਂ ਲਗਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਵਧਾਉਣ ਵਿਚ ਆਈਸ਼ੈਡੋ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਲਈ ਅਜਿਹਾ ਆਈਸ਼ੈਡੋ ਚੁਣੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਕ ਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਿੰਨ ਰੰਗਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ। ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਪਲਕ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ, ਉਥੇ ਸਭ ਤੋਂ ਹਲਕਾ ਰੰਗ ਲਗਾਓ। ਉਸ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਉੱਪਰ ਦਰਮਿਆਨਾ ਰੰਗ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਗੂੜ੍ਹਾ ਰੰਗ ਭਰਵੱਟਿਆਂ ਦੇ ਇਕਦਮ ਹੇਠਾਂ ਲਗਾਓ। ਗੂੜ੍ਹੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਮੱਧ ਭਾਗ ਨਾਲੋਂ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਲਗਾਓ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਗਾ ਲਓ ਤਾਂ ਉਂਗਲੀ ਦੇ ਪੋਰਾਂ ਨਾਲ ਹਲਕੇ ਜਿਹੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਕਰ ਲਓ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਗਲ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਲਾਲਿਮਾ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਬਲਸ਼ (ਲਾਲੀ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਹਲਕੇ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਅਨੁਰੂਪ ਵੀ ਰੰਗ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨਰਮ ਬਰੁਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਆਪਣੀਆਂ ਗਲ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਕੰਨਾਂ ਵੱਲ ਬਰੁਸ਼ ਚਲਾਓ। ਰੰਗ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨੱਕ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਭਾਗ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇਕ ਇੰਚ ਦੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਲਗਾਓ। ਫਿਰ ਬਰੁਸ਼ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਕਰ ਲਓ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਗਹਿਰਾ ਨਾ ਬਣਾਓ। ਇਹ ਹਲਕਾ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਦਿੱਖ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ-ਪੋਸ਼ਣਾ ਕਰਨੀ ਹਰ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਅਜੋਕੀ ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਨੌਕਰੀ ਪੇਸ਼ਾ ਜਾਂ ਵਪਾਰਕ ਕੰਮ ਵਿਚ ਰੁੱਝੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵੱਡੇ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਅਤੇ ਸਹਾਰੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਘਰ ਵਿਚ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ, ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ-ਪੋਸ਼ਣਾ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਥੋੜ੍ਹੀ ਸੌਖੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂ ਜੋ ਉਹ ਬੇਫਿਕਰ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮਕਾਰ ਉੱਪਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿਚ ਜੋੜਨ ਲਈ ਪੁਲ ਦਾ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਵਾਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ (ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ) ਲਈ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦਾ ਸਾਥ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਓ, ਕੁਝ ਨੁਕਤਿਆਂ ਉੱਪਰ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ—

ਚੰਗੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਸਾਥ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਨਾਤਾ ਗੂੜ੍ਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ/ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ ਦੇ ਸਾਥ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਗਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਾਨਣ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤੇ ਯਤਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ।

ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ, ਖੇਡਦੇ, ਘੁੰਮਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਤਨਾਓ ਵੀ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਭਾਵਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜੁੜ ਕੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਨਿੱਕੇ-ਨਿੱਕੇ ਤਣਾਓ ਤੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵੀ ਮਾਨਸਿਕ ਤੇ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਵਿਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ

ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਛਤਰ-ਛਾਇਆ ਹੇਠ ਪਲਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਗਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵੱਡਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ, ਮਿਲਜੁਲ ਕੇ ਰਹਿਣਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵੀ ਇਹ ਜਾਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਹੋਣਗੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਵੀ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗਲਤੀ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਕਿਸੇ ਉਮਰ ਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ, ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦੋਸਤਾਨਾ ਵਿਹਾਰ ਰੱਖਣਾ



ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਦੇ ਢੰਗ-ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਦੇ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨੁਕਤਾਚੀਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ

ਫੈਸ਼ਨ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸੋਚੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਝਾੜ-ਝੰਬ ਕਰਕੇ ਰੋਗ ਪਾ ਕੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਭਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਕਿ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨ। ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿਚ ਵੀ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸਹਿਜਤਾ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਕਿਹਾ ਮੰਨਣਗੇ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਰੁਟੀਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਅਲੱਗ ਟੀ. ਵੀ. ਜਾਂ ਹੋਰ ਮਨਰੰਜਨ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਦੇਖ ਸਕਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਨਾ ਪਵੇ। ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ, ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨਹੀਣ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੋਕਿਆ ਜਾਵੇ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਅੱਜ ਦੇ ਯੁੱਗ ਦੀਆਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਬਦਲਦੇ ਜੀਵਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਸਾਥ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੋਂ ਸੇਧ ਲੈਣ ਤੇ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਸਹੀ ਪਾਸੇ ਲਗਾਉਣ। ਅੱਜ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਪੂਰਕ ਬਣ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਾਲ ਹੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਖੁਸ਼ਨੁਮਾ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦਾ ਸਾਥ ਨਿੱਘ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਭਰਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ

ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ

Classified

ਆਪਣਾ ਵਪਾਰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ

‘ਚ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਅਤੇ ਕਲਾਸੀਫਾਈਡ

ਦੇਣ ਲਈ ਵੱਟਸਅੱਪ ਜਾਂ ਈ-ਮੇਲ ਕਰੋ :

604-584-5577

infopunjabitribune@gmail.com



BRIDE WANTED

Looking for PR or Citizen Girl, 34 years, Education- B.Com, LLB.Height - 5'8" Divorced Profession- Own Business and Lawyer. From - Malerkotla. Punjabi In Canada on Visitor visa. Living with real brother, Real Brother is citizen of Canada. Phone - 604 961 7672

RS 30-08

GROOM WANTED

A Jatt Sikh family is looking for a match for their daughter. She is born and raised in Canada. She is 29 years old and is 5'3" tall. She is a Chartered Professional Accountant (CPA). Looking for a canadian born potential match in Surrey, BC. Boy should be well educated and family oriented, CPA preferred. Please do not call from proposals outside of the area. Please contact us at (778) 246-2491.

BRIDE WANTED

ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਲੜਕਾ,ਉਮਰ 29 ਸਾਲ,ਕੱਦ 6 ਫੁੱਟ, ਲੜਕਾ ਨਿਉਜ਼ੀਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਪੀ.ਆਰ. ਹੈ,ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਪੀ.ਆਰ. ਕੁੜੀ ਦੀ ਭਾਲ ਹੈ। ਲੜਕੇ ਦਾ ਪਰਵਾਰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ : (778) 321-5911, 7782886015

AP 06-12

ਲਿਖਤ : ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ ਨਿੰਮਾ (ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ)

ਸੰਪਰਕ : 99147-21831

ਦੂਰੋਂ ਆਉਂਦੇ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਹੱਥ ਲੱਛੂਆਂ ਵਾਲੀ ਬਾਲੀ ਦੇਖ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸੱਥ ਵਿੱਚ ਤਾਸ਼ ਖੇਡਣ ਵਿੱਚ ਮਸਰੂਲ ਬਾਬੇ ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਨੇ ਨਾਲ ਦਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ- ਦੇਖੋ ਯਾਰੇ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਲੱਛੂ ਵੰਡਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ, ਇਹਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਖੁਸ਼ੀ ਲੱਭ ਗਈ?? ਨਾਲੇ ਸੁਣਿਆ ਇਹਦੇ ਵਿਆਹ ਨੂੰ ਬਾਰਾਂ ਸਾਲ ਹੋ ਗਏ ਪਰ ਘਰ ਔਲਾਦ ਬਿਨਾਂ ਸੱਖਣਾ ਹੀ ਹੈ.... ਜਦੋਂ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਸੱਥ ਦੇ ਨੇੜੇ ਪਹੁੰਚਿਆ ਤਾਂ ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਨੇ ਪੁੱਛ ਹੀ ਲਿਆ...ਕੀ ਗੱਲ ਚਾਚਾ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ, ਕਾਹਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਲੱਛੂ ਵੰਡਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ??

ਤਾਂ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਲੱਛੂ ਵੰਡਦਾ ਵੰਡਦਾ ਬੋਲਿਆ ਅੱਜ ਬਾਰਾਂ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਮੇਰੇ ਭਾਗ ਜਾਗ ਪਏ ਹਨ... ਮੇਰੇ ਘਰ ਇੱਕ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਦੋ ਦੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਆਣ ਬਹੁਤੀਆਂ ਹਨ....ਮੇਰੀ ਘਰਵਾਲੀ ਸ਼ੀਤਲ ਨੇ ਦੋ ਜੂੜਵਾਂ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੱਤਾ ਹੈ....

ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਮੂੰਹੋਂ ਏਨੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਕੇ ਕੁੱਝ ਕੁ ਤਾਂ ਵਧਾਈ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਜੁੱਟ ਗਏ ਤੇ ਕੁੱਝ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਖੁਸਰ ਪੁਸਰ ਕਰਨ ਲੱਗ ਗਏ..ਬਈ ਕੇਹਰ ਤਾਂ ਕਮਲਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਧੀਆਂ ਦੇ ਜਨਮ ਤੇ ਲੱਛੂ ਵੰਡਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ....ਪਰ ਹਕੀਕਤ ਵਿੱਚ ਜੋ ਖੁਸ਼ੀ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ ਸ਼ੀਤਲ ਨੂੰ ਸੀ ਇਹ ਤਾਂ ਉਹ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਜਾਣਦੇ ਸਨ... ਬਾਰਾਂ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦੋਹਾਂ ਮੀਆਂ ਬੀਵੀ ਨੇ ਆਸ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਸੀ ਤੇ ਅੱਜ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਝੋਲੀ ਦਾੜ ਪੈ ਹੀ ਗਈ ਸੀ.... ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਧੀਆਂ ਦਾ ਨਾਮ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਸੀ... ਆਖਰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬਾਰਾਂ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਜੋ ਮਹਿਕਣ ਲੱਗੀ ਸੀ....

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਸ਼ੀਤਲ ਦੀ ਜੇਠਾਣੀ ਰਾਜੋ ਦਿਉਰ ਦੇ ਘਰ ਆਈ ਖੁਸ਼ੀ ਦੇਖ ਕੇ ਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਹੋ ਗਈ ਸੀ... ਉਹ ਤਾਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘਰ ਕਦੇ ਵੀ ਔਲਾਦ ਪੈਦਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸ਼ੀਤਲ ਦੇ ਮਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਵੀ ਉਸਦੇ ਹੋ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਹੀ ਆਵੇ....

ਸ਼ੀਤਲ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰਾਜੋ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੀ ਦਰਾਣੀ ਨੂੰ ਤਾਨੇ ਮਿਹਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ ਸਨ... ਰਾਜੋ ਮੱਥੇ ਵੱਟ ਪਾਈ ਰੱਖਦੀ ਸੀ ਹਰ ਵੇਲੇ... ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਤੋਂ ਕਲੇਸ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਦੋਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ...

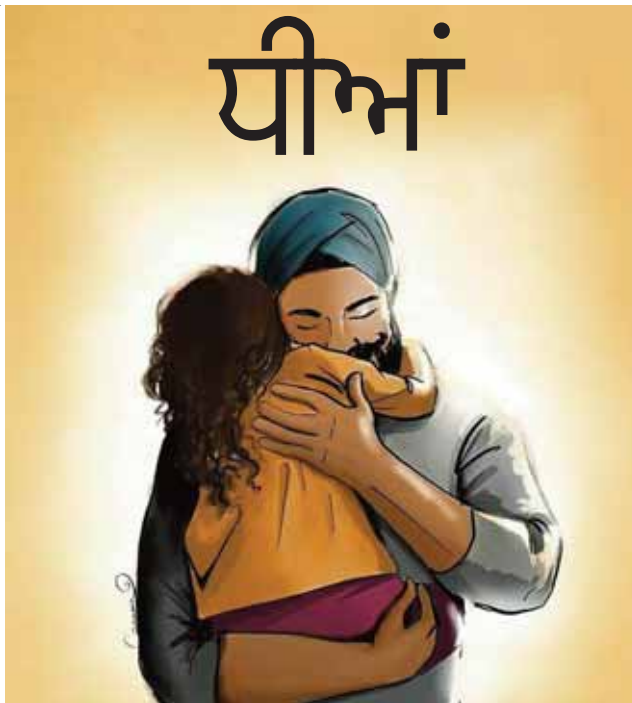
ਰਾਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਂਚ ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੀ ਤੇ ਇੱਕੋ ਗੱਲ ਦੀ ਰੱਟ ਲਾਈ ਰੱਖਦੀ ਸੀ ਕਿ ਸ਼ੀਤਲ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਇਸ ਖਾਨਦਾਨ ਨੂੰ ਬਦਨਾਮ ਕਰਨ ਗੀਆਂ... ਬੜੇ ਗੁਮਾਨ ਨਾਲ ਲੱਛੂ ਵੰਡਦਾ ਸੀ ਦਿਉਰ ਮੇਰਾ... ਦੇਖਿਓ ਮੂੰਹ ਦਿਖਾਉਣ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣਾ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ...

ਤੇ ਜਦੋਂ ਸ਼ੀਤਲ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਤਾਨੇ ਮਿਹਣਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਤਾਂ ਬੜਾ ਦੁੱਖੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ ਵਿਚਾਰੀ...ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਹਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣਾ... ਤੂੰ ਦੁੱਖੀ ਨਾ ਹੋਇਆ ਕਰ ਭਾਗਵਾਨੇ... ਦੇਖੀਂ ਤੇਰੀਆਂ ਧੀਆਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਕੁਲ ਦਾ ਨਾਂ ਰੋਸ਼ਨ ਕਰਨ ਗੀਆਂ....

ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘਰ ਧੀਆਂ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੋਹਾਂ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿੱਕੀ ਜਿਹੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਲੈਕੇ ਲੜਾਈ ਝਗੜਾ ਆਮ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਖੇਡਦੇ ਤਾਂ ਰਾਜੋ ਆਪਣੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾ ਕੇ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਲੜਾਈ ਮੁੱਲ ਲੈ ਲੈਂਦੀ ਸੀ...ਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਹਿੰਦੀ ਮੇਰੇ ਮੁੰਡੇ ਤਾਂ ਹੀਰੇ ਹਨ... ਲਿਸ਼ਕਾਂ ਮਾਰਦੇ ਹਨ.. ਵੱਡਾ ਨਾਮ ਕਮਾਉਣ ਗੇ...ਤੇ ਸ਼ੀਤਲ ਨੂੰ ਕਹਿਣਾ ਤੇਰੀਆਂ ਧੀਆਂ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਖਾਨਦਾਨ ਤੇ ਕਾਲ ਬਣ ਕੇ ਆਈਆਂ ਹਨ... ਇਹਨਾਂ ਕਰਕੇ ਘਰੋਂ ਨਿਕਲਣਾ ਵੀ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਇੱਕ ਦਿਨ....

ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੜਾਈ ਝਗੜੇ ਤੋਂ ਬੇਖ਼ਬਰ

ਧੀਆਂ



ਸਨ...ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਾਂ ਸ਼ੀਤਲ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਰਹਿਣ ਲੱਗ ਗਈ ਸੀ... ਇੱਕ ਦਿਨ ਜਦੋਂ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹਲ ਵਾਹੁਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਪਰਤਿਆ ਤਾਂ ਸ਼ੀਤਲ ਨੇ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਕਹਿ ਹੀ ਦਿੱਤਾ ... ਦੇਖੋ ਜੀ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦੀ ਇੱਥੇ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ... ਮੈਥੋਂ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਜੇਠਾਣੀ ਜੀ ਦੇ ਤਾਨੇ ਮਿਹਣੇ ਨਹੀਂ ਜਰੇ ਜਾਂਦੇ, ਤੁਸੀਂ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਹੋਸਟਲ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾ ਦਿਓ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਤੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਬੁਰੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾ ਲੱਗੇ... ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਸਵੇਰ ਹੁੰਦੇ ਹੀ ਦੋਹਾਂ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈਕੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਵੱਡੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਚਲਾ ਗਿਆ....

ਦਿਨ ਬੀਤਦੇ ਗਏ.. ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਹਰ ਸਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਅੱਵਲ ਆਉਣ ਲੱਗੀਆਂ ਤੇ ਹਰ ਸਾਲ ਸਕੂਲ ਵੱਲੋਂ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਸੁਨੇਹਾ ਭੇਜ ਸਕੂਲ ਬੁਲਾ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਦੀਆਂ ਮੱਲਾਂ ਬਦੋਲਤ ਬਾਪੂ ਸਾਹਮਣੇ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤੇ ਜਦੋਂ ਹਰ ਵਾਰੀ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਪਿੰਡ ਪਰਤ ਕੇ ਸ਼ੀਤਲ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਬਤ ਦੱਸਦਾ ਤਾਂ ਮਾਰੇ ਖੁਸ਼ੀ ਸ਼ੀਤਲ ਵੀ ਫੁੱਲੀ ਨਹੀਂ ਸਮਾਉਂਦੀ ਸੀ... ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਆਉਣ ਲੱਗੀਆਂ ਤੇ ਹਰ ਸਾਲ ਸਕੂਲ ਵੱਲੋਂ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਸੁਨੇਹਾ ਭੇਜ ਸਕੂਲ ਬੁਲਾ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਦੀਆਂ ਮੱਲਾਂ ਬਦੋਲਤ ਬਾਪੂ ਸਾਹਮਣੇ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤੇ ਜਦੋਂ ਹਰ ਵਾਰੀ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਪਿੰਡ ਪਰਤ ਕੇ ਸ਼ੀਤਲ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਬਤ ਦੱਸਦਾ ਤਾਂ ਮਾਰੇ ਖੁਸ਼ੀ ਸ਼ੀਤਲ ਵੀ ਫੁੱਲੀ ਨਹੀਂ ਸਮਾਉਂਦੀ ਸੀ...

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਭਤੀਜੇ ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਵੱਡੇ ਹੋਣ ਲੱਗੇ... ਰਾਜੋ ਨੂੰ ਨਿੱਤ ਨਵਾਂ ਲਾਂਭਾ ਸੁਣਨ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਸੀ... ਇੱਕ ਦਿਨ ਤਾਂ ਹੱਦ ਹੀ ਹੋ ਗਈ ਜਦੋਂ ਦੋਨੋਂ ਮੁੰਡੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਜਵਾਨੀ ਦੇ ਨਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਦੀ ਹੀ ਇੱਕ ਧੀ ਦਾ ਰਸਤਾ ਰੋਕ ਕੇ ਖੜੇ ਹੋ ਗਏ... ਮਾਮਲਾ ਪੰਚਾਇਤ ਤੱਕ ਪੁੱਜ ਗਿਆ ਤੇ ਸਰਪੰਚ ਵੱਲੋਂ ਰਾਜੋ ਤੇ ਉਸਦੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਤਾੜਨਾ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਓ... ਅਜਿਹੀ ਹਰਕਤ ਫੇਰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ...ਪਰ ਵਿਗੜਲੇ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਮੁੰਡੇ ਕਿੱਥੇ ਸਮਝਦੇ...ਉਹ ਤਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੋਰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭੈੜੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੈ ਗਏ ਸਨ... ਮਾਂ ਰਾਜੋ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਹੀ ਦੱਸਣ ਦਾ ਕਾਰਣ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਹਨੇਰਾ ਬਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ...ਰਾਜੋ ਦੇ ਮੁੰਡੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਆਦੀ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਸਨ ਤੇ ਨਸ਼ਾ ਨਾ ਪੂਰਾ ਹੁੰਦਾ ਦੇਖ ਜੁਰਮ ਦੀ ਦਲ ਦਲ ਵਿੱਚ ਪੱਸ ਚੁੱਕੇ ਸਨ....

ਏਧਰ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮਾਰੀਆਂ ਮੱਲਾਂ ਬਦੋਲਤ ਉਚੇਰੀ ਵਿੱਦਿਆ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਬੰਗਲੋਰ ਦੀ ਇੱਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਆ ਗਈ ... ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੀਆਂ ਹੋਣਹਾਰ ਧੀਆਂ ਦਾ ਸਾਰਾ ਖਰਚਾ ਵੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਸੀ... ਸੋਨੇ ਤੇ ਸੁਹਾਗੇ ਦੀ ਪਰਤ ਚੜਦੇ ਦੇਰ ਨਾ ਲੱਗੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਆਈ ਪੀ ਐਸ ਦੇ ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਿੱਚ ਅਵੱਲ ਦਰਜੇ ਵਿੱਚ ਪਾਸ ਹੋ ਗਈਆਂ... ਖੁਸ਼ੀ ਜੱਜ ਬਣ ਗਈ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਪੁਲਿਸ ਮਹਿਕਮੇ ਵਿੱਚ ਐਸ ਐਸ ਪੀ ਵਜੋਂ ਚੁਣੀ ਗਈ ਤੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਖ਼ਬਰ ਸ਼ੀਤਲ ਦੇ ਕੰਨੀਂ ਪਈ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ ਨਾ ਰਿਹਾ...

ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੇ ਸਪੀਕਰ ਵਿੱਚ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਸੂਚਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਕਿ ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਪੂਰੇ ਪਿੰਡ ਦਾ ਨਾਮ ਰੋਸ਼ਨ ਕਰਕੇ ਘਰ ਪਰਤ ਰਹੀਆਂ ਹਨ... ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਪਿੰਡ ਦੀ ਜੂਹ ਤੋਂ ਬੜੇ ਸ਼ਾਨੋ ਸ਼ੌਕਤ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਰੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਕਿਰਪਾਲਤਾ ਕਰਨੀ ਜੀ... ਏਨੀ ਗੱਲ ਜਦੋਂ ਰਾਜੋ ਦੇ ਕੰਨੀਂ ਪਈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਤੇ ਪਛਤਾਵਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਇਆ...ਰਾਜੋ ਸੋਚ ਰਹੀ ਸੀ ਮੈਂ ਗਲਤ ਸੀ, ਪਰ ਹੁਣ ਕਿਹੜੇ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਦਿਉਰ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦੇਵਾਂ....

ਸਵੇਰੇ ਦੱਸ ਵੱਜਦੇ ਹੀ ਪਿੰਡ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਅੱਡੇ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵੱਡਾ ਹਜ਼ੂਮ ਇਕੱਠਾ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਤੇ ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਨੇੜਿਓਂ ਦੇਖਣ ਦੀ ਚਾਹਤ ਸੀ... ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸ਼ੀਤਲ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਪੰਚ ਤੇ ਪੰਚਾਂ ਨਾਲ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਹਾਰ ਚੁੱਕੀ ਆਪਣੀਆਂ ਧੀਆਂ ਦਾ ਰਾਹ ਦੇਖ ਰਹੇ ਸਨ... ਜਦੋਂ ਹੀ ਦੋ ਸਰਕਾਰੀ ਗੱਡੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਸਕਿਊਰਟੀ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਬਸ ਅੱਡੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਪਹੁੰਚੀਆਂ ਢੋਲ ਦਾ ਡੱਗਾ ਵੱਜਾ ਕੇ ਢੋਲੀ ਨੇ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਦੁੱਗਣਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ....

ਪੂਰੇ ਅਦਬ ਨਾਲ ਦੋਹਾਂ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਪੰਚ ਦੀ ਜਿਪਸੀ ਵਿੱਚ ਖੜਾ ਕਰ ਕੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਵਰਖਾ ਕਰ ਪਿੰਡ ਦੀ ਜੂਹ ਤੋਂ ਪਿੰਡ ਦੀ ਫਿਰਨੀ ਘੁਮਾਇਆ ਗਿਆ.... ਹਰ ਕੋਈ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸ਼ੀਤਲ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦੇ ਰਿਹਾ ਸੀ....

ਜਦੋਂ ਜਿਪਸੀ ਸ਼ੀਤਲ ਦੀ ਜੇਠਾਣੀ ਰਾਜੋ ਦੀ ਦੇ ਘਰ ਦੀ ਚੌਖਟ ਮੂਹਰੇ ਪਹੁੰਚੀ ਤਾਂ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਨੇ ਜਿਪਸੀ ਰੋਕਣ ਦਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕੀਤਾ ਤੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਸ਼ੀਤਲ ਤੇ ਬਾਪੂ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈਕੇ ਆਪਣੀ ਤਾਈ ਰਾਜੋ ਦੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਜਾ ਵੜੀਆਂ ਤੇ ਤਾਈ ਨੂੰ ਗਲਵੱਕੜੀ ਵਿੱਚ ਲੈ ਲਿਆ...ਰਾਜੋ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੰਝੂਆਂ ਦਾ ਹੜ ਵਹਿ ਤੁਰਿਆ... ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗਲਤੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਸੀ.... ਰਾਜੋ ਦੇ ਦੋਨੋਂ ਮੁੰਡੇ ਨਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਉੱਤ ਹੋਏ ਬੋਸੁਧ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕੋ ਮੰਜੇ ਤੇ ਡਿੱਗੇ ਪਏ ਸਨ...ਰਾਜੋ ਹੱਥ ਜੋੜ ਕੇ ਮਾਫੀ ਮੰਗਣ ਦੇ ਲਹਿਜੇ ਵਿੱਚ ਖੜੀ ਸੀ ਤੇ ਇੱਕ ਨਜ਼ਰ ਆਪਣੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਵੱਲ ਤੇ ਇੱਕ ਨਜ਼ਰ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਵੱਲ ਦੇਖ ਰਹੀ ਸੀ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਛਤਾਵਾ ਸੀ... ਉਸਨੇ ਜਿਹਨਾਂ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਮਨਹੂਸ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਧੀਆਂ ਦੀ ਕਦਰ ਨਹੀਂ ਜਾਣੀ ਸੀ ਅੱਜ ਉਹੀ ਧੀਆਂ ਉਸਨੂੰ ਸਰਸਵਤੀ ਮਾਂ ਦੀ ਮੂਰਤ ਜਾਪ ਰਹੀਆਂ ਸਨ... ਅਚਾਨਕ ਸ਼ੀਤਲ ਨੇ ਆਪਣੀ ਜੇਠਾਣੀ ਦੀ ਬਾਂਹ ਫੜ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਨੂੰ ਕਿਹਾ...

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵਿਖੇ ਅਰਦਾਸ ਉਪਰੰਤ ਦੋਹਾਂ ਧੀਆਂ ਨੂੰ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਸਿਰੋਪਾਉ ਭੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤੇ ਸਾਰੇ ਖੁਸ਼ੀ ਖੁਸ਼ੀ ਲੱਛੂਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫੇਰ ਮੂੰਹ ਮਿੱਠਾ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ...

ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਦਾ ਕਥਨ ਸੱਚ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ ਸੀ - ਤੂੰ ਦੁਖੀ ਨਾ ਹੋਇਆ ਕਰ ਭਾਗਵਾਨੇ... ਦੇਖੀਂ ਤੇਰੀਆਂ ਧੀਆਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਕੁਲ ਦਾ ਨਾਂ ਰੋਸ਼ਨ ਕਰਨ ਗੀਆਂ.....



ਦੇਗ ਤੇਗ ਫਤਹਿ। ਪੰਥ ਕੀ ਜੀਤ।।

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ

www.singhsabhasurrey.com

8115, 132 ਸਟਰੀਟ, ਸਰੀ, ਬੀ.ਸੀ. V3W 4N5



ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ੴ ਸਵੇਰੇ ੴ

ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ	: 4.00 ਵਜੇ
ਸਹਿਜ ਪਾਠ	: 4:30 - 6.00 ਵਜੇ
ਆਸਾ ਕੀ ਵਾਰ	: 6.00 - 7.45 ਵਜੇ
ਅਰਦਾਸ / ਹੁਕਮਨਾਮਾ	: 7.45 - 8.00 ਵਜੇ
ਕਥਾ / ਹੁਕਮਨਾਮਾ	: 8.00 - 8.30 ਵਜੇ
ਕੀਰਤਨ	: 8.30 - 9.40 ਵਜੇ
ਕਥਾ	: 9.40 - 10.30 ਵਜੇ
ਢਾਡੀ	: 10.30 - 11.30

ਸਮਾਪਤੀ

ੴ ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਦੀਵਾਨ ੴ

ਚੌਂਕੀ ਸੋਦਰ	: 4:30-5:00 ਵਜੇ
ਪਾਠ ਸੋਦਰ	: 5.00 ਤੋਂ 5.30 ਵਜੇ
ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ	: 5:30-6:40 ਵਜੇ
ਕਥਾ	: 6:40-7:15 ਵਜੇ
ਢਾਡੀ	: 7:15 -8:00 ਵਜੇ

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਾਠ ਅਤੇ ਸਿਮਰਨ

ਬੀਬੀਆਂ ਵਲੋਂ

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪਾਠ

ਹਰ ਮੰਗਲਵਾਰ 11:30 ਤੋਂ 1:30 ਵਜੇ
ਤੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਸਰਬੰਸਦਾਨੀ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜਾ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਅਖੰਡਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

1. ਅਖੰਡਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸੇਵਾ ਭਾਈ ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਦੀ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤ ਵਲੋਂ ਹੋਵੇਗੀ।

2. ਭਾਈ ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੱਲ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ

3. ਭਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਸੰਘਾ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ

- ਇਹ ਤਿੰਨੋਂ ਅਖੰਡਪਾਠ ਸਾਹਿਬ 3 ਜਨਵਰੀ ਦਿਨ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ 9:30 ਵਜੇ ਅਰੰਭ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਭੋਗ 5 ਜਨਵਰੀ ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ 9:30 ਵਜੇ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ ਉਪਰੰਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦੀਵਾਨ ਸਜਣਗੇ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਕਾ ਲੰਗਰ ਅੱਤੁੱਟ ਵਰਤੇਗਾ।

- ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਕੀਰਤਨ ਅਤੇ ਲੰਗਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਬੀਬੀ ਹਰਪਾਲ ਕੌਰ ਬੈਂਸ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ ਹੋਵੇਗੀ।

- 4 ਜਨਵਰੀ ਦਿਨ ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ ਨੂੰ ਅੰਤਮ ਸਸਕਾਰ ਸਵ: ਮਾਤਾ ਗੁਰਬਖਸ਼ ਕੌਰ ਬੈਂਸ ਦਾ 12:30 ਵਜੇ ਰਿਵਰ ਸਾਈਡ ਡੈਲਟਾ ਵਿਖੇ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਪਰੰਤ ਭੋਗ 2 ਵਜੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਵਿਖੇ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਅੰਤਮ ਅਰਦਾਸ ਹੋਵੇਗੀ।

ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਦੋ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਲੰਗਰਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੋਵੇਗੀ

1. ਭਾਈ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਭੁੱਲਰ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ

2. ਭਾਈ ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੀ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ

- ਬੱਚਿਆਂ ਵਲੋਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦੀਵਾਨ 6 ਵਜੇ ਤੋਂ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਸਜਣਗੇ।

- ਐਤਵਾਰ ਜਨਵਰੀ 5 ਨੂੰ ਅਖੰਡਪਾਠਾਂ ਦੇ ਭੋਗ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ ਉਪਰੰਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦੀਵਾਨ ਸਜਣਗੇ।

- ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਕੀਰਤਨ ਅਤੇ ਲੰਗਰਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਭਾਈ ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਹੋਤਾ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ ਹੋਵੇਗੀ।

- ਸੋਮਵਾਰ 6 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਅੰਤਮ ਸਸਕਾਰ 2:30 ਵਜੇ ਰਿਵਰ ਸਾਈਡ ਡੈਲਟਾ ਵਿਖੇ ਸਵ: ਭਾਈ ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਖੰਗੂੜਾ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਉਪਰੰਤ ਭੋਗ 3:30 ਵਜੇ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਵਿਖੇ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਅੰਤਮ ਅਰਦਾਸ ਹੋਵੇਗੀ।

ਰਾਗੀ ਜੱਥਾ : ਰਾਗੀ ਜਥੇ ਭਾਈ ਅਸ਼ੋਕ ਸਿੰਘ ਦਿੱਲੀ ਵਾਲੇ

ਭਾਈ ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਾਲੇ

ਕਥਾਵਾਚਕ : ਭਾਈ ਗੁਰਬਚਨ ਸਿੰਘ ਪੰਨਵਾਂ

ਢਾਡੀ ਜਥਾ : ਭਾਈ ਜਗਜੀਵਨ ਸਿੰਘ ਅਰਜਨਵਾਲ

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨੋਟ : ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਵੀਰਵਾਰ ਸੰਥਿਆ ਕਲਾਸ ਅਤੇ
ਵਿਆਕਰਣ ਕਲਾਸ ਸ਼ਾਮ 7-8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਿਸੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬੁੱਕ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੀ

ਫੋਨ : 604-590-3232, 604-590-3224



ੴ



ਧੰਨ ਧੰਨ ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਿਹਾੜੇ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ
ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ 8115 132 ਸਟਰੀਟ, ਸਰੀ, ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਖੇ



ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਰਮਤਿ ਸਮਾਗਮ

3, 4, 5 ਜਨਵਰੀ 2025 ਨੂੰ

ਬੜੀ ਸ਼ਰਧਾ ਨਾਲ ਕਰਵਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

3 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਭਾਈ ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਵਲੋਂ ਸ੍ਰੀ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਆਰੰਭ ਹੋਣਗੇ, ਜਿੰਨਾਂ ਦੇ ਭੋਗ 5 ਜਨਵਰੀ ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ 9:30 ਵਜੇ ਪੈਣਗੇ। ਉਪਰੰਤ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀਵਾਨ ਸਜਣਗੇ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਥਾ, ਕੀਰਤਨ, ਢਾਂਡੀ ਵਾਰਾਂ ਉਪਰੰਤ ਗੁਰੂ ਕਾ ਲੰਗਰ ਅਤੁੱਟ ਵਰਤੇਗਾ ਜੀ।

4 ਜਨਵਰੀ ਦਿਨ ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ ਸ਼ਾਮ 6 ਤੋਂ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਬੱਚੇ ਤੰਤੀ ਸਾਜਾਂ ਨਾਲ ਕੀਰਤਨ ਦੁਆਰਾ ਨਿਹਾਲ ਕਰਨਗੇ।

ਆਪ ਜੀ ਪਰਿਵਾਰ ਸਮੇਤ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਕੇ ਅਤੇ ਤਨ, ਮਨ, ਧਨ ਨਾਲ ਸੇਵਾ ਕਰਕੇ ਗੁਰੂ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ

ਪਹੁੰਚ ਰਹੇ ਜਥੇ



ਭਾਈ ਅਸ਼ੋਕ ਸਿੰਘ ਜੀ
ਦਿੱਲੀ ਵਾਲੇ



ਭਾਈ ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਜੀ
ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਾਲੇ



ਕਥਾਵਾਚਕ
ਭਾਈ ਗੁਰਸ਼ਰਨ ਸਿੰਘ ਜੀ



ਕਥਾਵਾਚਕ
ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਗੁਰਬਚਨ ਸਿੰਘ ਪੰਨਵਾ



ਢਾਂਡੀ
ਜਗਜੀਵਨ ਸਿੰਘ ਅਰਜਨਵਾਲ

SCAN TO
WATCH



ਦਾਸਰੇ : ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ
ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਸਰੀ, ਬੀ.ਸੀ., ਕੈਨੇਡਾ
ਸੰਪਰਕ : +1 (604) 590-3232



ੴ



ਖਾਲਸਾ ਦੀਵਾਨ ਸੁਸਾਇਟੀ ਐਬਟਸਫੋਰਡ ਵਲੋਂ

ਸਰਬੰਸਦਾਨੀ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ

ਦੀਆਂ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਲੱਖ ਲੱਖ ਵਧਾਈਆਂ

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ
ਧਾਰਮਿਕ ਸਮਾਗਮ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣਗੇ

ਅਰੰਭ ਸ੍ਰੀ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ

3 ਜਨਵਰੀ 2025

ਦਿਨ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 10:00 ਵਜੇ

ਭੋਗ ਸ੍ਰੀ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ

5 ਜਨਵਰੀ 2025

ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 10:00 ਵਜੇ

ਉਪਰੰਤ ਕੀਰਤਨ ਦਰਬਾਰ ਸਜੇਗਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੀਰਤਨੀ ਜਥੇ, ਕਥਾਵਾਚਕ ਅਤੇ ਢਾਡੀ
ਸਿੰਘਾਂ ਵਲੋਂ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਗੁਰ ਇਤਿਹਾਸ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਗੁਰੂ ਕਾ ਲੰਗਰ ਅਤੁੱਟ ਵਰਤੇਗਾ।

33094 S Fraser Way, Abbotsford, BC V2S 2A8, Canada

Ph. (604) 850-7338, Fax 604-854-1165, info@khalsadiwansociety.ca, Web : canadiansikhheritage.ca

ਸਰਬੰਸਦਾਨੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਸਾਲ

ਦੀਆਂ ਆਪ ਸਭ ਨੂੰ ਲੱਖ ਲੱਖ ਵਧਾਈਆਂ

ਜਨਮ ਅਸਥਾਨ ਤਖ਼ਤ ਸ੍ਰੀ ਪਟਨਾ ਸਾਹਿਬ



- » Maintenance
- » Oil Change
- » Tire Service
- » AC/Heating
- » Service & Repair
- » Transmission Repair

ਸਾਡੇ ਪਾਸ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਮਕੈਨਿਕ ਹਨ, ਗੱਡੀਆਂ ਦੀ ਤਸੱਲੀਬਖਸ਼ ਰਿਪੇਅਰ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ



604-825-4545
604-598-9111

JAS SANDHU

107-13302 76 AVE, SURREY

ਸਾਡੀ ਦੂਜੀ ਲੋਕੇਸ਼ਨ **205-13395-76 Ave** 'ਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।



Fruiticana *ਕੇ ਜਾਨਾ!*

Your one and only **Punjabi** neighbourhood store Since 1994

੧੯੯੪ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਅਪਣਾ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਪੰਜਾਬੀ ਨੇਬਰਹੁੱਡ ਸਟੋਰ



LOWEST PRICES IN TOWN

BIGGEST SALE IN CANADA

UNBEATABLE EXTRA SUPER SPECIAL



Yellow Onions 50 lbs
ਪੀਲੇ ਗੰਦੇ

\$10.98
bag

EXTRA SUPER SUPER SPECIAL



Raw Almonds
ਕੱਚੇ ਬਦਾਮ

\$4.99
lb



Cilantro
ਧਣੀਆ

2 bunches for
\$1.49

88¢ SALE

Red Delicious Apples USA
ਲਾਲ ਸਵਾਦ ਸੇਬ ਯੂ.ਐਸ.
88¢ lb

BC Gala Apples
ਗਾਲਾ ਸੇਬ ਬੀਸੀ
88¢ lb

English Cucumber
ਇੰਗਲਿਸ਼ ਖੀਰੇ
88¢ ea.



Russet Potatoes Snoboy 10 lbs
ਆਲੂ ਰਸਟ ਸਨੋਬੁਆਏ

\$3.88
bag

Zucchini Squash
ਜੁਕੀਨੀ ਸਕੁਆਸ਼
88¢ lb

Chickpeas
ਚਿੱਟੇ ਛੋਲੇ
88¢ lb

Red Lentil Split or Whole
ਧੋੜੀ ਮਸਰਾ ਦੀ ਦਾਲ ਮਸਰਾ ਦੀ ਸਾਬਤ ਦਾਲ
88¢ lb

Reg. Large Eggplant
ਵੱਡੇ ਬਤਾਊਂ
88¢ ea.

Green Cabbage BC
ਹਰੀ ਬੰਦ ਗੋਭੀ ਬੀਸੀ
69¢ lb

Indican Punjabi Biscuits 1.5 lbs
ਇੰਡੀਕਨ ਪੰਜਾਬੀ ਕੁਕੀਜ਼
\$5.98 pkg.

EXTRA SUPER SPECIAL
Indican Tea 216's
ਇੰਡੀਕਨ ਚਾਹ
\$4.98 box

SUPER SPECIAL
Almond Oil 1 L (Indican)
ਇੰਡੀਕਨ ਬਦਾਮ ਦਾ ਤੇਲ
\$11.98 bottle

Black Chana
ਕਾਲੇ ਛੋਲੇ
98¢ lb

Seedless Oranges (Small)
ਛੋਟਾ ਸੰਤਰੇ (ਬਿਨਾ ਬੀਜ ਤੋਂ)
99¢ lb

SUPER SPECIAL
Desi Karela
ਦੇਸੀ ਕਰੇਲਾ
\$1.99 lb

SUPER SPECIAL
Fine Cane Sugar (Indican) 8 lbs
ਗੰਨੇ ਦੀ ਖੰਡ 8lbs
\$5.99 bag

Indian Eggplants (Baby Eggplants)
ਦੇਸੀ ਬਤਾਊਂ
\$1.99 lb

SUPER SPECIAL
Rapini (Sarson da Saag)
ਸਰਸੋਂ ਦਾ ਸਾਗ
\$2.99 bunch

SUPER SPECIAL
Jumbo Cauliflower
ਵੱਡਾ ਗੋਬੀ ਦਾ ਫੁੱਲ
\$3.49 ea.

Red Lentil Whole, Red Lentil Split Black Chana & Chickpeas 4 lbs (Indican)
ਧੋੜੀ ਮਸਰਾ ਦੀ ਦਾਲ ਮਸਰਾ ਦੀ ਸਾਬਤ ਦਾਲ, ਕਾਲੇ ਛੋਲੇ ਸਰੇ ਛੋਲੇ (ਇੰਡੀਕਨ)
\$3.98 bag

Fri Jan 03, 2025 - Wed Jan 08, 2025

We reserve the right to limit the quantities while they last
Specials valid for Lower Mainland only

23 LOCATIONS TO SERVE YOU IN BC & ALBERTA
Head Office: 7676 Anvil Way, Surrey
604-502-0005



BUSINESS HOURS
9 AM - 8 PM
7 DAYS A WEEK

THE SOUTH SURREY/WHITE ROCK FRUITICANA NOW OPEN AT 1812, 152ND ST.

Newton	13783 72nd Ave. Surrey	604-590-2080	Fleetwood	15230 84 Ave.	236-317-6272	New Westminster	101-331 6th St.	604-395-3595
Newton	13174 64th Ave. Surrey	604-598-9220	Surrey	12990 72nd Ave.	604-503-5510	Abbotsford	2785 Bourquin Crescent W.	604-744-0328
Scott Road	12047 80th Ave. Surrey	604-591-5032	Surrey	12788 76A Ave. Surrey	604-597-1676	Abbotsford	31205 Maclure Rd.	604-504-5877
Scott Road	104-7028 120th St.	604-590-8864	Surrey	16788 64 Ave.	604-372-2023	Port Coquitlam	2807 Shaughnessy St.	604-464-0822
Cedar Hills	12867 96th Ave. Surrey	604-588-6620	Surrey	101-7228 192St.	604-575-3750	Vancouver	6257 Fraser St.	604-321-9931
Fleetwood	101-15933 Fraser Hwy	604-593-5163	Surrey	101-1812 152St.	604-539-5736	Richmond	4101 No.5 Rd.	604-244-9520



Product images may differ from the actual product. Disclaimer: We reserve the right to add restrictions on products with a minimum purchase.